

Information Covid 19 – förebyggande åtgärder och stanna hemma när du är sjuk

Förebyggande

Med anledning av Covid 19 och Folkhälsomyndighetens rekommendationer om att skydda oss och andra från smittspridning arbetar vi med följande förebyggande åtgärder:

- Ökat avstånd mellan sittplatser i klassrum, matsal och andra utrymmen
- Delade fika-och lunchtider
- Om möjligt vistas ute på raster
- Hålla avstånd till varandra
- Tvätta händerna ofta
- Tillgång till handsprit i alla klassrum
- Information och samtal om pandemin

En allmänt förbyggande åtgärd mot luftvägsinfektioner är att undvika att röra vid ansiktet eller ögon samt att undvika nära kontakt med sjuka människor.

Stanna hemma när du är sjuk

Känner du dig sjuk ska du stanna hemma från skolan. Du bör stanna hemma två dygn utan symtom. Om symptomen inte går över efter ett dygn gå in på webbplatsen [1177.se](https://www.1177.se) för att se vad som gäller i den region där du bor för att lämna prov för covid-19. Regionala förutsättningar avgör vilka som testas. I väntan på provsvar bör du stanna hemma och undvika kontakt med andra.

Internatet

Om du blir sjuk och bor på internatet och har ett eller flera av följande symptom, snuva, torrhosta, feber, andningsbesvär gäller följande:

- Stanna på rummet
 - Ring och sjukanmäl dig 0733–477 818
 - Var tydlig med att meddela dina symtom
 - Någon från skolan kontaktar dig
 - Du ska resa hem och stanna hemma till du har varit symptomfri i två dygn
 - Du ska inte åka hem med kommunala färdmedel
-

2020-10-29

Ytterligare information finns på
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/skydda-dig-och-andra>

Katrin Bladh

Rektor Ingelstadgymnasiet

katrin.bladh@ingelstad.nu, 0733 477831