

HIGIENSKA PRIPOROČILA ZA PREPREČEVANJE ŠIRJENJA OKUŽBE Z VIRUSOM SARS-CoV-2 PRI OBISKOVANJU KINA, GLEDALIŠČ IN GLASBENIH PRIREDITEV

26. 04. 2021

Izvajanje navedenih dejavnosti je pogojeno z določili vladnih odlokov glede sproščanja dejavnosti ob pojenjanju epidemije COVID-19 ter dodatnimi določili (npr. glede dovoljenega števila zbiranja ljudi, površine na posameznega uporabnika, testiranja...).

Novi koronavirus se najpogosteje prenaša preko izločkov iz dihal med ljudmi, ki so tesno skupaj, oziroma preko onesnaženih rok.

Prenosi so posebej pogosti v zaprtih prostorih, kjer se zadržuje več ljudi in so slabo prezračevani.

Upoštevajmo priporočila glede vzdrževanja **medosebne razdalje, pravilnega nošenja maske, higiene rok in higiene kašlja, učinkovitega prezračevanja.**

Virus v okolico izločamo s kihanjem, kašljanjem, glasnim govorjenjem, zato je priporočena medosebna razdalja vsaj 1,5 oz. 2 metra.

V primeru, da je ta razdalja manjša, je tveganje za okužbo večje.

Ob kihanju, kašljanju ali neposrednem dotikanju površin ali predmetov z onesnaženimi rokami virus nanese na različne predmete in površine, kot so mize, delovne površine, gumbi na vratih, ročaji, držaji in ograje, denar... Drugi ljudje se lahko okužijo tako, da se dotaknejo teh onesnaženih površin, nato pa se dotaknejo oči, nosu ali ust, ne da bi si prej umili roke.

Roke zato vedno smatramo kot onesnažene, izjema je le neposredno po njihovem umivanju ali razkuževanju.

Z upoštevanjem vseh navedenih ukrepov zmanjšamo možnost za prenos povzročitelja okužbe in s tem ščitimo sebe in druge, ne moremo je pa povsem odpraviti.

Za pravilno izvajanje zaščitnih ukrepov je odgovoren tudi vsak posameznik.

Poleg ustaljene dobre higienske prakse, ki velja za posamezne dejavnosti, je za preprečevanje širjenja okužbe z virusom SARS-CoV-2 treba upoštevati še dodatne ukrepe, ki jih navajamo v nadaljevanju.

Splošni ukrepi, ki naj jih upoštevajo vsi - zaposleni in obiskovalci:

- Splošni ukrepi za zaščito pred okužbo z novim koronavirusom: **Preprečevanje okužbe z virusom SARS-CoV-2:** <https://www.nijz.si/sl/preprecevanje-okuzbe-z-virusom-sars-cov-2-v-obdobju-sproscanja-ukrepov>
- Plakati, infografike naj bodo izobešeni na več vidnih mestih:
 - **Umivanje rok:**
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/navodila_higiena-rok_splosna-javnost.pdf
 - **Higiena kašlja:**
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/navodila_higiena-kaslja_0.pdf
 - **Pravilna namestitvev maske:**
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/maske2_lektorirano.pdf
 - **Kaj lahko storim, da preprečim širjenje novega koronavirusa:**
https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/plakat_navodila_preprecitev-sirjenja.pdf
- Zaposleni in obiskovalci (razen otroci do vključno 5. leta starosti) naj na prireditvah v zaprtem prostoru nosijo maske, tako ob prihajanju in odhajanju na prireditve, kot med samo prireditvijo. Enako priporočamo, naj obiskovalci nosijo masko tudi na prireditvah na prostem (zaradi velikega števila ljudi, glasnega govorjenja, premikanja). Maska mora biti nameščena pravilno in naj sega od korena nosu do pod brado, med nošenjem naj se je oseba ne dotika. Zamenja naj jo na dve do tri ure oziroma prej, če se zmoči. Pred namestitvijo maske in po njeni uporabi naj si temeljito umijejo ali razkužijo roke.
- Upoštevajo naj priporočeno medosebno razdaljo vsaj 1,5 oz. 2 metra v vse smeri (sede 1,5 metra, med gibanjem ali čakanjem v vrsti 2 metra).
- Pogosto naj si umivajo ali razkužujejo roke (npr. z razkužilom na osnovi 60 do 80 % alkohola).
- Naj se ne dotikajo obraza, zlasti ne ust, nosu in oči, preden so roke umite ali razkužene.
- Upoštevajo naj higieno kihanja, kašlja.
- Zaposleni in obiskovalci (razen otroci do vključno 5. leta starosti) naj na prireditvah v zaprtem prostoru nosijo maske, tako ob prihajanju in odhajanju na prireditve, kot med samo prireditvijo. Na prireditvah na prostem se masko priporoča v primeru, da ni mogoče zagotoviti medosebne razdalje 1,5m do 2m. Maska mora biti nameščena pravilno in naj sega od korena nosu do pod brado, med nošenjem naj se je oseba ne dotika. Zamenjajo naj jo na dve do tri ure oziroma prej, če se zmoči. Pred namestitvijo maske in po njeni uporabi naj si temeljito umijejo ali razkužijo roke.

