

# Sigurnost na poslu: COVID-19 paket za obrazovanje



## Ovdje smo kako bismo pomogli.

Kako se pandemija COVID-19 nastavlja, vaš školski sustav vjerojatno se suočava s nekim zdravstvenim i higijenskim poteškoćama. Vaša škola možda je zatvorena do kraja polugodišta ili će početi ponovno otvarati svoja vrata. Kada dođe vrijeme za povratak u školu, kada god to bilo, vaši učenici, roditelji, nastavnici i osoblje trebaju se pripremiti za novu realnost. Vaši nastavnici i osoblje susrest će se s jedinstvenim izazovima, uključujući nedostatak osoblja zbog bolesti, potrebe rješavanja dvojbi kod roditelja i učenika, poduzimanje nužnih koraka za zaštitu zdravlja sviju te nove higijenske mjere o kojima se treba pobrinuti.

Više od 50 godina Tork nastoji poboljšati higijenu u školama pružanjem potpunih higijenskih rješenja i softvera za digitalno čišćenje kako bi se poboljšala kvaliteta i učinkovitost čišćenja. Tork nudi podršku nastavnicima, osoblju i učenicima na svim institucijskim razinama kako bi se osigurali ispravni postupci higijene ruku.

Želimo podijeliti svoju stručnost o tome kako provoditi ispravnu higijenu ruku i čistiti površine u vašoj školi putem smjernica o tome kako i kada prati ruke i čistiti i dezinficirati školsku ustanovu, kao i kako da jedinice za pranje ruku uvijek budu opskrbljene, jednostavne za upotrebu i pristupačne.

Obrazovanje je vrlo važno za društvo i ulaganje u svjetlju budućnost za našu djecu. Nadamo se da ćete ostati zdravi i sigurni tijekom ovog razdoblja.

Srdačno,

Anna Königson Koopmans  
direktor marketinga - obrazovanje  
Essity Professional Hygiene



# COVID-19

COVID-19 može se brzo širiti između učenika, osoblja i nastavnika preko kapljica koje se proizvode kada zaražena osoba kašje ili kiše. Također se može širiti preko kontaminiranih površina ili predmeta.

No praćenje ispravnih protokola higijene ruku, rutinskih postupaka čišćenja i dezinficiranja te optimiziranje položaja dozatora dezinficijensa za ruke mogu pomoći u smanjenju širenja virusa koji uzrokuje COVID-19 u vašoj školi. Bez obzira na to je li vaša ustanova dječji vrtić, osnovna ili srednja škola, fakultet ili sveučilište, ovaj paket pruža potrebne resurse za pojačavanje najboljih postupaka tijekom ove pandemije, a i inače.



## Kako se COVID-19 može širiti u obrazovnoj ustanovi?



Zrakom  
putem kašljanja i  
kihanja



Bliski osobni kontakt,  
primjerice, dodirivanje ili  
rukovanje



Dodirivanjem predmeta  
ili površine koji imaju na  
sebi virus, zatim  
dodirivanjem usana,  
nosa ili očiju

# Higijena ruku

Bez obzira na tip obrazovne ustanove kojom upravljate, praćenje osnovnih načela higijene ruku može pomoći da učenici, nastavnici i osoblje ostanu sigurni i pospješiti smanjenje širenja virusa koji uzrokuje COVID-19. Iako svaka dobna skupina zahtijeva različite pristupe za poticanje ispravne higijene ruku, tri su načela uvijek primjenjiva:

- Bolesni učenici, nastavnici i osoblje ne bi trebali doći u školu.
- Potičite često i temeljito pranje ruku.
- Osigurajte da su jedinice za higijenu ruku opskrbljene sapunom i papirnatim ručnicima za ruke za jednokratnu upotrebu te da ima tople vode. Sušenje ruku papirnatim ručnicima za ruke smanjuje rizik od širenja bakterija; s druge strane, sušila na zrak mogu značajno povećati razine mikroorganizama u zraku.<sup>1</sup> Papirni ručnici za ruke također mogu poslužiti za mnoge druge upotrebe osim sušenja ruku, primjerice: ispuhivanje nosa, brisanje usta, popravljanje šminke, medicinske potrebe te kao pomoć u izbjegavanju prljavih kvaka.

U nastavku su neki prijedlozi o tome kako angažirati učenike različitih dobi da pomognu u smanjenju širenja novog koronavirusa i drugih patogena.

