

Veileder om smittevern for folkehøgskolene under koronavirusutbruddet

Revidert 06.08.21

Innhold

Overordnet	2
Ansvar	2
Ressurser	2
Nivåinndeling av smitteverntiltak (trafikklysmo- dell)	3
Skolens plass i smittesporing.....	3
Om viruset, sykdommen og utbruddet	3
Smitteforebyggende tiltak.....	3
Syke personer skal holde seg hjemme	4
Elever og ansatte skal ikke møte på skolen:.....	4
Når sykdom oppstår på skolen	4
Hvis en i husstanden til en elev/ansatt er syk.....	4
Elever eller ansatte som er nærkontakt/husstandsmedlem til en som har bekreftet covid-19	5
God hygiene.....	5
God hånd- og hostehygiene	5
Godt renhold	5
Ventilasjon og lufting.....	6
Redusert kontakt mellom personer	6
Fysisk kontakt og tetthet i grupper	6
Begrenset aktivitet utenfor skolen for elever	7
Begrenset tilgjengelighet for andre.....	7
Spesielt for ansatte.....	7
Matsservering	7
Undervisning.....	7
Arrangementer	7
Reiser	8
Risikoutsatte grupper	8
Sjekkliste for godt smittevern	9

Overordnet

Veilederen er utarbeidet etter mal fra Folkehelseinstituttet publisert 13. juni 2020, med relevant innhold fra [Veileder om smittevern for videregående skole](#) per 24. mars 2021, gjeldende nå. Planen er sist revidert 06.08.2021.

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. Denne veilederen skal gi innsikt i og råd om hvordan skolen kan organiseres samtidig som smittevern ivaretas på en forsvarlig måte.

Veilederne kommer i tillegg til eksisterende regler og retningslinjer beskrevet i forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler.

Ansvar

Skolen er 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 god kommunikasjon og opplæring for ansatte og elever. Plan for smittevern tilpasses lokale forhold etter råd gitt i denne veilederen. Utbruddet har vart i lang tid, og det har stor betydning at elevene kan gå på skole i utbruddsperioden samtidig som smittevernet ivaretas, både for elevene og de ansatte. Ulike faser av pandemien og ulik smittespredning i landet krever tilpassede tiltak. Alle som har en rolle på skolen må sammen bidra for å sikre best mulig smittevern. Dette gjelder både elever og ansatte, inkludert tillitsvalgte og verneombud.

Ressurser

Informasjonsmateriell og plakater om covid-19 finnes på Helsedirektoratets nettsider:

<https://www.helsedirektoratet.no/tema/beredskap-og-krisehandtering/koronavirus/plakater-og-informasjonsmateriell>

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

Se også covid-19-forskriften og tilhørende beslutninger og veiledning her:

<https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2020-03-27-470>

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/koronavirus>

Arbeidsgiver må gjøre en risikovurdering av arbeidsmiljøet. Risikovurderingen skal også omfatte farer og problemer som kan oppstå som følge av smitte, som covid-19. Basert på risikovurderingen skal arbeidsgiver utarbeide en plan, og iverksette tiltak for å hindre smittespredning på skolen. Bedriftshelsetjeneste kan kontaktes ved behov for bistand med risikovurdering og utarbeide planer med tiltak. Les mer om dette på Arbeidstilsynets nettsider:

<https://www.arbeidstilsynet.no/tema/biologiske-faktorer/coronavirus-tiltak-i-arbeidslivet-mot-smitte/>

Nivåinndeling av smitteverntiltak (trafikklysmode)ll)

I «Veileder om smittevern for videregående skole» beskrives det hvordan ulike tiltak kan iverksettes avhengig av situasjonen i en trafikklysmode)ll: grønt, gult og rødt nivå. Tiltakene tilpasses smittesituasjonen i samfunnet og andre faktorer i en totalvurdering. Forskjellen på de tre nivåene gjelder særlig tiltakene for å redusere kontakt mellom personer. Skolene kan vurdere om de vil strukturere sine lokale planer etter en slik trafikklysmode)ll.