- Čim manj naj se dotikajo različnih predmetov in površin, le toliko, kot je nujno.
- Priporočamo brezstično poslovanje (rezervacije, nakup kart preko spleta, registracija ob vstopu v dvorano).

V kompleks kinodvoran, gledališč in prostorov za kulturne prireditve pogosto sodijo tudi druge storitve (npr. gostinske, športno-rekreativni objekti, trgovine...). V teh primerih priporočamo smiselno upoštevanje priporočil za različne storitvene dejavnosti, dostopnih na: <https://www.nijz.si/sl/sproscanje-ukrepov-covid-19>

V kolikor ima objekt igrala, naj bo med igrali dovolj prostora, da lahko osebe ohranjajo medosebno razdaljo vsaj 2m. Po uporabi igral si je potrebno dobro umiti roke z milom in vodo. Starši naj opozarjajo otroke, da se med igro z rokami ne dotikajo ust, nosu ali oči. V primeru, če milo in voda nista na voljo, lahko odrasli in starejši otroci, ki varno uporabljajo razkužilo za roke, uporabijo tudi namensko razkužilo za roke, ki vsebuje npr. 60-80% alkohola. Igrala je treba redno čistiti.

Dodatni ukrepi za zaposlene:

- Največje število obiskovalcev v prostoru naj bo prilagojeno velikosti prostora z upoštevanjem priporočene medosebne razdalje vsaj 1,5 oz. 2 metra ter določilom vladnega odloka.
Za zmanjševanje možnosti prenosa okužbe je pomembno, da je v prostoru hkrati čim manj ljudi. Poleg števila ljudi so pomembni tudi površina in prostornina prostora na posamezno osebo, učinkovitost prezračevanja, čas zadrževanja oseb v prostoru itd.
- Zagotovljena mora biti možnost umivanja in razkuževanja rok za zaposlene ter za obiskovalce. Podajalniki razkužila naj bodo nameščeni na vhodu ter glede na velikost objekta in prostorov še na več vidnih mestih ter na izhodih. Podajalniki za razkužilo naj bodo nameščeni tako, da jih je možno doseči tudi z invalidskega vozička.
- Zaposleni naj bodo pozorni, da si obiskovalci ob vstopu v objekt razkužijo roke in da pravilno nosijo maske.
- Zaposleni naj si pogosto umivajo ali razkužujejo roke (npr. po uporabi telefona, računalnika, blagajne, denarja...).
- Zaposleni naj pogosto čistijo ali razkužujejo površine, ki se jih ljudje pogosto dotikajo.
- Po koncu vsakega dogodka je treba očistiti in razkužiti vse površine, s katerimi so bili obiskovalci v neposrednem stiku (naslonjala za roke, vrata, kljuke, pulti...).
- Sedeži v predprostorih ali na hodnikih naj bodo postavljeni oz. označeni tako, da je med uporabniki priporočena medosebna razdalja.

