



CORONAVIRUS (COVID-19) HÅNDBOG

KTI COVID-19
PÅBUD & ANBEFALINGER
KTI STUDERENDE

Teknikimik Ilinniarfik KTI
TECH COLLEGE GREENLAND



Besked fra KTI Forstander Jokum Møller

Teknikimik Ilinniarfiks højeste prioritet er studerendes sikkerhed og tryghed i skolen. Studerende og KTI ansatte hjælper hinanden med at undgå COVID-19 sygdom og smitte.

KTI samarbejder med lokale og nationale myndigheder, og følger alle henvisninger for at undgå COVID-19 smitte.

KTI's **COVID-19 Beredskabsgruppe**: forstander, uddannelseschefer, administratorer & nøglepersonale sørger for hurtig handling skulle en COVID-19 krise opstå.



COVID-19 - CORONAVIRUS HVAD ER DET?

VIRUS - HVAD ER DET?

En virus er bittesmå stykker RNA pakket ind i protein med fedtlag udenom. Ved smitte kidnapper en virus menneskeceller, og bruger vores krop som virusfabrik.

CORONAVIRUS – COVID-19 HVAD ER DET?

COVID-19 virus bruger sine pigge til at komme ind i vores lungeceller, så vi får alvorlig lungebetændelse.

HVEM ER CORONAVIRUS FARLIG FOR?

COVID-19 er farlig for ældre, og alle med dårligt hjerte, lungesygdomme, højt blodtryk, diabetes og immunsygdomme (nedsat immunforsvar).

HVAD ER COVID-19 SYMPTOMER?

Hoste, feber, muskelsmerter, åndenød, ondt i halsen, nedsat lugte- eller smagssans

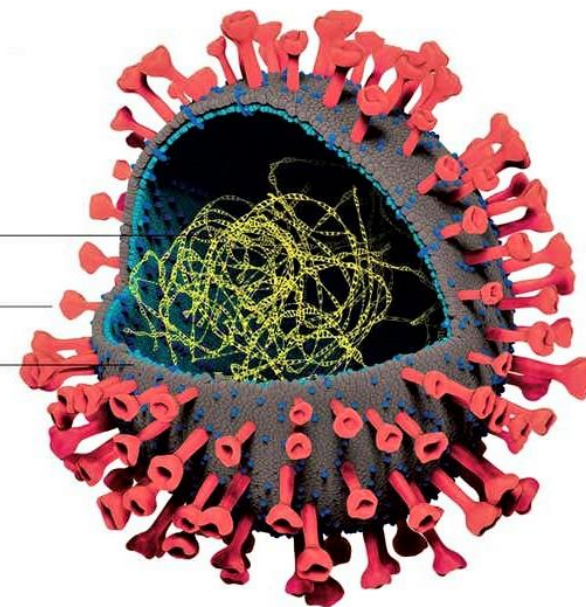
VI SKAL PASSE PÅ HINANDEN

COVID-19 er spredt over hele verden, og millioner af mennesker er smittede med virussen.

RNA "snore" ligger i protein

Protein spyd

Fedtlag beskytter virussen



COVID-19 VIRUS

En virus er en celle med RNA "snore" (RiboNucleicAcid) som ligger i protein. Udenom snorene er et fedtlag, som beskytter virussen. De røde pigge er protein spyd, som den bruger til at komme ind i vores celler. Virus kan ikke formere sig alene, derfor angriber den vores celler, som den bruger til at formere sig. Det er svært at dræbe virus uden ødelægge vores egne eller. Forskerne arbejder hårdt på at opfinde en vaccine.

TEKNIKIMIK ILINNIARFIK KTI COVID-19 HÅNDBOG

Studerende påbud,
anbefalinger og gode råd

Mål

Undgå COVID-19 smitte og sygdom hos
KTI studerende, ansatte og lokalsamfund

01

Side 6-9

KOMMUNIKATON & INFO

02

Side 10-15

COVID-19 PLAKATER & INFO

03

Side 16-20

RENGØRING PÅ KTI
KOLLEGIET

04

Side 21-23

KTI KOLLEGIEOMRÅDE
REGLER

COVID-19 INFORMATION OG KOMMUNIKATION

Information

Studerende modtager COVID-19
information: mail, Lectio, lærerrkræfter
samt plakater rundt om på KTI & KTI
kollegiet

