

# FAQ-

vanliga frågor och svar  
under pandemin covid -19

# VI VISAR OMSORG

För att ge dig som vårdnadshavare hos oss en överblick av informationen om covid -19 har vi sammanställt en FAQ (*frequently asked questions*) baserad på information från Folkhälsomyndigheten, Borås och Göteborgs stad:

**VAD VI VET** JUST NU

**VAD VI GÖR** JUST NU

**REKOMMENDATIONER VI FÖLJER** JUST NU

*Ledningen för Malmen Montessori  
Borås, juni 2020*



# OM VARANDRA

# VAD VI VET JUST NU

**Covid -19** (covid står för *coronavirus disease*, och 19 för årtalet det bröt ut) är ett nytt virus som började spridas i världen kring årsskiftet 2019/2020. Det är en droppsmitta, som smittar genom små droppar som sprids i luften när en smittad person nyser eller hostar.

Världen arbetar nu för att framställa ett vaccin mot viruset. Det vi alla kan göra fram tills att det finns ett vaccin är att begränsa smittspridningen, framför allt för att skydda äldre och andra riskgrupper som drabbas hårdare och i större uträkning än andra och också för att inte belasta en redan mycket ansträngd sjukvård.

Regeringen har i samråd med Folkhälsomyndigheten beslutat att förskola, grundskola och fritids håller öppet som vanligt. Det finns just nu ett förbud för fler än 50 personer, som endast omfattar evenemang och inte vår verksamhet.

## **Skolplikten gäller som vanligt**

Friska barn ska vara i skolan precis som vanligt för att ta del av den undervisning som de har lagstadgad rätt till. Rätten till kunskap är central och skolan fyller också en viktig social funktion.

Sjuka barn ska stanna hemma precis som vanligt och är välkomna tillbaka två dagar efter sista symptom.

## **Barn med symptom blir hemskickade**

Särskilt viktigt att du som vårdnadshavare är uppmärksam på om ditt barn har lättare förkylningssymptom som halsont, led- och muskelvärk, hosta och snuva och att du vid minsta symptom håller ditt barn hemma.

Om ditt barn får symptom under dagen kontaktar vi dig som vårdnadshavare så att du kan hämta ditt barn så snart som möjligt.

**TVÄTTA HÄNDER**

**HÅLL AVSTÅND**

**ÄR DU MINSTA KRASSLIG -  
STANNA HEMMA**

**SÅ MINSKAR VI TILLSAMMANS  
SMITTSPRIDNINGEN  
AV COVID -19**

### **Dagliga uppdateringar**

Ledningen håller sig uppdaterade dagligen och följer Folkhälso-myndighetens rekommendationer om covid -19 samt har kontakt med Centrala krisgruppen i Borås stad för att följa utvecklingen lokalt i de olika förvaltningarna.

När det gäller information kring covid -19 får du den i första hand via Schoolsoft.

### **Hanterbar situation**

Vi bedömer just nu situationen som hanterbar utifrån den dagliga statistik vi för över antal sjuka/frånvarande personal och barn.

Under terminen har situationen vid ett tillfälle varit ansträngd och vi flyttade då personal inom verksamheten för att täcka upp för de sjuk-luckor som uppstod.

### **Ledningen gör inga medicinska bedömningar**

Viktigt att tänka på är att ledningen aldrig gör några medicinska bedömningar utan att när det uppstår frågor kring riskgrupp, hur sjukdom ska bedömas och så vidare, behöver du själv vända dig till sjukvården.

### **Ekonomisk ersättning**

När det kommer till ersättning gäller detta just nu:

- Vid egen sjukdom är karensdagen borttagen. Du ansöker om ersättning för förlorad arbetsinkomst via Försäkringskassan.
- Vid vård av sjukt barn (VAB) behöver du inte längre ordna ett läkarintyg efter 14 dagar.
- I dagsläget finns ingen ersättning till personer i riskgrupp, tillhör du en sådan får du söka annan slags ledighet, exempelvis semester.

