

## Veileder om smittevern for ungdomsskole og videregående skole under covid-19 utbruddet 2020

Denne veilederen skal gi råd og føringer til ungdomsskoler og videregående skoler når det gjelder drift under koronavirusutbruddet (covid-19-utbruddet) våren 2020. 2. utgave 7. mai 2020.

ARTIKKEL | SIST ENDRET: 07.05.2020

### Innhold

#### Innledning

#### Nytt i 2. utgave

#### Skolenes samfunnsrolle

#### Smitteforebyggende tiltak

- Syke personer skal ikke være på skolen
- Når skal elever og ansatte møte på skolen?
- Når skal elever og ansatte ikke møte på skolen?
- Når sykdom oppstår på skolen
- Hva hvis en i husstanden til en elev/ansatt er syk
- Hvis en i husstanden til en elev/ansatt har bekreftet covid-19
- God hygiene
  - God hånd- og hostehygiene
  - Godt renhold
- Redusert kontakt mellom personer
- Smitteverntiltak i enkelte fag på ungdomstrinnet og i videregående opplæring
- Yrkesfag i videregående opplæring

#### Spesielt for videregående skoler der elevene bor på internat

#### Er det noen ungdom og ansatte det må tas spesielle hensyn til?

- Ungdom med kroniske sykdommer
- Voksne (foresatte /ansatte)

#### Opplæring av ansatte og informasjon til foresatte

- Samhandling med foresatte og foreldremøter

#### Sjekkliste for smittevern på ungdomsskoler og videregående skoler

#### Kilder

## Innledning

Denne veilederen skal gi råd og føringer til ungdomsskoler og videregående skoler når det gjelder drift under koronavirusutbruddet (covid-19-utbruddet) våren 2020. Veilederen gjelder også for voksenopplæringen så langt den passer. Veilederen kommer i tillegg til eksisterende regler og retningslinjer beskrevet i «Forskrift om miljø-rettet helsevern i barnehager og skoler m.v.»<sup>1 2</sup>. Utbruddets utvikling kan føre til behov for endringer på et senere tidspunkt.

Det er skoleeier som er ansvarlig for å sikre at driften skjer i samsvar med gjeldende regelverk<sup>3</sup>. Skoleeier er ansvarlig for å etablere internkontrollrutiner som sikrer at miljøet i skolen fremmer helse, trivsel, gode sosiale og miljømessige forhold samt forebygger sykdom og skade<sup>4</sup>. Skoleeier er derfor ansvarlig for å sikre en forsvarlig drift som tar hensyn til smittevern. Vi understreker imidlertid behovet for at alle bidrar til å få til en god drift av skolene under covid-19-utbruddet. Smittevernfaglig forsvarlig drift innebærer et godt samarbeid mellom alle aktører som har oppgaver på skolen. Det fordrer et godt samarbeid mellom personalet på skolen og skolehelsetjenesten, i tillegg til renholdsarbeidere som skal ivareta behovt vask og rengjøring. Videre vil god dialog mellom skole og hjem være av sentral betydning.

Veilederen tar utgangspunkt i gjeldende rammebetingelser. Det betyr at veilederen legger til grunn gjeldende regelverk og finansiering, inkludert forskrifter med hjemmel i koronaloven.

Veilederen er utarbeidet av Folkehelseinstituttet og Utdanningsdirektoratet. Oppdraget ble gitt av Kunnskapsdepartementet og Helse- og omsorgsdepartementet, via Helsedirektoratet.

Oppdatert 2. versjon er publisert 7. mai 2020. Endringer i denne utgaven er:

- Tydeliggjøring av ulike kontaktreduserende tiltak for ungdomsskoler og videregående skoler.
- Presisering og tydeliggjøring av enkelte råd

<sup>1</sup> <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1995-12-01-928>

<sup>2</sup> <https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/miljo-og-helse-i-barnehagen>

<sup>3</sup> jf. opplæringsloven § 13-10, friskoleloven § 5-2 første ledd og voksenopplæringsloven § 24.

<sup>4</sup> <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1995-12-01-928>

## Nytt i 2. utgave

Oppdatert 2. versjon er publisert 7. mai 2020. Endringer i denne utgaven av veileder for ungdomsskole og videregående skole er:

### Tydeliggjøring av ulike kontaktreduserende tiltak:

- Det oppfordres til å opprette kohorter på mindre enn 20 elever.
- For praktisk gjennomføring kan en hel skoleklasse på ungdomstrinnet regnes som en kohort, så lenge avstands anbefalingen på en meter kan overholdes i alle situasjoner.
- Det viktigste kontaktreduserende tiltaket på videregående skoler er å holde minimum en meters avstand til andre i alle situasjoner.
- Ved fysisk plassmangel på skolen kan det innføres alternerende dager, ulik oppmøtetid og alternative lokaler.

### Presisering og tydeliggjøring av enkelte råd

- Prioritering av de tre hovedtiltakene:  
(1) Syke personer skal ikke være på skolen. (2) God hygiene (3) Redusert kontakt mellom personer
- Presisering av kommunehelsetjenestens rolle.
- Gjennomføring av større arrangementer må gjøres i henhold til gjeldende retningslinjer fra Helsedirektoratet.
- Ved bruk av skoleskyss henvises til det veileder for smittevern i kollektivtransport.

