



## Oversættelse til dagtilbud og skoler af generelle anbefalinger om forebyggelse af smittespredning

Baseret på Sundhedsstyrelsens publikation ”COVID-19: Forebyggelse af smittespredning”  
<https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/COVID-19-Forebyggelse-af-smittespredning>

### Introduktion og overordnede anbefalinger

Dette dokument oplister en række supplerende anbefalinger og eksempler, der tager udgangspunkt i tidligere og kendte vejledninger, men som er tilrettet anbefalingerne af 10. maj 2020 specielt i relation til hyppighed af rengøring og afstand mellem personer.

Grundelementer i forebyggelse af smittespredning er i prioriteret rækkefølge:

1. Isolation af personer med symptomer fx i eget hjem eller på sygehus.
2. Hygiejne med fokus på hostetikette, håndhygiejne og kontaktpunkter.
3. Kontaktreduktion med fokus på afstand, hyppighed, varighed og barrierer.

Sundhedsstyrelsens fem generelle råd er:

- Vask dine hænder tit, eller brug håndsprit.
- Host eller nys i dit ærme.
- Undgå håndtryk, kindkys og kram – begræns den fysiske kontakt.
- Vær opmærksom på rengøring – både hjemme og på arbejdspladsen.
- Hold afstand og bed andre tage hensyn.

### Særligt for dagtilbud og skoler betyder det:

#### Tegn på sygdom

- Det påhviler ledelsen at sikre, at der i dagtilbuddet/skolen foreligger en instruks for håndtering af personale og børn med symptomer, der kunne være forenelige med COVID-19.
- Børn/elever og pædagogisk personale må komme i dagtilbud/skole når de ikke har symptomer på sygdom. Det betyder, at hvis man har symptomer på sygdom, skal man blive hjemme, indtil man er rask.
- I forhold til COVID-19 betragtes man som rask, når der er gået 48 timer, efter symptomerne er ophørt. Herefter må man komme i dagtilbud/skole igen.
- Man vurderes som syg, når der er symptomer på sygdom, også ved milde symptomer på sygdom.

- Hvis et barn/elev eller pædagogisk personale får symptomer på sygdom, mens de er i dagtilbud/skole, skal de hurtigst muligt tage hjem og blive der, indtil 48 timer efter de har haft sidste symptomer
- Hvis en person, der har været i skole, konstateres smittet med COVID-19, skal den pågældende skole informeres om smitten, med henblik på at informere de ansatte og eleverne på skolen.

## Hygiejne

### *Håndhygiejne*

- For at sikre god håndhygiejne skal børn/elever og pædagogisk personale vaske hænder eller anvende hånddesinfektion bl.a. ved ankomst til og afgang fra skole, mellem forskellige opgaver og aktiviteter, før og efter spisning, efter host/nys i hænder eller engangslommetørklæde, eller når ansatte skifter mellem stuer/klasser mv.
- God håndhygiejne forudsætter intakt hud. Det er vigtigt at pleje hænderne med f.eks. fugtighedscreme for at huden holdes intakt, modvirke tørre hænder og udvikling af eksem.
- Håndvask og hånddesinfektion er ligeværdige, dog anbefales håndvask altid ved synligt snavs på hænder, ved fugtige hænder, efter toiletbesøg, efter bleskift og før håndtering af madvarer. I dagtilbud anvender ansatte hånddesinfektion efter håndvask ifm. bleskift.
- Der skal være let adgang til hånddesinfektion hvor der færdes mange mennesker og er mange kontaktpunkter, fx i fælles arealer og ved indgangspartier, m.v.
- Små børn skal hjælpes med god håndhygiejne, med opmærksomhed på korrekt håndvasketeknik og pleje af hænder for at forebygge håndeksem. Hyppig brug af uparfumeret fed fugtighedscreme (40 - 70 %) anbefales. Hånddesinfektion kan anvendes til børn, men skal opbevares forsvarligt og utilgængeligt for mindre børn og anvendes med assistance fra en voksen.
- De, der ikke selv kan, skal støttes i udførelsen af korrekt håndvask eller hånddesinfektion.
- Vådservietter kan anvendes hvis der hverken er adgang til vand og sæbe eller håndsprit, fx i forbindelse med transport. Ved brug af vådservietter, skal disse ligeledes være medalkohol 70 - 85 % tilsat glycerol, og skal sikre at huden kan holdes fugtig af midlet i mindst 30 sek.

### *Rengøring*

- Identifikation og evt. markering af fælles kontaktpunkter, fx dørhåndtag og trykknapper.
- Hyppig og grundig rengøring af fælles kontaktpunkter og overfaldere, som minimum en gang dagligt, og oftere afhængig af aktiviteter og hvor mange der benytter lokaliteterne. Kontaktpunkter og overflader er f.eks. håndtag, gelænder, kontakter, trykknapper, tastaturer, mus, terminaler, armlæn, bordkanter, legetøj, redskaber, vandhaner, toiletter mv.
- Legetøj der ikke kan rengøres efter anvisning pakkes væk til efter covid-19 epidemien.
- Skraldespande tømmes dagligt, og altid inden de fyldes helt.
- Eventuelle fælles redskaber og remedier bør rengøres mellem forskellige børn/elever, eller der kan benyttes personlige redskaber eller engangsudstyr.

