

# Aktuelt om Arbejdsmiljø nr. 3 – april 2020

---

## *Forholdsregler vedr. Corona og genåbning af skolerne*

Som arbejdsmiljørepræsentant har du en særlig funktion, hvor du skal bidrage til at forklare sikkerhed og forebyggelse i forhold til corona-smitte. Mange arbejdsforhold har været ændret på grund af corona-virus. Det har sandsynligvis givet dig ekstra travlt i denne periode. Mange tak for din indsats indtil videre.

### **Genåbning af skolerne fra 0.-5. klassetrin i fuld gang**

På pressemødet 6. april åbnede statsministeren for, at skolerne fra 15. april kan påbegynde en delvis genoplukning af skolerne for elever på 0.-5. klassetrin. Mange af jer har allerede haft første arbejdsdag, men det er vigtigt at understrege, at det udelukkende er, når skolerne er klar og kan leve op til [Sundhedsstyrelsens retningslinjer](#) blandt andet med 2 meters afstand mellem bordene i et klasseværelse samt hyppigere rengøring, at der kan åbnes. Derfor er det ikke forventeligt, at alle skoler er åbnet endnu og det må ikke forceres, hvis ikke sundhedsmyndighedernes retningslinjer kan overholdes.

Der bliver arbejdet på højtryk på skolerne med genåbningen, og nogle af jer har allerede gjort jer de første erfaringer med, hvordan de nye tiltag virker. Når I er tilbage på arbejdet, vil der nok igen opstå spørgsmål om risikoen for smitte fra dine kolleger. Derfor har vi her skrevet nogle gode råd om forebyggelse i et arbejdsmiljøperspektiv, som kan bidrage til, at du og dine kolleger kan føle jer klar til den nye opgave, I står over for.

Det er dog vigtigt at sige, at der ikke er svar på alle spørgsmål endnu, og Sundhedsstyrelsen (SST) opdaterer løbende deres [hjemmeside](#) med spørgsmål og svar, hvor I kan hente hjælp.

### **Forebyggelse mod smitte på arbejdspladsen**

Når I er retur på arbejdspladsen, er der især grund til at fokusere på håndhygiejnen og på arbejdsopgaver, der kan betyde kontakt med biologisk smitte.

I udgangspunktet anbefales det først og fremmest at følge sundhedsmyndighedernes generelle anbefalinger. Herudover bør I foretage risikovurdering i forhold til de fysiske rammer og personalet og sikre, at de nødvendige værnemidler er til stede; som minimum i form af håndsprit og handsker.

- De fysiske rammer handler om at sørge for god plads og benytte enhver mulighed for at være udendørs og så vidt muligt holde fysisk afstand mellem børn og medarbejdere. Og naturligvis hyppig rengøring af klasserum og toiletfaciliteter.
- Kompetencer handler om at finde den rette pædagogik for at få elever til at forstå, at man skal holde afstand, og at man f.eks. ikke kan kramme samt 'tricks' til at undgå det. Sundhedsstyrelsen anbefaler, at man holder igen med kram og håndtryk. Men børn har brug for omsorg – særligt når de er kede af det – og den situation må selvfølgelig håndteres, men ellers må anbefalingen være, at man afholder sig fra unødigt fysisk kontakt.
- Herudover er der behov for værnemidler som håndsprit og handsker. Der skal også være håndsprit og vådservietter tilgængelig for de ansatte, når de underviser udendørs.

Her kan du læse [Sundhedsstyrelsens anbefalinger til skoler](#) og printe plakater ud til ophængning.

## Forebyggelse og risikogrupper

I forhold til de ansatte på skolen bør I overveje, om der er nogle på arbejdspladsen, som tilhører en særlig risikogruppe defineret af Sundhedsstyrelsen som gravide, ansatte med kroniske lidelser og ældre – læs nærmere [her](#).

Er man i tvivl om, hvorvidt man er i særlig risikogruppe, kontakt da egen læge. Det er en konkret, individuel vurdering fra lægen, der afgør, om lærere i risikogruppen eller med hjemmeboende familiemedlemmer i risikogruppen skal møde fysisk op på skolen.

## Risikovurdering

Vi anbefaler, at du som AMR sammen med TR og skolens ledelse får overblik over, hvem på arbejdspladsen der er i særlig risikogruppe, så arbejdet kan tilrettelægges herefter. Du kan læse mere om arbejdsgivers ansvar på arbejdstilsynets hjemmeside om [risikovurdering](#).