- **Dječji vrtić:** Učite ih pravilnom zdravstvenom ponašanju, primjerice, pokrivanju usta tijekom kašljanja i kihanja laktom i čestom pranju ruku uz natpise koji potiču redovito pranje ruku. Pjevajte pjesmu dok perete ruke najmanje 20 sekundi, primjerice „Blistaj, blistaj, zvjezdo mala.“ Pratite i nagrađujte ispravno pranje ruku i potičite učenike da upotrebljavaju Torkovu aplikaciju Ella's Hand Washing (pogledajte stranicu 4).
- **Osnovna i srednja škola:** Usredotočite se na poticanje ponašanja za očuvanje zdravlja, primjerice, kašljanja i kihanja u lakat te pranja ruku. Podsetite učenike da budu primjer dobre higijene ruku drugim učenicima i svojim obiteljima nastavljanjem postupaka kod kuće. Odvojite sate za učenje o tome zašto je higijena ruku tako važna. Upotrijebite Torkov materijal Max's Hand Washing School za eksperimente i savjete (pogledajte stranicu 5).
- **Visoko obrazovanje:** Podučite učenike, nastavnike i osoblje tehnikama higijene ruku nakon vraćanja iz izolacije, tijekom orijentacije i redovito tijekom semestara. Objesite natpise s ažuriranim informacijama o higijeni pranja ruku u školskoj ustanovi, osobito u toaletnim prostorima. Postavite dezinficijens za ruke na ulaze i izlaze zgrada, učionica, toaletnih prostora, kantina i knjižnica s natpisima koji potiču redovitu upotrebu.

Sljedeće stranice pružit će dodatne resurse koji će pospješiti promicanje ispravne higijene ruku u dječjem vrtiću, osnovnim i srednjim školama te ustanovama visokog obrazovanja.



Trenje pri sušenju papirnatim  
ručnicima uklanja  
**više bakterija**  
od drugih metoda.<sup>2</sup>

## Dječji vrtić

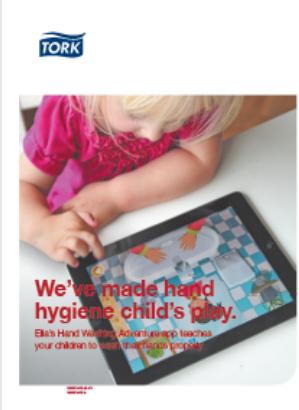
Učenje dobroj higijeni može biti teško u dječjem vrtiću, ali vrlo je važno kako bi se pospešilo smanjenje širenja prehlade, gripe i drugih virusa kao što je novi koronavirus koji uzrokuje COVID-19. Zato smo izradili Tork paket Ella's Hand Washing School koji uključuje besplatnu aplikaciju, brošure o higijeni, materijale za učenje, kao i aktivnosti koje pomažu da pranje ruku bude zabavnije – i još lakše za podučavanje i učenje.

Torkovu aplikaciju Ella's Hand Washing i slikovnicu pregledao je Centar za kontrolu i sprečavanje bolesti (CDC) što je dodatni sigurnosni bonus.

### Resursi



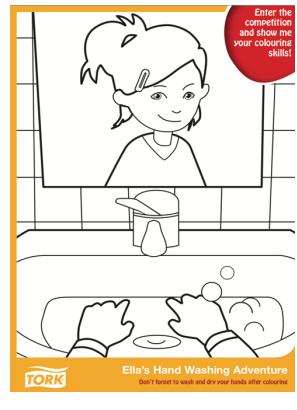
Aplikacija Ella's Hand  
Washing Adventure



Knjižica



Plakat Ella's Hand  
Washing



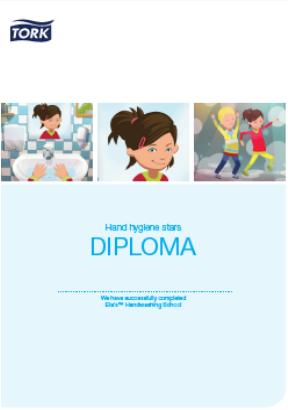
Plakat za bojenje Ella's  
Hand Washing

[Preuzimanje](#) 

[Preuzimanje](#) 

[Preuzimanje](#) 

[Preuzimanje](#) 



Diploma za zvijezde  
higijene ruku

[Preuzimanje](#) 

# Osnovna i srednja škola

Djeca u osnovnoj i srednjoj školi dijele učionice, igrališta, toaletne prostore, a često i mikroorganizme. Može biti teško ostvariti da učenici peru ruke ispravno i sprečavaju širenje bolesti kao što je COVID-19. Torkova aplikacija Max's Hand Washing School jednostavan je način za poticanje djece na ispravno pranje i sušenje ruku. Provodit će eksperimente s higijenom ruku, rješavati probleme i naučiti korisne trikove.

