

Veileder om smittevern for ungdomsskole og videregående skole under covid-19 utbruddet 2020

Denne veilederen skal gi råd og føringer til ungdomsskoler og videregående skoler når det gjelder drift under koronavirusutbruddet (covid-19-utbruddet) 2020. 4. utgave 28. september 2020.

ARTIKKEL | SIST ENDRET: 28.09.2020

Innhold

Oppdateringer

Innledning

Skolens samfunnsrolle

Skolens rolle ved utbrudd og smittesporing

Oppfølging av sårbare barn og unge

Smitteforebyggende tiltak

- Nivåinndeling av smitteverntiltak (trafikklysmode)
- Syke personer skal ikke være på skolen
 - Når skal elever og ansatte ikke møte på skolen?
 - Når sykdom oppstår på skolen

- Hva hvis en i husstanden til en elev/ansatt er syk
- Hvis en i husstanden til en elev/ansatt har bekreftet covid-19
- God hygiene
 - God hånd- og hostehygiene
 - Bruk av munnbind
 - Godt renhold
 - Grønt nivå
 - Gult og rødt nivå
 - Ventilasjon og lufting
- Redusert kontakt mellom personer
 - Kontaktreduserende tiltak i ungdomsskoler (grønt, gult og rødt nivå)
 - Grønt nivå
 - Gult nivå
 - Rødt nivå
 - Kontaktreduserende tiltak i videregående skoler (grønt, gult og rødt nivå)
 - Grønt nivå
 - Gult nivå
 - Rødt nivå
 - Felles for ungdomsskoler og videregående skoler (gjelder alle nivå)
- Smitteverntiltak i enkelte fag på ungdomstrinnet og i videregående opplæring
- Yrkesfag i videregående opplæring
- Leirskoler og samlinger av elever på tvers av skoler eller kommuner

Spesielt for videregående skoler der elevene bor på internat

Er det noen ungdom og ansatte det må tas spesielle hensyn til?

- Ungdom med kroniske sykdommer
- Voksne (foresatte /ansatte)

Opplæring av ansatte og informasjon til foresatte

- Samhandling med foresatte og foreldremøter

Sjekkliste for smittevern på ungdomsskoler og videregående skoler

Kilder

Oppdateringer

Oppdatert 4. versjon publisert 28. september

Utdypende råd om:

- skolens rolle ved utbrudd og smittesporing
- Oppfølging av sårbare elever
- Bruk av munnbind
- Ventilasjon og lufting
- Avstand mellom ansatte
- Leirskole og andre samlinger

Informasjon om symptomer, viruset og sykdommen er forkortet. Her henviser vi til FHIs nettsider.

Informasjon om ungdom med kroniske sykdommer og tilstander er forkortet. Her henviser vi til Norsk barnelegeforenings nettsider.

Oppdatering 7. september

- Elever og ansatte skal selv med milde luftveissymptomer og sykdomsfølelse ikke møte på skolen. De skal holde seg hjemme til allmentilstanden er god.

Oppdatering 26. juni

- Ved gjennomgått luftveisinfeksjon kan elever og ansatte komme tilbake når de er symptomfrie.

Oppdatert 3.versjon publisert 29. mai

Siste endring i denne versjonen er 7. september 2020.

- Innføring av trafikklysmoell for å tilpasse kontaktreduserende tiltak
- Forbedrede råd for skånsom håndvask
- Fjernet kapittel om smittevernråd ved gjennomføring muntlig, muntlig-praktisk og praktisk eksamen

Oppdatert 2.versjon publisert 7.mai

- Tydeliggjøring av ulike kontaktreduserende tiltak for ungdomsskoler og videregående skoler.
- Presisering og tydeliggjøring av enkelte råd

Innledning

Denne veilederen skal gi råd og føringer til ungdomsskoler og videregående skoler i drift under koronavirusutbruddet (covid-19-utbruddet). Veilederen gjelder også for voksenopplæring så langt den passer. Veilederen kommer i tillegg til eksisterende regler og retningslinjer beskrevet i forskrift om miljø-rettet helsevern i barnehager og skoler m.v. . Utbruddets utvikling og praktiske hensyn kan føre til behov for endringer.

Det er skoleeier som er ansvarlig for å sikre at driften skjer i samsvar med gjeldende regelverk . Skoleeier er ansvarlig for å etablere internkontroll-rutiner som sikrer at miljøet i skolen fremmer helse, trivsel, gode sosiale og miljømessige forhold samt forebygger sykdom og skade. Skoleeier er derfor ansvarlig for å sikre en forsvarlig drift som tar hensyn til smittevern. Vi understreker imidlertid behovet for at alle bidrar til å få til en god drift av skolene under covid-19 utbruddet. Smitte-vern faglig forsvarlig drift innebærer et velfungerende samarbeid mellom alle aktører som har oppgaver på skolen. Det fordrer et godt samarbeid mellom personalet på skolen og skolehelse-tjenesten, i tillegg til renholdsarbeidere som skal ivareta behovet for vask og rengjøring. Videre vil god dialog mellom skole og hjem være av sentral betydning.

Veilederen tar utgangspunkt i gjeldende rammebetingelser, regelverk og finansiering.

Veilederen er utarbeidet av Folkehelseinstituttet og Utdanningsdirektoratet. Oppdraget ble gitt av Kunnskapsdepartementet og Helse- og omsorgsdepartementet, via Helsedirektoratet.

Skolenes samfunnsrolle

Skolene har en avgjørende rolle i sosial og faglig utvikling for ungdom. Det følger av opplæringsloven at ungdom har rett til opplæring . Både FNs barnekonvensjon, Grunn-loven og regelverket på opplæringsområdet anerkjenner betydning av skolen som arena for ungdommers læring, mestring og trivsel. Ansatte i skolen har derfor en sentral rolle for å ivareta elevene også i en pandemisituasjon. Utbruddet kan vare over lang tid, og det har derfor stor betydning at ungdom kan gå på skole i utbruddsperioden samtidig som smittevernet ivaretas, både for elevene og de ansatte.

Skolens rolle ved utbrudd og smittesporing

Kommunehelsetjenesten har ansvar for oppfølging av tilfeller med bekreftet covid-19 (smittesporing), og vil varsle skolen dersom elever eller ansatte får bekreftet sykdom. Det er kommunehelsetjenesten som skal beslutte nødvendige tiltak og for eksempel å definere hvem som er nærkontakter til den syke. Skolens bidrag er like fullt av stor betydning:

- Skolen bør ha en beredskapsplan for rask overgang til rødt nivå. Hvis det oppdages smitte blant elever/ansatte, og kommunale eller nasjonale myndigheter beslutter at det er behov for heving av tiltaksnivå, kan endringen iverksettes raskt.
- Skolen skal kunne hjelpe med oversikt over nærkontakter på skolen. Taushetsplikt og krav til personvern må overholdes.
- Kommunehelsetjenesten og skoleeier må samarbeide om hvem som skal informere de ulike gruppene (elever, foresatte, lærere og andre ansatte) og på hvilken måte. Det er viktig å inkludere vikarer og midlertidig ansatte i informasjonsformidlingen, samt personer i andre kommuner som er tilknyttet skolen der det har oppstått smitte.
- Skolen må informere kommunehelsetjenesten om behov for tolk.

- Det er viktig å gi alle berørte nok informasjon, samtidig som taushetsplikt og krav til personvern ivaretas.

Oppfølging av sårbare barn og unge

Barnehager og skoler har en sentral rolle i å identifisere og følge opp utsatte barn og unge. De er også viktige for samarbeidet mellom helsestasjons- og skolehelsetjenesten, PPT, fastlege, barnevern, psykiske helsetjenester m. fl.

Noen barn og unge er allerede identifisert med særskilte behov, mens andre kan ha behov for spesiell oppfølging som følge av smitteverntiltakene. Tiltakene kan føre til sosial isolasjon som skyldes både færre fritidstilbud og muligheter til sosial interaksjon i samfunnet generelt, og/eller manglende kontinuitet i undervisningstilbudet pga. karantene eller hjemmeundervisning.

