



IZJAVA

1. V zadnjih 14 dneh ni bila v stiku z osebo, pri kateri je bila potrjena okužba s Sars-Cov-2.
2. V zadnjih 14 dneh ni bila v državi, ki je na rdečem seznamu.
3. V zadnjih 10 dneh nisem imela kateregakoli od naslednjih simptomov: **povišana telesna temperatura, kašelj, glavobol, slabo počutje, boleče žrelo, nahod, težko dihanje z občutkom pomanjkanja zraka, driska** oz. sem v tem obdobju bila zdrava.
4. V kolikor se bo pri deklici pojavili zgoraj navedeni znaki / simptomi ali bo potrjena okužba dihal s SARS-COV-2 pri osebi, ki biva v istem gospodinjstvu (najpogosteje družinski član) se deklica programu vadbe v Klubu za ritmično gimnastiko ne bo pridružila.
5. V primeru, da pri deklici pred ali med vadbo opazimo zgoraj navedene znake/simptome, bo deklica vadbo prekinila, obvestili bomo vas starša, pridružitve pa bo mogoča zgolj z negativnim mikrobiološkim testom na okužbo s SARS – COV-2 ali po preteku inkubacijske dobe 14 dni.
6. Vadbo svetujemo in jo bomo izvedli strokovno ter varno, a opozarjamo, da vsak na vadbo prihaja **prostovoljno in na lastno odgovornost.**

Izjavljam, da sem seznanjen s tveganjem in da bom upošteval vsa navodila in ukrepe, za varno vadbo. Seznanjen sem z internimi navodili kluba in z ukrepi in zahtevami varne vadbe v času korona virusa.

UKREPI KLUBA ZA RITMIČNO GIMNASTIKO ŠPIČKA ZA PREPREČEVANJE ŠIRJENJA OKUŽBE

1. Spremljamo in upoštevamo aktualno obvezne in priporočene ukrepe pristojnih institucij.
2. V notranjih prostorih je obvezna uporaba zaščitne maske, razen za vadeča dekleta.
3. Pred vsakim vstopom v OŠ in športne dvorane je obvezno razkuževanje rok.
4. Upoštevati je potrebno minimalno varnostno razdaljo 1,5 m.
5. Programa se lahko udeležijo le zdravi posamezniki in vaditelji s podpisano izjavo.
6. V primeru znakov okužbe, se posameznik ne more pridružiti vadbi.
7. Po koncu vadbe je vedno obvezno razkuževanje rok in rekvizitov.
8. Vse osebne stvari je potrebno ves čas hraniti v ločeni vrečki, vso opremo in ostale osebne stvari je potrebno dnevno odnašati domov.
9. Upoštevamo maksimalno število posameznikov v skupini.

OSNOVNE INFORMACIJE

Okužba z virusom SARS-COV-2 lahko povzroči bolezen Covid -19. Inkubacijska doba je lahko do 14 dni, povprečno približno 6 dni. Bolezen se najpogosteje kaže z znaki okužbe dihal, s slabim počutjem, utrujenostjo, nahodom, vročino, kašljem in pri težjih oblikah z občutkom pomanjkanja zraka. Za potrditev ali izključitev okužbe s SARS-COV-2 je potrebno mikrobiološko testiranje.

Okužba z virusom SARS-COV-2 se med ljudmi izloča kapljično, z izločki dihal. Za prenos je potreben tesnejši stik z bolnikom. Okužba je možna tudi ob stiku s površinami, onesnaženimi z izločki dihal. Za preprečevanje okužbe je tako najpomembnejša dosledna higiena rok in kašlja.

Za podrobnejše informacije je na voljo spletna stran NIJZ: <https://www.nijz.si/sl/koronavirus-2019-ncov> .