

veileder

COVID-19-EPIDEMIEN :

Veileder i smittevern for ungdomsskole og videregående skole

Folkehelseinstituttet og Utdanningsdirektoratet, 20.04.2020

Covid-19-epidemien: Veileder i smittevern for ungdomsskole og videregående skole

Folkehelseinstituttet og Utdanningsdirektoratet
20. april 2020

Innhold

1	Innledning	4
2	Bakgrunn	5
2.1	Skolenes samfunnsrolle	5
2.2	Om viruset, sykdommen og utbruddet	5
2.3	Barn og ungdoms rolle i utbruddet	5
2.4	Risiko for at barn og ungdom blir smittet	5
2.5	Risiko for at ungdom kan smitte andre	6
3	Smitteforebyggende tiltak	7
3.1	Syke personer skal ikke være på skolen	7
3.2	Når skal elever og ansatte møte på skolen?	8
3.3	Når skal elever og ansatte ikke møte på skolen?	8
3.4	Når sykdom oppstår på skolen	8
3.5	Hva hvis en i husstanden til en elev/ansatt er syk	9
3.6	Hvis en i husstanden til en elev/ansatt har bekreftet covid-19	9
3.7	God hygiene	9
3.7.1	God hånd- og hostehygiene	9
3.7.2	Godt renhold	10
3.8	Redusert kontakt mellom personer	11
3.9	Smitteverntiltak i enkelte fag på ungdomstrinnet og i videregående opplæring	14
3.10	Yrkesfag i videregående opplæring	15
4	Smitteverntiltak under muntlig, muntlig-praktisk og praktisk eksamen	16
5	Spesielt for videregående skoler der elevene bor på internat	17
6	Er det noen ungdom og ansatte det må tas spesielle hensyn til?	18
6.1	Ungdom med kroniske sykdommer	18
6.2	Voksne (foresatte /ansatte)	19
7	Opplæring av ansatte og informasjon til foresatte	20
7.1	Samhandling med foresatte og foreldremøter	20
8	Sjekkliste for smittevern på ungdomsskoler og videregående skoler	21
9	Kilder	23

1 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 kommer i tillegg til eksisterende regler og retningslinjer beskrevet i «Forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler m.v.»^{1 2}. Veilederen er gyldig fra publiseringsdato 20.04.2020, og vil bli oppdatert ved behov. Utbruddets utvikling kan føre til behov for endringer på et senere tidspunkt, det samme kan praktiske hensyn som oppdages først når skolene er gjenåpnet. Ved nye versjoner av veilederen, vil de erstatte denne førsteutgaven.

Det er skoleeier som er ansvarlig for å sikre at driften skjer i samsvar med gjeldende regelverk³. 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.⁴ 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 åpning av skolene. 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. Videre vil god dialog mellom skole og hjem være av sentral betydning. Godt samarbeid med renholdsarbeidere som skal ivareta behovet for vask og renhold, er også nødvendig.

Veilederen tar utgangspunkt i gjeldende rammebetingelser. Det betyr at veilederen legger til grunn at åpning av skolene kan skje innenfor rammen av 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

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

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

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

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

2 Bakgrunn

Våren 2020 utløste et globalt utbrudd av koronaviruset SARS-CoV-2 en rekke strenge tiltak for å begrense smitten av viruset. Torsdag 12. mars 2020 ble det bestemt at alle barnehager og skoler skulle stenges fra kl. 18.00 samme dag til og med torsdag 26. mars 2020. Tiltakene ble vurdert fortløpende, og tirsdag 24. mars ble det besluttet at alle barnehager og skoler skulle være stengt frem til 13. april. Regjeringen vedtok 7. april 2020 en gradvis gjenåpning av barnehager og skoler.

Folkehelseinstituttet og Utdanningsdirektoratet har forståelse for at mange ansatte i barnehager og skoler, samt foresatte, er usikre på hvordan gjenåpning av barnehager og skoler kan være trygt, og hvordan de best kan ivareta smittevernet. Denne veilederen skal gi innsikt i og eksempler på hvordan skoler kan organiseres samtidig som smitteverntiltak blir iverksatt. Denne veilederen gjelder for alle ungdomsskoler og videregående skoler uavhengig av hvilket grunnlag skolen driver etter⁵. For smitteverntiltak knyttet til elever med spesielle behov, viser vi også til tiltak i veileder for barneskole og veileder for barnehage så langt de passer..

