

Zagreb, 27. kolovoza 2020.

PREPORUKE ZA RAD PLESNIH ŠKOLA TIJEKOM EPIDEMIJE KORONAVIRUSA (COVID-19)

Ove se preporuke odnose na provedbu mjera prilikom pohađanja plesnih škola tijekom epidemije koronavirusa (COVID-19) radi zaštite predavača i polaznika. Iste mjere mogu se primijeniti i na druge slične oblike edukacije.

Prostorno-organizacijski uvjeti objekta

Organizacija nastave plesa. Nastava plesa može se održavati u zatvorenim objektima pri čemu treba osigurati najmanje 7 m² neto površine poda po osobi odnosno 10 m² bruto površine. Broj osoba pritom uključuje i voditelje odnosno sve osobe koje se nalaze u prostoru. Tijekom nastave plesa u zatvorenom prostoru preporučuje se da se drži razmak od 2 metra, kao nužnu udaljenost za fizičku distancu. Kada nije moguće održavati fizičku distancu između osoba zbog značajka konkretnog plesa, preporučuje se da u paru ili manjoj grupi plešu uvijek iste osobe. U dijelovima nastave kada se obavlja intenzivni aerobni trening/intenzivna aerobna aktivnost, preporučuje se razmak od 4 metra, ako za to nema prostorne mogućnosti preporučuje se zadržati intenzitet nastave na umjerenom razini ili se preporučuje nastava na otvorenom.

Organizacija teoretske nastave u učionici (dijelovi nastave koji ne zahtijevaju ples). Teoretsku nastavu je potrebno organizirati tako da se pri ulasku u učionice poštuju mjere udaljenosti od 1,5 metra, a po mogućnosti 2 m između polaznika. Sjedeća mjesta u učionicama rasporediti na način da između polaznika također postoji razmak od 1,5 metra, a po mogućnosti 2 m, te definirati maksimalni broj polaznika koji istovremeno mogu boraviti u učionici, ovisno o veličini prostorije/učionice. Učenicima prilikom prijave savjetovati da prilikom dolaska i u vremenu prije ulaska u školu poštuju mjere fizičke udaljenosti. Ako je za nastavni proces potrebno pjevanje, tijekom pjevanja nužno je održavati međusobnu udaljenost od 4 metra, što vrijedi za individualne sate pjevanja kao i za možebitno zbornu pjevanje. Kod pjevanja osobe nisu okrenute licem u lice (svi gledaju prema naprijed ili, kada je moguće okreću jedni drugima leđa).

Veličina i sastav grupa polaznika. Prednost se daje individualnoj nastavi ili nastavi u plesnom paru. Kada su grupe nužne, potrebno ih je organizirati sa što manjim brojem članova (maksimalan broj je ograničen veličinom prostora kao što je gore navedeno). Kada je god moguće, zajedno u grupi ili plesnom paru trebaju biti osobe koje zajedno žive, zajedno putuju na nastavu, te učenici koji inače polaze isti razredni odjel i borave zajedno u učionici u

školi. Sastav grupe i plesnog para kada se jednom uspostavi treba biti stalan (mijenjati samo kada je nužno). Svakog polaznika treba podučavati što manji broj uvijek istih nastavnika.

Raspored i evidencija. Nastava se provodi prema unaprijed utvrđenom rasporedu. Uspostavit će se sustav vođenja evidencije prisutnih osoba radi naknadnog lakšeg epidemiološkog praćenja kontakata u slučaju pojave zaraze virusom SARS-CoV-2. Uz mjesto i datum održavanja nastave, u evidenciji se unose ime, prezime, telefonski broj te vrijeme dolaska i odlaska svih uključenih osoba. Evidencija će se voditi i za individualnu nastavu.

Aktivnosti na otvorenom. Preporučuje se nastava plesa (i pjevanja) na otvorenom, a posebno kod intenzivnije tjelesne aktivnosti uz razmak između osoba najmanje 1,5 m.

Higijena

Dezinfekcija ruku. Na ulazu u školu te na ulazu u svaku plesnu dvoranu nužno je postaviti dozatore s dezinfekcijskim sredstvom. Dezinficijens treba biti na bazi alkohola u koncentraciji ne manjoj od 70% ili drugog sredstva s deklariranim virucidnim djelovanjem, prema uputama proizvođača, i prikladnog za korištenje na koži. Ruke se dezinficiraju kod ulaska i izlaska te što češće tijekom boravka u školi.

Dezinfekcija opreme. U svakoj plesnoj dvorani u kojoj se koriste rekviziti i oprema potrebno je postaviti prenosive dezinficijense za opremu i rekvizite. Nakon korištenja rekvizita i ostale opreme potrebne, korisnik ili za to zadužena osoba dužni su ih dezinficirati odmah po završetku korištenja (prebrisati dezinficijensom).

Vlastiti ručnik (prostirka). Prilikom plesa i druge tjelesne aktivnosti svaki korisnik mora imati vlastiti ručnik kojim se prekriva svaka podloga na kojoj se sjedi, leži ili vježba (strunjače, sprave, klupe, i sve vrste podnih obloga i podova). Preporučuje se korištenje ručnika većih dimenzija.

Odlaganje otpada. U svim prostorima unutar objekta preporučuje se postavljanje kante za otpatke s odgovarajućim poklopcima.

