

Veileder om smittevern for elever på St. Svithun vgs under covid-19 utbruddet 2020

Sist oppdatert: 16.08.2020

Denne veilederen tar utgangspunkt i Utdanningsdirektoratet (Udir) sin «Veileder om smittevern for ungdomsskole og videregående skole under covid-19 utbruddet 2020», med noen punkter som gjelder spesielt på St. Svithun vgs.

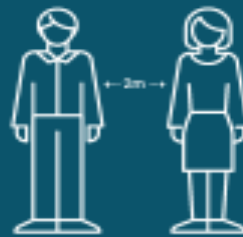
Denne veilederen gjelder for gult nivå i trafikklysmodellen til Udir.



**Din innsats gjør en forskjell.
Derfor er det viktig å fortsette.**



Fortsett å vaske hendene grundig og ofte.



Hold god avstand.



Hold deg hjemme hvis du er syk.

Få svar på spørsmålene dine på helsenorge.no

Innledning:

Vi ønsker dere alle velkommen tilbake til skolen. For at alle skal oppleve dette som trygt må vi fremover ivareta en rekke smitteverntiltak. Tiltakene under er rettet mot dere elever. I tillegg til disse er det egne tiltak for ansatte og renhold på skolene. Disse kan dere lese her:

<https://www.udir.no/kvalitet-og-kompetanse/sikkerhet-og-beredskap/informasjon-om-koronaviruset/smittevernveileder/ungdomsskole-vgo/>

De tre hovedreglene for å bremse smittespredning på skolen er:

1. Syke personer skal ikke være på skolen
2. God hygiene
3. Redusert kontakthypighet mellom personer

Det aller viktigste smitteverntiltaket er at hvis dere er syke må dere holde dere hjemme. Hostehygiene og å holde avstand er avgjørende for å begrense dråpesmitte, mens håndhygiene, og spesielt det å unngå å ta seg i ansiktet med urene hender, er viktig for å hindre kontaktsmitte. Økt fysisk avstand mellom mennesker reduserer muligheten for smitte, også før symptomer på sykdom oppstår.

Syke elever skal ikke være på skolen.

Innhold

1. Syke personer skal ikke være på skolen	4
Når skal dere elever møte på skolen?.....	5
Når skal dere elever ikke møte på skolen?	6
Fraværregler.....	6
Hvis du blir syk på skolen.....	7
2. God hygiene	8
Håndhygiene	9
Alternativer til håndvask.....	9
Hostehygiene	10
3. Redusert kontakthypighet mellom personer.....	11
Følgende kontaktreduserende tiltak skal gjennomføres.....	12
Fysisk kontakt:.....	12
Tetthet i grupper:.....	12
Friminutt/pauser:	12
Begrense deling av mat og gjenstander:	12
Transport og skoleskyss:.....	12
4. Noen viktige rutiner som gjelder på St. Svithun.....	13
Oppstart på dagen.....	14
Regler for smittevern i klasserommet.....	15
Regler for smittevern i aktivitet/idrett	16
Kroppsøving:	16
Garderober:	16
Rutiner ved bruk av garderober på skolen og Vikinghallen:	16
Friminutt	18
Skolebibliotek	18
Kantinetilbudet:	19
Spising.....	19
IKT støtte.....	19
Avslutning av dagen.....	20
5. Hvis du opplever brudd på smittevernreglene.....	21
6. Vedlegg	22
Oversikt over bruk av innganger, trapp, vask og toalett	22

1. Syke personer skal ikke være på skolen

Symptomer på covid-19 kan være milde og vanskelige å skille fra andre luftveisinfeksjoner. Covid-19 smitter hovedsakelig via dråpe- og kontaktsmitte.

De hyppigst beskrevne symptomer på covid-19 er i starten halsvondt, forkjølelse og lett hoste, i tillegg til sykdomsfølelse, hodepine og muskelsmerter. Magesmerter kan også forekomme.

