



## UKREPI ZA PREPREČEVANJE MOŽNOSTI OKUŽBE S SARS-COV-2 MED DELOVNIM PROCESOM NA UL FŠ

### Vsebina

<b>1. SPLOŠNA PRIPOROČILA ZA PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2</b> .....	3
1.1. VSTOP NA FAKULTETO (ena vstopna točka) .....	3
1.2. OHRANJANJE RAZDALJE MED OSEBAMI.....	3
1.3. UPORABA ZAŠČITNE VAROVALNE OPREME.....	3
1.4. UMIVANJE IN RAZKUŽEVANJE ROK .....	3
1.5. PRAVILNA HIGIENA KAŠLJA IN KIHANJA.....	3
1.6. ZRAČENJE PROSTOROV .....	3
<b>2. POSEBNA PRIPOROČILA ZA PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2</b> .....	4
2.1. PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2 MED PEDAGOŠKIM PROCESOM .....	4
2.1.1. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med delom v predavalnicah.....	4
2.1.2. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem vaj v telovadnicah .....	5
2.1.2.1. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem vaj v Gimnastični dvorani .....	6
2.1.3. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem vaj na zunanjih površinah .....	6
2.1.4. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem vaj v fitnesu .....	6
2.1.5. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem vaj v laboratorijih.....	7
2.1.6. Preprečevanje okužbe s SARS-Cov-2 na bazenu.....	7
2.1.7. Uporaba garderob za študente.....	8
2.1.8. Uporaba garderob za pedagoške delavce .....	8
2.2. PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2 MED ZNANSTVENO-RAZISKOVALNIM DELOM.....	8
2.2.1. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem doktorskega študija.....	9
2.3. PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2 MED IZVAJANJEM DELOVNIH PROCESOV NA INŠTITUTU ZA ŠPORT .....	9
2.3.1. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med delom v CVUŠ.....	9
2.3.2. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 v pisarni športnega centra .....	9
2.3.3. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med delom v fiziološkem laboratoriju .....	9
2.3.4. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med delom v laboratoriju za športno medicino in nutricistiko.....	10
2.3.5. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med delom v biomehanskem in kineziološkem laboratoriju .....	10
2.3.6. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med delom v biodinamskem laboratoriju.....	10
2.3.7. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med delom v biomehanskem delovnem prostoru .....	10



2.3.8.	Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem dela v psihološkem laboratoriju .....	11
2.3.9.	Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem skupinskih meritev .....	11
2.4.	PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2 MED IZVAJANJEM DELOVNIH PROCESOV ŠTUDENTSKEGA REFERATA ZA PRVO IN DRUGO STOPNJO .....	11
2.5.	PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2 MED IZVAJANJEM DELOVNIH PROCESOV ŠTUDENTSKEGA REFERATA ZA TRETJO STOPNJO IN MEDNARODNE PISARNE.....	11
2.6.	PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2 MED DELOVNIM PROCESOM KNJIŽNICE.. ..	11
2.7.	PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2 MED IZVAJANJEM DRUGIH DELOVNIH PROCESOV PEDAGOŠKIH, ZNANSTVENO-RAZISKOVALNIH, STROKOVNO-ADMINISTRATIVNIH IN TEHNIČNIH DELAVCEV .....	12
2.7.1.	Delo v pisarnah .....	12
2.7.2.	Sestanki .....	12
2.7.3.	Uporaba čajne kuhinje.....	12
2.7.4.	Rokovanje s pošto.....	13
2.7.5.	Podpisovanje dokumentov .....	13



Predmetni ukrepi so pripravljene ob upoštevanju trenutno veljavnih priporočil NIJZ. V primeru spremenjene epidemiološke situacije v RS naj zaposleni in študentje pri izvajanju pedagoškega procesa, znanstveno-raziskovalnega in administrativnega ter tehničnega dela poleg smiselne uporabe predmetnih ukrepov upoštevajo tudi navodila in smernice, ki jih bo sprejel NIJZ.

## 1. SPLOŠNA PRIPOROČILA ZA PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2

### 1.1. VSTOP NA FAKULTETO (ena vstopna točka)

Vstop v prostore fakultete je mogoč zgolj skozi glavni vhod. Stranski vhodi so do preklica zaprti. Osebam z **vidnimi znaki prehladnih obolenj**, okužb dihal ali drugih nalezljivih bolezni **vstop** v fakulteto **ni dovoljen**. **Vstop** prav tako **ni dovoljen brez uporabe zaščitne maske**. **Ob vstopu je obvezno razkuževanje rok** z namenskim razkužilom za roke (vsaj 60 % etanola), ki je nameščeno na pultu levo in desno od glavnega vhoda.

Doslednost izvajanja ukrepov ob vstopu v prostore UL FŠ je kritičnega pomena, saj s tem zagotovimo, da so vse osebe, ki vstopijo v fakulteto (zaposleni, študenti, zunanji uporabniki, servisno osebje, vzdrževalci avtomatov,...), brez znakov okužbe in posledično zmanjšamo možnost morebitnega prenosa.

