



Notat

Saksbehandler:
Sigmund Hadland Jr.

Vår ref.:
Sak: 2020000175
J.nr: 20/12997

Arkiv:
FA - G03

Dato:
15.11.2020

Ansattrestriksjoner versjon 16

Arsak: Covid-19 - Koronapandemi, pr. 26. januar 2021.

Versjon 16 – I samråd med Kommuneoverlege Inger Skretting Opstad.

Det er på grunn av smittefare og for å hindre smittespredning under Koronapandemi, nødvendig å gi føringer til ansatte i Sokndal kommune. Restriksjonene er utarbeidet med formål å sikre en tilstrekkelig bemanning for forsvarlig og sikker drift. Det er viktig at alle ansatte forholder seg til restriksjonene, og følger de råd og retningslinjer som blir satt, både lokalt og nasjonalt.

Endringer fra forrige versjon.

Endringer i denne versjonen er omfattende, og en ber derfor om at hele dokumentet leses nøye. Endringer i restriksjoner vil kunne skje på kort varsel.

De grunnleggende smitteverntiltakene er:

1. God hånd- og hostehygiene.
2. Hold avstand til andre enn dine nærmeste, minst 1 meter. Ha få nærkontakter.
3. Dersom symptomer på luftveisinfeksjon må du holde deg hjemme, og du bør testes for Covid-19.

Hovedpunkter i dokumentet:

- Sykdom hos ansatte
- Karantene
- Endring av arbeidstid og arbeidssted
- Ansatte kan pålegges endring av ferie
- Hjemmekontor og fleksibel arbeidstid
- Interne samlinger, møter, etc. for ansatte
- Røyking på arbeidsplassen
- Tjenestereiser
- Reiser i privat regi

Sykdom hos ansatte.

- Hold deg hjemme hvis du er syk eller har nyoppståtte luftveissymptomer (feber, hoste, tungpustethet, hodepine, slapphet, nedsatt lukt- eller smakssans, muskelverk, sår hals med mer).
- Test deg for koronavirus hvis du har nyoppståtte luftveissymptomer.

Dersom testen viser at du ikke har koronavirus (negativt prøvesvar)

- **Dersom du tok testen fordi du hadde symptomer på koronavirus**, kan du gå tilbake på jobb eller skole når du er feberfri og i fin form. Lett hoste eller lignende som henger i, er ok.
- **Her er mer informasjon [link](#)**

Ansatte i helsetjenesten med pasientnært arbeid, og ansatt i barnehage/skole/sfo som har symptom på luftveisinfeksjon, pålegges å ta kontakt med fastlege/legevakt for prøvetaking på covid-19.

Vedrørende besøk til Follo og nærliggende kommuner i Oslo-regionen

- Vi fraråder alle reiser til området som ikke er strengt nødvendige.
- Vi oppfordrer alle som kommer tilbake til Sokndal om å være varsom med de som du omgås med.
- Vi anbefaler å unngå besøk til eldre og sårbare personer de første 10 dager etter at du er tilbake fra området. Besøk til sykehjem skal unngås.
- Vi oppfordrer alle som har vært i de aktuelle kommunene om å være spesielt oppmerksomme på om de utvikler symptomer på covid19 sykdom.
- Selv lette symptomer som nyoppstått hodepine, sår hals, neseforkjølelse, hoste eller feber må medføre at du tester deg og være i karantene inntil svar på testen foreligger.
- Har du i løpet av de siste 10 dagene hatt nærkontakt med noen som har hatt opphold i en av disse kommunene, må en vise varsomhet, og ha lav terskel for å teste seg.

Helsepersonell som har oppholdt seg i Nordre Follo siste 10 dager, skal som hovedregel ikke komme på jobb. Ta kontakt med leder. (Dette gjelder kun Nordre Follo, og ikke de 9 andre kommunene i området.)

Ved smittesporing av personer som har oppholdt seg i disse 10 nevnte kommuner anbefales at nærkontaktens husstandsmedlemmer er i avklaringskarantene frem til nærkontakten har fått negativt svar på PCR testen.