U nastavku možete pronaći radnu bilježnicu za učenike i priručnik za nastavnike za vaše satove učenja o higijeni ruku. Iskoristite aktivnosti kao lekcije ili kao domaću zadaću. Plakati se mogu objesiti u učionicama, u toaletnim prostorima ili izvan kantine. Nagradite učenike diplomom kada usavrše svoje vještine pranja ruku!

## Resursi

**Radna bilježnica za učenike**

**Priručnik za nastavnike**

**Plakati**

**Kartice s aktivnostima za eksperimente za higijenu ruku**

**Diploma**

# Visoko obrazovanje

Tijekom i nakon pandemije COVID-19, važnije je nego ikad prakticirati i promicati ispravnu higijenu ruku u sveučilišnim i fakultetskim kampusima. Te ustanove u visokom obrazovanju odlikuje velik i raznolik promet tijekom semestara.

Studenti, nastavno i ostalo osoblje dodiruju velik broj površina kao što su kvake, prekidači za svjetlo i radne površine. Svi trebaju često i ispravno prati i u potpunosti sušiti ruke papirnatim ručnicima za ruke tijekom cijelog dana, no osobito u sljedećim slučajevima:

- Nakon ispuhivanja nosa, kašljanja ili kihanja
- Prije i nakon pripreme hrane i jela
- Nakon upotrebe toaleta
- Kada su ruke vidljivo prijave ili nisu čiste
- Prilikom zajedničke upotrebe opreme kao što su javne tipkovnice, računala i pisači ili prilikom rukovanja sмеćem

Omogućite studentima, nastavnom i drugom osoblju dostatne količine čistih, jednokratnih papirnatih ručnika za ruke u svakom toaletnom prostoru. Postavite dezinficijense za ruke na ulaze i izlaze zgrada, u učionice, toaletne prostore, kantine i knjižnice s natpisima koji potiču redovitu upotrebu.

U nastavku navodimo neke alate i informacije za poticanje ispravnog pranja ruku i tehnike dezinficiranja među studentima, članovima osoblja i posjetiteljima.



## Resursi

**Handwashing procedure**

**TORK**  
Think ahead.

**Wash your hands with soap, water and paper towel**

First, rinse your hands under clean running water  
Press the button to deliver a dose of soap  
Rub the palms of the hands together to create a lather  
Rub the back of one hand against the palm of the other hand, repeat with the other hand  
Rub the fingers together with the thumbs of both hands  
Rub the tips of the fingers against the pads of the thumbs of both hands  
Wash each thumb inside the fingers of each hand  
Rub the back of each hand against the fingers of the other hand  
Remember to wash the wrists  
Rinse carefully under clean running water  
Dry the hands carefully with a paper towel. Remember to dry the fingers  
Use a paper towel to turn off the faucet  
Your hands are now dry and safe  
Use lotion if needed  
40-60 sec

For more information visit [torkusa.com](http://torkusa.com) or [tork.ca](http://tork.ca)

© essity

Postupak pranja ruku

**Hand Sanitizing**

**TORK**  
Think ahead.

**Disinfect your hands**

Dispense enough liquid onto the palms of both hands and wring into the back of each hand  
Rub the palms together until the liquid is absorbed  
Rub the tips of the fingers against the opposing palm  
Wash each thumb inside the opposite hand  
Using circular motions, rub the back of each hand against the opposite pads  
Remember the wrists  
When dry, your hands are safe  
20-30 sec

For more information visit [torkusa.com](http://torkusa.com) or [tork.ca](http://tork.ca)

© essity

Postupak trljanja ruku

**Key Messages and Actions for COVID-19 Prevention and Control in Schools**  
March 2020

unicef world health organization international finance corporation

**COVID-19 Sprečavanje i kontrola u školama (prema SZO-u)**

[Preuzimanje](#)



[Preuzimanje](#)



[Preuzimanje](#)



# Čišćenje površina

Studenti, nastavno i nenastavno osoblje mogu dobiti COVID-19 dodirivanjem površina koje su kontaminirane novim koronavirusom pa je često čišćenje od osnovne važnosti. Navodimo nekoliko savjeta za čišćenje različitih područja unutar školske ustanove:

