MAGYAR VÖRÖSKERESZT

MAGYAR IFJÚSÁGI VÖRÖSKERESZT

ELSŐSEGÉLY OKTATÁS
A COVID JÁRVÁNY IDEJÉN

MÓDSZERTANI AJÁNLÁS ELSŐSEGÉLYNYÚJTÓ ISMERETEK OKTATÁSÁT VÉGZŐ EGÉSZSÉGÜGYI SZAKEMBEREK, PEDAGÓGUSOK, VALAMINT A MAGYAR IFJÚSÁGI VÖRÖSKERESZT BÁZISOVI ÉS BÁZISISKOLA HÁLÓZATÁNAK TAGJAI SZÁMÁRA

ELSŐSEGÉLY OKTATÁS A COVID JÁRVÁNY IDEJÉN

MÓDSZERTANI AJÁNLÁS ELSŐSEGÉLYNYÚJTÓ ISMERETEKET OKTATÁSÁT VÉGZŐ EGÉSZSÉGÜGYI SZAKEMBEREK, PEDAGÓGUSOK, VALAMINT A MAGYAR IFJÚSÁGI VÖRÖSKERESZT BÁZISOVI ÉS BÁZISISKOLA HÁLÓZATÁNAK TAGJAI SZÁMÁRA

2020.SZEPTEMBER 12.
©MAGYAR VÖRÖSKERESZT

1051 BUDAPEST, ARANY JÁNOS UTCA 31.
TELEFON: 06 (1) 374 1300
WEBOLDAL: WWW.VOROSKERESZT.HU

SZERZŐ: KOVÁCS DÁVID
FOTÓ: JÓRI ANDRÁS
SZERKESZTETTE: IPOLYI DÓRA

MINDEN JOG FENNTARTVA!

MAGYAR VÖRÖSKERESZT

MAGYAR IFJÚSÁGI VÖRÖSKERESZT

ELŐSZÓ

A koronavírus járvány első hullámát követően a Magyar Vöröskereszt Elsősegélynyújtó Munkabizottsága az oktatásban és a közúti elsősegélynyújtás vizsgáztatásban aktív szerepet vállaló szakemberek bevonásával kidolgozta és jóváhagyta a elsősegélynyújtó oktatás és vizsgáztatás ideiglenes szervezési és lebonyolítási feltételeit, amelyek garantálják a résztvevők és a közreműködők lehető legnagyobb biztonságát a pandémia átmeneti időszaka alatt.

A Magyar Ifjúsági Vöröskereszt munkatársai pedig a tanévkezdéshez kapcsolódóan korábbi és új fejlesztésű programjavaslatok bemutatásával támogatják a közösségi védekezési feladatok pedagógiai feldolgozását.

Jelen módszertani ajánlás nyitott dokumentum, de nem vitaanyag. A COVID fertőzés kapcsán megfogalmazott járványügyi evidenciák és ajánlások betartása a pandémia megszűnéséig mindannyiunk közös érdeke. Ugyanakkor az elsősegélynyújtás oktatásának módszertana, illetve az ifjúsági önkéntes elsősegélynyújtók bevonása az iskolai védelmi intézkedések bevonásába új lehetőség. Ezért szeretettel várjuk olyan ötletek, játékok, gyakorlási módszerek leírását, amelyek megoszthatók a Bázisovik és a Bázisiskolák vagy az elsősegélynyújtással foglalkozó szakemberek és szolgáltatók közössége számára.

Magyar Vöröskereszt
2020. szeptember.12.

ÁLTALÁNOS JAVASLATOK ÉS KÖTELEZETTSÉGEK ELSŐSEGÉLYNYÚJTÁS OKTATÁS ALKALMÁVAL

Egyéni védőeszközök biztosítása

- kötelező kézfertőtlenítés vagy kézmosás a helyszínre történő belépéskor és kilépéskor az NNK irányelv alapján legalább 20 másodpercig
- a résztvevők számára kötelező a saját beszerzésű textil- vagy egyszer használatos sebészi maszk viselése valamint a foglalkozás alatt szintén lehetőleg saját beszerzésű vizsgálókesztyű viselése (ha a tréning vagy a foglalkozás szervezésekor van lehetőség és forrás, akkor az egyéni védőfelszerelést a szervező központilag is biztosíthatja)
- a foglalkozás lebonyolításában részt vevő munkatársak, önkéntesek számára kötelező egyszer használatos sebészi maszk és vizsgálókesztyű viselése, amelyet munkavállalók esetében a szervezésért felelős szervezet köteles biztosítani
- a foglalkozás lebonyolításában részt vevő munkatársak számára javasolt továbbá védő szemüveg vagy plexi arcvédő pajzs viselése

Az oktatási helyszínek kialakítása vagy átalakítása

- a helyszín előterében is lehetőség szerint úgy kell elhelyezni a székeket, hogy azok egymástól mért távolsága legalább 2 méter legyen, amennyiben számítani lehet korábban érkező résztvevők megjelenésére

- a helyszín előterében az egyszer használatos védőeszközök számára nylon zacskóval bélelt megfelelő méretű hulladékgyűjtőt kell kihelyezni

- az oktatási helyszínen és az előtérben biztosítani kell a folyamatos szellőzést a nyílászárók lehetőség szerinti folyamatos nyitva tartásával, gyakori szellőztetéssel, illetve javasolt nyílt térben megszervezni a várakozást
- jó idő esetén maga a foglalkozás is megtartható nyílt térben (pl. iskolaudvaron)

- a helyszínen és az előtérben lehetőség szerint kerülni kell a légkondicionáló készülékek üzemeltetését, mivel azok a lebegő kerülő kórokozókat egyenletesen szétterítik a légtérben

- a helyszínen, az előtérben illetve az adott épület bejáratánál jól látható módon tájékoztatókat kell kihelyezni az várt járványügyi védekezési formák rendjéről

- kézfertőtlenítő pontokat kell létesíteni a minden olyan egymástól elkülönülő helyszínein, pl. az épület bejáratnál, az oktató terem előterében, a helyszínen, a mosdó bejáratánál vagy a mosdóban,valamint az esetleges adminisztrációs helyiségekben használt asztalon

- a kézfertőtlenítő pontok mindegyikén érdemes a helyes kézmosást vagy kézfertőtlenítést bemutató infografikát kihelyezni

- jegyzetírással járó oktatások alkalmával ajánlott kizárólag az ügyfelek által használt saját tollakat igénybe
  venni. Ha valaki nem hozott íróeszközt, akkor a szervező által biztosított tollakat visszagyűjtést követően javasolt fertőtleníteni.

