

Q&A Corona maatregelen in school

Besmetting met Corona virus

Hoe kun je besmet raken?

- Overdracht van het virus gaat via grote of kleine waterdruppeltjes die je uitademt bij het praten. Als je bv. hoest, niest, schreeuwt of zingt komen er meer druppeltjes vrij en deze komen ook verder. Deze besmette druppeltjes van een ander adem je in via je neus of je mond waardoor je besmet kunt worden.
- Overdracht van het virus kan mogelijk ook via aanraken van besmette voorwerpen of oppervlakken. Het virus wordt niet opgenomen door de huid maar je besmette hand komt in contact met je mond, neus of ogen die het virus wel op kunnen nemen.

Hoe weet je of je het Corona virus hebt?

- Dat is het lastige van het Corona virus. Sommige mensen worden heel ziek maar er zijn ook veel mensen, vooral jongere mensen, die het virus bij zich dragen zonder daar zelf ziek van te worden. Deze mensen zijn wel besmet en kunnen het virus ook overdragen zonder dat ze het zelf doorhebben. De meeste besmette mensen merken echter wel milde klachten zoals; hoesten, niezen, neusverkoudheid, koorts, keelpijn of benauwdheid. Daarom is het advies dat mensen met milde klachten thuis blijven en zich laten testen. Door thuis te blijven kun je geen andere mensen in school besmetten. Niet elke hoest, nies, loopneus of zere keel is Corona. Het kan ook gewoon griep of verkoudheid zijn. Door te testen weet je zeker of je Corona hebt of niet, en dus weer naar school mag.

Kan iedereen Corona krijgen?

- Ja, iedereen kan Corona krijgen. Oudere mensen en mensen die al andere ernstige klachten hebben, hebben een verhoogd risico op het krijgen van het Corona virus. Jongeren kunnen ook Corona krijgen maar die kans is veel kleiner en de kans is groot dat ze geen zichtbare of slechts milde klachten hebben.
- Jongeren die besmet zijn maar geen of slecht milde klachten hebben kunnen wel anderen en dus ook volwassenen besmetten. Daarom is het zo belangrijk dat jongeren en volwassenen 1,5 afstand houden tot elkaar en zich houden aan de hygiëne afspraken.

Waarom mag ik niet naar school met milde klachten?

- Ook al ben je, ondanks deze milde klachten, fit genoeg om naar school te gaan of zou je normaal met deze klachten wel gewoon naar school gaan..... het mag nu niet omdat deze klachten wel kunnen wijzen op een mogelijke Corona besmetting. Bij een negatieve test mag je weer naar school, ook al heb je milde klachten. Bij een negatieve test maar toch flinke klachten is het advies om toch nog even thuis te blijven om zo te voorkomen dat anderen door jou een gewone griep of verkoudheid krijgen. Deze leerlingen of docenten moeten dan ook onnodig thuis blijven en getest worden..

1.5 meter afspraak

Waarom moet je 1.5 meter afstand houden?

- Als je praat, schreeuwt, niest of hoest komen er kleine druppeltjes uit je neus of mond. Als iemand vlakbij je loopt, staat of zit kan hij/zij deze druppeltjes inademen. Als jezelf besmet bent, kun je zo een ander besmetten doordat anderen deze virusdeeltjes inademen.
- Omgekeerd kun je zo zelf besmet worden door iemand die onbewust het virus heeft. Hoe dichterbij elkaar je bent hoe groter de kans is op besmetting. Uit onderzoek is gebleken dat deze druppeltjes eenmaal uit de mond of neus, snel naar de grond zakken en dat 1.5 meter een veilige afstand is. Ook als iemand onverwacht schreeuwt, hoest of niest.

Waarom hebben we op sommige plekken eenrichtingsverkeer, gescheiden verkeer of verschillende in- en uitgangen?

- Op smalle, drukke of onoverzichtelijke plekken is het onmogelijk om 1.5 meter afstand te houden. Door eenrichtingsverkeer gaat iedereen dezelfde kant op waardoor je geen anderen tegenkomt. Dit is overzichtelijker en je komt minder mensen tegen.

Hygiëne afspraken

Waarom regelmatig handen wassen?

- Met je handen pak je veel dingen vast. Dingen die mogelijk besmet zijn. Met je handen zit je ook vaak aan je mond of neus. Je wordt niet ziek als je het virus aan je handen hebt. Je kunt pas ziek worden als je handen in contact komen met je mond, neus of ogen. Door regelmatig je handen goed te wassen voorkom je dat een mogelijk virus in contact komt met je mond, neus of ogen. Je kunt dus niet vaak genoeg je handen wassen of ontsmetten
- Mocht je zelf onbewust het virus bij je dragen, dan voorkom je met regelmatig handen wassen ook dat je handen het virus kunnen overdragen.

Waarom handen wassen voor en na het eten?

- Zelfde verhaal als bij aan gezicht zitten. Bij het eten komt je hand, die mogelijk al besmetting heeft opgelopen, dicht bij je mond of virusdeeltjes komen op het voedsel dat je eet. Door vooraf je handen te wassen weet je zeker dat je handen schoon. Mocht je onbewust besmet zijn voorkom je met handen wassen na het eten dat je met besmette handen weer oppervlakken aanraakt en daarmee besmet.

Hoe was ik mijn handen?

- Even snel of half je handen wassen heeft onvoldoende effect en schakelt het virus niet uit. Of je nou zeep en water gebruikt of ontsmettingsmiddel uit een pompje, in beide gevallen is het belangrijk om je handen minimaal 6 tellen goed in te wrijven.

Waarom tafels, chromebooks, machines en gereedschappen schoonmaken?