- **Učionice, knjižnice, laboratorijski prostori i hodnici:** Osigurajte redovito čišćenje rukohvata, fontana za vodu, kvaka na vratima i prozorima, prekidača za svjetlo, stolova, stolaca i nastavnih pomagala.
  - **Toaletni prostori i svačionice:** Započnite čišćenje s manje prljavim površinama i završite s čišćenjem toaleta i poda. Osigurajte da su kvake na vratima, prekidači za svjetlo, dozatori, slavine i ručke, toaletne daskе и котлиći očišćeni. Upotrijebite više od jedne vlažne maramice za sprečavanje širenja mikroorganizama. Krpe za brisanje poda i spužve mogu biti utočište mikroorganizama pa pokušajte s jednokratnim rješenjima.
  - **Kantina, kuhinja i boravak za nastavno osoblje:** Osigurajte da se kvake, prekidači za svjetlo, površine za hranu i one koje se izrazito dodiruju, slavine, pribor, plastični štitnici, stolovi, stolci, pultovi i blagajne redovito čiste. Prvo se usredotočite na najmanje prljave površine, a završite s podom. Masne ili uljne površine treba čistiti vrućom vodom i deterdžentima prije dezinficiranja.
  - **Prostori za sportske aktivnosti:** Obrišite površine koje se izrazito dodiruju kao što je oprema za vježbanje, fontane za vodu, kvake na vratima i ormarice.

U nastavku navodimo dodatne resurse koji vam mogu pomoći da osigurate da vaša školska ustanova ostane čista i higijenska tijekom i nakon pandemije COVID-19.



# Resursi



## Tork cleaning for health checklist

- Put on protective gloves and attire.
- Empty trash bin, replace bins and make sure to sanitise inside and outside of the waste bins.
- Washroom Cleaning:
  - Clean and sanitise all touch surfaces with a sustainable green cleaning solution. Use a new wiper for each area to reduce cross-contamination.
  - Restock all dispensers to ensure proper hygiene and hand washing practices can be achieved.
  - Make sure to always use a sustainable cleaning solution, with special attention to areas around the toilets and sinks. To reduce cross-contamination consider disposable cleaning options.
- Dust all surfaces including doors, partitions, picture frames, table and chair legs, air vents, blinds and window sills. This will reduce allergens as well as an improved indoor quality.
- Polish and clean high hygiene surfaces such as glass/mirrors, chrome, steel with sustainable cleaning solution.
- Floor Care—move furniture and fixtures as needed to reduce accumulation of allergens and improve indoor air quality.
  - Vacuum carpeted areas with vacuum equipped with HEPA filters.
  - Sweep and mop hard surfaces using sustainable cleaning solutions.

**The Value of Data-Driven Cleaning for the Facility Services Industry**

## Introduction

With the rise of facility services evolution, it's clear which technology advances have won the race. The race of Tork vs. the rest of the “Things” in cleaning. In short, by far the most innovative companies in many industries, need the best facility service solutions.

In the competitive environment, it's increasingly easy for customers to generate greater intelligence and solve business challenges. Companies that can't do this will fall behind their competitors through data-driven insights and solutions.

For the facility services industry, the speed and agility of a platform's Facility service provider must be capable of understanding customer needs and quickly adapting to them. This is where data-driven solutions come in. Request customer input, rapidly changing workplace – who else wants to prepare themselves for the complexities of tomorrow? By using data to predict future trends, companies can stay ahead of the curve and implement both long-term and new challenges, helping them to stay competitive and increase their performance in the marketplace.

The goal of this white paper is to highlight how data can be used to drive success in facility services. It also highlights the major challenges facility services face today and then focuses on the opportunities and value that advanced data capabilities bring to the service industry as clients.

The Internet of Things is a technological revolution that more importantly, shrank a business solution. New processes and business models were created. Helping facilities to see what they had been producing all along.

- Corrine Schep, DMA Director for Data, Artificial Intelligence, [Advanced Analytics at Tork in North America](#)

It is not business as usual, and we are adopting new tools to challenge the way we work. Data-driven cleaning enables us to be faster and optimize the organization we inhabit.

- Jean-Daniel, Senior Global Category Buyer of Bobst

**essity**

## Vrijednost sustava čišćenja na osnovi podataka za vašu školu

## Tork popis za provjeru čišćenja za zdravlje

## Vrijednost sustava čišćenja na osnovi podataka za vašu školu

## **COVID-19 i sigurnost hrane: smjernice za rad s hranom (prema SZO-u)**

### Preuzimanje

[Preuzimanje](#)

[Preuzimanje](#)

# Preporuke za postavljanje dozatora

Bez obzira na to radi li vaša škola tijekom pandemije COVID-19 ili se spremate na otvaranje, vrlo je važno pojačati ispravnu higijenu ruku među učenicima i školskim osobljem tako da su dozatori za higijenu ruku lako dostupni i vidljivi. Navodimo nekoliko vodećih načela za prostore u vašoj školi.

