

NAČRT IN NAVODILA ZA DELOVANJE ALMA MATER – COVID-19

Alma Mater sledi navodilom Vlade RS, NIJZ in posameznik področnim ministrstvom in tako omogoča varno delovno okolje zaposlenim in varno učni okolje vsem študentom Alma Mater.

1. Splošna opredelitev

- Delovanje Alma Mater v času trajanja epidemije COVID – 19
- Urejuje načrt in navodila za opravljanje laboratorijskih ter drugih praktičnih vaj v prostorih Alma Mater.
- Opravljanje kliničnega in praktičnega usposabljanja. Podrobnejša navodila za vsak zavod posebej posreduje koordinator kliničnega usposabljanja.
- Spodaj predlagani ukrepi veljajo po potrditvi in do preklica s strani Komisije za preprečevanje širjenja nalezljivih bolezni Alma Mater v sestavi: prof. dr. Ludvik Toplak, doc. dr. Barbara Toplak Perovič, Katarina Pernat, Tina Kavtičnik, Mladen Herc.

2. Priporočila NIJZ ter splošni preventivni ukrepi

- V primeru bolezenskih znakov in simptomov, značilnih za COVID-19, zaposleni in študenti ostanejo doma in se po telefonu posvetujejo s svojim izbranim zdravnikom ter upoštevajo njegova navodila.
- Izogiba se tesnim stikom z ljudmi, ki kažejo znake nalezljive bolezni. Redno in temeljito se umivajo roke z milom in vodo, če to ni možno, se uporabi razkužilo.
- Ne dotikamo se obraza (oči, nosu in ust) z nečistimi/neumitimi rokami.
- Upošteva se varna medosebna razdalja 1,5 metra.
- Upošteva se pravilna higiena kašlja. Papirnat robček se po vsaki uporabi odvrže med odpadke in si nato umijemo roke z milom in vodo.
- Izogiba se zaprtim prostorom, prostore redno zračimo (vsaj vsaki 2 uri po najmanj 15 minut).
- V primeru bolezenskih znakov in simptomov, značilnih za COVID-19, zaposleni in študenti ostanejo doma in se po telefonu posvetujejo s svojim izbranim zdravnikom ter upoštevajo njegova navodila.
- Uporaba nemedicinske obrazne maske je obvezna v skladu z veljavnim odlokom Vlade RS.



Slika 1: Navodila za higieno kašlja in umivanje rok. Vir: Nacionalni inštitut za javno zdravje



Simptomi oz znaki bolezni

Najpogostejši simptomi oz. znaki bolezni covid-19 so slabo počutje, prehladni znaki, kašelj, vročina, težko dihanje, glavobol, bolečine v mišicah, izguba vonja ali okusa in bolečine v žrelu.

Potek bolezni

Poznavanje in razumevanje poteka bolezni covid-19 nam lahko pomaga zmanjšati njeno širjenje. Pri tem sta ključni naslednji časovni obdobji:

- Inkubacijska doba | čas od okužbe do pojava prvih simptomov oz. znakov. Inkubacijska doba za covid19 je lahko med 2 in 14 dni. V povprečju pa naj bi trajala od 5 do 6 dni.
- Obdobje kužnosti | čas, ko oseba s covid-19 lahko okuži drugo osebo. Obdobje kužnosti traja od 2 dni pred pojavom simptomov oz. znakov do 10 dni po pojavu simptomov oz. znakov bolezni. Če je potek bolezni hujši, zahteva hospitalizacijo in v primeru imunske motnje, lahko traja dlje. V primeru asimptomatske okužbe se kot obdobje kužnosti upošteva od 2 dni pred potrditvijo okužbe do 10 dni po potrditvi okužbe.

Asimptomatska okužba

- Asimptomatska okužba je okužba, pri kateri okužena oseba ne razvije simptomov oz. znakov, značilnih za bolezen covid-19. Tudi osebe z asimptomatsko okužbo lahko prenesejo bolezen na druge ljudi, ni pa še jasno, kako pogosti so takšni prenosi.