Har du kronisk sykdom må du sjekke med din fastlege om du bør møte på skolen.

Når skal dere elever møte på skolen?

Elever og ansatte skal komme på skolen:

- Når de ikke har symptomer på sykdom.
- Ved gjennomgått luftveisinfeksjon kan ungdommer og ansatte komme tilbake etter at de har vært symptomfrie i 1 døgn.
- Hvis en i husstanden har symptomer på luftveisinfeksjon, men ikke bekreftet covid-19, skal eleven og den ansatte møte på skolen som normalt. Disse skal imidlertid gå hjem fra skolen dersom de får symptomer (se under).
- Elever og ansatte med typiske symptomer på pollenallergi (kjent pollenallergi, rennende nese med klart neseseekret, rennende/kløende øyne) kan møte på skolen.

Når skal dere elever ikke møte på skolen?

- Hvis du har luftveissymptomer:

Selv om du har milde luftveissymptomer og sykdomsfølelse, skal du ikke møte på skolen. Du skal holde deg hjemme til du har vært symptomfri i 1 døgn.

- Hvis du har fått bekreftet covid-19:

Du skal være i isolasjon. Det er helsetjenesten som beslutter hvem som skal være i isolasjon og hvor lenge, etter råd gitt av Folkehelseinstituttet (se www.fhi.no). Retningslinjer til forskrift er gitt av Helsedirektoratet.

- Hvis du er i nærkontakter/husstandsmedlem til en person med bekreftet covid-19:

Du skal være i karantene. Det er helsetjenesten som beslutter hvem som skal være i karantene og hvor lenge, etter råd gitt av Folkehelseinstituttet (se www.fhi.no). Retningslinjer til forskrift er gitt av Helsedirektoratet.

Fraværsregler

- Se også eget skriv som gjelder fravær generelt. Denne ligger på Elevrommet på It's learning.
- Fraværsføring gjennomføres som normalt. Det betyr at også 10% regelen gjelder.
- **Risikogruppe/foreldre i risikogruppe**
 - For elever som har milde eller ingen symptomer på sykdom, men som likevel må holde seg hjemme, kan skolene vurdere en ordning hvor elevene utfører organisert studiearbeid hjemmefra. I slike tilfeller må det foreligge legeerklæring.

Det kommer eget brev om elever/foresatte i risikogruppen

- **Ved mistanke om koronarelatert sykdom**
 - Elever under 18 år- foreldrene melder fra
 - Elever over 18 år – egenmelding.
 - Eleven/foreldre må melde til skolen fra samme dag.

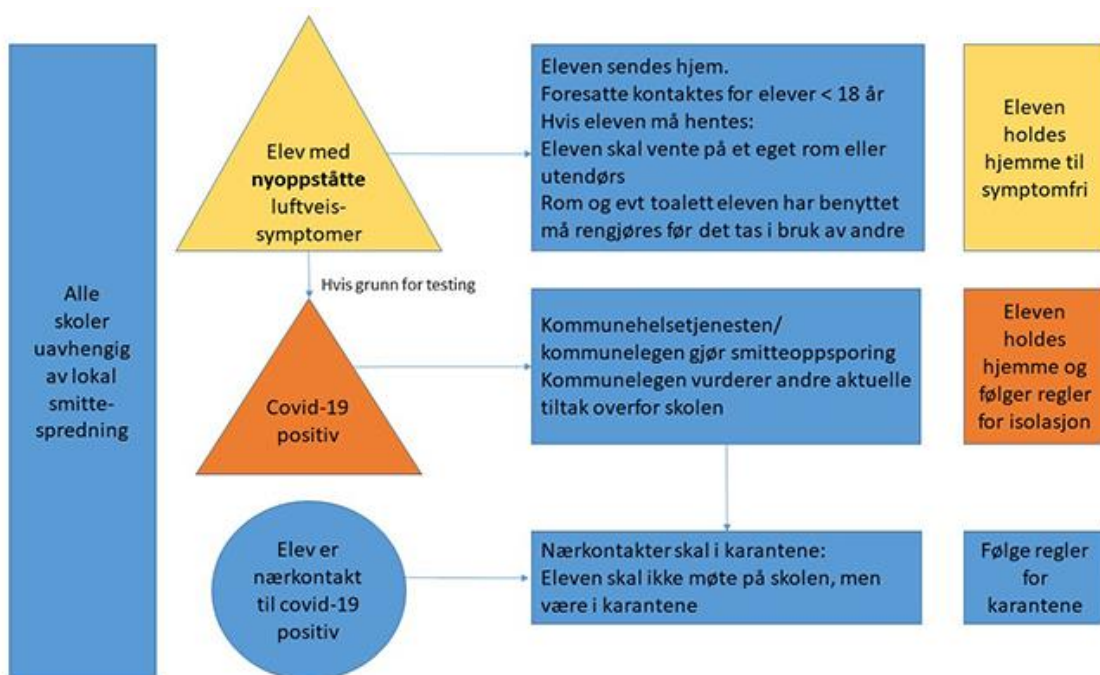
Eleven kan etter avtale følge klassens plan hjemmefra uten at det gir fravær. Det vil da bli tatt oppmøte på annet vis, f. eks. ved digitalt oppmøte.

