

Informasjon og opplæring for KHiOs gjester

Gjennomgang av

smittevernregler og -tiltak på KHiO

Høst 2020

KUNSTHØGSKOLEN I OSLO

OSLO NATIONAL ACADEMY OF THE ARTS



Smittevern er en forutsetning for at KHiO kan holde åpen skole

Nasjonale rammer/pålegg fra myndighetene:

- Forskrift om smitteverntiltak mv. ved koronautbruddet (covid-19-forskriften)
- Helsedirektoratets anbefalinger

KHiO holder åpent, og studenter og ansatte har fysisk tilgang til lærestedet.

Smittevern faglig forsvarlig drift er et krav nå (covid-19-forskriften §12b).

Smittevern faglig forsvarlig drift innebærer at virksomheten (KHiO) har iverksatt:

- Tiltak som bidrar til at syke personer ikke er i virksomheten
- Hygienetiltak
- Kontaktreduserende tiltak
- Opplæringstiltak

Det betyr

- Regler for opphold i bygget
- Ekstra viktig å ta ansvar for deg selv og andre, og unngå karantene ved smittetilfelle

Adgang til KHiO

- Skolen er åpen for skolens egne studenter og ansatte
- Øvrige skal ha avtale før adgang

Alle som gis tilgang til bygget skal følge smittevernreglene

Er du syk – bli hjemme!

God hånd- og hostehygiene

- Vask hender ofte, med såpe, og lenge nok (20 sek.)
- Prøv å unngå å ta deg i ansiktet.
- Unngå å hoste eller nyse direkte på andre.
- Tilstreb å hoste/nyse i et papirtørkle (som kastes etterpå), eller i albuekroken dersom du ikke har papirtørkle tilgjengelig.

Hold god avstand til andre

- Når du er sammen med andre skal du holde fysisk avstand på minst 1 meter.
- Gi andre mulighet til å holde avstand på 1 meter, f.eks. i korridor, når flere er i samme rom, og under demonstrasjon av teknikker.
- I arbeidssituasjoner som krever mindre enn en meters avstand mellom to personer benyttes munnbind og briller.

Følg reglene – slik unngår vi smittetilfeller og kan holde KHiO åpen.

Før ankomst til skolen

Før ankomst til skolen skal alle:

- Sette seg inn i informasjon om smittevernregler for KHiO (www.khio.no)
- Gjennomføre obligatorisk smittevernopplæring (denne presentasjonen)
- Følge gjeldende karantenereregler
- Syke personer skal holde seg hjemme (luftveissymptomer, hoste, feber)
- Test deg for smitte hvis du får luftveissymptomer.
- Vær bevisst på bruk av kollektivtransport, unngå rushtrafikken
- Være klar over at idet gjest/student/ansatt fysisk går inn i KHiOs lokaler, bekrefter man å følge smittevernregler ved opphold på KHiO

Egenerklæringen om helse

Gjest bekrefter følgende egenerklæring om helse, idet du fysisk går inn i KHiOs lokaler.

- Jeg har ikke luftveissymptomer (hoste, feber, tungpustethet).
- Jeg har ikke hatt luftveissymptomer (hoste, feber, tungpustethet) det siste døgnet.
- Ingen i husstanden min har luftveissymptomer (hoste, feber, tungpustethet), eller har hatt slike symptomer det siste døgnet.
- Jeg har ikke de siste 10 dager har hatt nærkontakt med andre personer med sterk mistanke om eller diagnostisert Covid-19.
- Jeg plikter å følge helsemyndighetenes hygieneråd med god håndvask, hoste/nyse i albuen og holde en meters avstand under hele oppholdet hos KHiO.

Regler for opphold på åpen KHiO

- Lage avtale på forhånd
- Bruk håndsprit ved inngangsdører, og når du kommer og går fra rom
- Følg avstandsmerking og -krav
- Følg god hånd- og hostehygiene
- Følg instruksjoner for renhold av arbeidsplasser (neste foil)
- Rydd etter deg, både utstyr og søppel. Kast søppel i søppelspann

Områder med gjennomgangstrafikk

- Vær også obs på områder hvor man passerer hverandre eller oppholder seg over kort tid, som for eksempel ved inngangsparti, ganger, toalett og kjøkken. Her er det fort gjort å glemme seg.
- Eksempel: Du stopper for å snakke med en medstudent ved inngangspartiet. Dere har god avstand mellom dere. En ansatt er på vei ut av bygget. Kan personen passere uten å bryte 1-metersregelen?
- Prøv å unngå prating i det du passerer andre mennesker dersom det ikke er mulig å opprettholde 1 meters avstand, som for eksempel i en gang. Prøv å opphold deg i områder med stor gjennomgangstrafikk i så kort tid som mulig.
- Det er ditt ansvar å til enhver tid ha tilstrekkelig avstand til dine kollegaer og medstudenter.

Riktig bruk av munnbind / ansiktsmaske

- Rengjør hendene før du tar i munnbindet/ansiktsmasken (ta på, ta av, justering)
- Munnbindet skal dekke munn og nese
- Munnbindet skal sitte tett på ansiktet
- Munnbindet formes over nesen, slik at den sitter tett inntil
- Hold god avstand til andre, også når du bruker munnbind/ansiktsmaske
- Behandle munnbindet som om det kan ha smitte på seg (kaste, vaske, karantene)
- Mer info på www.fhi.no

Noen tips angående berøringspunkter

Når vi skal redusere smittespredning er det lurt å gjøre det vi kan for å unngå de mest brukte berøringspunktene, altså de tingene vi tar mest på.

Her er noen tips:

- Bruk albuen når du åpner dører.
- Når du går ut fra toalettet; ha et papirhåndkle mellom deg og dørhandtaket når du åpner og lukker døren.
- Når du skal trykke inn tilgangskoden for å komme inn i bygg; bruk en penn, et bankkort eller annet til å berøre tastene med i stedet for fingrene.
- Dersom du ikke har annet tilgjengelig; bruk lillefingeren når du kommer i kontakt med berøringspunkt som knapper og brytere. Lillefingeren er mindre i kontakt med både gjenstander og ansikt enn for eksempel pekefingeren, som vi bruker aller mest.

Spisepausen

- Vær ekstra oppmerksom på hygiene rundt kjøkken/lunsjrom. Vær ekstra nøye med renhold på alle berøringsflater.
- Husk å vaske hendene både før og etter du benytter kjøkkenet/lunsjrommet.
- Dersom du spiser sammen med andre; husk å holde minst 1 meters avstand.
- Dersom man ikke har mulighet til å opprettholde 1 meters-regelen når alle på enheten spiser samtidig, må lunsjen spises på omgang.
- Faste spiseplasser anbefales.

Avrunding

E-post adresse der du kan spørre spørsmål om smittevern:

smittevern@khio.no