

Datum

2021-04-07

Information till elever och vårdnadshavare- tillfälliga åtgärder p g a covid-19 (uppdaterad 20210407)

Folkhälsomyndighetens rekommendation om att gymnasieskolor ska bedriva en kombination av distansundervisning och viss närundervisning som gällde till och med den 1/4 har inte förlängts. Det innebär att det inte längre finns någon nationell rekommendation om distansundervisning för gymnasieskolan. Även om smittspridningen ökar på nationell nivå är Folkhälsomyndighetens sammantagna bedömning att nackdelarna med distansundervisning är betydande och att närundervisning på plats i skolan är bättre för elevernas kunskapsinhämtning och hälsa. Fortfarande finns dock möjlighet att använda distansundervisning utifrån den situation som råder lokalt och för att vi ska kunna ha närundervisning är det är mycket viktigt att alla tar sitt ansvar och stannar hemma vid minsta symptom.

För att så många elever som möjligt ska kunna ha närundervisning har vi försökt att sprida ut eleverna i fler lokaler, vilket innebär att även Folkets Hus lokaler kommer att användas till undervisning för några klasser. Alla klasser kommer att från måndag den 12/4 att få ett nytt schema med nya salar och en del elever kommer även att få nya lunchtider. Grunden för schemat är detsamma som tidigare, men lektionssalar har ändrats för att hålla isär grupper så att inte för många elever blandas med varandra. Även lunchtiderna är uppdelade så att eleverna äter vid olika tider. Gymnasieeleverna använder en annan ingång än grundskolan och sitter i egna rum, vilket gör att gymnasieeleverna inte blandas med grundskolans elever i matsalen. Vissa lektioner är fortfarande på distans och det beror på att vi vid de tillfällena ser en risk för trängsel eller att vi vill undvika att elever från många klasser blandas när de läser en specifik kurs tillsammans.

Alla idrottslektioner är förlagda utomhus. Skolans cafeteria är stängd för att förhindra att grupper blandas och många sittplatser i korridorer har tagits bort för att förhindra trängsel.

De allmänna rekommendationer som finns, såsom att ha god handhygien och hålla avstånd, gäller fortfarande. Om du får symtom, även lindriga, ska du undvika nära kontakter samt vara noga med hygien för att undvika att andra smittas. Du ska snarast ta prov för covid -19. Att ta ett prov är kostnadsfritt. Om du har tagit prov får du gärna meddela din mentor resultatet för att vi ska kunna ta genomtänkta beslut när det gäller att förhindra smittspridningen.

Stanna hemma när du är sjuk

Barn och vuxna som känner sig sjuka bör alltid stanna hemma från arbetet, skolan, förskolan och andra aktiviteter. De bör också undvika nära kontakt med andra.

Om du 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 bör du ändå stanna hemma två dygn utan symtom för att vara riktigt säker på att du inte blir sjuk. Därefter kan du gå tillbaka till arbetet, skolan, andra aktiviteter eller börja träffa kompisar på fritiden.

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 symtomen inte går över efter ett dygn gå in på webbplatsen [1177.se](https://www.1177.se) för boka provtagning för covid-19. I väntan på ditt provsvar bör du stanna hemma och undvika nära kontakt med andra.

Om du testats positiv för covid-19

Om testet visar att man har covid-19 kan återgång till arbete, skola och annan verksamhet ske om man tillfrisknat och minst sju dygn har gått sedan insjuknandet. De två sista dygnen ska ha varit utan feber och med gott allmäntillstånd. Detta gäller även om man har kvar enstaka lindriga restsymtom (lätt hosta och snuva eller lukt- och smakbortfall) och baseras på bedömningen att individer med ett normalt tillfrisknande inte smittar andra med covid-19 efter sju dygn. Om man har blivit provtagen och inte har symtom räknas sju dygn från den dag testet togs.

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.

Om du testats negativ för covid-19

Om testet visar att man inte har covid-19 kan återgång till arbete, skola eller annan verksamhet ske när man är frisk och allmäntillståndet tillåter.

Om du har symtom men inte testats för covid-19

Vid enstaka kortvariga symtom som går över inom ett dygn och som inte kan förklaras av någon känd orsak (till exempel migrän eller allergi), behöver man stanna hemma och vara helt symtomfri i minst två dygn innan återgång till arbete, skola eller annan verksamhet. Detta för att säkerställa att symtomen verkligen var tillfälliga.

Om man haft symtom i mer än ett dygn och inte testas behöver man stanna hemma i minst sju dygn. Återgång till arbete, skola eller annan verksamhet kan ske när man tillfrisknat och om minst sju dygn har gått sedan insjuknandet. De två sista dyggen ska ha varit utan feber och med gott allmäntillstånd. Detta gäller även om man har kvar lindriga symtom (lätt hosta och snuva eller lukt- och smakbortfall) och baseras på bedömningen att individer med ett normalt tillfrisknande inte smittar andra med covid-19 efter sju dygn.

På Folkhälsomyndighetens sida finns mer information om hur du skyddar dig själv och andra för att förhindra smittspridningen. Där finns även informationen på olika språk.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/skydda-dig-och-andra/>

Om ni undrar över något är ni välkomna att höra av er.

Med vänlig hälsning

//Greta Hidén, Rektor Pihlskolan greta.hiden@hellefors.se