Som følge av gjeldende råd om fravær ved luftveissymptomer, vil mange elever i tiden fremover få langt høyere fravær enn vanlig. Dette kan også skje som følge av karantene for elever og/eller ansatte. Skolen må finne løsninger som sikrer at elever som ikke kan møte på skolen får et forsvarlig opplæringstilbud hjemme. Her finner du informasjon om opplæring til elever som ikke kan møte på skolen.

Når skolen er stengt eller har redusert åpningstid på grunn av tiltak etter smittevernloven, skal skoleeier sørge for et tilbud på dagtid til elever med særlige behov. Skoleeier skal alltid vurdere om elever som får spesialundervisning skal få et tilbud på skolen. I tillegg kan det være elever som ikke kan ivaretas når skolen er stengt eller har redusert åpnings- eller oppholdstid, for eksempel barn og unge som lever under vanskelige familieforhold.

Det er også viktig å være oppmerksom på barn og unge som under normale forhold ikke ville vært utsatt. Skoleeier har ansvar for å kartlegge og vurdere hvem som har behov for et tilbud. Foreldre og elever skal derfor ikke behøve å etterspørre et slikt tilbud.

Skolehelsetjenesten skal være tilgjengelig for å kunne følge opp barn og unge, og i samarbeid med skolen oppfordre til at elevene selv kan ta kontakt med tjenesten.

Skoler må:

- etablere gode rutiner for samarbeid med helsestasjons- og skolehelsetjenesten, PPT, barnevern og andre kommunale tjenester for å skaffe seg oversikt over hvilke barn og unge som trenger oppfølging av helsemessige, personlige, sosiale eller emosjonelle årsaker.
- legge planer for hvordan de skal sikre barn og unge et forsvarlig tilbud.
- etablere rutiner og samarbeid med relevante tjenester for å sikre oppfølging av elever med mye fravær. Dette inkluderer elever som er i risiko for å falle ut av utdanningsløpet.

Smitteforebyggende tiltak

Det gjøres mange tiltak i alle deler av samfunnet som til sammen begrenser smitte-spredningen. Det er viktig å bruke tiltak som er tilpasset ulike situasjoner. De samme tiltakene kan derfor ikke alltid brukes på skoler som for eksempel i bedrifter og i samfunnet for øvrig. Her beskriver vi tiltak for å begrense smittespredning blant elever på ungdomsskolen og videregående skoler og ansatte. Det er ikke nødvendig å sette inn ytterligere tiltak enn det som er beskrevet her med mindre annet blir bestemt av lokale eller nasjonale myndigheter.

Så lenge viruset sirkulerer i samfunnet, kan sykdom forekomme; det er ikke mulig å forhindre alle nye tilfeller. Det betyr at det kan komme smitte inn i skolen, men tiltakene beskrevet her vil begrense smittespredning. Det er viktig å ikke legge skyld på enkeltpersoner.

Formålet med rådene er å hindre spredning av covid-19. De tre grunnpilarene for å hindre smittespredning er:

1. Syke personer skal ikke være i på skolen
2. God hygiene
3. Redusert kontakt mellom personer

Det aller viktigste smitteverntiltaket er at syke personer holder seg hjemme. Hostehygiene og å holde avstand er avgjørende for å begrense dråpesmitte, mens håndhygiene, og spesielt det å unngå å ta seg i ansiktet med urene hender, er viktig for å hindre kontakt-smitte. Økt fysisk avstand mellom mennesker reduserer muligheten for smitte, også før symptomer på sykdom oppstår.

Nivåinndeling av smitteverntiltak (trafikklysmodell)

Det er nødvendig å tilpasse smitteverntiltakene til den lokale situasjonen, både med hensyn til smitte og utbruddshåndtering, i en helhet. Dette gjøres for skoler ved å nivåinndeile tiltakene i en trafikklysmodell med grønt, gult og rødt nivå. Tiltakene varierer fra vanlig organisering av skolehverdagen (grønt nivå), til mer omfattende tiltak med mindre, faste grupper og større avstand mellom elever (rødt nivå). Forskjellen på de tre nivåene gjelder særlig tiltakene for å redusere kontakt mellom personer (kapittel 3.4).

Kommunehelsetjenesten har smittevernkompetanse, og kan konsulteres ved spørsmål om organisering og tilrettelegging lokalt. Det er smittevernmyndighetene som beslutter hvilket nivå tiltakene skal legges på i henhold til trafikklysmodellen. Det er foreløpig ikke åpnet for lokale nedjusteringer fra det nasjonale tiltaksnivået.

I tabell 1 og 2 er hovedtrekkene ved trafikklysmodellen for henholdsvis ungdomsskole og videregående skole presentert. Utfyllende informasjon er beskrevet nedenfor.

Tabell 1. Trafikklysmodell for ungdomsskolen

Ungdomsskole	Tiltak
Grønt nivå	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ingen syke skal møte på skolen 2. God hygiene og normalt renhold 3. Kontaktreduserende tiltak: <ul style="list-style-type: none"> Unngå fysisk kontakt mellom personer (håndhilsning og klemming) Vanlig organisering av klasser/grupper og skolehverdag
Gult nivå	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ingen syke skal møte på skolen 2. God hygiene og forsterket renhold 3. Kontaktreduserende tiltak: <ul style="list-style-type: none"> Unngå fysisk kontakt mellom personer (håndhilsning og klemming) Hele klasser regnes som en kohort* Ansatte kan veksle mellom kohorter*/klasser, men holde avstand til elever hvis mulig Unngå trengsel og store samlinger Holde avstand i pauser/friminutt
Rødt nivå	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ingen syke skal møte på skolen 2. God hygiene og forsterket renhold 3. Kontaktreduserende tiltak: <ul style="list-style-type: none"> Unngå fysisk kontakt mellom personer (håndhilsning og klemming) Dele klasser inn i mindre kohorter* Kohortene* bør ha faste klasserom Ansatte bør komme til klasserommet Tilstrebe en meters avstand mellom elever/ansatte Unngå trengsel og store samlinger Holde avstand i pauser/friminutt og unngå kontakt mellom ulike kohorter* Vurdere alternerende oppmøtetider for elever

*Faste grupper av elever kalles i denne veilederen for en «kohort». Begrepet brukes for å synliggjøre at formålet med organiseringen er å begrense smitte. En kohort er et godt utgangspunkt for smittebegrensning og eventuell sporing av smitte og anbefales benyttet på gult og rødt nivå i ungdomsskolen. Kohortstørrelsen kan tilpasses lokale forhold, størrelsen på klassen, og den enkelte skoles forutsetninger. Kohorter må i minst mulig grad blandes med andre kohorter.

Tabell 1. Trafikklysmodell for videregående skoler

VGS	Tiltak
Grønt nivå	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ingen syke skal møte på skolen 2. God hygiene og normalt renhold 3. Kontaktreduserende tiltak: <ul style="list-style-type: none"> Unngå fysisk kontakt mellom personer (håndhilsning og klemming) Vanlig organisering av klasser og skolehverdag
Gult nivå	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ingen syke skal møte på skolen 2. God hygiene og forsterket renhold 3. Kontaktreduserende tiltak: <ul style="list-style-type: none"> Unngå fysisk kontakt mellom personer (håndhilsning og klemming) Hele klasser kan ha undervisning sammen Elever bør ha faste plasser i hvert klasserom eller faste samarbeidspartnere/-grupper Ansatte kan veksle mellom klasser, men bør holde avstand til elever så langt det er mulig Utenfor klasserommet oppfordres elever og ansatte til å holde en meters avstand i alle situasjoner Unngå trengsel og store samlinger
Rødt nivå	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ingen syke skal møte på skolen 2. God hygiene og forsterket renhold 3. Kontaktreduserende tiltak: <ul style="list-style-type: none"> Unngå fysisk kontakt mellom personer (håndhilsning og klemming) Dele klasser inn i mindre kohorter* Kohortene* bør ha faste klasserom Ansatte bør komme til klasserommet Tilstrebe en meters avstand mellom elever/ansatte Unngå trengsel og store samlinger Holde avstand i pauser/friminutt og unngå kontakt mellom ulike kohorter* Vurdere alternerende oppmøtetider for elever

I videregående skoler blandes elevene i ulike fag og det er derfor ikke mulig å innføre kohorter. Det er følgelig

særlig viktig at de øvrige smitteverntiltakene gjennomføres.