## 1 Ulazi

Omogućite učenicima, roditeljima, nastavnom i nenastavnom osoblju dezinficijens ruku na svim ulazima kako biste potaknuli higijenu ruku. Postavite vidljive obavijesti koje promiču ispravnu higijenu ruku.

## 2 Toaletni prostori i svačionice

Osigurajte da imate brojne dozatore sapuna, papirnatih ručnika za ruke, maramica za lice i dezinficijens ruku u blizini umivaonika i na prilagođenoj visini. Dozatori za upotrebu bez dodira mogu smanjiti količinu površina koje se dodiruju, a dezinficijens ruku dodatno potiče osobnu higijenu. Sušenje ruku papirnatim ručnicima za ruke smanjuje rizik širenja bakterija; dok sušila na zrak mogu širiti veće količine mikroorganizama u zraku.<sup>1</sup> Pružanje maramice za lice može pospješiti sprečavanje širenja patogena. Pokrivene kante za otpad u blizini svih dozatora i vrata mogu smanjiti zarazu.

## 3 Učionice

Postavite dezinficijens za ruke blizu vrata i potaknite učenike da ga upotrebljavaju kada ulaze. Maramice za lice trebaju također biti dostupne u blizini ulaza i u prostorima okupljanja za promicanje higijene. Vlažne maramice i sredstva za čišćenje trebaju biti dostupna za redovito čišćenje radnih površina.

## 4 Knjižnica, računalna učionica i uredi

Postavite dezinficijens za ruke i dozatore maramica za lice u ove prostore s velikim prometom. Pokrivene kante za otpad u tim prostorima mogu smanjiti zarazu. Jednostavan pristup vlažnim maramicama i sredstvima za čišćenje može omogućiti redovito čišćenje stolova, stolaca, polica, računala i pultova. Potaknite svakog korisnika da preuzeme odgovornost čišćenja svog radnog prostora nakon upotrebe.

## 5 Kantine i kuhinje

Postavite dezinficijens za ruke na ulazima. U kuhinji osigurajte da na umivaonicima ima sapuna i papirnatih ručnika za ruke. Imajte dozator kraj pulta za jednokratne ručnike za ruke, sredstva za čišćenje za redovito čišćenje i dozator dezinficijensa za ruke za promicanje higijene između transakcija. Omogućite dozatore s pojedinačnim doziranjem salveta kako bi učenici dodirivali samo salvete koje uzimaju.

## 6 Prostori za nastavnike i ured za medicinsko osoblje

Postavite dozatore sapuna i dezinficijensa iznad svih umivaonika. Ponudite dozatore s papirnatim ručnicima za ruke koji se mogu upotrebljavati bez dodira i stavite kante za otpad kraj umivaonika. Omogućite rješenja za brisanje kako biste potaknuli redovito čišćenje površina. Na stolove stavite dozatore s pojedinačnim doziranjem salveta i kutije s maramicama za lice za poboljšanu higijenu.

## 7 Prostori za sportske aktivnosti

Postavljanje postolja s dezinficijensom za ruke na ulazima u prostore s velikim prometom kao što su prostori za sportske aktivnosti može pospješiti da učenici i osoblje sprječe širenje mikroorganizama.



# Stay Safe to carry on™ uz preporuku Tork proizvoda



## Visoko obrazovanje

- Osiguravanje zdravog okruženja za učenje



552500



682000



560000



100585



472193



420501



420103



420110

**Dispensers**

552500

Tork PeakServe®Continuous™ dozator papirnatih ručnika zaruke

Ručnici dostupni u 3 sekunde za bolji protok u toaletu bez zadržavanja

682000

Tork SmartOne®dupli dozator mini role toaletnog papira

Obje se role mogu iskoristiti do kraja što smanjuje otpad, a jednostruko doziranje smanjuje unakrsnu kontaminaciju

560000

Tork dozator za proizvode za njegu kože, tekuće i u spreju

Dokazan dizajn jednostavnog korištenja prema certifikatu treće strane - potiče dobru higijenu ruku za sve korisnike