## Skolenes samfunnsrolle

Skolene har en avgjørende rolle i sosial og faglig utvikling for ungdom. Det følger av opplæringsloven at ungdom har rett til opplæring<sup>5</sup>. Både FN's barnekonvensjon, grunnloven og regelverket på opplæringsområdet anerkjenner betydning av skolen som arena for ungdommers læring, mestring og trivsel. Ansatte i skolen har derfor en sentral rolle for å ivareta elevene også i en pandemisituasjon. Utbruddet kan vare over lang tid, avhengig av hvilke smittebegrensende tiltak som gjøres i samfunnet forøvrig. Det har derfor stor betydning at ungdom kan gå på skole i utbruddsperioden, samtidig som smittevernet ivaretas, både for elevene og de ansatte. For å begrense smitte under en kontrollert gjenåpning av skoler finnes det en

rekke tiltak som skolen kan sette i verk.

<sup>5</sup> Jf. opplæringsloven §§ 2-1 og 3-1 flg.

## Smitteforebyggende tiltak

Det gjøres svært mange tiltak i alle deler av samfunnet som til sammen begrenser smittespredningen. Det er viktig å bruke tiltak som er tilpasset ulike situasjoner. De samme tiltakene kan derfor ikke alltid brukes på skoler som for eksempel i bedrifter og i samfunnet forøvrig. Tiltakene må tilpasses slik at man kan fokusere på det som er viktigst i den aktuelle situasjonen. Her beskriver vi tiltak for å begrense smittespredning blant elever på ungdomsskolen og videregående skoler og ansatte.

Ingen kan lastes dersom smitte i skolen oppstår. Så lenge viruset sirkulerer i samfunnet, kan sykdom oppstå fordi det ikke er mulig å forhindre alle nye tilfeller. Det betyr at det kan komme smitte inn i skolen, men tiltakene beskrevet her vil begrense smittespredning blant elever og ansatte i skolen.

**Formålet med rådene er å begrense smittespredning av covid-19.** De tre grunnpilarene for å bremse smittespredning er i prioritert rekkefølge:

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

Det aller viktigste smitteverntiltaket er at syke personer holder seg 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 indirekte kontaktsmitte. Økt fysisk avstand mellom mennesker reduserer muligheten for smitte, også før symptomer på sykdom oppstår.

Til tross for godt gjennomførte tiltak, kan likevel tilfeller av covid-19 og andre infeksjoner oppstå. Dersom smitteverntiltak som foreslått her er gjennomført, vil smittespredningen likevel bli begrenset. Tiltakene i teksten nedenfor er en beskrivelse av hvilke smitteverntiltak som må være på plass for å lykkes med å redusere smitterisiko til et minimum.

Kommunehelsetjenesten har smittevernkompetanse, og kan konsulteres ved spørsmål om organisering og tilrettelegging lokalt.

## 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. Det er først og fremst personer med symptomer som er smittsomme, og smittsomheten er størst idet symptomene oppstår.

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.

Om lag 8 av 10 voksne personer har kun milde symptomer, denne andelen er kanskje høyere hos ungdom. Hos noen personer med covid-19 kan symptomene utvikle seg videre i løpet av en uke til hoste, feber og kortpustethet, og noen svært få kan få et alvorlig forløp med behov for behandling i sykehus. Alvorlig covid-19-sykdom er sjelden hos ungdom.

Kommunehelsetjenesten har ansvar for oppfølging rundt tilfeller med bekreftet covid-19 (smitteoppsporing), og skal varsle skolen dersom ungdom eller ansatte på en skole får bekreftet covid-19. Det er kommunehelsetjenesten som skal beslutte nødvendige tiltak som for eksempel å definere hvem som er nærkontakter til den syke og derfor skal i karantene, og om det er behov for informasjon til andre. Hvis det skulle bli behov for ytterligere tiltak er det kommunehelsetjenestens oppgave å gi pålegg til skolen om dette.

Nedenfor utdypes det når elever og ansatte kan eller ikke kan være på skolen.

## Når skal elever og ansatte 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 elever og ansatte ikke møte på skolen?

Det er viktig at elever, foresatte og ansatte får tydelig beskjed og forstår grunnen til at elever med symptomer ikke skal møte på skolen.

### Elever og ansatte med luftveissymptomer:

- Elever og ansatte skal selv med milde luftveissymptomer og sykdomsfølelse, ikke møte på skolen. De skal holde seg hjemme til de har vært symptomfrie i 1 døgn.

### Elever eller ansatte som har bekreftet covid-19:

- 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](http://www.fhi.no)). Retningslinjer til forskrift som regulerer isolasjon er gitt av Helsedirektoratet.

### Elever eller ansatte som er nærkontakter/husstandsmedlem til en person med bekreftet covid-19:

- 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](http://www.fhi.no)). Retningslinjer til forskrift som regulerer karantene er gitt av Helsedirektoratet.

## Når sykdom oppstår på skolen

Elever som får symptomer på luftveisinfeksjon sendes hjem fra skolen. På ungdomstrinnet og i videregående opplæring inntil eleven er myndig, må foresatte varsles om at eleven er syk. Syke elever bør ikke ta offentlig transport. Dersom eleven må hentes, skal han/hun vente på et eget rom eller ute der det ikke er andre elever. Den syke bør ta på ikke-medisinsk munnbind dersom det ikke er mulig å holde to meters avstand til andre og dersom munnbind er tilgjengelig. Dette kan redusere smittespredning til andre. 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. Andre smitteverntiltak som er skissert i de følgende kapitlene, vil redusere risiko for smittespredning.

Ansatte som blir syke mens de er på skolen må gå hjem så snart det er mulig. Syke ansatte bør ikke ta offentlig transport. Syke ansatte bør ta på ikke-medisinsk munnbind hvis de ikke kan holde to meters avstand til andre for å redusere smittespredning.

