



Vejledning til forældre

Fjordskolen
under COVID-19-epidemien

Version 13, 19. januar 2021

Fjordskolens vejledning til forældre

Fjordskolen har lavet en lokal vejledning så vi alle ved, hvordan vi skal forholde os under COVID-19-epidemien for at forebygge smittespredning på netop vores skole.

Denne udgave indeholder de instrukser, I som forældre skal være opmærksomme på. Vi skal ikke længere undervise efter nødbekendtgørelsen. Vi skal undervise efter de almindelige bestemmelser i lovgivningen.

Vi har på Fjordskolen stor fokus på, hvordan vi bedst muligt kan gennemføre undervisning, samtidig med, at vi tager højde for Covid-19 vejledninger.

Den fulde vejledning findes i Aula under *Dokumenter* → *Fælles Filer*.

Sådan smitter COVID-19

COVID-19 smitter ved dråbesmitte og kontaktsmitte (det vil sige ved overførsel af smitstof fra næse og mund via hænder og genstande man rører ved, fx via håndtryk og via overflader m.v.). Man regner med, at virus på overflader kan overleve i 48 timer, som dog kan vare længere tid afhængig af forureningsgraden (hvor meget virus der er på det pågældende område).



Symptomer på COVID-19



- ▶ Tør hoste
- ▶ Feber
- ▶ Ondt i halsen
- ▶ Muskelsmerter
- ▶ Vejtrækningsbesvær
- ▶ Tab af smags- og lugtesans
- ▶ Træthed

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 dit barn har milde symptomer på både øvre luftvejsinfektion eller svær nedre luftvejsinfektion, det kan fx være hoste, feber, ondt i halsen, muskelsmerter eller vejtrækningsbesvær, 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, muskelsmerter og evt. tør hoste. I dette stadium har man ofte let eller ingen feber.

Ved forløb med forværring kan der tilkomme åndenød, herunder hurtig vejrtrækning.

Er snot tegn på COVID-19?

Det er helt almindeligt, at næsen løber med klart snot, når man er ude i koldt vejr, eller hvis barnet græder. Hvis dette er eneste symptom hos dit barn, skal du ikke mistænke COVID19. Men virker dit barn syg, slatten og træt og har symptomer, f.eks. masser af gulgrønt snot, sygdomsfølelse og tiltagende hoste, bør barnet holdes hjemme og ikke komme i skole.

Stramning i forhold til, hvordan du skal forholde dig, hvis dit barn får symptomer på COVID-19:

Hvis dit barn får symptomer og du er i tvivl om, hvorvidt det er COVID-19, skal du forholde dig som om, at dit barn er smittet med Ny-Corona virus og gøre følgende:

- ▶ Sørg for at dit barn bliver testet – bestil tid på www.coronaprover.dk
- ▶ Hold dit barn isoleret
- ▶ Vær særligt opmærksom på hygiejne og rengøring (læs side 4: [Til dig der har symptomer på COVID-19](#))
- ▶ Det kan være svært at skelne imellem, om dit barn er forkølet, har COVID-19 eller anden luftvejsinfektion. En test kan afklare, om der er tale om COVID-19
- ▶ Er du i tvivl om dit barns tilstand, og hvordan du skal forholde dig til dit barns symptomer, kan du ringe til din egen læge.

Når dit barn er syg hjemme, hvordan skal du som forælder og resten af familien så forholde Jer?

- ▶ Forældre og søskende til et barn, som er hjemme med symptomer, der kan være COVID-19, men som endnu ikke har fået svar på en test, skal ikke selv blive hjemme. I kan godt gå på arbejde, i skole, ud at handle osv.
- ▶ Alle i huset bør holde afstand til den, der er syg, så godt det kan lade sig gøre. Børn har selvfølgelig behov for omsorg og kontakt som kram og trøst, og dette er vigtigere end at holde afstand. Herudover skal alle i husstanden være særlige opmærksomme på god hygiejne og rengøring og om de selv udvikler symptomer.



