

# INSTRUKSER TIL ELEVER OG KURSISTER

## Om forebyggelse af smittespredning, august 2021

---

### Når du er i klassen

- Du skal holde 1 meters afstand til din underviser.
- Du behøver du ikke holde 1 meters afstand til dine klassekammerater med mindre, I laver aktiviteter, hvor du er ekstra udsat for dråbesmitte fx ved sang eller råb.
- Spis din frokost i klasselokalet – ikke i fællesområdet.

#### Mere generelt om undervisningen:

- Vi har fokus på ikke at lave aktiviteter på tværs af klasser mv. Det gælder såvel undervisning som andre aktiviteter.
- Du skal følge underviserens anvisninger omkring tid og sted for gruppearbejdet.
- Hjælp hinanden med at lufte ud og afspritte borde m.v. i de undervisningslokaler, gruppearbejdspladser m.v., I har været i eller brugt.

### Regler for fællesarealerne

#### Fællesarealerne

- Du skal have mundbind eller visir på i testområdet.
- Undgå 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.
- Hold så vidt muligt 1 meters afstand til andre.

#### Hjælp med at holde skolen ren

- Uden for klasselokalet: 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 klasselokalet i løbet af dagen. Der findes spritservietter m.m. i alle lokaler.

# INSTRUKSER TIL ELEVER OG KURSISTER

## Om forebyggelse af smittespredning, august 2021

---

### Hygiejne generelt

Du skal vaske eller spritte hænder:

- Når du går ind på skolen
- Efter hver pause
- Inden du går hjem
- Når du kommer hjem
- Vask altid hænder efter toiletbesøg
- Hvis du kommer til at nyse i hånden. Nys altid i ærmet eller albuen!
- Før og efter spisning
- Når/hvis du skifter mellem lokaler

På toiletterne hænger der plakater, der viser, hvordan du vasker hænder korrekt.

### Hvis du har symptomer

#### Symptomer før du møder

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. Orienter din kontaktlærer og din nærmeste leder, hvis du har en ansættelseskontrakt.

#### Symptomer i løbet af skoledagen

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.

**OBS:** SOSU Nord opfordrer elever og kursister, der har symptomer på COVID-19, til at få foretaget PCR-test.

# INSTRUKSER TIL ELEVER OG KURSISTER

## Om forebyggelse af smittespredning, august 2021

### Opfordring til test

Sundhedsstyrelsen opfordrer alle elever og kursister til at lade sig teste to gange om ugen og at du altid kan fremvise en negativ test, der ikke er mere end 72 timer gammel.

Opfordring til test gælder ikke for elever og kursister der:

- af medicinske årsager ikke bør få foretaget en PCR- eller antigen test for covid-19,
- som følge af en fysisk eller psykisk funktionsnedsættelse ikke bør få foretaget en PCR- eller antigen test for covid-19,
- tidligere har været smittet med covid-19 inden for et nærmere bestemt tidsrum,
- har påbegyndt et vaccinationsforløb mod covid-19, hvor et vaccinationsforløb mod covid-19 anses for påbegyndt mindst 14 dage og højst 42 efter den første dosis, eller
- har gennemført vaccinationsforløb mod covid-19. Kræver et vaccinationsforløb mod covid-19 to eller flere doser, anses det for gennemført umiddelbart efter den afsluttende dosis. Kræver et vaccinationsforløb mod covid-19 alene én dosis, anses det for gennemført 14 dage efter denne ene dosis.

Er du undtaget for test, skal du være ekstra opmærksom på symptomer. Får du symptomer, anbefales det, at du går i selvisolation og bliver testet.

### Hvis du testes positiv

Hvis du bliver testet positiv i en test uden for SOSU Nord og har været sammen med andre elever eller været på skolen inden for de seneste 48 timer, så skal du give din kontaktlærer besked. Oplysningerne skal vi bruge i forbindelse med smitteopsporing.

Bliver du testet positiv på skolen, kontakter supervisoren dig og fortæller om det videre forløb.

### Tilbage efter en positiv test

Du skal blive i selvisolation:

- indtil 48 timer efter at du ikke længere har symptomer, eller
- efter 10 dage, hvis du har haft to feberfrie dage (uden brug af febernedsættende medicin som fx paracetamol), og har det betydeligt bedre. Det er ok med milde restsymptomer som hoste eller tab af smags- og lugtesans.

Hvis du ikke har haft symptomer skal du:

- Blive i selvisoleres i 7 dage, efter testen blev taget (ikke 7 dage efter modtaget testsvar) og herefter anses du for at være smittefri. Udvikler du symptomer i denne periode, kan du ophæve din selvisolation, når kriterierne, som er beskrevet øverst, er opfyldt.

Kilde: <https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2021/Retningslinje---Haandtering-af-smitte-uddannelser>