Eksempler på forhold, som arbejdsmiljøgruppen kan risikovurdere:

- Hvordan kan eleverne opdeles, så de sidder med større afstand i klasserne?
- Hvordan kan man sørge for, at samme elev bruger samme bord og stol hver dag - eller hvis der undervises i formiddags- og eftermiddagshold, at der rengøres imellem holdene?
- Hvis specialklasser deles ud i flere lokaler, er det så fortsat muligt, at der er flere ansatte i nærheden, hvis der bliver behov for hjælp – eksempelvis hvis eleverne er udadreagerende? Kan der til f.eks. autister udvikles piktogrammer, der viser, hvordan og hvornår man skal vaske hænder.
- Kan der være særlige værnemidler til gengængelig, hvis der er risiko for, at situationer med fastholdelse af elever finder sted, hvor eleverne spytter, sparker og slår? Eksempelvis handsker og maske?
- Hvor tæt sidder man i forberedelseslokalet/på kontorarbejdspladser – kan der overholdes 2 meters afstand, eller skal der forberedes hjemme? Møder bør ifølge SST's vejledning foregå virtuelt, over telefon eller udenfor.
- Udendørsarealer bør i højere grad anvendes til undervisning – kan I zoneinddele skolens arealer, så I ikke samles for mange de samme steder?
- Hvordan skal frikvarteret foregå, så der er mest muligt plads, og aktiviteter med afstand tilskyndes? Eleverne bør efter anbefalingerne fra SST lege i mindre grupper og helst med de samme. Skal der være forskudte pauser for eleverne?
- Er der andre opgaver på skolen, som personer i risikogruppen med forhøjet smitterisiko kan løse i perioden – f.eks. opgaver som ikke kræver elevkontakt på bibliotek/PLC, skolens kontor eller lignende?
- Er der lærere i den særlige risikogruppe, som fortsat ikke bør være på arbejdspladsen, og hvordan sikres deres tilknytning fortsat? Kan de undervise hjemmefra?
- Hvordan kan der foretages ændringer i den daglige rengøring? Tal med rengøringen om, at der er håndsprit til rådighed i alle lokaler. Ifølge SST skal alle håndtag sprittes af mindst 2 gange dagligt, og bordoverflader aftørres, når nye personer benytter dem. Ligeledes skal IT-udstyr som tastaturer, iPads mv. afsprittes mellem hvert brug.
- Toiletfaciliteter skal rengøres mindst 2 gange dagligt iflg. SST.
- Hvordan kan skolebestyrelsen inddrages? Overvej, om der kan udsendes en fælles skrivelse til forældrene om forholdsregler og forventningsafstemning, så syge børn ikke sendes i skole, og der er forståelse for vigtigheden af at vaske hænder, spritte af og holde afstand. Der er klare retningslinjer i vejledningen fra SST om, hvordan man forholder sig til elever, der udviser symptomer på sygdom – de skal sendes hjem og blive hjemme, til de er raske - indtil 48 timer efter symptomophør. Dette gælder også for ansatte.

Listen er ikke udtømmende men er eksempler på overvejelser, som arbejdsmiljøgruppe/TRIO og MED kan drøfte og handle på. Bemærk, at det vil være godt, hvis en repræsentant fra rengøringen deltager i et

møde, uanset om det er udliciteret område, eller rengøringen er ansat på skolen. Dialogen skal medføre en justering af rengøringsplanerne, så der bliver et endnu større fokus på at rengøre overflader, håndtag m.m. for at forebygge smitte.

Når der er overblik over alle tænkelige scenarier, aftales deres forebyggelse. Det hele skrives i en beredskabsplan, som alle ansatte har kendskab til og får gennemgået.

### Dagligdagen

I forhold til dagligdagen og god hygiejne er følgende emner væsentlige at forholde sig til:

- **Håndvask og håndsprit:** Tal om smitte med eleverne. Instruer i brug af sprit og sørg for hyppig brug af sprit og vask hænder med vand og flydende sæbe.
- **Brug værnemidler.** Brug handsker, hvis du f.eks. skal tørre næse på de små elever eller hjælpe ved tilskadekomst.
- **Rengøring.** Sørg for ekstra god rengøring både af lokaler og toiletter. Rengøring minimerer smitterisici. Sprit hyppigt af på håndtag, borde og andre overflader, og tør bøger, iPads, computere mv. af efter brug.

Risiko for at blive smittet med coronavirus er en ekstraordinær situation. Arbejdsmiljøloven skal naturligvis stadig følges, og det er som altid arbejdsgivers ansvar at sikre, at alle medarbejdere er instrueret i at udføre deres arbejdsopgaver sikkerheds- og sundhedsmæssigt fuldt forsvarligt. Derudover skal de nødvendige værnemidler stilles til rådighed; som minimum handsker, håndsprit og vådservietter. Og bliver man sat til at udføre andre opgaver end dem, man er ansat til, skal man instrueres grundigt.

