



## **USMERNENIE**

### **Ministerstva obrany Slovenskej republiky, Vojenského ústavu hygieny a epidemiológie Bratislava k zabráneniu šírenia nového koronavírusu SARS-CoV-2 spôsobujúceho ochorenie COVID-19**

Ministerstvo obrany Slovenskej republiky, Vojenský ústav hygieny a epidemiológie Bratislava ako orgán verejného zdravotníctva (mimo rezortu zdravotníctva) v zmysle § 3 ods. 1 písm. d) a ods. 2 písm. b) zákona č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov a nariadenia ministra obrany Slovenskej republiky č. 100/2020 o organizácii a úlohách na úseku ochrany, podpory a rozvoja verejného zdravia (z dôvodu pandémie ochorenia COVID-19) vydáva toto usmernenie na zabránenie šírenia nového koronavírusu SARS-CoV-2 spôsobujúceho ochorenie COVID-19.

## **Článok I**

### **Vymedzenie základných pojmov**

- (1) Za kompletne očkovanú osobu sa na účely tohto usmernenia považuje:
  - a) osoba najmenej 14 dní po aplikácii druhej dávky očkovacej látky proti ochoreniu COVID-19 s dvojdávkovou schémou, avšak nie viac ako deväť mesiacov po aplikácii poslednej dávky, alebo
  - b) osoba najmenej 21 dní po aplikácii prvej dávky očkovacej látky proti ochoreniu COVID-19 s jednodávkovou schémou, avšak nie viac ako deväť mesiacov po aplikácii poslednej dávky, alebo
  - a) osoba najmenej 14 dní po aplikácii prvej dávky očkovacej látky proti ochoreniu COVID-19, ak bola prvá dávka očkovania proti ochoreniu COVID-19 podaná v intervale do 180 dní od prekonania ochorenia COVID-19 avšak nie viac ako deväť mesiacov po aplikácii poslednej dávky.
- (2) Za osobu v režime očkovaná alebo prekonala ochorenie COVID-19 (ďalej len „osoba v režime OP“) sa na účely tohto usmernenia považuje:
  - a) osoba kompletne očkovaná,
  - b) osoba, ktorá má kontraindikáciu očkovania proti ochoreniu COVID-19 v zmysle odborného usmernenia MZ SR vo veci kontraindikácie očkovania proti ochoreniu COVID-19 a zároveň je schopná sa preukázať certifikátom o výnimke z očkovania podľa odborného usmernenia MZ SR a negatívnym výsledkom testu na ochorenie COVID-19 nie starším ako 72 hodín od odberu v prípade RT-PCR alebo LAMP testu alebo 48 hodín od odberu v prípade antigénového testu, alebo
  - c) osoba prekonala ochorenie COVID-19 v období pred nie viac ako 180 dňami.

- (3) Za osobu v režime OP+ sa na účely tohto usmernenia považuje:
- a) osoba kompletne očkovaná a zároveň a zároveň má posilňovaciu (booster) dávku,
  - b) osoba kompletne zaočkovaná a zároveň je schopná sa preukázať negatívnym výsledkom testu na ochorenie COVID-19 nie starším ako 72 hodín od odberu v prípade RT-PCR alebo LAMP testu alebo 48 hodín od odberu v prípade antigénového testu, alebo
  - c) osoba kompletne očkovaná a zároveň prekonala ochorenie COVID-19 v období pred nie viac ako 180 dňami,
  - d) osoba, ktorá má kontraindikáciu očkovania proti ochoreniu COVID-19 v zmysle odborného usmernenia MZ SR vo veci kontraindikácie očkovania proti ochoreniu COVID-19 a zároveň je schopná sa preukázať certifikátom o výnimke z očkovania podľa odborného usmernenia MZ SR a negatívnym výsledkom testu na ochorenie COVID-19 nie starším ako 72 hodín od odberu v prípade RT-PCR alebo LAMP testu alebo 48 hodín od odberu v prípade antigénového testu.
- (4) Osobami v režime základ sa myslia osoby bez ohľadu na ich prípadné očkovanie, prekonanie choroby či výsledok testovania.
- (5) Ak toto usmernenie stanovuje povinnosť preukázať sa organizátorovi potvrdením o očkovaní proti ochoreniu COVID-19, potvrdením o negatívnom výsledku testu na ochorenie COVID-19, alebo potvrdením o prekonaní ochorenia COVID-19, je uvedené potvrdenie možné nahradiť digitálnym COVID preukazom EÚ, ak je vydaný; v opačnom prípade je potrebné tieto skutočnosti preukazovať dokladom, z ktorého je určiteľná identita preukazujúcej sa osoby.

