



Covid 19

Smittevern ved Lillestrøm videregående skole våren 2020

Gjelder fra 11.05.20, etter gjenåpning av skole, for alle ansatte og elever.

Versjon 2.0 (erstatte versjon 1.0 av 27.04.20 som gjaldt for de som var tilstede før gjenåpning)
Versjon 2.0 skal gjennomgås av alle kontaktlærere for sine klasser ved første mulige anledning.



Smittevern ved Lillestrøm videregående skole er basert på Udirs

[Veileder om smittevern for ungdomsskole og videregående skole under covid-19 utbruddet 2020](#)

Udirs veileder bør leses av alle ansatte, elever og foresatte.



Slik bremser vi smittespredning:

1. Syke personer skal ikke være på skolen.
2. God hygiene – håndhygiene, hoste/nysehygiene, renholdsrutiner
3. Redusert kontakthypighet mellom personer
 - tenk på alle andre som mulige smittekilder som kan smitte deg.
 - tenk på deg selv som en mulig smittekilde som kan smitte andre.



Hvem kan være på skolen?

Elever og ansatte som i henhold til planer skal være på skolen kan møte i henhold til disse planene

...når de ikke har symptomer på sykdom.

...ved gjennomgått luftveisinfeksjon etter at de har vært symptomfrie i ett døgn.

...hvis en i husstanden har symptomer på luftveisinfeksjon, men ikke bekreftet covid-19.

...hvis de har kjent pollenallergi og typiske symptomer på pollenallergi (rennende nese med klart neseseekret, rennende/kløende øyne).

Merk: Det er kun de trinn, klasser og enkeltelever som skal være på skolen i henhold til nærmere spesifiserte planer som til enhver tid får lov å være til stede.



Elever med kroniske sykdommer / tilstander

som kan møte på skolen:

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

som det må vurderes individuelt om kan møte på skolen:

- Elever som er organtransplanterte (første tid etter transplantasjon).
- Elever som er benmargstransplanterte siste 12 måneder.
- Elever som er i aktiv kreftbehandling.
- Elever med alvorlig hjertesykdom.
- Elever med alvorlig lungesykdom og/eller har betydelig redusert lungekapasitet.
- Elever med diagnostisert alvorlig, medfødt sykdom i immunforsvaret i ustabil fase som gjør dem særlig utsatt for alvorlige luftveisinfeksjoner.
- Elever på immundempende medisin og aktiv kronisk sykdom.
- Det kan gjelde enkelte andre elever med alvorlige diagnoser som ikke er nevnt her. I slike tilfeller må behov for tilrettelagt undervisning avklares med behandlende lege.



Ansatte som det må vurderes individuelt om det skal tilrettelegges for er

...eldre personer (over 65 år) har høyere risiko for alvorlig sykdom med det nye koronaviruset enn andre, spesielt dersom de i tillegg har underliggende kronisk sykdom.

...voksne personer, særlig de over 50 år, med kroniske sykdommer som hjerte-karsykdom (inkludert høyt blodtrykk) og diabetes, disse kan ha noe høyere risiko for alvorlig forløp av covid-19.

...ansatte som tilhører grupper med høyere risiko for alvorlig forløp av covid-19, disse bør vurderes individuelt i forhold til tilrettelagt arbeid, legeerklæring må leveres.



Hvem skal holde seg borte fra skolen?

Elever og ansatte skal ikke komme på skolen

...når de har luftveissymptomer, selv milde, før de har vært symptomfrie i ett døgn.

...hvis de har bekreftet covid-19 – de skal da være i isolasjon.

...hvis de har nærkontakt eller bor i samme husstand som en som har bekreftet covid-19, de skal da være i karantene.



Hva gjør vi om noen blir syke på skolen?

Elever og ansatte skal reise hjem fra skolen hvis de får symptomer.

- Foresatte til elever under 18 år varsles av kontaktlærer eller via kontoret.
- Elev/ansatt skal ikke ta offentlig transport.
- Elev/ansatt skal isoleres på eget rom til de blir hentet/reiser, og bruke munnbind hvis det ikke er mulig å holde to meters avstand.
- Rommet skal renholdes snarest mulig etter bruk og før andre får bruke det, rommet må inntil renhold er gjort merkes som avstengt.
- Toalett og andre rom brukt av personer med symptomer skal renholdes snarest mulig og før andre får bruke det, rommene må inntil renhold er gjort merkes som avstengt.