3. Pot prenosa bolezni covid-19

- Virus SARS-CoV-2 se med ljudmi prenaša s kužnimi kapljicami, ki nastanejo ob kašljanju, kihanju, govorjenju, petju ali pospešenem dihanju okužene osebe.
- Z virusom SARS-CoV-2 se lahko okužimo tudi ob stiku z onesnaženimi površinami, npr. če se onesnaženih površin dotaknemo s prsti, lahko virus zanesemo na sluznice nosu, ust in oči ter se tako okužimo.
- Najpogosteje se okužba širi med ljudmi, ki so med seboj v tesnem stiku (razdalja do okužene osebe manj kot 2 m).
- Poleg tega predstavlja tveganje tudi zadrževanje v zaprtih in neustrezno prezračevanih prostorih, v katerih se nahaja večje število ljudi in kjer okužene osebe preživijo dlje časa z drugimi ljudmi, npr. v nočnih klubih, restavracijah, v vzgojno-izobraževalnih zavodih, na zborovskih vajah, v fitness centrih, pisarnah in krajih bogoslužja.

4. Kontakti osebe s potrjeno okužbo

Kontakt osebe s potrjeno okužbo je oseba, ki je bila v neposredni bližini z osebo s potrjeno okužbo v času njene kužnosti. Glede na medosebno razdaljo in trajanje stika delimo stike v dve skupini:

- tesni kontakt in
- visoko rizični tesni kontakt.

Tesni kontakti pozorno spremljajo svoje zdravstveno stanje in se v največji možni meri izogibajo vsem stikom.

Mehurček je izraz za stalno skupino, v kateri so stalni člani. Namen oblikovanja mehurčkov je zmanjšanje števila stikov. Manjši kot je mehurček, manjše število visoko rizičnih tesnih kontaktov bo v primeru potrjene okužbe pri članu mehurčka.

Posameznik je lahko vključen v več mehurčkov (študijska skupina, študentski apartma). To je treba upoštevati pri prepoznavanju kontaktov oseb s potrjeno okužbo.



Visoko rizični tesni kontakti se umaknejo v karanteno na domu. Kontaktom, ki so bili v stiku s kontaktom, se ni potrebno umakniti v karanteno na domu.

Izolacija ali osamitev

Navodila za osebe v domači izolaciji so dostopna na <https://www.nijz.si/sl/izolacija> v poglavju Navodila za osebo s potrjeno okužbo s SARS-CoV-2 v domači izolaciji.

Karantena na domu

Navodila za karanteno na domu so dostopna na <https://www.nijz.si/sl/izolacija> v poglavju Navodilo za karanteno na domu.

Izpostavljenost okužbi s SARS-CoV-2

Navodila za karanteno na domu so dostopna na <https://www.nijz.si/sl/izolacija> v poglavju Navodila osebam, ki so bile izpostavljene okužbi s SARS-CoV-2.

Obravnava oseb, ki so covid-19 že prebolele

Osebe, ki so bolezen covid-19 že prebolele, v primeru visoko rizičnega tesnega kontakta v obdobju 3 mesecev od okužbe, ne potrebujejo karantene na domu. V primeru, da se tudi v tem obdobju pojavijo simptomi oz. znaki bolezni covid-19, o tem obvestijo izbranega osebnega zdravnika.

Spoštovanje osnovnih preventivnih ukrepov za preprečevanje širjenja bolezni covid-19 (higiena rok, higiena kašlja in kihanja, upoštevanje medosebne razdalje, uporaba mask, učinkovito prezračevanje prostorov) je potrebno izvajati kljub preboleli bolezni ali cepljenju proti covid-19, vse dokler v družbi ne dosežemo ravni zaščite, ki bo omogočila opustitev izvajanja osnovnih preventivnih ukrepov.

