

Elever og kursister på Rybners

# Sådan hjælper du med at forebygge smitte

- Forholdsregler for undervisning på skolen

Som elev (eller kursist) på Rybners skal du følge en række skærpede forholdsregler for at forebygge smitte med coronavirus (COVID-19). Forholdsreglerne følger Sundhedsstyrelsens retningslinjer og udgør konkrete retningslinjer for, hvordan vi på Rybners har besluttet at agere for at begrænse smitterisikoen mest muligt.

## HVORNÅR SKAL DU BLIVE HJEMME?

Du skal **altid** følge sundhedsmyndighedernes anbefalinger, men generelt skal du blive hjemme, hvis:

- du har symptomer som fx hoste, feber, hovedpine, ondt i halsen, muskelsmerter eller vejrtrækningsbesvær. Du skal først møde igen 48 timer efter, at symptomerne er forsvundet, eller du har fået lavet en coronatest, som er negativ.
- du er henvist til en coronatest og venter på svar. Du må først komme på skolen igen, når svaret på testen er negativ.
- du, eller en person du bor sammen med, er konstateret smittet med COVID-19.
- du har været på en ikke-nødvendig rejse til lande, som Udenrigsministeriet fraråder at besøge. Du skal altid følge Udenrigsministeriets vejledninger.

Hvis du selv er i risikogruppen, eller bor sammen med familiemedlemmer i risikogruppen, kan der være særlige forhold, der kan betyde, at der skal tages særlige hensyn. En sådan vurdering foretages af den behandlende læge, og i disse tilfælde kan skolen bede om en lægeerklæring. Se mere om særlige risikogrupper her: [www.sst.dk/da/corona/Saerlige-risikogrupper](http://www.sst.dk/da/corona/Saerlige-risikogrupper).

Hvis du på grund af en af ovenstående årsager ikke kan deltage i undervisning på skolen, skal du hurtigst muligt give skolen besked.

## HÅNDHYGIEJNE

God håndhygiejne er et af de vigtigste elementer i forebyggelsen af smitte med COVID-19. Du skal være opmærksom på følgende ting:

- Når du kommer ind på skolen, skal du vaske dine hænder med vand og flydende sæbe eller bruge håndsprit, før du går til undervisning.
- Vask dine hænder ofte i løbet af skoledagen.
- Host og nys så vidt muligt i ærme eller engangslommetørklæde - ikke i hænderne.
- Suppler håndvask med brug af håndsprit i relevant og nødvendigt omfang.
- Husk også god håndhygiejne, hvis du skal skifte lokale i løbet af skoledagen.

Vi stiller på Rybners håndsprit til rådighed i det omfang, det er muligt. Hvis du har mulighed for det, kan du også medbringe håndsprit hjemmefra.

Se hvordan du skal vaske hænder godt og effektivt, så du kan beskytte dig selv og andre mod coronavirus/COVID-19: [https://www.sst.dk/da/udgivelser/2020/film\\_vask\\_haender](https://www.sst.dk/da/udgivelser/2020/film_vask_haender)

# Forebyg smitte



Vask dine hænder ofte



Host eller nys i ærmet

## HOLD GOD AFSTAND TIL ANDRE

- Hvor det er muligt holdes afstand på minimum 1 meter – og minimum 2 meter i særlige situationer.
- Afstandskravet på 1 meter kan dog fraviges i undervisningssituationer, hvor skolen vurderer, at det er nødvendigt af hensyn til undervisningens gennemførelse. Ved fravigelse af afstandskravet skal der være øget fokus på hygiejne samt reduktion af antallet og varigheden af ansigt-til-ansigt kontakter.
- Du og dine klassekammerater får faste pladser og bliver placeret ved borde med 1 meters mellemrum, når det er muligt. Der måles fra næse til næse.
- For at minde os alle sammen om at holde den nødvendige afstand, vil kantinearealer, sofagrupper og lignende være afspærret med tydelige markeringer.

Følg altid alle anvisninger fra skolen i forhold til ovenstående.

## MAD OG DRIKKE

- Skolens kantiner er åbne med begrænset udvalg af varer. Elever, der bor på skolehjemmet Hermitage, får udleveret mad og drikkevarer til frokost.
- Der er ikke adgang til skolens vandautomater, og det er ikke tilladt at bestille pizza eller anden take-away-mad til levering på Rybners. Du er selvfølgelig som altid velkommen til at medbringe din egen mad og drikkevarer.
- Du skal spise din mad i klasselokalet med den gruppe klassekammerater, du undervises sammen med.
- Du skal sidde på din egen plads, når du spiser - med god afstand til dine klassekammerater.
- Du må ikke dele mad, drikkevarer og slik med dine klassekammerater.

## ØVRIGE FORHOLDSREGLER

Du skal som udgangspunkt blive på den samme plads i det samme lokale hele dagen. Kun hvis det fremgår af dit skema, kan du skifte lokale i løbet af dagen.