Vi anbefaler, at du holder dig opdateret på [Sundhedsstyrelsens](#) hjemmeside om nyt om situationen.

### Håndter usikkerhed og bekymring

Det kan give usikkerhed, utryghed og bekymring at være på arbejde i den ekstraordinære situation. Det er naturligvis vigtigt at efterleve retningslinjerne, men samtidig er det lige så vigtigt, at I på arbejdspladsen er åbne om det, der bekymrer jer. Pia Ryom, Ledende arbejdspsykolog ved arbejds- og miljømedicinsk afdeling på Aalborg Universitetshospital, har udarbejdet [5 gode råd til](#), hvordan I kan håndtere den usikkerhed og bekymring, der kan være.

### Undgå smitte



### Korrekt brug af håndsprit





# Vejledning for gradvis, kontrolleret genåbning af skoler og fritidsordninger



Forebyggelse af smitte med COVID-19

Version 4.0, 16. april 2020

# Indholdsfortegnelse

<b>Introduktion</b> .....	<b>3</b>
<b>1. Baggrund</b> .....	<b>4</b>
<b>2. Tegn på sygdom</b> .....	<b>5</b>
2.1. Hvornår må ansatte og elever komme i skole? .....	5
2.2. Hvornår er man syg? .....	5
2.3. Ved sygdom opstået i skolen .....	6
2.4. Hvis en i husholdningen er påvist med COVID-19.....	6
2.5. Risiko for smitte ved borgere uden symptomer på COVID-19.....	6
<b>3. Særlige risikogrupper</b> .....	<b>7</b>
<b>4. Forebyggelse af sygdom</b> .....	<b>10</b>
4.1. Håndvask/håndsprit .....	10
4.2. Hold afstand til hinanden .....	10
4.3. Rengøring og tøjvask.....	11
<b>5. Konkrete tiltag</b> .....	<b>12</b>
5.1. Konkrete tiltag til at forebygge smittespredning.....	12

# Introduktion

Formålet med denne vejledning er at begrænse udbredelsen af smitte med COVID-19 i skoler og fritidsordninger.

Vejledningen er udarbejdet med henblik på den gradvise kontrollerede genåbning af skoler. Målgruppen for denne vejledning er ledelser på skoler. Andre retningslinjer med skærpede forholdsregler, der relateres til COVID-19 epidemien, er fortsat gældende, fx retningslinje for legeaftaler og på legepladser samt for ophold i det offentlige rum.

Der stilles krav til, at skoler, som genåbner, iværksætter særligt skærpede forholdsregler for fortsat at forebygge smittespredning af COVID-19. Forudsætningen for, at sygdommen kan undgås i videst muligt omfang er særligt skærpede hygiejnetiltag, samt at personale, forældre og børn bliver hjemme til 48 timer efter symptomophør, når de er syge med symptomer, som giver mistanke om COVID-19, og opretholder streng selv-isolation som anbefalet af sundhedsmyndighederne – også ved milde symptomer.

Vejledningen knytter sig til bekendtgørelse nr. 405 af 9. april 2020.

Denne vejledning beskriver baggrunden for forholdsreglerne, tegn på sygdom, forebyggelse af sygdom, information specielt til særlig risiko samt hvilke krav der er til de enkelte typer af institutioner og hvilke opgaver der på den baggrund skal løses i den enkelte institution.

På Sundhedsstyrelsens hjemmeside om COVID-19 [www.sst.dk/corona](http://www.sst.dk/corona) kan der læses mere og findes supplerende materiale rettet mod institutioner, som genåbner efter nedlukning.

Yderligere henvises der til eksisterende anbefalinger fra Sundhedsstyrelsen<sup>1</sup>:

- Smitsomme sygdomme hos børn og unge, Sundhedsstyrelsen, 2013
- Håndbog om hygiejne og miljø i dagtilbud, Sundhedsstyrelsen, 2019
- Forebyggelsespakke om hygiejne, Sundhedsstyrelsen, 2018

Sundhedsstyrelsen udarbejder ligeledes informationsmateriale med specifikke forholdsregler i relation til COVID-19 til familier med børn i skoler, som kan findes på [www.sst.dk/corona](http://www.sst.dk/corona) og som i forbindelse med genåbning sendes ud til alle forældre via e-boks.