2.1 Skolenes samfunnsrolle

Skolene har en avgjørende rolle i sosial og faglig utvikling for ungdom. Det følger av opplæringsloven at ungdom har rett til opplæring⁶. Både FNs 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.

2.2 Om viruset, sykdommen og utbruddet

Sykdommen covid-19 forårsakes av viruset SARS-CoV-2, i dagligtale ofte kalt nytt koronavirus. Viruset kan forårsake luftveisinfeksjon av varierende alvorlighetsgrad. Det smitter hovedsakelig via dråpe- og kontaktsmitte der virus i luftveissekret overføres fra luftveiene til en syk person videre til en annen person. Smitte kan derfor forekomme både når man hoster eller nyser på en annen person, eller dersom man får luftveissekret på gjenstander som andre tar på. Noen kan ha covid-19 uten å merke symptomer. Det er foreløpig uklart hvor stor rolle de spiller i smittespredningen. På det nåværende tidspunkt regner man med at man kan smitte fra 1–2 døgn før man utvikler symptomer, selv om man er mest smittsom når man har symptomer, og da særlig de første dagene. Viruset tåler ikke såpe og vann, heller ikke desinfeksjon med alkohol eller temperaturer over 60°C.

2.3 Barn og ungdoms rolle i utbruddet

Det foreligger flere kunnskapsoversikter om virkningene av skolestenging for å begrense smittespredning, men disse baserer seg på forskning knyttet til influensaepidemier.

⁵ Jf. friskoleloven § 2-1 og voksenopplæringsloven § 17.

⁶ Jf. opplæringsloven §§ 2-1 og 3-1 flg.

Resultatene tyder på at skolestenging kan begrense smittespredning, men det er vanskelig å anslå hvor stor denne virkningen er. Overføringsverdien av disse resultatene til covid-19 pandemien er uvisst, særlig fordi det er uklart om barn og unge spiller en like stor rolle i smittespredningen nå som under influensaepidemier. At ungdommer ikke får gå på skole er et svært inngripende tiltak i deres liv. Nyttene av skolestenging for å begrense smittespredning må derfor veies opp mot dette.

2.4 Risiko for at barn og ungdom blir smittet

Sammenliknet med voksne, er det svært få barn og ungdommer som er registrert som smittet i Norge og verden for øvrig. Per 15.04.2020 var det registrert 6677 laboratoriebekreftede tilfeller i Norge, hvorav 79 i alderen 0 til 9 år (1 %), og 290 i alderen 10 til 19 år (4 %) (www.fhi.no). På Island, der skolene ikke har vært stengt, er et stort utvalg av befolkningen testet for covid-19 i mars 2020, og blant 848 barn under 10 år uten symptomer var det ingen med påvisbar smitte. Islandske ungdommer så derimot ut til å ha høyere forekomst av smitte. Så langt tyder dette på at barn i mindre grad enn voksne blir smittet. Ungdommer blir smittet i større grad enn barn, men fortsatt i mindre grad enn voksne⁷.

2.5 Risiko for at ungdom kan smitte andre

Det er først og fremst personer med symptomer som er smittsomme, og smittsomheten er størst idet symptomene oppstår. For covid-19 er det kunnskap og informasjon fra utbruddet i andre land som tyder på at færre barn blir syke og at barn får mindre symptomer enn voksne, og det kan derfor antas at barn har mindre betydning for smittespredning. Det er større usikkerhet rundt ungdoms rolle i smittespredning.

Det er rapportert mer symptomatisk sykdom blant ungdom enn blant barn, og også noe flere sykehusinnleggelser, selv om risikoen øker særlig først for personer over 65 år. Det må derfor påregnes mer smitte blant ungdom enn blant barn. Noe av dette kan skyldes at ungdom har større kontaktflate og et mer geografisk spredt kontaktnett enn barn. Risiko for økt smittespredning blant ungdom kan imidlertid motvirkes ved at ungdom i større grad enn yngre barn vil klare å forholde seg til og gjennomføre anbefalte smitteverntiltak.