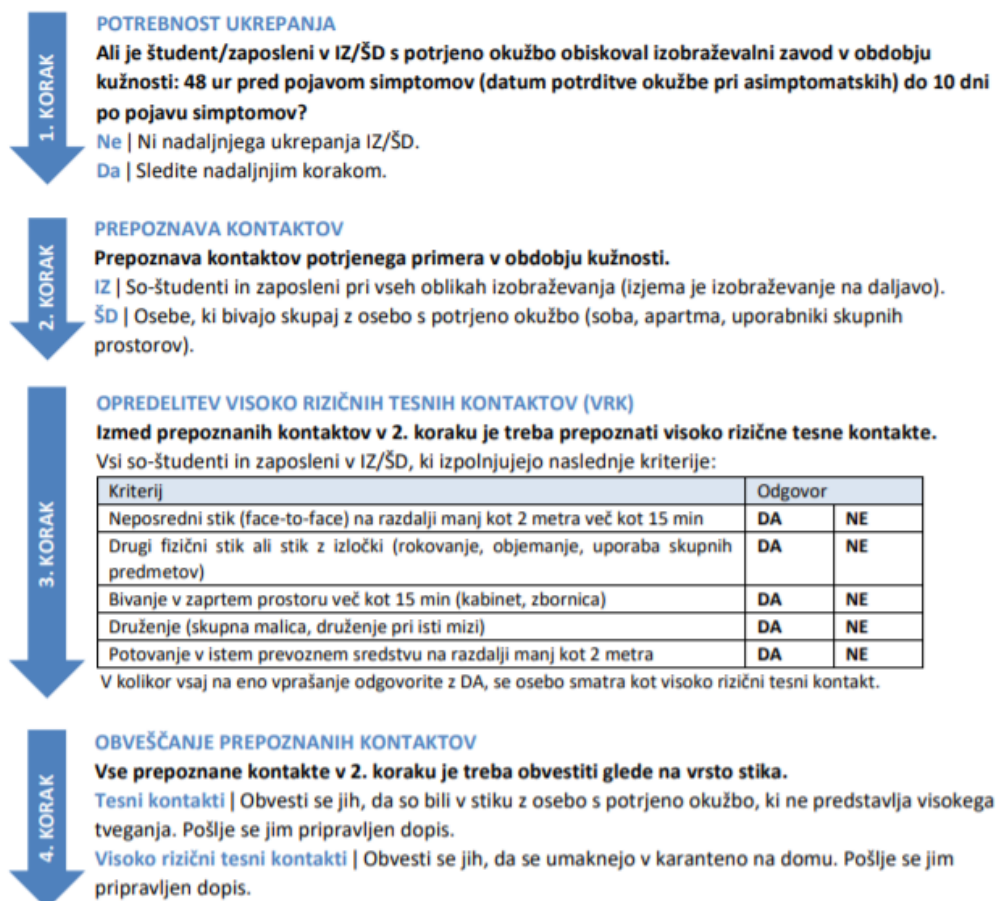
5. Odzivanje na sum okužbe s SARS-CoV-2

- Če študent zboli s simptomi oz. znaki bolezni covid-19, se nemudoma umakne iz izobraževalnega procesa. Če mu zdravstveno stanje dopušča, odide domov, pri tem ne uporablja javnega prometa. V primeru, da pri tem potrebuje pomoč, le-to počaka v izolaciji.
- Študent ali zaposleni, ki je v času izolacije v stiku z njim, naj upoštevatata vse preventivne ukrepe (maska, medosebna razdalja, higiena rok itd.).
- Študent se posvetuje z izbranim osebnim zdravnikom.
- Če izbrani osebni zdravnik napoti študenta na testiranje in je izvid testa negativen, dobi študent navodila za zdravljenje od osebnega izbranega zdravnika in preiskava na covid-19 je zaključena. Ukrepi znotraj IZ niso potrebni.
- Če zdravnik napoti študenta na testiranje in je izvid testa pozitiven, dobi navodila za zdravljenje in izolacijo od izbranega zdravnika. O tem študent obvesti IZ. Vodstvo IZ postopa skladno z usmeritvami v poglavju

6. Odzivanje na potrjen primer okužbe s SARS-CoV-2

Prostore IZ kjer se je gibal oboleli študent/zaposleni s covid-19, se temeljito prezači ter očisti in razkuži predvsem površine, ki se jih je dotikal (pipe, vrvica v WC-ju, kljuko vrat itd.). Priporočila so dostopna na: <https://www.nijz.si/sl/navodila-za-ciscenje-in-razkuzevanje-prostorov-izvenzdravstvenih-ustanov-v-katerih-se-je-zadrzeval>.

