

Dato: 22. maj 2020

Henrik Vestergaard Stokholm
Rektor

Direkte tlf. 63 25 52 10
hvs@nyborg-gym.dk

1. Instruks til alle elever om hygiejne og adfærd – COVID-19

I fællesskab skal vi sammen sikre en god hygiejne og fornuftig adfærd ved at følge Sundhedsstyrelsens skærpede forholdsregler og tiltag for at undgå, at der opstår stor smittespredning og sygdom blandt personale og elever. Jeg har udsendt en video, som alle skal se, og som gennemgår hovedtrækkene i nedenstående instruks. Denne instruks skal også læses og efterleves.

Vi følger nedenstående retningslinjer:

Håndhygiejne

Alle skal:

- vaske hænder med vand og flydende sæbe/bruge håndsprit, når I kommer ind på skolen og udføre hyppig håndhygiejne, som tilpasses situationer fx mellem forskellige opgaver og aktiviteter, før spisning og efter host/nys.
- Håndvask og hånddesinfektion er ligeværdige, dog anbefales håndvask altid ved synligt snavs på hænder, ved fugtige hænder, efter toiletbesøg, og før håndtering af madvarer.
- Anvende spritservietter eller håndsprit, når man ikke er i nærheden af vand og sæbe, fx på ture.
- Huske god hostetikette fx host i ærmet. Ved host i papirlommetørklæde eller hænder vaskes eller afsprittes hænder bagefter
- Se denne video fra Sundhedsstyrelsen om håndvask: [Håndvask](#)

Afstand mellem hinanden

- Eleverne skal placeres ved borde, så der er 1 meter mellem eleverne. Alle klasser sidder spredt i et eller to klasselokaler som er nøje opmålt. Man er i det samme lokale hele dagen og man har faste pladser. Der er stadig situationer, hvor de 2 meter stadig vil være gældende, for eksempel skal der være 2 meters afstand mellem lærere og den forreste række i klasselokalet,
- Lad være med at give håndtryk, high fives, kind kys eller kram.
- Offentlig transport skal undgås så vidt det er muligt. Tag cyklen eller bilen i denne tid.
- Elever skal opfordres til kun at færdes i de samme mindre grupper både i og uden for skoletiden.

Mad og kantiner

Alle skal:

- vaske hænder grundigt før og efter, der spises mad.
- være særlig opmærksomme på hygiejne ved tilberedning og anretning af mad.
- spise udenfor i den næste tid. Hvis det regner, så er der halvtags flere steder.
- stå eller sidde med 1 meters afstand til hinanden når de spiser.

Indretning

- Større forsamlinger undgås – f.eks. morgensang og andet hvor klasser er samlet.
- Elever skal i videst muligt omfang ikke skifte undervisningslokale i løbet af skoledagen. Det er den enkelte lærer, der skal komme til eleverne i undervisningslokalet. Undtaget er dog brug af faglokaler fx kemi og biologi, eller hvor klassen deles pga. forskellige valgfag. Ved nødvendige lokaleskift skal eleverne vaske hænder/spritte hænderne af.
- Der skal sikres let adgang til håndvask med vand, flydende sæbe og engangshåndklæder. Hvis der ikke er adgang til håndvask bruges dispensere til hånddesinfektion.

Kontaktpunkter og rengøring

- Undgå at dele tablets og computere. Hvis der deles, skal der vaskes hænder før og efter brug af andres tablets og computere. Der kan anvendes spritservietter til rengøring.
- Rengøring og desinfektion af borde og kontaktpunkter vil ske mindst to gange dagligt (fx vandhaner, toiletknapper, toiletsæder, bordoverflader, dørhåndtag, køleskabslåge/håndtag, gelændere, armlæn, lyskontakter m.v.) Alle kontaktflader samt inventar på skolen rengøres af skolens rengøringspersonale.
Skraldespande i klasselokaler og på toiletter tømmes, inden de er helt fyldte og mindst en gang dagligt.

Fysisk afstand og reduceret kontakt

- Hold mindst 1 meters afstand til andre (beregnes fra næsetip til næsetip)
- Hold dog mindst 2 meters afstand i situationer, hvor der kan være øget risiko for dråbesmitte. *I situationer hvor det er vanskeligt eller umuligt at overholde afstandsanbefalinger eller regulere afstand til andre, er det vigtigt at reducere antallet og varigheden af kontakter, særligt ansigt-til-ansigt kontakter.*
- Frikvarterer/pauser kan indrettes forskudt, så mange elever ikke holder frikvarter på samme tid.
- Undgå håndtryk, kindkys, og kram – begræns den fysiske kontakt
- Sport og idrætsaktiviteter kan gennemføres med stor opmærksomhed på øvrige anbefalinger, særligt vedr. hygiejne og forebyggelse af kontaktsmitte.

Håndtering af sygdom

- Hvis du får symptomer på COVID-19, så bliv hjemme og giv besked til studievejleder og leder. Man skal betragte sig som værende syg, hvis man oplever symptomer på COVID-19 sygdom, også ved milde symptomer. De typiske symptomer er ondt i halsen, muskelsmerter og evt. tør hoste, feber og hovedpine.
- Hvis du får symptomer i løbet af skoledagen, skal du tage hjem med det samme og give besked til din lærer/leder.
- Følg Sundhedsstyrelsens anbefalinger om isolation og smitteopsporing, hvis du bliver syg. Læs mere her <https://www.sst.dk/da/Nyheder/2020/Smitteopsporing-hos-naere-kontakter>
- Du skal give skolen besked, hvis du testes positiv for COVID-19 med henblik på stillingtagen til virtuel undervisning m.m.
- Bliv hjemme indtil 48 timer efter de sidste symptomer



- Hvis du er i særlig risiko eller bor sammen med en, der er i særlig risiko, skal du følge Sundhedsstyrelsens anbefalinger, se <https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Haandtering-af-COVID-19-Anbefalinger-til-personer-i-oeget-risiko>.

For at understøtte de forskellige anbefalinger hænger der plakater på skolen, der skal minde os om Sundhedsstyrelsens anbefalinger, som vi følger:

- [Håndvask](#)
- [Hold afstand](#)
- [Rengøring](#)
- <https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Forebyg-smitte---Plakat>

Husk, at der er faste pladser og I må ikke rykke rundt mellem timerne eller spise i klassen!