



ZÓNA 10

bulletin VŠBM v Košiciach

Ročník: jedenásty, Rok: 2020

(občasník) číslo 1.

Z obsahu vyberáme :

Je najvyšší čas zrovnoprávniť fungovanie vysokých škôl na Slovensku !

str. 2 - 4.



*Návšteva štátneho tajomníka rezortu školstva
Ludovíta Paulisa na VŠBM v Košiciach*

str. 5.

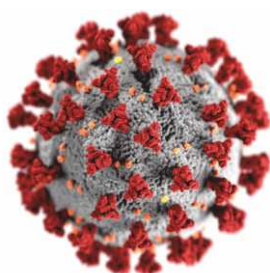
Štátne skúšky a promócie v období pandémie Covid19

str. 6. - 7.



Ako študovať počas pandémie ?

str. 5.



Čo je Covid19 ?

- príznaky,
- inkubačný čas a spôsob prenosu,
- prevencia.

str. 8.



Je najvyšší čas zrovnoprávniť fungovanie vysokých škôl na Slovensku

VŠBM v Košiciach už dlhoročné na rôznych úrovniach apeluje na zrovnoprávnenie podmienok fungovania vysokého školstva na Slovensku. Jednou z posledných iniciatív je otvorený list, ktorý v mesiaci jún 2020 napísal rektor VŠBM v Košiciach prof. Marián Mesároš, DrSc. priamo ministrom školstva. Kľúčové časti jeho obsahu vykresľujúce rôzne formy znevýhodňovania súkromných vysokých škôl si môžete prečítať v nasledujúcom.

Vážený pán /pani/,

Obraciame sa na Vás s prosbou o riešenie súčasného, z nášho pohľadu diskriminačného postavenia súkromných vysokých škôl vo vzťahu k verejným vysokým školám. Táto diskriminácia má viacero rovín.

Podľa § 91 os. 1, 2 Financovanie súkromných vysokých škôl

(1) Súkromná vysoká škola si zabezpečuje finančné prostriedky na svoju vzdelávaciu, výskumnú, vývojovú alebo umeleckú a ďalšiu tvorivú činnosť.

(2) Ministerstvo školstva môže po vyjadrení orgánov reprezentácie vysokých škôl (§ 107 ods. 1) a so súhlasom vlády poskytnúť súkromnej vysokej škole na základe jej žiadosti dotácie na uskutočňovanie akreditovaných študijných programov a na rozvoj vysokej školy. Ministerstvo školstva môže formou dotácie na výskumnú, vývojovú alebo umeleckú činnosť poskytnúť súkromnej vysokej škole finančné prostriedky na riešenie výskumných projektov a umeleckých projektov, ktoré boli vybrané na financovanie v rámci vnútorného grantového systému ministerstva školstva.

Štát neposkytuje súkromnej vysokej škole žiadnu dotáciu na podporu vzdelávania, tak, ako je to u štátnych a verejných vysokých škôl. Poskytuje len dotáciu na sociálnu podporu študentov vo forme sociálnych a motivačných štipendií. Pracovníka, ktorý spracúva agendu sociálnych štipendií, na ktoré majú študenti právny nárok, platí súkromná vysoká škola z vlastných zdrojov – štát tu parazituje na príslušnej súkromnej vysokej škole. Zákon podmieňuje možnosť poskytnúť dotáciu na uskutočňovanie akreditovaných študijných programov a na rozvoj súkromnej vysokej školy vyjadrením reprezentácie vysokých škôl. Či si to niekto uvedomuje, alebo nie, vznikom súkromných vysokých škôl vzniklo konkurenčné prostredie v oblasti vysokého školstva. Teda poskytnutie dotácie súkromnej vysokej škole je viazané na kladné vyjadrenie, teda súhlas konkurencie, pretože v reprezentáciách vysokých škôl majú prevahu verejné a štátne vysoké školy. Vyjadrenia o konkurenčnom správaní sa vysokých škôl majú svoje opodstatnenie. Žiadosť Vysokej školy bezpečnostného manažérstva v Košiciach o poskytnutie dotácie na uskutočňovanie akreditovaných študijných programov a na rozvoj vysokej školy bola zamietnutá z dôvodu nesúhlasného vyjadrenia orgánov reprezentácie vysokých škôl, alebo napr. v podobe opatrení rektorky Akadémie PZ, ktorá zakázala zamestnancom Akadémie PZ akúkoľvek spoluprácu s Vysokou školou bezpečnostného manažérstva v Košiciach, údajne aby „nepodporovali konkurenciu“. Paradoxne Vysoká škola bezpečnostného manažérstva v Košiciach má s Ministerstvom vnútra SR podpísané memorandum o spolupráci, ktoré podpísal ten istý minister vnútra, ktorý ju vymenoval do funkcie.