7. Odzivanje na potrjen primer okužbe s SARS-CoV-2 pri študentu



Slika 2 Koraki za odzivanje na potrjen primer okužbe

V kolikor je učitelj, ki je bil pri izvajanju pedagoškega procesa v stiku s pozitivnim študentom, se ne rabi napotiti v karanteno, v kolikor ne kaže simptomov okužbe, in:

- je prebolel COVID-19 pred manj kot 3 meseci, ali
- je bil cepljen z drugo dozo cepiva pred več kot 7 dnevi, ali
- je bil cepljen z eno dozo cepiva pred več kot 14 dnevi.

8. Odzivanje na pozitiven rezultat pri testiranju s hitrimi antigenskiimi testi pred vstopom v Alma Mater

Navodila v tem poglavju veljajo, kadar je za vstop v IZ treba opraviti hitri antigenski test (HAGT). Testiranje s HAGT naj se izvaja na način, da to ne povzroča dodatnega širjenja morebitne okužbe (medosebna razdalja med testiranimi, maska in drugi ukrepi).

Izvajalec testiranja s HAGT naj študentu zagotovi dostop do izvida testiranja. Ravnanje po opravljenem testiranju s HAGT:

- Negativen rezultat testiranja - Študent lahko vstopi v prostore IZ in opravi načrtovane aktivnosti.
- Pozitiven rezultat testiranja - Študent ne vstopa v prostore IZ. Študent odide domov, pri tem ne uporablja javnega prometa. Če študent biva v ŠD, se samoizolira v svoji študentski sobi



ALMA MATER
EUROPAEA
ECM



ALMA MATER
EUROPAEA
— INSTITUTUM STUDIORUM HUMANITATIS —
FAKULTETA ZA PODIPLOMSKI HUMANISTIČNI ŠTUDIJ



ALMA MATER
EUROPAEA
— AKADEMIJA ZA PLES —

oz. ravna skladno z navodili ŠD za osebe s potrjeno okužbo. Študent pokliče izbranega osebnega zdravnika, kjer bo prejel nadaljnja navodila. Zdravniku pove, da je bil testiran in da je bil njegov rezultat pozitiven. Študent obvesti tudi IZ in. IZ postopa skladno z navodili veljavnimi v Alma Mater.