<sup>1</sup> <https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2019/Hygiejne-i-daginstitutioner>

# 1. Baggrund

COVID-19 forårsages af SARS-CoV-2, i daglig tale ny coronavirus. COVID-19 er en ny sygdom hos mennesker, der første gang blev påvist i den kinesiske millionby Wuhan i december 2019, og siden har der været en hurtig global spredning. WHO erklærede den 11. marts 2020 en pandemi. Siden mandag den 16. marts 2020 har alle offentlige institutioner som daginstitutioner, dagplejer, skoler m.v. været lukkede for at begrænse smittespredning i det danske samfund (med undtagelse af institutioner/skoler, som har været åbne, fx for at sikre nødpasning).

Skoler vil fra den 15. april 2020 igen gradvist kunne åbne, under forudsætning af en række særligt skærpede forholdsregler.

For at begrænse smitte under en kontrolleret genåbning af skoler, kan en række tiltag iværksættes. Det, der virker bedst, er at alle personer der færdes i skoler foretager grundig håndvask med vand og flydende sæbe, evt. med efterfølgende brug af håndsprit flere gange dagligt. Derudover påvirker anden personlig adfærd smitterisikoen.

SARS-CoV-2 smitter ved dråbesmitte og kontaktsmitte (det vil sige at overførsel af smitstof fra næse og mund via hænder og genstande man rører ved, fx via håndtryk og overflader m.v.). Man ved endnu ikke, hvor længe SARS-CoV-2 kan overleve på overflader, men for praktiske formål regnes med en overlevelse på 48 timer, som dog kan være længere afhængig af forureningsgrad (hvor meget virus der på det pågældende område).

## 2. Tegn på sygdom

Nogle mennesker, især yngre, kan have COVID-19 uden at udvikle symptomer. På nuværende tidspunkt vurderes det, at man kan smitte 48 timer før symptomdebut. Derfor skal personer, der ikke har tegn på sygdom, også følge de generelle forholdsregler for at forebygge smitte.

Hvis du har milde symptomer på både øvre luftvejsinfektion eller svær nedre luftvejsinfektion, det kan fx være hoste, feber, ondt i halsen, muskelsmerter eller vejrtrækningsbesvær, skal du mistænke COVID-19.

For de, der udvikler symptomer, er det karakteristisk, at man til at begynde med har milde symptomer som ondt i halsen og, muskelsmerter og evt. tør hoste. I dette stadium har man ofte let eller ingen feber.

Andre typiske symptomer er feber og hovedpine. Ved forløb med forværring kan der tilkomme åndenød, herunder hurtig vejrtrækning.

Stoppet næse eller løbenæse - uden andre symptomer - er ikke typisk for COVID-19, dvs. det er mindre sandsynligt, at symptomerne skyldes COVID-19.

### 2.1. Hvornår må ansatte og elever komme i skole?

Ansatte og elever må komme i skole når de ikke har symptomer på sygdom. Det betyder, at hvis man har symptomer på sygdom, skal man blive hjemme, indtil man er rask. Regeringen har truffet beslutning om, at børn der bor i husholdning med en person påvist med COVID-19 ikke skal komme i skole.

I forhold til COVID-19 betragtes man som rask, når der er gået 48 timer, efter symptomerne er ophørt. Herefter må man komme i skole igen.

### 2.2. Hvornår er man syg?

Man vurderes som syg når der er symptomer på sygdom, også ved milde symptomer på sygdom. Det betyder, at man ved symptomer på sygdom skal blive hjemme fra arbejde eller skole.



### 2.3. Ved sygdom opstået i skolen

Hvis en elev eller en ansat får symptomer på sygdom, mens de er i skole, skal de hurtigst muligt tage hjem og blive der, indtil 48 timer efter de har haft sidste symptomer.

Hvis en person, der har været i skole, konstateres smittet med COVID-19, skal den pågældende skole informeres om det, med henblik på at de personer, den pågældende har været i nær kontakt med, informeres. Dette kan gøres ved et fælles opslag på et Aula eller lign.

Nære kontakter skal efterfølgende være særligt opmærksomme på sygdomstegn og i endnu højere grad følge de generelle råd om god hygiejne, men de må som udgangspunkt gerne må møde op i skolen. Skolens ledelse anbefales samtidig at gøre de berørte elever, forældre og lærere, der har været en nær kontakt til den smittede opmærksom på Sundhedsstyrelsens materiale til nære kontakter.

### 2.4. Hvis en i hustranden er påvist med COVID-19

Det anbefales, at personer med påvist COVID-19 i så høj grad som muligt isolerer sig i hjemmet væk fra andre i hustranden og ikke har fysisk kontakt med personer i hjemmet, jf. generelle råd til dig, der har tegn på sygdom<sup>2</sup>.