### 1.2. OHRANJANJE RAZDALJE MED OSEBAMI

Med opravljanjem dejavnosti na fakulteti:

- ohranjamo vsaj 1,5 do 2 m razdalje,
- se izogibamo neposrednemu stiku z ljudmi, če to ni povezano z delovnim procesom (v čim večji meri upoštevamo pravila socialnega distanciranja),
- se ne zadržujemo v manjših prostorih v primeru, da so v njih ljudje in ni mogoče zagotoviti 4m<sup>2</sup> prostora na osebo oz. 1,5 do 2 m razdalje med osebami.

### 1.3. UPORABA ZAŠČITNE VAROVALNE OPREME

Uporaba zaščitne maske, ki prekrije nos in usta, je obvezna v skupnih prostorih fakultete (predavalnice, športne dvorane, hodniki, laboratoriji, knjižnica, študentski referat). V pisarnah, v katerih je možno zagotoviti razdaljo med osebami vsaj 1,5 do 2 m in redno zračenje, uporaba zaščitne maske ni obvezna (uporablja po presoji).

Pri rokovanju s pošto in vrnjenim knjižničnim gradivom se priporoča uporaba zaščitnih rokavic.

### 1.4. UMIVANJE IN RAZKUŽEVANJE ROK

Pred vstopom v pisarne, telovadnice, predavalnice in laboratorije, kakor tudi po rokovanju z dokumenti:

- si temeljito umijemo roke z milom in vodo ali si jih razkužimo z namenskim razkužilom za roke,
- z neumitimi rokami se ne dotikamo obraza (oči, nosu, ust), predmetov in površin.

### 1.5. PRAVILNA HIGIENA KAŠLJA IN KIHANJA

Preden zakašljamo ali kihujemo:

- si usta in nos pokrijemo s papirnatim robčkom ali z zgornjim delom rokava,
- papirnat robček po vsaki uporabi odvržemo med mešane odpadke ter si roke umijemo z milom in vodo.

### 1.6. ZRAČENJE PROSTOROV

Vsake 2 uri oz. pred menjavo ljudi v prostoru (pisarne, predavalnice, laboratoriji, telovadnice, knjižnica, študentski referat) obvezno prezračimo prostor.



## 2. POSEBNA PRIPOROČILA ZA PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2

Poleg splošnih priporočil iz točke 1 se za posamezni segment uporabljajo tudi posebna priporočila, kot so navedena v nadaljevanju.

### 2.1. PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2 MED PEDAGOŠKIM PROCESOM

Navedena priporočila za izvajanje pedagoškega procesa se uporabljajo v primeru sprejetja sklepa Vlade RS o ugotovitvi prenehanja razlogov za veljavnost Odloka Vlade RS o začasni prepovedi zbiranja ljudi v zavodih s področja vzgoje in izobraževanja ter univerzah in samostojnih visokošolskih zavodih, pri izvajanju pedagoškega procesa pa se upoštevajo tudi določbe sklepa rektorja UL z dne 15. 4. 2020 (enako tudi sklep rektorja z dne 7. 5. 2020).

Pedagoški delavec pri pedagoškem procesu ne dovoli udeležbe študentu, ki ne upošteva splošnih priporočil, navedenih v točki 1 (predvsem uporaba zaščitne varovalne opreme, ohranjanje razdalje med osebami in razkuževanje rok). Pri predavalnicah in telovadnicah z enim vhodom/izhodom naj pedagoški delavec poskrbi, da se pri vstopanju oz. izstopanju skupini študentov v prostoru izmenjata tako, da ohranjata priporočeno razdaljo med osebami. Pred izmenjavo skupin je potrebno razkuževanje predmetov in kontaktnih površin. Oseba, ki je predvidena za razkuževanje, je opredeljena pri opisu priporočil za delo v posameznih prostorih.

#### 2.1.1. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med delom v predavalnicah<sup>1</sup>

Zaradi preprečevanja zadrževanja študentov na hodniku naj bo predavalnica odprta vsaj 10 minut pred začetkom pedagoškega procesa, in sicer še posebej tam, kjer je težje ohranjati priporočeno razdaljo med osebami (VEP). V predavalnico študentje vstopajo posamezno na razdalji najmanj 1,5 do 2 m. Vrata naj bodo odprta toliko časa, da vsi študentje vstopijo v predavalnico (zmanjševanje kontaktov preko držal za odpiranje). Študentje naj si pred začetkom pedagoškega procesa ponovno razkužijo roke z namenskim razkužilom, ki se nahaja na katedru vsake predavalnice. Pedagoški delavec poskrbi, da se upošteva največje število študentov in priporočila za sedežni red, opredeljen v tabeli 1. Sedežni red je okviren, pedagoški delavec pa ga upošteva v tolikšni meri, da zagotovi priporočeno razdaljo med osebami. Uporaba obrazne zaščitne maske je v predavalnici obvezna toliko časa, dokler študentje niso na svojih mestih. Študenti lahko, ko sedijo pri predavanju oziroma opravljajo izpit in je zagotovljena distanca, zaščitno masko odložijo. V primeru da se študentu približa učitelj ali asistent na manj kot 1,5 do 2 m, naj si nadenejo maske (npr. ko učitelj pobira izpitne pole).

Po koncu pedagoškega procesa je potrebno prostor zračiti 5 do 10 minut, prav tako pa naj pedagoški delavec uporabljene predmete<sup>2</sup> (tipkovnica, miška, gumb za vklop računalnika in računalniškega zaslona ter daljinec za upravljanje projektorja) razkuži s čistilnimi robčki, ki jih pred pričetkom dela v posamezni predavalnici prevzame v tajništvu prodekanata za pedagoško dejavnost.