God hygiene

Håndvask med lunkent vann og flytende såpe i minst 20 sekunder og tørke med engangs papirhåndklær

- før man drar hjemmefra og når man kommer hjem
- når man kommer til skolen – antibac ved alle innganger (men bruk helst vann og såpe)
- ved bytte av klasserom
- etter hosting/nysing
- etter toalettbesøk
- før og etter måltider
- etter man kommer inn fra uteaktivitet

Hoste og nyse i armkroken eller i tørkepapir som kastes umiddelbart



Redusert kontakt og kontakthypighet - elever

- Holde avstand, tilstrebe å sikre en meter både mellom ansatte og elever.
 - Tilpasse gruppestørrelse til romstørrelse
 - Tilpasse valg av rom til gruppestørrelse
 - Kombinere fysisk og digital undervisning, ikke alle kan være på skolen samtidig
- Ikke låne utstyr av hverandre.
- Utstyr som må deles av flere renholdes av bruker før og etter bruk
- Unngå trengsel på vei inn / ut av rom.
 - Klasseromsdører og andre innvendige dører skal stå ulåst og åpnet
 - Ikke alle grupper ha pauser samtidig
- Unngå felles berøringspunkter.
 - Automatiske kraner på servanter i korridorer, toaletter, klasserom, saler
 - Automatiske døråpnere til inngangsdører til alle bygninger, innvendige dører skal stå mest mulig åpne
 - Vannautomater brukes minst mulig, ha med vannflaske som er fylt opp hjemme
- Egne rutiner for bruk av bibliotek, IKT-support, resepsjon og undervisning i enkeltfag.



Redusert kontakthyppighet - ansatte

- Vurdere digitale møter fremfor fysiske møter.
- Holde en meters avstand i møter og i pauser.
- Begrense deling av undervisningsutstyr
- Pauser på ulike tider, ikke samles i grupper i pausene.
- Redusere felles berøringspunkter
 - Automatiske kraner på servanter
 - Automatiske døråpnere til inngangsdører til alle bygninger
 - Brannører ved aula/galleri stå åpne (magnetlås lukker automatisk ved brannalarm)
 - Kaffemaskin, -trakter og -kanner på personalrom ikke i bruk, varmt drikke må medbringes
 - Ingen matlaging ved kjøkkenøy på personalrom
 - Ingen tavletusjer liggende i klasserom for felles bruk, hver lærer henter sitt sett i resepsjonen
 - Engangshansker kan hentes i resepsjonen ved avklart behov
- Ansatte med flere arbeidsgivere/jobber bør om mulig ha kun ett oppmøtested pr dag.



Smitteverntiltak i undervisning

- Holde god avstand, en meter mellom alle personer.
- Unngå aktiviteter med nærkontakt.
- Rengjøre utstyr etter bruk, ikke dele utstyr uten at det er rengjort.
 - Eleven rengjør utstyr benyttet av eleven, eks lab-utstyr, kroppsøvingsutstyr, dansebarrer
 - Lærer rengjør utstyr benyttet av lærer, eks PC-kabel, fjernkontroll, display kopimaskin
 - Renholdere rengjør pulter, dørhåndtak, lysbrytere etc
(det er derfor viktig at vi kjenner til alle rom som er benyttet av elever og ansatte)
- Egne rutiner for undervisning i enkeltfag, se egne lysbilder for dette



Smittevernstiltak i IKT-avdelingen:

- Pleksiglasskjerm i skranken, fysisk skille mellom IKT-medarbeider og bruker, ingen brukere får gå inn bak skranken.
- Tydelig gulvmerking for å holde avstand mellom brukere, kun en bruker av gangen inne på IKT-avdelingen, kø skal holdes på gangen, langs veggen med en meters avstand.
- Enheter som leveres inn desinfiseres før IKT-medarbeidere påstarter arbeid med dem.
- Dersom bruker har behov for å følge med på skjerm tilkobles ekstern skjerm, avstand på en meter mellom IKT-medarbeider og bruker skal opprettholdes.
- IKT-medarbeider bruker engangshansker ved behov.