- Undgå at dele udstyr, der vanskeligt kan rengøres mellem brugere, som f.eks. tablets.
- Reducér kontaktpunkter og skift til kontaktløse funktioner hvis muligt, f.eks. sensorstyret belysning, håndfri vandhaner, automatisk eller albuebetjent døråbning m.v. eller organiser fx døråbning så færrest muligt berører håndtag/dør.
- Tøjvask: Generelt følges vaskeanvisning på tøjet, men i husstande med påvist COVID-19 bør håndklæder, sengetøj og undertøj vaskes ved minimum 60 grader.

## Fysisk afstand og reduktion af kontakt

- Hold mindst 1 meters afstand mellem personer.
- Hold dog mindst 2 meters afstand i situationer, hvor der kan være øget risiko for dråbesmitte, eller hvor et forsigtighedsprincip tilsiger et særligt hensyn, som f.x.:
  - Hvis der er tvivl om luftvejssymptomer hos en selv eller den anden, f.eks. hvis man synes den anden ser forkølet ud osv.
  - Ved aktiviteter med kraftig udånding, hvor dråber dannes og slynges længere væk fra personen end ved normal tale, f.eks. sang, råb, foredrag, skuespil, fysisk anstrengelse m.v.
  - Konkret vil det f.eks. betyde, at der bør sikres 2 meters afstand mellem underviser og forreste række i klasselokale/auditorium, mens det er tilstrækkeligt med 1 meters afstand mellem elever/tilhørere.
  - Afstanden vurderes 'fra næsetip til næsetip', således at der f.eks. ved sidende indretning skal måles fra midten af stolesæder.

For dagtilbud gælder ikke den generelle anbefaling om 1 meters afstand for så vidt angår børns leg og personalets arbejde med børnene.

Det er anbefalingen, at aktiviteter således organiseres i faste grupper/stuer med et fast antal ansatte per gruppe, og at dette er udgangspunktet for børnenes hverdag. Samtidig gælder de skærpede retningslinjer om rengøring og hygiejne for dagtilbud, hvor der eksempelvis anbefales hyppig og gentagen rengøring af kontaktflader i lokaler og situationer med mange besøgende og/eller mange berøringer.

Derudover er anbefalingen, at der i situationer hvor det er muligt og hensigtsmæssigt at overholde afstandsanbefalingerne på 1 meter og reducere antallet af fælles kontaktpunkter, gøres dette. Eksempelvis ved frokstsituationer, hente-bringe-situationer eller ved mødeaktiviteter.

På skoler, i SFO'er og fritidstilbud vil der være aktiviteter eller situationer, hvor anbefalingen om 1 meters afstand ikke kan efterleves. Det kan fx være praktiske fag, børn der skal trøstes, udeleg og i frikvarterer. I disse situationer er det vigtigt, at der er ekstra opmærksomhed, at aktiviteten foregår inden for klassen, samt på de generelle anbefalinger omkring hygiejne.

*Eksempler på organisering og reduktion af kontakt i daginstitutioner og skoler:*

- I daginstitutioner kan aktiviteter således organiseres i faste grupper/stuer med et fast antal ansatte per gruppe. Udgangspunktet for aktiviteter i skolen er elevernes klasse. I skoler kan anvendes adskilte frikvarterer med få klasser ad gangen. Det er centralt, at klassen/stuen er udgangspunktet for børnenes hverdag, og at der er faste kendte voksne omkring børnene.
- Så mange aktiviteter som muligt tilrettelægges udenfor eller andre steder, hvor det er nemmere at holde afstand.

- Udendørs leg/frikvarterer kan indrettes forskudt således, at mange børn/elever ikke holder frikvarter/udendørs leg på samme tid.
- Sport og idrætsaktiviteter med fysisk kontakt kan gennemføres, hvis der er stor opmærksomhed på øvrige anbefalinger, særligt vedr. hygiejne og forebyggelse af kontaktsmitte.
- Disponering og indretning af lokaler og områder kan medvirke betydeligt til at overholde anbefalinger om fysisk afstand og ved at reducere antallet af fælles kontaktpunkter, hvor smitte kan overføres.
- Smittespredning kan yderligere reduceres ved at begrænse ansigt-til-ansigt kontakt, f.eks. ved opstilling på rækker i klasselokale, eller ved at øge afstand til mere end en meter ved ansigtsvendte bordopstillinger.
- Det anbefales, at aktiviteterne i SFO og fritidstilbud organiseres på en sådan måde, at børnene er i faste grupper af børn og voksne. Dette svarer til, hvordan man normalt inddeler børnene i stuer/grupper i SFO og fritidshjem. Det vil ikke i alle tilfælde være muligt, at grupperingen i SFO'en kan være den samme som i skolen (klassen), og børn og pædagogisk personale kan desuden undtagelsesvist samles på tværs af stuer eller grupper i det omfang det er nødvendigt fx i forbindelse med pasning i ydertimerne.
- Blanding af børn i dagtilbud mellem stuer skal begrænses. Børn kan dog, når der er få børn tilbage, i mindre omfang samles på tværs af et par stuer (helst de samme stuer) i det omfang, det er nødvendigt eller hensigtsmæssigt bl.a. i forhold til børnenes trivsel. Her er det særligt vigtigt med at efterleve anbefalinger om høj rengørings- og hygiejnestandard. Dette kunne være i forbindelse med ydertimer eller i ferieperioder.

#### **Yderligere henvises der til øvrige eksisterende anbefalinger fra Sundhedsstyrelsen**

- Smitsomme sygdomme hos børn og unge, 2013
- Håndbog om hygiejne og miljø i dagtilbud, 2019
- Forebyggelsespakke om hygiejne, 2018
- Håndtering af COVID-19: Anbefalinger til personer i særlig risiko, 2020