Syke personer skal ikke være på skolen

Ingen skal møte på skolen hvis de er syke. Dette gjelder både grønt, gult og rødt nivå.

Symptomer på covid-19 kan være milde og vanskelige å skille fra andre luftveisinfeksjoner. Det er først og fremst personer med symptomer som er smittsomme, og smittsomheten er størst idet symptomene oppstår. Dette er også grunnen til at det er viktig å være oppmerksom på symptomer som er nye, mens restsymptomer etter en gjennomgått luftveisinfeksjon er av mindre betydning for smittsomhet.

Mer informasjon om symptomer, sykdomsbilde og når man kan gå på skolen finnes på [Folkehelseinstituttets nettsider](#).

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 personer med nye symptomer på luftveisinfeksjon ikke skal møte på skolen.

Elever og ansatte med luftveissymptomer:

- Elever og ansatte med nyoppståtte luftveissymptomer og/ eller sykdomsfølelse skal ikke møte på skole, selv om symptomene er milde. [Folkehelseinstituttets nettsider](#) gir oppdaterte råd om syke voksne og elever.
- De skal holde seg hjemme til allmenntilstanden er god. Elever og ansatte kan komme tilbake på skolen når de føler seg friske og feberfrie, selv om de har noe restsymptomer på luftveisinfeksjon (noe hoste, snørr, tett nese).

Elever eller ansatte som er i isolasjon eller karantene:

- Det forutsettes at elever og ansatte ikke oppsøker skolen dersom de er i karantene eller isolasjon. Det er ikke skolens ansvar å identifisere hvem som skal i isolasjon eller karantene. For mer informasjon se [Folkehelseinstituttets nettsider](#).

Når sykdom oppstår på skolen

Elever som får symptomer på luftveisinfeksjon skal sendes hjem fra skolen. På ungdomstrinnet og i videregående opplæring må foresatte varsles om hjemsending inntil eleven er myndig. Syke elever bør ikke ta

offentlig transport. Dersom eleven hentes, skal han/hun vente på et eget rom eller ute der det ikke er andre elever. Den syke bør bruke munnbind dersom dette er tilgjengelig og det ikke er mulig å holde to meters avstand til andre. Dette kan redusere smittespredning. De som har vært i kontakt med eleven må huske å vaske hendene. I etterkant rengjøres rom, toalett og andre områder der eleven har oppholdt seg, det er tilstrekkelig å bruke vanlige rengjøringsmidler.

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

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.

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

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

God hygiene

God hånd- og hostehygiene

Håndvask og god hostehygiene er viktig på både grønt, gult og rødt tiltaksnivå.

God hånd- og hostehygiene reduserer smitte ved alle luftveisinfeksjoner, også smitte med covid-19. Disse tiltakene reduserer smitte via gjenstander og hender og reduserer smitte ved hoste.

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.

Håndhygiene:

God håndhygiene bør utføres på rett måte, til rett tid og med effektive og skånsomme produkter. Gode fasiliteter og gode rutiner er nødvendig for etterlevelse.

Når bør håndvask/-desinfeksjon utføres:

- Ved ankomst skole
- Før måltider/mathåndtering
- Etter toalettbesøk
- Ved synlig skitne hender
- Etter kontakt med kroppsvæsker (eksempelvis etter å ha pusset nesene)
- Etter kontakt med dyr

Både håndvask og alkoholbasert hånddesinfeksjon er som regel effektivt. Normalt anbefales håndvask med såpe og vann. Hendene kan tørkes ved bruk av engangs papirhåndklær eller lufttørkere.

Alkoholbasert hånddesinfeksjon er enkelt å gjøre tilgjengelig og skånsomt for huden. Det kan derfor være et godt alternativ til håndvask, men har redusert effekt når hendene er våte eller synlig skitne. Det er ikke behov for å utføre både håndvask og hånddesinfeksjon fordi det er belastende for huden på hendene. En av delene holder.

Dersom hendene er synlig tilgriset og man ikke har såpe og vann tilgjengelig kan hendene rengjøres med våtservietter, eventuelt i kombinasjon med etterfølgende hånddesinfeksjon (for eksempel på tur).

Tabell 2. Hvordan skal håndhygiene utføres.

Håndvask	Hånddesinfeksjon
<ul style="list-style-type: none"> • Fukt hendene i lunkent vann • Påfør såpe (parfymefri, pH <5,5) • Fordel såpen over alle overflater på begge hender • Skyll hendene godt • Klapptørk hendene med gode papirhåndklær (ikke gni, det gir såre hender) • Skru av kranen med papirhåndkleet 	<ul style="list-style-type: none"> • Ta hånddesinfeksjonsmiddel i hånden • Fordel middelet godt på begge hender, og gni lett inn i huden • Når hendene er tørre, er de rene

Hudpleie:

Det oppfordres til å smøre hendene ved behov. Ved bruk av felles tuber, tilse at åpningen på tuben ikke kommer i kontakt med hud eller gjenstander under bruk slik at kremen ikke forurenses.

[Les mer om råd for håndhygiene, inkludert valg av produkter, fremgangsmåte og hudpleie på FHI's nettsider.](#)

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.

Bruk av munnbind

Det er ikke anbefalt å bruke munnbind på skolen, hverken for elever eller ansatte. Skolen bør likevel ha munnbind tilgjengelig i tilfelle elever eller ansatte blir syke og det ikke er mulig å holde avstand.

Elever på ungdomsskolen og i videregående skole bør bruke munnbind utenfor skolen i de samme situasjoner som den øvrige befolkningen. Det ikke nødvendig å bruke munnbind hvis skoleskyss foregår på egne busser der det ikke er andre passasjerer. Se råd på Folkehelseinstituttets nettsider om bruk av munnbind.

Ansatte med høyere risiko for alvorlig forløp av covid-19 anbefales å ta kontakt med egen lege og arbeidsgiver om det er behov for tilrettelegging av arbeidet (se kapittel 5.2).

Godt renhold

Grønt nivå

Ved grønt nivå vil det være tilstrekkelig med normalt renhold. Det nye koronaviruset fjernes enkelt ved manuell rengjøring med vann og vanlige rengjøringsmidler.

Gult og rødt nivå

Ved gult og rødt nivå tilrådes forsterket renhold. Skoleeier bør gå igjennom rutiner og lokale renholdsplaner, og lage tilpasninger (organisering, ansvar og ressursbehov).

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.

Forsterket renhold utføres på utsatte områder:

- Toaletter og vaskeservanter må rengjøres minimum daglig.
- Engangs papirhåndklær og såpe skal være tilgjengelig, og man må sørge for at søppel tømmes regelmessig.

- Spisebord vaskes med vann og såpe etter bruk.
- Dørhåndtak, trappegelendre, stoler, andre bordflater og andre gjenstander som ofte berøres rengjøres hyppig, minimum daglig.
- Pult/arbeidsplasser rengjøres daglig. Elevene kan gjerne utføre dette selv.
- Nettbrett, datamaskiner/tastaturer og annet utstyr som deles og brukes i undervisningen må også vaskes av, minimum daglig.
- Dekketøy og bestikk vaskes i oppvaskmaskin i henhold til vanlige rutiner.

Det er ikke nødvendig å bruke ekstra beskyttelsesutstyr ved rengjøring. Vask hender etter at rengjøring er utført, også hvis man har brukt hansker.

Det er ikke nødvendig å bruke desinfeksjon rutinemessig på skolen. Hvis desinfeksjon likevel brukes, må synlig skitt først tørkes bort med klut eller tørkepapir, ellers virker ikke desinfeksjonsmiddelet. Aktuelle desinfeksjonsmidler er alkoholbasert desinfeksjon og klorin.

