



Leiðbeiningar útgefnar 15. nóvember 2021

Leiðbeiningar fyrir skóla- og frístundastarf á höfuðborgarsvæðinu vegna farsóttar

Líkt og áður þurfa stjórnendur að skipuleggja óskert starf en þó þannig að ýtrustu sóttvarna og varkárni sé gætt. Stjórnendum er heimilt að gæta sóttvarna umfram það sem reglugerð kveður á um, að því marki að þær ráðstafanir takmarki starfið eins lítið og kostur er. Núverandi reglugerð um takmörkun á samkomum vegna farsóttar gildir frá 13. nóvember til og með 8. desember, sjá reglugerðir og leiðbeiningar hvað varðar Covid-19 á heimasíðu almannavarnanefndar höfuðborgarsvæðisins, ahs.is.

Markmiðið með þessum aðgerðum er að halda starfseminni órofinni og minnka líkur á því að stórir hópar barna og starfsfólks þurfi að fara í sóttkví eða jafnvel einangrun.

Þar sem mikill fjöldi smita er að greinast (sjá covid.is) telja sviðsstjórar skóla- og frístundasviða ásamt starfsfólki almannavarnanefndar höfuðborgarsvæðisins mikilvægt að vernda skólastarf og senda út eftirfarandi leiðbeiningar.

Áfram vinna stjórnendur allra skólastiga og frístundastarfs eftir þeirri gríðarlegu þekkingu sem fyrir er á skipulagi leik- og grunnskóla og frístundastarfs á farsóttartímum og útfæra þeir starfið í samræmi við aðstæður. Aðstæður á milli sveitarfélaga eru mismunandi en stjórnendur eru hvattir til að ganga eins langt og kostur er, en með það að leiðarljósi að starfsemin skerðist sem minnst eins og áður hefur komið fram.

Líkt og áður þá þarf að leggja sérstaka áherslu á að hver og einn hugi að sínum persónubundnu sóttvörnum, jafnt starfsfólk sem börn og foreldrar. Mikilvægt er að hafa gott aðgengi að handspritti við alla innganga, í sameiginlegum rýmum, á salernum og þar sem matast er. Ábyrgð stjórnenda snýr að því að skapa viðunandi aðstæður til að gæta nálægðartakmarkana og annarra sóttvarna og brýna það vel fyrir öllum, einnig börnum í skóla- og frístundastarfi.

Leiðbeiningum er skipt upp í fjóra flokka með áherslu á starfsemina og starfsfólk:

- Leikskólar
- Grunnskólar, frístundaheimili og félagsmiðstöðvar
- Tónlistarskólar og skólahljómsveitir
- Starfsfólk

Ef upp kemur smit í skóla:

Ef upp kemur smit, grunur um smit eða vafamál sem tengjast Covid-19 þarf að beina fyrirspurnum til bakvaktar AHS.

Bakvakt almannavarnanefndar höfuðborgarsvæðisins (AHS) fyrir stjórnendur leik- og grunnskóla og frístundastarfs hefur símanúmerið 528-3333 og netfangið ahs@shs.is. Teymið verður stjórnendum innan handar við smitrakningu og annast skráningu í gagnagrunn smitrakningarteymisins. Auk þess mun teymið veita upplýsingar um þau vafamál sem gætu komið upp. Ef stjórnandi vill fá aðstoð við rakningu á staðnum þá mætir fulltrúi frá teyminu á staðinn. Bakvaktin er einnig tengiliður við smitrakningarteymi sóttvarnalæknis og almannavarna. ATH. ef það er á tali þegar hringt er sendið þá tölvupóst á ahs@shs.is og erindinu þínu verður svarað við fyrsta tækifæri.

Einnig er að finna leiðbeiningar til starfsfólks á vef almannavarnanefndar höfuðborgarsvæðisins; ahs.is og þá eru gagnlegar upplýsingar á www.covid.is.



Leiðbeiningar útgefnar 15. nóvember 2021

Leikskólar:

Sömu reglur gilda um starfsfólk skóláþjónustu og starfsfólk leikskóla.