Je žiadúce, aby toto znenie zákona bolo zmenené tak, aby možnosť udelenia dotácie na uskutočňovanie akreditovaných študijných programov a na rozvoj vysokej školy nebolo viazané vyjadrením orgánov reprezentácie vysokých škôl, alebo, aby sa toto vyjadrenie týkalo nielen súkromných, ale aj verejných vysokých škôl.

Občania Slovenskej republiky, študenti súkromnej vysokej školy sú rovnakými občanmi ako študenti verejných vysokých škôl, jedným štát štúdium platí, tí druhí si ho musia platiť sami len preto, že si zvolili študovať na súkromnej vysokej škole, pritom Ústava SR zakazuje akúkoľvek formu diskriminácie, alebo znevýhodňovania občanov.

Navrhujeme, aby študentom denného štúdia bola poskytovaná rovnaká podpora formou dotácie bez ohľadu na typ školy, ktorý si zvolia, pri rešpektovaní potrieb spoločnosti a štátu, ale aj rešpektovaní zásady proporcionality. Poskytnutá dotácia na uskutočňovanie akreditovaných študijných programov a na rozvoj vysokej školy by mohla byť viazaná na konkrétny účel, napr. mzdy učiteľov, rozvoj ľudských zdrojov, podporu vedeckej a publikačnej činnosti.

V súčasnosti absolvent verejnej vysokej školy, najčastejšie sú to lekári, vyštudujú na Slovensku za peniaze štátu a odídu pracovať do zahraničia. Prostriedky investované do jeho štúdia, využíva cudzí štát. Je nutné, aj logické nastaviť systém tak, aby došlo k primeranej refundácii nákladov vynaložených na jeho vzdelanie. U absolventov súkromných vysokých škôl tento problém nejestvuje.

V § 47 odsek 9 znie:

(9) Názov súkromnej vysokej školy môže obsahovať slovo „univerzita“ alebo z neho odvodené tvary slov, ak súkromná vysoká škola má oprávnenie vytvárať, uskutočňovať a upravovať študijné programy tretieho stupňa najmenej v piatich študijných odboroch a má ku dňu podania žiadosti o zmenu názvu zapísaných na štúdium najmenej 2 000 študentov. Ak súkromná vysoká škola spĺňa podmienky podľa prvej vety, ministerstvo školstva predloží vláde návrh na súhlas so zmenou názvu, inak predloží vláde návrh na nesúhlas so zmenou názvu.“.

Otázka znie, prečo sa toto ustanovenie netýka všetkých vysokých škôl bez rozdielu?

Ministerstvo školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky podľa § 113ah ods. 5 zákona č. 131/2002 Z. z. o vysokých školách a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov zverejnilo dočasné kritériá na udelenie oprávnenia na používanie označenia „výskumná univerzita“, podľa ktorých Vysoká škola je oprávnená používať označenie „výskumná univerzita“, ak

a. číselne vyjadrený profil kvality výskumnej činnosti vysokej školy je viac ako 3,46 a

b. v rámci hodnotenia tvorivej činnosti vysokej školy vykonanej v rámci komplexných akreditácií činností vysokých škôl, ktoré boli ukončené v rokoch 2015 až 2018, sa vykonalo hodnotenie v najmenej troch rôznych oblastiach výskumu.

V prípade, že by súkromná vysoká škola splnila tieto kritériá, s ohľadom na § 47, ods. 9 by aj tak nemohla užívať označenie „výskumná univerzita“. Alebo je to inak?

Považujeme za vrcholne diskriminačné uvádzať vo výzvach eurofondov ako oprávneného užívateľa iba verejné vysoké školy. Ak ide o prostriedky Európskej únie, v ktorej záujme, rovnako ako v záujme Ministerstva školstva SR je zvyšovanie kvality na vysokých školách, vysoké školy predsa musia mať rovnaký prístup k realizácii projektov, ktoré prispievajú k rozvoju a kvalite školy.