01

Side 5-9

KTI STUDERENDE INFORMATION & KOMMUNIKATION

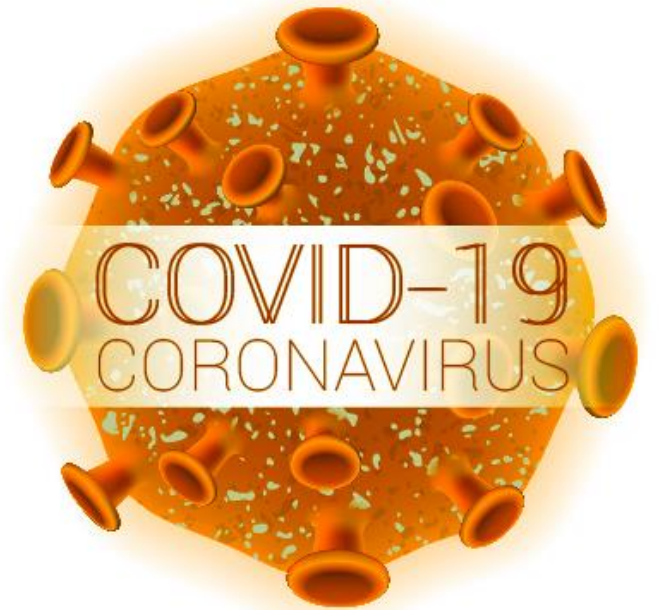
INDHOLD

COVID-19 Information.....	6
COVID-19 Kommunikation.....	7
COVID-19 Hvad du skal gøre.....	8
COVID-19 Gode råd.....	9

COVID-19 INFORMATION

COVID-19 påbud, anbefalinger og gode råd fra Landslægen (grønlandsk og dansk)

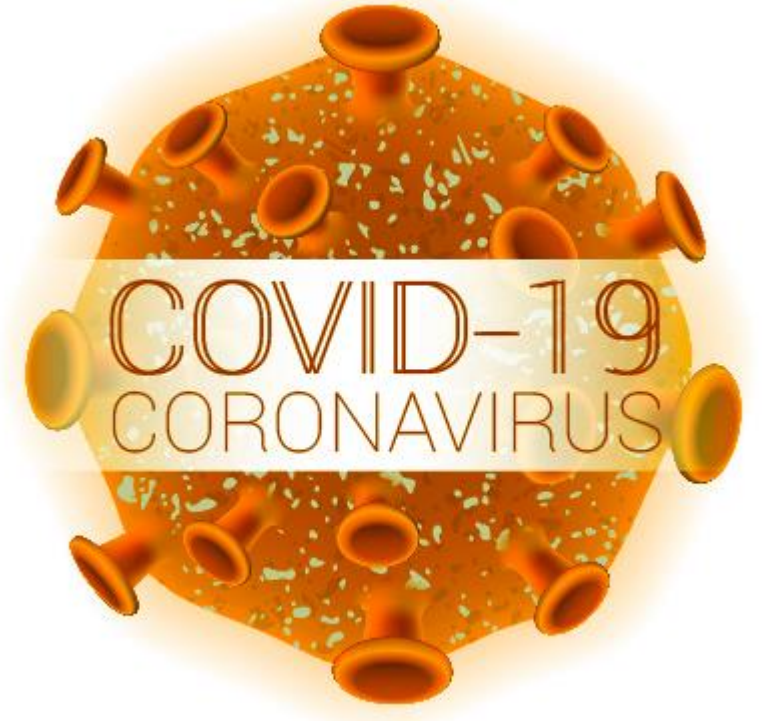
- ❑ COVID-19 plakater: KTI kantine, gangområder, undervisningslokaler, KTI fællesområder, værksteder og fælles toiletter
- ❑ COVID-19 information i KTI kollegiebygninger, KTI vaskerum, KTI kollegiekantine og KTI fællesområder
- ❑ COVID-19: Landslægens information sendes via Lectio og mail til studerende og lærerkræfter. KTI Kollegiet informerer studerende på kollegiet



COVID-19 KOMMUNIKATION

COVID-19 kommunikation

- ❑ KTI formidler COVID-19 nyheder og info til alle studerende
- ❑ Kontaktliste tilgængelig med vigtige telefonnumre
- ❑ Åben kommunikation sikrer god moral hos studerende
- ❑ Sikring af undervisning i videst mulig omfang



COVID-19 HVAD DU SKAL GØRE

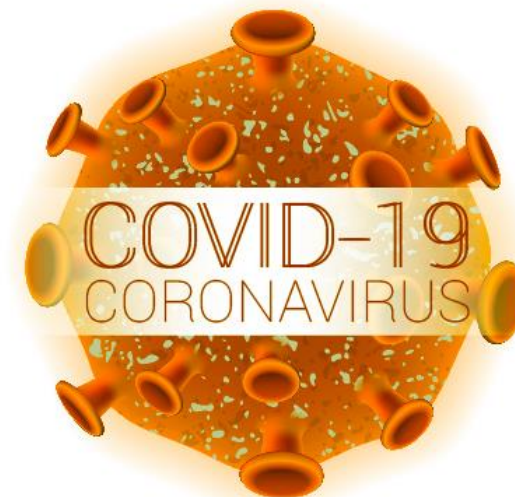
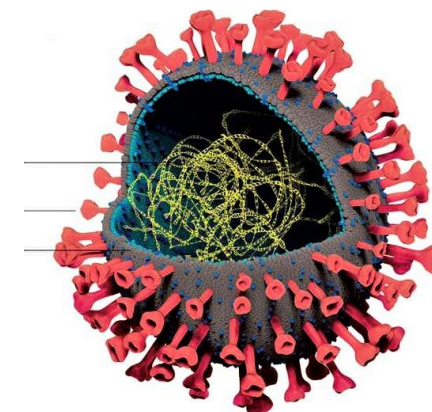
COVID-19 retningslinjer for studerende, alle skal