⁷ https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMoa2006100?query=featured_home

3 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. 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.

Formålet med rådene er å forhindre utbrudd av covid-19. De tre grunnpilarene for å bremse smittespredning er:

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.

3.1 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. 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.

3.2 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.

3.3 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). Retningslinjer til forskrift 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). Retningslinjer til forskrift er gitt av Helsedirektoratet.

3.4 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 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 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.

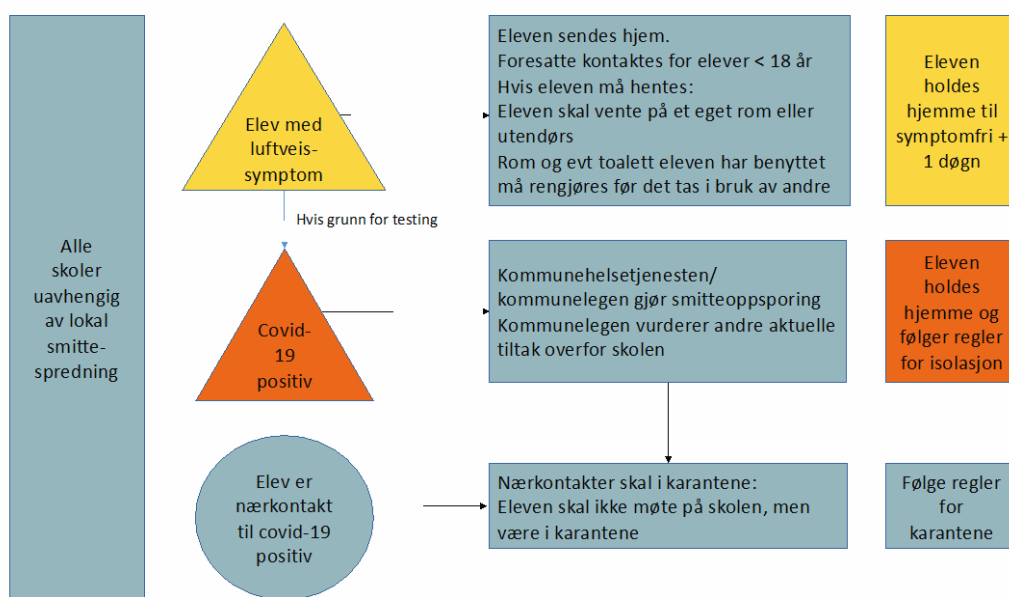
3.5 Hva hvis en i husstanden til en elev/ansatt er syk

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.

3.6 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



3.7 God hygiene

3.7.1 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. 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. Dette 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
- 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:

- Viruset 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 garderobes, ved inngangspartier og ved kantiner).
- Alkoholbasert desinfeksjon er lite effektivt ved synlig skitne hender, da bør håndvask utføres.
- Alkoholbasert desinfeksjon kan være 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.

3.7.2 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 bør 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.
- Sportsutstyr, nettbrett, datamaskiner/tastaturer, nettbrett og annet utstyr som deles og brukes i undervisningen må også vaskes av etter bruk, minimum daglig.
- Tekstiler må vaskes på minimum 60°C.
- Dekketøy og bestikk vaskes i oppvaskmaskin i henhold til gjeldende rutiner.

3.8 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, og det skal ikke arrangeres større fysiske møter og samlinger. Her er det viktig at skoleeiere og skoler bidrar til å finne gode løsninger, 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.

Lærertetthetsnormen for ungdomstrinnet er 20 elever per ansatt⁸, og er et godt utgangspunkt for gruppestørrelser. I videregående skoler er det ikke tilsvarende norm, men det anbefales å begrense størrelser på elevgrupper der det er mulig.