Rovnako je vrcholne neprípustné prideľovať finančné prostriedky na schválený projekt v rámci schém VEGA, KEGA, APPV výlučne verejným vysokým školám, ak podmienky akreditácie sú jednotné. Všetky vysoké školy musia preukázať objem získaných finančných prostriedkov v procese akreditácie, všetky teda musia mať aj rovnaké možnosti ich získať. Tento dlhodobý pretrvávajúci celospoločenský problém, nerovnosť, diskriminácia bez právnych dôsledkov pretrváva na Slovensku dlhé roky, a bráni súkromným vysokým školám v napredovaní, realizácii vedeckej činnosti vedeckej komunity škôl i jednotlivcov čo má bezprostredný vplyv aj na kvalitu vysokoškolského vzdelávania a prostredia.

Jún 2020

Zapísala: Ing. Fabianová, LL.M

prof. Ing. Marián Mesároš, DrSc.

Rektor VŠBM v KE

K hlasu vedenia VŠBM sa pridala aj študentská časť Akademického senátu VŠBM v Košiciach s nasledujúcim stanoviskom :

Stanovisko študentov VŠBM v KE k stavu Financovania súkromného vysokého školstva v SR

Zbor vyučujúcich VŠBM v KE sa obrátil na Ministerstvo školstva s prosbou o riešenie diskriminačného postavenia súkromných vysokých škôl vo vzťahu k verejným a štátnym vysokým školám.

Diskriminácia súkromných vysokých škôl sa prejavuje vo viacerých rovinách, no hlavne ak ide o financovanie vysokých škôl. Zo zákona 131/2002 Z.z. §91 ods.1, 2 – Financovanie súkromných vysokých škôl vyplýva, že súkromné vysoké školy si môžu požiadať o dotácie od štátu na svoj chod, aj keď ods.1 hovorí o tom, že si súkromná VŠ zabezpečuje financie na svoj chod sama.

Financie však súkromným vysokým školám pridelované nie sú, keďže schvaľovací proces prechádza cez dve štádia, a to schválenie v Slovenskej Rektorskej Konferencii, ktorá podáva kladné alebo záporné stanovisko MŠ SR. Súkromné vysoké školy sú v tomto prípade znevýhodňované, keďže sú brané ako "konkurencia" pre štátne a verejné VŠ. Tento stav je nezdravý, nesprávny, a hlavne diskriminačný, keďže študenti súkromných VŠ sú rovnakými občanmi a študentmi, ako študenti verejných a štátnych škôl. Status "študent" nešpecifikuje študenta súkromnej, alebo verejnej, alebo štátnej VŠ, teda je univerzálny, a platí rovnako na každého spolu so všetkými povinnosťami a právami.

Z tohto hľadiska sú znevýhodňovaní najviac práve študenti súkromných VŠ, keďže SRK podáva odmietavé stanoviská na financovanie súkromného vysokého školstva MŠ SR.

My, ako študenti VŠBM v KE si uvedomujeme, že voľba študovať na súkromnej VŠ bola len a len naša. No s vedomosťou o tom, že práve Ústava SR zakazuje akúkoľvek formu diskriminácie alebo znevýhodňovanie občanov sa pýtame, ako je možné, že diskriminovaní sme?

ŠČAS VŠBM získala približne pred rokom informácie o iniciatíve súkromných VŠ v SR, ktorá sa zaoberá práve riešením tohto dlhotrvajúceho stavu. Zápisnica zo stretnutia rektorov súkromných VŠ v bode č.4 uvádza, že vážení rektori a rektorky súkromných VŠ sú viac ako ochotní riešiť finančnú diskrimináciu súkromného vysokého školstva v tomto štáte, a tým dokazujú, že im na nás, ich študentoch, naozaj záleží. Rovnako riešia diskriminačný stav aj v oblastiach čerpania eurofondov a financií z grantových schém, v ktorých sú ako oprávnení žiadatelia uvedené hlavne verejné a štátne vysoké školy. Súkromné VŠ sú aj v týchto dvoch oblastiach diskriminované, keďže buď nemôžu požiadať o dotácie od EÚ, alebo dostanú grant, no s dodatkom "bez udelenia finančných prostriedkov".

Z hľadiska zrovnoprávňovania VŠ v EÚ, ktoré má viesť k tomu, že tituly získané napr. na VŠBM v KE budú mať rovnakú váhu ako tituly získané na ktorejkoľvek inej škole v rámci EÚ, sa ako študenti cítime diskriminovaní, obmedzovaní, a prosíme o riešenie tohto stavu. Z prednášok odborníkov zo zahraničia vidíme, že zrovnoprávňovanie vysokých škôl funguje, a je správne, preto žiadame, aby sa vysoké školy v SR zrovnoprávnili, a aby boli takto dodržané naše práva vyplývajúce z Ústavy SR.