- ☐ Vaske hænder med sæbe og varmt vand
sæbe og varmt vand ødelægger fedtlag omkring COVID-19 virussen - så den bliver ufarlig
- ☐ **Afspritte hænder når du kan**
- ☐ Vaske hænder hvis du rører dørhåndtag, kontakter, liftknapper, vandhaner, remotekontrol, køkkenredskaber, osv.
- ☐ Ingen håndtryk, kram og kindkys, osv.
- ☐ Holde god afstand til andre
-undervisningslokaler, kopirum, elevatorer, kantine, vaskerum, gange, trapper, kantine, køkken, opholdsrum

RNA "snore" ligger i protein

Protein spyd

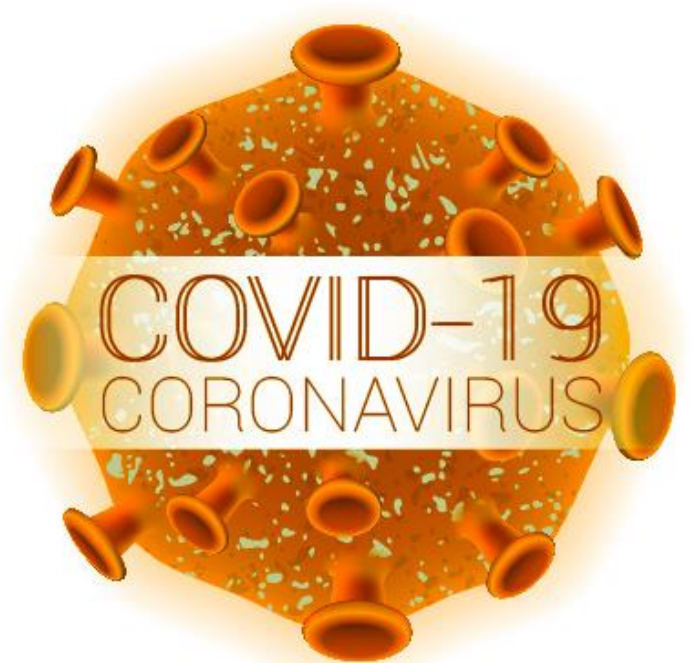
Fedtlag beskytter virussen



COVID-19 GODE RÅD

COVID-19 gode råd for studerende

- ☐ Sid med afstand hvis du tager bussen
- ☐ Undgå at komme i kontakt med smittede personer
- ☐ Hils uden håndtryk og omfavnelser, brug din albue
- ☐ Hold afstand under indkøb og rør mindst muligt ved varer
- ☐ Gør godt rent i kollegieværelse, køkken, stue og badeværelse
- ☐ Vask hænder når du har været i byen, eller handlet ind



COVID-19 PLAKATER HVAD DU SKAL GØRE

02

COVID-19 KRISE

COVID-19 virus spreder meget hurtigt
smitte

**Du kan hjælpe med at
undgå smitte**

Ting du skal huske hos KTI og
KTI kollegiet.

Side 10-15

COVID-19 PLAKATER OG INFO

INDHOLD

COVID-19 Samlet oversigt over COVID-19 info.....	11
COVID-19 Kontakter og adfærd.....	12
COVID-19 Undgå virus, vask dine hænder.....	13
COVID-19 Hold afstand og støt hinanden.....	14
COVID-19 Pas på dig selv, mental sundhed.....	15

COVID-19 INFO PÅ KTI KOLLEGIET

COVID-19 information og plakater i alle KTI kollegiebygninger

Landslægens NUN plakater:

- ☐ Info om COVID-19
- ☐ Hold Afstand
- ☐ Vask hænder & sådan vasker du hænder
- ☐ Hvem skal jeg kontakte om COVID-19 smitte?
- ☐ Hvad er karantæne?
- ☐ Mental sundhed

COVID-19 krise påbud og information

- ❖ Kun adgang for kollegieboere under smittekrise
- ❖ Rengøring: sådan gør du rent
- ❖ Vasketøj
- ❖ Børn og legeaftaler
- ❖ Hvad gør jeg hvis jeg bliver syg?
- ❖ Karantæne, isolation
- ❖ Sådan gør du bilen ren efter transport



[corona | covid-19]

Coronap tunillaassinaanera pillugu sumut saaffiginnissuunga?



