



# SANDEFJORD FOLKEHØYSKOLE

## SMITTEVERNPLAN

Covid-19-utbruddet 2020 (gjeldende fra 26.10.2020)

### Innhold

1.0 Ansvar .....	2
1.1 Nivåinndeling av smitteverntiltak (trafikklysmoell) .....	2
1.2 Om viruset, sykdommen og utbruddet .....	2
2.0 Smitteforebyggende tiltak.....	3
<b>2.1 Syke personer skal holde seg hjemme.....</b>	<b>3</b>
2.1.1 Testing .....	4
2.1.2 Når sykdom oppstår på skolen .....	4
<b>2.2 God hygiene og godt renhold .....</b>	<b>4</b>
2.2.1 God hånd- og hostehygiene .....	5
2.2.2 Godt renhold .....	6
<b>2.3 Redusert kontakt mellom personer .....</b>	<b>6</b>
2.3.1 Kontaktreduserende tiltak.....	7
2.3.2 Fysisk kontakt og tetthet i grupper .....	7
3.0 Begrenset tilgjengelighet fort andre .....	7
4.0 Spesielt for de ansatte.....	8
5.0 Matsservering .....	8
6.0 Undervisning.....	8
7.0 Risikoutsatte grupper .....	8
Sjekkliste for godt smittevern .....	9

Endringer fra tidligere versjoner er endret i rødt.



Overordnet

Smittevernplanen er utarbeidet etter mal fra Folkehelseinstituttet publisert 13. juni 2020.

Det vil alltid være en risiko for smitte og at det kan oppstå smittetilfeller selv om det er utøvd godt smittevern. Smitteforebyggende tiltak gjøres for å redusere risikoen.

## 1.0 Ansvar

Skolen er selv ansvarlig for at drift skjer i samsvar med gjeldende lover og regelverk. Ledelsen er ansvarlig for å sikre en forsvarlig drift som tar hensyn til smittevern, og plassere ansvar for ulike oppgaver i forbindelse med smittevernrådene.

Ledelsen må sørge for nødvendig opplæring og informasjon til ansatte og elever. Dette gjøres første gang for ansatte 17.august og for elever 23.august. Plan for smittevern er tilpasset lokale forhold. Pandemien kan bli langvarig. Ulike faser av pandemien og ulik smittespredning i landet vil kunne kreve ytterligere tilpassede tiltak.

Skolens smittevernskoordinatorer:

- Knut Søyland, rektor: 906 54 048
- Fredrik Møller-Hansen, studierektor: 957 39 849

Skolens krisegruppe:

*Styreleder, tillitsvalgte, verneombud, rektor og studierektor*

Alle bør utøve godt smittevern under Covid-19-utbruddet. Det betyr at de tre hovedprinsippene for smittevern som beskrevet i denne veilederen (side 3), må overholdes både i og utenfor skolen. Et godt samarbeid mellom ansatte, elever og andre som er knyttet til skolen må opprettholdes.

## 1.1 Nivåinndeling av smitteverntiltak (trafikklysmodell)

I ulike tiltak kan iverksettes avhengig av situasjonen i en trafikklysmodell: grønt, gult og rødt nivå. Tiltakene tilpasses smittesituasjonen i samfunnet og andre faktorer i en totalvurdering. Modellen 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.

**Denne planen er basert på gult nivå.**

## 1.2 Om viruset, sykdommen og utbruddet

Det vises til <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/> for oppdatert og utfyllende informasjon om dette.



## 2.0 Smitteforebyggende tiltak

De tre grunnpilarene for å bremse smittespredning er:

2.1 Syke personer skal holde seg hjemme/på eget rom

2.2 God hånd- og hostehygiene og godt renhold

2.3 Redusert kontakt mellom personer

Det er ikke vist at det nye coronaviruset smitter via mat, drikke eller vann.

### 2.1 Syke personer skal holde seg hjemme/på eget rom

Det aller viktigste smitteverntiltaket er at syke personer holder seg hjemme / på rommet. Man regner med at personer med symptomer er mest smittsomme, men viruset kan smitte 1-2 døgn før symptomstart og er antagelig mest smittsomt rundt tidspunkt når symptomene oppstår. Symptomer på Covid-19 kan være milde og vanskelige å skille fra andre luftveisinfectionsjoner. Det er viktig at personer med selv milde luftveissymptomer ikke møter fysisk til undervisning eller i andre sammenhenger der de møter andre.