- Pred blagajno naj bodo talne oznake za čakajoče na razdalji 2 metrov. V ta namen se lahko uporabijo tudi usmerjevalni stebrički s trakovi.
- Če je dvoran več, naj bo urnik predvajanja filmov in predstav časovno ali prostorsko prilagojen tako, da gledalci ne prihajajo in odhajajo hkrati.
- Če je v isti dvorani več zaporednih predstav, naj bo čas med dvema predstavama dovolj dolg, da se izvede čiščenje in razkuževanje ter še dodatno temeljito prezračenje pred naslednjo predstavo.
- Postavitve ali oznake sedežev, ki so v uporabi, naj zagotavljajo medosebno razdaljo vsaj 1,5 metra v vse smeri, izjema so člani istega gospodinjstva in ljudje, ki so sicer v tesnih stikih. Zaposleni naj usmerjajo in nadzirajo dostopanje do prostih sedežev tako, da ne bo prihajalo do križanja poti obiskovalcev. Obiskovalci naj vstopajo v takšnem redu, da najprej zapolnijo od vhoda bolj oddaljene sedeže in šele nato postopoma bližje. Prostor naj najprej zapustijo obiskovalci s sedežev, ki so najbližji izhodu. Za izhod gledalcev, v izogib gneči, priporočamo tudi uporabo izhodov v sili. Poskrbeti je treba tudi za ustrezna mesta in razdalje za obiskovalce na invalidskem vozičku ter njihove spremljevalce.
- Za čiščenje in razkuževanje prostorov naj se smiselno uporabljajo navodila iz dokumenta Priporočila 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>
- Higienska priporočila za uporabo in čiščenje javnih sanitarij v času širjenja okužbe s SARS-CoV-2: https://www.nijz.si/sites/www.nijz.si/files/uploaded/higienska_navodila_za_uporabo_in_ciscenje_javnih_sanitarij.pdf
- Vse prostore je treba **stalno in učinkovito zračiti**. Pred pričetkom in po koncu vsake predstave naj se prostore še dodatno temeljito prezračijo. V primeru mehanskega prezračevanja zrak ne sme krožiti. Podrobnejša navodila za izvedbo prezračevanja in varno uporabo prezračevalnih sistemov najdete v Navodilih za prezračevanje prostorov izven zdravstvenih ustanov v času širjenja okužbe s SARS-CoV-2: <https://www.nijz.si/sl/navodila-za-prezracevanje-prostorov-izven-zdravstvenih-ustanov-v-casu-sirjenja-okuzbe-covid-19>
- V kolikor ima predstava več dejanj, naj se dodatno učinkovito zračenje izvaja tudi med odmori.
- Na blagajnah naj se za dodatno zaščito zaposlenih namestijo zaščitni zasloni npr. iz stekla pleksi.
- Odsvetujemo nudenje hrane in pijače.
- Upravljalci naj svoje obiskovalce informirajo o splošnih higienskih ukrepih s plakati, preko zvočnih opozoril ali s predfilmom.

Gledališke in glasbene predstave:

- Ugotovitve raziskav kažejo, da pri izvajanju dejavnosti, kot so glasno govorjenje, petje, ples, igranje na pihalne in trobilne inštrumente, zaradi večje glasnosti, intenzivnejših izdihov, večjega pretoka zraka, forsiranega sproščanja izdihanega zraka, večje fizične aktivnosti ... nastaja aerosol v večjih količinah, kot pri običajnem govorjenju, zato se pri tem možnost za prenos okužbe z virusom SARS-CoV-2 poveča.
- **Razdaljo med nastopajočimi**, potrebno **osebno varovalno opremo** zanje ter ostala natančnejša navodila za zaposlene na posameznih delovnih mestih poda pooblaščen specialist medicine dela, prometa in športa glede na tveganja, vezana na posamezno delovno mesto (igra, petje, tip glasbil (pihala, trobila)...). Spletna stran medicine dela, prometa in športa je dostopna na naslednji povezavi:
<https://www.anticovid.zmdps.si/>
- **Razdalja med nastopajočimi in gledalci:**
 - Pri predstavah si je treba prizadevati za čim večjo možno razdaljo med nastopajočimi in gledalci.
 - Na predstavah, kjer prihaja do večje tvorbe aerosola (npr. glasno govorjenje, petje, igranje na pihala, trobila), naj bo razdalja vsaj 4 metre, za večjo varnost tudi več.
 - Priporočena razdalja velja v zaprtih prostorih, kot tudi na prostem.

