

Instruks til elever

i forbindelse med skoleårets start på RK

Formålet med denne instruks er at begrænse udbredelsen af smitte med CORONA-virus, som kan resultere i sygdommen COVID-19.



Smitte

CORONA-virus smitter ved dråbesmitte og kontaktsmitte (det vil sige ved overførsel af smitstof fra næse og mund via hænder og genstande man rører ved, f.eks. via håndtryk og via overflader m.v.). Man ved endnu ikke, hvor længe CORONA-virus 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).



Symptomer

Symptomer på COVID-19 er:

- Hoste
- Feber
- Ondt i halsen
- Muskelsmerter
- Vejtrækningsbesvær
- Hovedpine.

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



Generelt om håndhygiejne

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 skyller med vand.

Korrekt udført håndvask tager ca. 45-60 sekunder. Se [Sundhedsstyrelsens film](#) om korrekt håndvask

Vådservietter

Er man ikke i nærheden af vand og flydende sæbe, f.eks. når man er på tur, kan der bruges hudvenlige vådservietter. Man skal hurtigst muligt herefter udføre håndvask med vand og flydende sæbe.



Virus er følsom over for desinfektion med alkohol. Ved påføring af desinfektionsmiddel som håndsprit dræbes mikroorganismene.

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

Se [Sundhedsstyrelsens film](#) med gode råd om coronavirus.

Bemærk

Denne instruks beskriver de enkle forholdsregler, der kan forebygge smittespredning på skolen, hvis en elev eller medarbejder viser sig at være smittebærer. Det er dog lige så vigtigt, at de enkle forholdsregler følges, når man er sammen med andre i andre sammenhænge, så derfor opfordres alle til at have fokus på afstand og håndhygiejne og til at undgå at opholde sig i større forsamlingssteder.

Vær også opmærksom på, at du nu skal have mundbind på i offentlig transport!

Sådan forebygger du smitte på skolen

For at sikre god håndhygiejne

- **Skal du** lære dig selv, hvordan korrekt udført håndvask foregår – [se denne video](#).
- **Skal du** foretage håndvask eller hånddesinfektion
 - når du kommer ind på skolen, og før du forlader skolen
 - når du kommer ind i eller forlader et lokale på skolen
 - før spisning, efter toiletbesøg, efter host/nys i hænder eller engangslommetørklæde.
 - Bemærk, at håndvask og hånddesinfektion er ligeværdige. Dog anbefales håndvask altid ved synligt snavs på hænder, ved fugtige hænder, efter toiletbesøg og før håndtering af madvarer.
- **Skal du** bruge de opstillede engangspapirservietter til at tørre hænderne efter håndvask.
- Der er opstillet dunke med håndsprit i/ved alle undervisningslokaler og ved alle indgange til skolens større bygninger.

Rengøring

- Du skal undgå at dele dit it-udstyr, mobiltelefon, skriveredskaber mv. med andre.
- Skolens pc'ere er som udgangspunkt slukkede og må ikke bruges. Hvis du af særlige grunde har fået lov til at bruge en af skolens pc'ere på biblioteket, **skal du** foretage håndvask eller hånddesinfektion før og efter brug, og **du skal** afspritte tastatur med særlige servietter (udleveres på biblioteket).
Skolen sørger for rengøring og desinfektion en gang i løbet af skoledagen og efter skoledagens afslutning af grupperum, toiletter og kontaktpunkter (vandhaner, håndvaske, toiletknapper, toiletsæder, stikkontakter, dørhåndtag m.v).
Giv rengøringspersonalet plads, så de kan udføre deres meget vigtige arbejde til gavn for os alle!
- **Du skal** selv rengøre bordpladen på din plads i slutningen af 4. lektion. Du anvender det rengøringsmiddel, den spand og de klude, som skolen har sat frem. Du må IKKE bruge håndsprit til at aftørreskolens inventar!
- Spisning foregår i dit stamklasselokale eller i din classes tildelte udeområde. Ryd op efter dig og put alt affald i de opstillede affaldsspande – sorter dit affald, hvor det kræves!

