

PREPREČEVANJE OKUŽBE Z VIRUSOM SARS-COV-2 PRI IZVAJANJU ŠOLSKIH IN ŠTUDENTSKIH ŠPORTNIH TEKMOVANJ

02. 10. 2020

Priporočila bomo posodabljali po potrebi glede na epidemiološke razmere v Republiki Sloveniji

Opredelitev pojma **udeleženeec**: to so tekmovalci, športni pedagogi, trenerji, spremljevalno osebje, sodniki oziroma vse fizične osebe, prisotne na območju izvajanja programa Šolska športna tekmovanja.

Opredelitev pojma **šolsko športno tekmovanje**: tekmovanje na osnovnošolski, srednješolski, višješolski in visokošolski ravni.

Pojem **šola** vključuje: osnovne šole, osnovne šole za otroke s posebnimi potrebami, srednje šole, srednje šole za otroke s posebnimi potrebami, višje strokovne šole, visokošolske zavode.

Šolskih športnih tekmovanj se udeležujejo le zdravi udeleženci.

Z namenom preprečevanja širjenja SARS-CoV-2 posebej opozarjamo, da se tekme **ne udeležijo** udeleženci, če:

- imajo simptome/znake za okužbo s SARS-CoV-2: povišana telesna temperatura, kašelj, glavobol, slabo počutje, boleče žrelo, nahod, težko dihanje (občutek pomanjkanja zraka), driska;
- jim je bila odrejena karantena, za čas trajanja karantene;
- jim je bila odrejena izolacija zaradi SARS-CoV-2 pozitivnega testa, za čas trajanja izolacije.

Udeleženci upoštevajo priporočila in izvajajo splošne higienske ukrepe za preprečevanje širjenja okužbe:

- skrbijo za ustrezno in redno higieno rok ter higieno kašlja;
- z rokami se ne dotikajo oči, nosu in ust, če pred tem roke niso umite ali razkužene;
- uporaba mask do pričetka tekmovalnega nastopa;
- upoštevajo osebno razdaljo vsaj 1,5 oz. 2 m.

Pri načrtovanju in izvedbi aktivnosti je treba upoštevati:

- Kaj lahko storim, da preprečim širjenje novega koronavirusa:
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/plakat_navodila_preprecit_ev-sirjenja.pdf
- Umivanje rok:
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/navodila_higiena-rok_zdravstveni-delavci.pdf

- Higiena kašlja:
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/navodila_higiena-kaslja_0.pdf
- Pravilna namestitev maske:
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/maske2_lectorirano.pdf
- Več informacij je na voljo v prispevku Preprečevanje okužbe z virusom SARS-CoV-2:
<https://www.nijz.si/sl/preprecevanje-okuzbe-z-virusom-sars-cov-2019>

Poleg navedenega priporočamo zaščito z dodatnimi ukrepi:

- Nastopajočim priporočamo, da na tekmovanje pridejo v ustrezni športni opremi v skladu z možnostmi oziroma jo imajo oblečeno pod toplejšim zgornjimi športnimi oblačili.
- Nastopajoči vsake šole, ki so na tekmovanju, naj imajo svojo garderobo. V kolikor tega ni mogoče zagotoviti, je treba udeležencem s posamezne šole označiti prostor, v katerem se udeleženci zadržujejo v času, ko čakajo svoj nastop, in je od ostalih prostorov oddaljen vsaj 2 m.
- Garderobe je treba čistiti in razkuževati po vsakem uporabniku (garderobne omarice, klopi ...). V kolikor to ni možno, uporabo garderob odsvetujemo. Osebe naj se gibljejo tako, da je ves čas zagotovljena medosebna razdalja vsaj 1,5 m. Število oseb, ki se v sanitarnih prostorih lahko hkrati zadržuje, naj bo prilagojeno velikosti prostora oziroma naj v prostor osebe vstopajo posamično. Priporočamo, da se tuši, garderobe in sanitarije uporabljajo le posamično. Prostore je treba stalno zračiti in čistiti/razkuževati.
- Svetujemo, da naj bo razpored poteka tekmovanja pripravljen tako, da se nastopi šol med seboj časovno ne prekrivajo in se različne šole srečujejo v čim manjši meri.
- Na vhodu v objekt in na površine, kjer se bo odvijalo šolsko športno tekmovanje, na več vidnih mestih v objektu in na površinah ter na izhodu iz objekta je treba zagotoviti podajalnike razkužila za roke.
- V športni objekt in na površine, kjer se bo odvijalo šolsko športno tekmovanje, je treba vstopati posamezno na razdalji najmanj 1,5 oz. 2 m.
- Ob vstopu v športni objekt si udeleženci umijejo ali razkužijo roke.
- Poleg udeležencev naj bodo med vadbo prisotne samo osebe, ki morajo biti nujno prisotne za izvedbo tekmovanja.
- Udeleženci šolskih športnih tekmovanj in trenerji naj med seboj vzdržujejo medsebojno razdaljo 2 m oz. več. Medosebna razdalja glede na vrsto športne aktivnosti naj bo v čim večji meri tolikšna, da se prepreči kapljični prenos z ene osebe na drugo.
- Vsi rekviziti, oprema in naprave, ki se bodo uporabljali med šolskim športnim tekmovanjem, morajo biti predhodno ustrezno razkuženi.
- Udeleženci naj uporabljajo vsak svoj športni rekvizit v največji možni meri.
- Za pripravo in odstranitev rekvizitov za šolska športna tekmovanja skrbijo izključno prisotni strokovni delavci, ki si med tekmovanjem večkrat umijejo ali razkužijo roke.
- V času odmorov med tekmovanjem si mora vsak udeleženec najprej umiti ali razkužiti roke, uporabljati lastno brisačo, plastenko ali drug pripomoček ter ohraniti razdaljo 2 metrov od drugih udeležencev.
- Po končanem tekmovanju vsak udeleženec odnese s športne/vadbene površine in objekta vse osebne stvari in odpadno embalažo.
- Po končanem tekmovanju je treba pospraviti skupne rekvizite in jih ustrezno razkužiti ter očistiti/razkužiti tla objekta ter predmete in površine, ki se jih pogosto dotika.