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 trafikklysmode)llen. Folkehøgskoler som ikke benytter trafikklysmode)llen i sin plan, trenger uansett planer for ulike nivåer av tiltak.**

Skolens plass i smittesporing

Kommunehelsetjenesten har ansvar for oppfølging rundt tilfeller med bekreftet covid-19 (smittesporing) i henhold til gjeldende TISK-strategi, og skal varsle skolen dersom elever eller ansatte får bekreftet sykdom. Det er kommunehelsetjenesten som skal beslutte nødvendige tiltak, slik som å definere hvem som er nærkontakter til den syke og derfor skal i karantene. Hvis det skulle bli behov for ytterligere tiltak er det kommunehelsetjenestens oppgave å vurdere og eventuelt gi pålegg om dette.

Skolens bidrag er like fullt av stor betydning:

- Skolen skal kunne hjelpe med oversikt over nærkontakter.
- Kommunehelsetjenesten og skolens ledelse må samarbeide om hvem som skal informere de ulike gruppene (elever, ansatte og andre relevante) og på hvilken måte. Det er viktig å inkludere vikarer og midlertidig ansatte i informasjonsformidlingen, samt personer i andre kommuner som er tilknyttet skolen.
- Alle involverte berørte ønsker mye informasjon, og behovet må balanseres mot taushetsplikt og personvern hensyn.

Om viruset, sykdommen og utbruddet

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

Smitteforebyggende tiltak

Det gjøres mange tiltak i alle deler av samfunnet som til sammen begrenser smittespredningen. Ikke minst er vaksineringsen godt i gang og de fleste med risiko for alvorlig forløp av covid-19 er nå beskyttet. Til tross for godt gjennomførte tiltak, kan tilfeller av covid-19 og andre infeksjoner oppstå. Dersom smitteverntiltak som foreslått her er gjennomført, vil smittespredningen likevel bli begrenset. Det er viktig å bruke tiltak som er tilpasset ulike situasjoner, men det er *ikke nødvendig å legge til ytterligere tiltak* enn de som er beskrevet her.

Formålet med rådene er å redusere risiko for smitte med covid-19.

De tre grunnpilarene for å bremse smittespredning er:

1. Syke personer skal holde seg hjemme/på eget rom
2. God hånd- og hostehygiene og godt renhold
3. Holde anbefalt avstand til andre enn sine nærmeste og generelt redusert kontakt mellom personer

Det aller viktigste smitteverntiltaket er at syke personer holder seg hjemme, på eget rom. Den enkelte folkehøgskole må lage en plan for isolering av syke elever som ikke kan reise hjem, og for elever som må være i karantene.

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

Syke personer skal holde seg hjemme

Man regner med at personer med symptomer er mest smittsomme, men viruset kan smitte 1-2 døgn før symptomstart og er antagelig mest smittomt rundt tidspunkt når symptomene oppstår. Symptomer på covid-19 kan være milde og vanskelige å skille fra andre luftveisinfeksjoner. Det er viktig at personer med selv milde luftveissymptomer ikke møter fysisk til undervisning eller i andre sammenhenger der de møter andre.

Elever og ansatte skal ikke møte på skolen:

- Personer med nyoppståtte luftveissymptomer og/ eller sykdomsfølelse skal ikke møte, selv om symptomene er milde. De skal holde seg hjemme til allmenntilstanden er god. De kan komme tilbake når de føler seg friske og feberfrie, selv om de fortsatt har enkelte symptomer etter luftveisinfeksjon (noe hoste, snørr, tett nese). [Folkehelseinstituttets nettsider](#) gir oppdaterte råd.
- Personer som er i [karantene og isolasjon](#).

Når sykdom oppstår på skolen

Personer som blir syke mens de er til stede på skolen må isoleres i forhold til andre personer. Hjemmet til myndige elever er i utgangspunktet på skolen. Hvilke tiltak som er nødvendig for å gjennomføre isolasjon av den syke må skolen lage en plan for. Her vil lokale og individuelle forhold være ulike mellom skolene.

Syke personer som skal dra fra skolen og må hentes av andre, må vente på et eget rom eller ute der det ikke er andre. Syke personer bør ikke ta offentlig transport. Syke personer bør dekke til munn og nese hvis de ikke kan holde to meters avstand til andre for å redusere smittespredning. I etterkant rengjøres rom, toalett og andre områder der den syke har oppholdt seg. Vanlige rengjøringsmidler kan benyttes.

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.