Elever og ansatte som får bekreftet covid-19-sykdom skal følges opp av helsetjenesten for å få forsvarlig helsehjelp. Eventuell testing avklares med lege etter gjeldende retningslinjer. Kommunehelsetjenesten vil kartlegge og følge opp nærkontakter til covid-19-positive personer i henhold til gjeldende anbefalinger. Kommunehelsetjenesten skal varsle skolen dersom elever eller ansatte får bekreftet covid-19, og beslutte nødvendige tiltak.

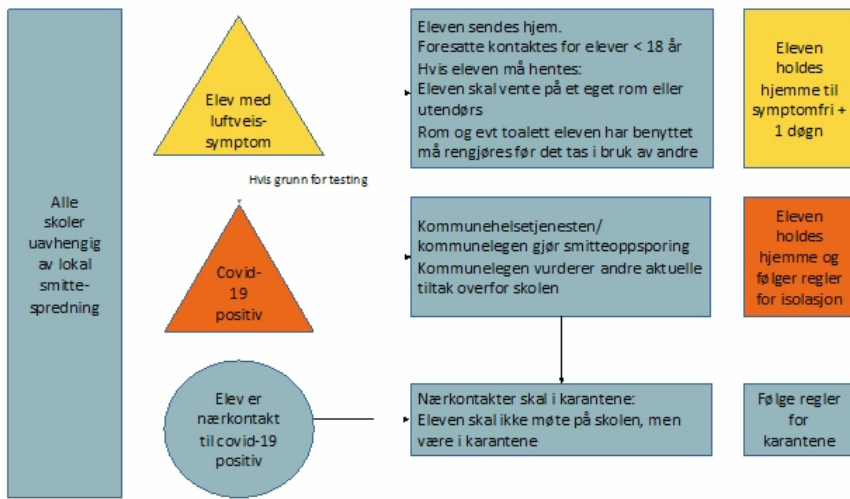
## Hva hvis en i husstanden til en elev/ansatt er syk

Hvis en i husstanden har symptomer på luftveisinfeksjon men ikke bekreftet covid-19, skal eleven/den ansatte møte på skolen som normalt. Disse skal imidlertid gå hjem fra skolen dersom de får symptomer, som nevnt i avsnittet over. Andre hygienetiltak som er skissert i de følgende kapitlene, vil redusere risiko for smittespredning.

## Hvis en i husstanden til en elev/ansatt har bekreftet covid-19

Hvis en i husstanden har fått bekreftet covid-19, skal alle nærkontakter holdes i karantene etter råd fra helsemyndighetene. Ingen personer som selv er i karantene, kan møte på skolen.

## Flytskjema for håndtering av syke elever i ungdomsskole og videregående skole



## God hygiene

### God hånd- og hostehygiene

God hånd- og hostehygiene reduserer smitte ved alle luftveisinfeksjoner, også smitte med covid-19. Disse tiltakene skal redusere smitte via gjenstander og hender og redusere smitte ved hoste. Rene hender er det viktigste tiltaket mot slik indirekte smitte.

Hygienetiltak skal utføres hyppig av alle, uavhengig av kunnskap om egen og andres smittestatus. Det er viktig at alle elever og ansatte er kjent med tiltakene under.

Det er ikke nødvendig med spesielt smittevernustyr, annet enn ikke-medisinske munnbind/ansiktsmasker til elever eller ansatte som blir syke og det ikke er mulig å holde to meters avstand.

Håndvask med lunkent vann og flytende såpe er en effektiv måte å forebygge smitte. Skitt, bakterier og virus løsner fra huden under vask og skylles bort med vannet. Elever og ansatte skal vaske hender hyppig og grundig i minst 20 sekunder. Hendene tørkes deretter med engangs papirhåndklær. Både elever og ansatte må få god opplæring i håndvask, og bør ikke bruke håndsmykker eller ringer. Råd om god håndhygiene kan forsterkes ved å gi påminnelser muntlig og ved å henge opp plakater med instruksjon for god håndvask.

#### Elever og ansatte skal vaske hender:

- Før man drar hjemmefra og når man kommer hjem
- Når man kommer til skolen
- Ved bytte av klasserom
- Etter hosting/nysing
- Etter toalettbesøk
- Før og etter måltider
- Etter man kommer inn fra uteaktivitet
- Etter kontakt med dyr
- Ved synlig skitne hender

#### Alternativer til håndvask:

- Virus er følsomt for alkohol, og alkoholbasert desinfeksjon (håndsprit) er et alternativ hvis ikke håndvaskmuligheter er tilgjengelig.
- Hånddesinfeksjon plasseres på steder der det ikke er håndvaskmuligheter (for eksempel i klasserom, garderobes, ved inngangspartier og ved kantiner).
- Alkoholbasert desinfeksjon er lite effektivt ved synlig skitne hender, da bør håndvask utføres.
- Alkoholbasert desinfeksjon er egnet ved undervisning utendørs, etter at skitne hender først er rengjort med våtservietter.

## Hostehygiene

- Det anbefales å ha tørkepapir lett tilgjengelig til bruk for elever/ansatte. Har man ikke det tilgjengelig, anbefales det å bruke albuekroken når en hoster eller nyser.
- Unngå å røre ved ansiktet eller øynene.

## Godt renhold

Det nye koronaviruset (SARS-CoV-2) fjernes enkelt ved manuell rengjøring med vann og vanlige rengjøringsmidler. Viruset kan overleve på flater fra timer til dager, avhengig av type overflate, temperatur, sollys og andre faktorer. Derfor er grundig og hyppig renhold viktig for å forebygge smitte.