Učestalo čišćenje i dezinfekcija. Tijekom dana potrebno je što češće čistiti prostorije (sukladno uputama, vidjeti dolje) u kojima se pleše, a posebno nakon svake plesne grupe.

Dezinfekcija prostora. Treba pojačati dezinfekciju prostorija sukladno uputama za čišćenje i dezinfekciju (vidjeti u nastavku) najmanje 2 puta dnevno, te dezinficiranje dodirnih površina (kvake, prekidači struje, rukohvati, ručke u toaletu itd.) više puta dnevno.

Upute za pridržavanje svih općih i higijenskih mjera. Upute za čišćenje i dezinfekciju dostupne su na sljedećim poveznicama:

- [Čišćenje i dezinfekcija prostora bez oboljelih od COVID-19](https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Ciscenje-i-dezinfekcija-prostorije-bez-obiljelih-od-COVID-19-2.4.2020..pdf) (https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Ciscenje-i-dezinfekcija-prostorije-bez-obiljelih-od-COVID-19-2.4.2020..pdf)
- [Čišćenje i dezinfekcija prostora u kojima je boravila osoba pod sumnjom na zarazu COVID-19](https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Ciscenje-i-dezinfekcija-prostora-u-kojima-je-boravila-osoba-pod-sumnjom-COVID-19-2.4.2020..pdf) (https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Ciscenje-i-dezinfekcija-prostora-u-kojima-je-boravila-osoba-pod-sumnjom-COVID-19-2.4.2020..pdf)

Prozračivanje prostorija

Prozračivanje. Potrebno je redovito prozračivati otvaranjem prozora sve prostore, osobito između svake aktivnosti odnosno svake grupe polaznika i svakog nastavnog sata, te osigurati stalno prozračivanje, kad god je to moguće.

Klimatizacijski uređaji, uređaji za grijanje i ventilaciju. Izbjegavajte korištenje klimatizacijskih i ventilacijskih uređaja ako nisu od strane HVAC inženjera atestirani za sigurnu odvodnju zraka iz prostorije i ubacivanje svježeg vanjskog zraka

Ostale preporuke

Informiranost osoblja i korisnika. Potrebno je educirati zaposlenike o svim mjerama koje se provode. Prije ili neposredno nakon ulaska, na vidljivom mjestu, nužno je postaviti informacije o higijenskim postupcima i postaviti informacije sa smjernicama o pravilnom ponašanju i mjerama zaštite.

Dnevno mjerenje tjelesne temperature. Polaznici i djelatnici trebaju prije dolaska u objekt izmjeriti svoju tjelesnu temperaturu. Ako je u jutarnjim satima viša od 37,2 °C, ako se osoba osjeća bolesno ili ima bilo koje znakove bolesti (to se odnosi na sve simptome i znakove bolesti, a ne samo na bolesti dišnih puteva), osoba se treba javiti nadležnom obiteljskom liječniku, koji će odlučiti o daljnjem postupanju. Djelatnik se također javlja nadređenoj osobi i izabranom liječniku te ne dolazi na posao. U školu ne dolaze osobe kojima je izrečena mjera aktivnog zdravstvenog nadzora u samoizolaciji niti osobe s potvrđenom zarazom COVID-19.

Maske za lice. Maske se nose tijekom nastave plesa i cjelokupnog boravaka u zatvorenim prostorima, kada je god to moguće s obzirom na značajke nastavnog procesa.

- [Upute za pravilno korištenje maski za lice](https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Maske-za-lice-1.pdf) (https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Maske-za-lice-1.pdf)
- [Tko ne treba nositi masku? Izuzeće od obveze nošenja maske](https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Tko-ne-treba-nositi-masku-izuze%C4%87e-od-obveze-no%C5%A1enja-maske.pdf)
<https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/03/Tko-ne-treba-nositi-masku-izuze%C4%87e-od-obveze-no%C5%A1enja-maske.pdf>



HZJZ

HRVATSKI ZAVOD
ZA JAVNO ZDRAVSTVO

Rockefellerova 7

HR-10000 Zagreb

T: +385 1 4863 222

F: +385 1 4863 366

www.hzjz.hr

Konsumacija tekućina i hrane. Svakom se polazniku preporučuje da ima vlastitu označenu bocu s tekućinom kao i ostale potrepštine. Boce za napitke i ostali otpad odlaže se u za to predviđenu kantu za otpatke s poklopcem.

Zadržavanje u prostorima. Nakon nastave plesa polaznici se ne zadržavaju u prostorima dulje nego što je potrebno. Boravak u svlačionicama i prostorima za tuširanje treba svesti na nužni minimum.

Primanje suradnih djelatnika. Dolazak drugih osoba (npr. majstora, kurira, dostavljača) treba organizirati na način da se prije dolaska te osobe telefonski najave, te se dolazak omogućuje kada je god moguće u vrijeme kada polaznici nisu prisutni odnosno kada ne traje nastava. Osoba sa simptome COVID-19 (povišenu tjelesnu temperaturu, kašalj, otežano disanje/kratak dah, grlobolja, poremećaj osjeta njuha i okusa) te izrečenom mjeru zdravstvenog nadzora/samoizolacije ne trebaju ući u ustanovu.