COVID-19 (Coronavirus) pillugu paasissutissat

COVID-19 pillugu apeqqutitut akissutit Nakorsaaneqarfiup nittartagaani takukkit: www.nun.gl

Nutarterinerit
Kalaallit Nunaanni COVID-19 pillugu paasissutissanik nutaanik nappaalanersuaqarneranullu ataatsimiititaliarsuup innersuussutaanik kingullerpaanik nittartagaq nutarterneqarpoq.

Coronavirusimik tunillatsissimasutut pasitsaassinermi oqarasuaatit sianerfissat Nakorsaaneqarfiup nittartagaani nassaarineqarsinnaapput: www.nun.gl



Corona pillugu sianerfissaq

Nun.gl-imi atuarsimaguit allanillu apeqqutissaqaruit Corona pillugu sianerfissamut: **80 11 00**-imut sianersinnaavutit

Ammasarfiit:
Corona pillugu sianerfissaq: Sapaatip akunnerani ullut tamaasa nal. kl. 8 - 16.

Inniminnigut
Apeqqutitut **nun.gl**-imi akissuteqartinneqanngitsunut tunngatillugu Corona pillugu sianerfissamut taamaallaat sianerit



COVID-19-imik (Coronavirusimik) tunillatsissimasutut pasitsaassiguit

Peqqinnissaqarfimmu ilinnut qaninnerpaamut oqarasuaatikkut attaveqarit.

Sianeqqaarit
Allanut tunillaassinnaanerit pissutigalugu napparsimavimmut peqqissaavimmulluunniit sianeqqaarmissat omigutinninnissallu pingaaruteqarput.

Akissutissatit piareersimatikkut
Oqarasuaatikkut peqqinnissaqarfimmi sulisut paasissutissat uku ilaatigut piunassavaat: Angalanerit kingullerpaaq, annertuumik tunillaassuuffiusutut aarlerinartoqarfimmiissimaners utit, qanoq sivilisutisumik ersiuteqarsimanersutit.

CORONA | COVID-19

Meeqqat aamma pinnguaqatigiit-tarnissaannut isumaqatigiissutit?

Meeqqat pinnguarsinnaanissaat aamma aalasinnanissaat pingaaruteqarpoq. Coronavirus / COVID-19 tuniluunnissaa pinngitsoortinniarlugu meeqqat aamma pinnguaqatigiittarnissaanut isumaqatigiissutit pillugit angajoqqaanut ilitersuut una maliguk.



Meeqqat arlaannaalluunniit nappaammik ersiuteqannginnerat eqqumaffigisigit



Meeqqat pinnguaqatigiit sapinngisamik ikinnerpaajutissigit (1-2) sivikinnerpaamillu pinnguartaillugit.



Pinnguaqatigiit taakkuujuaannarlik. Tassa ullut tamaasa nutaanik pinnguaqateqartassanngillat



Silami sapinngisamik pinnguarlik. Taamaaliornermi inunnut tuniluussinnaanerit aarlerinaateqannginnerussaaq imminnullu ungasinniarnissaat ajornannginnerussaaq



Meeqqat amerlavallaat pinnguartaarfimmiittut ingalassimasigit



Meeqqat sukumiisumik errortukulanissaat isumagisiuk Meeqqat minnerit ikiorsigit.

www.nun.gl

COVID-19 VASK HÆNDER OG UNDGÅ VIRUS

Coronavirusimik - COVID 19 tunillatsinnissaq pinaveersaaruk

Coronavirus inuit amerlasuut katersuuffiini -
ilaatigut assamminnikkut quersormilu/
tangajormilu kuseriarneeqqatigut silaannarmut
siaruaattutigut tuniluukkajuppoq.
Siunnersuutit pitsaasut uku atorlugit imminut allanillu illersuigit.



Assatit asakulakkit assannullu
spritti atoruk.



Talinnut/ikusivit peqittarfianut
kakkissarfimmut
quersorit tangajorilluunniit
– assanut pinnak.



Maangaannaq qisernak
Qiseq tunillaanermut
pequtaasinnaavoq.



Assamminnaveersaarit,
ersakkut kunissinaveersaarit
eqitaarinaveersaarillu
– timimiit timimut
attaveqarnaveersaarit.



Eqqiaanissaq eqqumaffigiuk
– angerlarsimaffimmi
suliffimmilu



Inuppassuit akornaniinneq
eqqumaffigiuk
pinaveersaarlugulu.