*Šimon Slovinský, Predseda ŠČAS VŠBM v KE
Michaela Šimonová, zástupkyňa študentov VŠBM v KE*

Pevne veríme, že aktuálne prebiehajú zmeny v rezorte školstva prinesú možnosti a vôľu zodpovedných prienest' slovenské vysoké školstvo do moderného, demokratického a rovnoprávneho európskeho priestoru 21. storočia.

Návšteva štátneho tajomníka rezortu školstva Ľudovíta Paulisa na VŠBM v Košiciach

V mesiaci júl navštívil našu vysokú školu štátny tajomník Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR MUDr. RNDr. Ľudovít Paulis, PhD., MPH, a to v rámci cyklu návštev vysokých škôl na Slovensku. Cieľom týchto neformálnych návštev bolo vytvorenie si obrazu nového vedenia ministerstva školstva o stave, otázkach ale aj príležitostiach, ktorými naše vysoké školstvo aktuálne žije. Táto návšteva bola nepriamo aj odpoveďou na iniciatívu vedenia a študentov našej vysokej školy, ktorá bola popísaná v predošlom príspevku. Na túto tému sme hneď v úvode nášho stretnutia obdržali prísľub zaoberať sa problémami, na ktoré sme poukázali, v novej koncepcii reorganizácie vysokého školstva na Slovensku. Rovnaké stanovisko nám prejavil v liste aj samotný pán minister Branislav Gröhling, ktorý sme v rovnakom období obdržali poštou. Ďalšou témou vyplývajúcou z našich podnetov bola jedinečná organizácia našej vysokej školy a jej financovanie. Prezident VŠBM prof. Ing. Marián Mesároš, DrSc. vysvetlil našej vzácnjej návšteve špecifiká fungovania VŠBM a spôsob ako je už dlhoročne možné spĺňať prevádzkové, akreditačné a rozvoje požiadavky, a to aj pri rádovo oveľa nižšom rozpočte, v porovnaní s nám podobnými fakultami verejných vysokých škôl, ktorých rozpočty sú niekoľko násobne vyššie. Pevne dúfame, že tieto naše príklady dobrej praxe, nájdu svoje miesto v modernizácii vysokého školstva na Slovensku. Okrem uvedených tém bolo predmetom rokovania aj predstavenie nových trendov, ktorými sa ministerstvo zaoberá a reflexia praxe na tieto avizované zmeny. V týchto trendoch sa rámcovo odzrkadľujú aj naše snahy zrovnoprávnenia vysokých škôl. Tento prístup preukazuje snahu nielen riadiť rezort, ale zároveň počúvať hlasy z praxe, aj keď sa pri tom vynorí mnoho problémov, tlaku a očakávaní. Súčasťou návštevy bolo aj predstavenie samotného posolania VŠBM pre spoločnosť a prehliadka školy.



Ako študovať počas pandémie ?

Vážení študenti,

Vzhľadom na vývoj pandémie a prerušenie prezenčnej výučby na VŠBM, vaše štúdium pokračuje metódou dištančného vzdelávania vo všetkých formách vysokoškolského štúdia, vrátane poddiplomového štúdia MBA, DBA, MSc., LL.M a MPH. Pre tento účel je vám k dispozícii e-learningový systém **Moodle** (<http://moodle.vsbmprojekty.sk>), kde nájdete usmernenia vyučujúcich pre ďalšie vaše štúdium v danom predmete, testy pre hodnotenie predmetov, ako aj študijné podklady v elektronickej podobe.

Po pilotnom otestovaní systému **Microsoft Teams** počas štátnych skúšok 2020, pripravujeme jeho nasadenie v ďalšom akademickom roku 2020/2021.



Štátne skúšky a promócie v období pandémie Covid19

Za prísnych protiepidemických opatrení sa v dňoch 23.5. - 24.5. a 20.6. - 21.6. uskutočnili štátne skúšky bakalárskeho a inžinierskeho štúdia. Sťažené podmienky a organizačne komplikovanejší priebeh však neubrali na formálnej a obsahovej vážnosti skúšok, ktoré v konečnom dôsledku prebehli rovnako ako po minulé roky prezenčnou formou. V organizačných opatreniach boli zakomponované všetky usmernenia hlavného hygienika SR, ktoré vydal pre vysoké školy k takýmto aktivitám a rovnako bol kladený dôraz na splnenie podmienok novelizovaného zákona o vysokých školách, ktorý upravuje možnosti realizácie štátnych skúšok počas mimoriadnej situácie.