**Refills**

100585

Tork PeakServe Continuous papirnati ručnik za ruke

Komprimirani ručnici za ruke omogućuju nošenje i spremanje dvostruko veće količine

472193

Tork SmartOne mini rola toaletnog papira

Održivo rješenje zahvaljujući jednostrukom doziranju

420501

Tork blagi tekući sapun

Hermetički zatvoren sistem sa sklopivom bocom tijekom korištenja poboljšava higijenu i smanjuje otpad

420103

Tork dezinfekcijsko sredstvo za ruke u gelu s alkoholom

Izvrsno za higijenu ruku kada voda nije dostupna

420110

Tork tekuće dezinfekcijsko sredstvo za ruke s alkoholom

Izvrsno za higijenu ruku kada voda nije dostupna



560000

Tork dozator za proizvode za njegu kože, tekuće i u spreju

Dokazan dizajn jednostavnog korištenja prema certifikatu treće strane - potiče dobru higijenu ruku za sve korisnike

511060

Tork podni higijenski stalak

Pogodno za dozator S1

**Refills**

420103

Tork dezinfekcijsko sredstvo za ruke u gelu s alkoholom

Izvrsno za higijenu ruku kada voda nije dostupna

420110

Tork tekuće dezinfekcijsko sredstvo za ruke s alkoholom

Izvrsno za higijenu ruku kada voda nije dostupna



560000

Tork dozator za proizvode za njegu kože, tekuće i u spreju

Dokazan dizajn jednostavnog korištenja prema certifikatu treće strane - potiče dobru higijenu ruku za sve korisnike

473180

Tork Reflex™ Dozator jednostrukih ručnika s unutrašnjim odmotavanjem

Mogućnost hvatanja papira samo jednomrakom olakšava upotrebu

552000

Tork Xpress dozator višestruko presavijenih papirnatih ručnika zaruke

Izuzetno tanak s atraktivnim dizajnom

**Refills**

420103

Tork dezinfekcijsko sredstvo za ruke u gelu s alkoholom

Izvrsno za higijenu ruku kada voda nije dostupna

420110

Tork tekuće dezinfekcijsko sredstvo za ruke s alkoholom

Izvrsno za higijenu ruku kada voda nije dostupna

473412

Rola s unutrašnjim odmotavanjem

Višenamjenski papir za lagane zadatke brišanja

100288

Tork Xpress Soft Multifold Hand Towel

Vrhunska udobnost uz maksimalnu higijenu



272900

Tork Xpressnap Fit®Dozator salveta za pult

Salveta u punoj veličini je presavijena da stane u malo prostora dozatora

473190

Tork Reflex™ Dozator jednostrukih ručnika s unutrašnjim odmotavanjem

Unaprijedena higijena – dodirnite samo ono što koristite

473186

Tork Reflex™ prenosivi dozator s unutrašnjim odmotavanjem papira

Smanjite rizike unakrsne kontaminacije jer korisnici dodiruju samo ono što koriste

658002

Prenosivi mini dozator sunutrašnjim odmotavanjem papira

Izdrljivi dozatori, ergonomski dizajnirani za poboljšanje performansi

**Refills**

15830

Tork Xpressnap Fit bijeli dozator salveta

Salveta u punoj veličini je presavijena da stane u malo prostora dozatora

473242

Rola s unutrašnjim odmotavanjem

Višenamjenski papir za lagane zadatke brišanja

100130

Mini Rola s unutrašnjim odmotavanjem

Višenamjenski papir za lagane zadatke brišanja

194650

Tork dugotrajna krpa za čišćenje boji - žuta

Snažna i izdržljiva, teško puderiva samogućnošću ponovne upotrebe

194750

Tork dugotrajna krpa za čišćenje boji - crvena

Višenamjenska - rješava opće zadatke brišanja koji zahtijevaju snagu i apsorpciju

**Toaleti**

- Tork proizvodi i rješenja održavaju područja s velikim prometom.
- Tork nudi proizvode i rješenja koja omogućuju zdravije okruženje za učenje.

**Lecture/  
Common Areas**

- Primjenjivanje programa higijene na kampusu može pomoći u smanjenju unakrsne kontaminacije među studentima, profesorima i zaposlenicima.

**Sportske dvorane i fitness centri**

- Pružite pozitivno ozračje koje korisnicima omogućava stalni pristup higijenskim proizvodima

**Kantine/  
Blagovaonice**

- Omogućite higijenu i pozitivno iskustvo uz ekonomična rješenja velikih kapaciteta koja štede vrijeme.