9. Navodila in priporočila Alma Mater v času epidemije in razglašeni posebnih ukrepov Vlade RS

Navodilo/ priporočilo:	Ukrepi:	Obrazložitev navodila:
Vstopne točke Alma Mater	<ul style="list-style-type: none"> • Stavba Slovenska 17 (glavni vhod), Maribor (vhod in izhod sta ločena) – oznaka na tleh • Stavba Neubergerjeva 31, Ljubljana – vhod in izhod sta ločena – oznake na vratih in tleh • Stavba Lendavska 9, Murska Sobota • Stavba Trubarjeva 1, Kope • Ob vstopu v prostore Alma Mater je obvezna uporaba zaščitne obrazne maske ter razkuževanje rok ob vstopu in izstopu. • Ob izvedbi vaj nosilec predmeta študentom izmeri temperaturo pred pričetkom. 	<ul style="list-style-type: none"> • V prostore Alma Mater vstopajte posamično, držite razdaljo, ki naj bo po priporočilih 1,5 metra ter ob uporabi mask. • Razkuževanje rok je potrebno pred vstopom in izstopom v stavbo, prav tako pri vstopu in izstopu v predavalnico, kabinet, laboratorij. Zunanji obiskovalci se obisk stavbe omeji in je dovoljen le izjemoma glede na dogovor ter po predhodni najavi.
Navodila za vstop v predavalnico	<ul style="list-style-type: none"> • Pred vstopom v predavalnico izvajalec vaj, predavanj izmeri vsem študentom telesno temperaturo. • Študenti so pred prihodom v predavalnico seznanjeni, da v primeru bolezni, simptomov in znakov akutne okužbe dihal, nimajo vstopa v prostor. • Takoj po vstopu v predavalnico si študenti razkužijo roke. • V prostor se vstopa posamično, ves čas se drži razdaljo 1,5 metra, enako velja za zapuščanje predavalnic. • Ves čas imajo študenti in učitelji pravilno nameščene maske, ki si jih priskrbijo sami. 	<ul style="list-style-type: none"> • Študentje lahko sedijo le na označena sedišča. Pred pričetkom vaj in predavanj ali pisanja izpita, študentje pobrišejo svoje mesto (mizo, masažno mizo, sedišče), prav tako tudi po zaključku, papirnate brisače se odloži v poseben koš ob izhodu. • Po vsakem dve urnem intervalu se prostor prezračí (vsaj 15 minut). • Razkuževanje prostorov je večkrat na dan, pred in po vajah.
Zračenje in razkuževanje:	<ul style="list-style-type: none"> • Predavalnice se redno in večkrat dnevno zrači, za kar poskrbi Alma Mater. • Po vsakih vajah in daljšem zadrževanju v prostorih, se poskrbi za temeljito razkuževanje in zračenje • V vseh prostorih so nameščena razkužila za roke. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prisilno prezračevanje do nadaljnega deluje na maksimalni jakosti.
Uporaba dvigal:	<ul style="list-style-type: none"> • Dvigalo lahko naenkrat uporablja največ 1 oseba. 	<ul style="list-style-type: none"> • Nasploh se priporoča uporaba stopnišč.
Izvajanje pouka:	<ul style="list-style-type: none"> • Študenti in učitelji dosledno upoštevajo aktualna navodila in priporočila. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fizični stik med predavatelji in študenti se omeji na minimum (v primerih, ko izvedba ni možno brez stika).



	<ul style="list-style-type: none"> • Prav tako dosledno upoštevajo vsa navodila, ki jih izdajo zavodi, gospodarski subjekti ter druge institucije, kjer potekajo vaje in druga usposabljanja v okviru študijskega procesa. • Študijske obveznosti so študenti dolžni opravljati v skladu z navodili, ki jih prejmejo od izvajalcev študijskega programa. 	<ul style="list-style-type: none"> • Govorilne ure se izvajajo preko elektronske pošte ali po dogovoru z izvajalci preko ZOOM ali SKYPE konferenc. • Študente se obvešča preko sistema Moodle, preko spletne strani, e-mailov.
Slabo počutje – preventiva	<ul style="list-style-type: none"> • V primeru slabega počutja, vročini, znakov prehlada, glavobolu ali drugih znakov akutne okužbe dihal, se študent študijskega procesa na lokacijah Alma Mater ne udeležijo. 	<ul style="list-style-type: none"> • O slabem počutju nemudoma obvesti nosilca predmeta ter referat. Njegova odsotnost bo evidentirana, določene mu bodo nadomestne študijske obveznosti. Po telefonu naj se posvetuje z zdravstveno službo, kjer bo prejel navodila o nadaljnjem ravnanju.
Laboratorijske vaje	<ul style="list-style-type: none"> • Merjenje temperature - izvaja izvajalec vaj / mentor (Obrazec izvajalec dobi v referatu oz. pri tehniku in izmeri temperaturo posameznega študenta na samem vhodu v prostore MEU - ECM. • V primeru temperature nad 37,5°, se meritev ponovi 3-krat in če bo v vseh treh primerih povišana temperatura, študent ne more prisostvovati na vajah).je potrebno vzdrževati minimalne medosebne razdalje 1,5 metra med posamezniki – manjša razdalja je dovoljena le v specializiranih predavalnicah (kabinetih za laboratorijske vaje); • Morajo vsi študenti in zaposleni nositi maske v zaprtih prostorih; • So zaposleni, ki izvajajo pedagoški proces, negativni na HAGT testu pred prvim izvajanjem vsebin v prostorih AMEU ECM ; test opravijo v Zdravstvenih domovih po Sloveniji HAGT 72 ur pred laboratorijskimi vajami posameznega sklopa vaj (link do testiranje: https://www.gov.si/teme/koronavirus-sars-cov-2/testiranje-na-okuzbo/); • Testiranje študentov s hitrim testom pred pričetkom vsakega sklopa vaj* - 72 ur pred laboratorijskimi vajami - kontrolira izvajalec vaj / mentor (link 	<ul style="list-style-type: none"> • V prostorih AMEU ECM je dovoljeno opravljanje laboratorijskih (kabinetnih) vaj ob upoštevanju Načrta in navodil za delovanje Alma Mater Europaea – ECM po 18. 5. 2020 za izvajanje dela v prostorih AMEU ECM v času veljavnih ukrepov proti širjenju bolezni COVID-19. • Zaradi prehodov med stalnim prebivališčem in mestom izvedbe vaj mora študent natisniti obrazec za prehod med občinami (priponka), ga dopolniti s svojim imenom in priimkom. • Za popolno identifikacijo je nujno potrebno zraven izpolnjenega obrazca predložiti osebni dokument ali študentsko izkaznico.