Ventilasjon og lufting

Generelt anbefales å sikre god ventilasjon i lukkede omgivelser og tette rom. I tette rom uten ventilasjonssystem, anbefales det å luften regelmessig. For øvrig bør eksisterende ventilasjonssystem brukes og vedlikeholdes som normalt.

Redusert kontakt mellom personer

Redusert kontakt med andre vil minske risiko for smitte fra personer som ikke vet at de er smittsomme. Det overordnede målet med kontaktreduserende tiltak er å begrense smittespredning mellom personer og å begrense antall kontakter. Dette letter arbeidet med smittesporing og hindrer at hele skolen må stenge ved påvisning av smitte hos en elev eller ansatt.

Det er to hovedtilnærminger for å minske kontakt mellom elever og ansatte på ungdomsskole og videregående skole:

1. Overholde avstand mellom elever/ansatte i alle situasjoner.
2. Redusere antall nærkontakter ved å dele elevene i faste grupper og/eller ha faste plasser i hvert klasserom.

Det er viktig at skoleeiere og skoler bidrar til å finne gode løsninger lokalt, slik at både elever, foresatte og ansatte føler seg trygge på at smitteverntiltakene kan gjennomføres. Det er viktig å understreke at personalet fortsatt skal ivareta elevenes behov for trygghet og skape et godt psykososialt miljø.

For elever på ungdomsskole og videregående skole, kan man i økende grad etter alder forvente at elevene kan holde avstand til hverandre og overholde de andre smittevern-rådene. Ungdommer må få informasjon slik at de forstår betydningen av å gjennomføre smitteverntiltakene. Dette er særlig viktig for elever i videregående skole grunnet blanding av elever i ulike fag.

For elever med særskilte behov hvor det er vanskelig å regulere avstand til andre, se smittevernveileder for trinnene 1.–7.

Gjennomføring av større enkeltarrangementer må gjøres i henhold til gjeldende anbefalinger fra Folkehelseinstituttet og Helsedirektoratet.

Avstand mellom ansatte

Ansatte bør så langt det er mulig holde minst én meters avstand til andre ansatte gjennom hele arbeidsdagen. Ved smitte hos en ansatt unngår man da at mange ansatte blir smittet eller må i karantene, og hindrer at fravær går utover undervisningstilbudet. Skoleledelsen må vurdere hvor mange ansatte som kan være til stede avhengig av arealet som er tilgjengelig i for eksempel kontorer og i fellesarealer. Se også Råd til arbeidsplasser for råd om smitteforebygging på arbeidsplassen.

Skolene oppfordres til å begrense kontakt mellom ansatte som ikke naturlig arbeider sammen, så langt det er mulig. Bruk av assistenter, timelærere og spesialpersonell kan representere en særskilt utfordring ved at de gjennom sin arbeidsfunksjon har kontakt med både elever og andre ansatte på tvers av klasser og trinn.

Kontaktreduserende tiltak i ungdomsskoler (grønt, gult og rødt nivå)

Grønt nivå

Fysisk kontakt:

- Håndhilsning og klemming bør unngås.
- Elevers behov for omsorg må ivaretas.

Organisering av kohorter:

- Ved grønt nivå er det ikke behov for kohortinndeling av elever.

Begrense deling av mat og gjenstander:

- Elevene skal ikke dele mat og drikke.

Spesielt for ansatte:

- Unngå håndhilsning og klemming.

Gult nivå

Det overordnede målet ved gult og rødt nivå er at elever og ansatte har et begrenset antall kontakter og å holde oversikt over disse.

Fysisk kontakt:

- Håndhilsning og klemming bør unngås.
- Elevers behov for omsorg må ivaretas.

Organisering av kohorter:

- Klassen regnes som en kohort.
- Ansatte kan veksle mellom ulike kohorter for gjennomføring av vanlig undervisning.
- Blanding av elever på tvers av kohorter begrenses så langt det er mulig.
- For gjennomføring av språkfag, valgfag, og andre fag der elevene blandes, bør elevene grupperes i klasserommet ut fra kohorttilhørighet eller ha faste plasser i alle klasserom.
- To kohorter kan eventuelt samarbeide for praktisk gjennomføring av skoledagen. Samarbeid kan foregå utendørs der det er mulig.
- Innendørs kan grupper/kohorter som ikke samarbeider passere hverandre og være kortvarig i samme område (inntil 15 minutter). Kohortene kan imidlertid oppholde seg i samme rom over lengre tid forutsatt at det er minimum to meters avstand mellom dem hele tiden.

Tetthet i grupper:

- Elever bør ha faste pulter/arbeidsplasser.
- Det er ikke nødvendig å begrense elevers vanlige bevegelser i klasserommet.
- Større samlinger bør unngås.
- Unngå trengsel på vei inn og ut av undervisningslokalene, i garderober og på toaletter.
- Eventuelt opprette merking på gulvet for å sikre avstand mellom elever i grupperom/klasserom, garderober og andre områder det kan oppstå trengsel.

Friminutt:

- Elever oppfordres til å holde avstand i friminutt.
- Ha voksne ute i friminutt for å hjelpe elevene å holde avstand.
- Vurdere ulike tidspunkt for friminutt for å begrense antall elever som er ute samtidig (avhengig av antall elever og størrelse på skolegård).

Begrense deling av mat og gjenstander:

- Elevene skal ikke dele mat og drikke.
- Elevene bør sitte ved hver sin pult når de spiser.
- Mat kan tilberedes og serveres på skolen etter vanlige retningslinjer. Det er ikke vist at covid-19 smitter gjennom mat.
- Ved felles kantine, bør ikke ulike kohorter sitte sammen.
- Begrens deling av for eksempel skrivesaker, arbeidsverktøy, nettbrett og lignende.
- Skolebøker kan fraktes mellom skolen og hjemmet. Dette gjelder også skriftlige innleveringer.

Transport og skoleskyss:

- Bruk av offentlig transport til og fra skolen begrenses der det er mulig.
- Ved bruk av offentlig transport, bør elevene holde avstand til andre.
- Skoleturer som innebærer tett ansamling av elever i store grupper og på offentlige transportmidler bør begrenses.
- Skoleskyss: Elever som er avhengige av skoleskyss kan ta buss eller annen transport for å komme seg til og fra skolen. Elever kan sitte sammen på bussen, men bør holde avstand til andre reisende. Elever bør unngå kontakt ansikt til ansikt i størst mulig grad.
- Elevene må holde avstand mens de venter på bussen/annet transportmiddel.
- Ved bruk av offentlig transport bør elever følge lokale anbefalinger for bruk av munnbind. Hvis skoleskyss foregår på egne busser der det ikke er andre passasjerer, er det ikke nødvendig å bruke munnbind.

Spesielt for ansatte:

- Unngå håndhilsning og klemming.
- Holde avstand (minst en meter) til kolleger i alle situasjoner.
- Ved bruk av ulike faglærere, kan lærere ambulere på tvers av kohorter, mens kohortene har faste klasserom der det lar seg gjøre
- Begrense bruk av offentlig transport i rushtid til og fra arbeidsplassen når det er mulig. Følg lokale anbefalinger for bruk av munnbind.
- Vurdere digitale møter i stedet for fysiske møter der det er mulig.
- Ved fravær av personell kan det være behov for vikarer og/eller omrokking av personell mellom kohorter. Dette gjøres når det er nødvendig, men omrokkinger bør likevel begrenses.
- Dersom det er ansatte/vikarer som arbeider på flere skoler, må de få opplæring i gjeldende lokale rutiner i hver skole. Vikarer bør unngå å jobbe på ulike skoler samme dag.

Rødt nivå

Det overordnede målet ved gult og rødt nivå er at elever og ansatte har et begrenset antall kontakter og å holde oversikt over disse.

Det er en fordel at elevene begrenser omgang med mange andre ungdommer på fritiden.

Fysisk kontakt:

- Håndhilsning og klemming bør unngås.
- Elevers behov for omsorg må ivaretas.

