

Smittevernsplan

Undervisning i lokal danseverkstad

Generelle smitteverntiltak:

- Sjuke personar skal holde seg heime.
- God hand- og hostehygiene.
- Unngå unødvendig fysisk kontakt mellom personar (handhelsing og klemming)
- Hald minst ein meter avstand og reduser kontakt mellom personar.

1. Alle skal vaske henda når dei kjem inn i lokale. Instruktør har ansvar for at antibac er tilgjengelig.
2. Kvar gruppe skal bestå av max 15 personer, pluss ein instruktør. Så sant lokalet tillet det kan de være opp til 20 personar pluss ein instruktør kor det er ein meter avstand mellom kvar person.
3. Dans Uten Grenser anbefaler å ta i bruk munnbind i undervisninga dersom nødvendig.
4. Fysisk kontakt skal begrensa, og instruktør har ansvar for at dette overholdast.
5. Begrense toalettbesøk, eventuelt stenge toaletter. Viktig å òg merke alle vannflasker. Oppfordre elever om å ete før dei kjem på trening.
6. Ha inngang og utgang frå treninga separat for å unngå at elever møter på kvarandre.
7. Partnerarbeid skal ikkje nyttast i undervisninga då fysisk kontakt skal unngåast.
8. Alle skal merke si eiga vannflaske og ikkje dele vannflaske med kvarandre.
9. Mellom kvar undervisningstime har instruktør ansvar for å vaske over alle overflater med mykje berøring.

Kva har danseverkstaden som arrangør ansvar for:

- Ha oversikt over kven som er tilstade på arrangement for å hjelpe kommunen ved ein eventuell seinare smitteoppsporing. Via påmelding har ein nødvendig informasjon tilgjengelig for å ha oversikt. Veldig viktig å føre oppmøte-protokoll for å spore eventuell smittespreiing.
- Å setje i verk tiltak som bidrar til at sjuke ikkje deltek på arrangement. Om ein elev er sjuk ved start av arrangement må ein informere leiar om situasjon. Om elev møter sjuk på arrangement skal ein bli sendt heim.
- Å følgje relevante standardar om smittevern.
- Å legge til rette for at avstandskrav og smittevern kan følgjast under heile arrangement.

Kva har føresette/elev ansvar for:

- Orienter seg om generelle råd og rettleiingar kring smittevern i kommunen.
- Unngå oppmøte ved smitte, sjukdom eller symptom på Covid-19.
- Følgje lokal smittevernsplan tilhøyrande danseverkstad.

Covid-19 sitter hovudsaklig via dråpe- og kontaktsmitte. Virusset spreiaast i størst grad ved hoste og nysing – og mindre ved normal tale/snakking. Spyting bør ein unngå og handhygiene bør utførast etter snyting eller tørking av snørr.

Vi følgjer FHI sine anbefalinger og retningslinjer, og følgjer med på regjeringa sine oppdateringer.

Vi anbefaler at smittvernsplan og tabell over symptom hengast opp ein synleg plass i undervisingslokale.

Ein gang DUG'ar, alltid DUG'ar!

Typiske symptomer ved covid-19, forkjølelse og allergi (FHI).

Symptomer	Akutte luftveisinfeksjoner			Allergi
	Covid-19	Forkjølelse	Influensa	
Feber	Hovedsymptom*	Sjelden	Vanlig	Sjelden
Hoste	Hovedsymptom*	Vanlig	Vanlig	Noen ganger
Tungpustethet	Hovedsymptom*	Nei	Sjelden	Noen ganger
Hodepine	Vanlig	Noen ganger	Vanlig	Noen ganger
Slapphet	Vanlig	Noen ganger	Vanlig	Noen ganger
Nedsatt lukte- og/eller smaksans	Vanlig	Noen ganger	Noen ganger	Noen ganger
Muskelverk	Vanlig	Noen ganger	Vanlig	Sjelden
Sår hals	Noen ganger (vanlig hos barn)	Vanlig	Vanlig	Sjelden (men kløe kan forekomme)
Rennende eller tett nese	Noen ganger	Vanlig	Noen ganger	Vanlig
Nysing	Sjelden	Vanlig	Sjelden	Vanlig

*Hovedsymptom er her definert ut ifra WHO's kriterier for mistenkt covid-19.

Mvh
Ove Henning Solheim
Daglig leiar