Ansatte, der bor i hustrand med en person der er påvist med COVID-19 skal være særligt opmærksomme på at efterleve Sundhedsstyrelsens anbefalinger for adfærd, herunder at personen med COVID-19 er isoleret fra andre i hustranden, samt være særligt opmærksom på symptomer på sygdom og blive hjemme, hvis man får symptomer. Personer, der forlader hustranden, skal vaske hænder lige inden hjemmet forlades.

Regeringen har ud fra et forsigtighedsprincip truffet den beslutning, at elever, der bor i hustrand med en person, der er påvist med COVID-19, ikke skal komme i skole.

### 2.5. Risiko for smitte ved borgere uden symptomer på COVID-19

Nogle mennesker, især yngre, kan have COVID-19 uden at udvikle symptomer. På nuværende tidspunkt vurderes det, at man kan smitte 48 timer før symptomdebut. Derfor skal personer, der ikke har tegn på sygdom, også følge de generelle forholdsregler for at forebygge smitte. Det antages, at størstedelen af smitte sker fra personer med symptomer.

<sup>2</sup> [https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Pjece-Til-dig\\_-der-har-tegn-paa-sygdom](https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Pjece-Til-dig_-der-har-tegn-paa-sygdom)

Hvis der forekommer smitte fra personer uden symptomer sker det ikke ved hoste/nys. men ved at der overføres smitstof fra næse og mund via hænder til genstande og overflader, der berøres af andre, der smittes ved ligeledes at røre ved næse/mund Hyppig håndvask med vand og flydende sæbe, rengøring (særligt af kontaktpunkter, som fx håndtag) og afstand er derfor de vigtigste elementer i at hindre smittespredning.

### 3. Særlige risikogrupper

Nogle grupper er særligt udsatte for at blive alvorligt syge, hvis de smittes med ny coronavirus/COVID-19. Det gælder:

- **Ældre over 65 år (især over 80 år)**
- **Personer med følgende kroniske sygdomme:**
  - Hjertekarsygdom (gælder ikke velbehandlet forhøjet blodtryk)
  - Lungesygdom (gælder ikke mild og velbehandlet astma)
  - Kronisk nyresygdom med nedsat nyrefunktion
  - Kronisk leversygdom
  - Diabetes type 1 og 2, især hvis man har følgevirkninger
  - Muskelsygdomme og neuromuskulære sygdomme, hvor man har nedsat hostekraft eller svært ved at komme af slim fra luftvejene
  - Svær overvægt med BMI over 35-40 afhængig af, om man har andre risikofaktorer også
  - Særlige blodsygdomme, hvor der vurderes at være øget risiko for komplikationer
- **Personer med nedsat immunforsvar som følge af:**
  - Blodsygdomme
  - Organtransplantation
  - Immunhæmmende behandling, herunder kemoterapi eller strålebehandling som led i behandling af kræft
  - HIV-infektion med svær påvirkning af immunsystemet
- **Børn med kronisk sygdom (som ovenfor) eller som har følgetilstande efter at være født for tidligt**
- **Gravide og kvinder op til to uger efter fødsel (ud fra et forsigtighedsprincip)**

Hvis man er i en risikogruppe skal man generelt være opmærksom på at sikre god håndhygiejne, undlade at give hånd, sikre afstand og have fokus på rengøring. Man behøver ikke at blive ompliceret eller at arbejde hjemmefra. Det skyldes, at smitterisikoen ikke vurderes at være større i skoler end den er i den omgivende samfund. Elever i risikogruppe kan ligeledes gå i skole, men der skal være særlig opmærksomhed på at de skærpede forholdsregler efterleves af dem.

I de særlige tilfælde, hvor der pga. særlige forhold kan være behov for omplacering eller hjemmearbejde, anbefales ledelsen på den enkelte skole at tage en dialog med forældre eller den enkelte medarbejder mhp. at lave en konkret og individuel vurdering for elever og medarbejdere, der tilhører en særlig risikogruppe.

Det vil altid være en konkret individuel vurdering, om en elev i en given situation skal blive hjemme. Børnelægerne i Dansk Pædiatrisk Selskab har lavet en beskrivelse, som kan findes [her](#). Den forklarer, hvilke børn, der er i risikogruppe. Disse børn vil i udgangspunktet alle være i et specialiseret forløb på en børneafdeling, og det vil i de tilfælde være børnelægen, der skal vurdere, om der skal træffes særlige foranstaltninger.

Det gælder for de børn, der allerede inden skolen lukkede var hjemme på grund af sundhedsforhold, heller ikke skal møde i skole, når de åbner igen. Børnelægerne beskriver også, at børn, der er i behandling for en række sygdomme, heller ikke skal møde i skole.