Utsatte områder (se nedenfor) skal ha forsterket renhold. Gå igjennom rutiner og lokale renholdsplaner, og lag tilpasninger (organisering, ansvar og ressursbehov).

Det er ikke nødvendig å bruke ekstra beskyttelsesutstyr. Vask hender etter at rengjøring er utført, også hvis man har brukt hansker under rengjøringen. Løse gulvtepper kan fjernes for å lette rengjøring.

Det er ikke nødvendig å bruke desinfeksjon rutinemessig på skolen. Hvis desinfeksjon likevel brukes, må synlig skitt først tørkes bort med klut eller tørkepapir, ellers virker ikke desinfeksjonsmiddelet. Aktuelle desinfeksjonsmidler er alkoholbasert desinfeksjon og klorin.

### Det er viktig med forsterket renhold på utsatte områder:

- Toaletter og vaskeservanter må rengjøres minimum daglig. Tørk over flater som toalettsete og kran på servanten 2–4 ganger daglig.
- Engangs papirhåndklær og såpe skal være tilgjengelig, og man må sørge for at søppel tømmes regelmessig.
- Spisebord vaskes med vann og såpe etter bruk.
- Dørhåndtak, trappegelendre, stoler, andre bordflater og andre gjenstander som ofte berøres rengjøres hyppig, minimum daglig.
- Pult/arbeidsplasser rengjøres daglig. Elevene kan gjerne utføre dette selv.
- Nettbrett, datamaskiner/tastaturer og annet utstyr som deles og brukes i undervisningen må også vaskes av etter bruk, minimum daglig.
- Løse tekstiler må vaskes etter anvisning.
- Dekketøy og bestikk vaskes i oppvaskmaskin i henhold til gjeldende rutiner.

## Redusert kontakt mellom personer

Redusert kontakt med andre vil minske risiko for smitte fra personer som ikke vet at de er smittsomme. For å oppnå dette kan avstand mellom elever/ansatte økes. Gjennomføring av større enkeltarrangementer må gjøres i henhold til gjeldende retningslinjer fra Helsedirektoratet. Det er viktig at skoleeiere og skoler bidrar til å finne gode løsninger lokalt, slik at både elever, foresatte og ansatte føler seg trygge på at smitteverntiltakene kan gjennomføres. Det er viktig å understreke at personalet fortsatt skal ivareta elevenes behov for trygghet i den nye situasjonen og skape et godt psykososialt miljø.

For elever med særskilte behov hvor det er vanskelig å regulere avstand til andre, blir det viktigste tiltaket å begrense antall nærkontakter til hver elev og ansatte, for eksempel ved å ha mindre grupper og ha faste ansatte for hver gruppe.

Det er to hovedtilnærminger for å minske kontakt mellom elever på ungdomstrinnet og videregående:

1. Overholde minst en meter mellom elever/ansatte i alle situasjoner
2. Dele elevene i faste, mindre grupper som kan omgås mer naturlig (mest aktuelt på ungdomstrinnet).

I mindre grupper er det enklere å holde avstand. Dette begrenser smittespredning innad i en gruppe. I tillegg begrenses smitte mellom elever i ulike grupper. Dette letter arbeidet med smitteoppsporing og hindrer at hele skolen må stenge ved påvisning av smitte hos en elev eller ansatt.

For elever på ungdomsskole og videregående skole, kan man i økende grad etter alder forvente at elevene kan holde avstand til hverandre og overholde de andre smittevern-rådene. Ungdommer må få informasjon slik at de forstår betydningen av å gjennomføre smitteverntiltakene. Dette er særlig viktig for elever i videregående skole grunnet blanding av elever i ulike fag.

Det er en fordel at elevene begrenser omgang med mange andre ungdommer på fritiden.

## Ungdomstrinnet:

I smittevernveileder for barnetrinnet, er det beskrevet hvordan elever skal deles i «kohorter». En kohort er en fast gruppe med elever og ansatte. En kohort er et godt utgangspunkt for smittebegrensning og eventuell sporing av smitte.

På ungdomstrinnet er lærertetthetsnormen 20 elever per ansatt og kan være utgangspunkt for gruppestørrelser/kohorter. Det oppfordres til å etablere mindre grupper av elever/kohorter, men det er ikke et absolutt krav.

Dersom det ikke er praktisk mulig å inndele en klasse/klassestrinn i flere kohorter med færre elever enn vanlig, må det være mulig at elever og ansatte i samme rom kan holde minst en meters avstand til hverandre i alle situasjoner. Større kohorter enn angitt av lærertetthetsnormen er altså mulig gitt store nok lokaler.

- Mer enn 20 elever (en hel skoleklasse) på ungdomstrinnet kan regnes som en kohort kun dersom avstands anbefalingen på en meter mellom personer kan overholdes i alle situasjoner.
- Innen en mindre kohort kan elever og ansatte omgås, men oppfordres til å holde en meters avstand og unngå unødvendig nærkontakt/fysisk kontakt.
- Det er viktig at elevene i ulike kohorter ikke blandes så langt det lar seg gjøre.
- Ansatte bør komme til klasserommet slik at ikke kohorten trenger å bytte rom.
- Kohortene bør i minst mulig grad bytte klasserom.
- Gruppene kan eventuelt bytte sammensetning ukentlig etter en helg (minst to dager uten kontakt mellom ansatte og elever).
- Ved fysisk plassmangel i skolen, kan alternerende dager, ulik oppmøtetid, og alternative lokaler vurderes. I tillegg er det mulig å tilrettelegge for økt bruk av uteaktiviteter/ undervisning ute.
- Grupper/kohorter kan passere hverandre og være kortvarig i samme område (inntil 15 minutter).
- For gjennomføring av språkfag, valgfag, og andre fag der elevene blandes, må det sikres at elever kan holde minst en meters avstand. Elevene bør grupperes i klasserommet ut fra kohorttilhørighet.