## Článok II

### Všeobecné hygienicko-protiepidemické opatrenia

- a) Dodržiavať zásadu R-O-R (rúško, odstup, ruky a vetranie).
- b) Časté umývanie rúk mydlom a teplou vodou najmenej po dobu 20 sekúnd, ak nie je k dispozícii mydlo s vodou je potrebné použiť dezinfekčný prostriedok na ruky s virucídnym účinkom.
- c) Nedotýkať sa neumytými rukami očí, nosa a úst.
- d) Vyhýbať sa blízkeho kontaktu s ľuďmi, u ktorých sa prejavujú príznaky akútneho respiračného ochorenia.
- e) Uzavreté priestory pravidelne a nárazovo vetrať prirodzeným spôsobom (oknami).
- f) Eliminovať spoločnú konzumáciu jedál na šatniach a v iných priestoroch za súčasnej prítomnosti viacerých osôb.
- g) Zverejniť na viditeľných miestach (pri vstupe do kasárenských celkov, ubytovacích a stravovacích prevádzok) oznam s informáciou:  
*„Ak PrV/zamestnanec spozoruje na sebe príznaky akútneho respiračného ochorenia (zvýšená telesná teplota nad 37 °C, kašeľ, únava, nočné potenie, bolesti hrdla, dýchavičnosť, strata chuti alebo strata čuchu, črevné a zažívacie problémy, pocit upchatého nosa) bezodkladne telefonicky kontaktuje svojho ošetrojúceho lekára, prípadne zdravotnícku službu vojenského telesa/zariadenia a následne sa riadi ich pokynmi.“*  
*„Zákaz podávania rúk“.*



h) Hygienicko-protiepidemické opatrenia vykonávať (realizovať) v zmysle nariadenia ministra obrany Slovenskej republiky s opatreniami na prevenciu a zabránenie šíreniu ochorenia COVID-19 a podľa aktuálne platných vyhlášok Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky,

i) pred každým organizovaním hromadnej činnosti, akcie, cvičenia, odporúčame organizátorovi zvážiť očakávaný benefit z plánovanej aktivity s prihliadnutím na zvýšené riziko vzniku a následného šírenia prenosného ochorenia COVID-19 v rezorte MO SR.

### **Článok III** **Hygienicko-protiepidemické opatrenia** **na pracoviskách**

- (1) Podmieniť vstup na pracovisko a do iných priestorov zamestnávateľa len v režime OTP.
- (2) Pri prekrytí horných dýchacích ciest (nos a ústa) sa riadiť aktuálne platnou vyhláškou Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky.
- (3) Pri vstupe na pracoviská zabezpečiť dezinfekčný prostriedok na ruky s virucídnym účinkom s pravidelným doplňovaním.
- (4) Pravidelne vykonávať dezinfekciu podláh a dotykových plôch (napr. kľučky, stoly, klávesnice, dotykové plochy zábradlia a schodiska, tlačidlá, výtahy a pod.) dezinfekčným prostriedkom s virucídnym účinkom.
- (5) Zredukovať na nevyhnutnú potrebu spoločné používanie zariadení a pomôcok (napr.: písacie potreby, klávesnice, nástroje a pod...) s uprednostňovaním individuálnych pomôcok a zariadení (každý používa len „svoje“).
- (6) Pri potrebe osobného kontaktu dodržiavať bezpečnostnú vzdialenosť, od osoby minimálne 2 metre.
- (7) Minimalizovať na nevyhnutnú mieru zhromažďovanie osôb v interiéri aj v exteriéri.
- (8) Obmedziť používanie výťahov, v prípade ich použitia vstup len s prekrytými hornými dýchacími cestami, vyhnúť sa nadbytočnej koncentrácii osôb vo výťahu.

### **Článok IV** **Hygienicko-protiepidemické opatrenia**

#### **(1) TEORETICKÁ PRÍPRAVA NA UČEBNIACH, KURZY**

- a) Bude vykonávaná zmysle nariadenia ministra obrany Slovenskej republiky s opatreniami na prevenciu a zabránenie šíreniu ochorenia COVID-19. Odporúčame vykonať s počtom do 10 osôb v režime OP+, v prípade možnosti uprednostniť dištančnú formu výučby.
- b) Pred vstupom do učebne zabezpečiť dávkovače s dezinfekciou na ruky s virucídnym účinkom.
- c) Vykonávať dezinfekciu lavíc, stoličiek a iných dotykových plôch pri striedaní účastníkov (poslucháčov) a po skončení teoretickej prípravy.
- d) Uprednostňovať prirodzené vetranie pred používaním klimatizačných a vzduchotechnických zariadení.
- e) Zabezpečiť odstupy medzi poslucháčmi (napr. min. 1 sedadlo/stolička/miesto medzi sediacimi ponechať voľné alebo zabezpečiť sedenie poslucháčov šachovnicovým spôsobom).
- f) Zredukovať na nevyhnutnú potrebu spoločné používanie zariadení a pomôcok (napr. písacie potreby, klávesnice, nástroje a pod.) s uprednostňovaním individuálnych pomôcok a zariadení.

