



## Načrt in navodila za delovanje Alma Mater po 18. 5. 2020 – Covid-19 ALMA MATER

- Glede na navodila ministrstva pristojnega za visoko šolstvo, se študijsko leto 2019/2020 zaključí v virtualnem okolju. V fizičnem prostoru zavodov se izvede le tisto, česar ni moč izvesti v virtualnem okolju – na daljavo: laboratorijske vaje, klinične vaje, preizkusi nadarjenosti.
- Alma Mater sledi navodilom ministrstva in zato v fizičnem okolju zavodov omogoči tiste aktivnosti, ki jih ni mogoče opraviti na daljavo z ustreznimi nadomestnimi oblikami, vključeno z nekaterimi oblikami preverjanja znanja.
- Opravljanje kliničnega in praktičnega usposabljanja ni predmet tega dokumenta. Podrobnejša navodila za vsak zavod posebej posreduje koordinator kliničnega usposabljanja.
- Ta dokument urejuje načrt in navodila za opravljanje laboratorijskih ter drugih praktičnih vaj v prostorih Alma Mater.
- Spodaj predlagani ukrepi veljajo po potrditvi in do preklica s strani krizne odločitvene skupine v sestavi: prof. dr. Ludvik Toplak, doc. dr. Barbara Toplak Perovič, Katarina Pernat, Tina Kavtičnik, Mladen Herc
- Upošteva se priporočila NIJZ ter splošne preventivne ukrepe:
  - 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).



Navodilo/ priporočilo	Ukrepi:	Opombe
<p><b>NAVODILO</b></p>	<p><b>Dostop v prostore Alma Mater</b></p> <p><b>Vstopne točke so:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• stavba Slovenska 17 (glavni vhod), Maribor (vhod in izhod sta ločena) – oznaka na tleh</li> <li>• stavba Neubergerjeva 31, Ljubljana – vhod in izhod sta ločena – oznake na vratih in tleh</li> <li>• stavba Lendavska 9, Murska Sobota</li> <li>• stavba Trubarjeva 1, Koper</li> </ul> <p><b>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.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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.</li> </ul>
<p><b>NAVODILO</b></p>	<p><b>Navodila za izvajanje pouka</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pouk in študijsko leto 2019/2020 se zaključi na daljavo z dovoljenimi izjemami od 18. 5. 2020 dalje.</li> <li>• Študenti in učitelji dosledno upoštevajo.. Prav tako naj dosledno upoštevajo vsa navodila, ki jih izdajo zavodi, gospodarski subjekti ter druge institucije, kjer potekajo vaje in druga usposabljanja v okviru študijskega procesa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fizični stik med predavatelji in študenti se omeji na minimum (v primerih, ko izvedba ni možno brez stika).</li> <li>• Govorilne ure se izvajajo preko elektronske pošte ali po dogovoru z izvajalci preko ZOOM ali SKYPE konferenc.</li> <li>• Študente se obvešča preko sistema Moodle, preko spletne strani, e-mailov.</li> <li>• Študijske obveznosti so študenti dolžni opravljati v skladu z navodili, ki jih prejmejo od izvajalcev študijskega programa.</li> <li>• Ob primeru slabega počutja, vročini, znakih prehlada, glavobolu ali drugih znakih akutne okužbe dihal, se študent študijskega procesa na lokacijah Alma Mater ne udeležijo. O slabem počutju nemudoma obvesti nosilca predmeta ter referat. Njegova</li> </ul>



		odsotnost bo evidentirana, določene mu bodo nadomestne študijske obveznosti. Po telefonu naj se posvetuje z zdravstveno službo, kjer bo prejel navodila o nadaljnjem ravnanju.
NAVODILO	<b>Uporaba dvigal:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dvigalo lahko naenkrat uporablja največ 1 oseba.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nasploh se priporoča uporaba stopnišč.</li></ul>
NAVODILO	<b>Zračenje in razkuževanje:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Predavalnice se redno in večkrat dnevno zrači, za kar poskrbi Alma Mater.</li><li>• Po vsakih vajah in daljšem zadrževanju v prostorih, se poskrbi za temeljito razkuževanje in zračenje.</li><li>• V vseh prostorih so nameščena razkužila za roke.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Prisilno prezračevanje do nadaljnjega deluje na maksimalni jakosti.</li></ul>

### Izvedba v prostorih Alma Mater po 18. 5. 2020

V prostorih Alma Mater na vseh štirih lokacijah je do nadaljnjega določena maksimalna kapaciteta. V tabeli spodaj je določeno maksimalno število oseb, ki se lahko naenkrat zadržujejo v predavalnici.

#### Navodila za izvedbo v predavalnicah:

- Pred vstopom v predavalnico izvajalec vaj, predavanj izmeri vsem študentom telesno temperaturo.
- Študenti so pred prihodom v predavalnice 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.
- 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 prezrači (vsaj 15 minut).
- Razkuževanje prostorov je dvakrat dnevno.