Ungdommer må få informasjon slik at de forstår betydningen av å gjennomføre smitteverntiltakene. Det har større betydning i den eldste aldersgruppen fordi det er særlig utfordrende å unngå blanding av elever i ulike fag. Elever i videregående kan også i større grad ansvarliggjøres for å følge smittevernradene.

Elevene bør i størst mulig grad omgås samme gruppe med elever og ansatte gjennom hele dagen. På denne måten blir det færrest mulig nærkontakter ved bekreftet sykdom hos en elev eller en ansatt.

Spesielt for 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. En kohort kan for eksempel ta utgangspunkt i skolens eksisterende klasseinndeling og for ungdomstrinnet norm for lærertetthet (20 elever per lærer). Kohorter skal i minst mulig

⁸ Jf. forskrift til opplæringsloven § 14A-1.

grad blandes med andre kohorter. Innen en kohort kan elever og ansatte omgås, men oppfordres fortsatt til å holde en meters avstand og unngå unødvendig nærkontakt. På ungdomstrinnet er det en større andel faglærere i undervisningen enn på barnetrinnet, og derfor vil det være mer krevende å innføre strenge kohorter med faste ansatte per elevkohort. Vi vil likevel oppfordre til inndeling av kohorter på ungdomstrinnet slik at elevene i minst mulig grad blandes med andre elever på skolen.

Utforming av lokalet kan være av betydning for hvor mange elever og ansatte som kan være tilstede i samme rom. Gruppestørrelsen må tilpasses romstørrelsen slik at man kan sikre minst en meters avstand mellom elever og ansatte. I tillegg er det mulig å tilrettelegge for økt bruk av uteaktiviteter/undervisning ute.

Fremmøte på ulike tidspunkt kan være et aktuelt tiltak for å redusere antall elever som er på skolen samtidig. Likeledes, for å redusere tetthet mellom elevene mens de er på skolen kan for eksempel undervisning i klasserom, kombineres med undervisning ved hjelp av digitale plattformer, som gjør at elevene kan fordele seg mer utover skolens arealer. Redusert antall elever som er på skolen samtidig og tiltak for å spre elevene mest mulig mens de er på skolen kan også bidra til at det blir lettere å holde avstand elevene imellom.

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

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.
- Forsøk å legge til rette for undervisning i mindre, faste grupper (evt. kohorter). Gruppene kan eventuelt bytte sammensetning ukentlig etter en helg (minst to dager uten kontakt mellom ansatte og elever).
- Ansatte bør komme til klasserommet slik at ikke klassen trenger å bytte rom der det er mulig.
- Ta i bruk større lokaler 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.
- Økt bruk av uteaktiviteter og uteskole.
- Grupper/kohorter kan passere hverandre og være kortvarig i samme område (inntil 15 minutter).

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 små grupper (om lag 5 personer) i friminutt med 1–2 meters avstand.
- Ha ansatte ut 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.
- Skoleturer som innebærer tett ansamling av elever i store grupper og på offentlige transportmidler bør unngås.
- Ved bruk av offentlig transport, bør elevene holde avstand til andre.
- Ved bruk av skoleskyss, bør elevene sitte på annenhver plass i bussen. For eksempel kan det på en buss med fire sitteplasser per rad, sitte to ungdommer per rad med alternerende sitteplass vindu/midtgang. Elevene må holde minst en meters avstand mens de venter på bussen. Hyppig berørte flater i bussen (for eksempel håndtak eller lignende) bør rengjøres daglig.
- Elever må vaske hender når de kommer til skolen og tilbake til hjemmet.

Spesielt for ansatte:

- Holde avstand (minst en meter) til kolleger i møter og pauser.
- Lærere ambulerer 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, datamaskiner/tastaturer må vaskes av etter bruk.
- Være ekstra oppmerksomme på hygiene rundt kjøkken/spiserom.
- Begrense bruk av offentlig transport til og fra arbeidsplassen der det er mulig.
- Dersom det er ansatte som arbeider på flere skoler, må de få opplæring i gjeldende lokale rutiner i hver skole. Vikarer skal unngå å jobbe på ulike skoler samme dag.