	do testiranj: https://www.gov.si teme/koronavirus-sars-cov-2/testiranje-na-okuzbo/ ;	
<p>Protokol o ravnanju v primeru potrjenega pozitivnega rezultata testiranja na Covid-19 za študente in zaposlene</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Študente, pri katerih je bila potrjena okužba z novim koronavirusom in so bili v obdobju kužnosti (48 ur pred pojavom simptomov oziroma 48 ur pred pozitivnim rezultatom testiranja) vključeni v študijski proces, pozivamo, da o tem obvestijo Alma Mater preko spletne aplikacije www.almamater.si. • Alma Mater sprejme nadaljnje ukrepe (morebitno delo od doma za zaposlene v stiku v obdobju kužnosti, spremembe urnika, odpoved organiziranih oblik pouka za študente v visokorizičnem stiku ipd.). • Če je bil študent obveščen, da je bil v visokorizičnem kontaktu z osebo, pri kateri je bila potrjena okužba z novim koronavirusom, in mu ni bila odrejena epidemiološka karantena, študenta prosimo, da o tem obvesti predstojnika organizacijske enote. Ta naj se o nadaljnjih ukrepih posvetuje z vodstvom. • Če je bil študent obveščen, da je bil v nizkorizičnem kontaktu z osebo, pri kateri je bila potrjena okužba z novim koronavirusom, nadaljnje ukrepanje ni potrebno, sledimo priporočilom NIJZ. 	<ul style="list-style-type: none"> • Študente pozivamo, da se dosledno držijo higienskih priporočil in navodil (medosebna razdalja vsaj 1,5 metra, uporaba obraznih zaščitnih mask v zaprtih prostorih, razkuževanje oziroma umivanje rok itd.) • Študenti z znaki okužbe zgornjih dihal naj ostanejo doma in se posvetujejo s svojim osebnim zdravnikom. • Zaradi prehodov med stalnim prebivališčem in mestom izvedbe vaj mora študent natisniti obrazec za prehod med občinami (priponka), ga dopolniti s svojim imenom in priimkom. Za popolno identifikacijo je nujno potrebno zraven izpolnjenega obrazca predložiti osebni dokument ali študentsko izkaznico. Izjavo o upravičenosti gibanja boste potrebovali za opravljanje nujnih laboratorijskih vaj, saj jo vsi tisti, ki se boste pripeljali od drugod, natisnite v primeru, da vas bodo preverjali pristojni organi. • Merjenje temperature - izvaja izvajalec vaj / mentor (Obrazec izvajalec dobi v referatu oz. pri tehniku in izmeri temperaturo posameznega študenta na samem vhodu v prostore MEU -ECM. • V primeru temperature nad 37,5°, se meritev ponovi 3-krat in če bo v vseh treh primerih povišana temperatura, študent ne more prisostvovati na vajah).
<p>Dodatne informacije</p>	<p>Klicni center za informacije COVID-19: 080 1404 Nacionalni inštitut za javno zdravje Spletno stran Vlade RS Služba za študentske zadeve</p>	<p>https://www.gov.si teme/koronavirus-sars-cov-2/ https://www.nijz.si/sl/koronavirus-2019-ncov</p>