g) Zákaz konzumácie jedál a nápojov v učebniach.

## (2) STRAVOVANIE

a) Všeobecné opatrenia

1. Organizačné pokyny pre výdaj stravy zverejniť pri vstupe do stravovacieho zariadenia s dôrazom na ich dodržiavanie dištančných vzdialeností (minimálny odstup 2 metre) .
2. Zabezpečiť odstup 2 metre medzi stolmi.
3. Pri vstupe do priestorov zariadení spoločného stravovania umiestniť dávkovače s dezinfekciou na ruky s virucídnym účinkom.
4. Zariadenia pre osobnú hygienu personálu a stravníkov vybaviť tekutým mydlom, dezinfekčným roztokom a papierovými utierkami; nepoužívať sušiče rúk.
5. V priestoroch konzumácie stravy a varne často a intenzívne vetrať.

b) Organizačné pokyny pre personál

1. Pri príprave a podávaní stravy dodržiavať prísne hygienické pravidlá a protiepidemické opatrenia; dbať na zvýšenú osobnú hygienu rúk, používať jednorazové rukavice, čistý pracovný odev, obuv a pokrývku hlavy.
2. Pri manipulácii s potravinami dodržiavať zásady správnej výrobnnej praxe a princípy HACCP a dodržiavať opatrenia v schválenom prevádzkovom poriadku.
3. Pri vstupe do varne zabezpečiť dávkovač s dezinfekciou na ruky s virucídnym účinkom.
4. Príbor pre stravníkov musí byť hygienicky balený do papierovej servítky/papierového vrečka.
5. Nebalené pekárenské výrobky vrátane dochucovadiel (napr. soľ, korenie a iné) podávať kuchynským/obsluhujúcim personálom na požiadanie stravníkov.
6. Umytý riad neutierať textilným utierkami, ale ho uložiť do zariadenia na odkvapkanie riadu (na prípadné dosušenie/leštenie používať jednorazové papierové utierky).
7. Pravidelne vykonávať dezinfekciu sociálnych zariadení.

c) Organizačné pokyny pre stravníkov

1. Vstupy a konzumáciu jedál vykonávať v režime osôb z rovnakej organickej jednotky, alebo osôb, ktoré sú v práci (na výcviku) spolu v dlhodobom kontakte.
2. Do priestorov výdajne a jedálne vstupovať s prekrytím horných dýchacích ciest podľa aktuálne platnej vyhlášky Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky. Pri konzumácii stravy respirátor neodkladať na plochu jedálenského stola (uložiť napr. do vrečka a pod.).
3. Pred konzumáciou jedál dodržiavať prísne pravidlá osobnej hygieny – umývanie a následná dezinfekcia rúk.
4. Uprednostňovať, aby pri stole sedeli osoby z rovnakej organickej jednotky, alebo osoby, ktoré sú v práci (na výcviku) spolu v dlhodobom kontakte.
5. Stravník sa v jedálni zdržiava len nevyhnutný čas.
6. Po konzumácii stravy si stravník ihneď prekryje horné dýchacie cesty.

d) V prípade zhoršujúcej epidemiologickej situácie (ohniská nákazy) podľa § 7 ods. ods. 1 písm. j) zákona č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov a nariadenia ministra obrany Slovenskej republiky č. 100/2020 o organizácii a úlohách na úseku ochrany, podpory a rozvoja verejného zdravia, môže konkrétnemu



stravovaciemu zaradeniu náčelník regionálneho strediska – hygienik nariadiť špecifické protiepidemické opatrenia (napr. konzumácia stravy len pre zamestnancov a PrV v režime OP+, zákaz konzumácie jedál a pod.).