Mize in sedalne površine ob menjavi skupin v predavalnici razkuži čistilni servis.

Vljudno prosimo, da pedagoški delavec, v primeru, ko začne primanjkovati razkužila, to sporoči v tajništvo prodekanata.

Po uporabi računalnikov v računalniški predavalnici je potrebno le-te razkužiti, pri tem pa pedagoškemu delavcu pomagajo zaposleni v Službi za informatiko. Študentje za delo z računalniki v računalniški predavalnici lahko

---

<sup>1</sup> Predavanja in druge oblike pedagoškega procesa, ki jih je mogoče izvesti na daljavo, se v skladu s sklepom rektorja UL z dne 15. 4. 2020 v študijskem letu 2019/20 izvedejo na daljavo.

<sup>2</sup> Po do sedaj znanih podatkih iz literature na osnovi laboratorijskih raziskav novi koronavirus SARS-CoV-2 na tiskarskem in tekstilnem papirju preživi 3 ure, na kartonu 24 ur, na gladkih površinah kot so steklo in bankovci 4 dni, gladkih površinah kot sta jeklo in plastika pa 7 dni.



uporabljajo tudi zaščitne rokavice (npr. med izpitom), ki jih pedagoški delavec pred začetkom izvajanja pedagoškega procesa prevzame v tajništvu prodekanata za pedagoško dejavnost. V tem primeru se računalniška oprema razkuži po koncu pedagoškega procesa, enkrat dnevno.

Režim vhoda v VEP: vhod skozi vrata iz zastekljenega hodnika pred recepcijo bazena, izhod skozi vrata na vrhu predavalnice.

Tabela 1: Priporočen sedežni red v predavalnicah pri največjem dovoljenem številu študentov.

Predavalnica	Število študentov	Sedežni red		
		Vrsta	Sedež*	Največje št. študentov v vrsti
A, B, C in D	15	1, 3, 5, 7, 9	1, 4, 7	3
Bazenska	21	1-7	1, 3, 5	3
VEP	48	1	Vsak 3	6
		3, 5	Vsak 3	10
		7, 9	Vsak 3	14
Računalniška	12	1, 3, 5	2, 4	2
		2, 4	1, 3, 5	3
Murnikova soba	ZAPRTA do preklica			

\* Sedežni red je okviren. Predvideva najmanj 2 prosta sedeža med študenti. Pri manjšem številu študentov od največjega dovoljenega je sedežni red lahko drugačen, pri čemer pa je pomembno, da se ohranja razdalja med osebami najmanj 1,5 do 2 m.

### 2.1.2. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem vaj v telovadnicah

Zaradi preprečevanja zadrževanja študentov na hodnikih naj bo dvorana odprta vsaj 10 minut pred začetkom pedagoškega procesa, in sicer še posebej tam, kjer je pred vhomom v dvorano težje ohranjati priporočeno razdaljo med osebami (Mangart, Grintovec). V telovadnico naj študentje vstopajo posamezno na razdalji najmanj 1,5 do 2 m. Vrata naj bodo odprta toliko časa, da vsi študentje vstopijo v dvorano (zmanjševanje kontaktov preko držal za odpiranje). Pedagoški delavec poskrbi, da se upošteva največje število študentov in režim vhoda ter izhoda iz dvorane, opredeljen v tabeli 2.

Študentje naj si pred začetkom izvajanja vaj ponovno razkužijo roke z razkužilom, ki ga pedagoški delavec prevzame pri vratarju. Zaščitno masko morajo študentje nositi do pričetka vadbe, med vadbo pa jo lahko odložijo med osebno opremo. Pedagoški delavec nosi masko ves čas pedagoškega procesa. Pedagoški proces naj bo organiziran tako, da se ves čas ohranja priporočena razdalja med osebami (najmanj 1,5 do 2 m). Razdaljo je potrebno ohranjati tudi v primeru vadbe v paru. Neposredni telesni stik med študenti ni dovoljen (izjema so člani skupnega gospodinjstva). Pedagoški delavec poskrbi, da si po koncu vadbe študentje ponovno namestijo zaščitno masko.

Vaje naj bodo organizirane tako, da v največji možni meri študentje uporabljajo vsak svoj športni pripomoček. Pripomočkov za individualno vadbo naj si študentje ne izmenjujejo med seboj. Za pripravo in odstranitev rekvizitov pred in po vadbi skrbijo izključno pedagoški delavci, ki si med izvajanjem pedagoškega procesa večkrat umijejo ali razkužijo roke. Pedagoški delavci pospravijo pripomočke in jih razkužijo z razkužilom, ki ga pred začetkom pedagoškega procesa prevzamejo pri vratarju. Po končani vadbi je potrebno očistiti/razkužiti tudi tla objekta ter predmete in površine, ki se jih pogosto dotika. To stori čistilni servis. Pri uporabi razkužila je potrebno dosledno upoštevati navodila proizvajalca, še zlasti kontaktni čas (čas, ki je potreben, da razkužilo na predmetih uniči mikrobo).