Organisering av kohorter:

- Etablere mindre grupper av elever/kohorter, men det er ikke et absolutt krav.
 - Kohortstørrelsen kan baseres på forholdstallet mellom lærer og elev i henhold til norm for lærertetthet. På ungdomstrinnet er lærertetthetsnormen 20 elever per ansatt.
 - For praktisk gjennomføring er det mulig å øke kohortstørrelsen med noen få ekstra elever.
 - Skolene må selv vurdere om det er forsvarlig å øke størrelse på kohortene basert på elevenes alder og mulighet til å holde avstand.
 - Dersom det ikke etableres kohorter, bør elevene kunne holde en meters avstand til andre.
 - Kohortene bør i minst mulig grad bytte klasserom
 - Ansatte bør komme til klasserommet slik at ikke kohorten trenger å bytte rom
- Elever og ansatte innen en kohort oppfordres til å holde avstand til hverandre, helst en meter, men det er ikke nødvendig å begrense elevers vanlige bevegelser i klasserommet
- Blanding av elever på tvers av kohorter begrenses der det er mulig.
- For gjennomføring av språkfag, valgfag, og andre fag der elevene blandes, må det sikres at elever kan holde minst en meters avstand til hverandre. Elevene bør helst grupperes i klasserommet ut fra kohorttilhørighet.
- To kohorter kan eventuelt samarbeide for praktisk gjennomføring av skoledagen. Samarbeid kan foregå utendørs der det er mulig.
- Innendørs kan grupper/kohorter som ikke samarbeider passere hverandre og være kortvarig i samme område (inntil 15 minutter). Kohortene kan imidlertid oppholde seg i samme rom over lengre tid forutsatt det kan være minimum to meters avstand mellom dem hele tiden. Kohorter kan eventuelt bytte sammensetning ukentlig etter en helg (minst to dager uten kontakt mellom ansatte og elever).

Tetthet i grupper:

- Alle elever bør ha egen pult/arbeidsplass for å sikre avstand på minst en meter. Der elever ikke har egen pult, sikres arbeidsplass med avstand.
- Større samlinger skal unngås.
- Unngå trengsel på vei inn og ut av undervisningslokalene, i garderober og på toaletter.
- Eventuelt opprette merking på gulvet for å sikre avstand mellom elever i grupperom/klasserom, garderober og andre områder der det kan oppstå trengsel.
- Ved fysisk plassmangel i skolen, kan alternerende dager, ulik oppmøtetid, og større/alternative lokaler vurderes. I tillegg er det mulig å tilrettelegge for økt bruk av uteaktiviteter/undervisning ute.

På starten og slutten av dagen:

- Avtale spredte oppmøtesteder før skoledagen begynner for å begrense antall elever som samles på et sted og unngå trengsel på vei inn og ut av undervisningslokalene.

Friminutt/pauser:

- Elever må minnes på å holde avstand i friminutt (minst en meter).
- Ha voksne ute i friminutt for å hjelpe elevene å holde avstand.
- Ha pauser på ulikt tidspunkt for å begrense antall elever som er ute samtidig, og tilrettelegg for at pauser kan foregå utendørs.

Begrense deling av mat og gjenstander:

- Elevene skal ikke dele mat og drikke.
- Elevene bør sitte på hver sin pult når de spiser.
- Mat kan tilberedes og serveres på skolen i henhold til vanlige retningslinjer. Det er ikke vist at covid-19 smitter gjennom mat.
- Ved felles kantine, bør ulike kohorter ikke sitte sammen med og det skal være avstand mellom kohorter.
- Begrens deling av for eksempel skrivesaker, arbeidsverktøy, nettbrett og lignende.
- Skolebøker kan fraktes mellom skolen og hjemmet. Dette gjelder også skriftlige innleveringer.
- Læringsmateriell og lignende bør ikke deles mellom kohorter før de er rengjort.

Transport og skoleskyss:

- Bruk av offentlig transport til og fra skolen begrenses der det er mulig.
- Ved bruk av offentlig transport bør elevene holde avstand til andre.
- Skoleturer som innebærer tett ansamling av elever i store grupper og på offentlige transportmidler bør unngås.
- Skoleskyss: Elever bør sitte på annethvert sete. Elever fra samme husholdning eller samme kohort kan sitte sammen. Det kan gjøres lokale vurderinger i samråd med lokale helsemyndigheter.

- Elevene må holde avstand mens de venter på bussen/annet transportmiddel.
- Ved bruk av offentlig transport bør elever følge lokale anbefalinger for bruk av munnbind. Hvis skoleskyss foregår på egne busser der det ikke er andre passasjerer, er det ikke nødvendig å bruke munnbind.

Spesielt for ansatte:

- Unngå håndhilsning og klemming.
- Holde avstand (minst en meter) til kolleger i alle situasjoner.
- Holde avstand til elever der det er mulig (minst en meter)
- Der det er nødvendig med ulike faglærere, kan lærere ambulere på tvers av kohorter, mens kohortene har faste klasserom så langt det lar seg gjøre
- Begrense bruk av offentlig transport i rushtid til og fra arbeidsplassen når det er mulig. Følg lokale anbefalinger for bruk av munnbind.
- Dersom det er ansatte/vikarer som arbeider på flere skoler, må de få opplæring i gjeldende lokale rutiner i hver skole. Vikarer bør unngå å jobbe på ulike skoler samme dag.
- Bruke digitale møter i stedet for fysiske møter der det er mulig.
- Felles nettbrett, datamaskiner/tastaturer må vaskes av etter bruk.
- Ved fravær av personell kan det være behov for vikarer og/eller omrokking av personell mellom kohorter. Dette kan gjøres når det er nødvendig, men omrokkinger bør likevel begrenses mest mulig.

Kontaktreduserende tiltak i videregående skoler (grønt, gult og rødt nivå)

Grønt nivå

Fysisk kontakt:

- Håndhilsning og klemming bør unngås.

Begrense deling av mat og gjenstander:

- Elevene skal ikke dele mat og drikke.

Spesielt for ansatte:

- Unngå håndhilsning og klemming.

Gult nivå

Det overordnede målet ved gult og rødt nivå er at elever og ansatte har et begrenset antall kontakter.

Fysisk kontakt:

- Håndhilsning og klemming bør unngås.

Tetthet i grupper:

- Hele klasser og andre faste grupper kan ha undervisning sammen.
- Elever bør ha fast plass i klasserommet og/eller faste samarbeidspartnere/-grupper.
- Ansatte kan veksle mellom klasser/grupper, men bør holde avstand til elever så langt det er mulig.
- Større samlinger bør unngås.
- Utenfor klasserommet oppfordres elever og ansatte til å holde en meters avstand i alle situasjoner.
- Unngå trengsel på vei inn og ut av undervisningslokalene, i garderober og på toaletter.
- Eventuelt opprette merking på gulvet for å sikre avstand mellom elever i grupperom/klasserom, garderober og andre områder det kan oppstå trengsel.

Friminutt:

- Elever oppfordres til å holde minst en meters avstand i friminutt og pauser.

Begrense deling av mat og gjenstander:

- Elevene skal ikke dele mat og drikke.
- Elevene bør sitte på sine faste plasser når de spiser.
- Mat kan tilberedes og serveres på skolen etter vanlige retningslinjer. Det er ikke vist at covid-19 smitter gjennom mat.
- Ved felles kantine, må det sikres avstand mellom elever.
- Begrens deling av for eksempel skrivesaker, arbeidsverktøy, nettbrett og lignende.
- Skolebøker kan fraktes mellom skolen og hjemmet. Dette gjelder også skriftlige innleveringer.

Transport og skoleskyss:

- Bruk av offentlig transport til og fra skolen begrenses der det er mulig.
- Ved bruk av offentlig transport, bør elevene holde avstand til andre.
- Skoleturer som innebærer tett ansamling av elever i store grupper og på offentlige transportmidler bør unngås.
- Skoleskyss: Elever som er avhengige av skoleskyss kan ta buss eller annen transport for å komme seg til og fra skolen. Elever kan sitte sammen på bussen, men bør holde avstand til andre reisende. Elever bør unngå kontakt ansikt til ansikt i størst mulig grad.