1. Samanlagður hámarksfjöldi starfsfólks er 50 í rými og nálægðartakmörk eru 1 metri milli ótengdra aðila.
2. Leikskólabörn eru undanskilin fjöldatakmörkunum, nálægðartakmörkum og grímuskyldu.
3. Starfsfólk leikskóla þarf ekki að vera með grímur í samskiptum við leikskólabörn.
4. Starfsfólk leikskóla sem starfar á sömu deild skal gæta fyllstu varúðar og virða nálægðartakmörk eftir því sem frekast er unnt.
5. Blöndun hópa er heimil, hvort sem um ræðir börn eða starfsfólk. Ef blöndun hópa/deilda á sér stað ber starfsfólki að gæta að nálægðartakmörkum sín í milli, ellegar nota grímu.
6. Mælst er til að leikskólastarf sé hólfaskipt eins og kostur er í samræmi við aðstæður og stjórnendur nýti fyrri reynslu í útfærslu á skipulagi starfsins. Starfsfólk er hvatt til að fara sem minnst milli rýma/hólfa.
7. Gæta þarf ýtrustu sóttvarna á starfsmannafundum og að nálægðartakmörk séu alltaf virt, ellegar nota grímu.
8. Fundir með foreldrum/forráðamönnum sæta þeim takmörkunum að fjöldi miðist við að allir geti gætt að nálægðartakmörkum, grímuskylda viðhöfð og áhersla er lögð á persónubundnar sóttvarnir.
9. Við aðlögun barna skal viðvera foreldra/forráðamanna skipulögð þannig að þeir þurfi sem minnst að nota hreinlætis- og mataraðstöðu í leikskólabyggingum. Viðkomandi skal bera grímu og gæta að nálægðartakmörkun jafnt sín á milli og gagnvart starfsfólki. Einungis einn aðili skal fylgja barni í aðlögun og skal það vera sami aðili allan tímann.
10. Foreldrar og aðstandendur mega koma inn í leikskólabyggingar en skulu sýna aðgát og gæta að persónubundnum sóttvörnum og bera andlitsgrímur. Stjórnendum er heimilt að takmarka enn frekar komu gesta í leikskólann.
11. Mælst er til þess að ekki séu haldnir viðburðir með foreldrum eða öðrum gestum. Ef þeir eru haldnir þarf að fara eftir fyrirmælum í reglugerð, s.s. um skráningu og hraðpróf.
12. Ráðstafanir skulu gerðar til að þrifa og sótthreinsa byggingar eftir hvern dag og milli hópa í sama rými.
13. Aðrir sem koma inn í leikskóla, svo sem vegna vöruflutninga, skulu virða nálægðartakmarkanir, bera andlitsgrímur og gæta að persónubundnum sóttvörnum.

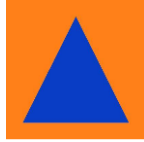


Leiðbeiningar útgefnar 15. nóvember 2021

Grunnskólar, frístundaheimili og félagsmiðstöðvar:

Sömu reglur gilda um starfsfólk skólalþjónustu og starfsfólk grunnskóla og frístundastarfs.