- Du skal altid bruge mundbind, når du færdes på fællesarealer som fx gange, kantiner og toiletter.
- I pauserne skal du enten blive på din plads eller gå udenfor i det område, der er anvist til din klasse eller dit hold. Husk, at reglerne om minimum 1 meters afstand til andre også gælder udenfor!
- Ved lokaleskift er udgangspunktet, at du holder pause i det lokale, hvor du skal have næste time. Når du kommer til et nyt lokale, skal du spritte den stol og det bord af, hvor du skal sidde. Skifter du til et IT-lokale, skal du også spritte mus og tastatur af, før du bruger det.
- I de tilfælde, hvor det er nødvendigt i undervisningen med ansigt-til-ansigt-kontakt i mere end 15 minutter anbefales brug af mundbind
- Gå ikke ind i andre lokaler, og bland dig ikke med elever fra andre klasser i løbet af skoledagen.
- Gå kun rundt på gangene, hvis du skal i kantine eller på toilettet.
- Undgå så vidt muligt at dele din tablet, mus, tastatur, værktøj og andet udstyr med andre. Vask eller afsprit dine hænder før og efter brug af lånt udstyr. Aftør udstyret flere gange dagligt og mellem brug.

## TILFÆLDE AF SYMPTOMER OG SMITTE

Hvis en i din husstand skal testes pga. symptomer kan du godt komme i skole. Du skal dog være ekstra opmærksom på at holde afstand og spritte hænder af. Hvis du selv skal testes for symptomer, skal du blive hjemme, indtil du får svar på testen. Du skal altid følge sundhedsmyndighedernes retningslinjer: <https://www.sst.dk/da/corona>.

Hvis du har været udsat for særlig smitterisiko, fx deltagelse i større fester eller udlandsrejser, har du altid mulighed for selv at tage initiativ til en test. Du kan bestille tid via [www.coronaprover.dk](http://www.coronaprover.dk).

For at bidrage til at stoppe COVID-19 smittespredning opfordrer skolen dig til at anvende appen "Smittestop".

# Forebyg smitte



Undgå håndtryk, kindkys og kram – begræns den fysiske kontakt



Vær opmærksom på rengøring – både hjemme og på arbejdspladsen

## **GIV SKOLEN BESKED**

Det er afgørende, at du straks giver skolen besked, hvis du ikke kan møde på skolen af én af følgende årsager:

- Hvis du har symptomer på COVID-19.
- Hvis din læge henviser dig til test for COVID-19.
- Hvis du eller en person, du bor i husstand med, er påvist smittet med COVID-19.
- Hvis du er i en særlig risikogruppe, og behandlende læge har vurderet, at det ikke er sundhedsmæssigt forsvarligt, at du møder på skolen.

Du skal i disse tilfælde straks give besked til skolen iht. nedenstående:

## **ELEVER PÅ GYMNASIEUDDANNELSERNE - STX, HHX, HTX OG HF**

Hvis du på grund af COVID-19 (symptomer, smitte eller særlig risikogruppe) bliver hjemme/tager hjem, skal du straks give direkte besked til din teamlærer/klasseleder OG angive fraværsårsag i Ludus. Kontakt herefter din læge for afklaring af, om du er smittet med COVID-19.

Hvis du har symptomer på COVID-19 og er henvist til test af din læge eller er konstateret smittet med COVID-19, skal du give direkte besked til ledelsen på din uddannelse (rektor/uddannelsesleder).

## **ELEVER PÅ ERHVERVSUDDANNELSERNE (EUD), EUX OG KURSUS**

Hvis du på grund af COVID-19 (symptomer, smitte eller særlig risikogruppe) bliver hjemme/tager hjem, skal du straks give skolen besked ved at ringe til skolens reception på tlf.nr. 7913 4511. Henviser din læge dig til test for COVID-19, skal du også give besked til skolens reception .

Receptionen giver beskeden videre til lederen på din uddannelse, og du vil herefter blive kontaktet af lederen.

## **ELEVER PÅ RYBNERS ASPIT**

Hvis du på grund af COVID-19 (symptomer, smitte eller særlig risikogruppe) bliver hjemme/tager hjem, skal du straks give skolen besked ved at ringe til Gitte Drewsen på tlf.nr. 6120 7616. Henviser din læge dig til test for COVID-19, skal du også give besked til Gitte Drewsen.

## **PÅ RYBNERS PASSER VI PÅ HINANDEN!**

Vi passer på hinanden ved bl.a. at overholde ovenstående regler og retningslinjer. Vi har alle et ansvar for at begrænse smittespredning mest muligt - både elever og ansatte på Rybners. Rybners' medarbejdere vil gøre alt, hvad de kan for at vejlede dig og dine klassekammerater og minde alle om de særlige forholdsregler for adfærd og hygiejne, som gælder lige nu. Vis respekt for medarbejderne, følg deres anvisninger og spørg dem, hvis der er noget, du er i tvivl om. De vil gøre, hvad de kan for at hjælpe alle med at passe på sig selv og hinanden.

**Og glem så ikke at sende hinanden et smil og udvise tålmodighed og forståelse for hinanden.**

# Forebyg smitte



Hold afstand  
- bed andre tage hensyn