- kötelező a foglalkozás során az oktató és a résztvevők által közösen használt valamennyi eszköz előzetes és a foglalkozást követő fertőtlenítése alkoholos felületfertőtlenítő oldattal a vonatkozó behatási idő fokozott betartása mellett (a közös használatú tárgyak úgynevezett „pihentetése” kevésbé biztonságos, mivel a vonatkozó kutatások alapján különböző felületeken pl. fémen vagy műanyagon a vírus akár 48 vagy 72 óra múlva is fertőzőképes maradhat, érdekes, hogy a levegőben viszont „csak” 3-4 óráig bírja a kórokozó)

- különösen részvételi díj fizetéséhez kötött szolgáltatás keretében végzett oktatás szervezésekor javasolt az
  eszközök fertőtlenítésére használt szórófejes palackok, vagy a kézfertőtlenítő adagolók utántöltéséről naplót vezetni (az oktatást szervező védelme érdekében célszerű rögzíteni a betöltést végző aláírását, a betöltés időpontját és a betöltött
  fertőtlenítő szer szavatossági idejét)

- az oktatás helyszínén a rendelkezésre álló terület és légtér határozza meg a résztvevők maximális számát, érdemes minden óvintézkedés betarthatóságát előzetesen átgondolni
- érdemes a foglalkozásra érkezők beléptetésének ellenőrzésére legalább 1 fő közreműködését igénybe venni, amennyiben a foglalkozás vezetője ezt nem tudja teljes körűen ellátni
- önálló járványügyi felügyeletet megszervezése esetén a felkért segítő vagy munkatárs az egyes intézkedések, például az egyéni védőeszközök használatára vonatkozó előírások betartása mellett, rendszeres fertőtlenítést végezhet, valamint tájékoztatja résztvevőket az oktatás menetéről
- a résztvevőket (gyermekek esetén a szülőket vagy a gondviselőt) és a foglalkozás lebonyolításában közreműködő személyeket egyaránt nyilatkoztatni szükséges, hogy az elsősegély oktatással járó esetleges egészségügyi kockázatokról tájékoztatást kaptak, és saját felelősségükre vesznek részt a vizsgán, a nyilatkozat érdemes írásban megkérni és megőrizni
- a résztvevőket (gyermekek esetén a szülőket vagy a gondviselőt) szóban vagy írásban is érdemes tájékoztatni a foglalkozásra érkezés szigorított feltételeiről, különösen, ha azok eltérnek (szigorúbbak) az adott intézményben megköveteltektől (pl. általános iskola alsó tagozatában, vagy magasabb évfolyamokon a megfelelő védőtávolság betarthatósága esetén a tanórákon nem kötelező az arcmaszk viselése, de gyakorlati jellegű elsősegélynyújtó foglalkozáson az)
- 65 év feletti és/vagy fokozott kockázatot jelentő krónikus megbetegedésben szenvedő résztvevők esetében fokozottan ügyelni kell a személyes kontaktus minimalizálására pl. gyakorlásra elkülönített idősáv meghatározásával.
- 65 év feletti és/vagy fokozott kockázatot jelentő krónikus megbetegedésben szenvedő oktatók foglalkoztatása nem javasolt.
- a közösen használt tárgyak, demonstrációs eszközök és az oktatás helyszínén gyakori érintésnek kitett felületek (pl asztal, kilincs, fogas stb.) teljes körű felületfertőtlenítése legkorábban az első résztvevő megérkezését megelőzően, ezt követően pedig szükség szerint, de legalább 2 óránként javasolt
- a gyakorlásra használt (nem egyszer használatos) eszközök (pl. olló, elsősegély doboz) felületfertőtlenítése az oldat egyenletes felhordását követő megfelelő behatási idő (10-15 mp) eltelte után áttörléssel biztosítható, szórófejes flakon alkalmazása során 15-20 cm távolság javasolt
- az újraélesztési fantom arc- és mellkas részének fertőtlenítése hasonló módon, de minden résztvevő gyakorlata előtt szükséges oly módon, hogy a fertőtlenítés megtörténtéről a résztvevő meg tudjon bizonyosodni
- felhívjuk a figyelmet, hogy a befúvásos lélegeztetés gyakorlása során a fantom arcrészének fertőtlenítése még az orr- és a szájnyílás területének kiemelt kezelése esetén sem nyújt teljes körű védelmet, mivel a kórokozók megtapadhatnak az eszköz belső felületein (pl. orrüreg, szájüreg, fejzsák, tüdőzsák), amennyiben feltétlenül szükséges a lélegeztetés oktatása, az csak az arc rész és a tüdő egység betétjének résztvevőnkénti cseréjével oldható meg biztonságosan

AZ OKTATÁSI TARTALOM MÓDOSÍTÁSA

Tájékoztatás és általános irányelvek

- a résztvevőket tájékoztatni kell arról, hogy az újraélesztés gyakorlat bemutatása során nem javasolt a befúvásos lélegeztetés, helyette 1-2 perc folyamatos mellkas nyomást kell végezni a vonatkozó
  paraméterek betartásával (frissítő képzések esetén kifejezetten érdemes összehasonlítani a COVID protokollt az általános ellátási formával, új ismeretátadás esetén elegendő felhívni a figyelmet a lélegeztetés fontosságára)

- a résztvevőket tájékoztatni kell arról, hogy az egyéni védőeszközök viselésével minimálisra csökken a koronavírus fertőzés kockázata, így a gyakorlatok többségét (pl. a végtagsérülés ellátását, a kötözést, végtagrögzítést vagy a fektetési módokat bemutatását a szokott módon, egymáson is elvégezhetik), ugyanakkor amennyiben nem kívánnak kontaktusba
  kerülni a társukkal, úgy a vizsgát alternatív értékelési szempontok alapján is teljesíthetik

- a fertőzés kockázatának további minimalizálása érdekében páros gyakorlatok megvalósítása esetén kerülni kell a párcserét, egy alkalommal, vagy több alkalom esetén visszatérő résztvevők esetében állandó munkapárok kijelölése javasolt

- alternatív demonstrációs módszerek és az ehhez kapcsolódó visszaellenőrzés során az értékelési szempontok megtervezésekor törekedni kell arra, hogy lehetőség szerint minél több tudáselem bemutatása, elmélyítése vagy esetleges számonkérése továbbra is gyakorlati formában valósuljon meg

Egyes alternatív demonstrációs módszerek és értékelési szempontok

Betegvizsgálat

- eszméletvizsgálat bemutatása történhet csak a fantomon
- légzésvizsgálat bemutatása történhet csak a fantomon, általános betegvizsgálat fantomon vagy szemléltetésre alkalmas egyéb eszközön

Légútbiztosítás

- fej hátraszegésének bemutatása szintén kivitelezhető csak a fantomon
- stabil oldalfektetés bemutatásakor a résztvevő önmaga fordul oldalra (egy másik résztvevő közben szóban kifejti, esetleg kiegészíti lépésenként a gyakorlatot pl. az ellátás célja, kizáró okok felsorolása stb.)
- potenciális gerincsérült légút biztosításának bemutatása csak a fantomon

Újraélesztés

- a fantomra a résztvevő a mellkaskompresszió megkezdése előtt helyezzen föl sebészi maszkot, ez az eljárás éles helyzetben nemzetközi ajánlások alapján megakadályozhatja, hogy a beteg vagy a sérült passzív ventillációja miatt kórokozó kerüljön a légtérbe (különösen nem egy háztartásban élő ellátott esetén javasolt)
- 1-2 perc folyamatos mellkas kompresszió (érdemes szóban kiegészíti a gyakorlatot pl. a lélegeztetés aránya, módjai, mire kell odafigyelni lélegeztetés közben és a befújások között, miért fontos a lélegeztetés, gyermekeknél mi alapján dönt az ellátó figyelembe véve a járványügyi kockázatot stb.)