Hvis en i husstanden til en elev/ansatt er syk

Hvis en i husstanden har symptomer på luftveisinfeksjon, men ikke bekreftet eller sannsynlig covid-19, skal eleven/den ansatte møte på skolen som normalt. For elevene defineres husstanden som de elevene som deler bad. Den ansatte skal dra hjem dersom vedkommende får symptomer på covid-19.

Elever eller ansatte som er nærkontakt/husstandsmedlem til en som har bekreftet covid-19
Hvis en i husstanden har fått bekreftet covid-19, er det helsetjenesten som beslutter hvem som skal være i karantene og hvor lenge, etter råd gitt av Folkehelseinstituttet (se www.fhi.no). Retningslinjer til forskriften som regulerer karantene er gitt av Helsedirektoratet.

God hygiene

God hånd- og hostehygiene

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.

Oppdaterte råd finner dere her: [Håndhygiene, hostehygiene, bruk av munnbind, rengjøring og klesvask – Råd og informasjon til befolkningen](#) (FHI).

Skolen bør tilrettelegge for god håndhygiene. Tilgjengelighet og plassering av håndhygienefasiliteter er viktig for etterlevelse av rådene. Fasilitetene bør være godt synlige og tilgjengelige der hyppig kontakt mellom mennesker finner sted. Eksempler på områder der det er viktig å ha mulighet for håndvask/hånddesinfeksjonsmiddel tilgjengelig er:

- Undervisningsrom
- Fellesområder (toaletter, resepsjon mv.)
- Ved inngang og utgang
- På steder der det inntas mat og drikke, for eksempel matsal, i internatkjøkken, spiserom mv.
- Andre områder med mye aktivitet og der det er mange felles kontaktpunkter

Håndvask:

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.
- Utføres som et minimum ved ankomst, mellom ulike oppgaver (for eksempel hvis man forflytter seg eller skifter utstyr), etter toalettbesøk, og før og etter kjøkkenarbeid og spising.

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 bør plasseres på steder der det ikke er

Godt renhold

Koronaviruset (SARS-CoV-2) fjernes enkelt ved manuell rengjøring med vann og vanlige rengjøringsmidler. For utdypende informasjon om renhold, se www.fhi.no.

Gå gjennom rutiner og lokale renholdsplaner, og vurder om utsatte områder skal ha forsterket renhold. Ved svært lite smitte i samfunnet er det normalt tilstrekkelig med normalt renhold. Det er ikke nødvendig å bruke ekstra beskyttelsesutstyr.

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.

Ventilasjon og lufting

Generelt anbefales å sikre god ventilasjon i lukkede omgivelser og tette rom, [se anbefalinger for praktisk inneklimaarbeid i barnehager og skoler](#). I tette rom uten ventilasjonssystem, anbefales det å luften regelmessig, for eksempel i friminutt. For øvrig bør eksisterende ventilasjonssystem brukes og vedlikeholdes som normalt.

Smitte via bruk av felles utstyr

Ved forhøyet smittetrykk 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, alternativt kan utstyret stå ubrukt i minst 24 timer. For utstyr som ikke kan rengjøres, er det særlig viktig med god håndhygiene før og etter bruk. Se [Rengjøring ved SARS-CoV-2 - råd til sektorer utenfor helsetjenesten \(FHI\)](#).

Redusert kontakt mellom personer

Redusert kontakt med andre vil minske risiko for smitte fra personer som ikke vet at de er smittsomme. For å oppnå dette kan man øke avstand mellom elever/ansatte. Gjennomføring av større enkeltarrangementer må gjøres i henhold til gjeldende retningslinjer fra Helsedirektoratet. Det er viktig at skoler finner gode løsninger lokalt, 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 smittevernrådene. De fleste folkehøgskoleelever er voksne, og man kan derfor forvente at de i stor grad forholder seg lojalt til skolens regler og myndighetenes anbefalinger.

For elever med særskilte behov hvor det er vanskelig å regulere avstand til andre, blir det viktigste tiltaket å begrense antall nærkontakter til hver elev og ansatte, for eksempel ved å ha mindre grupper og ha faste ansatte for hver gruppe.

Kontaktreduserende tiltak:

Her gis forslag til hvordan kontaktreduserende tiltak kan gjennomføres. Hver skole må selv finne løsninger som kan tilpasses lokalt, gjerne ved å benytte en trafikklysmodeell som beskrevet tidligere.