Prostori se v trajanju od 5 do 10 minut prezračijo pred pričetkom in po zaključku vsake vadbe. Prostore se naj v največji možni meri prezračuje tudi med vadbo (kjer odpiranje oken ni možno se po zaključku pedagoškega



procesa odprejo vsa vrata). Vljudno prosimo, da pedagoški delavec po koncu pedagoškega procesa razkužila vrne vratarju, v primeru, ko začne primanjkovati razkužila, le-to sporoči v tajništvo prodekanata.

Več najdete na

[https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/priporocila\\_za\\_registrirane\\_sportnike.pdf](https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/priporocila_za_registrirane_sportnike.pdf)

Tabela 2: Največje število študentov in režim vhoda in izhoda iz dvorane.

Dvorana	Število študentov	Vhod	Izhod
Škrlatica	25	Vhod A	Avla
Krn	25	Avla	Avla
Grintovec	25	Ob referatu	Ob referatu
Gimnastična dvorana	20	Skozi glavna vrata	Skozi glavna vrata
Mangart	25	Vhod A	Vhod B
Fitnes pod bazenom	9	Le en vhod/izhod	Le en vhod/izhod
Plesna dvorana	15	Le en vhod/izhod	Le en vhod/izhod
Stol	15	Le en vhod/izhod	Le en vhod/izhod

#### 2.1.2.1. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem vaj v Gimnastični dvorani

Zaradi preprečevanja zadrževanja študentov na ozkem hodniku pred Gimnastično dvorano, študentje počakajo na začetek vadbe v glavni avli UL FŠ oz. na mestu, kjer lažje ohranjajo priporočeno razdaljo med osebami. V telovadnico naj študentje vstopajo posamezno na razdalji najmanj 1,5 do 2 m, in sicer 5 minut pred pričetkom ure (ki je 15 čez vsako uro). Vrata naj bodo odprta toliko časa, da vsi študentje vstopijo v dvorano (zmanjševanje kontaktov preko držal za odpiranje).

Število študentov naj bo parno zaradi varovanja pri posameznih prvinah, vendar skupno število ne sme presežati števila predlaganega v tabeli 2. Par za varovanje mora biti stalen. Že ob vpisu na dodatno vadbo morajo študenti navesti svoj par za varovanje. Dodatna vadba za študente bo mogoča od 23. 5. 2020.

Zahtevana oprema je sledeča: majica z dolgimi rokavi, dolge hlače ali pajkice, nogavice z gumiranimi podplati, lahko tudi nogavice in telovadni copati.

Pred in po vadbi, je potrebno razkužiti roke. Po vadbi pa je potrebno razkužiti orodja, ki so bila v uporabi. Za to poskrbi pedagog oz. čistilni servis. Čistilni servis po koncu vadb, 1-krat dnevno tudi posepa preprogo na parterju.

Telovadna jama se do preklica ne uporablja.

#### 2.1.3. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem vaj na zunanjih površinah

Pri izvajanju pedagoškega procesa na zunanjih površinah se smiselno upoštevajo splošna priporočila, opredeljena pod točko 1. Uporaba obraznih zaščitnih mask ni obvezna. Ostala priporočila opredeljena v točki 2.1.2. pa se upoštevajo v največji možni meri.

Več najdete na

[https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/uporaba\\_sportno\\_rekrativnih\\_povrsin\\_za\\_splet.pdf](https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/uporaba_sportno_rekrativnih_povrsin_za_splet.pdf)

#### 2.1.4. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem vaj v fitnesu



Zaradi preprečevanja zadrževanja študentov na hodniku naj bo fitness odprt vsaj 10 minut pred začetkom pedagoškega procesa. V fitness naj študentje vstopajo posamezno na razdalji najmanj 1,5 do 2 m. Vrata naj bodo odprta toliko časa, da vsi študentje vstopijo vanj (zmanjševanje kontaktov preko držal za odpiranje).

Študentje naj si pred začetkom vadbe v fitnessu ponovno razkužijo roke. Razkužilo pred začetkom pedagoškega procesa pedagoški delavec prevzame pri vratarju in mu ga po koncu tudi vrne. Pedagoški delavec naj poskrbi, da se v fitnessu nahaja največ 9 študentov (tabela 2). Pri uporabi naprav morajo študentje uporabljati svojo brisačo, po uporabi pa držala trenažerjev razkužiti. Pedagoški delavec naj poskrbi, da študentje na začetek pedagoškega procesa v fitnessu ne čakajo v predprostoru, temveč v zastekljenem hodniku pred recepcijo bazena, kjer lažje ohranjajo priporočeno razdaljo med osebami.

Zaščitno masko morajo študentje nositi do pričetka vadbe, med vadbo pa jo lahko odložijo med osebno opremo. Zaradi majhne vadbene površine priporočamo, da se pedagoški proces organizira na način, da študentje zaščitno masko uporabljajo ves čas. Pedagoški delavec nosi masko ves čas pedagoškega procesa. Pedagoški proces naj bo organiziran tako, da se ves čas ohranja priporočena razdalja med osebami (najmanj 1,5 do 2 m).

Po koncu pedagoškega procesa je potrebno prostor zračiti vsaj 10 minut, pedagoški delavec pa razkuži sedala trenažerjev. Prostor se naj v največji možni meri prezračuje tudi med vadbo. Vljudno prosimo, da pedagoški delavec v primeru, ko začne primanjkovati razkužila, le-to sporoči v tajništvo prodekanata.