PROSTOR	ŠT. SEDEŽEV	ŠTEVILO SEDEŽEV (ukrepi covid-19)
<b>MARIBOR</b>		
MB - Slomš. dvor.	256	45
MB- telovadnica / GYM	200	36
MB - Senatna soba	20	5
MB - PA	30	8
MB - KA	30	8
MB - Zavod Terapija	/	/
MB - 1A	30	8
MB - Velika pred.	120	35
MB - 1C	30	8
MB - Študentska soba	/	/
MB - 2A	30	10
MB - 2B	18	4
MB - 2C-Laboratorij	30	6
MB - 3A	32	8
MB - 3B	30	6
MB - 3C	32	8
MB - 3D	45	10
MB - 3E	32	6
MB - 4A	30	6
<b>KOPER</b>		
KP - Sala 1	180	40
KP - Sala 2	20	5
KP - Sala 3	20	5
KP - Sala 4	50	15
<b>LJUBLJANA</b>		
LJ - Pred. 1 N31	100	20
LJ - Pred. 2 N31	20	5
LJ - Prešernova dv. (Kardeljeva pl. 1)	100	20
Lj - Kardeljeva	50	20
<b>MURSKA SOBOTA</b>		
MS - Učilnica 1	40	8-10
MS - Učilnica 2	40	8-10
MS - Učilnica 3	40	8-10
MS - Učilnica 4	15	3
MS - Učilnica 6	100	35
MS - Triglav	180	40





## Splošno o koronavirusu SARS-CoV-2 in navodila za preprečevanje okužbe

Novi koronavirus SARS-CoV-2 povzroča bolezen, ki jo imenujemo bolezen **COVID-19**.

**Bolezen COVID-19** je precej podobna drugim okužbam dihal, kot je npr. gripa. Bolezen se kaže s slabim počutjem, utrujenostjo, bolečinami v mišicah, vročino nad 38°C, kašljem in pri težjih oblikah z občutkom težkega dihanja. Podatki kažejo, da bolezen v kar **80 % poteka blago in jo ljudje prebolijo brez zapletov**.

*Splošne informacije o novem koronavirusu. Vir: Vlada Republike Slovenije*

Pri preprečevanju okužbe z novim koronavirusom SARS-CoV-2 je tako kot pri drugih nalezljivih boleznih, ki povzročajo okužbe dihal, priporočljivo upoštevati naslednje vsakodnevne preventivne ukrepe:

- **Izogibamo se tesnim stikom z ljudmi, ki kažejo znake nalezljive bolezni; razdalja naj bo vsaj 1,5 metra.**
- **Ne dotikamo se oči, nosu in ust.**
- V primeru, da zbolimo, **ostanemo doma**.
- Upoštevamo pravila higiene kašlja.
- Redno si umivamo roke z milom in vodo.
- V primeru, da voda in milo nista dostopna, **za razkuževanje rok uporabimo namensko razkužilo za roke**. Vsebnost etanola v razkužilu za roke naj bo najmanj 60 %. Razkužilo za roke je namenjeno samo zunanji uporabi. Sredstva za čiščenje oziroma razkuževanje površin niso namenjena čiščenju ali razkuževanju kože.
- Glede na trenutno epidemiološko situacijo **splošna uporaba zaščitnih mask ni potrebna**.
- V času povečanega pojavljanja okužb dihal se **izogibamo zaprtih prostorov**, v katerih se zadržuje veliko število ljudi. Poskrbimo za redno **zračenje zaprtih prostorov**.

## Navodila in priporočila za študente

### Kako ukrepa študent, če zboli s simptomi COVID-19 (akutne okužbe dihal)?

**Pravilna higiena kašlja**  
— Novi koronavirus SARS-CoV-2 —

- 1 Preden zakašljate/kihnete si pokrijte usta in nos s papirnatim robčkom.
- 2 ali Zakašljajte/kihnite v zgornji del rokava.
- 3 Papirnat robček po vsaki uporabi odvrzite v koš.
- 4 Po kašljanju/kihanju si umijte roke z milom ter vodo.

**Nasveti za umivanje rok**  
— Novi koronavirus SARS-CoV-2 —

- 1 Roke najprej dobro splaknemo pod toplo tekočo vodo.
- 2 Z milom, ki ga nanesemo po celotni površini rok, si drgnemo roke 1 minuto po vseh predelih (dlani, hrbtišča, med prsti, palca in tudi pod nohti obeh rok).
- 3 Milo dobro speremo z rok s toplo vodo.
- 4 S papirnato brisačo za enkratno uporabo si roke obrišemo do suhega. Pipo zapremo s papirnato brisačo in pazimo, da se je z umitimi rokami ne dotaknemo več.

Več informacij na spletni strani Nacionalnega inštituta za javno zdravje: [www.nijz.si](http://www.nijz.si) NIJZ

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

Če študent zboli s simptomi in znaki akutne okužbe dihal (vročina, kašelj, težko dihanje ali slabo počutje, zaradi katerega ste npr. vzeli zdravilo proti vročini itd.), ali je bil v tem obdobju v tesnem stiku z bolnikom, pri katerem je bila potrjena ali verjetna (test še nejasen) okužba z novim koronavirusom (zadnje podatke o območjih z lokalnim širjenjem ali širjenjem v skupnostih ter definicijo tesnega stika najdete na [spletni strani NIJZ](#); na tej strani je opisana tudi definicija verjetnega in potrjenega primera), naj ostane doma in se ne udeležuje organiziranih oblik pouka oziroma se umakne v ločen prostor ter drži vseh preventivnih ukrepov (vzdržuje razdaljo vsaj 1,5 metra stran od ostalih ljudi, higiena rok, higiena kašlja, razkuževanje površin, prezračevanje prostorov). Študent naj se po telefonu posvetuje z zdravstveno službo (izbrani osebni zdravnik v rednem delovnem času, dežurna zdravstvena služba izven delovnega časa), kjer bo prejel navodila o nadaljnjih ukrepih.



ALMA MATER  
EUROPAEA  
ECM



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



ALMA MATER  
EUROPAEA  
— AKADEMIJA ZA PLES —

## Dodatne informacije

Nacionalni inštitut za javno zdravje - [spletna stran](#)

Ministrstvo za zdravje - [spletna stran](#)

Telefonske informacije NIJZ

Vsak dan med 9. in 17. uro je na NIJZ odprta telefonska številka za splošno javnost: 031 646 617, na kateri je zdravnik na voljo za pogovor z zaskrbljenimi prebivalci in jim skuša odgovoriti na njihova specifična vprašanja.