Hvornår må dit barn komme tilbage til skole?

- ▶ Har dit barn haft symptomer på COVID-19 skal det testes og kan komme i skole, hvis testen er negativ, og når han/hun er helt rask. Det vil sige, når dit barn ikke har symptomer, er feberfrit og har det, som det plejer. Dit barn skal kunne deltage i de sædvanlige aktiviteter i skolen, f.eks. undervisning, udflugter og udendørs leg, uden at kræve særlig omsorg og pasning.
- ▶ Hvis dit barn er hjemsendt som følge af symptomer på COVID-19, skal barnet testes og kan ved negativ test komme i skole igen.
Hvis dit barn er hjemsendt fordi det er identificeret som nær kontakt til en smittet, skal barnet testes og må først komme i skole igen, efter 2 negative test taget på hhv 4. og 6. dagen efter kontakt med den smittede.
 I begge tilfælde kan man dog undlade, at børn under 12 år testes, da det kan føles ubehageligt for dem, og de kan have svært ved at samarbejde om testen. Er barnet ikke blevet testet, holdes barnet hjemme i 7 dage, og må så komme på skolen igen. Hvis barnet ikke i denne periode udvikler symptomer, må det gerne komme tilbage til skolen igen med skærpet opmærksomhed på, om barnet efterfølgende udvikler symptomer.
 Hvis barnet udvikler symptomer i løbet af de 7 dage, skal barnet have været symptomfri i 48 timer, før barnet kan komme tilbage i skole.
- ▶ Børn kan godt i en periode efter en forkølelse eller anden luftvejsinfektion have en lille smule hoste. Hvis barnet i øvrigt virker rask og frisk, kan barnet godt komme i skole, selvom der stadig er en smule hoste tilbage som eneste symptom.

- Syge børn skal ikke i skole. De skal blive hjemme til de er raske, så de ikke smitter andre børn og voksne. Det betyder, at hvis man har symptomer på sygdom, også milde symptomer, skal man blive hjemme, indtil man er rask.
- Under COVID-19 epidemien skal du være særlig forsigtig, hvis dit barn har symptomer og virker sløj, og du må først sende dit barn i skole igen, når barnet er helt rask og kan deltage i skolens normale hverdag.
- En elev, der får symptomer på sygdom i skolen, skal hentes hurtigst muligt.

Hvad skal jeg gøre, hvis mit barn er testet positiv med COVID-19 eller har været i nær kontakt med en smittet person?

Skolen skal have besked ved påvist smitte med COVID-19

- ▶ Hvis en elev, der har været i skole, konstateres smittet med COVID-19, skal skolen informeres om smitten med det samme - via telefon af



forældre/omsorgsperson/medarbejderen (se telefonnumre bagerst i denne vejledning). Dette med henblik på at kunne informere andre forældre og ansatte på skolen. Denne information gives ved opslag på Aula.

Hvilke regler gælder for elever smittet med COVID-19

- Barnet skal blive hjemme fra skole.
- Hvis dit barn er testet positiv for COVID-19, skal barnet holdes hjemme indtil det har haft 48 timer uden symptomer. Hvis barnet er testet positiv, men ikke har symptomer, skal barnet blive hjemme indtil 7 dage efter, testen er taget.
- Personer smittet med COVID-19 kan i mange uger efter deres sygdom potentielt have stoffer i blodet, der giver udslag i en positiv test. Derfor udmelder Sundhedsstyrelsen, at børn efter 48 timers symptomfrihed kan anses for at være smittefri, og dermed ikke behøver at fremvise en negativ test for at vende tilbage til skolen.