#### 2.1.5. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem vaj v laboratorijih

Zaradi preprečevanja zadrževanja študentov na hodniku naj bo laboratorij odprt vsaj 10 minut pred začetkom pedagoškega procesa. V laboratorij naj študentje vstopajo posamezno na razdalji najmanj 1,5 do 2 m. Vrata naj bodo odprta toliko časa, da vsi študentje vstopijo vanj (zmanjševanje kontaktov preko držal za odpiranje).

Študentje naj si pred vstopom v laboratorij ponovno razkužijo roke z namenskim razkužilom za roke, ki se nahaja v laboratoriju. Med pedagoškim procesom v laboratoriju je nošenje zaščitne maske obvezno. Izjema so posamezni študentje, ki se jih uporabi kot demonstratorje različnih testnih protokolov in so pri tem gibalno dejavni. V tem primeru je potrebno zagotoviti ustrezno oddaljenost ostalih oseb v laboratoriju. Pedagoški delavec naj poskrbi, da se upošteva največje število študentov v laboratoriju, opredeljeno v tabeli 3. Po koncu pedagoškega procesa je potrebno prostor zračiti 5 do 10 minut, pedagoški delavec pa razkuži vse naprave in pripomočke, ki so bili v uporabi.

Vljudno prosimo, da pedagoški delavec v primeru, ko začne primanjkovati razkužila, le-to sporoči v tajništvo dekanata.

Tabela 3: Največje število študentov v posameznem laboratoriju.

Laboratorij	Število študentov
Fiziološki	12
Biomehanski/Kineziološki	12/12
Športna medicina in nutricistika	12
Biodinamski	8
Psihološki	2

#### 2.1.6. Preprečevanje okužbe s SARS-Cov-2 na bazenu

Študenti naj se ne zadržujejo v hodniku pred bazenom daljši čas, kot je to potrebno.



V prvi fazi delovanja lahko bazen sprejme 8 oseb na uro (1 plavalec na progi). Vstopa se posamično, 15 min pred pričetkom ure, z zaščitno masko ob upoštevanju varnostne razdalje 2 metrov, pred vstopom je potrebno

obvezno razkužiti roke. Slediti je potrebno oznakam in upoštevati navodila receptorja. Obuvala obiskovalci odložijo takoj po vstopu, pod klopmi ob recepciji.

Garderobe so do preklica zaprte, obiskovalci se preoblečejo na bazenu (zimskem vrtu), zato morajo imeti pod oblačili že oblečene kopalke. Po končani vadbi se obiskovalci preoblečejo na bazenu s pomočjo brisače, sušenje las s sušilci ni možno, zato priporočamo uporabo plavalnih kap in brisač.

Pred pričetkom vadbe naj se obiskovalci obvezno stuširajo na označenih tuših.

Uporaba sanitarij je možna, ob upoštevanju strogih higienskih pravil (umivanje rok z milom).

Nošenje maske je obvezno do pričetka vadbe v bazenu in ob odhodu z bazena.

Na bazenu je obisk organiziran za 2 skupini, receptor obvesti obiskovalce kateri skupini pripada, obiskovalec pa sledi oznake za svojo skupino in vstopi na bazen.

Vsaka naslednja skupina lahko prične z vstopom 15 minut pred uro in se zbere na tribunah bazena, se preobleče in počaka, da predhodna skupina zapusti bazen.

Na tribunah so označena mesta, kjer obiskovalci varno (1,5 m varnostne razdalje) počakajo na vstop v bazen in sicer skupina 1. levo od bazena, skupina 2. desno od bazena.

Bazenski prostor se zapušča posamično, po poti, kot ob prihodu in ob upoštevanju varnostne razdalje 2 metrov, obvezna je uporaba zaščitne maske.

Več najdete na

[https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/priporocila\\_za\\_registrirane\\_sportnike.pdf](https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/priporocila_za_registrirane_sportnike.pdf)

#### 2.1.7. Uporaba garderob za študente

Garderobne omarice so do preklica zaprte. Tuširanje v garderobah je do preklica prepovedano. Dovoljena je uporaba stranišč. Študentje naj na vaje prihajajo v največji možni meri predhodno ustrezno opremljeni.

#### 2.1.8. Uporaba garderob za pedagoške delavce

V garderobo se vstopa posamezno. Po uporabi garderobe se prostor ustrezno prezračiti in razkuži. Tuširanje je odsvetovano.

## 2.2. PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2 MED ZNANSTVENO-RAZISKOVALNIM DELOM

Priporočamo, da se znanstveno-raziskovalno delo, ki ne zahteva dela v laboratoriju, v največjem možnem obsegu izvede v obliki dela na domu oziroma brez osebne stika. V primerih, ko je potrebno znanstveno-raziskovalno delo izvajati v prostorih UL FŠ, se morajo raziskovalci držati protokolov Inštituta za šport, ki veljajo za posamezni laboratorij in so navedeni v nadaljevanju. Odgovorni nosilci posameznih programov in projektov na osnovi protokola posameznega laboratorija pripravijo terminski tedenski načrt dela, pri tem pa upoštevajo potrebe posameznih projektov/programov.