#### **Symptomer** på Covid-19:

- Feber
- Hoste
- Tungpustethet
- Hodepine
- Slapphet
- Nedsatt lukte- og/eller smaksans
- Muskelverk

**Elevene med symptomer** holder seg på rommet sitt, og deltar ikke i fellesaktiviteter eller måltider og varsler skolen om situasjonen snarest. Det avtales med skolens smittevernskoordinatorer: om testing skal gjennomføres og hvordan dette skal gjøres og tilrettelegges for. Mat bringes til rommet og spises der. Elevene kan lufte seg, men der også ha minst mulig kontakt med andre. Munnbind benyttes når elever er i kontakt med andre.

**Elever med påvist Covid-19** isoleres eleven på tilrettelagt sted på skolen (mikrointernatet). Eventuell hjemreise (til hjemsted/familie) koordineres med skolens smittevernskoordinatorer utfra gjeldene retningslinjer. Eleven følges opp av lokal helsemyndighet. Munnbind benyttes utenfor isolert sone.

**Elever som har romkamerat/ kohortmedlem med symptomer og som er i karantene**, kan fortsatt delta som normalt på alle skolens planlagte aktiviteter inntil smitte er bekreftet /avkreftet.

**Elever som har romkamerat med påvist Covid - 19 smitte**, går direkte i karantene og det avtales med skolens smittevernskoordinatorer om testing skal gjennomføres og hvordan dette skal gjøres og tilrettelegges for.

**Ansatte med symptomer**, melder fra til ledelsen og drar fra jobb. De holder seg hjemme innendørs (karantene), men kan lufte seg, men ha minst mulig kontakt med andre. Ansatte som har symptomer må testes for Covid-19 og friskmeldes før de kan komme tilbake på jobb.



**Ansatte med påvist Covid-19**, holder seg hjemme og følger råd fra helsemyndigheter

**Ansatte med familiemedlemmer med symptomer**, kan fortsatt komme på jobb.

**Ansatte med familiemedlemmer med påvist smitte**, går i karantene og lar seg teste. Oppfølging videre av lokal helsemyndighet.

### 2.1.1. Testing

Skolen har avtale for testing av elever og ansatte med Sandefjord kommune på testsenter i Bugården. Man booker time på hjemmesiden til sandefjord kommune:

<https://www.sandefjord.kommune.no/helse-sosial-og-omsorg/koronainfo/testing-karantene-og-isolasjon/#heading-h3-1>

Testsenter:

Telefon 907 25 321 / 907 38 324

Åpningstider: man-fre kl. 9-11 // kl. 12-15.

Elev og ansatt tar direkte kontakt og avtaler selv time for testing. Eleven er ansvarlig for å komme seg til teststasjon selv, men skolen kan kontaktes for hjelp til transport ved behov. Elevene blir gjort klar over rutiner for dette ved ankomst skolen. Elevene forplikter seg til testing dersom skolens smittevernskoordinatorer pålegger dette! Resultatet skal gjøres kjent for skolens smittevernskoordinatorer.

Ved behov for ytterligere helseoppfølging kan Legevakt kontaktes:

Bugårdgaten 9 B

3208 Sandefjord

Telefon: 116 117 // 33482030

Elever og ansatte skal ikke møte på skolen:

- Når de har symptomer på luftveisinfeksjon, selv ved milde symptomer.
- Når de er i karantene og isolasjon. Skolen kommuniserer dette til ansatte, elever og andre.
- Ved gjennomgått Covid-19 gjelder egne råd for når isolasjon kan oppheves, angitt av helsetjenesten og [www.fhi.no](http://www.fhi.no).

### 2.1.2 Når sykdom oppstår på skolen

**For elevene defineres husstanden som de elevene som deler bad. Skolen deler internatet i ulike kohorter etter linjefag slik at husstandene er stabile og bruker kun anvist bad/toalett.**

**Husstand = linje = kohort.**

Personer som tester positivt på Covid-19 mens de er til stede på skolen, må isoleres i forhold til andre personer. De oppholder seg på mikrointernatet (M107 / M113 / M110) inntil situasjonen er avklart og i samråd med lokal helsemyndighet (Hjemmet til myndige elever er i utgangspunktet på skolen). Syke/smittede elever unngår all kontakt med andre. De benytter eget bad/toalett. Kun de skolens smittevernskoordinatorer gir tillatelse for, har tilgang til isolatet. Smittede bruker munnbind når vedkommende er utenfor isolert sone.

Syke personer som skal dra fra skolen og må hentes av andre, må avklare sin reise med skolens smittevernskoordinatorer. Syke personer bør ikke ta offentlig transport. Syke personer skal dekke til munn og nese. I etterkant rengjøres rom, toalett og andre områder der den syke har oppholdt seg.