Afstandskrav 1 meter samt kontaktbegrænsning

- Der gælder et generelt **afstandskrav på min. 1 meter**.
Dette kan dog fraviges i lokaler, hvor det ikke er muligt at placere bordene, så der kan opretholdes en afstand på 1 meter. Afstandskravet kan også fraviges ved f.eks. arbejde med forsøg i de naturvidenskabelige fag.
Du skal altid være særligt påpasselig med hygiejne, når afstandskravet fraviges.
Alle borde er så vidt muligt stillet, så alle elever ser i samme retning.
- **Gruppearbejde** foregår inde i klasselokalet.
- Ved fremlæggelse, som foregår med front mod dine klassekammerater, er afstandskravet 2 meter.
- **Hver klasse tildeles et bestemt stamlokale på skolen, et bestemt toilet og et bestemt udeområde** i nærheden af dette stamlokale. Selvom I ikke har undervisning i dette stamlokale, skal I altid benytte toilettet og udeområdet ved dette stamlokale. Dette reducerer antallet af elever fra de andre grupper, som du og dine holdkammerater har kontakt med, og reducerer dermed omfanget af en evt. smittespredning.
- Særligt for idræt: Hvis du er til timer i Hallen, benyttes toiletter dér, og du skal ikke ind på skolen og benytte det toilet, din stamklasse har fået tildelt.
- Frikvarter og spisepause tilbringes udendørs i det område, din klasse har fået tildelt, eller i din classes stamlokale. I pauserne sørger I for, at der luftes ud i jeres lokale.
- Du skal respektere 1 meters afstandskravet, uanset hvad du foretager dig – knus, kram, håndtryk og anden fysisk kontakt må altså stadig vente.
- Mellemtimer og anden ventetid: Du opholder dig i din classes stamlokale/tildelte udeområde. Er vejret dårligt og stamlokalet optaget af undervisning, må du opholde dig på Biblioteket eller i Salen.
- Helt eller delvist lukkede lokaler:
 - **Loungeområdet og 1. Salen** er helt lukket for elever.
 - **Biblioteket og Salen** er åbent for elever med mellemtimer og ventetid til bus og tog.
 - **Salen** er i øvrigt reserveret kø til kantinen.
- **Grupperummene H23, PG12, PG22, PG32** må benyttes af klasserne i nabolokalerne. Grupperummene rengøres af skolens rengøringspersonale.

- Sidst i dette dokument kan du se din klasses stamlokale, toilet og udeområde.

Hvad med mad og drikke – og hvor spises der?

- Medbringer du ikke mad og drikke, kan det købes i Kantine – kun de elever, der skal købe mad, stiller sig i kø. Lad være med at tage venner med, hvis ikke de selv skal købe mad. Stå i kø med 1 meters afstand som i supermarkeder.
- Spisning foregår i dit stamklasselokale eller i din klasses tildelte udeområde.
- Der er ikke adgang til vandautomater – medbring gerne vand selv.

Hvordan skal du reagere ved symptomer på eller positiv test for COVID-19?

- **Du skal** tage hjem med det samme, hvis du har symptomer på COVID-19!
- **Du skal** blive hjemme indtil 48 timer efter, at symptomerne er stoppet.
- **Du skal** orientere skolen, hvis du testes positiv for COVID-19, også selvom du ikke har symptomer. I sådanne tilfælde skal du blive hjemme 7 dage efter testen. Er du testet positiv og udvikler symptomer på COVID-19, skal du blive hjemme indtil 48 timer, efter symptomerne er ophørt.
- Se også Sundhedsstyrelsens pjece "[Til dig, der har symptomer på covid-19](#)" og "[Til dig, der er testet positiv for ny coronavirus](#)".

Hvordan skal du reagere, hvis du har været i nær kontakt med en, der er testet positiv for COVID-19?

- Hvis du har været sammen med en person, som får symptomer på COVID-19, skal du reagere, hvis du har været sammen med personen i tidsrummet fra 48 timer før, personen fik symptomer, til 48 timer efter at symptomerne ophørte.
- Hvis personen ikke havde symptomer, men blev testet positiv, skal du reagere, hvis du har været sammen med personen i perioden fra 48 timer før, personen blev testet til 7 dage efter, at personen blev testet.
- **Du skal** tage hjem med det samme, hvis du i løbet af skoledagen finder ud af, at en person, du har været sammen med, er blevet testet positiv, og du skal hurtigst muligt få taget en test. Hvis testen er negativ, må du komme i skole igen. Også selvom du skal have taget en test nr. 2.
- Hvad gør du, hvis du har været i nær kontakt med person B, der har været i nær kontakt med person A, og du derefter finder ud af, at person A er testet positiv? **Du skal** afvente, at person B testes. Hvis person B testes negativ, skal du ikke foretage dig noget, men hvis person B testes positiv, skal du straks tage hjem og hurtigst muligt selv blive testet.
- Se også Sundhedsstyrelsens pjece "[Til dig, der er nær kontakt til en person, der er testet positiv](#)".
- **Du skal** orientere skolen, hvis du testes positiv for COVID-19, også selvom du ikke har symptomer. I sådanne tilfælde skal du blive hjemme 7 dage efter testen. Er du testet positiv og udvikler symptomer på COVID-19, skal du blive hjemme indtil 48 timer, efter symptomerne er ophørt.