Dit barn kan blive sendt hjem

- Som nær kontakt til en smittet person kan dit barn blive sendt hjem. Nære kontakter testes to gange som beskrevet i Sundhedsstyrelsens informationsmateriale: [Til dig, der er nær kontakt til en person, der er testet positiv for COVID-19](#)
- Det anbefales at elever og personale, der har været i nærkontakt med en smittet person testes to gange og går i isolation indtil negativt svar på begge test. Først herefter må eleven/personalet komme i skole igen.
- Skolens ledelse gør de berørte forældre og personale, der har været i nærkontakt til den smittede ekstra opmærksom på Sundhedsstyrelsens materiale via opslag på Aula.
- Dit barn kan blive sendt hjem fra skole, hvis det går i klasse med et barn, som er smittet med COVID-19. Det kan også ske i forbindelse med håndtering af et større smitteudbrud på skolen.
- I forbindelse med screening for COVID-19 i skole. Screening foretages for at være sikker på, at der ikke er yderligere smitte i klassen. Børn sendt hjem ved screening testes én gang hurtigst muligt efter hjemsendelse. Du kan uden henvisning fra din egen læge booke tid til dit barn på www.coronaprover.dk, hvis dit barn er uden symptomer.

Hvad skal jeg gøre, hvis mit barn har været nær kontakt med en COVID-19 smittet?

- Hvis dit barn har været nær kontakt til en person, som er testet positiv for COVID-19, skal dit barn blive hjemme fra skolen.
- Det anbefales som udgangspunkt at børn, der er nære kontakter eller sendt hjem i forbindelse med screening for COVID-19, bliver testet – også selvom barnet ikke har symptomer.
- Barnet skal testes 2 gange for COVID-19, på hhv. 4. og 6. dagen efter nær kontakt til en smittet. Barnet skal blive i isolation indtil negativt svar på begge test. Herefter må barnet, såfremt det ikke har symptomer, møde i skole igen.
- Man kan undlade at teste børn under 12 år, da det kan opleves ubehageligt for dem. I stedet kan man vælge at holde barnet hjemme i 7 dage efter, at den sidste nære



kontakt fandt sted. Hvis barnet ikke har fået symptomer i de 7 dage, kan barnet igen møde i skole.

Hvor længe skal mit barn blive hjemme, når det er sendt hjem fra skole?

- Du skal holde dit barn hjemme, indtil dit barn er testet negativt både på 4. og 6. dagen. Hvis barnet får symptomer imens det er hjemme, skal det holdes hjemme, indtil det ikke har haft symptomer i 48 timer.
- Hvis du vælger ikke at lade dit barn teste, skal du holde det hjemme i 7 dage efter hjemsendelse. Hvis dit barn i løbet af de 7 dage får symptomer, skal du holde barnet hjemme, indtil det ikke har haft symptomer i 48 timer.
- Når du holder dit barn hjemme, må det ikke lege med eller ses med andre børn eller personer uden for husstanden. Det er dog ok at gå en tur, hvis der holdes god afstand til andre.
- Vær særligt opmærksom på hygiejne og rengøring derhjemme.

Hvis dit barn eller en i husstanden er i særlig risikogruppe

Kan eleven gå i skole?

Elever i risikogruppe eller med et nært familiemedlem i risikogruppe kan som udgangspunkt gå i skole, da smitterisikoen ikke vurderes at være større i skoler, end den er i det omgivende samfund.

Sundhedsstyrelsen anbefaler ledelsen på den enkelte skole at tage en dialog med forældrene for at lave en konkret og individuel vurdering for elever, der tilhører en særlig risikogruppe.

Lægen vurderer, om eleven kan møde i skole

Alle elever, der selv er i risikogruppen eller har familiemedlemmer i risikogruppen, kan blive hjemme, hvis barnets læge anbefaler dette efter en individuel vurdering. Elever, der efter lægens vurdering skal blive hjemme, skal modtage fjernundervisning. Hvis lægen vurderer, at eleven kan møde fysisk på skolen, bliver eleven registreret som fraværende, og eleven modtager ikke fjernundervisning.

Fravær registreres

Personalet skal notere fravær på alle elever.

