



08.04.2020

Til forældre

Genåbning af dagtilbud og grundskoler

Sundhedsstyrelsen sender dette brev til alle borgere, der er registreret som forældremyndighedsindehaver til børn født efter den 1. januar 2007.

Vores fælles indsats mod COVID-19-epidemien ser ud til at virke. Det betyder, at Danmark nu forsigtigt og kontrolleret kan åbne for dele af samfundet. Vi er klar til at tage det første skridt i genåbningen, og mange børn og unge kan derfor komme i skole eller daginstitution igen efter Påske.

Vi står dog stadig midt i en alvorlig epidemi. Vi kan ikke undgå smittespredning, heller ikke i dagtilbud og skoler. Men hvis vi skal undgå at smittespredningen blusser op igen, er det nødvendigt at tage nogle skærpede forholdsregler. Vi skal stadig beskytte hinanden mod smitte. Vi skal holde fast i vores nye vaner. Vi skal blive ved med at holde afstand, og vi skal blive ved med at vaske hænder ofte og have en god håndhygiejne. Vi skal være opmærksomme på sygdomstegn og handle på dem.

Det betyder også, at der kommer nye vilkår for dit barn. Den hverdag, vi normalt kender fra vores barns skole eller dagtilbud, bliver en anden, end vi er vant til. Der vil være en række tiltag, som skal være med til at mindske smittespredning med ny coronavirus. Børnene skal f.eks. være meget mere udenfor, og der må ikke være så mange børn samlet på det samme areal, som vi tidligere har været vant til.

Vi har alle et fælles ansvar og en fælles opgave, hvis det skal lykkes at genåbne samfundet, og det kræver en indsats fra alle familier.



Hvis du er bekymret for dig selv eller dine pårørende

Mange er bekymrede for epidemien med ny coronavirus. Det påvirker os alle. Det er naturligt at opleve et øget niveau af stress og bekymring, og det er vigtigt, at vi passer på os selv og hinanden.

Størstedelen af de personer, der bliver smittet med ny coronavirus, vil have et mildt sygdomsforløb. Det gælder særligt børn og unge. Det er vigtigt at holde fast i. I forhold til børn og unge tyder erfaringerne også på, at børn og unge ikke udgør en væsentlig smittekilde.

Hvis du er bekymret for at sende dit barn i dagtilbud eller skole, er det vigtigt, at du taler med ledelsen i dagtilbuddet eller skolen om det.

Hvis dit barn er bekymret eller har spørgsmål, er det vigtigt, at du taler med dit barn om, hvad der bekymrer barnet. Sundhedsstyrelsen har i samarbejde med Børns Vilkår lavet en film med fire gode råd til, hvordan man taler med børn om ny coronavirus. Du finder filmen på www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Film-om-coronavirus

Sundhedsstyrelsen har også udarbejdet en række film, der i børnehøjde fortæller om ny coronavirus og om, hvordan man skal lege og være sammen på en ny måde – dem kan du som forælder bruge og vise dit barn.

De kan findes på www.sst.dk/corona

Sundhedsstyrelsens generelle råd til alle:

Hvis du er rask – beskyt dig selv for at beskytte andre

Følg rådene om håndvask og evt håndsprit, vis hensyn og begræns fysisk kontakt og sociale aktiviteter.

Hvis du har hoste, let feber eller forkølelse – bliv hjemme, indtil du er rask

Hold afstand til dine nærmeste, og undgå kontakt med andre uden for hjemmet.

Hvis du har problemer med vejrtrækningen, forværring af symptomer eller er syg over flere dage – ring til din læge. Det er vigtigt, at du ringer først og ikke møder op i venteværelset, da du kan smitte andre.

Gode råd

Sundhedsstyrelsen har udarbejdet nogle gode råd til, hvad du som forælder kan gøre, når dit barn igen skal starte i dagtilbud eller skole under de nye vilkår.

Nedenfor finder du:

1. **Gode råd til forældre med børn i dagtilbud**
2. **Gode råd til forældre med børn i grundskolens 0. til 5. klasse**

Du kan altid finde den nyeste information på sst.dk/corona. Du kan ringe døgnet rundt på den fælles myndighedshotline på tlf **70 20 02 33**.

Information in English available at sst.dk/corona-eng. Selected materials in other languages via publication list: sst.dk/coronamaterialer

Ny coronavirus spreder sig typisk på steder med mange mennesker bl.a. via håndtryk og små dråber fra hoste og nys. Beskyt dig selv og andre med disse gode råd.