Ako bolo spomenuté, režim štátnych skúšok so sebou niesol radu preventívnych opatrení pre zamedzenie šírenia ochorenia Covid19. Všetky osoby vstupujúce do objektu školy prešli v prvom rade úvodným filtrom v exteriéri, kde im bola odmeraná telesná teplota, realizovaná dezinfekcia rúk a rozdanie rúško na ochranu dýchacích ciest. Príchod študentov na štátnu skúšku bol odstupňovaný podľa časového rozpisu, s ktorým boli študenti oboznámení pred príchodom do objektu. Časové okno pre zotrvanie študenta v



objekte bolo stanovené na max. 1 hodinu. Pre počtovo obmedzenú skupinu študentov boli vyhradené miesta v interiéri budovy s dostatočným rozstupom. Miestnosti pre štátnu skúšku boli taktiež prispôsobené požiadavkám hygienikov, vrátane pravidelnej

dezinfekcie povrchov a vetrania počas celého dňa. Bezpečnosť priestorov bola podporená komplexnou dezinfekciou interiéru v celom objekte, ktorá bola realizovaná profesionálnou firmou vždy po ukončení príslušného dňa. Priebeh štátnej skúšky bol popri malých organizačných zmenách štandardný, tak ako ho poznáme z minulých rokov. Dosiahnutie tejto skutočnosti bolo hlavným zámerom školy a to preto, aby naši absolventi z roku 2020 nikdy neboli konfrontovaní



s názorom, že ich záverečná skúška bola zľahčovania či už technickými, alebo organizačnými úľavami schovávajúcimi sa za tému Covid19. Aspekt „verejnosti“ štátnej skúšky bol dosiahnutý inštaláciou kamerového systému v miestnostiach, kde sa skúška realizovala, a priamym prenosom

obrazu a zvuku do veľkoplošných obrazoviek umiestnených vo verejných priestoroch objektu. Takto mohol prípadný záujemca vzhliadnuť a vypočúť si všetko, čo bolo možné počas štátnej skúšky považovať za verejné.



Samozrejme takého hromadné udalosti so sebou prinášajú výnimky, ktoré vedenie VŠBM muselo riešiť. Vzhľadom na okolnosti sa objavilo viacero žiadostí študentov, ktorí sa z rôznych príčin nemohli fyzicky dostaviť na štátnu skúšku. Z rôznych príbehov vyberáme napr. príslušníka Ozbrojených síl SR v mierovej misii OSN, ktorého rotácia služieb v zahraničí sa vzhľadom na vypuknutie pandémie upravila a on nemohol docestovať na Slovensko, alebo študenta externého štúdia, ktorý v rámci obmedzenia pohybu



osôb nemohol opustiť Pyrenejský polostrov. Špecifickú skupinu „zaseknutých“ študentov tvorili aj absolventi podiplomových štúdií, ktorí vzhľadom na výkon svojich funkcií v krízových štáboch a práci v prvej línii (nevynímajúc lekárov a záchranárov), nemohli obetovať ani minútu na cestovanie. V takýchto prípadoch výrazne pomohla novela vysokoškolského zákona, na základe ktorej boli ich štátne skúšky a obhajoby záverečných prác realizované formou videokonferencie cez systém Microsoft Teams.

Vďaka týmto všetkým okolnostiam podčiarkujúcim efektívnu aplikáciu krízového a bezpečnostného manažmentu v riadení školy je možné konštatovať, že štátne skúšky prebehli dôstojne, transparentne a bezpečne. Čerstvým absolventom blahoželáme a prajeme veľa úspechov v živote, ale v mnohých prípadoch aj v ďalšom štúdiu na vyšších stupňoch vysokoškolského vzdelávania.