Hvis du blir syk på skolen

Dersom du får symptomer på luftveisinfeksjon, vil du bli sendt hjem fra skolen. Hvis du ikke er myndig, må foresatte varsles om at du er syk.

Syke elever bør ikke ta offentlig transport. Dersom du må hentes, skal du vente på et eget rom eller ute der det ikke er andre elever. Du bør ta på munnbind dersom det ikke er mulig å holde to meters avstand til andre og dersom munnbind er tilgjengelig. Dette kan hindre smittespredning til andre. Du bør ta kontakt med fastlegen.

Ved behov for toalett, skal dette ikke brukes av andre før det er rengjort. De som har vært i kontakt med eleven må vaske hender. I etterkant rengjøres rom, toalett og andre områder der eleven har oppholdt seg med vanlige rengjøringsmidler.



2. God hygiene

Det er viktig at dere elever utfører god hånd- og hostehygiene

God hånd- og hostehygiene reduserer smitte og er det andre hovedprinsippet som er viktig å følge. Disse tiltakene reduserer smitte via gjenstander og hender og reduserer smitte ved hoste. Rene hender er det viktigste tiltaket mot slik indirekte smitte.

Håndhygiene

Det anbefales å vaske hender grundig i minst 20 sekunder. Hendene tørkes deretter med engangs papirhåndklær. Du bør ikke bruke håndsmykker eller ringer.

Du skal vaske hender:

- Før man drar hjemmefra og når man kommer hjem
- Når man kommer til skolen
- Etter hosting/nysing
- Etter toalettbesøk
- Før og etter måltider
- Etter man kommer inn fra uteaktivitet
- Etter kontakt med dyr
- Ved synlig skitne hender
- Etter kontakt med kroppsvæsker (eksempelvis etter å ha pusset nesen)

Alternativer til håndvask

- Alkoholbasert desinfeksjon (håndsprit) er et alternativ hvis ikke håndvaskmuligheter er tilgjengelig.

Håndvask	Hånddesinfeksjon
<ul style="list-style-type: none"> - Fukt hendene i lunket vann - Påfør såpe - Fordel såpen over alle overflater på begge hender - Skyll hendene godt - Klapptørk hendene med engangs papirhåndklær (ikke gni, det gir såre hender) - Skru av kranen med papirhåndkleet 	<ul style="list-style-type: none"> - Ta hånddesinfeksjonsmiddel i hånden - Fordel middelet godt på begge hender, og gni lett inn i huden - Når hendene er tørre, er de rene
<p>Hudpleie:</p> <p>Det oppfordres til å smøre hendene ved behov. Ved bruk av felles tuber, tilse at åpningen på tuben ikke kommer i kontakt med hud eller gjenstander under bruk slik at kremen ikke forurenses.</p>	

Hostehygiene

- Host i tørkepapir, dersom du har dette tilgjengelige. Har du ikke det tilgjengelig, anbefales det å bruke albuekroken når du hoster eller nyser.
- Unngå å røre ved ansiktet eller øynene.