- Ved bruk av offentlig transport bør elever følge lokale anbefalinger for bruk av munnbind. Hvis skoleskyss foregår på egne busser der det ikke er andre passasjerer, er det ikke nødvendig å bruke munnbind.
- Elevene må holde avstand mens de venter på bussen/annet transportmiddel.

Spesielt for ansatte:

- Unngå håndhilsning og klemming.
- Holde avstand (minst en meter) til kolleger i alle situasjoner.
- Holde avstand til elever der det er mulig
- Lærere kan ambulere på tvers av klasser, mens elevene har faste klasserom og faste plasser så langt det lar seg gjøre
- Begrense bruk av offentlig transport i rushtid til og fra arbeidsplassen når det er mulig. Følg lokale anbefalinger for bruk av munnbind.
- Vurdere digitale møter i stedet for fysiske møter der det er mulig.
- Ved fravær av personell kan det være behov for vikarer og/eller omrokking av personell mellom kohorter. Dette gjøres når det er nødvendig, men omrokkinger bør likevel begrenses.
- Dersom det er ansatte/vikarer som arbeider på flere skoler, må de få opplæring i gjeldende lokale rutiner i hver skole. Vikarer bør unngå å jobbe på ulike skoler samme dag.

Rødt nivå

Det overordnede målet ved gult og rødt nivå er at elever og ansatte har et begrenset antall kontakter. Det er en fordel at elevene begrenser omgang med mange andre ungdommer på fritiden.

Fysisk kontakt:

- Håndhilsning og klemming bør unngås.

Tetthet i grupper:

- Minst en meters avstand mellom elever/ansatte i alle situasjoner.
- Avstandskravet kan være vanskelig å opprettholde i små lokaler med fulle klasser. Elevene bør da deles i mindre grupper, ha oppmøte alternerende dager, ulik oppmøtetid og/eller vurdere bruk av alternative lokaler.
- Elever bør ha fast plass i klasserommet og/eller faste samarbeidspartnere/grupper.
- Ansatte kan veksle mellom klasser, men bør holde avstand til elever så langt det er mulig.
- Større samlinger skal unngås.
- Unngå trengsel på vei inn og ut av undervisningslokalene, i garderobes og på toaletter.

- Eventuelt opprette merking på gulvet for å sikre avstand mellom elever i grupperom/klasserom, garderobes og andre områder der det kan oppstå trengsel.

På starten og slutten av dagen:

- Vurdere spredte oppmøtesteder før skoledagen begynner, for å begrense antall elever som samles på et sted, og unngå trengsel på vei inn og ut av undervisningslokalene.

Friminutt/pauser:

- Elever må minnes på å holde avstand i friminutt og pauser (minst en meter).
- Ha pauser på ulikt tidspunkt for å begrense antall elever som er ute samtidig, og tilrettelegge for at pauser kan foregå utendørs.

Begrense deling av mat og gjenstander:

- Elevene skal ikke dele mat og drikke.
- Mat kan gjerne tilberedes og serveres på skolen etter vanlige retningslinjer. Det er ikke vist at covid-19 smitter gjennom mat.
- Elevene bør sitte på sine faste plasser når de spiser.
- Ved felles kantine må det sikres avstand mellom elever.
- Begrens deling av for eksempel skrivesaker, arbeidsverktøy, nettbrett og lignende.
- Skolebøker kan fraktes mellom skolen og hjemmet. Dette gjelder også skriftlige innleveringer.

Transport og skoleskyss:

- Bruk av offentlig transport til og fra skolen begrenses der det er mulig.
- Ved bruk av offentlig transport bør elevene holde avstand til andre.
- Skoleturer som innebærer tett ansamling av elever i store grupper og på offentlige transportmidler, bør unngås.
- Skoleskyss: Elever bør sitte på annethvert sete. Elever fra samme husholdning kan sitte sammen. Det kan gjøres lokale vurderinger i samråd med lokale helsemyndigheter.
- Ved bruk av offentlig transport bør elever følge lokale anbefalinger for bruk av munnbind. Hvis skoleskyss foregår på egne busser der det ikke er andre passasjerer, er det ikke nødvendig å bruke munnbind.
- Elevene må holde avstand mens de venter på bussen/annet transportmiddel.

Spesielt for ansatte:

- Unngå håndhilsning og klemming.
- Holde avstand til kolleger i alle situasjoner (minst en meter).
- Holde avstand til elever der det er mulig (minst en meter).

- Lærere kan ambulere på tvers av klasser, mens elevene har faste klasserom og faste plasser så langt det lar seg gjøre
- Begrense bruk av offentlig transport i rushtid til og fra arbeidsplassen når det er mulig. Følg lokale anbefalinger for bruk av munnbind utenom skolen.
- Dersom det er ansatte/vikarer som arbeider på flere skoler, må de få opplæring i gjeldende lokale rutiner ved hver skole. Vikarer bør unngå å jobbe på ulike skoler samme dag.
- Bruke digitale møter i stedet for fysiske møter der det er mulig.
- Felles nettbrett, datamaskiner/tastaturer må vaskes av etter bruk.
- Ved fravær av personell kan det være behov for vikarer og/eller omrokking av personell mellom kohorter. Dette kan gjøres når det er nødvendig, men omrokkinger bør likevel begrenses mest mulig.

Felles for ungdomsskoler og videregående skoler (gjelder alle nivå)

Spesielle tjenester

- Spesielle tjenester (PPT, logoped og andre) skal følge grunnleggende smittevernrutiner etter gjeldende anbefalinger (god hånd- og hostehygiene, ikke møte opp ved sykdom, osv.), men kan ellers utføre sitt arbeid som normalt.

Spesielt for skolehelsetjenesten:

- Helsepsykiatere og skoleleger har viktige roller som rådgivere i det smittevernfaglige arbeidet på skolen. I tillegg er helsepsykiatere viktige samtalepartnere for elever, og for å kunne gi helsemessig og psykososial støtte i tråd med nasjonal faglig retningslinje for helsestasjons og skolehelsetjenesten.
- Undervisning, samtaler, undersøkelser, oppfølging og vaksinasjon av elever kan gjennomføres etter samme retningslinjer som for øvrige helsetjeneste. Se Folkehelseinstituttets nettsider.

Skolebibliotek

- Utlån av bøker er greit såfremt håndvask er utført før ankomst skolebiblioteket.
- Antall besøkende bestemmes av muligheten til å holde avstand mellom personer.
- Innlevering av bøker etter sykdom: Elever skal holdes seg hjemme ved sykdom, og bøker kan innleveres når eleven selv kan komme tilbake på skolen.

Smitteverntiltak i enkelte fag på ungdomstrinnet og i videregående opplæring

Her følger råd for enkelte fag som krever ekstratiltak, i tillegg til de rådene som er beskrevet over.

Grønt nivå

- Undervisning kan foregå som vanlig

Gult nivå

- Kroppsøving:
 - Kroppsøving utendørs anbefales når det er mulig.
 - Garderober kan benyttes. For ungdomsskole kan samme kohort dele garderobe, for videregående skole bør det tilstrebes å holde en meters avstand.
 - Når undervisningen foregår i lokaler som ikke er skolens egne, kan hele kohorten/klassen ha undervisning sammen (for eksempel i offentlig svømmebasseng eller idrettshall) og trenger ikke begrense gruppestørrelsen til det som anbefales i idrettsveilederen.
- Musikk:
 - Unngå at blåseinstrumenter deles av flere elever.
 - Ved bruk av håndholdte instrumenter og tangenter må berørte områder tørkes av etter bruk. Hvis felles utstyr må benyttes av flere, anbefales håndvask før og etter bruk.
 - Elever kan synge i kor innenfor sin kohort eller mindre grupper. Selv om det ikke foreligger sikker dokumentasjon på at korsang øker risiko for smitte, er det viktig å holde minst en meters avstand ved blanding av klasser/ kohorter.