Vérzések, sebellátás

- direkt nyomás bemutatása saját testrészen a feltételezett seben, vagy arra alkalmas eszközön (pl. áruházakban és sportboltokban beszerezhető polifoam rúdon, más néven vizi nudlin)
- sebfertőtlenítés bemutatása saját végtagon a feltételezett seben, vagy arra alkalmas eszközön
- kötés felhelyezése arra alkalmas alakú szemléltető eszközön (saját végtagon nehezen kivitelezhető)

Fektetési módok bemutatása során a résztvevő önmagán alakítja ki az elérni kívánt pozíciót külső eszközök (pl. pokróc, párna, szék stb.) igénybevételével, a gyakorlatot szóban is ki lehet egészíteni (pl. a pozícionálás kialakításának lépései, további indikáció ismertetése stb.)

Egyes alternatív demonstrációs módszerek és értékelési szempontok

Törések

- háromszögletű kendő fölhelyezése alkalmas szemléltető eszközön
- alsó végtag talált helyzetben történő rögzítésének bemutatása saját lábon
- bukósisak levétele csak a fantomon (a résztvevő lépésenként mindkét ellátó feladatát mutassa be)

Légúti idegen test eltávolítása

- háti ütés bemutatása fantomon, vagy egyéb alkalmas szemléltető eszközön
- hasi lökés kezdőpozíciójának és mozdulatának bemutatása saját törzsön

M**entési fogások bemutatása lehetőség szerint alkalmas szemléltető eszközön történjen a résztvevők szoros kontaktusának és a fokozott fizikai igénybevétel miatt fokozott légzésintenzitása miatt**

Légúti idegen test eltávolításának bemutatása és gyakorlása nem javasolt páros gyakorlat megszervezésével (a szoros kontaktus, a provokált erőteljes és gyors kilégzés, valamint a résztvevőknél fokozottan jelentkező köhögés miatt ez a módszer nem tekinthető biztonságosnak még az ellátott szerepét betöltő résztvevő maszkviselése esetén sem, a sérült valós körülmények között nem viselhet maszkot, mivel az a szájüreg előtt akadályt képez, ami gátolhatja a légúti idegen test kilökődését vagy a szájüreg ellenőrzését, az oktatás során ebből a didaktikai okokból sem érdemes maszkot viselnie az ellátott szerepét játszó résztvevőnek)

Javasolt a járványhelyzetre tekintettel a nonkontakt testhőmérséklet mérés oktatása, bemutatása is, amennyiben ilyen eszköz rendelkezésre áll, a résztvevők előzetes szűrővizsgálata is megoldható

Lehetőség szerint javasoljuk biztonságos, az adott ellátási forma gyakorlására alkalmas speciális demonstrációs és szemléltető eszközök beszerzését (pl. orvosi modellek, sürgősségi fantomok.

Továbbá javasoljuk a meglévő eszközök és kifejezetten az újraélesztési fantomok állapotának felmérését, az oktatást végzők számára az eszközök használatára, karbantartására (pl a cserélendő betétek és egyéb alkatrészek szakszerű cseréjére) és fertőtlenítésére vonatkozó frissítő tréningek szervezését.

PROGRAMJAVASLAT

Bázisiskolai Egészségőr COVID Szolgálat

Szeptemberben az iskolakezdéshez kapcsolódva a Hősképző Kampány keretében a Magyar Ifjúsági Vöröskereszt az ifjúsági önkéntesek
bevonását javasolja a koronavírus fertőzés elleni védekezésbe. A COVID Szolgálatok célja az, hogy az iskolai elsősegélynyújtó szakkörök vagy bármely a szolgálat ellátására vállalkozó gyermekek és fiatalok aktívan segítsék az iskolai közösségek védelmét! A tanulók önkéntes bevonását minden közoktatási- és köznevelési intézményben érdemes megfontolni, különösen ott, ahol jól működő vöröskeresztes közösség található, illetve ahol rendszeresen szerveznek a Magyar Ifjúsági Vöröskereszttel közös szakmai programokat.

A jelenlegi járványügyi helyzetben nagyon fontos, hogy az iskolai közösségek hosszabb távon is képesek legyenek betartani a szükséges
óvintézkedéseket. Iskolai, vagy kollégiumi COVID szolgálatok szervezésével a diákok hatékonyan segíthetnek egymásnak, hogy a kortárs példa erejével gyorsan megszokják és szükség esetén hosszabb ideig is megtarthassák a járványügyi védekezés intézményi kultúráját.

Az Egészségőr COVID Szolgálat megszervezése nem idegen a közoktatási és köznevelési intézmények napi gyakorlatától. Az osztály hetes, a folyosóügyeletes vagy az ifivezető sok formában már most is jelen van elsősorban az iskolákban. A COVID szolgálat megvalósítását tekintve nem tér el ezektől csupán tartalmát tekintve alkalmazkodik egy az emberi életet és egészséget veszélyeztető aktuális helyzethez.

A gyerekek akár már alsó tagozatban is bevonhatók a különleges iskolai eljárásrend betartatásába. A szabályos maszkviselés ellenőrzése, a közös terekben elhelyezett kézfertőtlenítő pontok működtetése, a távolságtartási előírások felügyelete, a kontaktusmentes lázmérésben való közreműködés illetve a tájékoztatás lehet a feladatuk. Természetesen minél kisebb korosztályról van
szó, annál inkább szükséges felnőtt pedagógus felügyelete, illetve közvetlen iránymutatása. Középiskolás fiatalok esetében megfelelő felkészítéssel önálló tevékenységként is megvalósítható a szolgálat, amely a Magyar Vöröskereszt
területileg illetékes megyei szervezetével megkötött megállapodás alapján közösségi szolgálat keretében is elszámolható.