Assitaliussat WHO.int-mit atorneqarput

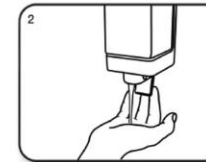
Imatut assatit errortussavatit

Assatit ipertuppata errortukkit

🕒 Sivisussuseq: 40–60 sekundtit



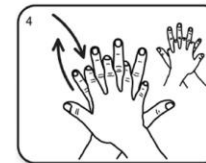
Assatit imermik masatsikkkit



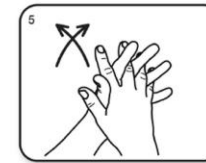
Qaqorsaaterluarit



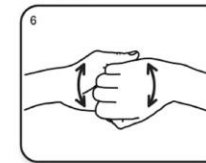
Itumamiit itumamut assatit
errortukkit



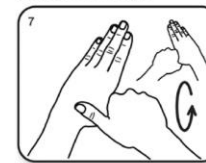
Itumak talerperleq saammumut
assavit qaavanut
ataatsimoortillugit



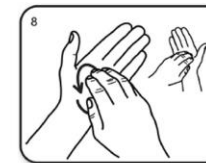
Itumait ataatsimut errortukkit



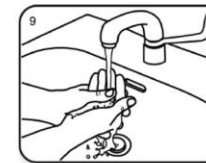
Assavit qaava itumannut attuullugit
/ parnaarlugit errortukkit



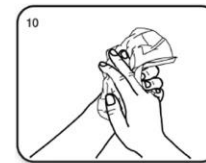
Kulloq saamerleq talerpinniit
kaavisillugu errortorlugu aamma
killormut



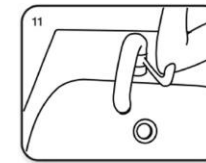
Kaavisillugit, kingumut aamma
siumut inussat talerpimmiittut
saammimi itumami errortukkit



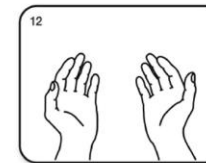
Assatit imermut errortukkit



Allarummumut ataasiartakkamut
assatit allarterluakkkit



Kuuffik qaminnissaanut allarut
atoruk

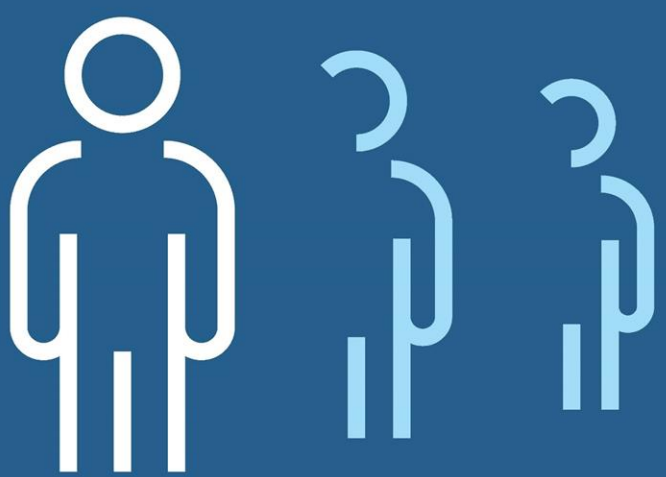


Maanna assatit ipeerupput

COVID-19 HOLD AFSTAND & FØLG PÅBUD

CORONA | COVID-19 www.nun.gl

Qanillina-versaarit!



Qanillina-versaarnikkut imminut
aamma qanigisannut coronavirusimik
nutaamik tunillatsinnissamut illersorit.

 NUNATSINNI NAKORSAANEQARFIK
LANDSLÆGEEMBEDET

 NAALAKKERSUISUT
GOVERNMENT OF GREENLAND



Coronavirus/COVID-19 akiorniarlugu Kalaallit Nunaanni ataatsimoorluta ima iliorpugut

-  Eqqissisimaannassaagut
-  Ungasianiit
- immitsinnut paarivugut
-  Oqartussat innersuussutaat
malissavagut

MALINNAAGIT UGGUUNA WWW.NUN.GL
- Coronavirus/COVID-19 pillugu Kalaallit Nunaata pisortatigoortumik nittartagaa

 NUNATSINNI NAKORSAANEQARFIK
LANDSLÆGEEMBEDET

 GRØNLANDS POLITI

 NAALAKKERSUISUT
GOVERNMENT OF GREENLAND



COVID-19 “HUSK AT PASSE PÅ DIG SELV”

CORONA | COVID-19

www.nun.gl

Sianissutsikkut peqqissuuneq pillugu siunnersuutit pitsaasut



Sininniartarit nalinginnaasumillu ulluinnarni iliuuserisartakkatit ingerlallugit
Sinnakkilalluuttuinnartillutit emumanerit sakkortusartortarpoq annilaangaleralluuttuinnartallutillu.