- Neposredno po končanem tekmovanju in pred odhodom s športne/vadbene površine si vsi udeleženci ponovno umijejo in razkužijo roke.
- Vsi udeleženci naj čimprej po končanem nastopu zapustijo športni objekt in površine ter se ne zadržujejo na/v njih.
- Vse prostore je treba redno čistiti in razkuževati v skladu s Priporočili za čiščenje in razkuževanje prostorov izven zdravstvenih ustanov v času epidemije COVID-19: <https://www.nijz.si/sl/navodila-za-ciscenje-in-razkuzevanje-prostorov-izven-zdravstvenih-ustanov-v-katerih-se-je-zadrzeval>.
- Čim večkrat dnevno je treba razkužiti prostore za tekmovanje. Posebno pozornost je treba nameniti razkuževanju sanitarij, garderob in tušev.
- Higijenska navodila za uporabo in čiščenje javnih sanitarij v času epidemije covid-19: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/higijska_navodila_za_uporabo_in_ciscenje_javnih_sanitarij.pdf.
- Vse prostore je treba redno in učinkovito zračiti v skladu z Navodili za prezračevanje prostorov izven zdravstvenih ustanov za preprečevanje širjenja okužbe s SARS-CoV-2: <https://www.nijz.si/sl/navodila-za-prezracevanje-prostorov-izven-zdravstvenih-ustanov-v-casu-sirjenja-okuzbe-covid-19>. Prostore je treba učinkovito prezračiti zlasti pred pričetkom in po zaključku vsakega tekmovanja. V največji možni meri naj se jih prezračuje tudi med tekmovanjem.

Koristne povezave:

Spletne strani NIJZ: <https://www.nijz.si/> :

Higijska priporočila za preprečevanje okužb z novim koronavirusom SARS-CoV-2 pri izvajanju športne vadbe: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/sport_vadba.pdf

Higijska priporočila za uporabo športno rekreativnih površin na prostem, športnih objektov na prostem in na površinah za šport v naravi:

https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/uporaba_sportno_rekreativnih_povrsin_za_splet.pdf

Higijska priporočila za športna bazenska kopališča in kopalno vodo v bazenih v času sproščanja ukrepov (Covid-19): https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/sport_bazeni.pdf

Priporočila za preprečevanje okužb z novim koronavirusom SARS-CoV-2 v fitness centrih:

https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/priporocila_za_preprecevanje_okuzb_z_novim_koronavirusom_sars-cov-2_v_fitness_centrih.pdf

Higijski ukrepi za preprečevanje širjenja okužbe s SARS-CoV-2 na športnih tribunah:

https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/sportne_tribune.pdf

Priporočila v dokumentu so povzeta po priporočilih NIJZ in mednarodnih športnih organizacij.

Zaradi spreminjanja epidemiološke situacije spremljajte objave na spletni strani NIJZ in Vlade RS (možne spremembe odlokov in ukrepov) in mednarodnih športnih organizacij ter mednarodnih panožnih športnih zvez, objavljenih na uradnih spletnih straneh.