10. Aktualno

NAVODILA ZA UDELEŽBO NA JAVNEM DOGODKU NA ALMA MATER

- VELJAVNOST od 28.05.2021 do preklica -

Glede na to, da epidemija še traja vas prosimo, da upoštevate, da epidemija še traja in, da se moramo držati vseh aktualnih vladnih odlokov, epidemioloških navodil in ukrepov, ki določajo ukrepe za preprečevanje prenosa in širjenja virusa SARS-CoV-2.

Še posebej izpostavljamo pogoje za prisotnost na dogodku (zagovor doktorke naloge, diplomske naloge...) in sicer za vse udeležence velja da:

- se dogodka se udeležijo le zdravi posamezniki, brez naslednjih simptomov in znakov: povišana telesna temperatura, zamašen nos/nahod, kihanje, kašljanje, bolečine v žrelu, težko dihanje, glavobol, bolečine v mišicah, driska, slabost/bruhanje, sprememba zaznavanja vonja in/ali okusa, neobičajna utrujenost, vnetje očesnih veznic tako v blagi kot v težji obliki;
- upoštevajo zadostno medosebno razdaljo vsaj 1,5 m, oz. 2 metra (sede vsaj 1,5 m, med gibanjem, pri čakanju, 2 m);
- skrbijo za ustrezno higieno rok, si jih pogosto umivajo oz. razkužujejo;
- se ne dotikajo obraza, zlasti ne ust, nosu in oči, dokler roke niso umite ali razkužene;
- upoštevajo higieno kihanja in kašlja;
- se čim manj dotikajo različnih skupnih predmetov in površin, le toliko, kot je nujno;
- imajo pravilno nameščeno obrazno masko;
- izpolnjujejo en pogoj PCT (prebolel, cepljen, testiran) in sicer, da imajo:
 1. Negativen rezultat hitrega ali PCR testa na virus SARS-CoV-2, ki ni starejši od 72 ur (od prejema rezultata) Testiranje pred zgradbo ne bo mogoče, priporočamo, da ga opravite sami. Brezplačno testiranje s hitrimi testi na COVID-19 za občane Mestne občine Maribor poteka na lokaciji Zdravstvenega doma dr. Adolfa Drolca, Partizanska cesta 14 a (pritličje).
 2. Dokazilo o pozitivnem rezultatu testa PCR, ki je starejše od 10 dni.
 3. Potrdilo zdravnika o prebolelosti COVID-19 (od začetka simptomov ne sme miniti več kot šest mesecev).
 4. Dokazilo o cepljenju zoper COVID-19 – veljavnost glede na vrsto cepiva (NIJZ).
- za mlajše od 18 let pravilo PCT ne velja, če so v spremstvu staršev oz. skrbnikov.

Prosimo, da si v ta namen podrobno preberete navodila na spletni strani NIJZ:

https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/prireditve_in_dogodki_splet_28-4-2021.pdf in se jih dosledno držite

Hvala, da skupaj z nami preprečujete širjenje virusa SARS-CoV-2.

**Komisija za preprečevanje širjenja nalezljivih
bolezni Alma Mater**
predsednik
zasl. prof. dr. Ludvik Toplak

Maribor, 28.05.2021

<i>Verzija</i>	<i>Datum pričetka veljavnosti:</i>	<i>Posodobljena poglavja:</i>
<i>v.1.3</i>	<i>12.02.2021</i>	<i>Celotno posodobljen dokument</i>
<i>V 1.4.</i>	<i>20.04.2021</i>	<i>Posodobitev</i>
<i>V 1.5.</i>	<i>28.05.2021</i>	<i>Posodobitev</i>