

Kære alle elever på FGU NORD Ballerup

Vi glæder os til at byde dig velkommen tilbage på FGU NORD

På jeres første dag er det meget vigtigt, at I kan fremvise en negativ antigenest (kviktest) eller en negativ PCR-test, der er max. 72 timer gammel. Husk at der er op til 48 timers svartid på PCR-test.

Du vil modtage besked fra din lærer, hvor på skolen du skal møde ind. Herefter må du **ikke** færdes andre steder på skolen, end på det område din klasse er blevet tildelt, og kun bruge det toilet du er blevet anvist.

Selv-podning

Alle elever skal en af de første dage, efter I er mødt ind på skolen, lære at udføre en selvtest med en podedepind, som I kender fra antigenest (kviktest).

På plænen foran skolen er der opsat et telt, hvor vi vil undervise dig i at foretage en selvtest. I kommer ind 8 elever ad gangen, med dem fra jeres egen klasse. I får et bord hver at sidde ved. På bordet er der en spray til afspritning og testkit.

Det er **VIGTIGT** at du har dit **gule** sundhedskort med.

Vi starter med at registrere dig, som du kender det fra test-centrene.

Inden podningen skal du spritte dit bord og hænder grundigt af.

Test-sættet ligger på dit bord og består af en podedepind, en hvid testbrik, et lille plastikrør med lidt væske i (Bufferrør) og et låg til røret.

Vi vil vise dig præcis hvad du skal gøre og vi har god tid.

Det hele tager 30 minutter.

Efter selv-podningen kan du gå tilbage til klassen, hvorefter dit resultat bliver registreret og sendt til SST. Du modtager en SMS med link til testsvaret. Denne SMS kommer indenfor 60 minutter.

Denne video viser hvordan en selv-podning foretages.

<https://vimeo.com/531716959>

Du må godt se videoen flere gange. :-D

Næste selvpodning er ca. 2 dage efter den første, her vil vi også hjælpe jer undervejs.

Bedste hilsner

Selv-pode-Supervisorerne Tina og Torben