MAGYAR IFJÚSÁGI VÖRÖSKERESZT
Bázisiskola

PROGRAMJAVASLAT

Bázisiskolai Egészségőr COVID Szolgálat

Fontos, hogy az önkéntes Egészségőr COVID Szolgálat kizárólag preventív és figyelemfelhívó célokat szolgál, a potenciális fertőzöttek elkülönítésében vagy ellátásában gyermekek nem vehetnek részt. Az aktuális járványügyi intézkedések figyelembevételével a szolgálat rugalmasan átalakítható vagy felfüggeszthető. A szolgálatot kizárólag a gyermekek járványügyi felkészítése után lehet megkezdeni, előzetes szülői jóváhagyással. A szülői jóváhagyást az érintett, vagy az érdeklődő diákok számára megszervezett előzetes felkészítő foglalkozás után érdemes írásban kérni, hiszen így a diákok, illetve a szolgálat szervezésében közvetlenül részt nem vevő pedagógusok is tájékoztathatják a szülőket a szolgálat okozta biztonsági kihívásokról, illetve az azok elhárítása érdekében tett elővigyázatossági intézkedésekről a felelős döntés meghozatala érdekében. A szolgálat szervezését javasolt úgy elvégezni, hogy az abban részt vállaló gyermekek a megszerzett tudás és a megfelelő eszközök birtokában nagyobb biztonságban legyenek, mint azok az iskolatársaik, akik nem látnak el ilyen szolgálatot.

A Magyar Ifjúsági Vöröskereszt szakemberei az első hullámban megszerzett tapasztalatok és nemzetközi ajánlások
felhasználásával előzetes konzultáció keretében nyújtanak segítséget a felkészítő foglalkozások megtervezésében vagy akár annak lebonyolításában is.
Azon intézmények számára, amelyeknek nincs élő kapcsolatuk a Magyar Vöröskereszttel javasoljuk a területileg illetékes megyei szervezetekkel felvenni a kapcsolatot a www.voroskereszt.hu központi internetes oldalon található elérhetőségeken.

Javasolt tevékenységek

A kockázatcsökkentés felelőssége végső soron a miénk felnőtteké. A közoktatási- és köznevelési intézmények esetében ez a felelősség főleg a pedagógusok, az intézményvezetők és az intézményfenntartók vállát nyomja, de a szülők és a gyerekek együttműködése is szükséges a sikeres védekezéshez, az intézményi gócpontok kialakulásának elkerüléséhez. A példamutatáson túl valódi segítség is lehet a diákok aktivizálása.

Ahol szükséges, ott a szabályos maszkviselést ellenőrizhetik a folyosókon, a mosdóknál vagy olyan helyeken, ahol az eltérő osztályba járó gyermekek találkozhatnak. Az egészségőrök feladata a jelenlét biztosításával a többi diák emlékeztetése a maszkviselésre, a nem helyesen hordott maszk megigazítására való felhívás, vagy a kialakítása miatt nem megfelelő (pl. laza, nem helyes méretű) maszk jelzése a diáktárs vagy a felelős pedagógus felé.

Felhívhatják a figyelemet a kézfertőtlenítésre a közös terekben elhelyezett kézfertőtlenítő pontoknál vagy maguk működtethetik a manuális adagolókat a meghatározott áteresztési pontokon (bejárat, mosdók, étkező, udvar stb.). Így elkerülhető, hogy magát a flakont, illetve az adagoló fejet közösen használják a diákok. A fertőtlenítő pontokon kihelyezett tárolók és flakonok töltöttségi szintjének és működésének időszakos ellenőrzése is rájuk bízható, ezzel megkönnyítve az intézmény üzemeltetését ellátó gondnokok, karbantartók és a takarító személyzet munkáját. Ellenőrző feladat esetén minden esetben alkalmazzunk naplót, amely segíti az önkéntesek munkáját és egyben nyomonkövethetővé és számonkérhetővé teszi az önkéntes szolgálat által jelzett problémákat.

Adhatnak folyosófelügyeletet, vagy udvar felügyeletet, ahol a maszkviselés mellett jelezhetik diáktársaiknak, ha megfeledkeznek a szociális távolságtartási előírásokról.
Segíthetik a kontaktusmentes lázmérést vagy az áteresztő pontokon, vagy a tanórák közötti szünetekbe fakultatívan igényelhető szolgáltatásként. Ha napközben mérnek lázat az ifjúsági önkéntesek, akkor javasolt azt osztályonkénti beosztás alapján úgy elvégezni, hogy a lázmérést igénylő diákok maszkban a helyükön ülve várják meg a szolgálatot adó diáktársaikat. A testhőmérséklet mérést külön felkészítést követően legalább 2-3 fő végezze. Egy vagy két önkéntes méri a lázat, a harmadik pedig naplózza a további intézkedést igénylő mérési eredményeket. Ha hőemelkedéses vagy lázas gyermeket találnak, azt az egyik szolgálatos felügyelete mellett megkérik, hogy maradjon a helyén, és értesítik a felelős pedagógust, az iskolai védőnőt vagy az iskolaorvost, aki intézkedik a gyermek kontroll vizsgálatáról illetve a kijelölt izolációs helyiségben történő elkülönítéséről.

Fel kell készülni arra is, hogy központi, fenntartói vagy intézményi döntés alapján változhat a védekezési előírások tartalma. Szigorodhat is, vagy enyhülhet a vonatkozó rendtartás. A változások minél gyorsabb átvezetése érdekében fontos lehet az iskolatársak, és az intézménynél megjelenő szülők tájékoztatásában való közreműködés.

Az elsősegélynyújtó ismerettel rendelkező önkéntesek folyosóügyeletben, vagy udvari ügyeletben a megszokott módon elsősegélyt is nyújthatnak diáktársaiknak. Az ő esetükben külön COVID protokoll felkészítést javaslunk. Az egészségőrök esetében ez a felkészítés arról szól, hogy bármilyen apró sérülés vagy rosszullét ellátásakor ismerjék és maradéktalanul tartsák is be a rájuk vonatkozó legalapvetőbb járványügyi óvintézkedéseket.

- szabályos maszkviselés
- hosszú ujjú, zárt ruházatban történő ellátás
- vizsgálókesztyű viselése
- kéz- és eszközfertőtlenítés
- kockázatos kontaktus kerülése és felismerése az ellátás során
- kockázatos kontaktus jelentése a kijelölt pedagógus vagy az iskolai védőnő felé

A szolgálat megkezdését a felkészítő foglalkozáson való részvétel és a szülői vagy gondviselői hozzájárulás után előre megtervezett kapacitásfelmérés és beosztás készítés alapján lehetséges. A beosztásnál arra is gondolni kell, hogy olyan gyermekek kerüljenek össze, akik ismerik egymást, jól együtt tudnak dolgozni, hiszen a szolgálat nem feltétlenül szórakoztató időszakonként megterhelő vagy unalmas is lehet. Ugyanakkor az sem jó, ha elvonják egymás figyelmét, hiszen így romlik a példamutatásukból adódó kortárshatás eredményessége. A szolgálat megszervezésekor érdemes játékosító elemeket is beépíteni (pontgyűjtés, felavatási ceremónia, kreatív láthatósági eszközök stb.) a szolgálat életébe, amelyek élményszerűbbé tehetik a gyermekek önkéntes tevékenységét, motiválhatják őket, illetve tudatosíthatja bennük, hogy miért is vállalják a szolgálatban való közreműködést. A játékosító elemeket minden esetben az adott korosztálynak megfelelően kell kialakítani, de nagyobb gyermekeknél, középiskolás fiataloknál sem jó kihagyni.