### **Var källkritisk**

Hjälp till att förhindra ryktesspridning och spekulationer, var källkritisk och dela enbart bekräftad information från trovärdiga källor.

## **LÄGET KAN SNABBT FÖRÄNDRAS - HÅLL DIG UPPDATERAD**

[www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)

[www.boras.se](http://www.boras.se)

[www.1177.se](http://www.1177.se)

Allmänna frågor om coronaviruset - **113 13**  
Sjukvårdsrådgivning - **1177**

# VAD VI GÖR JUST NU

## **TVÄTTAR HÄNDERNA**

PÅ MORGONEN, EFTER TOALETTBESÖK,  
I SAMBAND MED MAT

## **RAST OCH IDROTT**

SKER ALLTID UTOMHUS  
VI UNDVIKER ATT ANVÄNDA OMKLÄDNINGSRUM  
OCH DUSCH

## **HÅLLER AVSTÅND**

SÅ GOTT DET GÅR GENOM ATT MÖBLERA OM  
I KLASSRUM OCH SPRIDA UT OSS

## **UNDVIKER TRÄNGSEL**

VI ÖPPNAR KLASSRUMMEN TIDIGARE,  
JUSTERAR RASTTIDERNÄ

## **UNDVIKER NÄRKONTAKT**

VI TAR INTE I HAND UTAN ANVÄNDER  
ANDRA KOMMUNIKATIONSSÄTT

## **SOLSKYDD**

SKA FÖRÄLDRAR HJÄLPA SITT BARN ATT SMÖRJA IN  
FÖR ATT UNDVIKA ONÖDIG NÄRKONTAKT

## **PÅMINNER OM REKOMMENDATIONERNA FRÅN FOLKHÄLSOMYNDIGHETEN:**

VERBALT, SCHOOLSOFT, SOCIALA KANALER,  
HEMSIDA, INFOSKÄRMAR, TRYCKSAKER

## **FÖLJER BORÅS STADS RIKTLINJER OM ATT:**

- ETT BARN MED COVID -19 I FAMILJEN  
STANNAR HEMMA
- INGEN PRAO, STUDIEBESÖK ELLER LIKNANDE  
GENOMFÖRS
- VID SJUKDOMSFALL UNDER SKOLTID ISOLERAS  
BARNET I VÄNTAN PÅ HÄMTNING

## **MAT SERVERAS I KLASSRUMMEN**

AV PEDAGOGERNA SOM VANLIGT

## **ALLA FÖRSKOLEAVDELNINGAR TAR EMOT**

SINA BARN FRÅN OCH MED KL. 07

## **FÖRÄLDRAR TAR FÖRSKOLEINGÅNGEN NÄRMEST**

SITT BARN AVDELNING VID HÄMTNING OCH LÄMNING

## **SNABBA LÄMNINGAR OCH HÄMTNINGAR**

FÖR ATT UNDVIKA TRÄNGSEL

## **FÖRÄLDRAR UNDVIKER TRÄNGSEL**

OCH HÅLLER AVSTÅND I KORRIDOR/KAPPRUM/  
KLASSRUM OCH VÄNTAR TILLS DE BEDÖMER ATT DET  
ÄR OK ATT GÅ IN. DE RÄKNAR MED ATT DET KAN TA LITE  
LÄNGRE TID ATT LÄMNA OCH HÄMTA JUST NU.