1. Samanlagður hámarksfjöldi starfsfólks og barna í innanhúsrýmum er 50. Í sameiginlegum rýmum, s.s. mötuneyti, matsal, við innganga, í anddyri og á göngum, er heimilt að víkja frá fjöldatakmörkun. Grunnskólabörn eru ekki undanskilin fjöldatakmörkunum.
2. Nálægðartakmörk eru 1 metri milli ótengdra aðila. Grunnskólabörn eru ekki undanskilin nálægðartakmörkunum, en heimilt er að víkja frá nálægðartakmörkun milli nemenda í grunnskólum þar sem henni verður ekki viðkomið. Grunnskólabörn skulu þó hvött til fyllstu varkárni og persónulegra sóttvarna.
3. Grímur skal nota þar sem ekki er unnt að tryggja nálægðartakmörkun. Grunnskólabörn eru undanskilin grímuskyldu.
4. Starfsfólk skóla þarf ekki að vera með grímur í samskiptum við nemendur en þeim ber að gæta að nálægðartakmörkunum síni í milli, ellegar nota grímu. Kennarar mega taka niður grímu eftir að komið er í skólastofu.
5. Fjöldatakmarkanir gilda á kaffistofum og fundum starfsfólks. Huga þarf vel að sótthreinsun snertiflata í sameiginlegum rýmum og ef starfsfólk getur ekki virt nálægðartakmarkanir sín á milli þarf það að vera með grímu. Mælst er til að starfsfólk noti almennt grímur fyrir utan skólastofur.
6. Blöndun hópa er heimil hvort sem um ræðir börn eða starfsfólk. Starfsfólk skal gæta fyllstu varúðar og virða nálægðartakmörk, ellegar nota grímu.
7. Mælst er til að grunnskóla- og frístundastarf sé hólfaskipt eins og kostur er í samræmi við aðstæður og stjórnendur nýti fyrri reynslu í útfærslu á skipulagi starfsins. Starfsfólk er hvatt til að fara sem minnst milli rýma/hólfa.
8. Í mötuneyti/matsal er heimilt að víkja frá 50 manna fjöldatakmörkun. Mikilvægt er að strjúka af borðum með sótthreinsandi efnum á milli hópa. Gott að skipta börnum niður t.d. eftir árgöngum. Starfsfólk noti hanska og grímu við vinnu sína. Börn geta skammtað sér sjálf í mötuneytum ef gætt er að handhreinsun barna fyrir og eftir matmálstíma. Einnig er mikilvægt að skipta oft um áhöld í matarílátum.
9. Skólaíþróttir og skólasund er heimilt en virða skal fjöldatakmarkanir og nálægðartakmörk. Skólastjórnendur skipuleggi skólasund í samráði við almenningssundlaugar og þá sem hafa umsjón með akstri í skólasund, þar sem það á við.
10. Í útiveru þarf starfsfólk að huga að nálægðartakmörkunum síni á milli og gagnvart börnum. Fjöldatakmörkun gildir ekki utandyra fyrir grunnskólabörn.
11. Engar takmarkanir eru fyrir grunnskólabörn í skólaakstri. Fullorðnir þurfa að bera grímur ef ekki er hægt að tryggja nálægðartakmörk.
12. Fundir með foreldrum/forráðamönnum sæta fjöldatakmörkunum og nálægðartakmörkun, grímuskylda viðhöfð og áhersla er lögð á persónubundnar sóttvarnir.
13. Foreldrar og aðstandendur mega koma inn í skólabyggingar en skulu gæta að persónubundnum sóttvörnum og bera andlitsgrímur. Stjórnendum er heimilt að takmarka enn frekar komu gesta.
14. Mælst er til þess að ekki séu haldnir viðburðir með foreldrum eða öðrum gestum. Ef þeir eru haldnir þarf að fara eftir fyrirmælum í reglugerð, s.s. um skráningu og hraðpróf.
15. Ráðstafanir skulu gerðar til að þrifa og sótthreinsa byggingar eftir hvern dag og milli hópa í sama rými.
16. Aðrir sem koma inn í grunnskóla, svo sem vegna vöruflutninga, skulu virða nálægðartakmarkanir, bera andlitsgrímur og gæta að persónubundnum sóttvörnum.



Leiðbeiningar útgefnar 15. nóvember 2021

Tónlistarskólar og skólahljómsveitir:

1. Sóttvarnir í tónlistarskólum taka mið af þeim sóttvarnaráðstöðvunum sem gilda á skólastigi viðkomandi nemendahópa.
2. Starfsfólk tónlistarskóla þarf ekki að vera með grímur í samskiptum við nemendur en þeim ber að gæta að nálægðartakörkum sín í milli, ellegar nota grímu. Kennarar mega taka niður grímu eftir að sest er niður í skólastofum.
3. Leyfilegur hámarksfjöldi starfsfólks og nemenda er 50 í rými. Gangar teljast ekki til rýmis í þessu samhengi (inngangar eða gangar milli skólastofa).
4. Blöndun hópa er heimil, hvort sem um ræðir nemendur eða starfsfólk.
5. Foreldrar og aðstandendur mega koma inn í skólabyggingar en skulu gæta að persónubundnum sóttvörnum og bera andlitsgrímur. Stjórnendum er heimilt að takmarka enn frekar komu gesta.
 1. Fundir með foreldrum/forráðamönnum sæta fjöldatakmörkunum og nálægðartakmörkun, grímuskylda viðhöfð og áhersla er lögð á persónubundnar sóttvarnir.
 2. Mælst er til þess að ekki séu haldnir viðburðir með foreldrum eða öðrum gestum. Ef þeir eru haldnir þarf að fara eftir fyrirmælum í reglugerð, s.s. um skráningu og hraðpróf.
 3. Ráðstafanir skulu gerðar til að þrifa og sótthreinsa byggingar eftir hvern dag og milli hópa í sama rými.
 4. Aðrir sem koma inn í skólann, svo sem vegna vöruflutninga, skulu virða nálægðartakmarkanir, bera andlitsgrímur og gæta að persónubundnum sóttvörnum.



