



## PRIJEDLOG MJERA ZA PROVOĐENJE REKREATIVNIH AKTIVNOSTI U ZATVORENIM PROSTORIMA

Nastavno na preporuku Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo od 11. svibnja 2020. godine koje se odnosi na gore navedene aktivnosti, donosimo nadopunjeni prijedlog mjera:

- 1) Mjerenje temperature na ulazu. Svaka osoba prilikom ulaska u poslovni prostor mora izmjeriti temperaturu sa za to primjerenim (beskontaktnim) toplomjerom. Osobe mogu temperaturu sami sebi mjeriti. Preporučuje se da svi korisnici izmjere svoju tjelesnu temperaturu prije dolaska u objekt. Ako je temperatura u jutarnjim satima viša od 37,2°C i osoba osjeća simptome te znakove bolesti, mora se javiti svome liječniku obiteljske medicine i ne dolaziti u objekt.
- 2) Upisivanje vrijeme dolaska i odlaska, s imenom te kontaktom.
- 3) Dezinfekcija ruku i nogu. Prilikom ulaska u objekt, dezinfekcija ruku je obavezna. Ukoliko je moguće, na ulazu postaviti i specijaliziranu dezinfekcijsku podlogu za obuću. Podloga ili jednokratne medicinske navlake za obuću su obavezne ukoliko se prolazi kroz prostor za vježbanje.
- 4) Maske obavezne. Maska je obavezna od trenutka ulaska do trenutka izlaska iz objekta. Maska se može spustiti samo za vrijeme vježbanja, a prilikom kretanja kroz prostor i komuniciranja s drugim osobama, mora se propisno vratiti. Djelatnicima se preporučuje stalno nošenje maski.
- 5) Dezinfekcija rekvizita i podloge na kojoj se vježba. Ako je moguće, svaki vježbač na recepciji može dobiti svoje sredstvo koje koristi za vrijeme vježbanja, a po završetku ga vraća na recepciju. Ako nije, potrebno je osigurati na svakih 50m<sup>2</sup> najmanje tri prenosiva dezinficijensa za opremu i rekvizite.
- 6) Razmak 2 metra. Potrebno je osigurati razmak između svih osoba od minimalno 2 metra. Asistiranje kod izvođenja vježbi treba svesti na minimum, po mogućnosti bez kontakta.
- 7) Tuširanje. Preporuka je da se svede na minimum, a ukoliko je moguće, obaviti to kod kuće. Ako nije, držati razmak između drugih osoba.
- 8) Dvosmjenski rad. Ako je moguće, zatvoriti objekt na 1 sat (individualna odluka kada), u kojem će se detaljno dezinficirati prostor.
- 9) Izrada rasporeda termina radi izbjegavanja susretanja dviju različitih grupa te najduže zadržavanje jedne grupe do 1,5 sati. Ako neka grupa ne može doći, treba otkazati termin minimalno 12 sati prije početka treninga.