Fraværet noteres som lovligt fravær for børn, der er fraværende, fordi de selv eller et nært familiemedlem er i risikogruppen, eller fordi de deler husstand med en person, der er smittet med COVID-19.

Sørg for god håndhygiejne

- Elever skal have vasket hænderne hjemmefra, og samtidig skal de spritte hænder som det første, når de går ind af hoveddørene på skolen.



Håndhygiejne er helt central for at mindske smittespredning, og derfor **SKAL** der være stor fokus på håndhygiejne fra alle parter.

For at sikre god håndhygiejne **SKAL** alle – elever, ansatte og ledsagende voksne:

- ▶ Spritte hænder ved ankomst til skolen
- ▶ Vaske hænder med vand og flydende sæbe, når de kommer ind i deres klasse 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 engangslømmetørklæde
- ▶ Kun anvende engangsmaterialer som papirservietter, vaskeklude, forklæder og lignende
- ▶ 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.
- ▶ Host eller nys i dit ærme eller i engangslømmetørklæde – ikke i dine hænder.
- ▶ Mindsk fysisk kontakt (håndtryk, kram og kys).
- ▶ Så vidt muligt holde mindst 2 meters afstand til hinanden.

Forebyg håndeksem

Hyppig håndvask kan give håndeksem. Sundhedsstyrelsen anbefaler derfor, at børn skal bruge fed, uparfumeret fugtighedscreme (40-70 %) efter hver håndvask, eller så hyppigt, det kan lade sig gøre fx i frikvartererne eller ved dagens afslutning. Eleven skal medbringe håndcremen hjemmefra.



Når I ankommer til skolen

- Alle **SKAL** spritte hænder af, inden de går ind på skolen
- Mundbind/visir skal benyttes, når forældrene eller besøgende kommer på skolen og f.eks. går til og fra et møde.
- Hold afstand til andre, og vent, til der bliver plads

Elever, der anvender mundbind, skal gå til deres klasse med mundbindet på, hvor engangsmundbind smides i skraldespanden og stofmundbind gemmes i medbragt plasticpose. Alle elever skal herefter vaske hænderne grundigt.

Alle indgangsdøre holdes åbne for at reducere berøring af håndtag.

Forældres færden på skolen

Fjordskolen kan modtage besøgende, hvis det er nødvendigt, fx forældre. For at reducere smittefare er det afgørende, at alle – både ansatte, elever og besøgende – følger de til enhver tid gældende generelle anbefalinger fra Sundhedsstyrelsen om god hygiejne, afstand mv. Mundbind/visir SKAL benyttes af besøgende og forældre, der kommer på skolen. Mundbind/visir må tages af, når man sidder til fx et møde og holder min. 2 meters afstand til andre deltagere.

Hvis I selv afleverer eller henter jeres barn på skolen, må I gerne gå helt hen til indgangsdøren, men I skal bære mundbind/visir og orientere jer og holde min. 2 meters afstand. Det vil sige, at I skal vente, til der bliver plads. Hvis det er nødvendigt at hente eller følge jeres barn helt ind til klassen, skal I bære mundbind/visir og afspritte hænder, før I går ind på skolen. Der står håndsprit ved alle indgange.

Sociale arrangementer (foreløbigt gældende til d. 28. februar 2021)

Sundhedsmyndighederne anbefaler, at skoler og fritidstilbud aflyser sociale arrangementer. Det kan fx være klassefester og skolefester, der primært har et socialt formål. Anbefalingen gælder sociale arrangementer, som både afholdes på- og uden for skolens matrikel.

Skolen vil fortsat kunne afholde aktiviteter med et fagligt, styringsmæssigt eller administrativt formål. Det kan fx være forældre-og skolebestyrelsesmøder, generalforsamlinger, valgmøder og opstillingsmøder til skolens bestyrelse, elevråd el.lign., forældremøder, skole-hjem samtaler, optagelsesmøder/samtaler, introduktionskurser og brobygning. Hvis det er muligt, så kan møder holdes pr. telefon eller virtuelt.