(3) FITNES CENTRÁ, POSILŇOVNE, WELLNESS, PLAVÁRNE, TELOCVIČNE, VONKAJŠIE ŠPORTOVISKÁ, KNIŽNICE, BOHOSLUŽBY

- a) Pri prevádzke menovaných zariadení sa riadiť aktuálne platnými vyhláškami úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky, odporúčame vymedziť vstup v osobám v režime OP+ alebo 1 zákazník na 15 m<sup>2</sup>.
- b) Zvýšiť frekvenciu upratovania, čistenia a dezinfekcie dotykových plôch, na dezinfekciu použiť dezinfekčné prostriedky s virucídnym účinkom.
- c) Viest' zoznam návštevníkov prevádzky.
- d) Pre športy s rizikom (podľa miery a dĺžky kontaktu) odporúčame prednostne využiť exteriér ([www.covid.sport.sk](http://www.covid.sport.sk)).

(4) UBYTOVNE V REZORTE OBRANY

A. Prevádzkovatelia ubytovní sú povinní zabezpečiť:

- a) Zabezpečiť oddelené ubytovanie osôb v režime základ od režimu osôb v iných režimoch (režim kompletne očkovanej osoby, OTP, OP, OP+).
- b) Vykonávať minimálne 2-krát denne dezinfekciu všetkých priestorov za použitia vhodného dezinfekčného prostriedku s plne virucídnym účinkom s dôrazom na zariadenia pre osobnú hygienu, dotykové plochy, kľučky, vypínače, vodovodné batérie, splachovacie zariadenia, iné dotykové plochy a podlahy. O vykonávanej dezinfekcii viesť písomnú dokumentáciu.
- c) Priestory ubytovacích prevádzok často a nárazovo vetrať.
- d) Zariadenia na osobnú hygienu musia byť vybavené tečúcou teplou vodou, tekutým mydlom a jednorazovými papierovými utierkami na ruky; v blízkosti umývadiel zverejniť informačný leták so správnou technikou umývania rúk, nepoužívať prístroje, ktoré vytvárajú aerosól (napr. sušiče rúk).
- e) V zmysle schválených prevádzkových poriadkov dodržiavať všetky ustanovenia hygienicko-epidemiologického režimu.
- f) Vstup do spoločných spŕch vykonávať v rámci organických vojenských jednotiek nasledovne: sprchovanie vykonať organizovane na etapy s dostatočne vyhradeným časom na vykonanie priestorovej dezinfekcie spŕch. Maximálna kapacita užívateľov spoločných spŕch bude regulovaná a obmedzená na polovicu.

## Článok V

### Špecifické hygienicko-protiepidemické opatrenia k zabezpečeniu režimu života, výcviku a organizovanosti vojsk

#### (1) NÁSTUPY

- a) Zvážiť nutnosť a frekvenciu nástupov len na nevyhnutnú dobu.
- b) Pri prekrytí horných dýchacích ciest sa riadiť aktuálne platnou vyhláškou Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky
- c) Pri nástupe organickej jednotky zredukovať ich počet alebo ich realizovať na etapy, a to rozdelením na menšie nástupné celky s dodržiavaním dištančných vzdialeností (rozostupov).
- d) V priestoroch nástupu zabezpečiť voľne dostupné dávkovače s alkoholovou dezinfekciou na ruky s virucídnym účinkom.

- e) Nástupy vo vnútorných priestoroch vykonávať len výnimočne, v prípade ich realizácie uprednostňovať prirodzené vetranie pred používaním klimatizačných a vzduchotechnických zariadení vrátane pravidelného upratovania (vytieranie navlhko).

## (2) POCHODY

Prekrytie horných dýchacích ciest (nos a ústa) vykonávať podľa aktuálne platnej vyhlášky Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky

## (3) OPATRENIA K CVIČENIAM MIMO STÁLÝCH POSÁDOK

- a) Počas cvičenia neopúšťať výcvikový priestor.
- b) Pri prekrytí horných dýchacích ciest sa riadiť podľa aktuálne platnej vyhlášky Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky,
- c) Testovanie vykonávať metódou RT-PCR alebo AG nasledovne: pre kompletne očkované osoby, osoby v režime OP a OP+ na začiatku a na konci cvičenia, pre ostatné osoby na začiatku cvičenia, počas cvičenia každé 2 dni a na konci cvičenia. Osoby vo všetkých režimoch pretestovať v prípade výskytu klinických príznakov na ochorenie COVID-19. O výsledkoch z testovania viesť písomnú evidenciu.
- d) V prípade výskytu pozitívneho výsledku testu ihneď o vzniknutej situácii informovať riadiaceho reálneho zdravotníckeho zabezpečenia cvičenia a VÚHE Bratislava.
- e) Pred požitím nápojov, konzumáciou stravy, prípadne fajčením v poli si vydezinfikovať ruky dezinfekčným prostriedkom s virucídnym účinkom.
- f) Na pitie používať výlučne pitnú vodu z vlastnej fľaše a z overeného zdroja.
- g) Pri výcviku s technikou a počas prevozu v technike mať prekryté horné dýchacie cesty.
- h) Ak to spôsob výcviku umožňuje, priestory techniky prednostne vetrať prirodzeným spôsobom.
- i) Po každom ukončení výcviku s použitím výstroja alebo techniky vykonávať ich dekontamináciu a dezinfekciu.