## Videregående skoler:

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. Avstandskravet kan være vanskelig å opprettholde i små lokaler med fulle klasser, og da bør elevene deles i mindre grupper.

- Det viktigste kontaktreduserende tiltaket i videregående skoler er å holde minimum en meters avstand til andre i alle situasjoner.
- Der det er mulig, kan elevene deles i mindre grupper.
- Ved fysisk plassmangel i skolen, kan alternerende dager, ulik oppmøtetid, og alternative lokaler vurderes.

## Felles for ungdomsskoler og videregående skoler:

Her gis forslag til hvordan kontaktreduserende tiltak kan gjennomføres. Hver skole må selv finne løsninger som kan tilpasses lokalt. Egne råd for kontaktreduserende tiltak for ansatte, blir gitt til slutt i dette kapittelet.

### Fysisk kontakt:

- Håndhilsning og klemming bør unngås.
- Unngå å stå eller sitte tett, og hold minst én meters avstand fra hverandre.
- Elevers behov for omsorg må ivaretas. Vask hender etter fysisk kontakt.

### Tetthet i grupper:

- Større samlinger skal unngås.
- Ta i bruk større lokaler eller utendørs undervisning der det er mulig.
- Alle elever bør ha egen pult/arbeidsplass for å sikre avstand på minst 1 meter. Der elever ikke har egen pult, sikres arbeidsplass med noe avstand til andre.
- Unngå trengsel på vei inn og ut av undervisningslokalene, i garderober og på toaletter.
- Eventuelt opprette merking på gulvet for å sikre avstand mellom elever i grupperom/klasserom, garderober og andre områder hvor det kan oppstå trengsel.

### Friminutt/pauser:

- Ha pauser på ulikt tidspunkt for å begrense antall elever som er ute samtidig, og tilrettelegge for at pauser kan foregå utendørs.
- Elever må minnes på å holde avstand i friminutt (minst 1 meter).
- Ha ansatte ute for å minne elevene på å holde avstand.

#### **Begrense deling av mat og gjenstander:**

- Elevene skal ikke dele mat og drikke.
- Mat kan gjerne tilberedes på skolen i henhold til gjeldende retningslinjer for kantiner og serveringssteder.
- Mat må serveres porsjonsvis.
- Elevene bør sitte på hver sin pult når de spiser, eller på fast plass med avstand (en meters avstand).
- Ved felles spiserom/kantine, bør ulike grupper spise til forskjellig tid. Bord og stoler vaskes av etter hver gruppe.
- Begrens deling av for eksempel skrivesaker, arbeidsverktøy, nettbrett og lignende.
- Skolebøker kan fraktes mellom skolen og hjemmet, men bør ikke deles mellom elever.

#### **Transport og skoleskyss:**

- Bruk av offentlig transport til og fra skolen begrenses der det er mulig.
- Oppstart av undervisning til ulik tid, kan redusere tetthet på offentlig transport i rushtiden.
- Ved bruk av offentlig transport, bør elevene holde avstand til andre.
- Ved bruk av skoleskyss, henvises til veileder for smittevern i kollektivtransport. Elever fra samme husholdning kan sitte sammen. Elevene må holde minst en meters avstand mens de venter på bussen.
- Elever må vaske hender når de kommer til skolen og tilbake til hjemmet.
- Skoleturer som innebærer tett ansamling av elever i store grupper og på offentlige transportmidler bør unngås

#### **Spesielt for ansatte:**

- Holde avstand (minst en meter) til kolleger i møter og pauser.
- Lærere kan ambulere på tvers av grupper (kohorter). Gruppene har faste undervisningsrom når det lar seg gjøre.
- Unngå håndhilsning og klemming.
- Bruke videokonferanser i stedet for fysiske møter med kolleger der det er mulig.
- Felles nettbrett og datamaskiner/tastaturer må vaskes av etter bruk.
- Være ekstra oppmerksomme på hygiene rundt kjøkken/spiserom.
- Begrense bruk av offentlig transport i rushtid til og fra arbeidsplassen der det er mulig.
- Dersom det er ansatte/vikarer som arbeider på flere skoler, må de få opplæring i gjeldende lokale rutiner i hver skole. Vikarer bør unngå å jobbe på ulike skoler samme dag.
- Ved fravær av personell kan det være behov vikarer og/eller omrokking av personell mellom elevgrupper/klasser/kohorter. Dette kan gjøres når det er nødvendig, men omrokkinger må likevel begrenses mest mulig.
- Spesielle tjenester (PPT, logoped og andre) skal følge basale smittevernrutiner etter gjeldende anbefalinger (god hånd- og hostehygiene, ikke møte opp ved sykdom, osv.), men kan ellers utføre sitt arbeid som normalt.

#### **Spesielt for skolehelsetjenesten:**

- Helsepsykiatere og skoleleger har en viktige roller som rådgivere i det smittevernfaglige arbeidet på skolen. I tillegg er helsepsykiatere viktige samtalepartnere for elever, og for å kunne gi helsemessig og psykososial støtte i tråd med nasjonal faglig retningslinje for helsestasjons og skolehelsetjenesten.
- Undervisning, samtaler, undersøkelser, oppfølging og vaksinasjon av elever kan gjennomføres etter samme retningslinjer som for øvrige helsetjeneste. [www.fhi.no](http://www.fhi.no).