Rødt nivå

- Kroppsøving:
 - Kroppsøving utendørs anbefelas når det er mulig.
 - Garderober og dusjer kan benyttes så lenge det ikke er trengsel. Elevene kan deles i mindre grupper for å begrense antall i garderobe/dusj samtidig.
 - Skift før kroppsøving kan eventuelt gjennomføres i ulike klasserom for å sørge for mer plass.
 - Dusjing etter kroppsøving anbefales utsatt til elevene har kommet hjem.
 - Unngå aktiviteter med nær kontakt mellom elever.
 - Svømmeundervisning: Klorinnholdet i bassengvann inaktiverer både koronavirus og andre virus. Undervisningen må organiseres slik at nærkontakt mellom elever i garderober og bassenget unngås.

- ◊ Når undervisningen foregår i lokaler som ikke er skolens egne, kan hele kohorten/klassen ha undervisning sammen (for eksempel i offentlig svømmebasseng eller idrettshall) og trenger ikke begrense gruppestørrelsen til det som anbefales i idrettsveilederen.
- **Musikk:**
 - ◊ Instrumenter og musikkutstyr bør så langt det er mulig ikke deles og ikke berøres av andre enn den som skal benytte det. Hvis felles utstyr må benyttes av flere, anbefales håndvask før og etter bruk.
 - ◊ Unngå at blåseinstrumenter deles av flere elever.
 - ◊ Ved bruk av håndholdte instrumenter og tangenter, må berørte områder tørkes av etter bruk.
 - ◊ Elever kan synge i kor innenfor sin kohort eller mindre grupper. Selv om det ikke foreligger sikker dokumentasjon på at korsang øker risiko for smitte, er det viktig å holde minst en meters avstand ved blanding av klasser/ kohorter.
 - ◊ Ved sang og samspill med blåseinstrumenter anbefales det at elevene står med minst én meters avstand.
- **Mat og helse:**
 - ◊ Det er ikke vist at covid-19 smitter gjennom mat. Det bør utøves god håndhygiene og vanlig kjøkkenhygiene.
 - ◊ Undervisningen kan gjennomføres i de gjeldende kohorter
- **Kunst og håndverk:**
 - ◊ Begrens deling av utstyr. Vask og rengjør utstyret der det er mulig etter bruk.

Yrkesfag i videregående opplæring

For gjennomføring av den praktiske del av undervisningen som skjer på skole eller praksissted gjelder de samme grunnprinsippene som er beskrevet over. Ved gult og rødt nivå der det ikke er mulig med faste plasser, er det anbefalt at elever i yrkesfag har faste samarbeidspartnere/-grupper for gjennomføring av undervisning som krever tettere kontakt.

Det er som hovedregel ikke behov for personlig beskyttelsesutstyr for å ivareta smitte-vernet. Bransjestandarder skal følges så langt det er mulig på skolen og i praksis.

Se Folkehelseinstituttets nettsider for beskrivelse av bransjestandarder.

Fag som innebærer tett kontakt:

Dette gjelder for eksempel frisør, hudpleie, fotterapeut m.m. Det henvises til bransjestandard/råd for opprettholdelse av smittevern der dette er utarbeidet. Disse vil være gjeldende også i læringssituasjonen. For helse- og ambulansesfag henvises det til råd for smittevern i helsetjenesten.

Fag der det brukes felles utstyr:

Mange fag innebærer bruk av utstyr som må deles. Ved grønt nivå er det ikke behov for tiltak utover det som er beskrevet i kapittel 3.4.2. Ved gult og rødt nivå kan man i den grad det er mulig benytte personlig utstyr eller utstyr som er reservert én elev. Når dette ikke er mulig, skal kontaktpunkter på utstyret rengjøres etter bruk.

Mat-, kokk-, restaurant- og servitørfag:

Det er ikke vist at covid-19 smitter gjennom mat eller vann. Vanlige rutiner for kjøkkenhygiene gjelder. Ha gode rutiner for håndhygiene. Det er ikke behov for ytterligere tiltak enn det som allerede er beskrevet over.

Se forøvrig Mattilsynets nettsider.

Leirskoler og samlinger av elever på tvers av skoler eller kommuner

Leirskoler samler elever fra ulike regioner. Disse bør også følge «Råd for elever som bor på internat», se kapittel 4, så langt de er dekkende. Elevene bør bo og ha aktiviteter innen sin kohort. Det anbefales ikke å gjennomføre leirskole i kommuner som er på rødt tiltaksnivå. Likeledes, hvis en klasse/skole er på rødt nivå, bør de ikke delta på leirskole.

Ved elevsamlinger/fagundervisning der elever fra flere skoler i samme kommune samles, bør elevene holde anbefalt avstand.

Ved spesielle lands- eller regionsdekkende undervisningstilbud der elever samles over flere dager, bør man følge «Råd for elever som bor på internat», se kapittel 4, så langt de er dekkende.

Det bør legges til rette for at avstand kan opprettholdes både i og utenfor undervisningssituasjonen. Deltagerne bør organiseres i mindre grupper slik at antall kontakter begrenses. På rødt tiltaksnivå anbefales det at fagsamlinger kan gjennomføres digitalt.

For både leirskoler og elevsamlinger må det foreligge en plan for håndtering av elever som blir syke eller må i karantene. Dette innebærer å ha tilgjengelige fasiliteter for isolasjon/karantene og rutiner for hjemreise.

Det må sikres gode rutiner for informasjon, både i forkant av samlinger og dersom det oppstår sykdom eller påvises smitte. Det må vurderes om det bør opprettes kontakt med lokale helsemyndigheter i forkant av leirskoleopphold/samlinger for håndtering av mulig smitte.

Spesielt for videregående skoler der elevene bor på internat

Internater der elever bor og lever tett på hverandre, kan være spesielt utsatt for smitte-spredning. Det er derfor viktig å forsterke hygienetiltak og begrense kontakt mellom elevene. Generelle råd for hygiene, renhold og

redusert fysisk kontakt gjelder (se over).

Ved grønt nivå er det ikke nødvendig med ytterligere tiltak enn at syke personer skal holde seg hjemme/på eget rom, og at god hånd- og hostehygiene opprettholdes. Elever må informeres om hvordan de kan ta kontakt med lokal helsetjeneste dersom de blir syke. Elever og ansatte med luftveissymptomer må ikke gå på skolen eller oppholde seg i felles oppholdsrom.

Ved gult og rødt nivå bør det vurderes om antall elever per rom og per toalett/bad kan begrenses. I størst mulig grad bør elevene deles inn i faste grupper som deler samme bad/toalett og andre fellesfasiliteter. Gruppene bør i minst mulig grad blandes med hverandre. På den måten reduseres antall kontakter hvis noen blir syke. Ved gult nivå kan gruppene være større enn ved rødt nivå. Gruppestørrelse er avhengig av antall elever på internatet og romfasiliteter. Ved felles kantine eller matsal, bør antall som spiser samtidig begrenses for å redusere kontakt mellom elever og ansatte. Antall personer som oppholder seg samtidig i felles oppholdsrom, bør begrenses.

Elever og ansatte som blir syke, bør reise hjem og bli hjemme til de har god allmenntilstand. De bør ikke reise hjem med offentlig transport. Det bør foreligge en plan for hjemreise ved sykdom for elever som bor på internat.

Internater må legge til rette for å kunne isolere syke elever som allikevel ikke får reist hjem umiddelbart. Disse må ikke omgås andre elever og skal være på eget rom med tilgang til eget bad/toalett. Mat bør serveres på rommet. I etterkant rengjøres rom, toalett og andre områder der eleven har oppholdt seg med vanlige rengjøringsmidler.

Elever og ansatte som får bekreftet covid-19 må isoleres i henhold til gjeldende retningslinjer gitt av helsetjenesten. Kommunelegen er ansvarlig for å følge opp covid-19-tilfeller og gjøre kontaktoppsporing.

Elever og ansatte som identifiseres som nærkontakter og må være i karantene, bør også reise hjem i karanteneperioden. Hvis de ikke kan reise hjem, må det settes av egne områder til dette. Personer i karantene bør ikke oppholde seg i felles oppholdsrom. Disse personene må være ekstra oppmerksomme på luftveissymptomer.