- 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:

- Helseyskepleiere har en viktig rolle som rådgivere i det smittevernfaglige arbeidet på skolen. I tillegg er helseyskepleiere viktige samtalepartnere for elever, og for å kunne gi helsemessig og psykososial støtte.
- Samtaler, undersøkelser og behandling av elever kan gjennomføres etter samme retningslinjer som for øvrige helsetjeneste. Se www.fhi.no

3.9 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.
- Dusjing etter kroppsøving anbefales utsatt til elevene har kommet hjem.
- 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 garderober og bassenget unngås.

Musikk

- Unngå at blåseinstrumenter deleses 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.

3.10 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 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 ambulansefag 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/kan_man_spre_koronasmitte_ved_profesjonell_matproduksjon.38073

4 Smitteverntiltak under muntlig, muntlig-praktisk og praktisk eksamen

Ved gjennomføring av muntlig eksamen, gjelder de vanlige smittevern rådene beskrevet under de tre hovedprinsippene at syke elever ikke skal møte, det skal utøves god hygiene og man skal holde avstand. Elever som er syke under eksamen, har rett til utsatt eksamen. Elever som er i isolasjon eller karantene under eksamen, kan ha rett til utsatt eksamen⁹.

Ved eksamen i fag der det kan være aktuelt med eksamensvakter for gjennomføring av praktisk eksamen, skal ikke personer i risikogrupper brukes til dette.

Elever bør ikke vente sammen før og etter avholdt eksamen. De må holde to meters avstand til andre elever, eksaminator og sensor. Gjenstander og materiell som berøres av elevene, må rengjøres mellom hver elev. For fag med bransjestandard skal denne også følges under eksamen. Dersom mulig, unngå eksamen som krever samhandling tettere enn to meter mellom to eller flere kandidater.

For gjennomføring av eksamen i yrkesfag vises det til smittevern råd for yrkesfag beskrevet over.

⁹ Jf. forskrift til opplæringsloven § 3-35

5 Spesielt for videregående skoler der elevene bor på internat

Internater der elever bor og lever tett på hverandre, kan være spesielt utsatt for smittespredning. 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. Kommunelegen 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.

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

6.1 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 beste¹⁰. 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

¹⁰ Jf. barnekonvensjonen art. 3

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: <https://www.legeforeningen.no/foreningsledd/fagmed/norsk-barnelegeforening/veiledere/informasjon-veiledere-og-prosedyrer-for-barn-og-covid-19/>. 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).

6.2 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 hjertekarsykdom (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: <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/risikogrupper/?term=&h=1>

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. Folkehelseinstituttet anbefaler at gravide kvinner som har kronisk sykdom eller svangerskapskomplikasjoner 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 tilrettelegging 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 beste¹¹ tillegges stor vekt.

¹¹ Jf. barnekonvensjonen art. 3

7 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/>

7.1 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 to meters avstand mellom ansatte og elev/foresatte
- Ved behov for tolk eller lignende, må disse også holde avstand til de andre

8 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 smitteverntiltak¹².

Tiltak	Utført dato	Merknad
Skoleeiers overordnede ansvar		
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 elever 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		
Sikre at det er nok såpe og tørkepapir tilgjengelig ved alle håndvaskstasjoner og toaletter		
Opplæring av elevene og ansatte 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		
Planlegge for aktiviteter ute, herunder ulike tider for ulike grupper		
Legg til rette for kombinasjon for digital undervisning og fysisk oppmøte		
Vurdere bruk av rom i forhold til 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		

¹² Jf. forskrift 27. mars 2020 nr. 470 om smitteverntiltak mv. ved koronautbruddet

Tiltak	Utført dato	Merknad
Plan for å redusere trengsel i garderober, 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		
Planlegge for aktiviteter ute/uteskole		
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		
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 sportsutstyr, nettbrett og lignende.		
For ansatte		
Begrense fysiske møter, eventuelt tilrettelegge for videokonferanse		
Holde avstand i pauser		
Etablere rutiner for vask av felles nettbrett, datamaskiner/tastaturer		
Begrense bruk av offentlig transport		

9 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

