

En öppen skola – men med beredskap

Uppdaterad information om den pågående pandemin av viruset covid-19

StorsjöGymnasiet följer Folkhälsomyndighetens rekommendationer, samt har ett nära samarbete med regionens smittskyddsmyndighet. Rekommendationerna samt denna information handlar om att förhindra smittspridningen av covid-19! Det innebär framförallt att vi inte bara kan se till oss själva som enskilda individer, utan vi måste tänka på alla andra som finns ute i samhället och göra allt vi kan för att bidra till att minska smittan.

Folkhälsomyndigheten uppdaterar ständigt sina förhållningsregler kopplat till Covid-19 och denna information lägger vi kontinuerligt ut på hemsidan och Schoolsoft.

Allmänna råd och rekommendationer för att förhindra smittspridning

- **Håll avstånd och ta personligt ansvar**
Det är allas ansvar att hindra spridning av covid-19. Håll avstånd till andra både inomhus och utomhus.
- **Var uppmärksam på symtom på covid-19**
De symtom som rapporterats är framförallt feber och hosta. Även andningspåverkan, snuva, nästäppa, halsont, huvudvärk, illamående, muskel- och ledvärk är vanliga symptom.
- **Stanna hemma när du är sjuk**
Känner du dig sjuk med symtom som snuva, hosta eller feber ska du låta bli att träffa andra människor och stanna hemma.
- **Tvätta händerna ofta**
Tvätta händerna ofta med tvål och varmt vatten, minst 20 sekunder.
Tvätta alltid händerna när du kommer till skolan och när du kommer hem, före måltid, om du varit ute på ett ärende och efter ett toalettbesök.
- **Hosta och nys i armvecket**
Genom att hosta och nysa i armvecket eller i en pappersnäsdduk hindrar du smitta från att spridas i din omgivning eller från att förorena dina händer.
- **Undvik att röra ögon, näsa och mun**
Smitta sprids genom slemhinnor i ögon, näsa och mun. En allmänt förebyggande åtgärd mot luftvägsinfektioner är att undvika att röra vid ögon, näsa och mun.

Om du har symtom

- **Om du känner av symtom**
Om du är det minsta osäker på vad du ska göra när du känner av symtom så ringer du 1177 Vårdguiden för svar.

Rekommendationer från Folkhälsomyndigheten vid symtom:

- **Snabbt övergående symtom**
Om du, som elev eller personal, får symtom som är snabbt övergående, till exempel om du vaknar och är lite hängig men redan nästa dag känner dig helt bra, behöver du inte ta ett test för Covid-19. **Däremot ska du ändå stanna hemma två dygn och vara helt symtomfri** för att vara riktigt säker på att du inte blir sjuk. Därefter kan du gå tillbaka till arbetet, skolan och andra aktiviteter.
- **Ej övergående symtom**
Om symtomen inte går över efter ett dygn ska du gå in på webbplatsen 1177.se för att boka in ett test för Covid-19. Provsvaret kan ta olika lång tid att få beroende på rådande smittspridningsläge i regionen. **I väntan på ditt provsvar ska du stanna hemma och undvika nära kontakt med andra!**

- **Symptom med känd orsak**

Om symtomen har en tydlig orsak som du känner igen sedan tidigare, och inte kan antas bero på Covid-19, behöver du inte stanna hemma. Sådana orsaker kan vara till exempel migrän eller allergi.

- **Om du testats positiv för covid-19**

Om du har tagit ett test som visar att du har Covid-19 ska du vara hemma i minst sju dygn räknat från den dag du fick symtom. Om du av någon anledning blivit provtagen trots att du inte har symtom räknas sju dygn från den dag du tog ditt test. Du behöver dessutom ha varit feberfri och mått bra i minst två dygn. Om du har kvarvarande lindriga symtom som lätt hosta och snuva eller lukt- och smakbortfall men i övrigt känner dig helt frisk, kan du återgå till arbete, skola och annan aktivitet om det gått minst sju dygn sedan insjuknandet. Särskilda rutiner finns för svåra fall som vårdats på sjukhus. Vid behov av sjukvårdsrådgivning kontakta 1177. Det är viktigt att känna till att Covid-19 är en allmänfarlig och samhällsfarlig sjukdom enligt smittskyddslagen och att man därför är skyldig att följa förhållningsregler för att förhindra smittspridning. Du får information om förhållningsregler enligt regionala smittspårningsrutiner.