Formálnym a dôstojným spôsobom ukončenia štúdia na vysokej škole je promočný akt absolventov. V tomto roku sa z dôvodu pandémie Covid19 stali takého veľké spoločenské podujatia problematickou záležitosťou. Vývoj pandémie a dynamicky sa meniace opatrenia priniesli v úvode leta malé časové okno, kedy bolo možné takéto podujatie za špecifických opatrení uskutočniť. V tomto duchu sa VŠBM rozhodla neteoretizovať o náhradných termínoch promócií ku konci leta (ako to urobili iné

vysoké školy) a promócie usporiadala. Samozrejme opäť si to vyžiadalo špecifické logistické a protipandemické opatrenia, ktoré však v konečnom dôsledku umocnili výnimočnosť a vzácnosť takejto chvíle v živote absolventa, ale aj v živote jeho blízkych, ktorí pri ňom počas celého štúdia stáli. Zamaskovaní v rúškach, vzdialení od seba v rozstupoch a šachovnicovom sedení boli účastníci



jednotlivých kôl promočných aktov prepojení vrúcnosťou príhovorov, ktoré v tejto dobe vyzneli úplne ináč, ako po iné roky. Práve úloha a poslanie bezpečnostného manažéra sa v dnešnej dobe ukazuje ako nezastupiteľná a nachádza svoje pravé uplatnenie v rôznych sférach spoločenského aj súkromného života. Pripravenosť našich absolventov preverí prax, aj keď sme si túto ich skúšku života predstavovali menej bolestne. Držíme všetkým absolventom palce a želáme im čo najviac správnych rozhodnutí, aby ako manažéri bezpečia chránili všetko čo je nám drahé.

Čo je COVID-19?

COVID-19 je infekčné ochorenie, vyvolané koronavírusom SARS-CoV-2. Prvýkrát bol identifikovaný u pacientov so závažným respiračným ochorením v decembri roku 2019 v čínskom meste Wu-chan. COVID-19 postihuje najmä dýchací systém, v ťažkých prípadoch vyvoláva ťažký zápal pľúc a môže viesť až k úmrtiu pacienta. Vírus sa prenáša kvapôčkami sekréty pri kašli, kýchaní a rozprávaní. Ohrozuje osoby, ktoré sú v blízkom alebo dlhšie trvajúcom kontakte s nakazeným. Infekcia sa prenáša aj cez kontaminované predmety.

Aké sú príznaky ochorenia?

- horúčka nad 38°C,
- kašeľ,
- sťažené dýchanie,
- bolesť svalov,
- bolesť hlavy,
- únava, malátnosť,
- strata čuchu a chuti.

Inkubačný čas a spôsob prenosu

Inkubačný čas ochorenia COVID-19 je 2 až 14 dní, môže byť aj dlhší. Medián inkubačného času je 5 až 6 dní.

Za najviac infekčnú sa považuje osoba s prítomnými klinickými príznakmi. Osoba je infekčná už pred nástupom prvých príznakov.

Predpokladá sa prenos najmä vzdušnou cestou. Fekálno-orálny prenos nie je vylúčený. Na základe dostupných informácií sa predpokladá nozokomiálne (nemocničné) šírenie ochorenia na COVID-19 v zdravotníckych zariadeniach, kde je potrebné dodržiavať ďalšie protiepidemické opatrenia pre zdravotníckych pracovníkov.

Prevenčia

V rámci prevencie vydal Úrad verejného zdravotníctva SR opatrenie, v rámci ktorého sa zakazuje vychádzať a pohybovať sa na verejnosti bez prekrytia horných dýchacích ciest. Všetci občania teda majú povinnosť nosiť rúško všade mimo svojho bydliska.

Verejnosti sa ďalej odporúča dodržiavať nasledovné preventívne opatrenia:

- Umývajte si ruky často mydlom a vodou najmenej po dobu 20 sekúnd. Ak nie je k dispozícii mydlo a voda, treba použiť dezinfekčný prostriedok na ruky na báze alkoholu.
- Očí, nosa ani úst sa nedotýkajte neumytými rukami.
- Zakrývajte si nos a ústa pri kašľaní a kýchaní jednorazovou papierovou vreckovkou a následne ju zahodte do koša.
- Vyhýbajte sa blízkeho kontaktu s ľuďmi, ktorí javia príznaky nádchy alebo chrípky.
- Ak ste chorý, kontaktujte svojho ošetrojúceho lekára, ktorý určí ďalší postup liečby, doma na lôžku sa z ochorenia liečte v samostatnej izbe.
- V domácnosti dbajte na zvýšenú dezinfekciu povrchov.
- V priestoroch, kde sa pohybuje veľa ľudí (obchody, pošta, MHD,...), používajte jednorazové rukavice.

Zdroj: <https://korona.gov.sk/co-je-covid-19/>