Leiðbeiningar útgefnar 15. nóvember 2021

Starfsfólk:

Einkenni og sýnatoka:

Ef þú ert með einkenni, geta verið lítilvæg, eða þig grunar að þú sért með smit gerðu eftirfarandi:

- Ef starfsmaður finnur fyrir veikindaeinkennum sem gætu samrýmst COVID-19 skal sá hinn sami **ekki koma á vinnustað**.
- Haltu þig heima ef þú ert með einkenni eða grunar að þú sért með smit og skráðu þig strax í sýnatöku á [Mínar síður](#) á [Heilsuveru](#).
- Mikilvægt er að vera á verði gagnvart COVID-19 einkennum og **fara strax í PCR-próf** ef þeirra verður vart.

Ef þig grunar að einhver í þínu nærumhverfi sé smitaður/smituð:

- Gættu þess að eiga ekki í nánú samneyti við viðkomandi. Ráðlegðu viðkomandi að fara í sýnatöku og einangra sig þar til neikvæð niðurstaða fæst.

Helstu einkenni COVID-19:

- Hósti
- Hálssærindi
- Bein- og vöðvaverkir
- Meltingarfæraeinkenni
- Hiti
- Andþyngsli
- Þreyta
- Skyndilegt tap á lyktar- og bragðskyni

Hvað geri ég við niðurstöðu úr PCR prófi:

- Starfsfólk sem finnur fyrir einkennum er beðið um að mæta ekki til vinnu fyrr en **neikvæð niðurstaða liggur fyrir úr PCR-prófi**.
- Upplýsa strax næsta yfirmann ef grunar vaknar um sýkingu af völdum COVID-19 og um niðurstöðu þegar niðurstaða berst úr sýnatöku.

Vegna heimkomu starfsfólks um landamæri:

- Allir bólusettir farþegar með tengsl við Ísland þurfa að **fara í sýnatöku innan 48 klukkustunda frá komu til landsins. Einkennasýnatoka er gjaldfrjál.**
- **Starfsmaður getur mætt til vinnu um leið og neikvæð niðurstaða kemur úr skimun eftir heimkomu.** Í fimm daga eftir heimkomu þarf starfsfólk þó að fara sérstaklega varlega og vera vakandi yfir einkennum, vera með grímu og ber að ástunda góðar persónulegar sóttvarnir.
- **Óbólusett** starfsfólk fylgir áfram reglum stjórnvalda og þarf að fara í **tvær PCR-skimanir með fimm daga sóttkví á milli skimana.**

Bólusetning:

Tilmæli sóttvarna- og landlæknis eru að allir sem það geta láti bólusetja sig gegn COVID-19. Mikilvægt er að starfsfólk kynni sér vel ávinning af bólusetningu og fylgi tilmælum yfirvalda, sjá stutta samantekt frá landlækni af árangri bólusetningar hér fyrir neðan.

„Bólusetningar við COVID-19 hafa skilað miklum árangri hér á landi. Í nýrri samantekt embættis sóttvarnalæknis er fjallað um ávinning bólusetningar. Þar kemur fram að einstaklingur sem á í nánum samskiptum við Covid-smitaðan einstakling er 50% ólíklegri til að smitast hafi hann fengið fulla grunnbólusetningu en væri hann óbólusettur. Líkur á alvarlegum veikindum hjá bólusettum einstaklingi sem smitast eru jafnframt um fimmfalt lægri en hjá óbólusettum. Sá sem er bólusettur en smitast samt af Covid-19 er enn fremur mun ólíklegri til að smita aðra. Því ættu þeir sem enn hafa ekki verið bólusettir við Covid-19 að fara í bólusetningu hið fyrsta. Góð þátttaka í örvunarbólusetningum gegn COVID-19, sambærileg við það sem var í grunnbólusetningum í vor, er forsenda þess að við náum tókum á útbreiðslunni nú í vetur án verulegra samfélagshatta. Örvunarbólusetning verður boðin öllum 16 ára og eldri þegar a.m.k. 5 mánuðir eru liðnir frá grunnbólusetningu.“