

ARVOISA OPISKELIJAMME

Tiedotamme mahdollisista muutoksista koronaohjeisiin sähköpostitse tai tekstiviestein – pidäthän yhteystietosi opistolla ajan tasalla, kiitos!

- **Älä tule kurssille, jos sinulla on flunssan oireita, olet sairas, olet altistunut koronalle tai olet matkustanut 10 päivän aikana ulkomailla.** Suosittelemme kotiin jäämistä myös, mikäli perheenjäsenelläsi tai samassa taloudessa asuvalla on hengitystieinfektio-oireita.
- Asennathan sovelluskaupasta THL:n suositteleman Koronavilkun älypuhelimellesi.
- **Pese kädet opetustilaan tullessa ja sieltä lähdettäessä ja/tai käytäthän käsidesiä tarpeen mukaan.** Kuivaa pestyt kädet kertakäyttöisellä paperilla tai omalla käsipyyhkeellä.
- Älä tervehdi kättelemällä tai halaamalla. Älä koskettele silmiä, nenää tai suuta, ellet ole juuri pessyt käsiäsi.
- Vältä yskimistä ja aivastamista kurssitoverin lähellä. Aivasta turvallisesti hihaan tai nenäliinaan, jonka heität roskakoriin heti käytön jälkeen.
- **Pidäthän mahdollisuuksien mukaan turvavälin muihin.**
- **Suositlemme vahvasti kasvomaskin käyttöä** niin opettajalle kuin yli 12-vuotiaalle opiskelijallekin. Voit käyttää myös suojakäsineitä.
- Opiskelijan on hyvä ottaa oma käsidesi kurssille mukaan.
- Kuntosalikurssien osalta tulee noudattaa saleilta löytyvää ohjeistusta. Suosittelemme, että jumppavaatteet puetaan ja riisutaan kotona pukuhuonetilojen ahtauden takia. Käytäthän omaa jumppapatjaa ja juomapulloa. Salihanskoja, omaa käsidesiä / desinfiioivia pyyhkeitä suositellaan.
- Opettaja voi poistaa kokoontumiskerralta opiskelijan, joka ei noudata turvallisuusohjeistusta.

Miten kansalaisopisto on valmistautunut lukuvuoteen?

- Koronatilanteen pahenemiseen on varauduttu mm. kurssikohtaisia ryhmäkokoja pienentämällä, kurssien välisiä taukoja pidentämällä kohtaamisten vähentämiseksi esimerkiksi pukuhuoneissa, etäopetuskursseja lisäämällä, varautumalla päivittämään kursseja ja luentoja etäopetukseksi ja huomioimalla erityisesti riskiryhmiin kuuluvien opiskelijoiden ja opettajien terveys.
- Toimistolla, Lapinlahden kirjastotalolla, Teknotalolla ja Kuopion konservatorion Lapinlahden toimipisteellä on käsidesipullo jatkuvasti käytettävissä.

Mitä teen, jos epäilen saaneeni tartunnan?

Jos epäilet altistuneesi koronavirustartunnalle tai epäilet koronavirustartuntaa, ota puhelimitse yhteyttä terveyskeskukseen, puh. (017) 2720 411, ja ilmoita asiasta myös kansalaisopistolle. Koronaviruksen oireita voivat olla päänsärky, haju- tai makuuistuin häiriöt, nuha tai nenän tukkoisuus, yskä, hengenahdistus, voimattomuus tai väsymys, lihaskivut, kurkkukipu tai kurkun karheus, kuume, pahoinvointi, oksentelu tai ripuli.

Oppilaitoksesta on oltava pois tartuntatautilääkärin määräämän eristyksen keston ajan.

Kysythän aina tarvittaessa lisäohjeistusta opettajaltasi tai opistolta, kiitos! Turvallista opiskelua ja harrastamista syyslukukaudella 2021 Kaskikuusen kansalaisopistossa!

Marko Komulainen
rehtori

Kaskikuusen kansalaisopisto – Lapinlahti
040 4883 201