Alle aktiviteter skal fortsat ske under hensyntagen til sundhedsmyndighedernes til enhver tid gældende anbefalinger – herunder hygiejne og afstand. Der gøres opmærksom på, at Sundhedsstyrelsens retningslinjer løbende kan blive opdateret.



Sundhedsmyndighederne anbefaler aflysning af private arrangementer, der ikke arrangeres af skolen, som eksempelvis klassefester, fødselsdage mv. Dette gælder også selv om eleverne færdes sammen i løbet af en almindelig dag.

Fællesspisning/ fødselsdage

I forbindelse med fejring af fx fødselsdag, kan elever uddele slik og lign., hvis det er pakket ind fra salgsstedet (fx små Haribo-posere, Dumle-slikpinde, Smarties-æsker, rosinpakker og lign.)

På Fjordskolen er det derfor besluttet, at der ikke må medbringes fx hjemmebakket kage eller hjemmelavede slikposer, heller ikke selvom der er anvendt plastikhandsker under fremstillingen.

Kørsel med HB-Care

HB-Care har tilkendegivet, at de følger retningslinjerne fra Transportministeriet under COVID-19-epidemien.

- ▶ Der opfordres til at holde afstand på minimum 2 meter, og ansigterne skal vende i samme retning.
- ▶ For at afstandskravene kan overholdes laver HB-Care i samarbejde med skolen om på kørslerne i midten af uge 2. I som forældre vil blive orienteret om dette, hvis der er ændringer for jeres barn.
- ▶ Busserne og bilerne rengøres grundigt mindst én gang dagligt – afhængigt af, hvor mange kørsler, der foretages i det enkelte køretøj.
- ▶ Skulle vi komme i den situation, at vi skal opspore en smittekæde, ved vi hvilke elever der sidder i hvilke busser.

Krav om mundbind under kollektiv transport og i HB-Care's busser er forlænget indtil d. 1. marts 2021

Nogle elevgrupper er fritaget for kravet om brug af mundbind i kollektiv transport:

- ▶ Børn op til 12 år behøver ikke bære mundbind
- ▶ Personer med vejrtrækningsbesvær, nedsat bevidsthedsniveau, eller personer med fysiske eller mentale svækkelser, som gør, at de ikke selv kan fjerne mundbindet, skal ikke bære mundbind
- ▶ Mundbind skal fjernes, hvis bæreren får svære gener og ubehag, som f.eks. vejrtrækningsbesvær, kvælningssymptomer m.v.

Det er forældrene, der vurderer, om barnet er omfattet af undtagelserne. Skolens personale stiller sig gerne til rådighed, hvis I som forældre har brug for sparring og vejledning i forhold til, om jeres barn kan bruge mundbind. Eventuelt kan I også bede egen læge om en vurdering.

Chaufførerne respekterer forældrenes vurdering af, om barnet skal bruge mundbind.



Skolen stiller mundbind til rådighed for elever over 12 år. De vil hver fredag få udleveret 10 mundbind (fem mundbind til morgen transport og fem til hjemturen). Det er vigtigt, at I som forældre hjælper jeres barn med at organisere, hvordan det bedst lykkes med at have mundbind nok til hele ugen. Vurderer I som forældre, at jeres barn ikke skal bruge mundbind, eller ønsker I at bruge en anden type mundbind end dem skolen udleverer, skal I give klassen besked om, at I ikke har brug for mundbind fra skolen. Det er vigtigt, at vi er fælles om ikke at bruge flere mundbind end nødvendigt.

Om børn og andre – hvor brug af mundbind kan være svært

Ved kørsel i HB-Care busser i forbindelse med undervisning ud af huset stiller Fjordskolen ligeledes mundbind til rådighed til voksne og de elever, hvor det er relevant. Ved kørsel i Fjordskolens busser anvendes ligeledes mundbind eller visir.

Hvilken type mundbind kan anvendes?