3. Redusert kontakthypighet mellom personer

I videregående skoler er det ikke norm for lærertetthet. I tillegg blandes elevene i ulike fag, derfor er det ikke mulig å innføre kohorter. Det er følgelig særlig viktig at de øvrige smitteverntiltakene gjennomføres.

Det viktigste kontaktreduserende tiltaket i videregående skoler er å holde minimum en meters avstand til andre utenfor eget klasserom.

Følgende kontaktreduserende tiltak skal gjennomføres

Fysisk kontakt:

- Håndhilsning og klemming unngås.
- Unngå å stå eller sitte tett, og hold minst én meters avstand fra hverandre.

Tetthet i grupper:

- Hele klasser og andre faste grupper kan ha undervisning sammen
- Utenfor klasserommet skal du holde minst en meters avstand til andre i alle situasjoner
- Større samlinger skal unngås.
- Du skal sitte på samme pult i henhold til klassekartet
- Gruppe- og pararbeid utføres i makkergrupper/par
- Unngå trengsel på vei inn og ut av undervisningslokalene, i garderober og på toaletter.

Friminutt/pauser:

- Husk å holde minst en meters avstand også i friminutt

Begrense deling av mat og gjenstander:

- Mat og drikke skal ikke deles.
- Du bør sitte på pulten din dersom du er i klasserommet.
- Begrens deling av for eksempel skrivesaker, arbeidsverktøy, nettbrett og lignende.
- Skolebøker kan fraktes mellom skolen og hjemmet, men skal ikke deles mellom elever.

Transport og skoleskyss:

- Bruk av offentlig transport til og fra skolen begrenses der det er mulig.
- Ved bruk av offentlig transport, bør elevene holde avstand til andre.
- Elever fra samme husholdning kan sitte eller stå sammen på bussen, men bør holde avstand til andre reisende. Unngå kontakt ansikt til ansikt i størst mulig grad.
- Ved bruk av tilrettelagt skoleskyss og offentlig transport, henvises til veileder for smittevern i kollektivtransport (FHI).
- Hold minst en meters avstand mens du venter på bussen/annet transportmiddel.
- Du må vaske hender når du kommer til skolen og tilbake til hjemmet.

4. Noen viktige rutiner som gjelder på St. Svithun

Vi har nå gjennomgått de tre hovedprinsippene for godt smittevern og som du må tenke på i alle situasjoner. Disse var:

1. Syke personer skal ikke være på skolen
2. God hygiene
3. Redusert kontakthypighet mellom personer

For å hjelpe til med å få til dette har vi laget noen rutiner for utvalgte situasjoner:

- Oppstart på dagen
- Regler for smittevern i klasserommet
- Regler for smittevern i aktivitet/idrett
- Friminutt
- Læringscenteret/bibliotek
- Kantine
- Spising
- Grupperom
- Avslutning av dagen

Oppstart på dagen

Det er viktig at det ikke oppstår klynger og at vi holder en meter avstand også når vi kommer til skolen om morgenen. Det er også viktig at vi holder hygienereglene.

Derfor er det særlig tre ting som er viktig om morgenen:

- Du skal vaske hendene hver morgen ved ankomst. Du skal bruke vasken nærmest ditt klasserom.
- Etter at du har vasket og tørket hendene går du til klasserommet ditt og venter til timen begynner på pulten din (ikke bli værende i fellesrom)
- Hold alltid til høyre når du går i korridorer, trapper og lignende

Vi har vasker på følgende steder:

U-etg: Vasker på toalettene. Egen inngang fra utsiden til både dame- og herretoalettene.

