

# WELZIJN OP SCHOOL

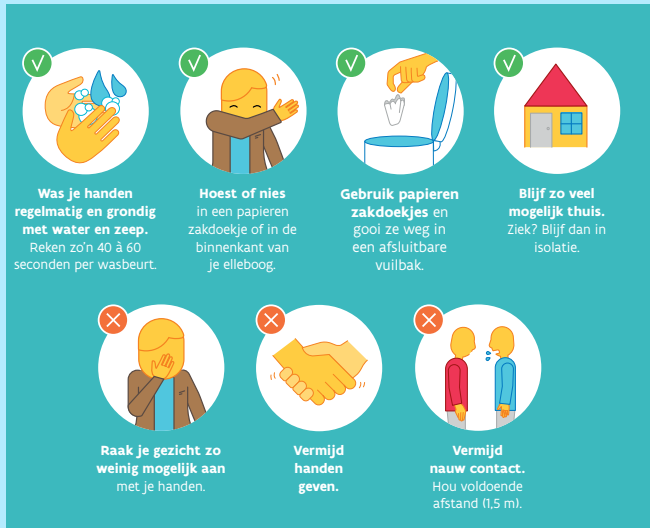
NIEUWSBRIEF - april '20

## Corona update

Op enkele weken tijd kregen we een heel ander scenario te verwerken dan wat eerst werd gedacht. Met deze nieuwsbrief willen we jullie verder blijven informeren.

Wellicht mag je komende weken nog meer en nieuwe info verwachten!

## Basisregels blijven!



**Was je handen regelmatig en grondig met water en zeep.** Reken zo'n 40 à 60 seconden per wasbeurt.

**Hoest of nies** in een papieren zakdoekje of in de binnenkant van je elleboog.

**Gebruik papieren zakdoekjes** en gooi ze weg in een afsluitbare vuilbak.

**Blijf zo veel mogelijk thuis.** Ziek? Blijf dan in isolatie.

**Raak je gezicht zo weinig mogelijk aan** met je handen.

**Vermijd handen geven.**

**Vermijd nauw contact.** Hou voldoende afstand (1,5 m).

## Correct hands wassen met water en zeep



1. Bevochtig de handen met water en neem een voldoende hoeveelheid vloeibare zeep.
2. Wrijf de handpalmen tegen elkaar.
3. Wrijf de rechter handpalm over de linker handrug en omgekeerd.
4. Wrijf de rechter handpalm tegen de linker handpalm met de vingers van beide handen tussen elkaar.
5. Breng de achterkant van de vingers in de andere handpalm en wrijf de vingers tegen deze handpalm heen en weer.
6. Wrijf de duim van elke hand in met de palm van de andere hand.
7. Wrijf de vingertoppen van elke hand draaiend in, in de palm van de andere hand.
8. Spoel de handen goed af zodat alle zeepresten verwijderd worden.
9. Droog de handen af met een wegwerphanddoekje.
10. Sluit de kraan met het handdoekje zodat je handen niet opnieuw besmet raken.

## Contactbubbels behouden

- Scholen voorzien voorlopig tot en met donderdag 30 april verder in opvang.
- Nieuw is dat kinderen zonder ziektesymptomen met een mogelijk of bevestigd geval in het gezin niet geïsoleerd moeten worden en naar school kunnen, tenzij een arts dit anders inschat.
- Het aantal kinderen dat na de paasvakantie wordt opgevangen kan stijgen. Belangrijk is om de contactbubbels die er tijdens de paasvakantie waren te bewaren en niet te gaan mixen met groepen leerlingen die aansluiten na de paasvakantie.

Wanneer nieuwe groepen samenkomen, stijgt de kans op verspreiding van het virus.

Blijf de voorzorgsmaatregelen opvolgen (basishygiëne, afstand, ventilatie, materiaal reinigen,...). De belangrijkste maatregel blijft grondig en vaak de handen wassen.

## Handen wassen of een desinfecterende handgel?

Een goede handhygiëne is een van de beste manieren om je tegen het coronavirus te beschermen. Was je handen bij voorkeur met water en zeep.

Zeep lost het beschermende vetmembranen van het virus op, waardoor dit inactief wordt.

Als je geen water en zeep bij de hand hebt, is desinfecterende handgel een goed alternatief.