**Vask dine hænder tit
– eller brug håndsprit**



**Host eller nys i dit ærme
– ikke i dine hænder**



**Undgå håndtryk, kindkys
og kram – begræns den
fysiske kontakt**



**Vær opmærksom på
rengøring**



**Hold afstand - bed andre
tage hensyn**

Se her, hvordan du og dine børn skal vaske hænder godt og effektivt, så du kan beskytte dig selv og andre mod coronavirus/COVID-19.

www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/film_vask_haender

Risikogrupper

Langt de fleste børn har ikke nogen særlig risiko. Hvis dit barn tilhører en risikogruppe, skal du som forælder tale med ledelsen i dagtilbuddet eller på skolen, for at lave en konkret og individuel vurdering af, om dit barn kan komme i dagtilbud eller skole. I vurderingen kan der lægges vægt på, om det er sundhedsmæssigt forsvarligt, at barnet kommer i dagtilbud eller skole.

En beskrivelse af risikogrupperne kan findes her.

<https://www.sst.dk/da/corona/Saerlige-risikogrupper>

Bor barnet i en husstand med en person, der er i særlig risiko, kan barnet som udgangspunkt godt komme i dagtilbud eller skole. Der kan være tilfælde, hvor det efter en konkret, individuel vurdering af sygdomsgrad hos den pårørende, kan vurderes, at barnet ikke skal i dagtilbud eller skole. Hvis du er i tvivl om, hvorvidt dit barn er i en særlig risiko, eller du har brug for særlig rådgivning, anbefaler vi, at du taler med din læge.

Gode råd til forældre med børn i dagtilbud

Følger du disse råd, kan du være med til at mindske smittespredning med ny coronavirus.

- Hvis muligt, aflever dit barn ved indgangen til institutionens udendørsarealer
- Når du afleverer og henter dit barn, så undgå at stimle sammen med de andre børn og forældre. Sørg for at holde afstand.
- Sørg for, at barnet vasker hænder inden I går ud om morgenen. Og som det første, når I kommer hjem om eftermiddagen.
- Lær dit barn, hvordan man vasker hænder, og tal med barnet om, hvordan man overholder de generelle råd om god hygiejne og om at holde afstand til hinanden, når man kan.
- Sørg for at dit barn har tøj med, så dagen kan foregå udendørs. Husk solcreme, hvis vejret er godt.
- Medbring ikke legetøj hjemmefra.
- Dit barn skal ikke dele mad med andre. Giv fx ikke mad med til uddeling på fødselsdage.
- Følg Sundhedsstyrelsens retningslinjer om børn og legeaftaler i fritiden. Lav legeaftaler med de samme og få børn, som er i dit barns gruppe i dagtilbuddet.
- Vær særlig opmærksom på sygdomstegn hos dit barn – hvis der er det mindste tegn på sygdom, skal du holde barnet hjemme. Dit barn må først komme i dagtilbuddet igen, når der er gået 48 timer efter barnet ikke har symptomer.
- Hvis du selv er syg, skal du blive hjemme og ikke selv aflevere eller hente dit barn.
- Hvis dit barn bliver syg i dagtilbuddet, skal du straks hente dit barn.

Find mere information om ny coronavirus til børnefamilier på www.sst.dk/coronasmitte



Gode råd til forældre med børn i 0. til 5. klasse

Følger du disse råd, kan du være med til at mindske smittespredning med ny coronavirus.

- Tal med dit barn om, hvordan man bedst beskytter sig selv og andre mod smitte.
- Fortæl dit barn, at selv om skolen og fritidsordningen åbner op igen, vil hverdagen ikke være helt som den plejer at være, for vi skal stadig passe på hinanden og undgå spredning af smitte.
- Bed dit barn om at vaske hænder som det første, når det møder i skole om morgenen. Og igen som det første, når I kommer hjem om eftermiddagen.
- Lær dit barn, hvordan man vasker hænder, og tal med barnet om, hvordan man overholder de generelle råd om god hygiejne og fysisk afstand.
- Aflever og hent dit barn uden for skolen. Undgå at stimle sammen med mange mennesker, fx ved hovedindgangen. Hold afstand.
- Sørg for at dit barn har tøj med, så størstedelen af skoledagen og tiden i fritidsordningen kan foregå udendørs. Husk solcreme, hvis vejret er godt.
- Dit barn skal ikke dele mad med andre. Giv fx ikke mad med til uddeling på fødselsdage.
- Rengør dit barns elektronik hver dag (mobil, tablet, computer). Bed dit barn om ikke at dele elektronik med andre.
- Følg Sundhedsstyrelsens anbefalinger om børn og legeaftaler i fritiden. Hold legeaftaler med de samme og få børn, som går i dit barns klasse.
- Vær særlig opmærksom på sygdomstegn hos dit barn – hvis der er det mindste tegn på sygdom, skal du holde barnet hjemme. Dit barn må først komme i skole igen, når der er gået 48 timer efter barnet er blevet rask.
- Hvis du selv er syg, skal du blive hjemme og ikke selv aflevere eller hente dit barn.
- Hvis dit barn bliver syg i skolen eller i fritidsordningen, skal du straks hente dit barn.
- Vær opmærksom på dit barns mentale tilstand og spørg ind til, hvad der bekymrer.

Find mere information om ny coronavirus til børnefamilier på www.sst.dk/coronasmitte