Peqqinnartunik nikerartunillu nerisaqarit
Taamaallutit nukissaqanerulissaatit ulluinnarnilu unammilligassanut aamma nukissaqanerulissallutit.



Timit atorluartaruk
Timimik atuineq assiginningsorpassuutigut pisinnaavoq, assersuutugalugu sisoramikkut pisuttuarnikkullu imaluunniit naterni eqaarsaarnikkut.
Ullormut silamut anisartit timinnillu aalatitsillutit silaannarissaatigalugu, ullup qaamanga qjimanerulitsisarpog.



Eqqarsartaatsikkut eqqeersimaarit
Qarasasomerit aalaakkaasuutigut assiginningsunik sammisassanik suliaqartarnikkut. Atuarit, pinguaatinik pinguarit, ullorsitunat allagit, nipilersuutunik tusarnaarit imaluunniit arlaannik pilersitsiniasarit.



Ulluinnarisanni aqqissuussamik ataqtigiinneq pilersiguk
Ullup ingerlanissaa imaluunniit sapaatip akunnerani sammisassat pillugit pilersaarusiorit malitassallorlulluunniit nalinginnaasumillu pissusilersuutunik atullerit. Angerlarsimaffimmi sulisaruit nalinginnaasumik piffissaq suliffigisartakkat malillugu suliniartarit.



Sunniuteqaqataanerit eqqaamassavat
Ungasinniarnikkut aamma angerlarsimanikkut, innuttaasut navianartorsiorut mianerineratigut Kalaallit Nunaanni tuniluunneq minnerpaaffimmiitinneqarnissaanut peqataasinnanerit aalajangiusimaguk. Ulluinnarni maluginiaruk sumi allat tapersorsinnaanerlugit aamma ikiorsinnaanerlugit.



Avatangiisinnut attaveqartarit – imminut ungasikkaluarlusi ataatsimoorussamik suliaqaritsi
Ilaqtannut ikingutinu sianertarit, video atorlugu oqaloqatigiittaritsi aamma inuit attaveqatit atugaat atortarsigit.



Nunarsuarmi ilungersunartorsiorneq qanimut attaveqarfigisartakkannut oqimaassinnaammata akueriuk
Pisoq sungiusimangisaq, qanigisannut maannakkut ilaginerusariaqallikkannut tatisinermik pilersitsisinnavaog.
Piffissap ingerlanerani naammagittarsinnaajunnaasagussi, illit nammineq inuillu allat isumakkeerfigikkut.



Ernumassuteqarneq ilaatigooriarlusi unitsissigut eqqissisimaarlusilu
Piffissat nutaarsiasanik isiginnaartarnit atuarnitilluunniit killiikkut.
Nutaarsiasanik pissarsiffiit tutsuiginarut toqqartakkut.



COVID-19-imik tunillatsittoqartillugu imminut inuilluunniit allat pisuutissanngilatit
Eqqaamajuk nappaat inunnik patsiseqarnani, virusimik patsiseqarnat. Coronavirus assut tuniluutissuavoq.



Imminut paarigut
Pissusilersortarnerit peqqinnangitsut, soorlu nikerartumik sinittarneq, aalakoomartutorpallaarneq imaluunniit pujortarneq misillillugu pinaveersaakkut. Ilinnut pitsaanerpaat pissutit pingaamerutikkut.
Imminut paariguit inuit allat pitsaanerusumik paarisinnaavatit.



MÅSKE SMITTET, HVAD SKAL DU GØRE?

COVID-19 Spredning

COVID-19 virus dræbes ved håndvask og rengøring. God afstand = mindre risiko for spredning

Mistanke om smitte

Hoster du og har ondt i kroppen så ring til Sisimiut Hospital. Lægen fortæller hvad du skal gøre

03

Side 16-20

MÅSKE COVID-19 SMITTET - HVAD SKAL JEG GØRE?

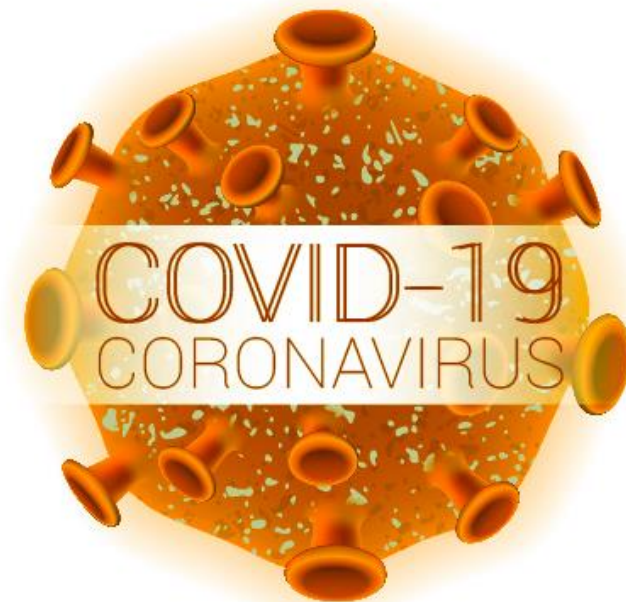
INDHOLD

COVID-19 Mistanke om smitte,hvad skal jeg gøre?	17
COVID-19 Smittet-karantæne og hvad skal jeg gøre?...18	
COVID-19 Smittet-karantæne hvad må jeg ikke?.....	19
COVID-19 Smittet-gode råd efter karantæne	20

