

Når du er på skolen skal du:

Holde mindst 1 meters afstand til andre

- Undgå fysisk kontakt som håndtryk og kram
- Undgå større forsamlinger på gangene, i kantinen, ved toiletter og i fællesarealerne
- Følg anvisninger om færdsel på trapper, i kantinen m.v.

Afstanden vurderes 'fra næsetip til næsetip'. Det betyder at afstanden fx måles fra midten af stolesæde til midten af stolesæde.

Holde mindst 2 meters afstand i situationer, hvor der er øget risiko for dråbesmitte, fx:

- Ved synlig forkølelse eller lignende, hos dig selv eller andre
- Ved aktiviteter med kraftig udånding, som sang, råb, foredrag, skuespil, fysisk anstrengelse m.v.
- Ved ophold i mindre møderum

Vaske eller afspritte hænder

- Ved ankomst til skolen
- Efter hver pause
- Inden du går hjem
- Når du kommer hjem
- Efter toiletbesøg
- Ved nys i hånden - Nys altid i ærmet eller albuen!
- Før og efter spising
- Når/hvis du skifter mellem lokaler

Følg instrukserne for håndvask, der hænger på skolens toiletter. Ved synligt rene hænder kan korrekt håndspritning erstatte håndvask

Bidrage til at holde skolen ren

- Udenfor klasserummet: Afsprit altid borde og andre genstande du rører ved, før brug.
- Afsprit dine digitale devices (ipad, telefon mv) og hjælp med at afspritte borde og kontaktflader i klasserummet i løbet af dagen.
- Din underviser udleverer det du skal bruge hertil.

Særligt omkring undervisning

- Du skal følge anvisningerne fra skolen om, hvornår du møder fysisk på SOSU Nord, og hvornår du skal modtage undervisning digitalt hjemmefra
- Hvor det giver mening og er praktisk muligt, gennemføres undervisningen udendørs. Du skal derfor være forberedt på at være udenfor.
- Fysisk gruppearbejde foregår i grupper fastlagt af underviseren, og underviserens anvisninger omkring tid og sted for gruppearbejdet skal følges.
- Du skal tage medansvar for udluftning og afspritning af de benyttede undervisningslokaler, gruppearbejdspladser m.v.

Ved symptomer på COVID-19:

- Mød ikke op på skolen, hvis du har symptomer som ondt i halsen, alment ubehag, muskelsmerter, hoste eller feber. Det gælder også ved milde symptomer. Hvis du er i stand til det, kan du følge undervisningen digitalt hjemmefra. Orienter din kontaktlærer og din nærmeste leder, hvis du har en ansættelseskontrakt.
- Hvis du er mødt på skolen og i løbet af dagen oplever symptomer som ondt i halsen, alment ubehag, muskelsmerter, hoste eller feber, skal du gå hjem med det samme. Det gælder også ved milde symptomer. Orienter din kontaktlærer og din nærmeste leder, hvis du har en ansættelseskontrakt. Hvis du er i stand til det, kan du efterfølgende følge undervisningen digitalt hjemmefra.
- SOSU Nord opfordrer elever og kursister, der har symptomer på COVID-19, til at få foretaget test. Du skal have en henvisning fra egen læge, hvorefter [du kan bestille tid til test her](#)
- Du skal først møde på skolen igen, når du har været symptomfri i 48 timer eller har en negativ test.

Ved positiv test for COVID-19:

- Er du testet positiv for COVID-19, så opfordrer vi dig til at følge Sundhedsstyrelsens anbefalinger om selvisolation og opsporing af nære kontakter. [Se nærmere her](#)
- Hvis du er elev eller kursist, og er testet positiv for COVID-19, er det en god idé at du informere din kontaktlærer og din eventuelle arbejdsgiver, pr mail eller telefon. Det er frivilligt, om du vil oplyse om at du er blevet smittet, men hvis du gør, vil din kontaktlærer og din eventuelle arbejdsgiver med dit samtykke informere øvrige elever og kolleger om, at de skal være særligt opmærksomme på eventuelle sygdomstegn, samt hjælpe med information til nære kontakter.
- Du kan hjælpe med smitteopsporing ved at fortælle, hvem du kan have været tættere på end 1 meter i op til 48 timer før du fik symptomer eller fik taget testen (hvis du er symptomfri)
- Af hensyn til andre, vil vi også gerne vide, hvor du har opholdt dig i bygningen i dagene op til at du er testet positiv – hvilke lokaler du været i, hvilke toiletter du har benyttet og om du har været i kantinen. De steder, du har været, vil blive gjort ekstra grundigt rent, før de benyttes igen.
- COVID-19-smittede skal først møde på skolen igen, når der er gået 48 timer efter de sidste symptomer er ophørt, jf. Sundhedsstyrelsens anbefalinger. [Se nærmere her](#)
- Hvis du er testet positiv for COVID-19, men ikke har symptomer, skal du blive hjemme 7 dage efter testen er taget. Hvis du udvikler symptomer i løbet af de 7 dage, skal du blive hjemme indtil 48 timer efter de sidste symptomer er ophørt.

Særlig risiko for COVID-19 smitte

- Ældre over 65 år, personer med kronisk sygdom eller nedsat immunforsvar og gravide. De særlige risikogrupper er defineret af Sundhedsstyrelsen – [se her](#).
- Du kan som udgangspunkt godt møde op til undervisning på skolen. Sundhedsstyrelsen vurderer, at smitterisikoen ikke er større i skoler end den er i samfundet generelt.
- Du skal dog være særligt opmærksom på god håndhygiejne, undlade at give hånd, hold afstand og have fokus på rengøring
- Er du i særlig risiko, opfordres du til at kontakte din arbejdsgiver (ofte den uddannelsesansvarlige), så I sammen kan vurdere om det er sundhedsmæssigt forsvarligt, at du fortsat varetager din vanlige funktion og om du skal komme på SOSU Nord. Har du ikke en arbejdsgiver, laves vurderingen sammen med din kontaktlærer.
- Bor du sammen med en person, der er i særlig risiko, kan du som udgangspunkt godt komme på arbejde eller i skole.

Reference:

Sundhedsstyrelsen: [Information om forholdsregler ved tilfælde af COVID-19 i skoler, dagtilbud og andre tilbud til børn og unge](#) (17. september 2020)

Sundhedsstyrelsen: [Til dig, der er testet positiv for ny coronavirus](#) (december 2020)

Sundhedsstyrelsen: [Til dig, der er nær kontakt til en person, der er testet positiv for ny coronavirus](#) (december 2020)

Formidling:

Instruksen er tilgængelig på Its Learning og skolens hjemmeside, samt sendt til alle uddannelsesansvarlige hos elevernes arbejdsgivere.

Uddannelsessupport er ansvarlig for, at nye elever og kursister modtager instruksen i e-boks forud for opstart på uddannelse / kursus.