## **FRÅGOR TAS PÅ TELEFON**

ISTÄLLET FÖR VID HÄMTNING OCH LÄMNING  
FÖR ATT INTE STOPPA UPP FLÖDET

## **JUSTERADE TIDER**

FÖR NÄR BARNEN GÅR UT OCH IN PÅ UTEVISTELSE  
SAMT TIDER FÖR NÄR DE RÖR SIG I KORRIDORER  
FÖR ATT UNDVIKA STÖRRE ANSAMLINGAR

## **PERSONALEN OMFÖRFLYTTAS**

VID BEHOV INOM VERKSAMHETEN VID  
SJKDOMSBORTFALL

## **STÄDNING** FORTSATT EXTRA AV KONTAKTYTOR

## **ALLA STÖRRE SAMMANHANG UNDVIKS**

- APT I DIGITAL ELLER MINDRE FORM
- VALBORG OCH SKOLAVSLUTNING I KLASSRUMMEN  
UTAN ANHÖRIGA
- DIGITALA FÖRÄLDRAMÖTEN ELLER ERSÄTTTS MED  
FILM/BREVUTSKICK

# REKOMMENDATIONER VI FÖLJER JUST NU

## Förskola, skola och fritids håller öppet

Folkhälsomyndigheten bedömer att det inte har någon eller mycket liten effekt på smittspridningen i samhället att stänga skolor.

I dagsläget bedömer de inte heller att det finns anledning för friska elever att stanna hemma från skolan.

Yngre barn har dessutom ett omsorgsbehov. Många föräldrar, som arbetar inom vården och andra samhällsviktiga funktioner, skulle behöva stanna hemma med sina barn om förskolor och skolor stängs. Det skulle i sin tur kunna leda till att sårbara grupper, som mor- och farföräldrar, hjälper till att ta hand om barnen och därmed riskerar att smittas.

## Vid bekräftad covid -19

Vi följer Grundskoleförvaltningens rekommendation om att om det finns konstaterad covid-19 i den nära familjen ska barnet vara hemma. Detta för att minska oron för smittspridning hos medarbetare, vårdnadshavare och elever. Vi kan dock inte neka ett friskt barn att komma till skolan om vårdnadshavaren vill det.

Det aldrig är tillåtet att avslöja att en utpekad person har en viss sjukdom, oavsett vilken sjukdomen är. Det gäller både barn, föräldrar och medarbetare.

## Barn får mildare sjukdomssymptom än vuxna

Den tillgängliga kunskapen om covid-19 visar att de allra flesta barn och ungdomar som blir smittade får milda sjukdomssymptom. De kan bli förkylda och få hosta och feber, och blir friska igen efter några dagar.

# Att prata med barn om det nya coronaviruset



## Var lyhörd och uppmärksam på barnet

Utgå alltid från barnets tankar och funderingar. Lyssna och ställ frågor.

## Informera lagom mycket

Ölika barn behöver olika mycket information. Ge örliga svar på barnets frågor och vart tydlig med att du som vuxen har och tar ett ansvar.

## Lugna barnets eventuella oro

Barns oro kan ta sig olika uttryck. Stärk barnets känsla av trygghet genom att ta reda på vad barnet tänker på. Svare på barnets frågor men hjälp också barnet att släppa tankar som oror.

## Väga prata om jobbiga saker

Beaktat det som barnet är orolig över kan hända. Väga prata om det som är svårt även om du inte har alla svar på barnets funderingar.

## Var trygg inför barnet

Ta hand om dig själv och din egen eventuella oro så den inte överförs till barnet. Barn påverkas av vuxnas oro.

## Ge barnet hopp

Det är viktigt att berätta att det snart kommer att bli bättre. Det finns många vuxna som tar ansvar för att hitta lösningar som gör allt bra igen.

OCH KOM IHÅG:

## Uppmuntra till lek

Gör roliga saker ihop och uppmuntra leken. Även barn behöver en paus från det som pågår just nu.

## Behåll vardagliga rutiner

Försök göra tillvaron så vanlig som möjligt för barnet.



Folkhälsomyndigheten

# Undvik att bli smittad och att smitta andra



## Tvätta händerna ofta!

Smittämnan fastnar lätt på händer och kan spridas vidare. Tvätta händerna ofta med brått och varmt vatten, minst 20 sekunder. Handsprit är ett alternativ när du inte har möjlighet till handtvätt.



