

# Viktige punkter for praktisk Smittevern

*Utdrag fra smittevernveileder for luftsporten under covid-19-utbruddet 2020.*

De tre grunnpilarene for å bremse smittespredning er:

1. Syke personer skal ikke være fysisk til stede
2. God hygiene
3. Redusert kontakt mellom personer

## 1. Personer som kan møte for skoleflyging:

- Personer som ikke har symptomer på sykdom
- Ved gjennomgått luftveisinfeksjon kan ansatte, brukere og andre møte når de har vært symptomfrie i et døgn
- Ved gjennomgått covid-19 gjelder egne råd for når isolasjon kan oppheves, angitt av helsetjenesten og [www.fhi.no](http://www.fhi.no)

## 2. God hygiene

### Håndvask:

- Vask hender hyppig og grundig. Selve vaskeprosessen bør ta minst 20 sekunder.
- Tørk hendene med engangs papirhåndklær.
- Utføres som et minimum ved ankomst, mellom ulike oppgaver (for eksempel hvis man forflytter seg eller skifter utstyr), etter toalettbesøk, og før og etter kjøkkenarbeid og spising.

### Alternativer til håndvask:

- Virusset er følsomt for alkohol, og alkoholbasert desinfeksjon (håndsprit) er et alternativ hvis ikke håndvaskmuligheter er tilgjengelig.
- Hånddesinfeksjon plasseres på steder der det ikke er håndvaskmuligheter (for eksempel i garderobes, ved inngangspartier og ved kantiner).
- Alkoholbasert desinfeksjon er lite effektivt ved synlig skitne eller våte hender, da bør håndvask utføres.

### Annet:

- Håndhilsning, klemming og unødvendig fysisk kontakt unngås i den grad det er mulig.
- Unngå å ta i ansiktet
- Host i albuekrøken eller i et papir som kastes. Vask hender etterpå.

#### Forsterket renhold på utsatte områder:

- Toaletter og vaskeservanter må rengjøres minimum daglig ved daglig bruk. Tørk over flater som toalettsete og kran på servanten regelmessig, avhengig av hvor hyppig det er i bruk.
- Engangs papirhåndklær og såpe skal være tilgjengelig, og man må sørge for at søppel tømmes regelmessig.
- Være ekstra oppmerksomme på renhold på kjøkken/spiserom
- Spisebord i kantine/ kjøkken vaskes med vann og såpe etter bruk.
- Dørhåndtak, trappegelendre, stoler, andre bordflater og andre gjenstander som ofte berøres rengjøres hyppig, minimum daglig ved daglig bruk.
- Ev. utstyr som brukes av flere i tjenesten (f.eks. nettbrett, berøringsskjermer, tastatur, leker osv.) rengjøres etter bruk.

### 3. Redusert kontakt mellom personer

- Trange fellesareal bør ikke brukes til opphold. Hvis dette ikke kan unngås, kan det settes frem stoler for å sikre tilstrekkelig avstand og begrense antall personer som benytter det samtidig.
- Personer kan passere hverandre og være kortvarig i samme område (inntil 15 minutter) uten videre smitterisiko.
- Ved behov for pausearealer, sørg for tilpasning slik at blanding av personer i størst mulig grad unngås.
- Det skal være minst 1 meter mellom personer, helst 2 meter der det er mulig.
- Antall instruktører begrenses slik at kun nødvendige personer være tilstede.
- Bruke videokonferanser i stedet for fysiske møter med kolleger der det er mulig.
- Felles nettbrett, datamaskiner/tastaturer må vaskes av etter bruk.
- Instruktører bør prioritere et mindre antall elever per dag. I størst mulig grad bør en instruktør følge en elev.

#### I luftfartøyet

- Sette krav til håndvask umiddelbart før flygning/instruksjonstimer starter.
- Luftfartøyet desinfiseres etter hver flygning/instruksjonstimer i tråd med organisasjonens rutine.
- Søppel ryddes og kastes etter hver elev.
- Maksimalt to personer i luftfartøyet om gangen.
- Ventil gjerne kabinen med friskluft. Benytt ikke resirkulert luft.
- Personlige headset benyttes.