1. etasje: I alle undervisningsrom + 2 i korridoren

2. etasje: Rom 201-210 – 2 vasker i korridor + 1 vask på hvert av de 2 toalettene
Rom 216-224 – 2 vasker i korridor

3. etasje: 1 vask på toppen av trappen + flere vasker inne på toalettet

Du skal da bruke den vasken som er nærmest klasserommet ditt.

Men det kan bli køer rundt vaskene, og det er da svært viktig at du husker å holde avstand til alle rundt deg.

I stedet for å bruke håndvaskene kan du også bruke antibac dersom det er mye kø rundt vaskene. Det står antibac ved alle innganger og på alle klasserom. Husk at du også må holde avstand til alle rundt deg når du tar antibac. Vi har køkultur og holder en meters avstand.

Vær imidlertid klar over at antibac er lite effektivt ved synlig skitne hender, da bør håndvask utføres.

Regler for smittevern i klasserommet

Når vi skal inn og ut av klasserommet: Husk at det bør være en meter avstand også når vi går inn og ut av klasserommet. Hold avstand og ikke lag klynger av folk foran dørene ved inngang og utgang. Vis derfor køkultur når dere kommer fra friminutt og skal inn i timen.

Ved timens avslutning anbefales at eleven som sitter fremst på rekka nærmest døra går ut først etterfulgt av personen bak og så videre.

I klasserommet: Du skal ha en fast plass i klasserommet ut fra et klassekart som er laget av lærer.

Ha med deg alt du trenger for undervisningen og unngå å låne eller låne vekk læremidler eller annet utstyr.

Faglærer velger ut to elever som er ansvarlig for å vaske over pult og stol når elevene er ferdig for dagen eller skal bytte klasserom. Øvrige elever forlater rommet før rengjøringen utføres. Det er sprayflasker med såpevann og tørkepapir i alle klasserom. Såpevann sprayes på papiret for deretter å tørke over stol/pult. Dette for å unngå at middelet spres ut i luften.

Regler for smittevern i aktivitet/idrett

Kroppsøving:

- Utegym anbefales
- Se veileder om smittevern i idretten for mer informasjon

Fra 1. august er det unntak fra kravet om minst 1 meters avstand i forbindelse med idrettsarrangement innen kretsen for barn og unge under 20 år. Merk at dette ikke gjelder i garderoben. Der er det fortsatt 1 meters avstand som gjelder.

Garderober:

For å overholde kravet om 1 meter avstand i garderobene har vi innført følgende tiltak:

Garderobene på Svithun:

- Kun 10 elever skal være i garderoben til enhver tid
- Garderobebenkene er tapet slik at dere kan overholde 1 meter regelen. Da kan det sitte 2 personer på hver benk, en på hver ende.
- Kun 6 elever kan dusje om gangen. Annen hver dusj er tapet over for å overholde 1 meter regelen.

Garderobene i Vikinghallen:

- Kun 6 elever skal være i garderoben til enhver tid
- Kun 3 elever kan dusje om gangen.

Det vil være god nok kapasitet i garderobene og dusjene til at dette kan gjennomføres.

Rutiner ved bruk av garderober på skolen og Vikinghallen:

- De første gangene skal lærer/ trener være til stede i garderobene for å lære opp elevene og påse at rutinene overholdes. Lærer/ trener følger elever av sitt eget kjønn.
- Man skal forholde seg til tapemarkering på benkene og til enhver tid holde minimum 1 meter avstand til andre.
- Ved kø til dusjen, skal man vente ved sin plass, til det er ledig dusj. Dusjing må skje raskt slik at man unngår unødig kø.

- **Alle** skal desinfisere hendene sine med bruk av antibac på vei inn i garderoben.
- Neste klasse/ gruppe skal ikke gå inn i garderoben, før alle i forrige gruppe er ferdige og har forlatt garderoben.
- Garderobene vaskes grundig hver skoledag av renholdspersonalet.
- Dersom rutinene ikke overholdes, vil garderobene stenges.