MÅSKE COVID-19 SMITTET-HVAD GØR JEG?

Hvad gør jeg, hvis jeg får COVID-19 sygdomstegn?

- ☐ Hvis du føler dig dårlig, har feber og hoster skal du ringe til Sisimiut hospital
- ☐ Lægen fortæller hvad du skal gøre
- ☐ Du skal blive hjemme, hvis du er dårlig
 - husk at fortælle skolen om fravær
 - brug ansigtsmaske hvis du bor sammen med andre
 - hold afstand
 - rør kun ved dine egne ting
- ☐ Husk at fortælle KTI hvad hospitalet anbefaler dig
- ☐ Du skal følge alle påbud og anbefalinger, så andre undgår mulig smitte



COVID-19 SMITTET, HVAD SKAL JEG GØRE?

COVID-19 smitte - hvad skal du gøre?

- ☐ Du har kontakt med Sisimiut hospital –hospitalet rådgiver dig

COVID-19 symptomer og positiv test

- ☐ Ved positiv (=smittet) test skal du i karantæne i 14 dage

Karantæne/isolation i 14 dage – du kan smitte andre

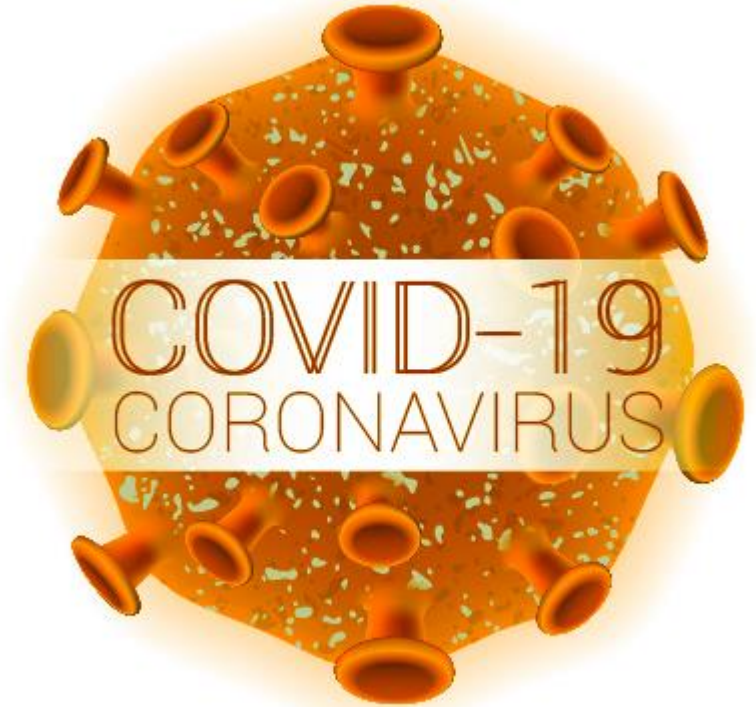
- ☐ Du skal blive på dit værelse hele tiden
- ☐ Du må ikke få besøg eller have møde med andre
- ☐ Du kan få en stor bøde, hvis du ikke overholder gældende påbud

Rengøring & personlig hygiejne

- ☐ Du skal gøre rent i værelset
 - alt du rører skal vaskes med sæbe, afsprittes
 - vask sengetøj, undertøj ved 80 grader, tøj ved 60 grader
- ☐ Gør badeværelse/toilet rent og afsprit
- ☐ Vask hænder med sæbe og varmt vand, brug håndsprit
- ☐ Alt affald skal i dobbelt plastikpose og lukkes godt

Hvis din mad bliver bragt, eller nogen køber ind for dig

- ☐ Alle varer stilles **udenfor** din dør, ingen personlig kontakt



COVID-19 KARANTÆNE: HVAD MÅ JEG?