Alcoholgel doodt bacteriën, virussen en andere micro-organismen en ontsmet zo de handen. Dit door de celmembranen te doorboren en de eiwitten onklaar te maken.

Handgel werkt alleen goed wanneer de handen niet vuil en vet zijn. Je moet de gel net zo lang in je handen wrijven tot ze droog aanvoelen.

# Persoonlijke beschermingsmiddelen: mondkemper, handschoenen, ...

## Mondmaskers

Een mondkemper dragen in het openbaar heeft geen zin.

Draag een mondkemper als je zelf besmet bent.

Iedereen zal er binnenkort één moeten dragen...

We hoorden de laatste weken reeds van alles. Dit door politieke invloed, wetenschappelijke invloed of gewoon door een tekort aan.

Toch reeds enkele zaken op een rijtje:

- Waarvoor helpt een masker?

Hoofdzakelijk om te verhinderen dat bij hoesten, niezen of spreken bacteriën en virussen uit eigen mond terecht komen in de open lucht of op andere personen.

- Wanneer dragen?

Vooraf belangrijk voor mensen in de gezondheidssector.

Wanneer de maatregelen versoepelen en er geen veilige afstanden mogelijk zijn.

- Welke soorten maskers zijn er?

Chirurgisch masker:

Kan nuttig zijn om te dragen wanneer je ziek bent. Om het risico te verminderen dat je anderen besmet. Andersom werkt het niet.

Zelfgemaakte stoffen maskers met of zonder filter:

Kan nuttig zijn om te dragen wanneer je ziek bent. Houdt aerosoldeeltjes grotendeels tegen. De maskers filteren deels de ingeademde lucht, afhankelijk van de stof en gebruikte filter.

[www.maakjemondmasker.be](http://www.maakjemondmasker.be)

FFP2 - FFP3 masker:

Deze maskers zijn de maskers die dokters en zorgverleners nu hard nodig hebben. Ze filteren de ingeademde lucht voor 94 tot 99%

- Hoe onderhouden?

FFP-maskers zijn wegwerpmaskers en kan je dus niet hergebruiken of wassen. Je kan ze maximaal 8 uur gebruiken.

Zelfgemaakte maskers kan je de filter vervangen. Het stoffen gedeelte was je op een lang programma op hoge temperatuur.

Of we al dan niet binnenkort allemaal met een maskertje oplopen valt af te wachten.

Als dit nodig blijkt bij de herstart van de scholen dan zal hier over gecommuniceerd worden en zullen we voor de nodige materialen zorgen.



## Handschoenen

Graag verwijs ik hier terug naar de info over de belangrijkste maatregel: het regelmatig en grondig wassen van de handen.



Kies je er voor om toch handschoenen te dragen? Doe dit dan op een goede manier en vermijd kruisbesmetting en een vals gevoel van veiligheid.

(Ga voor jezelf eens na wat je allemaal aanraakt met handschoenen aan.)

Via onderstaande link krijg je een filmpje die dit mooi in kaart brengt.

<https://youtu.be/EuUA05Y-ixY>

## Herstart van de scholen

### Wanneer?

De herstart van de scholen wordt momenteel voorbereid. Dit zal gefaseerd gebeuren en wellicht zal het lager onderwijs in de eerste fase zitten.

### Hoe?

Daarvoor wordt momenteel vanuit de overheid een draaiboek uitgewerkt rond 5 thema's. Een daarvan is gezondheid en veiligheid.

Vanuit preventie volgen we dit nauw op en houden jullie hier ook verder van op de hoogte.

### Persoonlijke beschermingsmiddelen nodig?

Blijkt dat er extra nodige beschermingsmiddelen nodig zijn, dan zal hiervoor vanuit de scholengemeenschap voor gekeken worden. Dit alles zodat we op een veilige en gezonde manier kunnen herstarten.

### Desinfecteren en poetsen van materiaal?

Het regelmatig desinfecteren en poetsen van materiaal is iets wat verder zal moeten gebeuren.

Graag wil ik jullie nogmaals oproepen om geen producten van thuis uit mee te brengen.

Laat dit over aan het onderhoudsteam! Zij krijgen hier ook nog verdere instructies over.

**I REALLY  
LIKE WHAT YOU  
ARE DOING,  
KEEP UP THE  
GOOD WORK**