- **Om du testats negativ för covid-19**

Du kan gå tillbaka till arbetet eller skolan så snart du känner dig frisk och pigg igen och inte har någon feber. Följ de rutiner för sjukfrånvaro som finns på din arbetsplats, skola, förskola eller för annan aktivitet.

- **Om du har symtom men inte testats för covid-19**

Om du av någon anledning inte har testats för covid-19 trots att du haft symtom i mer än ett dygn som inte kan förklaras av någon annan känd orsak, kan du gå tillbaka till arbetet eller skolan sju dygn efter att du fick symtom om du mått bra och varit feberfri i minst två dygn. Det gäller också om du har kvarvarande lindriga symtom som lätt hosta och snuva eller lukt- och smakbortfall.

- **Om någon i samma hushåll har testats positivt för Covid-19**

Folkhälsomyndigheten har nyligen kommit med nya förhållningsregler som gäller om någon i samma hushåll smittats med Covid-19. Hushållskontakterna ska betraktas som möjliga sjukdomsfall vilket innebär att elever och personal på StorsjöGymnasiet ska stanna hemma när någon i hushållet har konstaterats vara smittad. Smittskyddsensheten kommer sedan att ge vidare förhållningsregler.

Vad gäller under höstterminen 2020 för dig som elev?

- **Schema**
Lektionerna sker enligt ordinarie schema. Detta gäller även mentorstid och studieelektioner
- **Lektioner och mentorstid**
Alla lektioner och mentorstider äger rum på skolan eller utifrån lärare/mentors instruktioner. Upplägg, information och arbetsmaterial finns på Schoolsoft. Om du har milda symtom (hosta eller snuva) ska du sjukanmäla dig och inte komma till lektionerna eller mentorstiderna.
- **Luncher**
Skollunch serveras som vanligt i matsalen. Följ de nya rutiner som finns i matsalen. Vi kommer ha personal i matsalen som du kan fråga om du är osäker. Det är mycket viktigt att du äter skollunch på den tid som finns på ditt schema!
- **Personligt ansvar**
Du måste ta med din skoldator, laddare och övrigt skolmaterial som du behöver när du går hem efter skoldagen! Om du är hemma med milda symtom och kan delta i viss distansundervisning enligt din lärares instruktioner, så är det ditt ansvar att förbereda dig med information och material som ligger på Schoolsoft.
- **Frånvaro**
Om du har förkylningssymptom ska du sjukanmäla dig och stanna hemma. Vårdnadshavare anmäler om du är under 18 år. **Se även uppdaterad information om åtgärder vid symptom och testning här ovanför!**
- **Om du blir sjuk under skoldagen**
Om du insjuknar under skoldagen ska du omedelbart ta dig hem. Meddela detta till vårdnadshavare (om du är under 18 år) och mentor. Om du inte kan ta dig från skolan omedelbart kontaktar du skolsköterska eller mentor.
- **Löpande information.**
Smittspridningen av covid-19 är långt ifrån över! Se till att du är uppdaterad med den senaste informationen. Vi uppdaterar regelbundet vår information på SchoolSoft och vår hemsida www.storsjogymnasiet.se kring den aktuella situationen.
- **Följ råd och rekommendationer**
För att skolan ska fortsätta att vara öppen samt att vi tillsammans kan förhindra smittspridningen är det mycket viktigt att du tar ett personligt ansvar och följer ALLA råd och rekommendationer som kommer från Folkhälsomyndigheten, rektor samt lärare/mentor. Stanna hemma om du är sjuk, håll avstånd samt tvätta händerna. Om du som elev tillhör en riskgrupp ber vi dig ta kontakt med din mentor eller rektor så fort som möjligt.
- **Rengöring**
Skolan städas regelbundet enligt ny rutin och alla ytor såsom bänkar, stolar och handtag rengörs mellan varje lektion. Ta personligt ansvar kring rengöring och stolar!