

Informasjon til foreldre med barn i skolen

## Sammen gjør vi det trygt å være på skolen

Norge har klart å redusere smittespredningen av koronavirus gjennom en stor dugnad der alle bidrar. Når 5.-10.trinn nå åpner igjen, er det fortsatt behov for felles innsats der foreldre, elever og ansatte sammen bidrar til en trygg og kontrollert gjenåpning av skolen. Skolene innfører en rekke smitteverntiltak for å redusere risikoen for smittespredning, og foreldre og elever bidrar ved å følge rådene fra helsemyndighetene.

### Helsemyndighetenes anbefaling

Både nasjonale og lokale helsemyndigheter anbefaler gjenåpning fordi flere store studier viser at få barn og unge blir alvorlig syke av det nye koronaviruset, og at barn og unge i mindre grad bringer smitten videre til andre. Det har ikke vært større utbrudd av smitte blant barn og unge i land som har holdt barnehager og skoler åpne. Barn og unge har ofte milde symptomer, og da er det mindre risiko for å smitte andre. Basert på kunnskapen vi nå har, vet vi at enkelte barn og unge kan bli smittet, men med nødvendige smitteverntiltak forventer vi at smittespredningen vil bli begrenset.

### Dette må du gjøre

#### Syke personer skal ikke være på skolen

Dette er det viktigste tiltaket for å unngå smitte i skolen! Selv ved milde luftveissymptomer og sykdomsfølelse skal elever og ansatte holde seg hjemme fra skolen. Symptomer på luftveisinfeksjon kan være feber, hoste, tung pust, hodepine, slapphet og nysing/neserennning. Koronavirus gir sykdommen covid-19, og symptomene på denne sykdommen kan være milde og vanskelige å skille fra andre luftveisinfeksjoner. I starten av sykdommen er de hyppigst beskrevne symptomer på covid-19 halsvondt, forkjølelse og lett hoste, i tillegg til sykdomsfølelse, hodepine og muskelsmerter. Magesmerter, diare og bortfall av smak- og luktesans kan også forekomme. Alle som får sykdomsfølelse eller symptomer som nevnt over skal holde seg hjemme i 1 døgn etter at symptomene er borte.

Ved påvist smitte skal man holde seg hjemme i 3 døgn etter at symptomene er borte. Hvis eneste symptom som gjenstår er tørrhoste eller bortfall av smak og lukt kan barnet ditt gå på skolen igjen etter 21 dager fra symptomstart. Men kontakt gjerne legen for råd i den aktuelle sak.

#### Andre viktige regler knyttet til sykdom

Elever som får symptomer som kan gi mistanke om covid-19 må gå hjem/bli hentet så raskt det lar seg gjøre. Dersom du mistenker at barnet ditt har blitt syk med covid-19 og symptomene har vart i minst to døgn kan barnet ditt få tilbud om å testes for viruset. Du kan da ringe til callsenteret i kommunen tlf 55 56 77 00 for å få satt opp barnet til testing.

Hvis en annen i husstanden har symptomer på luftveisinfeksjon, kan barnet møte på skolen som normalt. Foresatte som selv har symptomer på luftveisinfeksjon, skal ikke møte på skolen. Hvis en i husstanden har fått påvist covid-19, skal alle nærkontakter i karantene. Ingen personer som selv er i karantene, kan møte på skolen – dette gjelder også for barn og unge.

Elever og ansatte med typiske symptomer på pollenallergi kan møte på skolen. Også friske elever som til vanlig kan ha rennende nese uten andre symptomer på luftveisinfeksjon, kan møte på skolen.

## **Forbered barnet ditt på hygienetiltakene på skolen**

Du kan hjelpe barnet ditt ved å forberede det på de nye rutinene på skolen:

Koronaviruset smitter via dråpe- og kontaktsmitte. Derfor er det nødvendig med mye håndvask i tiden fremover! Minn barna på at de vasker hendene når de drar hjemmefra og med en gang de kommer hjem fra skolen. Håndvasken skal være med lunkent vann og såpe og vare i minst 20 sekunder.

På skolen blir det håndvask når elevene kommer til skolen, etter hosting og nysing, etter toalettbesøk, uteaktivitet/friminutt og dersom hendene er skitne.

Minn barnet ditt på god hoste- og nysehygiene. Gi barnet beskjed om at det må ta rask kontakt med læreren om de føler seg syke.

Det er en fordel at elevene ikke omgås mange andre barn/unge på fritiden og at aktiviteten foregår ute.

## **Flere tiltak på skolen for å redusere smitte**

### **Forsterket renhold**

Skolene vil ha ekstra renhold på områder som mange berører eller bruker i løpet av en dag. Dette gjelder blant annet toaletter, vasker, dørhåndtak, trappegelendre, stoler, bordflater, sportsutstyr og datautstyr.

### **Endringer i organisering av tilbudet**

Skolen din informerer deg direkte om hvordan dette blir for deg og ditt barn.

### **Tett oppfølging av eventuell smittespredning**

Dersom skolen får utfordringer med smittespredning, vil dere få råd og videre oppfølging av skolen og smittevernet i kommunen. Smittevernoverlegen har fullmakt til å stenge av hele eller deler av skolen dersom det oppstår smitte, men dette unngår vi gjennom en god ordning med inndeling i grupper (kohortorganisering).

### **Særskilte regler for risikogruppene**

De aller fleste barn og unge med kroniske sykdommer kan og bør gå på skolen. Det kan gjøres individuelle vurderinger for elever som er i helt spesielle risikogrupper. Det kan gjelde barn som er nylig organtransplanterte eller er benmargstranplanterte med ustabil sykdom, kreftsyke i aktiv behandling og barn som har alvorlig hjerte- eller lungesykdom. Se lenke for detaljert oversikt over hvilke barn som anbefales å gå på skolen og hvilke som anbefales å få et tilpasset opplegg på grunn av helsetilstanden:

[https://www.legeforeningen.no/contentassets/14b5140eb743406aa07b3e3b0912fe70/20200420\\_v3\\_nbf\\_skoleapning-og-vurdering-av-barn-med-mulig-risiko.pdf](https://www.legeforeningen.no/contentassets/14b5140eb743406aa07b3e3b0912fe70/20200420_v3_nbf_skoleapning-og-vurdering-av-barn-med-mulig-risiko.pdf)

Dersom du som foresatt selv er i risikogruppen kan lege kontaktes for å vurdere om det er behov for tilrettelagt tilbud for barnet for å redusere smitterisikoen i hjemmet. Deretter vil dere etter dialog med skolen avgjøre hvilken tilrettelegging som er mulig.

## Mer informasjon

Vi informerer fortløpende under skole og barnehage på [bergen.kommune.no/koronavirus](https://bergen.kommune.no/koronavirus) når ny informasjon er klar.

Under [bergen.kommune.no/coronavirus/languages](https://bergen.kommune.no/coronavirus/languages) vil det bli lagt ut informasjon på flere språk.

### **Her kan du ringe**

Har du spørsmål om smitteverntiltak eller praktiske forhold ved oppstart på skolen, kontakt skolen din.

Har du spørsmål om barnets eller din egen helse, kontakt fastlegen din.

For andre koronarelaterte spørsmål ring callsenteret i kommunen på 55 56 77 00 (mandag–fredag 08.00–21.00, lørdag, søndag og helligdager klokken 09.00–17.00).

Du finner også mer informasjon om koronavirus på [www.bergen.kommune.no](https://www.bergen.kommune.no) og [www.fhi.no](https://www.fhi.no).

Vennlig hilsen  
Karina Koller Løland  
Smittevernoverlege



BERGEN  
KOMMUNE