Pri izvajanju raziskovalnega dela doktorskih študentov se sledi enakim protokolom, kot veljajo za delo v laboratorijih Inštituta za šport, dosledno pa je potrebno upoštevati tudi splošna priporočila iz točke 1.

Vstop v prostore IK naj zaposleni predhodno najavijo po telefonu ali elektronski pošti. Vstopa se posamično. Kjer je le mogoče, se dokumenti podpisujejo elektronsko, v nasprotnem primeru se le-ti odložijo na prazno mizo pri vstopu v pisarno, kjer se ob predhodnem dogovoru tudi prevzamejo. Vstop in zadrževanje v prostorih IK je mogoč le ob spoštovanju splošnih priporočil, navedenih v točki 1 (predvsem uporaba zaščitne varovalne opreme, ohranjanje razdalje med osebami in razkuževanje rok).

#### 2.2.1 Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem doktorskega študija

Predavanja na doktorskem študiju se izvajajo na daljavo. V kolikor je pri pedagoškem procesu potrebna uporaba laboratorijev ali telovadnic, je potrebno upoštevati navodila, ki veljajo za izvajanje pedagoškega procesa.

### 2.3. PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2 MED IZVAJANJEM DELOVNIH PROCESOV NA INŠTITUTU ZA ŠPORT

Vstop in zadrževanje v prostorih organizacijskih enot IŠ je mogoč le ob spoštovanju splošnih priporočil, navedenih v točki 1 (predvsem uporaba zaščitne varovalne opreme, ohranjanje razdalje med osebami in razkuževanje rok).

V čajno kuhinjo se vstopa posamično. Po uporabi vsak posameznik s čistilnimi krpicami (vsaj 60% etanola) razkuži kontaktne površine.

Zaradi preprečevanja neposrednega stika se tiskanje in fotokopiranje izvajata izmenično. Pred uporabo fotokopirnega stroja je obvezno razkuževanje rok.

Delo v laboratorijih mora biti vnaprej najavljeno v tajništvo IŠ. Pri delu je potrebno upoštevati navodila za delo v laboratorijih, navedena v nadaljevanju.

#### 2.3.1. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med delom v CVUŠ

Vstopa se posamično. Postopek podpisovanja dokumentov in prevzemanja gradiva se izvajata v skladu z navodili strokovnega sodelavca in ob upoštevanju splošnih priporočil za preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2.

#### 2.3.2. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 v pisarni športnega centra

Pisarna športnega centra je do preklica zaprta. Delo se opravlja od doma.

#### 2.3.3. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med delom v fiziološkem laboratoriju

Pred začetkom izvajanja meritev je potrebno laboratorij zračiti najmanj 10 minut. Zaradi zmanjševanja kontaktov preko držal za odpiranje naj bodo vrata laboratorija pred začetkom izvajanja meritev odprta. Strokovni delavci ali drugi izvajalci meritev, ki v posameznem dnevu prvi izvajajo meritve, morajo pred začetkom izvajanja le-teh razkužiti delovne mize, računalnike in naprave. V času izvajanja meritev se v laboratoriju lahko nahaja največ 6 oseb, z upoštevanjem priporočene razdalje med osebami. Med delom v laboratoriju je uporaba obraznih zaščitnih mask obvezna, razen za osebo med izvajanjem testa višje intenzivnosti.



Strokovni sodelavci morajo v primeru osebnega kontakta z merjenci (odvzem vzorca iz ušesa,...) pri delu uporabljati rokavice, ki jih morajo pred kontaktom z novim merjencem zamenjati. Po koncu meritev je potrebno prostor zračiti najmanj 10 minut in razkužiti vse kontaktne površine ter naprave, ki so bile v uporabi (izjema: tekalne površine, pedali kolesa). Uporaba garderobe in tuširanje je dovoljeno le posamično. Vhod in izhod sta na istem mestu.

#### 2.3.4. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med delom v laboratoriju za športno medicino in nutricistiko

Pred začetkom izvajanja meritev je potrebno laboratorij zračiti najmanj 10 minut. Zaradi zmanjševanja kontaktov preko držal za odpiranje naj bodo vrata laboratorija pred začetkom izvajanja meritev odprta. Strokovni delavci ali drugi izvajalci meritev, ki prvi izvajajo meritve v posameznem dnevu, morajo pred začetkom izvajanja le-teh razkužiti delovne mize, računalnike in naprave. V času izvajanja meritev se v laboratoriju lahko nahaja največ 6 oseb, z upoštevanjem priporočene razdalje med osebami. Med delom v laboratoriju je uporaba obraznih zaščitnih mask obvezna. Po koncu meritev je potrebno razkužiti vse kontaktne površine, prostor pa zračiti najmanj 10 minut. Vhod in izhod sta na istem mestu.

#### 2.3.5. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med delom v biomehanskem in kineziološkem laboratoriju

Pred začetkom izvajanja meritev je potrebno laboratorij zračiti najmanj 10 minut. Zaradi zmanjševanja kontaktov preko držal za odpiranje naj bodo vrata laboratorija pred začetkom izvajanja meritev odprta. Strokovni delavci ali drugi izvajalci meritev, ki v posameznem dnevu prvi izvajajo meritve, morajo pred začetkom izvajanja le-teh razkužiti delovne mize, računalnike in naprave. V času izvajanja meritev se v laboratoriju lahko nahaja največ 12 oseb, z upoštevanjem priporočene razdalje med osebami. V primeru, da se meritve izvajajo na eni napravi, v laboratoriju ne smejo biti več kot 3 merjenci. Med delom v laboratoriju je uporaba obraznih zaščitnih mask obvezna. Pri uporabi posebnih naprav za biomehanske meritve je potrebno razkuževanje pred uporabo in po uporabi. Po meritvah je potrebno razkužiti vse kontaktne površine (izjema: pritiskovne plošče ali druge naprave, kjer ne pride do stika z rokami ali kožo), prostor pa zračiti najmanj 10 minut. Vhod in izhod sta na istem mestu. Nošenje mask je obvezno.