Karantene

Lenken under viser deg de gjeldende regler for karanteneplikt:

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/avstand-karantene-og-isolering/>

Ved karantene gjelder:

- Du skal være i karantene i 10 døgn etter siste kontakt med den syke, eller etter ankomst til Norge. Innreisekarantene kan avsluttes dersom det foreligger to negative tester, den første må, fra og med 25. januar, være tatt på grenseovergangsstedet i Norge ved ankomst, og den andre tidligst 7 døgn etter ankomst.
- Alle som har vært utsatt for smitte med covid-19, som nærkontakt de siste 10 dager, bør teste seg.

- Du kan omgås barn du bor sammen med som normalt, men hold avstand (over 1 meter) til andre voksne og unngå besøk.
- Du skal ikke gå på skole, jobb, barnehage eller andre aktiviteter utenfor hjemmet.
- Du skal ikke ta lengre reiser innenlands.
- Du skal ikke ta offentlig transport.
- Du skal unngå steder der det er vanskelig å holde avstand.
- Du bør som hovedregel ikke oppsøke offentlige steder, slik som butikker og kaféer. Ved mangel på alternativer kan du gå ut for å gjennomføre nødvendige ærend i butikk eller apotek – men sørg for å holde tilstrekkelig avstand (minst 1 meter) til andre, bruk munnbind og unngå kø.
- Du kan gå tur ute, men hold minst 1 meter avstand til andre.
- Vær årvåken på egne symptomer. Dersom du får akutt luftveisinfeksjon med feber, hoste, mister smaks- eller luktesansen, eller har andre symptomer på covid-19 mens du er i karantene, regnes du som sannsynlig smittet av covid-19. Da skal du la deg teste så snart som mulig og isolere deg hjemme i påvente av prøvesvar. Hvis du har husstandsmedlemmer, anbefales det at den/de er i karantene til prøvesvaret foreligger.
- Ved positiv test fortsetter du hjemmeisoleringen, og det skal gjøres full smittesporing. Ved negativ test fortsetter du karantenen som planlagt, men karantenen opphører for dine husstandsmedlemmer.

I karantene bør du følge med på retningslinjer fra Folkehelseinstituttet og Helse Norge.

Land eller områder i EØS/Sveits med tilstrekkelig lav smitte (såkalte gule land eller områder) har unntak fra reiserådet til UD. Unntaket er ikke en oppfordring til å reise utenlands og regjeringen anbefaler alle å vurdere om utenlandsreisen er nødvendig. [Se oversikt over hvilke land og områder dette gjelder hos FHI.](#)

<https://www.helsenorge.no/koronavirus/reise/#til-deg-som-far-besok-fra-utlandet>

Nærkontakter vil få direkte beskjed av helsepersonell om hvilke regler som gjelder for dem.

Det er straffbart ved lov, å utsette andre for smitte.

Følg nøye med på symptomer. Hold deg hjemme og test deg dersom du utvikler symptomer.

Regler for innreise fra gule områder:

- Per nå er det ingen land og noen få områder i EØS/Sveits som er gule.
- Du kan ikke besøke sykehus eller sykehjem før det har gått 10 dager, selv om du kommer fra gult område.
- Dersom du jobber i helsetjenesten og har pasientnært arbeid, anbefaler FHI at du har en negativ koronatest før du begynner å jobbe igjen selv om du kommer fra gult område.
- Dersom du jobber i helsetjenesten, uten pasientnært arbeid, kan det vurderes sammen med arbeidsgiver om du skal testes dersom du kommer fra gult område.

Endring av arbeidstid og arbeidssted

Arbeidsgiver kan pålegge helsepersonell å forbli i tjeneste ut over ordinær arbeidstid, jf. helseberedskapsloven § 4-1 (1), 1. punktum og Kongelig resolusjon av 06.03.2020. Dette beredskapstiltaket gjelder inntil videre. Arbeidsmiljølovens regler gjelder. Det kan bli aktuelt å omdisponere ansatte i Sokndal kommune, til annet arbeid.

