

RUDOLF STEINERSKOLEN I OSLO



**PLAN OG RETNINGSLINJER FOR OPPSTART AV SKOLEN  
FOR 5.-10.TRINN ETTER STENGNING PÅ GRUNN AV KORONAVIRUS**

8.05.2020

## **Informasjon fra Utdanningsdirektoratet til foreldre med barn i skolen**

Før skolene ble stengt i Norge ble det ikke registrert noe kjent smittespredning blant barn i barnehager og barneskoler. Sammenliknet med voksne er få barn identifisert som smittet i Norge og verden for øvrig. Barn og unge har så langt vist å ha svært lav risiko for å få alvorlig sykdom med koronavirus. Risikoen er lavere enn for andre luftveissykdommer, som for eksempel influensa.

### **Det er trygt for barn å gå på skolen**

Skolene åpner nå gradvis, og for å begrense smitte har vi satt i gang flere tiltak. I perioden framover er vi ekstra nøye med å sikre godt smittevern. Dette avhenger av at vi alle gjør en innsats og følger de nye rådene for smittevern. På skolen vil vi være spesielt opptatt av å:

- vaske hender og lære elevene gode rutiner for håndvask
- ha godt renhold
- vaske utstyr jevnlig
- være ekstra mye ute med elevene, også i vanlige skoletimer
- ha undervisning og samlinger i mindre grupper
- holde god avstand til hverandre

Vi skal fremdeles sørge for at elevene har et trygt og godt skolemiljø. Alle som jobber på skolen, skal følge med på at elevene har det bra.

### **Hvis barnet ditt ikke føler seg bra**

Ikke møt på skolen hvis barnet ditt har symptomer på sykdom, dette gjelder også milde symptomer. Det er ekstra viktig at barna holder seg hjemme i minst ett døgn etter at de har blitt symptomfrie. Hvis noen andre hjemme har luftveissymptomer eller fått påvist koronaviruset, skal dere ikke følge barna til skolen.

Hvis barna blir dårlig på skolen, tar vi kontakt med foreldrene. Barna må hentes eller gå hjem fra skolen så fort som mulig.

Vi prøver å ta imot barna ute og ønsker at foreldre ikke blir med inn på skolen eller i garderoben.

Håndvask er like viktig hjemme som på skolen. Vask hendene før dere kommer på skolen, og med en gang dere kommer hjem.

Barna bør helst omgås få andre barn på fritiden og da gjerne leke ute.

### **Skoleskyss**

Hvis elevene tar buss og t-bane må de huske å holde god avstand, både mens de venter på bussen/T-bane og i bussen og på T-banen. Det samme gjelder hvis elevene tar båt eller annen transport til skolen. Skoleskyss og offentlig transport bør unngås hvis det er mulig.

## Gradvis åpning for elever fra 5.-10.klasse

Skolen har lagt en plan for gradvis åpning for klassene på 5.-10. trinn. For å ha kontroll på at smittevernreglene overholdes har vi valgt å bruke mandag 11.5 til plandag for lærerne.

Tirsdag 12.5 blir første dag utvalgte klasser møter på skolen. Deretter åpner vi opp for flere klasser utover uken. Torsdag 14.5 og fredag 15.5 vil alle elevene være tilbake på skolen.

Alle møter mellom lærerne og eventuelle møter med foreldrene vil fortsatt foregå digitalt.

Smittevernveilederen er justert og vi tilpasser oss disse, samtidig som vi tar hensyn til våre lokale rammebetingelser når det gjelder rom og fasiliteter.

1-4 klassene vil være på skolen gjennom hele uken.

**Slik vil vi gradvis åpne skolen for klassene:**

Mandag 11.5	Tirsdag 12.5	Onsdag 13.5	Torsdag 14.5	Fredag 15.5
<b>Plandag for lærere</b>	<b>Følgende klasser møter på skolen:</b>	<b>Følgende klasser møter på skolen:</b>	<b>Følgende klasser møter på skolen:</b>	<b>Følgende klasser møter på skolen:</b>
Klargjøring av rom Smittevernopplæring av personalet Planlegge oppstart	7a, 7b og 10.klasse.	7a, 7b og 10.klasse. 5a, 5b, 8a og 8b	7a, 7b og 10.klasse. 5a, 5b, 8a og 8b 6a, 6b, 9a og 9b	7a, 7b og 10.klasse. 5a, 5b, 8a og 8b 6a, 6b, 9a og 9b
Klasselærer sender ut konkrete planer til elever og foreldre.	De andre klassene har hjemmeskole.	De andre klassene har hjemmeskole	Alle klassene er på skolen	Alle klassene er på skolen

**Skoledagen på ungdomstrinnet vil være delt mellom tilstedeværelse på skolen og hjemmeskole:**

- B-klassene møter på skolen kl. 8.25 og avslutter kl.11.25. Undervisningen fortsette hjemme etter plan gitt av klasselærer
- A-klassene har hjemmeskole første del av dagen, og møter på skolen kl.12.00 og avslutter kl. 15.00
- Klassene kan bli delt under arbeidsøkter.
- Læreren vil på mandag sende mer detaljerte planer for skoledagen

**Skoledagen for 5.-7.trinn vil være kortere enn vanlig:**

- Klassene vil ha ulike oppmøte- og sluttider
- De vil få noen oppgaver som skal gjøres hjemme
- Læreren vil på mandag sende mer detaljerte planer for skoledagen, tider, grupper, tildelte uteområder, osv.