Friminutt

Husk at de tre prinsippene gjelder også i friminuttene:

1. Syke personer skal ikke være på skolen
2. God hygiene
3. Redusert kontakthypighet mellom personer

Det betyr blant annet at du skal tenke på god hånd- og hostehygiene. Du må holde avstand og unngå grupper av mange personer. Vi anbefaler at du holder deg til en fast gjeng, men vær også inkluderende.

Du skal minst mulig oppsøke fellesarealer. Vær helst ute eller i tildelt klasserom. Husk at ganger og trapper ikke er oppholdsrom.

Læringscenteret

Læringscenteret vil være åpent for ordinær bruk.

- Husk at 1 meter regelen skal overholdes.
- Stoler skal ikke flyttes på.
- Elever kan låne bøker.
- Du kan oppsøke læringscenteret for å besøke informasjonsbordet.
- Unngå å gå til læringscenteret i store grupper.
- Unngå å samles i større grupper.

Skolebibliotek

- Utlån av bøker er greit såfremt håndvask er utført før ankomst skolebiblioteket. Bruk eventuelt antibac.
- Innlevering av bøker etter sykdom: viruset kan overleve på papp i ett døgn. Elever med symptomer på luftveisinfeksjon skal uansett holde seg hjemme til de har vært symptomfrie ett døgn, lengre hvis de er i karantene eller isolasjon. Bøker kan derfor innleveres når eleven selv kan komme tilbake på skolen.

Kantinetilbudet:

- Det vil være mulig å kjøpe påsmurt og annen porsjonsvis mat i kantinen.
- Husk å holde minst en meters avstand når du er i kantinen.
- Stolene i kantinen skal ikke flyttes på.
- Du skal respektere køsystemet med en meters avstand mellom hver kunde hvis du skal kjøpe mat og/eller drikke.
- Det oppfordres til kontaktløs betaling.

Spising

- Husk at du skal vaske hender før og etter måltider.
- Det oppfordres til at du sitter på den faste plassen din i klasserommet og spiser
- Etter spising må du huske å kaste avfall i søppelbøtten i klasserommet eller ved nærmeste kildesorteringsstasjon.

Grupperom

- Grupperommene vil være åpne.
- 1 meter regelen gjelder.
- Kun 4 elever kan være på grupperommene om gangen.
- Det vil være desinfeksjonsmiddel tilgjengelig på grupperommene.

IKT støtte

IKT er nå fordelt på to rom, begge i 2. etasje: IKT- kontor og R229B.

- For utlån av IKT-utstyr må du henvende deg til IKT-kontoret
- Elever/lærere bes vente utenfor døren til IKT blir ledig – husk 1 meters avstand også her
- Hansker blir benyttet per datamaskin
- Gå der det er minst kø
- Printer i læringssenteret har desinfeksjonsmiddel tilgjengelig

Avslutning av dagen

Når du er ferdig for dagen skal du gå rett ut av skolen og ikke bli igjen i fellesområder.

Husk å holde avstand også på vei ut av skolen og bruk samme utgang som du brukte ved skolestartens begynnelse.

Dersom du skal ta buss hjem, må du følge smittevernreglene også når du venter på bussen og mens du er på bussen.

Husk å vaske hendene når du kommer hjem.

5. Hvis du opplever brudd på smittevernreglene

Dersom du opplever brudd på smittevernreglene eller opplever noe som gjør deg utrygg kan du ta kontakt med hvem du vil på skolen av de ansatte som enten vil gjøre noe med det med en gang hvis det er mulig eller rapportere det videre.