#### 2.3.6. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med delom v biodinamskem laboratoriju

Pred začetkom izvajanja meritev je potrebno laboratorij zračiti najmanj 10 minut. Zaradi zmanjševanja kontaktov preko držal za odpiranje naj bodo vrata laboratorija pred začetkom izvajanja meritev odprta. Strokovni delavci ali drugi izvajalci meritev, ki v posameznem dnevu prvi izvajajo meritve, morajo pred začetkom izvajanja le-teh razkužiti delovne mize, računalnike in naprave. Med delom v laboratoriju je uporaba obraznih zaščitnih mask obvezna. V primeru osebnega kontakta z merjenci (odvzem vzorca iz ušesa,...) morajo strokovni sodelavci pri delu uporabljati rokavice, ki jih morajo pred kontaktom z novim merjencem zamenjati. V času izvajanja meritev se v laboratoriju lahko nahaja največ 6 oseb, z upoštevanjem priporočene razdalje med osebami. Po meritvah je potrebno razkužiti vse kontaktne površine (izjema: tekalne površine ali pedali kolesa), prostor pa zračiti najmanj 10 minut. Uporaba garderobe in tuširanje je dovoljeno le posamično. Vhod in izhod sta na istem mestu.

#### 2.3.7. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med delom v biomehanskem delovnem prostoru

Prostor se zrači preko edinega vhoda. Strokovni delavec izvede razkuževanje prostora pred prihodom in po odhodu obiskovalcev. V laboratoriju se lahko hkrati nahajata največ 2 osebi. Uporaba obraznih zaščitnih mask se smiselno prilagodi delu in osebami v delovnem prostoru.



### 2.3.8. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem dela v psihološkem laboratoriju

Prostor se zrači preko edinega vhoda ter okna kabineta. Strokovni delavec izvede razkuževanje prostora pred prihodom in po odhodu obiskovalcev. V laboratoriju se lahko hkrati nahajata največ 2 osebi. Uporaba obraznih zaščitnih mask se smiselno prilagodi delu in osebam v delovnem prostoru.

### 2.3.9. Preprečevanje okužbe s SARS-CoV-2 med izvajanjem skupinskih meritev

Merjenci morajo ob vstopu in zadrževanju v prostorih UL FŠ upoštevati splošna priporočila, navedena v točki 1. Upošteva se največje število prisotnih v dvorani, opredeljeno v Tabeli 2. Meritve se organizira na način čim manjšega zbiranja na enem mestu oz. upoštevanja priporočene razdalje med osebami. Vsi merilci morajo obvezno uporabljati zaščitno masko. Uporaba mask ni obvezna med izvajanjem srednje in visoko-intenzivnih obremenitev. Pomembno je, da se takrat med osebami zagotovi ustrezna varnostna razdalja.

## 2.4. PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2 MED IZVAJANJEM DELOVNIH PROCESOV ŠTUDENTSKEGA REFERATA ZA PRVO IN DRUGO STOPNJO

Večina storitev se izvaja elektronsko in po pošti, po vzpostavljenih in objavljenih protokolih (v e-Učilnici in na spletu). V času uradnih ur poteka poslovanje tudi po telefonu.

V primeru potrebe po neposrednem poslovanju, je potrebno obisk predhodno najaviti po e-pošti ali telefonu.

V Študentski referat se vstopa posamično. V primeru, da bi za vstop v Študentski referat na hodniku čakalo več študentov, naj bo razdalja med njimi vsaj 1,5 do 2 m. Uporabniki naj si pred vstopom v pisarno razkužijo roke in se čim manj dotikajo predmetov in površin. Pri vstopu v referat je obvezna uporaba zaščitne maske.

Prejeto dokumentacijo se takoj zabeleži v elektronske evidence, odloži na ustrezno mesto ter v nadaljevanju ne uporablja vsaj en dan.

Študentski referat se sproti zrači, temeljiteje pa po nekaj obiskih.

Za študijsko leto 2020/21 se predvideva vpis (v vse letnike) brez osebne prisotnosti sprejetih kandidatov oz. študentov (samo s pošiljanjem dokumentov s pošto, v obeh smereh).

## 2.5. PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2 MED IZVAJANJEM DELOVNIH PROCESOV ŠTUDENTSKEGA REFERATA ZA TRETJO STOPNJO IN MEDNARODNE PISARNE

Vstop je mogoč le ob upoštevanju splošnih priporočil, navedenih v točki 1. Komunikacija s študenti in zaposlenimi naj se v čim večji meri izvaja telefonsko ali preko elektronske pošte. Prihod v pisarno je mogoč samo ob predhodni najavi po telefonu ali elektronski pošti. O spremenjenem načinu poslovanja se doktorske študente obvesti po elektronski pošti. Pri osebni oddaji dokumentov, naj osebe vstopajo posamično. Dokumente se odloži na prazno mizo pri vstopu v pisarno, kjer se ob predhodnem dogovoru tudi prevzamejo.