Se også råd for hjemmekarantene og hjemmeisolasjon på [Folkehelseinstituttets nettsider](#).

Kommunehelsetjenesten kan kontaktes for lokal tilpasning av rutiner.

Er det noen ungdom og ansatte det må tas spesielle hensyn til?

Ungdom med kroniske sykdommer

Barn og unge blir svært sjelden alvorlig syke av det nye koronaviruset. Dette gjelder også barn og unge som har kroniske sykdommer eller tilstander fra før. Det kan likevel være enkelte ungdom med alvorlig sykdom

eller tilstand som vil rådes til å unngå oppmøte på skolen som et føre-var prinsipp.

Norsk barnelegeforening har i samråd med Folkehelseinstituttet utarbeidet en oversikt over ulike diagnoser hos barn og unge og om det eventuelt skal tas spesielle hensyn. Norsk barnelegeforening mener at de aller fleste barn med kroniske sykdommer eller tilstander kan og bør gå i barnehage og skole.

Barn og unge som har kroniske sykdommer/tilstander, men som **kan møte på skolen** som vanlig, gjelder blant annet:

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

Barn og unge som har kroniske sykdommer/tilstander, men hvor det individuelt kan vurderes om det er grunnlag for at barnet/ungdommen skal holdes hjemme og/eller få tilrettelagt undervisning fra skolen er listet på [Norsk barnelegeforenings nettside](#).

Skolen og foresatte bør ha en dialog om det er mulig å tilrettelegge slik at disse elevene likevel kan møte på skolen. I vurderingen av hvordan opplæringen og tilretteleggingen kan gjennomføres, skal det legges stor vekt på hensynet til elevens beste. For eksempel vil det være avgjørende at fordelene ved å motta tilrettelagt opplæring hjemme veier opp for ulempene disse ungdommene får ved å miste viktig sosial og faglig utvikling. I tilfeller der behov for tilrettelagt undervisning vurderes, må det avklares med behandlende lege.

Som hovedregel er det ikke grunnlag for at søsken til disse barna/ungdommene skal holdes hjemme.

Voksne (foresatte /ansatte)

Noen grupper har økt risiko for alvorlig sykdomsforløp, men selv de fleste i risikogrupperne får milde symptomer. Etter hvert som vi har fått mer kunnskap om covid-19 og risikofaktorer, har rådene om hvem som tilhører risikogrupper blitt mer nyansert. Hvilke aldersgrupper og sykdommer som kan gi økt risiko for voksne personer er oppdatert på [Folkehelseinstituttets nettsider](#).

Ansatte som tilhører grupper med høyere risiko for alvorlig forløp av covid-19 bør vurderes individuelt med tanke på tilrettelagt arbeid. Ansatte dette er aktuelt for, må ha legeerklæring.

Foresatte som er i risikogruppe kan kontakte egen lege for å vurdere behov for til rette-legging av skoletilbudet/hjemmeundervisning for å begrense smitterisiko til hjemmet. For elever med foresatte (andre i husholdningen) i risikogruppe bør det opprettes dialog mellom skole og foresatte om det er mulig å tilrettelegge. I slike tilfeller må også hensynet til ungdommens beste tillegges stor vekt.

Opplæring av ansatte og informasjon til foresatte

Ansatte skal få opplæring i å gjennomføre nødvendige smitteverntiltak som beskrevet i denne veilederen. Veilederen vil suppleres med ytterligere informasjon som kan benyttes i kompetanseheving av ansatte.

Foresatte skal være trygge på at det er forsvarlig at ungdommene er på skolen. Det er derfor viktig at skolen har god dialog med foreldre og foresatte. Videre er det viktig at foreldre og foresatte aktivt bidrar til å gjennomføre smitteverntiltakene i samsvar med denne veilederen. Det utarbeides egen informasjon til denne gruppen.

Samhandling med foresatte og foreldremøter

Foreldremøter og andre arrangement i regi av skolen regnes som offentlige arrangement, og må gjennomføres i henhold til gjeldende anbefalinger fra [Folkehelseinstituttet](#) og [Helsedirektoratet](#).

Ved rødt tiltaksnivå anbefales det ikke å arrangere foreldremøter eller andre større samlinger. Digitale møter anbefales.

Utviklingssamtaler kan gjennomføres ved grønt og gult tiltaksnivå og vanlige smittevernråd gjelder. Ved rødt nivå anbefales digitale møter. Det kan likevel være behov for samtale med fysisk oppmøte. Da må vanlige smittevernråd følges.

Sjekkliste for smittevern på ungdomsskoler og videregående skoler

Nedenfor følger en sjekkliste for hvilke tiltak som må være på plass. Tiltakene er nærmere beskrevet over. Det er skoleeiers ansvar å sørge for at smitteverntiltak er på plass, og for at ansatte er godt kjent med innholdet og utførelse av smitteverntiltak.

Skoleeiers overordnede ansvar

Tiltak	Utført dato	Merknad
Lage beredskapsplan for ulike tiltaksnivå i henhold til trafikklysmodellen		
Opplæring av ansatte i smitteverntiltak ved at de gjøres kjent med innholdet i denne veilederen		
Informasjon til foresatte om nye rutiner på skolen		
Lage plan for håndvaskrutiner for barn og ansatte		
Lage skriftlig rutine for renhold		
Lage plan for oppretting og organisering av mindre grupper eller kohorter ved behov		
Opprette dialog med eventuelle ansatte som er i risikogrupper og ungdommer som har behov for tilrettelegging		
Lage plan for å ivareta sårbare ungdommer		

Hygienetiltak

Tiltak	Utført dato	Merknad
Sikre at det er nok såpe og tørkepapir tilgjengelig ved alle håndvaskstasjoner og toaletter		
Opplæring av elevene i håndvaskrutiner og hostehygiene		
Henge opp plakater om håndvaskrutiner og hostehygiene		
Henge opp alkoholbasert desinfeksjon der ikke håndvask er tilgjengelig		
Planlegge håndhygienetiltak ved uteaktiviteter (våtservietter og alkoholbasert desinfeksjon)		

Redusert kontakt mellom personer (gult og rødt nivå)

Tiltak	Utført dato	Merknad
Vurdere aktiviteter ute/uteskole		
Sørge for egen pult/sitteplass per elev med avstand mellom elever		
Vurdere bruk av rom opp mot antall elever i gruppene, ta i bruk større lokaler hvis mulig		
Plan for avstand mellom elever og hygienetiltak ved måltider/i kantine		
Sikre gode rutiner for måltider/i kantiner		
Legg til rette for kombinasjon for digital undervisning og fysisk oppmøte (rødt nivå)		
Plan for å redusere trengsel i garderobes, toaletter og på vei inn og ut av lokalene		
Eventuelt introdusere merking på gulv for å sikre avstand i områder der det kan oppstå trengsel		
Vurdere alternerende tidspunkt for friminutt/pauser for å begrense antall elever som er ute samtidig		
Plan for bemanning ute i friminutt, for å hjelpe ungdommer å holde avstand		
Eventuelt dele opp utearealer slik at elever fra ulike grupper blandes i liten grad		
Unngå større samlinger av elever		
Unngå kollektivtransport ved turer ut av skolen		
Plan for gjennomføring av skoleskyss		

Renhold (gult og rødt nivå)

Tiltak	Utført dato	Merknad
Lage en plan for renhold, som beskriver hyppighet og metode		
Lage en plan for renhold av løse gjenstander		

For ansatte (gult og rødt nivå)

Tiltak	Utført dato	Merknad
Begrense fysiske møter, eventuelt tilrettelegge for digitale møter (gult/rødt nivå)		
Holde avstand til andre ansatte		
Begrense bruk av offentlig transport		

⁹ Jf. forskrift 27. mars 2020 nr. 470 om smitteverntiltak mv. ved koronautbruddet

Kilder

Unicef, WHO, IFRC. Key Messages and Actions for COVID-19 Prevention and Control in Schools. March 2020

CDC. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/guidance-for-schools.html>

Tiltak på skole- og barnehageområdet under koronautbruddet våren 2020, rapport 03.04.2020, finnes på www.udir.no