## Hosta och nys i armvecket!

Genom att hosta och nysa i armvecket eller i en pappersnäsduk hindrar du små droppar med smittämnan från att spridas runt dig eller fastna på dina händer. Släng alltid pappersnäsduken i en papperskorg och tvätta händerna.



## Undvik att röra ögon, näsa och mun!

Det kan vara svårt att låta bli, så tvätta händerna ofta med tvål och vatten för att få bort smittämnan.



## Stanna hemma när du är sjuk!

Stanna hemma när du är sjuk. Då undviker du att smitta andra.



Smittämnan finns överallt i vår omgivning.

God handhygien är ett enkelt sätt att skydda dig själv och andra.

Den vanligaste smittspridningen sker via våra händer.

## Riskgrupperna

Socialstyrelsen har identifierat de riskgrupper som löper störst risk att drabbas av ett särskilt allvarligt sjukdomsförlopp om de insjuknar i covid-19.

- 70 år och äldre
- De som har störst risk att bli svårt sjuka är personer som är 70 år och äldre, särskilt om de har en eller flera av nedan sjukdomar:
- Högt blodtryck
- Hjärt- kärlsjukdom
- Lungsjukdom (ej astma)
- Kraftig fetma
- Diabetes
- Personer som är yngre än 70 år kan också ha ökad risk att bli allvarligt sjuk om de har:
- Någon eller några av de sjukdomar som nämns ovan.
- En sjukdom som innebär ökad risk för allvarlig sjukdom vid luftvägsinfektioner.
- Det är möjligt att personer med sjukdom eller medicinsk behandling som påverkar immunförsvaret kan ha ökad risk för att bli allvarligt sjuk.

## Barn till vårdnadshavare i riskgrupp

Socialstyrelsen uttryckte den 29 april vid Folkhälsomyndighetens presskonferens nedan gällande barn till vårdnadshavare i riskgrupp.

"Det finns anledning att påpeka att barn både har en rätt och en skyldighet till skolgång. Att hålla friska barn hemma skär av band från andra sociala kontakter så som fritidsaktiviteter, och gör i så fall det hela dygnet. Det vägt mot att bli smittad av barn är låg. Barn till personer i riskgrupp ska vara i skolan".



## Pollenallergi

Om sjukvården sedan tidigare konstaterat att ditt barn har pollenallergi kan det gå i skolan. Var uppmärksam på att skilja symptom på pollenutlöst allergi och luftvägsinfektion.

Följande punkter kan vara en god vägledning:

*För allergi talar:* Klåda, tidigare känd pollenallergi hos barnet, "röda ögonvitor", nysningar, trötthet utan feber, ingen huvudvärk

*För infektion talar:* Feber, hosta, trötthet med feber, eventuellt huvudvärk och/eller ledvärk.

Vid stor osäkerhet om det är pollenallergi eller luftvägsinfektion kan barnet vara hemma 1-2 dagar så att du som vårdnadshavare kan bedöma symptomen.

## Vistelsetid vid permittering

Om föräldrarna är permitterade och inte arbetar ska barnet inte vara på fritids eller förskola. Fritidshem och förskola ska dock erbjudas till barn som behöver få särskilt stöd i sin utveckling av fysiska, psykiska eller andra skäl och som bara kan få det genom att gå i fritidshem.

## Samhällsviktiga yrken

Om stängning av vår verksamhet beslutas finns ändå ett krav på att erbjuda omsorg till barn och elever vars vårdnadshavare deltar i samhällsviktig verksamhet. Den omsorgen ska så långt som möjligt motsvara den verksamhet som barnet eller eleven normalt skulle delta i. Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB) har tagit fram en föreskrift och allmänna råd som beskriver vilka sektorer och yrken som utgör samhällsviktig verksamhet. Läs mer på MSB:s webbplats, [msb.se](https://www.msb.se)

## NYA CORONAVIRUSET

# 4 tips för att må bra under den här tiden



### 1. Gör saker du gillar, och som gör dig glad

Alla behöver ha roligt, och göra saker de mår bra av. Det mesta kan du fortfarande göra, men kanske på andra sätt än tidigare. Du vet bäst själv vad du tycker är roligt. Kanske kan du rita, pyssla, baka, spela spel, eller något annat du blir glad av.