Der findes tre typer CE-mærkede mundbind (Type I, Type II og Type IIR), hvor forskellen er, at type I har en filtreringsgrad på 95% og type II på 98%. Til brug i det offentlige rum, også for personer i øget risiko, er type I tilstrækkeligt, både i forhold til at beskytte andre mod smitte, og til at beskytte bæreren selv. Mundbind af type II og IIR er til brug i sundhedsvæsenet.

Stofmundbind, der kan tåle vask ved 60 grader, kan være et godt alternativ for personer, som ikke har mistanke om COVID-19, og som ikke er i øget risiko for alvorligt forløb ved COVID-19. Hvis der anvendes stofmundbind, skal barnet have et rent stofmundbind (der opbevares separat i en lukket pose) med til hjemtransporten samt en plastpose til det stofmundbind, der bliver brugt til transport til skolen. Anvendte stofmundbind skal vaskes, før man bruger det igen.

Retningslinjer for anvendelse af mundbind

- ▶ Inden mundbindet tages på (hjemmefra eller fra skolen) vaskes eller afsprittes hænder grundigt
- ▶ Mundbindet tages af og på som vist i nedenstående video fra Sundhedsstyrelsen [Sådan bruger man mundbind](#)
- ▶ Ved ankomst til skolen, beholdes mundbindet på til eleven er i klassen, hvor engangsmundbind smides i skraldespand og stofmundbind gemmes i medbragt plastpose. Herefter vaskes hænder grundigt

Legetøj

Dit barn må ikke medbringe legetøj hjemmefra, medmindre der er særlige grunde til det, og det er aftalt med klassens personale.

Husk madpakken

For at mindske smitterisikoen ved fælles madlavning, skal dit barn have madpakke med hjemmefra. Skolebod på afd. A er pt. lukket. Der kan fortsat ikke varmes medbragt mad.

Skema og fag

Nogle af Fjordskolens faglokaler er lukkede. Bassin, motionscenter og terapi er helt lukkede. Der er ingen svømmeundervisning i Bov svømmehal og idræt i Grænehallerne. Som udgangspunkt er madkundskab, idræt, PLC og billedkunst også lukkede. Skolen opfordrer til at der foregår mest mulig undervisning i eget klasselokale. I de enkelte tilfælde hvor undervisning i eget klasselokale ikke er mulig, aftales brug af faglokale med afdelingslederen. Medbring tøj og ting til undervisning efter klassens anvisning. Husk fortsat at have overtøj med til udendørsaktiviteter.

Råd og vejledning

Hvis I har spørgsmål eller bekymringer, står jeres barns klasseteam, skolens terapeutteam eller skolens ledelse til rådighed med hjælp og vejledning.

Terapeutteamet

- | | |
|---------------------------------|-----------|
| • Ulla Sparholt (A) | 2149 0365 |
| • Gitte Nørregaard Hansen (A) | 2149 0365 |
| • Rikke Julsgaard Iversen (B/E) | 7376 6730 |
| • Susanne Sørensen (B/D) | 7376 6730 |
| • Louise Kock (D/E) | 7376 6730 |

Skolens ledelse

- | | |
|--|-------------|
| • Afdelingsleder A, Betina Volquartzen | 24 67 13 80 |
| • Afdelingsleder B, Martina Lindholdt | 30 56 37 38 |
| • Afdelingsleder D og E, Tina M. Knudsen | 20 56 21 14 |
| • Afdelingsleder I, Kasper J. Larsen | 21 53 07 23 |
| • Administrativ leder, Iben Duedahl | 20 77 01 36 |
| • Skoleleder, Jens Boddum | 20 52 85 21 |



Nyttige links

- [Sundhedsstyrelsen](#)
- coronasmitte.dk
- [Dansk pædiatrisk selskabs beskrivelse af børn i risikogruppe](#)
- [Har dit barn symptomer, der kan være COVID-19, eller er der smitte i dit barns skole](#)