- Via niezen, hoesten of contact van de hand met de mond komen mogelijke virusdeeltjes op de handen of direct op het oppervlak van bv. je tafel of chromebook. Deze virusdeeltjes kunnen langere tijd actief blijven. Als meerdere mensen contact hebben met deze tafel, chromebooks of gereedschap, kan het virus overgedragen worden.

Waarom contact deurklinken, relingen en trapleuningen zoveel mogelijk vermijden?

- Via niezen, hoesten of contact van je hand met je mond of neus, komen mogelijke virusdeeltjes op de handen. Met je handen ben je gewend trapleuningen, deurklinken en relingen vast te pakken. Omdat in een schoolgebouw veel mensen deze oppervlakken vastpakken, kan iemand met het virus deze oppervlakken besmetten. Virusdeeltjes kunnen langere tijd actief blijven op deze oppervlakken. Als veel mensen deze oppervlakten vastpakken kan het virus makkelijk overgedragen worden op de handen van gezonde mensen. Daarom worden deze oppervlakken extra vaak schoongemaakt gedurende de schooldag.

Waarom geen hand geven?

- je hand komt regelmatig in contact met je eigen mond, neus of ogen. Als je onbewust het virus hebt, heb daardoor je veel virusdeeltjes op je hand. Als je iemand anders een hand geeft kun je dus iemand anders besmetten of iemand anders die het virus bij zich draagt, kan jou mogelijk besmetten. Let wel, je krijgt het virus niet via je handen maar omdat je de virusdeeltjes op je hand hebt en je hand weer in contact komt met je mond, neus of ogen. Het virus wordt niet rechtstreeks via de huid opgenomen.

Waarom niezen en hoesten in binnenkant elleboog?

- Als je, zoals je gewend was, hoest of niest in de binnenkant van je hand, komen besmette druppeltjes op je hand. Doordat je hand weer vanalles vastpakt kun je een ander besmetten of het virus verspreiden.

Waarom niet aan je gezicht zitten?

- Je handen komen veel in aanraking met andere oppervlakken zoals deurklinken, relingen, trapleuningen, chromebooks, gereedschappen, stoelen en tafels die mogelijk besmet zijn. Als je je handen dan naar je neus, mond of ogen brengt kun je het virus binnenkrijgen. Daarom niet verstandig om aan je gezicht zitten of met vingers in mond, neus of ogen te zitten.

Mondkapjes

Waarom mondkapjes dragen?

- Mondkapjes draag je als de 1.5 meter afstand niet kunt garanderen omdat het bv. te druk of onvoorspelbaar is. Als je ademt, praat, schreeuwt, zingt, niest of hoest komen er kleine druppeltjes uit je mond of neus. Mocht je besmet zijn dan worden mogelijke virusdeeltjes door het mondkapje tegengehouden. Een mondkapje beschermt, mits je het goed draagt, dus vooral anderen tegen jouw mogelijke virusdeeltjes. In veel mindere mate beschermt het jou tegen virusdeeltjes van de ander. Daarom werkt het het beste als iedereen in de ruimte mondkapjes draagt.

Waarom mondkapjes dragen bij verplaatsen in school?

- Bij het verplaatsen door school is het vaak druk(ker) met mensen. Het is dan voor docenten, ondanks alle afspraken, lastig om 1.5 meter afstand te houden van 4.en elkaar. Leerlingen doen hun best maar hebben het niet altijd door als een docent in de buurt staat of loopt. Leerlingen zijn ook vaak impulsief en onvoorspelbaar in hun bewegen en acties. Als je praat, schreeuwt, niest of hoest terwijl je binnen 1.5 meter staat of loopt, is er een verhoogd risico op besmetting mocht één van beiden besmet zijn.

Waarom géén mondkapjes dragen als je zit in de hal of kantine?

- Als je zit kan de docent makkelijker op 1.5 meter afstand blijven omdat je gedrag voorspelbaarder is omdat je waarschijnlijk gewoon blijft zitten. Daarnaast mag je mondkapje af als je zit omdat je in pauzes ook moet kunnen eten.

Waarom géén mondkapjes in het klaslokaal?

- De klassen zijn zo ingericht dat leerlingen op 1.5 meter van de docent zitten of werken. Bij instructie wordt gebruik gemaakt van instructietafels met spatschermen of andere beschermende middelen.

Hoe draag je een mondkapje?

- Was voor gebruik van een mondkapje je handen

- Pak het mondkapje bij het opzetten alleen vast bij de lussen.
- Trek het waar nodig aan de onderkant en bovenkant goed op z'n plek
- Blijf tijdens het dragen met je handen van het mondkapje af.
- Laat het mondkapje de hele tijd op.
- Als een mondkapje aan de binnenzijde erg vochtig is, is het verstandig een nieuw mondkapje op te zetten.
- Bewaar het mondkapje tussen gebruik door niet om je pols of onder je kin, maar gooi het mondkapje weg en pak een nieuwe.
- Pak het mondkapje bij het afzetten alleen vast bij de lussen.
- Een wegwerp mondkapje gooi je meteen in de prullenbak
- Een eigen herbruikbaar mondkapje berg je op in een afgesloten bak of plastic zak om evt. besmetting met andere spullen in je tas of jas te voorkomen.
- Was na het gebruik van een mondkapje je handen
- Was na elke schooldag je eigen herbruikbare mondkapje in de wasmachine op 90 graden. Het is dus handig om meerdere herbruikbare mondkapjes te hebben.
- Als je veel aan je mondkapje zit met je handen werkt het mondkapje juist averechts omdat je met je mogelijk besmette vingers weer overal aanzit.