Endring av ferie i henhold til ferieloven § 6 pkt. 3

Der det er nødvendig, kan arbeidsgiver endre ferie etter ferieloven § 6 pkt. 3. For at dette skal kunne gjøres må følgende vilkår være innfridd:

1. Det må være nødvendig på grunn av uforutsette hendelser
2. Den avtalte ferieavviklingen vil medføre vesentlige driftsproblemer
3. Det kan ikke skaffes stedfortreder

Vilkårene for endring av allerede fastsatt ferie er strenge, og det må foretas en konkret vurdering av om vilkårene er oppfylt i hver enkelt situasjon. Før det er aktuelt å anvende denne bestemmelsen bør det forsøkes å oppnå minnelig ordning med den ansatte.

Hjemmekontor og fleksibel arbeidstid

Sokndal kommune oppfordrer til økt bruk av hjemmekontor og fleksibel arbeidstid. Ved økt smitte kan det bli innført strengere tiltak. Ansatte som kan bruke hjemmekontor skal ha dialog med sin leder, som er den som godkjenner bruk av hjemmekontor og fleksibel arbeidstid.

Ansatte som har økt risiko for alvorlig forløp av covid-19 oppfordres til å informere leder om dette, slik at arbeidsgiver kan tilrettelegge for alternative arbeidsformer. Sykemelding er ikke anbefalt med mindre tilrettelegging ikke er mulig.

Anbefalinger til risikogrupper varierer med hvor mye smitte det er i samfunnet (grønt, gult, rødt) og om personen tilhører gruppe med lett økt risiko eller moderat/høy risiko for komplikasjoner ved smitte. Ta kontakt med din leder eller fastlege. Detaljert informasjon finner du på følgende hjemmeside.

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/risikogrupper/?term=&h=1>

Ansatte som har tilgang på bærbar pc eller telefon fra arbeidsgiver, skal ta disse med seg hjem etter endt arbeidsdag, slik at de kan jobbe hjemmefra på kort varsel.

Interne samlinger, møter, etc. for ansatte

Ved interne samlinger, møter og lignende er maksimalt antall deltagere 10 personer, i samme rom. Antall personer tilpasses rommets størrelse slik at minst 1 meter avstand kan overholdes.

I Sokndal kommune skal ansatte benytte alternativer som Webinar, Skype, Teams, videomøter med mer når det er mulig.

Fra og med 20. januar 2021 gjelder følgende regler for arrangementer:

- Arrangementer bør som hovedregel utsettes eller avlyses.
- Arrangementer skal utsettes dersom de samler personer fra flere kommuner. Dette gjelder både utendørs og innendørs, og for følgende arrangement:
 - Kulturarrangement som for eksempel forestillinger og oppvisninger
 - Kurs og konferanser
 - Tros- og livssynseremonier, bortsett fra begravelser.

Dersom et arrangement likevel må avholdes, gjelder følgende regler:

- **Innendørs på offentlig sted:**
 - er det tillatt med inntil 10 personer dersom det *ikke* er fastmonterte seter.
 - er det tillatt med inntil 200 personer dersom det er fastmonterte seter.

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/koronavirus/arrangementer-gruppestorrelse-og-avstand#arrangementer-pa-offentlig-sted>

Krav til gjennomføring av alle typer arrangementer på offentlig sted

Arrangøren skal:

- Det må være et offentlig lokale eller utendørs areal som er stort nok til at du kan gjennomføre arrangementet etter gjeldende regler om avstand.
- Deltakerne skal ha minst én meter avstand, målt fra skulder til skulder.
- Deltakere som tilhører samme husstand må ikke ha én meter avstand.
- Alle som er til stede må være friske.
- Det må utpekes en ansvarlig arrangør.
- Skriv ned navn og kontaktinformasjon til alle som er til stede. Informasjonen må slettes etter 14 dager.
- Gjør det lett for gjestene å vaske/desinfisere hender, både når de kommer og underveis.
- Ikke gjennomfør aktiviteter som krever mindre avstand mellom deltakerne.
- Ansatte eller oppdragstakere som står for gjennomføringen av et arrangement på offentlig sted, regnes ikke som en del av maks antall personer som er lov å samles.

Private samlinger

Alle bør begrense sosial kontakt i størst mulig grad. Det oppfordres til å møte andre utendørs.