Hvis man er utryk ved at sende sit barn i skole, kan man tage en snak med barnets læge (børnelægen for de børn, der har et forløb på en børneafdeling), fx hvis man er i tvivl om ens barn tilhører en risikogruppe, som ikke skal gå i skole, eller om barnet er i et behandlingsforløb, hvor det anbefales at blive hjemme fra skole.

I den konkrete og individuelle vurdering for medarbejdere skal bl.a. inddrages hvilke muligheder, der er for omplacering til arbejdsforhold uden fysisk kontakt med andre, samt medarbejderens egen trygheds- og risikovurdering ved den vanlige arbejdsopgave/-funktion. Eventuelt begrænsede muligheder for at omplacere medarbejderen skal løses lokalt. Det er Sundhedsstyrelsens vurdering, at det vil være ganske få ansatte i risikogruppen, som ikke skal møde på arbejde. For eksempel vil velbehandlet diabetes, en konkret og individuel vurdering, ikke være en hindring for at udføre sit arbejde på en skole ligesom pårørende til personer i risikogruppen ikke skal sygemeldes eller have særlige hensyn.

Eventuelt begrænsede muligheder for at omplacere medarbejderen skal løses lokalt. De konkrete forhold på arbejdspladsen, herunder muligheden for at opretholde god håndhygiejne og afstand til andre, skal vurderes i dialog mellem personen i risikogruppen og lederen i skolen.

Bor man i husstand med en person, der er i særlig risiko, kan man efter en konkret og individuel vurdering som udgangspunkt godt komme på arbejde eller i skole. Efter en konkret og individuel vurdering, kan der være særlige forhold som fx igangværende kemoterapibehandling, der kan betyde, at der skal tages særlige hensyn.

Det anbefales, at ledelsen på den pågældende skole iværksætter fortsat onlineundervisning af elever, der ikke kan komme i skole. Hjemsendt personale kan arbejde hjemmefra.



## 4. Forebyggelse af sygdom

COVID-19 kan forebygges ved at tage en række forholdsregler. I dette afsnit beskrives de overordnede generelle råd til forebyggelse af smitte.

### 4.1. Håndvask/håndsprit

Håndvask med vand og flydende sæbe er en effektiv måde at forebygge smitte. Det skyldes, at håndvask med vand og flydende sæbe medfører, at snavs og bakterier løsnes og fjernes fra huden, hvilket fremmes af den mekaniske bearbejdelse der sker, når man vasker hænder samt skylning med vand.

Korrekt udført håndvask tager ca. 45-60 sekunder. Sundhedsstyrelsen har udgivet flere film og vejledninger, som illustrerer korrekt håndvask<sup>3</sup>.

#### Alternativer til håndvask

##### *Vådservietter*

Er man ikke i nærheden af vand og flydende sæbe, fx når man er på tur, kan der bruges hudvenlige vådservietter. Det anbefales, at man hurtigst muligt herefter udfører håndvask med vand og flydende sæbe.

##### *Håndsprit*

Virus er følsom over for desinfektion med alkohol (ethanolbaseret alkohol 70-85 % v/v tilsat glycerol 1-3 % er den anbefalede), hvorfor der kan anvendes håndsprit til at forebygge smitte. Ved påføring af desinfektionsmiddel som håndsprit dræbes mikroorganismerne.

Brug af håndsprit forebygger kun smitte, hvis hænderne er synligt rene og tørre.

Det vurderes, at håndsprit er virksomt over for SARS-CoV-2, hvis produktet lever op til krav formuleret i EN 14476.

### 4.2. Hold afstand til hinanden

Smitte med SARS-CoV-2 sker primært ved kontaktsmitte og overføres af smitstof via hænder og berørte genstande, men kan ved symptomer som hoste og nys ske via dråber, der kan sætte sig på overflader og genstande, der derefter berøres af andre. Ved host og nys falder dråber hurtigt til jorden og vil typisk ikke bevæge sig længere væk fra

<sup>3</sup> [https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/film\\_vask\\_haender](https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/film_vask_haender)

udgangspunktet end to meter. Derfor anbefales det, at der generelt holdes en afstand på to meter fra hinanden, for at forebygge smitte.

Der stilles ikke krav til det maksimale antal af personer, der må være samlet på skolen. Der er imidlertid et krav om, at borde og stole arrangeres så eleverne har en afstand på to meter mellem hinanden, for at forebygge smitte, mens eleverne sidder i længere tid ved siden af hinanden.

Mulighederne for indretning af lokalet er derfor afgørende for, hvor mange personer, der må være tilstede. Det kan være nødvendigt at dele eleverne op i mindre grupper, eller at dagen tilrettelægges, så eleverne opholder sig tidsmæssigt forskudt i skolen for at sikre den nødvendige afstand.