## Kommentarer

Det er viktig at vi får planlagt godt hvordan vi skal gjøre denne trinnvise åpningen av skolen. Derfor legger vi opp til at lærerne gjør dette sammen på mandag 11.5. De skal dessuten gjennomgå smittevernopplæring, og for ungdomsskolen skal det også legges planer for delt dag med hjemmeskole og undervisning på skolen. På skolen vil elevene ha hovedfag og en fagtime.

Det er mye logistikk som skal på plass. Vi skal rydde ut av noen klasserom, og inn i andre. Det skal vaskes ut, flyttes pulter, og måles opp riktig avstand mellom elevene inne i klasserommet. Dette kan føre til noen endringer og tilpasninger utover uken som kommer, og planer kan bli endret. Vi ber om forståelse for at vi går inn en periode der vi skal gjøre noe vi ikke har gjort før, og selv om planene virker gode, er det når de sette ut i livet vi får erfare om de er gode nok.

I tillegg er det viktig å understreke at vi ikke kun åpner skolen for flere elever. Vi åpner en arbeidsplass med mange ansatte. For å drive skole, er vi avhengig av at alle de voksne holder seg friske, har overskudd og kjenner det trygt å komme på jobb.

### Viktig å huske på før dere går hjemmefra

- Alle må ha nyvaskede klær hver dag
- Det er ikke anledning for elevene å ha med gjenstander, leker eller annet hjemmefra
- Mobiltelefoner vil ikke bli samlet inn, men skal være avslått og ligge i sekken. Den skal ikke brukes mens elevene er på skolen
- Ingen elever har anledning til å forlate skolen område for å handle eller gå tur. Dette inkluderer 10.klasse.
- Alle må ha med egen mat og drikke til skoledagen
- Øv på håndvaskrutiner hjemme, forberede barna på at det kommer instruksjoner på hygiene, adferd og organisering når de kommer på skolen. Unngå skuffelse når de kommer.
- Alle må ha med egne skrive- og tegnesaker. Det er ikke anledning til å låne av medelever eller skolen
- Kontakt klasselærer som vanlig med spørsmål eller beskjeder, evt. trinnleder.

### Opplæringsplikt, ikke skoleplikt

Om foreldre velger å holde barna hjemme uten at de eller de nærmeste pårørende er i risikogruppen, må foresatte selv undervise barna.

Dette følger av [opplæringsloven](#) og [barneloven](#). I Norge er det opplæringsplikt, ikke skoleplikt. Velger noen å undervise barna hjemme, må det sendes en skriftlig beskjed til trinnleder Cecilie Nøstvik om dette.

Det er unntak for elever som har legeattest på at de ikke kan møte på skolen. Ta kontakt med trinnleder om dette.

## Informasjon fra Udir/FHI sin smittevernveileder:

Det er kommet en revidert utgave smittevernveileder for 1.-7.trinn og for ungdomsskolen og videregående. Her beskrives hvordan vi best kan legge til rette for godt smittevern, og denne forholder vi oss til.

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

- Syke personer skal ikke være på skolen
- God hygiene
- Redusert kontakt mellom personer

### 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 elever eller ansatte på en skole får bekreftet covid-19. Det er kommunehelsetjenesten som skal beslutte nødvendige tiltak som for eksempel å definere hvem som er nærkontakter til den syke og derfor skal i karantene, og om det er behov for informasjon til andre. Hvis det skulle bli behov for ytterligere tiltak er det kommunehelsetjenestens oppgave å gi pålegg til skolen om dette.

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

## Når skal elever og ansatte møte på skolen?

Elever og ansatte skal komme på skolen:

- Når de ikke har symptomer på sykdom.
- Ved gjennomgått luftveisinfeksjon kan ungdommer og ansatte komme tilbake etter at de har vært symptomfrie i 1 døgn.
- Hvis en i husstanden har symptomer på luftveisinfeksjon, men ikke bekreftet covid-19, skal eleven og den ansatte møte på skolen som normalt. Disse skal imidlertid gå hjem fra skolen dersom de får symptomer (se under).
- Elever og ansatte med typiske symptomer på pollenallergi (kjent pollenallergi, rennende nese med klart neseseekret, rennende/kløende øyne) kan møte på skolen.

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

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

### Elever og ansatte med luftveissymptomer:

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

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

- Skal være i isolasjon. Det er helsetjenesten som beslutter hvem som skal være i isolasjon og hvor lenge, etter råd gitt av Folkehelseinstituttet (se [www.fhi.no](http://www.fhi.no)). Retningslinjer til forskrift som regulerer isolasjon er gitt av Helsedirektoratet.