## 2.6. PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2 MED DELOVNIM PROCESOM KNJIŽNICE

Obiskovalci knjižnice (zaposleni, študenti,...) morajo upoštevati splošna priporočila, navedena v točki 1 (predvsem uporaba zaščitne varovalne opreme, ohranjanje razdalje med osebami in razkuževanje rok).

Pri poslovanju knjižnice s študenti naj se upoštevajo naslednja priporočila:



- možna izposoja le predhodno naročenega gradiva, za izposajo se je potrebno dogovoriti po elektronski pošti [library@fsp.uni-lj.si](mailto:library@fsp.uni-lj.si) ali preko telefona (01) 520 77 47. Naročeno gradivo je potrebno prevzeti v 3 dneh od prejema obvestila,
- čitalnica je do preklica zaprta,
- vstopa se posamično,

- v primeru, da bi za vstop v knjižnico na hodniku čakalo več obiskovalcev, naj bo razdalja med njimi vsaj 1,5 do 2 m,
- obiskovalci naj se čim manj dotikajo predmetov in površin,
- prepovedana je prosta izbira in dotikanje knjig s strani obiskovalcev,
- zaposleni naj se na izposoji izmenjata na 3 ure,
- umivanje ali razkuževanje rok s strani zaposlenih je obvezno pred dotikanjem knjig, kakor tudi po stiku z denarjem, člansko izkaznico ali vrnjenim gradivom (v primeru, da pri delu ne uporabljajo rokavic),
- potrebno je ločiti nečisto pot gradiva (vrnjeno gradivo) od čiste poti (gradivo za izposajo),
- vrnjeno gradivo je potrebno dati za 7 dni v karanteno.

Pri poslovanju knjižnice s študenti naj se upoštevajo tudi naslednja priporočila:

- študentje si lahko hkrati izposodijo do 5 enot knjižničnega gradiva, študentje, ki zaključujejo študij, pa do 10 enot,
- gradivo, ki mu je v času zaprtja knjižnice potekel rok izposoje, lahko študentje brez stroškov zamudnine za navedeno obdobje vrnejo do vključno dne 5. 6. 2020. Zamudnina se za čas od 12. 3. 2020 do 5. 6. 2020 ne obračuna.

## 2.7. PREPREČEVANJE OKUŽBE S SARS-CoV-2 MED IZVAJANJEM DRUGIH DELOVNIH PROCESOV PEDAGOŠKIH, ZNANSTVENO-RAZISKOVALNIH, STROKOVNO-ADMINISTRATIVNIH IN TEHNIČNIH DELAVCEV

### 2.7.1. Delo v pisarnah

Vse pripomočke, ki jih uporablja več oseb (npr. računalnik, telefon,...), je potrebno po uporabi razkužiti. Pedagoški in znanstveno-raziskovalni delavci naj v času razglašene epidemije delo v čim večji meri opravljajo od doma.

Pri strokovno-administrativnih in tehničnih delavcih je potrebno v pisarnah, kjer je več oseb, postaviti mize tako, da bo zagotovljena oddaljenost najmanj 1,5 do 2 m. Če to ni mogoče, se strokovno-administrativnim delavcem izmenično odredi delo od doma.

### 2.7.2. Sestanki

Pri izvedbi neposrednih sestankov je potrebno zagotoviti osebno razdaljo najmanj 1,5 do 2 m, v nasprotnem primeru je obvezna je uporaba zaščitnih mask. Po zaključku sestanka čistilni servis razkuži površine. Priporoča se izvedba sestankov na daljavo z uporabo ustreznih tehnologij, še posebno v primeru udeležbe zunanjih deležnikov. Največje priporočeno število oseb v Murnikovi sobi je 10, v sejni sobi Inštituta za šport pa 6.

### 2.7.3. Uporaba čajne kuhinje in galerije nad dvorano Škrlatice

Galerija na Škrlatico je do preklica zaprta.

V čajno kuhinjo se vstopa posamično. Po uporabi vsak posameznik pomije posodo za seboj in razkuži kontaktne površine. Odsvetujemo uporabo samopostrežnih aparatov za napitke.



#### 2.7.4. Rokovanje s pošto

Vsa pošta, ki prispe na fakulteto, gre pred razdelitvijo za 1 dan v karanteno. Pošto v karanteni hrani tajništvo dekanata. Pri rokovanju s pošto se priporoča uporaba zaščitnih rokavic.

#### 2.7.5. Podpisovanje dokumentov

Dokumenti se dekanu dostavijo v podpis v tajništvo dekanata enkrat dnevno, in sicer najkasneje do 11:00 ure. Izjema so nujne zadeve. Prezem podpisanih dokumentov se opravi po 13:00 uri. Dokumente dostavlja in prevzema ena oseba. Navedeno velja do vzpostavitve elektronskega podpisovanja, ki ga bo potrebno uporabljati povsod, kjer je to mogoče.

Ljubljana, dne 10. 5. 2020

Dekan:  
prof. dr. Damir Karpljuk, l.r.