Vanlige rengjøringsmidler kan benyttes. Skolens smittevernskoordinatorer samkjører dette med renhold.

Elever og ansatte som får bekreftet Covid-19-sykdom, skal følges opp av helsetjenesten for å få forsvarlig helsehjelp. Eventuell testing avklares med lege etter gjeldende retningslinjer. Kommunehelsetjenesten vil kartlegge og følge opp nærkontakter til Covid-19-positive personer i henhold til gjeldende anbefalinger. Kommunehelsetjenesten skal varsle skolen dersom elever eller ansatte får bekreftet Covid-19, og beslutte nødvendige tiltak. Aktuelle medelever/ansatte varsles og holdes underrettet. **Ved påvist smitte testes hele husstanden.**

## Hvis en elev/ansatt har sykdomssymptomer

Hvis en i husstanden har symptomer på luftveisinfeksjon, men ikke bekreftet eller sannsynlig Covid-19, skal eleven være i karantene, på rommet sitt, inntil eleven har vært symptomfri i minst ett døgn, eller fått negativt svar på Covid-19 test. Elever med symptomer bruker munnbind når vedkommende er i nærheten av andre. Eleven kan benytte husstandens bad/toalett. De øvrige elever i husstanden kan delta som normalt inntil smitte er eventuelt påvist.

Ansatte skal dra hjem dersom de får symptomer på Covid-19 mens de er på jobb. Merker de ellers symptomer, skal de være hjemme minst et døgn etter de er symptomfrie eller har testet negativt på Covid-19 test.

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

Hvis en i husstanden har fått bekreftet Covid-19, skal husstanden følges opp og testes.

## 2.2 God hånd- og hostehygiene og godt renhold

### 2.2.1 God hånd- og hostehygiene

Hostehygiene og avstand er avgjørende for å begrense dråpesmitte, mens håndhygiene, og spesielt å unngå å ta seg i ansiktet med urene hender, er viktig for å hindre kontaktsmitte.

God hånd- og hostehygiene reduserer smitte ved alle luftveisinfeksjoner, også smitte med Covid-19. Disse tiltakene reduserer smitte via gjenstander og hender, samt smitte ved hoste. Hygienetiltak bør utføres hyppig av alle, uavhengig av kunnskap om egen og andres smittestatus.

Elever/ansatte gjøres kjent med hvor de kan vaske hendene i de ulike byggene.

Håndvask utføres alltid ved ankomst til skolen og når elever/ansatte kommer til nytt bygg og når de skal inn i fellesarealer som matsal, peisestua, foredragssal, klasserom samt etter besøk på toaletter og bad – og når man forflytter seg eller skifter utstyr.

Håndvask med lunkent vann og flytende såpe er en effektiv måte å forebygge smitte. Skitt, bakterier og virus løsner fra huden under vask og skylles bort med vannet.

- Vask hender hyppig og grundig. Selve vaskeprosessen bør ta minst 20 sekunder.
- Tørk hendene med engangs papirhåndklær.

### Alternativer til håndvask:

Alkoholbasert desinfeksjon (håndsprit) er et alternativ hvis håndvaskmuligheter ikke er tilgjengelig. Det er lite effektivt ved synlig skitne eller våte hender, da bør håndvask utføres. Alkoholbasert desinfeksjon er egnet ved undervisning utendørs, for eksempel på tur, etter at skitne hender først er rengjort med våtservietter. Hånddesinfeksjonsmiddel er plassert på sentrale og lett synlige steder på skolen.

### Hostehygiene



Tørkepapir må være lett tilgjengelig for elever/ansatte. Host i albuekroken eller i et papir som kastes. Utfør håndhygiene etterpå. Unngå å berøre ansiktet.

## 2.2.2 Godt renhold

Coronaviruset fjernes enkelt ved manuell rengjøring med vann og vanlige rengjøringsmidler. Ved svært lite smitte i samfunnet er det normalt tilstrekkelig med normalt renhold. Det er ikke nødvendig å bruke ekstra beskyttelsesutstyr. Vask hender etter at rengjøring er utført, også hvis man har brukt hansker under rengjøringen.

Det er ikke nødvendig å bruke desinfeksjon rutinemessig. 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.

Skolen organiserer og forsterker renholdet på skolen ved at rengjøringspersonalet rengjør alle bad, toaletter, fellesarealer minimum en gang pr dag – og eventuelt andre arealer ved behov. Skolen organiserer vask/desinfisering av de mest brukte dørhåndtak/kraner flere ganger pr dag. Forsterket renhold og omfanget av det, opprettholdes så lenge skolens smittevernkoordinatorer vurderer det som nødvendig.