Fysisk kontakt og tetthet i grupper

FHI har ikke utarbeidet folkehøgskolespesifikke retningslinjer, men henviser til . Her finnes også råd for skoler der elevene bor på internat. I tillegg henvises til [Råd til universiteter, høyskoler, fagskoler og folkehøgskoler](#) (FHI).

På grønt nivå med vanlig organisering av skolehverdagen står det at det ikke er «*nødvendig med ytterligere tiltak enn at syke personer skal holde seg hjemme/på eget rom, og at god hånd- og hostehygiene opprettholdes.*» Hver skole må utarbeide egne planer hvor kontaktreduserende tiltak for ulike smittesituasjoner beskrives.

Begrenset aktivitet utenfor skolen for elever

Hver enkelt skole må vurdere om det er behov for å gi råd til sine elever om å begrense sin aktivitet i områder med mye mennesker utenfor skolen. Områder som kan være forbundet med smitterisiko er særlig utesteder, men også offentlig transport, butikker etc.

Begrenset tilgjengelighet for andre

- Skolen kan åpne for publikumsadgang, så lenge personer som møter opp kan overholde nødvendig avstand. I perioder med høyt smittetrykk anbefales det imidlertid å begrense besøk fra publikum så langt som mulig, for å minimere risiko for introduksjon av smitte inn på skolen.

Spesielt for ansatte

- Holde avstand (minst en meter) til kolleger i møter og pauser.
- Lærere kan ambulere på tvers av grupper. Gruppene har faste undervisningsrom når det lar seg gjøre.
- Unngå håndhilsning og klemming.
- Felles nettbrett og datamaskiner/tastaturer må vaskes av etter bruk.
- Være ekstra oppmerksomme på hygiene rundt kjøkken/spiserom.
- Begrense bruk av offentlig transport i rushtid til og fra arbeidsplassen der det er mulig.
- Dersom det er ansatte/vikarer som arbeider på flere skoler, må de få opplæring i gjeldende lokale rutiner i hver skole.
- Ved fravær av personell kan det være behov vikarer og/eller omrokking av personell mellom elevgrupper. Dette kan gjøres når det er nødvendig, men omrokking må likevel begrenses mest mulig.

Matsservering

- Matsal kan driftes etter vanlige rutiner for kjøkkenhygiene. Ha gode rutiner for håndhygiene. Se forskriftsfestede krav i covid-19-forskriftens §15:
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
- Folkehøgskolene har alle forskjellig utforming og eksisterende rutiner. Disse må de tilpasse for å ivareta smitteforebygging.
- Råd om avstand mellom personer må overholdes i matsal og spiserom.
- På skoler som har egne internatkjøkken må det utarbeides egne rutiner for bruk, og elever og må sikres opplæring.

Undervisning

I tillegg til undervisning i ordinære klasserom har folkehøgskolene mange andre undervisningsarenaer. Hver enkelt skole må gjennomgå sitt undervisningstilbud og vurdere om det skal utarbeidet egne rutiner. For mange fag og bransjer finnes det allerede standarder som skal følges, se her: <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/?chapter=89178>

Arrangementer

Arrangementer, fester og andre samlinger må organiseres i henhold til gjeldende nasjonale anbefalinger. Se [Arrangementer, samlinger og aktiviteter](#) (FHI) for oppdatert informasjon. Det er ny kunnskap som viser at samling av mange personer innendørs i tette lokaler, og kombinasjon med synging/roping kan øke risiko for smittespredning.

Reiser

Planlagte reiser for elevene må vurderes i henhold til gjeldende nasjonale reiseråd. Se [Smittevernråd for reise og innreisekarantene ved ankomst til Norge](#) (FHI).

Risikoutsatte grupper

Planlegging for elever i risikogrupper bør skje i samråd med elevens fastlege. [Råd og informasjon til risikogrupper og pårørende](#) (FHI) har oppdatert informasjon.

Sjekkliste for godt smittevern

Tiltak	Merknad
Ledelsens overordnede ansvar	
Opplæring av ansatte og andre ved at de gjøres kjent med innholdet i denne veilederen	
Informasjon til elever om smittevernrutiner	
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	
Syke personer skal ikke møte til undervisning	
Syke personer skal holde seg hjemme/på eget rom, selv ved milde symptomer	
Rutine for isolasjon av syke personer	
God hygiene	
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 papirlømmetørkle 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	
Redusert kontakt mellom personer	
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	