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

- Skal være i karantene. Det er helsetjenesten som beslutter hvem som skal være i karantene og hvor lenge, etter råd gitt av Folkehelseinstituttet (se [www.fhi.no](http://www.fhi.no)). Retningslinjer til forskrift som regulerer karantene er gitt av Helsedirektoratet.

## Når sykdom oppstår på skolen

Elever som får symptomer på luftveisinfeksjon sendes hjem fra skolen. På ungdomstrinnet og i videregående opplæring inntil eleven er myndig, må foresatte varsles om at eleven er syk. Syke elever bør ikke ta offentlig transport. Dersom eleven må hentes, skal han/hun

vente på et eget rom eller ute der det ikke er andre elever. Den syke bør ta på ikke-medisinsk munnbind dersom det ikke er mulig å holde to meters avstand til andre og dersom munnbind er tilgjengelig. Dette kan redusere smittespredning til andre. Ved behov for toalett, skal dette ikke brukes av andre før det er rengjort. De som har vært i kontakt med eleven må vaske hender. I etterkant rengjøres rom, toalett og andre områder der eleven har oppholdt seg med vanlige rengjøringsmidler. Andre smitteverntiltak som er skissert i de følgende kapitlene, vil redusere risiko for smittespredning.

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

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

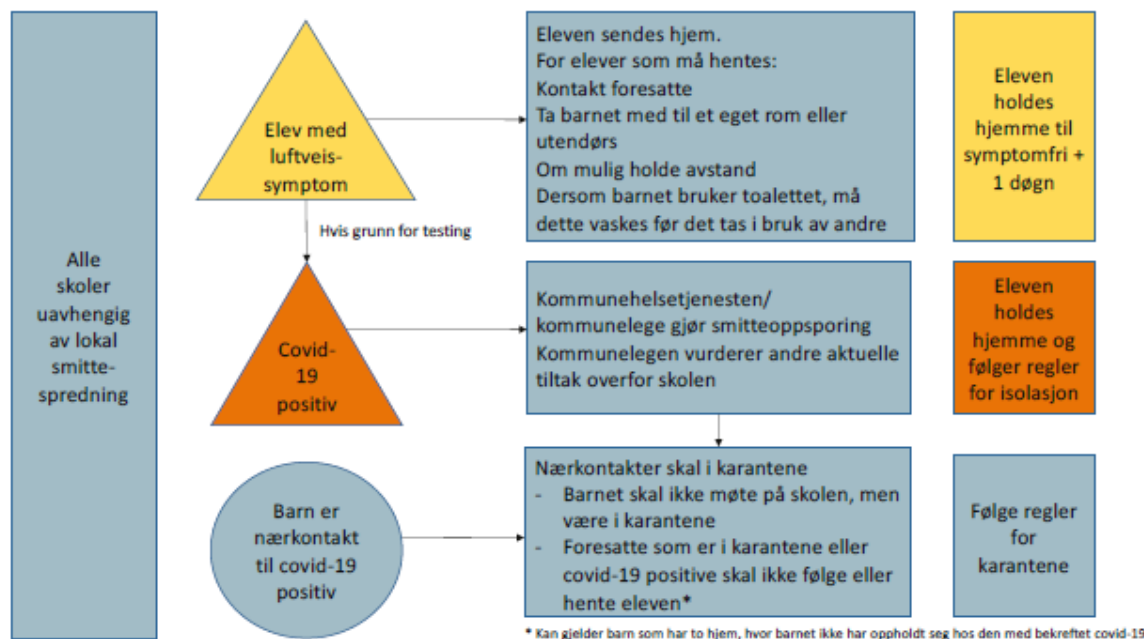
#### **Hva hvis en i husstanden til en elev/ansatt er syk**

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

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

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

## Flytskjema for håndtering av syke elever



## God hygiene

### God hånd- og hostehygiene

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

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

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

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



**Elever og ansatte skal vaske hender:**

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

**Alternativer til håndvask:**

- 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 klasserom, garderober, ved inngangspartier og ved kantiner).
- Alkoholbasert desinfeksjon er lite effektivt ved synlig skitne hender, da bør håndvask utføres.
- Alkoholbasert desinfeksjon er egnet ved undervisning utendørs, etter at skitne hender først er rengjort med våtservietter.

**Hostehygiene**

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



## **Samhandling med foresatte og foreldremøter**

Det anbefales å ikke arrangere foreldremøter eller andre større samlinger i dette stadiet av covid-19 utbruddet. Digitale møter anbefales.

Utviklingssamtaler bør erstattes med digitale møter. Der det ikke er mulig, kan utviklingssamtalen gjennomføres med følgende tiltak:

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

Så håper vi på en hyggelig og god oppstart for alle!

Med vennlig hilsen

Petter Moen