	 Peqqissut	 Immikkut mianerisariallit (utoqqaat, nappaatillillu)	 Ersiutillit (nuanneq, quersorneq, kissarneqarneq)	 Angerlarsimaan-naqquneqartut	 Tunillanneqarsimasut (angerlarsimaq-quneqartut)
Niuerniarneq	✓	⚠	✗	⚠	✗
Suliartorneq	⚠	⚠	✗	✗	✗
Tamanut angallassissutitut ilaaneq (Busserneq taxarnerluunniit)	✓	⚠	✗	✗	✗
Pulaartoqarneq pulaarnerluunniit	⚠	⚠	✗	✗	✗
Najugaqatinik atassuteqarneq	✓	✓	✓	✓	✗
Pisuttuarneq	✓	✓	✓	✓	✗
Ilaquttanik ikinngutinillu videokkut attaveqaqateqarneq	✓	✓	✓	✓	✓
	✓ Ajunngilaq, allanulli qanillattornaveersaarneq eqqiluisaarnerlu eqqaamakkit	⚠ Sapinngisamik ingalassimaneqassapput/immikkut killilersuinerit	✗ Innersuun-neqanngilaq		

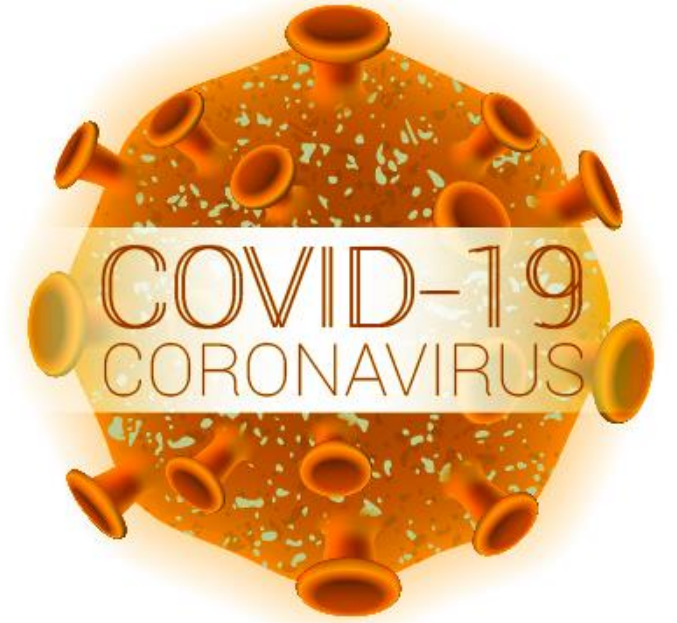
COVID-19 HVAD GØR JEG EFTER KARANTÆNE?

14 dages karantæne/isolation er slut, hvad gør jeg nu?

- ☐ Hold afstand til andre, også familie, eller dem du bor sammen med
- ☐ Vask hænder med sæbe og varmt vand, brug håndsprit
- ☐ Gør rent i dit værelse, toilet, køkken og stue

Du kan blive stresset af at være i karantæne

- ☐ Husk at passe på dig selv
- ☐ Spis sund og god mad, og dyrk motion udenfor



KTI KOLLEGIE KANTINE, VASKERUM & RENGØRING

COVID-19 Spredning

COVID-19 virussen spredde gennem luften eller ved kontakt (mennesker og overflader)

Undgå smitte

Grundig rengøring af kollegieværelse og fællesrum, håndvask og hold afstand

04

Side 21-23

**KTI KOLLEGIET:
RENGØRING, HYGIEJNE
KTI KOLLEGIEKANTINE OG VASKERUM**

INDHOLD

COVID-19 Rengøring kollegieværelser, fællesrum.....	22
COVID-19 KTI Kollegiekantine & vaskerum.....	23

COVID-19 KOLLEGIEVÆRELSE RENGØRING

KTI Kollegieværelser og KTI fællesområder REGLER

- ☐ Sæbevask og afspritning af alt som røres

Kollegiets pedeller holder øje med at:

- ☐ Alle gør rent på kollegiet
- ☐ Affald sættes ud som anbefalet
- ☐ Elever kun samles i små grupper
- ☐ COVID-19 plakater og information er hængt op
- ☐ KTI fællesområder kun bruges af beboere under smittekrise
- ☐ Ingen gæster udefra under smittekrise



COVID-19 KTI Kollegiekantine & VASKERUM

KTI Kollegiekantine "undgå smitte" tiltag

- ☐ Spritdispensere med håndsprit
- ☐ KTI Kantine- og køkkenpersonale bruger engangshandske
- ☐ Kortbetaling for mad & drikkevarer, ingen kontanter
- ☒ Kun adgang for studerende
- ☐ Afstand mellem stole ved bordene
- ☐ Afspritning af hænder ved ankomst og udgang

KTI Kollegiekantine regler ved spisning

- ☐ Ingen selvbetjening
- ☐ Kantinepersonale kommer mad- og drikke på bakke m. bestik, tallerken, glas, serviet, og rækker til den studerende



PAS GODT PÅ DIG SELV - OG ALLE ANDRE