A járvány elmúltával ügyelni kell a szolgálatban közreműködő önkéntesek, a pedagógusok és a szervezést koordináló szereplők, partnerek, szülők vagy támogatók megbecsülésére. Az érintettek bevonásával stakeholder értékelő találkozón javasoljuk komplex módon gyűjteni a COVID szolgálat tapasztalatait. Ha a visszajelzések alapján a kialakított program szakmai és pedagógiai szempontból sikeresnek mondható, akkor érdemes azt megtartani a diákok számára elérhető hagyományos elsősegély ügyeletet meghonosítása vagy továbbfejlesztése érdekében (egészségőr program). A járványügyi tapasztalatok pedig egyéb iskolai fertőzések (pl. influenzajárvány) esetén is felhasználhatók.

JÁTÉKÖTLETEK

Bázisovik számára

Életkor: 4-10 év

Csoportlétszám: mindegy

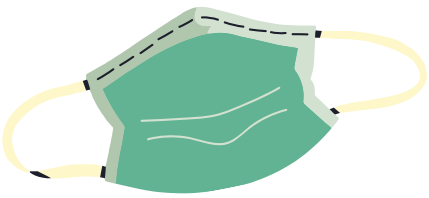
Játékidő: 3-5 perc (betanítás), 1-2 perc (ismétlés)

COVID mondóka

Akadálymentesítés: egyidejű a kezet érintő mozgás- és beszédfogyatékosság esetén nem kivitelezhető, látásfogyatékosság esetén a mozdulatsor vezetéssel betanítható

Célok, általános leírás: óvodás és alsó tagozatos gyermekek számára (de akár idősotthonokban is) az ismeretátadás összefoglalására és a begyakorolt magatartásformák interiorizálására alkalmas módszer lehet énekek, átírt szövegű gyermekdalok vagy mondókák betanítása. A mondókák időszakos közös elmondása vagy eléneklése segít a csoportnorma hosszútávú megtartásában anélkül, hogy hosszabb időt venne el a foglalkozásból
vagy a tanórából. A mondókázás még hatékonyabb, ha mozdulatsorral egészítjük ki.

Szöveg	**Mozdulat**
Ha hordod a maszkot,	a pánt fül mögé akasztását utánzó mozdulat (két kézzel)
Csak jó hordjad!	két kéz arc elé emelése (az orrnyereg megérintésével)
Aki viseli,	körbemutatás az teremben vagy a szobában
Az jóbarát.	két kézzel megformázott szívforma (a mellkashoz helyezve)
Kezdet mosd meg,	kézmosás mozdulat
Ne bújjunk össze,	nyújtott tenyérrel végzett elhárító mozdulat (két kézzel)
A vírus így nem ragad rád!	a kéz leporoláskor megszokott haránt tapsolás (4x a szöveg ütemére)



Eszközök: a résztvevők saját arcmaszkjai

Megjegyzés: a mondókát érdemes arcmaszkban elmondatni. Így a gyerekek készség szinten elsajátíthatják a maszk helyes felhelyezésének viselésének és levételének mozdulatait. A pedagógus, vagy a foglalkozás vezetője pedig ellenőrizheti az eszközök méretét. A túl nagy, vagy rosszul szabott maszk nem fekszik föl megfelelően az orrnyeregre, hanem eláll vagy
lecsúszik az áll irányába. A nem mérethelyes eszközök nem funkcionálnak megfelelően, ezért azok beállítását vagy cseréjét minden esetben végre kell hajtani, ha az adott intézmény területén kötelező maszkviselést rendelt el a fenntartó!

JÁTÉKÖTLETEK

COVID terjedés bemutatása (1)

Életkor: 7-12 év

Csoportlétszám: 15-30 fő

Játékidő: 20-30 perc

Akadálymentesítés: a szabályok rugalmas átalakításával bármilyen érzék- vagy mozgásszervi fogyatékosság mellett is megvalósítható

Célok, általános leírás: a játék célja, hogy a csoport megpróbálja megfertőzni egy a tanári asztalon (vagy más jól kiemelhető helyen) elhelyezett kabalafigura által megszemélyesített áldozatot. A csoportból kiválasztott „doktornéninek vagy doktorbácsinak” pedig ezt kell megakadályoznia. A kiválasztott doktor (nagyobb csoport esetén esetleg 2 gyerek is lehet) előre megy. A gyerekek a földön elszórva vagy a padban ülnek.
A doktor szükség esetén székre vagy dobogóra is fölállhat. A játékvezető (ha van segítsége) egy nagy tálcával eltakarja a doktor arcát, hogy ne lássa a többieket, vagy megkéri, hogy álljon háttal, amíg két (nagyobb csoport esetén három) a kórokozót megjelenítő golyót, szörnyecske figurát (pl. dino figurát, gumi bogarat stb.) vagy kartonból kivágott figurát oszt szét az áldozat kabalafigurától messze lévő gyerekek között. A doktor megfordulhat. A gyerekeknek az lesz a feladatuk, hogy úgy juttassák el a kórokozót jelképező figurát az áldozatot megszemélyesítő kabaláig, hogy azt a doktor ne vegye észre.
A játékot érdemes körökre osztani, és előre meghatározni, hogy hány kör lesz egy forduló (egy normál osztályteremben 3-4 kör elegendő). A játékvezető rövid ideig eltakarja a doktor arcát a tálcával, majd rövid visszaszámlálás után elveszi azt. A doktor elrendelheti körönként 1-2 gyerek COVID szűrését. Ilyenkor a megnevezett gyereknek meg kell mutatnia, hogy nála van-e a vírus vagy nincs. Ha egy vagy több kórokozó elérte a kabalafigurát, akkor az vagy egy kicsit vagy súlyosan megbetegedett, és a csoport nyert. Ha a doktor lefüleli az összes kórokozót, akkor pedig ő nyert.
Egy forduló megfelelő szabályismertetés esetén 2-5 perc, érdemes több fordulót szervezni, hogy minél több gyerek kipróbálhassa magát a doktor szerepében. A nagyobb gyerekek esetén a pálya további szabályokkal nehezíthető igény szerint. Mivel a kórokozót megjelenítő figurák közös használatú tárgyként tekinthetők, ezért járványügyi szempontból ügyelni kell arra, hogy a fordulók között fertőtlenítsük azokat, valamint, hogy a gyermekek fordulónként fertőtlenítsék a kezüket. Főleg kisebb gyermekek esetén külön figyelni kell arra is, hogy a játék ideje alatt ne nyúljanak a szemükhöz vagy az arcukhoz. A leghatékonyabb védekezési mód az, ha ezt a játékot gumi vagy fóliakesztyűben játsszák a gyerekek.