Man bør ikke ha flere enn fem gjester i eget hjem, i tillegg til de som bor sammen. Dersom alle gjestene kommer fra samme husstand, kan man være flere enn fem. Man må likevel ikke være flere enn at man kan holde avstand.

Barn i barnehager og barneskoler kan ha besøk fra egen kohort.

Private sammenkomster utenfor eget hjem bør utsettes eller avlyses. Om de likevel må avholdes, gjelder følgende regler:

- **Innendørs:** Maksimalt 10 personer
- **Utendørs:** Maksimalt 20 personer

Barn i samme kohort i barnehage eller barneskole kan møtes med et nødvendig antall voksne personer som tilretteleggere.

Private sammenkomster er sammenkomster for familie og venner, og andre sosiale samlinger i tilknytning til arbeid eller skole.

Sokndal kommune vil sterkt oppfordre alle ansatte til å unngå private arrangementer og sosiale sammenkomster som innebærer at flere fra samme arbeidssted/avdeling er samlet på et sted.

Flere regler for arrangement finner du her:

<https://www.helsenorge.no/koronavirus/feiringer-sammenkomster-og-arrangementer/>

Kantine/pauserom – Felles spiserom kan benyttes av inntil 10 personer, dersom avstandsregler på minst 1 meter kan opprettholdes, og rommets størrelse tillater det. Spisepausene kan legges til ulike tider på arbeidsdagen for å unngå samlinger med mer enn 10 personer. Ansatte oppfordres til å følge gjeldende hygieneregler. Ta gjerne med matpakke, og hold avstand ved bruk av kjøleskap.

Såfremt mulig bør du tilstrebe minst 1 meter avstand på arbeidsplassen.

Ansatte som tilhører ulike kohorter i omsorg, skole eller barnehage skal holde 2 meter avstand til ansatte i andre kohorter. Dette for å unngå at man får for mange nærkontakter.

Tenk smittevern når du mottar besøk eller delegasjoner på jobb. Unngå besøk om det ikke er strengt nødvendig. Det skal føres besøkslogg, og den skal oppbevares i 14 dager.

Røyking på arbeidsplassen

Sokndal kommune avvikler alle røykeplasser som etableres på alle våre arbeidsplasser, der flere enn 1 ansatt røyker. Dette pga. fare for smittespredning, og utfordringer knyttet til 1 meters regel. Vi har etablert seksjonering av omsorg, og en røykeplass der mange samles, vil også kunne gi fare for smittespredning.

Tjenestereiser

Tjenestereiser eller reiser i regi av Sokndal kommune av nødvendig karakter kan utføres. Er du i tvil, tar du kontakt med din leder. Ansatte skal benytte alternativer som eks. Webinar, Skype, Teams og videomøter når det er mulig. Tjenestereiser til Nordre Follo og tilgrensende kommuner i Oslo-regionen skal avlyses.

Reiser i privat regi

Det er anbefalt å unngå unødvendige reiser innenlands. Dette er anbefalt fordi det er en risiko for spredning av smitte dersom du reiser fra områder med mye smitte i Norge til et område med lite smitte.

Arbeidsreiser kan gjennomføres, men du bør være nøye med å følge smittevernråd og holde god avstand til andre.

Reise til studiested kan gjennomføres, men du bør være nøye med å følge smittevernråd og holde god avstand til andre.

Reiser til fritidseiendommer kan gjennomføres, men kun med personer du bor samme med til vanlig og uten kontakt med andre. Du bør da handle hjemme før du reiser til hytta.

<https://www.helsenorge.no/koronavirus/reiser-innenlands/#anbefaling-om-a-unnga-unodvendige-innenlandsreiser>

Alle bør også ha en særlig årvåkenhet ved eventuelle symptomer.

<https://www.helsenorge.no/koronavirus/reiser-innenlands/>
<https://www.helsenorge.no/koronavirus/reise/>

Arbeidsgiver har mulighet til å kunne bestride retten til sykepenger, dersom du reiser til land med nåværende, eller varslet karanteneplikt. Sjekk med din leder.

Sigmund Hadland Jr.
Helse- og velferdsleder