Ved legeaftaler uden for skolen anbefales, at der leges med så få børn som muligt og med børn fra den klasse som barnet i forvejen er sammen.

### **4.3. Rengøring og tøjvask**

Rengøring med vand og sæbe medfører, at snavs og mikroorganismer løsnes og fjernes fra overflader. Herved kan reduceres forekomsten af mikroorganismer og dermed nedsætte også risiko for smitte ved berøring af overflader.

Fordi virus kan overleve på overflader, er der et stort behov for hyppigt at få rengjort de overflader, som hænder hyppigt har kontakt med (såkaldte kontaktpunkter). Det omfatter blandt andet legetøj, håndtag, gelændre, trykknapper og armaturer på toiletter, pc-tastaturer og arbejdsborde.

Rengøring kan suppleres med desinfektion af kontaktpunkter, men det forudsætter rengøring førend brug af desinfektion.

Tøj kan blive forurenet ved færden i det offentlige rum. Smitterisiko via tekstiler betragtes generelt som værende begrænset.

## 5. Konkrete tiltag

Nedenfor følger en række konkrete tiltag for genåbning af skoler og fritidsordninger.

Det påhviler ledelsen at sikre følgende:

- At der udarbejdes instrukser for hygiejne og adfærd (der skal tages udgangspunkt i nedenstående punkter i afsnit 5.1).
- At ansatte og elever oplæres i håndvask med vand og flydende sæbe, hvornår der evt. benyttes håndsprit
- At der informeres om, hvornår der skal foretages håndvask, hostetikette, undgåelse af tæt kontakt og øvrige hygiejneanbefalinger.
- At sikre faste rutiner for håndvask.
- At der på institutionens arealer, fx ved indgangen og øvrige relevante steder hvor børn, forældre og ansatte færdes, opsættes information/plakater fra Sundhedsstyrelsen om smitteforebyggende tiltag.
- At der i institutionen foreligger en instruks for håndtering af personale og børn med symptomer, der kunne være forenelige med COVID-19 (der skal tages udgangspunkt punkt 2).
- At ansatte og forældre har kendskab til de skærpede krav for håndtering af sygdom.
- At sikre, at nære kontakter til eventuelt syge modtager information om forholdsregler i tilfælde af sygdom (hertil kan bruges Sundhedsstyrelsens materiale).
- Håndtering af personale i særlig risiko (ældre over 65 år, personer med kronisk sygdom eller nedsat immunforsvar og gravide, jf. punkt 3).

Sundhedsstyrelsen vil udarbejde en instruks til hhv. ledelsen og pædagogisk personale, der kan findes på Sundhedsstyrelsens hjemmeside.

### 5.1. Konkrete tiltag til at forebygge smittespredning

#### Håndhygiejne

For at sikre god håndhygiejne skal alle:

- ansatte, elever og ledsagende voksne, vaske hænder med vand og flydende sæbe når de kommer ind på skolen
- vaske hænder når hænderne er synligt snavsede.
- vaske hænder i faste intervaller fx i hvert frikvarter (som minimum hver anden time).
- vaske hænder efter toiletbesøg, før og efter spisning, efter næsepudsning og efter host/nys i hænder eller engangslommetørklæde.

- ansatte skal vaske hænder med vand og flydende sæbe eller bruge håndsprit, hvis de går fra undervisning af én klasse til en anden.
- ansatte skal hjælpe de mindste elever med at vaske hænder
- kun anvende engangsmaterialer som papirservietter, vaskeklude, forklæder m.v.
- anvende spritservietter eller hudvenlige vådservietter når man ikke er i nærheden af vand og sæbe, fx på ture. Der skal vaskes hænder med vand og flydende sæbe hurtigst muligt herefter.

#### Aflevere/afhente elever

- Det skal sikres, at forældre eller ledsagende voksne ikke samler sig ved indgangene til skolen. Dette kan gøres ved at elever afleveres i intervaller.
- Hvis muligt skal elever afleveres ved indgangen til skolen.
- Generelt skal fysisk kontakt, tæt og langvarig kontakt, håndtryk, kram, mv., undgås med personer som du ikke bor i husholdning med.