<sup>6</sup> Jf. forskrift til opplæringsloven § 14A-1.

## **Smitteverntiltak i enkelte fag på ungdomstrinnet og i videregående opplæring**

Her følger råd for enkelte fag som krever ekstratiltak, i tillegg til de rådene som er beskrevet over.

#### **Bruk av garderober og undervisning i kroppsøving:**



- Skift før kroppsøving kan eventuelt gjennomføres i ulike klasserom for å sørge for mer plass.
- Ved behov for dusjing, må elevene deles i mindre grupper for å begrense antall i garderobe/dusj samtidig.
- Utegyms anbefales.
- Unngå aktiviteter med nær kontakt mellom elever som for eksempel enkelte lagidretter, pardans, kampsport, eller lignende.
- Dersom det i en senere fase av utbruddet blir aktuelt med svømmeundervisning: Klorinnholdet i bassengvann inaktiverer både koronavirus og andre virus. Undervisningen må organiseres slik at nærkontakt mellom elever i garderobes og bassenget unngås.

### **Musikk**

- Unngå at blåseinstrumenter deles av flere elever.
- Ved bruk av håndholdte instrumenter og tangenter, må berørte områder tørkes av etter bruk.

### **Mat og helse**

- Forsøk å gjennomføre undervisningen på alternative måter (for eksempel hjemmeoppgaver).
- Virusets smitter ikke via mat såfremt det utøves god håndhygiene og vanlig kjøkkenhygiene.
- Unngå mat som tilberedes uten varmebehandling (for eksempel salater og lignende).

### **Kunst og håndverk**

- Begrens deling av utstyr. Vask og rengjør utstyret der det er mulig etter bruk

### **Skolebibliotek**

- Utlån av bøker er greit såfremt håndvask er utført før ankomst skolebiblioteket.
- 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.

## **Yrkesfag i videregående opplæring**

For gjennomføring av den praktiske del av undervisningen som skjer på skole eller praksissted gjelder de samme grunnprinsippene som er beskrevet over. Arbeidet bør organiseres slik at man unngår kø og trengsel.

Det er som hovedregel ikke behov for personlig beskyttelsesutstyr for å ivareta smittevernet. For fag der det finnes en bransjestandard, skal denne følges både i undervisning på skolen og ute i praksis.

Se [www.fhi.no](http://www.fhi.no) for beskrivelse av bransjestandarder.

### **Fag som innebærer tett kontakt:**

Dette gjelder for eksempel frisør, hudpleie, fotterapeut m.m. For disse er det utarbeidet en bransjestandard/råd for opprettholdelse av smittevern. Disse vil være gjeldende også i læringssituasjonen. For helse- og ambulansesfag henvises det til råd for smittevern i helsetjenesten.

### **Fag der det brukes felles utstyr:**

Mange fag innebærer mye utstyr som til dels deles. I den grad det er mulig kan man benytte personlig utstyr eller utstyr som er reservert én elev. Når dette ikke er mulig, skal utstyret rengjøres etter bruk.

### **Mat-, kokk-, restaurant- og servitørfag:**

Covid-19 viruset smitter ikke direkte gjennom mat eller vann. Vanlige rutiner for kjøkkenhygiene gjelder. Ha gode rutiner for håndhygiene.

Se

lenke: [https://www.mattilsynet.no/Utbrudd\\_av\\_koronavirus/Mat\\_og\\_drikkevann/kan\\_man\\_spre\\_koronasmitte\\_ved\\_profesjonell\\_matproduksjon.38073](https://www.mattilsynet.no/Utbrudd_av_koronavirus/Mat_og_drikkevann/kan_man_spre_koronasmitte_ved_profesjonell_matproduksjon.38073)

## **Spesielt for videregående skoler der elevene bor på internat**

Internater der elever bor og lever tett på hverandre, kan være spesielt utsatt for smitte-spredning. Det er derfor viktig å forsterke hygienetiltak og

begrense kontakt mellom elevene. Generelle råd for hygiene, renhold og redusert fysisk kontakt gjelder (se over).

Det bør vurderes om antall elever per rom og per toalett/bad kan begrenses. I størst mulig grad bør elevene deles inn i faste grupper som deler samme bad/toalett og andre fellesfasiliteter. Gruppene bør i minst mulig grad blandes med hverandre. På den måten reduseres antall kontakter hvis noen blir syke. Ved felles kantine eller matsal, bør antall som spiser samtidig begrenses for å redusere kontakt mellom elever og ansatte. Antall personer som oppholder seg samtidig i felles oppholdsrom bør begrenses.

Elever må informeres om hvordan de kan ta kontakt med lokal helsetjeneste dersom de blir syke. Elever og ansatte med luftveissymptomer må ikke gå på skolen eller oppholde seg i felles oppholdsrom. Elever og ansatte som blir syke, bør reise hjem og bli hjemme inntil en dag etter symptomfrihet. Elever og ansatte som får bekreftet covid-19 må være i hjemmeisolasjon i henhold til gjeldende retningslinjer. Syke elever og ansatte bør ikke reise hjem med offentlig transport. Det bør foreligge en plan for hjemreise ved sykdom for elever som bor på internat.

Internater må legge til rette for å kunne isolere syke elever som allikevel ikke får reist hjem umiddelbart. Disse må ikke omgås andre elever og skal være på eget rom med tilgang til eget bad/toalett. Mat bør serveres på rommet. I etterkant rengjøres rom, toalett og andre områder der eleven har oppholdt seg med vanlige rengjøringsmidler. Kommunlegen er ansvarlig for å følge opp covid-19-tilfeller og gjøre kontaktoppsporing etter gjeldende retningslinjer.