Eszközök: 1-2 tálca, 1 nagyméretű kabalafigura (baba vagy plüss állat), 2-3 kórokozó figura, felületfertőtlenítő/kézfertőtlenítő, gyermekenként 1 pár gumikesztyű/fóliakesztyű/nylontasak

Megjegyzés: nem olyan nagy baj, ha nem pont az ő méretük a kesztyű, vagy az azt kiváltó tasak, ez akár még
vicces nehezítés is lehet a fertőzés továbbadása során. A játék előtt és után kézmosás vagy kézfertőtlenítés szükséges. Mivel a gyerekek nem mozognak a teremben vagy a szobában, ezért könnyű odafigyelni vagy felhívni a figyelmet a szociális távolságtartásra is.

Életkor: 8-88 év

Csoportlétszám: 15-30 fő

Játékidő: 20-60 perc

COVID terjedés bemutatása (2)

Célok, általános leírás:

Ez a játék a táboroztatást vagy ifjúsági csoportvezetést végző pedagógusok számára jól ismert úgynevezett „körökre osztott gyilkosos” játék tematizált változata. A szabályok módosításával akár felnőttek számára is élvezhető. A játék a fertőzött és a többi nem fertőzött résztvevő között zajlik. A résztvevők
elszórtan, vagy körben helyezkednek el és becsukják a szemüket (éjszaka helyett érdemes a narrációt megváltoztatni, amikor csukva van a játékosok szeme, akkor éppen „nem figyelnek oda a fertőzés megelőzésére”). A játékvezető először megérint (vagy kézbe adott számoló korongot ad) 3-4 játékost. Ők leszenek a megfelelően védekezők, akik nem fertőznek tovább akkor sem, ha megfertőződnek.
Érdemes a kijelölést visszaellenőrizni úgy, hogy csak ők nyissák ki a szemüket és nézzenek a játékvezetőre. Ezt követően ismét mindenki csukva tartja a szemét, amíg a játékvezető kiválasztja és megérinti a fertőzöttet. Csak a fertőzött kinyithatja a szemét és rámutathat arra, akit szeretne megfertőzni.

A kör második felében mindenki kinyitja a szemét. A játékvezető elmondja, hogy történt-e fertőzés, amíg nem figyeltek a megfelelő védekezésre vagy sem. A játékosok megbeszélhetik, hogy kit szeretnének tesztelni, vagy karanténba küldeni. A csoport méretétől függően vagy mindkét lehetőséget ajánlja föl a játékvezető, vagy választaniuk kell. A karanténba helyezett játékos a következő körben nem fertőződhet meg, és nem
fertőzhet tovább. A tesztelt játékosról a játékvezető megmondja, hogy fertőzött-e vagy sem.

A további körök során a nem védett játékosok is fertőzővé válnak, így ők is tovább fertőzhetnek. Ha egy
körben sikerül lefülelni egy fertőzöttet, akkor ő végleg kiesik a játékból és passzív szemlélővé válik, aki a beszélgetésbe már nem szólhat bele. A szerepek és a körönkénti szabályok tetszés szerint bővíthetők. Lehet kijelölni tisztifőorvost, aki megmenthet valakit, de a tesztelés lehetőségét is ki lehet adni egy doktor szerep kiosztásával, aki rákérdezhet, hogy valaki fertőzött-e, lehet bizonyos esetekben kontaktuskutatást kérni stb. A játék akkor lesz izgalmas, ha mindkét oldalon van esély a győzelemre, azaz ügyes taktikázással győzhetnek a fertőzöttek is, de védekezőknek is van esélyük legyőzni a vírust.

JÁTÉKÖTLETEK

Osztályteremben vagy kisebb gyerekeknél úgy is lehet játszani ezt a játékot, hogy a kiválasztott nem rámutat, hanem elindul és az áldozata hátának megérintésével fertőz. Erre annyi ideje van csak, ameddig a játékvezető visszaszámlál. A játékvezető előre meghatározhatja, hogy csak 1, maximum 2, 3 vagy bármennyi osztálytársat fertőzhet-e a fertőző a visszaszámlálás alatt. A könnyebb mozgás érdekében érdemes a gyerekeket a pad mellé, illetve a terem egészében kellő távolságra elosztva felállítani. Ennél a variációnál a gyerekek a kör második részében szintén megbeszélhetik, hogy kit szeretnének tesztelni, vagy karanténba küldeni, illetve szintén kioszthatunk néhány védettséget jelentő kártyát. Ha így játszunk, akkor a tét az lesz, hogy 3-4 kör alatt marad-e egyáltalán egészséges gyerek az osztályban vagy nem, hiszen a tovább fertőzés miatt a járvány nagyon gyorsan fog terjedni. Ha marad, akkor jól védekezett az osztály, amit közös tapssal jutalmazhatunk a pozitív visszacsatolás érdekében. Egy játék így 3-4 perc alatt lepörög, ezért érdemes több kört játszatni a gyerekekkel. Szemléletes
lehet, ha a fertőzést nehezítő és a védekezést elősegítő tényezőket fokozatosan erősítjük fordulóról-fordulóra. Így a játékvezető könnyen bemutathatja, hogy alacsony védekezés mellett milyen gyorsan alakul ki egy zárt közösségben fertőzés-góc, illetve, hogy minél több előírt vagy ajánlott szabályt betartanak, annál látványosabb lesz a siker.

Eszközök: szerepkártyák, felületfertőtlenítő, legalább a játékvezető számára arcmaszk és gumikesztyű

Megjegyzés: a játékot a védőtávolság megtartásával és/vagy maszk használatával érdemes lebonyolítani. A
szerepkártyákat a játék ismétlése esetén fertőtleníteni kell, vagy annyi készletet kell előkészíteni ahányszor újrajátssza a csoport a játékot. Ebben az esetben a régi szerepkártyákat elkülönítve kell összegyűjteni, vagy ki kell
dobni. A játékvezetőnek, mivel folyamatosan mozog a játékosok között javasolt maszkot és gumikesztyűt viselnie. A szabályrendszer és a játékmenet meglehetősen komplex, ezért általános iskola 1-2. osztályos vagy annál kisebb gyermekek számára nehezen értelmezhető. A helyben ülő változatot csak egymást jól ismerő, 8-12 évfolyamos gyermekek és fiatal felnőttek körében javasoljuk kipróbálni.