#### Rengøring

- Hvis der i nogle klasser eller udenfor er legetøj, skal dette vaskes flere gange dagligt. Legetøj som ikke kan vaskes må ikke anvendes indtil COVID-19 epidemien er overstået.
- Tablets skal gerne aftørres flere gange dagligt og mellem brug. Hvis muligt undgå at børnene deler tablets ellers sikre at kun få børn deler den samme tablet. Der skal anvendes spritservietter til dette. Der skal vaskes hænder før og efter brug
- Tastatur og mus ved computer skal rengøres dagligt med engangsklud tilsat rengøringsmiddel. Der skal vaskes hænder før og efter brug af mus og tastatur.
- Borde og kontaktpunkter rengøres (med almindelige rengøringsmidler eller egnet rengøringsmiddel) og desinficeres med desinfektionsserviet/spritserviet mindst to gange dagligt, som fx vandhaner, toiletknapper, toiletsæder, bordoverflader, dørhåndtag, køleskabslåge/håndtag, gelændere, armlæn, lyskontakter m.v.
- Toiletter skal rengøres mindst to gange dagligt.
- Toiletsæder skal rengøres og desinficeres med alkoholbaserede desinfektionsmidler (70-85 % alkohol) mindst to gange dagligt.
- Skraldespande i klasselokaler og på toiletter skal tømmes inden de er helt fyldte og mindst en gang dagligt.

#### Afstand mellem hinanden

- Elever skal placeres ved borde, så der er to meter i mellem eleverne. Det kan være nødvendigt at dele eleverne op i grupper og fordele dem i flere klasselokaler for at sikre den nødvendige afstand.
- Ved aktiviteter der kan foregå udendørs anbefales dette.
- Frikvarterer kan indrettes forskudt således, at mange elever ikke holder frikvarter på samme tid.
- Det anbefales, at flere voksne er tilstede udenfor, for at sikre, at elever holder afstand og undgår fysisk kontakt.
- Der skal leges i mindre grupper på fx fem elever uden for og to-tre elever inden for og kun inden for samme klasse.



- Offentlig transport skal undgås ved eventuelle ture væk fra skolen.
- Elever skal opfordres til kun at færdes i de samme mindre grupper både i og uden for skoletiden.

### Mad og kantiner

- Alle skal
  - vaske hænder grundigt før og efter der anrettes, tilberedes og spises mad.
  - være særlig opmærksomme på hygiejne ved tilberedning og anretning af mad.
  - sidde med god afstand til hinanden når de spiser.
- Vask af bestik og service skal ske i opvaskemaskine umiddelbart efter brug. Alternativt kan der bruges engangsservice.
- Der må ikke deles mad mellem hinanden.
- Alt mad skal portionsanrettet. Der må ikke være buffet.

### Indretning

- Større forsamlinger skal undgås – fx morgensang og andet hvor klasser er samlet.
- Det anbefales, at der tidsinddeles mellem klasser i forhold til ankomst, frokost og frikvarterer, således at mange ikke er samlet på samme tid.
- Lærere skal komme til eleverne i klasserne – elever skal ikke skifte klasselokale.
- Ved møder mellem ansatte skal dette så vidt muligt ske udendørs, via video/telefon eller med god afstand til hinanden.
- Der skal sikres let adgang til håndvask med vand, flydende sæbe og engangshåndklæder. Hvis der ikke er adgang til håndvask i læreværelser, kan der opsættes dispensere til hånddesinfektion, iht. gældende aftaler med Brandtilsyn, sikkerhed ift. børn mv.

### Undervisning

- Skoledagen tilrettelægges således at undervisningen foregår udendørs når det er muligt. Undervisningen kan foregå indendørs fx hvis vejret ikke tillader udendørs undervisning eller ved manglende udendørsfaciliteter på skolen.
- Specifikke fag skal gennemføres væsentlig anderledes end før, fx madkundskab med fokus på ernæring i stedet for konkret madlavning.
- Idrætstimer skal foregå udendørs og planlægges uden kontaktsport.
- Det kan være nødvendigt at fag, hvor ovenstående forholdsregler ikke kan oprettholdes, aflyses og der undervises i andre fag i stedet.

### SFO/fritidsordning

- SFO og fritidsordning skal indrettes således, at elever så vidt muligt kun er sammen med de samme elever som resten af skoledagen. Det kan betyde at SFO/fritidsordningen skal arrangeres således, at pædagogerne fordeles ud i de enkelte klasse/grupper af elever og elevernes pasning derfor foregår der.
- Aktiviteter skal i det omfang det er muligt foregå udenfor.

### **Transport**

- Transport fra skolen skal arrangeret således, at busserne kører med halv belægning. Dvs. at eleverne placeres så de har et dobbeltsæde hver i skolebussen. Det kan betyde, at transporten skal ske i flere skolebusser end normalt.
- Offentlig transport skal undgås ved eventuelle ture væk fra skolen.

**Sundhedsstyrelsen**  
Islands Brygge 67  
2300 København S

[www.sst.dk](http://www.sst.dk)

**Sundhed for alle** ♥ + ●