Smittevernstiltak i bibliotek:

- Pleksiglasskjerm i skranken, fysisk skille mellom bibliotekansatte og brukere.
- Berøringsfri strekkodeleser plassert så elevene selv skanner bøker og legger de på anvist plass ved tilbakelevering.
- Redusert antall stoler ved gruppebord, kun 2-3 brukere ved hvert bord.
- Felles PC for søking er tatt ut av bruk.
- Sjakkspill er fjernet.
- Tilgang på antibac rett utenfor biblioteket, i perioder med mye trafikk også inne i biblioteket.
- Tydelig gulvmerking for å holde avstand mellom brukere.
- Før og etter utlån av MK-utstyr renholdes utstyret av brukeren.
- Bibliotekansatte bruker engangshansker ved behov.



Smittevernstiltak i skolens resepsjon:

- Pleksiglasskjerm i skranken, fysisk skille mellom resepsjonist og brukere
- Ingen brukere får gå inn bak skranken.
- Tilgang på antibac utenfor skranken.
- Tydelig gulvmerking for å holde avstand mellom brukere.
- Selvbetjening for ansatte ved uttak av rekvisita i skap ved resepsjonen.
- Ingen adgang for andre enn kontoransatte til lagerrom.
- Kontoransatte bruker engangshansker ved behov.
- Kopimaskin i resepsjonsområdet er til bruk kun for kontoravdelingen.



Smittevernstiltak i skolens elevkantine:

Elevkantinene er inntil videre ikke i bruk. Medbrakt mat spises i det klasserom elevene oppholder seg i. Følgende punkter gjelder derfor først ved en gjenåpning som pr dato ikke er tidfestet:

- Smittevern på kantinekjøkken og i disk er kantinedrivers ansvar, kantine driftes av eksternt firma.
- Renhold og rutiner for bruk av fellesområder i kantine er skolens ansvar, se eget lysbilde for renhold.
- Tilgang på antibac utenfor disk.
- Tydelig gulvmerking for å holde avstand mellom kunder i kø.
- Atskilt inngang og utgang til/fra kantine utenfra, som inngang brukes dør mellom kroppsøvingsgarderober med automatisk døråpner, som utgang brukes dør mot utvendig trapp ved guttegarderober, trappen er for smal for møtende og skal derfor kun brukes som utgang. Døren til utgang kan åpnes ved å skyve med skulder.



Informasjon om renhold

Covid 19 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 skal ha forsterket renhold.

Renholdsavdelingen følger egne instruksjoner for smittevern i sin arbeidsutførelse.



Godt renhold – rutine ved Lillestrøm videregående skole:

- Alle toaletter og vaskeservanter rengjøres før skolestart og etter midttimen.
- Toalettseter og dørhåndtak på toaletter og kraner på servanter rengjøres etter alle pauser (kl 10, kl 12.20, kl 14.00), men avhengig av omfang av bruk av den enkelte bygning og etasje.
- Engangs papirhåndklær og såpe skal være tilgjengelig ved alle servanter, dette kontrolleres før skolestart og etter midttimen.
- Antibacdispensere kontrolleres daglig, mobile antibacstativer flyttes av drift/renhold etter behov.
- Sjøppel tømmes daglig.
- Spisebord på personalrom og i kantine vaskes med vann og såpe før skolestart og etter midttimen.
- Dørhåndtak og trappegelendre rengjøres før skolestart og ytterligere to ganger daglig.
- Elevenes pulter og stoler og ansattarbeidsplasser rengjøres daglig.
- Felles utstyr som sportsutstyr, apparater i styrkerom, dansebarrer, tangenter på instrumenter og miksebord, laborieutstyr på realfagslaboratorier og skolens video- og fotokameraer rengjøres umiddelbart etter bruk av brukeren selv – det samme gjelder display på kopimaskiner. Kluter eller våtservietter for dette formål skal være tilgjengelig for brukere.



Åpne dører – rutine ved Lillestrøm videregående skole:

- Dører til klasserom og grupperom låses opp av renholdere og settes i åpen stilling før kl 8.00. (gjelder ikke laboratorier / spesialrom).
- Alle dører til korridorer, personalrom, møterom, toaletter skal i utgangspunktet stå ulåst og åpne.
- Innenfor skolens åpningstid, 07.00 – 16.00 skal berøringsfri sensorstyrt åpningsmekanisme være aktivert på inngangsdører til alle bygninger. Ved doble dører gjelder dette høyre dør som brukes som inngang (ved utgang kan alle dører åpnes uten håndberøring). Dersom det er trafikk begge veier gjennom inngangs/utgangsdører holdes trafikken til høyre.
- Dersom det er trafikk ut og inn av klasserom og andre rom prioriteres trafikk ut før trafikk inn, de som venter på å komme inn må overholde avstand på minst en meter til de som går ut.