Elever og ansatte som identifiseres som nærkontakter og må være i karantene, bør også reise hjem i karanteneperioden. Hvis de ikke kan reise hjem, må det settes av egne områder til dette. Personer i karantene bør ikke oppholde seg i felles oppholdsrom. Disse personene må være ekstra oppmerksomme på luftveissymptomer.

Se også råd for hjemmekarantene og hjemmeisolasjon på lenke:

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/infomateriell/informasjon-om-hjemmekarantene-og-isolasjon-pa-ulike-sprak/?term=&h=1>

Kommunehelsetjenesten kan kontaktes for lokal tilpasning av rutiner.

## Er det noen ungdom og ansatte det må tas spesielle hensyn til?

### Ungdom med kroniske sykdommer

Barn og unge har så langt ikke vist å ha risiko for alvorlig forløp av covid-19. Kunnskapsgrunnlaget er imidlertid begrenset, og som et føre-var-prinsipp for å minske smitterisiko kan det derfor være enkelte ungdom som vil rådes til å unngå oppmøte på skolen.

Norsk barnelegeforening har i samråd med Folkehelseinstituttet utarbeidet en oversikt over ulike diagnoser hos barn og unge og om det eventuelt skal tas spesielle hensyn. Norsk barnelegeforening mener at de aller fleste barn med kroniske sykdommer kan og bør gå i barnehage og skole.

Barn og unge som har kroniske sykdommer/tilstander, men som **kan møte på skolen** som vanlig, gjelder blant annet:

- Barn og unge med diabetes
- Barn og unge med velkontrollert astma
- Barn og unge med allergi
- Barn og unge med epilepsi
- Barn og unge med Downs syndrom
- Barn og unge med hjertefeil uten hjertesvikt
- Barn og unge med autoimmune sykdommer som bruker immundempende behandling og har stabil sykdom
- Tidligere premature barn uten betydelig lungesykdom

Barn og unge som har kroniske sykdommer/tilstander, men hvor det individuelt kan vurderes om det er grunnlag for at barnet/ungdommen skal holdes hjemme og/eller få tilrettelagt undervisning fra skolen er listet nedenfor (1-8). Skolen og foresatte bør ha en dialog om det er mulig å tilrettelegge slik at disse elevene likevel kan møte på skolen, for eksempel at eleven kan være i en mindre gruppe (2-3 elever) eller kun tilstede på aktiviteter utendørs. I vurderingen av hvordan opplæringen og tilretteleggingen kan gjennomføres, skal det legges stor vekt på hensynet til elevens beste<sup>7</sup>. For eksempel vil det være avgjørende at fordelene ved å motta tilrettelagt opplæring hjemme veier opp for ulempene disse ungdommene får ved å miste viktig sosial og faglig utvikling:

1. Barn og unge som er organtransplanterte (første tid etter transplantasjon)
2. Barn og unge som er benmargstransplanterte siste 12 måneder

3. Barn og unge som er i aktiv kreftbehandling
4. Barn og unge med alvorlig hjertesykdom
5. Barn og unge med alvorlig lungesykdom og/eller har betydelig redusert lungekapasitet
6. Barn og unge med diagnostisert alvorlig, medfødt sykdom i immunforsvaret i ustabil fase som gjør dem særlig utsatt for alvorlige luftveisinfeksjoner
7. Barn og unge på immundempende medisin og aktiv kronisk sykdom
8. Det kan gjelde enkelte andre barn med alvorlige diagnoser som ikke er nevnt her. I slike tilfeller må behov for tilrettelagt undervisning avklares med behandlende barnelege.

Hvilke diagnoser som inngår i gruppe 1-8 er nærmere spesifisert på nettsidene til Norsk barnelegeforening.

Listen er også formidlet til Norsk forening for allmennmedisin.

Som hovedregel er det ikke grunnlag for at søsken til disse barna/ungdommene skal holdes hjemme. Et viktig unntak er søsken som skal være benmargsdonor for husstandsmedlemmer (siste 28 dager før donasjon)

<sup>7</sup> Jf. barnekonvensjonen art. 3

## **Voksne (foresatte /ansatte)**

Basert på informasjon om utbruddet så langt fra Kina, Italia, Storbritannia, USA og Norge, er det særlig eldre personer (over 65 år) som har høyere risiko for alvorlig sykdom med det nye koronaviruset, spesielt dersom de i tillegg har underliggende kronisk sykdom. I tillegg kan voksne personer, særlig de over 50 år, med kroniske sykdommer som hjerte-karsykdom (inkludert høyt blodtrykk) og diabetes ha noe høyere risiko for alvorlig forløp av covid-19. Ansatte som tilhører grupper med høyere risiko for alvorlig forløp av covid-19 bør vurderes individuelt i forhold til tilrettelagt arbeid. Ansatte dette er aktuelt for, må ha legeerklæring.

For oppdatert informasjon om personer som kan ha høyere risiko for covid-19, se Folkehelseinstituttets nettsider.

Det er ikke vist at gravide kvinner har høyere risiko for alvorlig sykdom av covid-19 og det er heller ikke grunnlag for å mistenke at infeksjon kan gi risiko for fosterskade. Folke-helseinstituttet anbefaler at gravide kvinner som har kronisk sykdom eller svangerskaps-komplikasjoner bør diskutere med egen lege om det er grunn til å utvise ekstra forsiktighet og behov for tilrettelegging på arbeidsplassen.