JÁTÉKÖTLETEK

Életkor: 4-12 év

Csoportlétszám: 15-30 fő

Játékidő: 10-12 perc

Mit érzek a maszk alatt?

Célok, általános leírás: ez a játék az akadályoztatott kommunikációra épülő játékok csoportjába tartozik.
Az a célja, hogy a résztvevők megpróbálják kifejezni és megérteni egymás nonverbális kommunikációját maszkviselés közben. A gyakorlattal a helyes maszkviselés mellett arra is ráirányíthatjuk a figyelmet, hogy miért könnyű, vagy éppen miért nehéz hordani az arcukat elfedő maszkot. A játék bevezetésekor megkérdezhetjük a gyerekeket, hogy miért szeretik, vagy miért nem szeretik hordani a maszkot (szép mintás, büdös, nem tudok benne szaladni, bepárásodik tőle a szemüvegem stb.). A tudatos maszkviselés szinte minden járványügyi kockázatot jelentő élethelyzetben döntés kérdése, amit a konformista viselkedés gyakran megnehezít (és nem csak a gyerekeknél!). Ezért fontos megértetni a gyermekekkel, hogy nem baj, ha kényelmetlenséget okoz számukra a maszk viselése, és nyugodtan fejezzék ki az ezzel kapcsolatos negatív érzéseiket. Ugyanakkor legyenek képesek elfogadni az esetleges kellemetlenségeket is, ha a védekezés miatt a maszk viselésére mégis szükség van. A játék célja az, hogy a csoport egyik fele kitalálja, hogy a másik, maszkot viselő fél milyen érzelmet, vagy hangulatot fejez ki a szemével vagy a gesztusaival.

Kisebb gyerekek esetén érdemes a csoportot vagy az osztályt két részre osztani és szembe fordítani egymással. Iskolában ez helyben ülve is megvalósítható. Nagyobbaknál akár párba is állíthatjuk a játékosokat. A játékvezető a terem, vagy a szoba egyik oldalán helyezkedik el úgy, hogy az általa mutatott érzelmet vagy hangulatot kifejező képeket és feliratokat csak a párosok vagy a csoport maszkot viselő tagjai láthassák. A maszkot viselők
próbálják meg mimikával, hangokkal vagy gesztusokkal eljátszani a felmutatott érzelmet, vagy hangulatot anélkül, hogy kimondanák magát a keresett szót. A többiek pedig próbálják meg kitalálni azt. Kisgyermekek esetében a jó válasz bekiabálással is megadható, páros gyakorlat esetén javasolt a megoldásokat felíratni egy lapra vagy egy füzetbe. A játék felénél a játékvezető oldalt cserél. Akik eddig kitaláltak, most fölveszik a maszkjaikat és ők fognak utánozni, és viszont. A feladatok nehézségét érdemes az adott korcsoportnak megfelelően beállítani. A játék végé, vagy csoportos megoldás esetén akár közvetlenül a kitalálást követően érdemes az eredeti képet megmutatni. Páros gyakorlat esetén a végén közösen érdemes ellenőriztetni a gyerekekkel.

Eszközök: a játékosok saját arcmaszkja, érzelem/hangulat ábrák (legalább A/4-es méretben)

Megjegyzés: jól használhatók és a gyermekek számára könnyen értelmezhetők az úgynevezett emojik. Óvodás vagy 1-2 osztályos gyermekek esetében az ábrán a kép kizárólagos lesz, vagy legalábbis dominálni fog, ezért törekedni kell az egyértelműségre.
Olvasni tudó korcsoport számára a felirat is fontos segítség lehet az utánzásban, mert nem biztos, hogy csak az adott képnek megfelelő módon fogja kifejezni az adott érzelmi állapotot.

JÁTÉKÖTLETEK

Életkor: 4-10 év

Csoportlétszám: 10-30 fő

Játékidő: 15-30 perc

Védőtávolság fogócska

Célok, általános leírás: ahogy a játék nevében is olvasható, ez egy nagymozgásos kergetőző játék, amelynek az célja, hogy élményszerűvé tegye a védőtávolság megtartásának fontosságát a kisebb gyermekek számára. Azok, akik jártasak a hasonló sportjátékok terén a cápafogó nevű játékhoz hasonlít leginkább, illetve annak egyfajta variációja.
Lehetőség szerint udvaron vagy bármilyen szabad területen, ha ilyen nem áll rendelkezésre, akkor aulában, nyílt folyosón vagy tornateremben javasolt megszervezni.

A játékvezető a csoport létszámának megfelelően kijelöl 1-2 menekülőt, és 1 fogót, aki biztosan fertőzött (kisebb korcsoport esetén a járványügyi és a balesetmegelőzési szempontok miatt érdemes megfontolni, hogy maga a játékvezető legyen a fogó). A menekülők belebújnak egy hullahopp karikába, amelyből menekülés közben sem bújhatnak ki, és kimennek a helyiségből, vagy elfordulnak, amíg a játékvezető szerepkártyák (pl. számoló korongok) kiosztásával kijelöl a csoport létszámának megfelelően további 2-5-6 fertőzöttet. Ők a többi gyerekkel együtt helyben maradnak a kijelölt pályán elszórva. A gyerekeket úgy kell elosztani, hogy
néhol több, néhol pedig kevesebb hely legyen közöttük, ugyanakkor a biztonságos védőtávolság a játék során lehetőség szerint valóban megmaradjon. A menekülőknek úgy kell elszaladniuk a fogó elől, hogy lehetőség szerint ne érjenek hozzá senkihez. A kergetőzés meghatározott ideig tarthat.

