

## Covid-19 strategi och förhållning Östersunds Gymnasieskola



För barn och unga är det undervisning på plats i skolans lokaler som är huvudregel nu vid höstterminens start. Detta enligt regeringens och Folkhälsomyndighetens bedömning.

Folkhälsomyndigheten bedömer att det är möjligt att återgå till närundervisning, det vill säga för skolorna ordinarie klassrumsundervisning, i höst. I samband med terminsstarten är det vanligt med ökad spridning av infektioner. Barn blir sällan allvarligt sjuka i covid-19 men utgör fortsatt en grupp som är mottagliga för smitta och i skolmiljön kan smittspridning uppstå under hösten. Det förebyggande arbetet i förskolan, skolan och på fritids är därför fortsatt viktigt.

Exempel på proportionerliga förebyggande åtgärder från FHM som skolan ska följa är:

- Upprätthåll möjligheterna till god handhygien
- Undvik större samlingar så som exempelvis samlingar i aulan, samt samlingar i trånga lokaler.
- Förlägg möjliga delar av undervisningen utomhus, särskilt under de första veckorna av terminen.
- Arbeta om möjligt i mindre grupper
- Möjliggör för skolans personal att fortsatt utföra de arbetsuppgifter som går hemifrån.
- Fortsätt att se över möjligheten till alternativt genomförande av möten med vårdnadshavare, exempelvis digitalt eller utomhus.
- Påminn elever, vårdnadshavare och personal om att följa Folkhälsomyndighetens föreskrifter och allmänna råd. Det är särskilt viktigt att elever, personal och vårdnadshavare stannar hemma även vid milda symtom på covid-19.
- Påminn om vikten av att följa allmänna råd även på fritiden och vid fritidsaktiviteter.

## Covid-19 strategi och förhållning Östersunds Gymnasieskola



### FHM nya allmänna råd som Östersunds Gymnasieskola arbetar efter.

För att motverka spridningen av covid-19 i Sverige krävs att man alltid stannar hemma när man har symtom, att man är noggrann med handhygien och att alla håller avstånd till varandra. Enligt Folkhälsomyndighetens nya allmänna råd bör större sociala sammanhang undvikas och personer över 70 år bör vara särskilt försiktiga. Östersunds gymnasieskola uppmuntrar alla att vaccinera sig i linje med FHM. Genom att vaccinera dig kan du skydda både dig själv och andra. Covid-19 är en mycket smittsam sjukdom som kan göra dig svårt sjuk. Även om just du skulle få en lindrig variant av sjukdomen, löper andra personer stor risk att bli svårt sjuka. Vaccinationen skyddar dig från att bli sjuk och minskar också risken att du smittar andra. Det bidrar till att minska smittspridningen i hela samhället på sikt, vilket är nödvändigt för att vi ska kunna gå tillbaka till normala liv. De vacciner som är godkända mot covid-19, skyddar effektivt mot allvarlig sjukdom. Efter en vaccination bygger kroppens immunförsvar upp ett skydd mot covid-19. Det är inte säkert att alla som vaccineras får ett heltäckande skydd, men blir du sjuk får du med största sannolikhet en lindrigare form av sjukdomen. I Sverige är vaccinationen mot covid-19 frivillig och kostnadsfri (FHM 2021)

#### Personligt ansvar Allmänna råd:

Var och en i Sverige har ett ansvar att förhindra spridning av covid-19. För att begränsa smittspridning bör alla 1. vara noggranna med sin handhygien och ofta tvätta händerna med tvål och vatten i minst 20 sekunder, 2. hålla avstånd till varandra inom- och utomhus på platser där människor samlas, som t.ex. butiker, köpcentrum, museer, bibliotek, servicekontor och väntrum, 3. hålla avstånd till varandra i kollektivtrafiken och i andra allmänna färdmedel, 4. avstå från att delta i större sociala sammanhang som fester, begravningar, dop, kalas och bröllop, 5. på idrottsplatser, badhus, gym och i andra träningslokaler hålla avstånd till varandra och undvika att byta om i allmänna omklädningsrum, 6. undvika att resa i rusningstid, och 7. avstå från onödiga resor. Personer som är smittade av eller misstänks vara smittade av covid-19 Allmänna råd För att skydda andra från smitta bör den som vet att hen är smittad eller som har symtom på covid-19 1. stanna hemma, och 2. undvika sociala kontakter