Foresatte som er i risikogruppe kan kontakte egen lege for å vurdere behov for til rette-legging av skoletilbudet/hjemmeundervisning for å begrense smitterisiko til hjemmet. For elever med foresatte (andre i husholdningen) i risikogruppe, bør det opprettes dialog mellom skole og foresatte om det er mulig å tilrettelegge. I slike tilfeller bør også hensynet til barnets/ungdommens beste<sup>8</sup> tillegges stor vekt.

<sup>8</sup> Jf. barnekonvensjonen art. 3

## **Opplæring av ansatte og informasjon til foresatte**

Ansatte skal få opplæring i å gjennomføre nødvendige smitteverntiltak som beskrevet i denne veilederen. Veilederen vil suppleres med ytterligere informasjon som kan benyttes i kompetanseheving av ansatte.

Foresatte skal være trygge på at det er forsvarlig at ungdommene kommer tilbake på skolen. Det er derfor viktig at skolen har god dialog med foreldre og foresatte. Videre er det viktig at foreldre og foresatte aktivt bidrar til å gjennomføre smitteverntiltakene i samsvar med denne veilederen. Det utarbeides egen informasjon til denne gruppen.

Informasjon om dette finnes på <http://www.udir.no/kvalitet-og-kompetanse/sikkerhet-og-beredskap/informasjon-om-koronaviruset/smittevernveileder/>

## **Samhandling med foresatte og foreldremøter**

Det anbefales å ikke arrangere foreldremøter eller andre større samlinger i dette stadiet av covid-19 utbruddet. Digitale møter anbefales. Utviklingssamtaler bør erstattes med digitale møter. Der det ikke er mulig kan utviklingssamtalen gjennomføres med følgende tiltak:

- Ulike familier skal ikke vente på samme rom
- Vask hender før og etter samtale
- Hold minst en meters avstand mellom ansatte og elev/foresatte
- Ved behov for tolk eller lignende, må disse også holde avstand til de andre

## Sjekkliste for smittevern på ungdomsskoler og videregående skoler

Nedenfor følger en sjekkliste for hvilke tiltak som må være på plass før gjenåpning. Tiltakene er nærmere beskrevet over. Det er skoleeiers ansvar å sørge for at smitteverntiltak er på plass, og for at ansatte er godt kjent med innholdet og utførelse av smitteverntiltak<sup>9</sup>.

### Skoleeiers overordnede ansvar

Tiltak	Utført dato	Merknad
Opplæring av ansatte i smitteverntiltak ved at de gjøres kjent med innholdet i denne veilederen		
Informasjon til foresatte om nye rutiner på skolen		
Lage plan for håndvaskrutiner for barn og ansatte		
Lage skriftlig rutine for renhold		
Lage plan for oppretting og organisering av mindre grupper eller kohorter		
Opprette dialog med eventuelle ansatte som er i risikogrupper og ungdommer som har behov for tilrettelegging		

### Hygienetiltak

Tiltak	Utført dato	Merknad
Sikre at det er nok såpe og tørkepapir tilgjengelig ved alle håndvaskstasjoner og toaletter		
Opplæring av elevene i håndvaskrutiner og hostehygiene		
Henge opp plakater om håndvaskrutiner og hostehygiene		
Henge opp alkoholbasert desinfeksjon der ikke håndvask er tilgjengelig		
Planlegge håndhygienetiltak ved uteaktiviteter (våtservietter og alkoholbasert desinfeksjon)		

## Redusert kontakt mellom personer

Tiltak	Utført dato	Merknad
Planlegge for aktiviteter ute/uteskole		
Legg til rette for kombinasjon av digital undervisning og fysisk oppmøtet		
Vurdere bruk av rom opp mot antall elever i gruppene, ta i bruk større lokaler hvis mulig		
Sørge for egen pult/sitteplass per elev med avstand mellom elever		
Plan for avstand mellom elever og hygienetiltak ved måltider/i kantine		
Sikre gode rutiner for måltider og at mat serveres porsjonsvis		
Plan for å redusere trengsel i garderobes, toaletter og på vei inn og ut av lokalene		
Eventuelt introdusere merking på gulv for å sikre avstand i områder der det kan oppstå trengsel		
Plan for alternerende tidspunkt for friminutt for å begrense antall elever som er ute samtidig		
Plan for bemanning ute i friminutt, for å hjelpe ungdommer å holde avstand		
Eventuelt dele opp utearealer slik at elever fra ulike grupper blandes i liten grad		
Unngå større samlinger av elever		
Unngå kollektivtransport ved turer ut av skolen		
Plan for gjennomføring av skoleskys		

## Renhold

Tiltak	Utført dato	Merknad
Lage en plan for renhold, som beskriver hyppighet og metode for de ulike punktene. Planen må omfatte toaletter, servanter, hyppig berørte gjenstander (dørhåndtak, trappegelendre, lysbrytere ol.)		
Lage en plan for renhold av nettbrett og lignende		

## For ansatte

Tiltak	Utført dato	Merknad
Begrense fysiske møter, eventuelt tilrettelegge for videokonferanse		
Holde avstand i pauser		
Etablere rutiner for vask av felles nettbrett og datamaskiner/tastaturer		
Begrense bruk av offentlig transport		

<sup>9</sup> Jf. forskrift 27. mars 2020 nr. 470 om smitteverntiltak mv. ved koronautbruddet

## Kilder

Unicef, WHO, IFRC. Key Messages and Actions for COVID-19 Prevention and Control in Schools. March 2020

CDC. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/guidance-for-schools.html>

Tiltak på skole- og barnehageområdet under koronautbruddet våren 2020, rapport 03.04.2020, finnes på [www.udir.no](http://www.udir.no)