Du kan melde det inn til:

Tillitsvalgte i klassen

Faglærer

Kontaktlærer

Trinnleder

Rektor

Renholdspersonale

Driftsleder

6. Vedlegg

Oversikt over bruk av innganger, trapp, vask og toalett

Bruk den inngangen/trappen som gjelder for det klasserommet du skal til/fra, og vask/toalett som er nærmest det klasserommet du er på.

UNDERETASJE	VASKESERVANTER/TOALETT	HVILKEN INNGANG	HVILKEN TRAPP
R016	Vask og toalett i kjeller	Inngang B	Der det er minst folk
R017	Vask og toalett i kjeller	Inngang B	Der det er minst folk
ROM 1. ETASJE	VASKESERVANTER/TOALETT	HVILKEN INNGANG	HVILKEN TRAPP
R105 (auditorium)	Vask og toalett i underetasjen 2 vasker i korridor	Inngang B	
R106A	Vask på klasserom + 2 i korridor Toalett i underetasjen	Inngang B	
R106B	Vask på klasserom + 2 i korridor Toalett i underetasjen	Inngang B	
R108	Vask på klasserom + 2 i korridor Toalett i underetasjen	Inngang B	
R110	Vask på klasserom + 2 i korridor Toalett i underetasjen	Inngang B	
R113	Vask på klasserom + 2 i korridor Toalett i underetasjen	Inngang B	
R114	Vask på klasserom + 2 i korridor Toalett i underetasjen	Inngang A	
R116	Vask på klasserom + 2 i korridor Toalett i underetasjen	Inngang A	
R117	Vask på klasserom + 2 i korridor Toalett i underetasjen	Inngang A	
ROM 2. ETASJE	VASKESERVANTER/TOALETT	HVILKEN INNGANG	HVILKEN TRAPP
R202	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett	Inngang A	Ved inngang A
R203	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett	Inngang A	Ved inngang A
R204	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett	Inngang A	Ved inngang A
R205	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett	Inngang A	Ved inngang A
R206	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett	Inngang B	Ved inngang B
R207	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett	Inngang B	Ved inngang B
R208	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett	Inngang B	Ved inngang B
R210	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett	Inngang B	Ved inngang B

R216	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett ved R201-R210	Inngang bak ved IKT	
R217	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett ved R201-R210	Inngang bak ved IKT	
R218	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett ved R201-R210	Inngang bak ved IKT	
R219	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett ved R201-R210	Inngang bak ved IKT	
R221	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett ved R201-R210	Inngang bak ved IKT	
R222	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett ved R201-R210	Inngang bak ved IKT	
R223	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett ved R201-R210	Inngang bak ved IKT	
R224	2 vasker i korridor + 1 vask på hvert toalett ved R201-R210	Inngang bak ved IKT	
ROM 3. ETASJE	VASKESERVANTER/TOALETT	HVILKEN INNGANG	HVILKEN TRAPP
R301	1 vask ute i fellesområdet + toalett med flere vasker	Trappetårn på baksiden	Trappetårn på baksiden
R302	1 vask ute i fellesområdet + toalett med flere vasker	Trappetårn på baksiden	Trappetårn på baksiden
R305	1 vask ute i fellesområdet + toalett med flere vasker	Trappetårn på baksiden	Trappetårn på baksiden
R309	1 vask ute i fellesområdet + toalett med flere vasker	Trappetårn på baksiden	Trappetårn på baksiden
R312	1 vask ute i fellesområdet + toalett med flere vasker	Trappetårn på baksiden	Trappetårn på baksiden
R313	1 vask ute i fellesområdet + toalett med flere vasker	Inngang A	Ved inngang A
R316	1 vask ute i fellesområdet + toalett med flere vasker	Inngang A	Ved inngang A
R317	1 vask ute i fellesområdet + toalett med flere vasker	Inngang A	Ved inngang A
R318	1 vask ute i fellesområdet + toalett med flere vasker	Inngang A	Ved inngang A
R319	1 vask ute i fellesområdet + toalett med flere vasker	Inngang A	Ved inngang A