

Till dig som vårdnadshavare till en ungdom inom gymnasiet

Vårterminen är i full gång och nu väntar ett välförtjänt sportlov för våra elever. Pandemin påverkar hela vårt samhälle, även gymnasieskolan. Här får du viktig information för dig som har en eller flera ungdomar i gymnasieskolan.

Följ restriktionerna även under lovet

Det är viktigt att vi alla följer restriktionerna även under lovet. Det gäller oavsett om vi tillbringar lovet hemma, på annan ort i Sverige eller om ni reser utomlands.

[Läs mer om Folkhälsomyndighetens allmänna råd och rekommendationer](#)

För er som reser utomlands

Om någon i familjen reser utomlands måste hela familjen stanna hemma i familjekarantän i minst sju dagar efter att man har kommit hem. Det gäller även om gymnasieungdomen inte har varit med på resan. Det gäller även om någon i familjen har testat sig och testet/testerna visar att man inte har covid-19. Om hela familjen har rest utomlands så gäller självklart familjekarantän för samtliga familjemedlemmar!

[Läs Folkhälsomyndigheternas rekommendationer om vad du ska tänka på om du reser på sportlovet](#)

Gymnasieelever med fjärr- och distansundervisning får lunchlåda

Utbildningsnämnden har beslutat att elever som studerar på Uppsalas kommunala gymnasieskolor erbjuds lunch i form av en lunchlåda, varje dag under de veckor de har fjärr- och distansundervisning. Eleverna får hämta en lunchlåda på en angiven förskola nära sin bostad, måndag–fredag under tiderna 07.30–08.00 eller 12.00–12.30.

Det finns ingen möjlighet för förskolan att lagerhålla mat så du kan endast hämta mat för en dag i taget.

Eleverna meddelar sin rektor om de vill hämta mat under de veckor som de har planerad fjärr- och distansundervisning. Då får eleverna mer information hur de går tillväga för att beställa mat.

Använd munskydd i kollektivtrafiken

Från och med 7 januari 2021 rekommenderar Folkhälsomyndigheten munskydd i kollektivtrafiken under rusningstid. Detta innebär att personer som reser med

Postadress: Uppsala kommun, utbildningsförvaltningen, 753 75 Uppsala

Telefon: 018-727 00 00

E-post: utbildningsforvaltningen@ uppsala.se

www. uppsala.se

kollektivtrafik, där det inte går att hålla avstånd genom att boka plats, rekommenderas att bära munskydd under de tider på vardagar då många människor vanligtvis reser: 07.00–09.00 och 16.00–18.00.

Denna rekommendation riktar sig till personer födda 2004 och tidigare, det vill säga till personer från gymnasieåldern och äldre.

Resenärer som ska resa med UL och inte har möjlighet att skaffa, eller glömt, munskydd kan hämta munskydd för dagens resor på UL Center, som ligger i Uppsala resecentrum.

[Information på UL:s webbplats](#)

Åtgärder på vår skola

Alla skolor gör tillsammans med lokala skyddsombud en egen specifik och anpassad riskbedömning. Förutsättningarna skiljer sig åt mellan olika skolor, till exempel beroende på hur lokalerna ser ut och hur många elever skolan har. Åtgärderna uppdateras utifrån smittläge, nya råd och rekommendationer från kommunen, Skolverket, Folkhälsomyndigheten och andra myndigheter.

Personalutrymmen

- Alla våra personalmöten sker digitalt.
- Personalutrymmen är reglerade för hur många som får vistas per rum och för att reducera trängsel används fler utrymmen vid lunch och vid egen planering.

Övriga åtgärder

- Vi har utökad städintervall på kontaktytor.
- Distansmarkeringar finns utsatta på golvet i långa korridorerna och i matsalen och informationslappar finns uppsatta runt om på skolan.
- Vi uppmanar eleverna till god handhygien och social distansering.
- Vi har handstationer med handsprit.
- Vädringsfönster öppnas upp mellan lektionstillfällen.

Minskad smittspridning är ditt ansvar

Minskad smittspridning är ditt ansvar – även under sportlovet. De val du gör kan både rädda liv och göra så att vi snabbare kan återgå till ett vanligt liv. Men det går att hitta på massa roliga aktiviteter under sportlovet som kan utföras på ett omtänksamt sätt. Håll avstånd, vänd om det är för mycket folk på platsen och följ Folkhälsomyndighetens rekommendationer. Tillsammans minskar vi smittspridningen.

[Här hittar du länkar till olika tips på sportlovsaktiviteter](#)

[Här får du tips på utomhusaktiviteter och digitala upplevelser](#)

[Här kan du läsa lite mer om de gemensamma åtgärder och råd från Uppsala kommun](#)

Slutligen vill jag påminna om att följa rekommendationerna att elever ska stanna hemma vid minsta symtom och kontakta 1177.se för provtagning. Det är fortsatt viktigt att sköta handhygien och att elever är hemma symtomfria i minst 48 timmar innan återgång till skolan. Fortsätt att undvika onödiga kontakter med andra människor.

Nu hoppas jag att ni alla får ett skönt lov.

Ta hand om er!