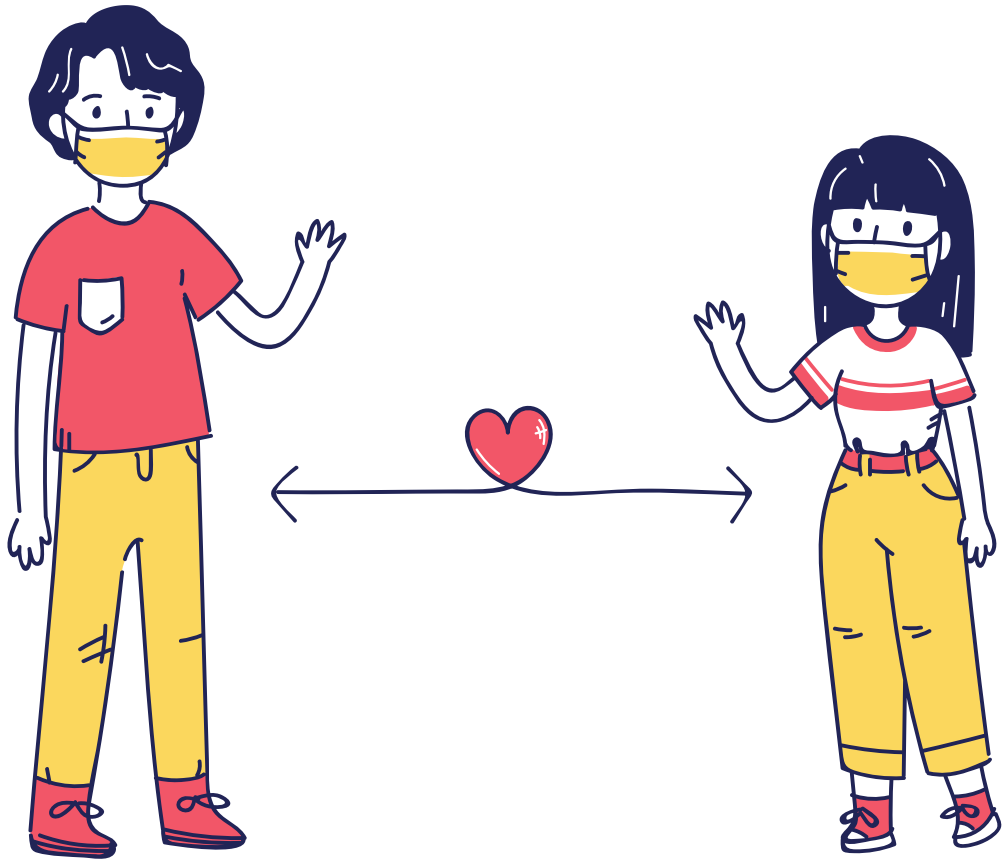
Ha a "fertőzött fogó" eléri a menekülőket, akkor ő győzött. Ha az idő lejárt, akkor viszont meg kell kérdezni, hogy volt-e olyan titkos fertőzött, akihez hozzáírt a hullahopp karikája valamelyik menekülőnek. Ha volt ilyen, akkor a menekülő mégiscsak elkapta a vírust. Érdemes megfontolni, hogy mi alapján történik a rejtett
fertőzés megállapítása. Főleg kicsi gyerekeknél, de igazából a versenyhelyzet miatt a nagyobbaknál is érdemes egy vagy akár több bírót is megbízni ezzel a feladattal.

JÁTÉKÖTLETEK

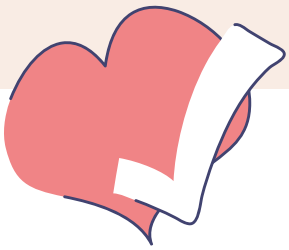
A játék többször megismételhető, illetve a csoport életkorának és számbeli nagyságának megfelelően tovább
fejleszthető. A pályán elhelyezkedők maguk is foghatnak hullahopp karikát, vagy állhatnak kijelölt szivacson. Megkérheti a játékvezető őket arra, hogy élő szoborként különböző pózokban képezzenek nehezített akadályt, vagy a védőtávolságot szimbolizáló szivacsrúddal a számukra kijelölt zónán belül maradva próbálják meg levadászni a menekülőket stb. Zárt térben a fogó és a menekülők számára a fokozott kilégzés miatt javasolt a maszk viselése, ugyanakkor éppen a fokozott igénybevétel miatt a maszk cseréjére és a gyorsabb
kifáradás okozta fizikai terhelésre is tekintettel kell lenni. A menekülők és a fogó számára a játék előtt és után kézmosás/kézfertőtlenítés szükséges, illetve javasolt a karikát és minden egyéb kézben tartott eszközt áttörölni
felületfertőtlenítő oldattal mielőtt továbbadják.

Eszközök: legalább 2 hullahopp karika, kéz- és felületfertőtlenítő, a játékosok és a játékvezető saját arcmaszkja, csere arcmaszk az elhasználódott, átnedvesedett maszkok pótlására további opcionális pályakijelölő elemek

Megjegyzés: a játék során fokozottan kell ügyelni a résztvevők testi épségére.



JÁTÉKÖTLETEK



Életkor: 7-12 év

Csoportlétszám: 10-30 fő

Játékidő: 15-20 perc

COVID élő hibakereső

Célok, általános leírás: a játék célja, hogy a résztvevők elmélyítsék a legalapvetőbb járványügyi előírásokat és megtanulják a rendelkezések elégséges vagy elégtelen betartása közötti különbséget. Iskolában hetes, vagy osztályfelelős, folyosófelelős rendszer esetén a járványügyi előírások betartásának ellenőrzése is kiadható feladatként vagy a meglévő feladatok mellett, vagy önálló szerepkörben (ld. Egészségőr COVID Szolgálat).

Javasolt a játékon nyílt folyosón, aulában vagy tornateremben, szabad téren vagy megfelelően ütemezett játékmenet esetén olyan helyszínen megvalósítani, ahol a heteseknek, vagy az egyéb kijelölt felelősöknek valóban tevékenykedniük kell majd. Ez utóbbi esetben a játék szimulációs gyakorlatként is értelmezhető. Ha csoportfoglakozás keretében játszunk, akkor az a legegyszerűbb, ha a játékvezető a védőtávolság betartásával körbe állítja a gyerekeket. A jelentkezők közül kiválaszt a csoport létszámának arányában 2-3 egészségőrt, és megkéri őket, hogy álljanak ki a körből, és fordítsanak hátat, amíg kijelöli azokat a játékosokat, akik szándékosan rosszul fogják végrehajtani a járványügyi előírásokat. A játék következő szakaszában az egészségőröknek a sétáló gyerekek között nézelődve meg kell keresniük, föl kell ismerniük és ki kell javíttatniuk a hibákat. Udvariasan meg kell mondaniuk a hibázó társaiknak, hogy mit javítsanak ki. Természetesen találat esetén a játékban ki is kell javítani a hibát a kiválasztottaknak, amit az egészségőröknek meg is kell köszönniük:

- egy gyerek húzza le az orráról a maszkját, vagy más módon viselje helytelenül
- egy gyerek haladjon el a kézfertőtlenítő pont mellett anélkül, hogy használná (ennél a feladatnál a játékvezetőnek előre meg kell határoznia, hogy honnan kell megközelíteni a fertőtlenítő- vagy kézmosó pontot, hogy ne alakuljon ki tumultus és játék közben is be lehessen tartatni a megfelelő védőtávolságot, illetve figyelmeztetnie kell a kijelölt játékost, hogy a csoport folytonos mozgása közben sem szabad elbújnia a kijelölt pálya távoli sarkában)

- egy páros úgy mászkáljon a játéktéren, hogy egyikük az ujjával megérinti a másik hátának a közepét, ezzel szimbolizálva a szoros kontaktust

Eszközök: kézfertőtlenítő pont (javasolt valódi kézfertőtlenítést végezni a játék során)

Megjegyzés: a játék során a játékvezetőnek folyamatosan figyelnie kell a gyerekek közötti megfelelő távolság betartására.