Dodatni ukrepi za obiskovalce:

- Obiskovalci naj spremljajo prireditev sede, mirno, na svojih mestih, brez sodelovanja z nastopajočimi - brez glasnega govorjenja, petja, glasnega odobravanja, vpitja..., saj na ta način preprečujemo nastajanje in sproščanje večje količine aerosola.
- Starejši in bolniki s kroničnimi nenalezljivimi boleznimi z večjim tveganjem za težji potek bolezni naj razmislijo o nujnosti in času obiska predstave dokler se epidemiološke razmere ne izboljšajo, razen, če so covid-19 že preboleli (pred manj kot 6 meseci) oz. so bili cepljeni in se je po cepljenju že ustvarila zaščita.

Reference:

- Alsved M, Matamis A, Bohlin R, et al. Exhaled respiratory particles during singing and talking. *Aerosol science and technology* 2020, vol. 54, no. 11, 1245–1248
doi.org/10.1080/02786826.2020.1812502

- Asadi S et al. Aerosol emission and superemission during human speech increase with voice loudness. Sci Rep 2019 Feb 20;9(1):2348. DOI: 10.1038/s41598-019-38808-z
- Gregson FKA, Watson NA, Orton CM, et al.: Comparing the Respirable Aerosol Concentrations and Particle Size Distributions Generated by Singing, Speaking and Breathing. ChemRxiv. 2020. Preprint. doi.org/10.26434/chemrxiv.12789221.v1
- Hamner L. in sod. High SARS-CoV-2 Attack Rate Following Exposure at a Choir Practice - Skagit County, Washington, March 2020. US Department of Health and Human Services/Centers for Disease Control and Prevention. Morbidity and Mortality Weekly Report May 15, 2020 Vol. 69 (19)
- Stadnytskyi V in sod. The airborne lifetime of small speech droplets and their potential importance in SARS-CoV-2 transmission. PNAS June 2, 2020 Vol. 117 (22) 11875–11877
- Bourouiba L. Turbulent Gas Clouds and Respiratory Pathogen Emissions. Potential Implications for Reducing Transmission of COVID-19. JAMA. 2020;323(18):1837-1838. doi:10.1001/jama.2020.4756
- Klompas M, Baker M A, Rhee C. Airborne Transmission of SARS-CoV-2. Theoretical Considerations and Available Evidence. JAMA. 2020;324(5):441-442. doi:10.1001/jama.2020.12458
- Jones N R, Qureshi Z U, Temple R J, Larwood J P J, Greenhalgh T, Bourouiba L. Two metres or one: what is the evidence for physical distancing in covid-19? BMJ 2020;370:m3223 <http://dx.doi.org/10.1136/bmj.m3223>. Published: 25 August 2020
- Zhang R, Li Y, Zhang A L, Wang Y, Molina M J. Identifying airborne transmission as the dominant route for the spread of COVID-19. PNAS June 30, 2020 117 (26) 14857-14863; first published June 11, 2020 <https://doi.org/10.1073/pnas.2009637117>
- GOV.UK: Guidance Coronavirus (COVID-19): Organised events guidance for local authorities. Updated 19 April 2021. S spletne strani vzeto 23. 4. 2021: <https://www.gov.uk/government/publications/coronavirus-covid-19-organised-events-guidance-for-local-authorities/coronavirus-covid-19-organised-events-guidance-for-local-authorities#guidance>
- CDC: Guidance for Organizing Large Events and Gatherings. S spletne strani vzeto 23. 4. 2021: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/large-events/considerations-for-events-gatherings.html>
- Government of Alberta. GUIDANCE FOR SINGING & VOCAL PERFORMANCES spletne strani vzeto 23. 4. 2021: <https://open.alberta.ca/dataset/a5aa8239-4eef-4dd2-a8e0-c81912d8b6e0/resource/85638d70-d5a5-419d-ae61-579089f8b82e/download/covid-19-relaunch-guidance-for-singing-and-vocal-performance.pdf>