

## A Magyar Diáksport Szövetség iránymutatásai és ajánlásai az általa lebonyolításra kerülő pedagógus-továbbképzéseken résztvevő pedagógusok részére a COVID-19 pandémiával összefüggő járványügyi készültség időszakában

A Magyar Diáksport Szövetség fokozott felelősséget érez minden általa szervezett képzésen résztvevő pedagógus egészségi állapotáért a jelenlegi vírushelyzetben, ezért a körülmények alapos vizsgálatát követően szükségét látjuk szigorú szabályok lefektetésének.

Jelen dokumentum célja, hogy a COVID-19 járványügyi készültség időszakában - minden résztvevő egészségének megőrzése érdekében - a képzésen való részvétel az alábbi előírások betartása mellett történjen.

### A képzéseken kizárólag egészséges pedagógus vegyen részt!

#### Kérjük, hogy a képzésen ne vegyen részt,

- aki a képzést megelőző 10 napban az új koronavírus fontosabb tüneteinek bármelyikét észlelte magán (különösen: láz, száraz köhögés, fáradékonyság, íz- és szaglászérzékelés zavara vagy elvesztése; egyes esetekben: izomfájdalom, orrdugulás, orrfolyás, torokfájás, hasmenés, légszomj) (lásd: [NNK tájékoztató](#));
- akinek a vele egy háztartásban élő családtagja a képzést megelőző 10 napban a fenti tünetek bármelyikét produkálta;
- aki, vagy akinek a vele egy háztartásban élő családtagja a képzést megelőző 10 napban személyes kapcsolatba került megerősítetten vagy valószínűsítetten új típusú koronavírussal fertőzött beteggel;
- akit, vagy akinek a vele egy háztartásban élő családtagját külföldi utazás vagy egyéb ok miatt hatósági házi karanténba helyezték.

#### Iránymutatások és ajánlások a résztvevők számára:

- lehetőség szerint az öltözőhasználat teljes kerülésével, mindenki sportruházatban érkezzen a képzésre (amennyiben releváns);
- a képzés helyszínén kötelező az arc eltakarása maszk viselésével a sporttevékenységen kívüli időszakban;
- a képzés helyszínére történő megérkezéskor a megfelelő kézmosás vagy saját kézfertőtlenítő használata kötelező, ezt követően a képzés időtartama alatt rendszeresen ajánlott;
- az alapvető higiéniai előírások betartása kötelező a képzés helyszínén és időtartama alatt [tüsszentés vagy köhögés esetén elsősorban papír zsebkendő használata, és azonnali szabályos hulladékkezelése, ha pedig ez nem megoldható (pl. sportolás közben), akkor a könyökhajlatba történő tüsszentés vagy köhögés];
- az arc, szem, száj érintésének kerülése ajánlott;
- a résztvevők között nem ajánlott a kézfogós üdvözlés (helyette esetleg az ököl/könyök összeérintése);
- a folyadékpótlás saját kulacs vagy flakon használatával ajánlott;
- az esemény teljes időtartama alatt minden résztvevőnek törekednie kell a zsúfoltság elkerülésére és 1,5-2 méteres védőtávolság megtartására
- aki betegség tüneteit észleli magán, azonnal jelezze a képzést vezető oktató felé és függesse fel a képzésen való részvételét.