## (4) OPATRENIA PRI UBYTOVANÍ POČAS CVIČENIA MIMO STÁLÝCH POSÁDOK (KAMENNÉ BUDOVY, ZRUBY, STANY)

Účastníkov cvičenia prednostne ubytovávať po organických jednotkách, osobitne s rozdelením na dve skupiny za nasledujúcich podmienok:

1. Kompletne očkovaní, prípadne režim OP, OP+ bez znižovania limitu kapacity ubytovaných na izbe.
2. Ostatné osoby (mimo osôb odcitovaných v bode 1 tohto odseku) so znížením kapacity ubytovacích izieb o 1/2.

Počas doby ubytovania cvičiacich vojsk realizovať nasledovné hygienicko-protiepidemické opatrenia:

- Minimálne 2-krát denne vykonávať dezinfekciu všetkých priestorov za použitia vhodného dezinfekčného prostriedku s virucídnym účinkom s dôrazom na zariadenia pre osobnú hygienu, dotykové plochy, kľučky, vypínače, vodovodné batérie, splachovacie zariadenia, iné dotykové plochy a podlahy. O vykonávanej dezinfekcii viesť písomnú dokumentáciu.
- Priestory ubytovacích prevádzok často a nárazovo vetrať.



- Zariadenia na osobnú hygienu musia byť vybavené tečúcou teplou vodou, tekutým mydlom a jednorazovými papierovými utierkami na ruky, dezinfekčným prípravkom na ruky s virucídnym účinkom.
- V zmysle schválených prevádzkových poriadkov dodržiavať ustanovenia hygienicko-epidemiologického režimu.
- Organizované sprchovanie vykonávať na etapy s dostatočne vyhradeným časom na vykonanie priestorovej dezinfekcie spŕch. Kapacitu užívateľov spoločných spŕch regulovať a obmedziť na polovicu.

**Prípadné osobitné podmienky ubytovania je potrebné konzultovať s príslušným regionálnym strediskom VÚHE Bratislava, ktoré k danej problematike vydá odborné stanovisko.**

#### OPATRENIA K STRAVOVANIU V POLNÝCH PODMIENKACH

- a) Pri príprave a výdaji stravy dodržiavať hygienické pravidlá a protiepidemické opatrenia a dodržiavať zásady správnej výrobných praxe a princípy HACCP v zmysle bodu č. 2 tohto usmernenia (stravovanie).
- b) Zabezpečiť výdaj stravy podľa organických jednotiek prednostne do termoobalov (menuboxov), v prípade nemožnosti výdaj realizovať do nádob na stravu (tzv. „ešusov“) a zabezpečiť ich umývanie individuálnym spôsobom za použitia čistiaceho a dezinfekčného prostriedku s následným oplachom pod tečúcou teplou vodou.
- c) Zabezpečiť, aby pri stoloch (s odstupom minimálne 2 metre) sedeli osoby z organickej jednotky, ktoré sú počas výcviku spolu v dlhodobom kontakte.

### **Článok VI**

#### **Záverečné ustanovenie**

Na základe Nariadenia ministra obrany Slovenskej republiky č. 100/2020 o organizácii a úlohách na úseku ochrany, podpory a rozvoji verejného zdravia, náčelníci regionálnych stredísk VÚHE Bratislava v rámci územnej pôsobnosti môžu z dôvodu nepriaznivej epidemiologickej situácie nariadiť prísnejšie hygienicko-protiepidemické opatrenia.

Profesionálni vojaci a zamestnanci MO SR sú povinní dodržiavať všeobecne právne predpisy Slovenskej republiky (vrátane vyhlášok Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky, ktoré sú vydané vo Vestníku vlády Slovenskej republiky).

### **Článok VIII**

#### **Platnosť a účinnosť**

Toto usmernenie nadobúda platnosť dňom podpisu a účinnosť dňa 27. januára 2022.



PhDr. Renáta ŠANTAVÁ, MPH  
riaditeľka ústavu – vedúci hygienik MO SR  
(dočasne poverená)