Smitte via bruk av felles utstyr

Selv om enkelte studier viser at viruset kan påvises på flater og gjenstander fra timer til dager, er det usikkert i hvilken grad viruset er levedyktig og dermed i stand til å gi sykdom. Felles utstyr som er mye i kontakt med hender/ansikt, må rengjøres etter bruk. Så lenge god håndhygiene ivaretas før og etter bruk av utstyret, vil risikoen for indirekte smitte være lav.

## 2.3 Redusert kontakt mellom personer

**Redusert kontakt med andre vil minske risiko for smitte også fra personer som ikke vet at de er smittsomme.** For å oppnå dette har vi 1-meters avstand mellom elever, mellom ansatte og mellom elever/ansatte. Gjennomføring av større enkeltarrangementer må gjøres i henhold til gjeldende retningslinjer fra Helsedirektoratet (per 6.aug 20: 200 personer maksimalt). Skolen må til enhver tid finne gode løsninger, slik at både elever, deres familier og ansatte føler seg trygge på at smitteverntiltakene kan gjennomføres.

Ifølge Utdanningsdirektoratets veileder kan man i økende grad etter alder forvente at elevene kan holde avstand til hverandre og overholde de andre smittevern rådene. Folkehøgskoleelever er voksne, og man kan derfor forvente at de i stor grad forholder seg lojalt til skolens regler og myndighetenes anbefalinger.

### 2.3.1 Kontaktreduserende tiltak, **oppdatert og gjeldende fra 23.10.2020:**

- Elevene bor på rom med andre fra samme linjefag. **Fra 19.okt åpnes det for fri trafikk mellom internatene.**
- All undervisning – utenom fellesundervisning på tilrettelagt sted – foregår i kun linjefag, i minst 2 uker fra skolestart. **Fra mandag 19.okt åpnes alle undervisningsrom til fri disposisjon av alle elever til valgfag og på kveldstid. Dette gjelder også skolens treningsrom og gymsal.**
- **Fra 19.okt praktiserer vi «free-seating» i matsalen.**
- Elevene oppfordres til å ha mest mulig begrenset kontakt med andre utenfor skolen.
- Unngå for store ansamlinger i fellesarealene. Antall i forhold til avstand må begrenses både i spisesal, foredragssal, foaje, peisestua og gymsal.



- 1-meters avstand til elever fra andre husstandsgrupper, god håndhygiene og forholdsregler ved sykdomssymptomer praktiseres.
- **Besøk til skolen fra andre som ikke er ansatte eller elev, tillates ikke. Bruk av vikarer begrenses. Det utarbeides retningslinjer for besøkende på skolen og det er vert (de som inviterte) som har ansvar for å formidle de aktuelle smittevernstiltak på skolen. Alle besøk varsles smittevernskoordinatorerne (KS/FMH) som logger dette. Det er opp til besøkende og vert om det skal brukes munnbind. Munnbind bør brukes der avstand på 1m mellom gjest og elever er vanskelig.**

**Fra 19.oktober blir det en ytterligere lettelse på kontaktreduserende tiltak. Dette må basere seg på en ytterligere skjerping av hygiene og kontaktreduserende tiltak i ansatt gruppa og elevgruppa.**

Skolens smittevernskoordinatorer vurderer eventuelle presiseringer, endringer og tillempinger på disse punktene ved behov - og uansett etter to uker.

### 2.3.2 Fysisk kontakt og tetthet i grupper

Det er nødvendig å unngå/sterkt begrense fysisk kontakt, som håndhilsning, klemming osv. Det er en grunnregel med å holde 1-meters avstand der det er praktisk mulig.

For husstandsgruppene/klassene, kan det tolereres nærmere kontakt i visse situasjoner.

**Husk: Vis hensyn til andre!**

## 3.0 Begrenset tilgjengelighet for andre

Skolen er ikke åpen for publikumsadgang. Bruk av vikarer begrenses.

Det er ikke tillatt med besøk eller overnatting av utenforstående på internatene.

## 4.0 Spesielt for ansatte

Det er viktig å merke seg at ansatte har et ekstra stort ansvar for å hindre smittespredning på skolen. Ansatte vil nødvendigvis være i utstrakt kontakt med personer og miljøer utenfor skolen og dermed hviler det et stort ansvar i å hindre at eventuell smitte tas inn på skolen.