### 2. Gå ut och rör på dig och fyll på med bra energi

Alla mår bra av att röra på sig, äta bra och att sova tillräckligt länge på natten. Kom ihåg att du fortfarande kan vara utomhus och cykla eller träna med kompisar, så länge du håller avstånd till andra människor. Om det är dåligt väder kan du och din familj träna inomhus, till exempel genom att följa ett träningspass på nätet eller via en träningsapp.

### 3. Behåll dina vanliga rutiner

Rutiner gör att du mår bra. Det är viktigt att äta frukost, lunch och middag och att gå och lägga dig och stå upp på ungefär samma tider. Det är också bra att ha bestämda tider för skolarbetet och läsa. Då kan du göra andra roliga saker resten av tiden.

### 4. Håll kontakten med kompisar och släktingar

Fortsätt prata med kompisarna och andra som är viktiga för dig, till exempel dina morföräldrar eller farföräldrar. Efter som ni kanske inte kan träffas kan ni istället prata i telefon, via datorn eller på sociala medier.



Folkhällsmyndigheten

### **Aktiviteter utanför skolans område**

Likt andra skolor i Borås gör vi ibland utflykter i vårt närområde, utomhus. Viktigt att tänka på då är att så fort vi lämnar skolans område så gäller samma regler som för alla andra i samhället.

Det betyder att när vi går på stadsvandring eller till Ramnasjön håller vi oss i mindre grupper och håller avstånd. Vi undviker också att åka kollektivt samt att besöka inomhusaktiviteter utanför skolans lokaler, exempelvis Navet.

### **Simundervisning**

Undervisningen ska anpassas utifrån elevernas behov i samråd med Stadsparksbadet. Vi inventerar vilka som redan når kunskapskraven i simning och de som behöver träna mer för att nå kunskapskravet i årskurs 6. Eleverna ska kunna simma 200 meter varav 50 meter i ryggläge.

### **Talesperson mot media**

Är verksamhetschef Kenneth Larsson.

### **Munskydd**

Vi följer Folkhälsomyndighetens rekommendation om vad som gäller för användning av munskydd utanför vården. Den innebär att vi inte använder munskydd när vi arbetar.

### **Grooming mot barn**

Enligt polisen, när fler barn tillbringar mer tid på Internet ökar nu risken att förövare tar kontakt i syfte att utnyttja dem sexuellt. Polisen meddelar att det inte gäller någon särskild plattform, utan förekommer i olika sociala medier och onlinespel. Uppmana därför ditt barn att alltid prata med en vuxen som de har förtroende för om de blir utsatta för något på nätet.

Berätta gärna:

- att personer som vill barn illa ofta utger sig för att vara någon annan, med falskt namn och profilbild,
- att eleverna inte ska lägga upp eller skicka bilder på sig själv om det inte känns okej,
- att eleverna aldrig ska lämna ut fullständiga uppgifter som namn, telefonnummer och adress i chattar och sociala medier.

Bris kan ge stöd: [www.bris.se](http://www.bris.se) – barns telefon 116 11, vuxnas telefon 077- 150 50 50.

Rädda barnen erbjuder informationsmaterialet #nätsmart <https://www.raddabarnen.se/rad-och-kunskap/foralder/natsmart/>

### **Uppdaterad information**

Denna FAQ är ett levande dokument som uppdateras vid behov. För dagliga uppdateringar använd rekommenderade länkar.

På vår hemsida [malmen.com](http://malmen.com) finns under Covid -19 vår FAQ och en länk till [Boras stad](http://Boras.stad).

### **Källor (2020-05-29)**

[www.boras.se](http://www.boras.se)

[www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)

[www.goteborg.se](http://www.goteborg.se)