Lokalefordeling, fordeling af toiletter og udeområder:

Klasse	Stamlokale	Toilet	Håndvask	Udeområde
1.o	H14	Ved siden af H16	Ved siden af H16	Den centrale gård, fra hoveddør til kastanjen
1.p	H15	Ved siden af H16	Ved siden af H16	Den centrale gård, fra hoveddør til kastanjen
2.o	H16	Ved siden af H16	Ved siden af H16	Den centrale gård, fra hoveddør til kastanjen
2.p	H13	Ved siden af H16	Ved siden af H16	Den centrale gård, fra hoveddør til kastanjen
2.k	H22	Ved H24 (gennem H23,H24)	Ved H24	Biblioteksgården (fliser, stele)
2.l	H24	Ved H24	Ved H24	Biblioteksgården (fliser, stele)
2.m	H21	Ved H24 (gennem H22,23,24)	Ved H24	Biblioteksgården (fliser, stele)
1.a	SV01	Overfor SV01	Overfor SV01	Området udenfor SV03
1.b	SV02	Overfor SV03	Overfor SV03	Området udenfor SV03
3.s	SV03	Overfor SV03	Overfor SV03	Området udenfor SV03
1.c	SV11	Ved SV11	Ved SV11	Området udenfor SV01
2.n	SV12	Ved SV11	Ved SV11	Området udenfor SV01
2.u	Salen	Elevtoiletter ved lærerværelset	Elevtoiletter ved lærerværelset	Området uden for KE1
1.d	SV13	Ved SV11	Ved SV11	Området udenfor SV01
1.æ	G01	Gravsgadehuset, stueetagen	Gravsgadehuset, toilet, stueetagen	Bibliotekshaven (græsplæne)
1.ø	G02	Gravsgadehuset, stueetagen	Gravsgadehuset, toilet, stueetagen	Bibliotekshaven (græsplæne)
2.r	G11	Villaen, stueetage	Gravsgadehuset, rengøringsrum 1.sal	Hjørnet ved Villaen
2.s	G12	Villaen, stueetage	Gravsgadehuset, rengøringsrum 1.sal	Hjørnet ved Villaen
3.z	PG10	PG1-huset, stueetagen	PG1-huset, stueetagen	Bibliotekshaven (græsplæne)
3.r	PG11	PG1-huset, stueetagen	PG1-huset, rengøringsrum, 1.sal	Bibliotekshaven (græsplæne)
3.k	A01	Skolegården ved biblioteket	Skolegården ved biblioteket	Den centrale gård, fra kastanjen til Puggårdsgade
3.m	A02	Skolegården ved biblioteket	Skolegården ved biblioteket	Den centrale gård, fra kastanjen til Puggårdsgade
1.n	A11	Asylet, stueetagen	Asylet, stueetagen	Den centrale gård, fra kastanjen til Puggårdsgade
1.u	A11	Asylet, stueetagen	Asylet, stueetagen	Den centrale gård, fra kastanjen til Puggårdsgade
3.l	P12	Puggård, stueetagen	Puggård, stueetagen	Den centrale gård, under kastanjen
2.x	PG21	PG2-huset, stueetagen	PG2-huset, rengøringsrum, 1.sal	Arealet mellem musik og PG2-huset
2.y	PG20	PG2-huset, stueetagen	PG2-huset, stueetagen	Arealet mellem musik og PG2-huset
3.x	FY1	Elevtoiletter ved lærerværelset	Elevtoiletter ved lærerværelset	Arealet udenfor FY1
1.v	FY2	Elevtoiletter ved lærerværelset	Elevtoiletter ved lærerværelset	Arealet udenfor FY2
3.y	PG30	PG3-huset, stueetagen	PG3-huset, stueetagen	Gården bag PG4-huset
3.t	PG31	PG3-huset, stueetagen	PG3-huset, rengøringsrum, 1.sal	Gården bag PG4-huset