- Være et forbilde for elevene og hverandre.
- Vask hendene når du kommer på jobb.
- Holde avstand til kolleger og elever, minst en meter.
- Unngå håndhilsning og klemming.
- Unngå å komme på jobb hvis du har symptomer.
- Ansatte med påvist Covid-19 holder seg hjemme og følger råd fra helsemyndigheter.
- La deg teste ved symptomer på Covid-19 og følger råd fra helsemyndigheter.
- Meld fra hvis noen i din umiddelbare nærhet/familie får påvist Covid-19.
- Begrense bruk av offentlig transport.
- Ansatte som blir gjort oppmerksomme på elevs symptomer eller påvist Covid-19, plikter å gi beskjed til skolens smittevernskoordinatorer så fort som mulig.
- Lærere kan ambulere på tvers av grupper.
- Nettbrett, datamaskiner, tastaturer og annet felles undervisningsutstyr må desinfiseres etter bruk.
- Være ekstra oppmerksomme på hygiene rundt kjøkken/spisesal/personalrom.
- Ved fravær av personell kan det være behov for vikarer og/eller omrokking av personell mellom elevgrupper/arbeidsoppgaver. Dette kan gjøres når det er nødvendig, men omrokkinger må likevel begrenses mest mulig.



## 5.0 Matsservering

- Matsal kan driftes etter vanlige rutiner for kjøkkenhygiene.
- Vi praktiserer gode rutiner for håndhygiene!  
Se forskriftsfestede krav i Covid-19-forskriftens §15:  
[https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2020-03-27-470#KAPITTEL\\_3](https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2020-03-27-470#KAPITTEL_3).  
Mattilsynets råd til næringsmiddelvirksomheter finnes her:  
[https://www.mattilsynet.no/Utbrudd\\_av\\_koronavirus/Mat\\_og\\_drikkevann/til\\_naeringsmiddelvirksomheter.37927](https://www.mattilsynet.no/Utbrudd_av_koronavirus/Mat_og_drikkevann/til_naeringsmiddelvirksomheter.37927)
- 1-meters avstand mellom personer må overholdes i matsal.
- **Det er free-seating i matsalen**
- Det åpnes for buffet-servering.
- Elevene retter seg etter anvisning fra kjøkkenansatte mht hvordan maten serveres, og på hvilke tidspunkter de ulike gruppene spiser.

## 6.0 Undervisning

I tillegg til undervisning i ordinære klasserom med linjefagene, tilrettelegger vi for forsvarlig undervisning i andre fag og grupper, samlinger i større rom og ev utendørs.

Hver enkelt undervisnings- eller samlingsøkt vurderes og tilrettelegges av skolens smittevernskoordinatorer i samarbeid med de aktuelle ansatte.

**Fra mandag 19.oktober åpnes alle undervisningsrom til fri disposisjon.**

## 7.0 Risikoutsatte grupper

For oppdatert informasjon om personer som kan ha høyere risiko for Covid-19, se Folkehelseinstituttets nettsider:  
<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/risikogrupper/>

Skolens smittevernskoordinatorer tilrettelegger/setter inn tiltak ut fra de individuelle behovene for risikoutsatte enkeltpersoner eller grupper.





## Sjekkliste for godt smittevern

Tiltak	Merknad
<b>Ledelsens overordnede ansvar</b>	
Opplæring av ansatte og andre ved at de gjøres kjent med innholdet i denne veilederen	
Informasjon til elever om nye rutiner	
Lage plan for hygienetiltak og renhold	
Opprette dialog med eventuelle ansatte, elever eller andre som er i risikogruppe og som kan ha behov for tilrettelegging	
<b>Syke personer skal ikke møte til undervisning</b>	
Syke personer skal holde seg hjemme/på eget rom, selv ved milde symptomer.	
Rutine for isolasjon av syke personer	
<b>God hygiene</b>	
Sikre at det er nok såpe og tørkepapir tilgjengelig ved alle håndvaskstasjoner og toaletter	
Henge opp plakater om håndvaskrutiner og hostehygiene	
Vask hendene ofte og grundig (bruk ev. hånddesinfeksjon)	
Host og nys i papirlommetørkle eller i albukroken	
Plan for renhold inkludert hyppighet og metode	
Forsterke renholdet på utsatte områder som berøres hyppig (dørhåndtak, gelendre, bordplater, osv.)	
Plassere alkoholbasert desinfeksjon der ikke håndvask er tilgjengelig	
<b>Redusert kontakt mellom personer</b>	
Gjeldende regler for sosial distansering følges.	
Vurdere bruk av rom i forhold til antall personer, ta i bruk større lokaler hvis mulig	
Plan for avstand mellom personer og hygienetiltak ved måltider/i matsal	