Smitteverntiltak i enkeltfag – dans og bevegelsesfag

- Begrense antall elever i undervisningsrom samtidig.
- Begrense antall elever i garderobe / dusj samtidig, helst dusje hjemme om det er siste time.
- Unngå aktiviteter med nærkontakt.
- Rengjøre barrer før og etter bruk, ikke dele barrer uten at det er rengjort.
- Rengjøre gulv etter bruk.



Smitteverntiltak i enkeltfag – drama

- Begrense antall elever i undervisningsrom samtidig.
- Unngå aktiviteter med nærkontakt.
- Rengjøre felles utstyr og rekvisitter og kostymer før og etter bruk, ikke dele uten at det er rengjort.
- Teatersminke brukes kun når nødvendig, egen rutine må utarbeides
- Ikke bruke felles utstyr dersom tilstrekkelig renhold/desinfisering ikke er mulig.
- Planlegge og gjennomføre rigging og flytting av utstyr på en måte som minimerer smitterisiko.



Smitteverntiltak i enkeltfag – musikk (1)

- Begrense antall elever i undervisningsrom samtidig.
- Unngå aktiviteter med nærkontakt.
- Rengjøre felles instrumenter (tangenter / slagverk) /miksebord /mikrofoner og mikrofonstativ før og etter bruk, ikke dele uten at det er rengjort.
- Ikke bruke felles utstyr dersom tilstrekkelig renhold/desinfisering ikke er mulig.
- Planlegge og gjennomføre rigging og flytting av utstyr på en måte som minimerer smitterisiko.



Smitteverntiltak i enkeltfag – musikk (2)

- Spytt/kondens fra blåseinstrument samles direkte i papir som kastes umiddelbart, med etterfølgende håndvask.
- Læreren tar ikke i elevenes instrument, unntatt ved behov for stemming av strengeinstrument.
- Sangelever og sanglærer skal ikke stå rett ovenfor hverandre.



Smitteverntiltak i enkeltfag – kroppsøving

- Begrense antall elever i garderobe / dusj samtidig, helst dusje hjemme om det er siste time.
- Kroppsøving skal helst gjennomføres utendørs.
- Unngå aktiviteter med nærkontakt, f.eks enkelte lagspill, pardans, kampsport.
- Planlegge og gjennomføre rigging og flytting av utstyr på en måte som minimerer smitterisiko.
- Rengjøre utstyr før og etter bruk, ikke dele utstyr uten at det er rengjort.



Smitteverntiltak i enkeltfag – praktiske MK-fag

- Unngå aktiviteter med nærkontakt.
- Vaske / tørke av foto- / video- / lydutstyr etter bruk, ikke dele utstyr uten at det er rengjort.
- Ikke bruke felles utstyr dersom tilstrekkelig renhold/desinfisering ikke er mulig.



Smitteverntiltak i enkeltfag – realfagslaboratorier

- Unngå aktiviteter med nærkontakt.
- Ikke bruke felles utstyr dersom tilstrekkelig renhold/desinfisering ikke er mulig.
- Rengjøre laboratorieutstyr etter bruk, ikke dele utstyr uten at det er rengjort.



Alle må bidra og støtte opp om skolens smitteverntiltak

- Det er skolens ansvar å utarbeide smittevernsveileder og iverksette tiltak på systemnivå samt å legge fysisk og organisatorisk til rette for smittevern.
- Det er den enkeltes ansvar å støtte opp om smittevernstiltakene og følge de regler og instruksjoner som er gitt i dette dokumentet.
- Eventuelle brudd på smittevernstiltak fra elevers side vil kunne bli fulgt opp i henhold til ordensreglementet, dette anses hjemlet i ordensreglementets §4, 1. og 2. avsnitt.
- Eventuelle brudd på smittevernstiltak fra ansattes side vil kunne bli fulgt opp som personalsak, dette anses hjemlet i arbeidsmiljølovens § 2-3, 1. ledd.