



Reglar for tilsette i Høyanger kommune- oppdatert 21.06.2021

Under koronapandemien gjelder desse reglane for tilsette i Høyanger kommune

Hald avstand og vask hendene!

- Generelle smitteverntiltak gjeld fortsatt. Det må vere mogeleg å halde 1 meter avstand til kollegaene dine og andre. Der du ikkje klarer å halde 1 meter avstand, bruk munnbind.
- Avgrens sosial kontakt, ha maksimalt 20 gjester på besøk, møtest helst utandørs og ha helst kontakt med same personar over tid.
- Ved besøk heime vert ikkje beskytta (fullvaksinerte, dei med 1 dose vaksine etter tre veke, dei som har hatt covid-19 siste 6 månader) med i antallsbegrensningen, men det må fortsatt vere mogeleg å halde avstand. Beskytta kan ha nær sosial kontakt (under ein meter) med andre beskytta og ubeskytta som ikkje er i risikogruppe.
- Vask hendene grundig og ofte, og sørg for god hostehygiene.
- Dei som er beskytta treng ikkje å halde avstand til andre på arbeidsplassen, men bør ta spesielt omsyn til ubeskytta i risikogrupper.

Hald deg heime ved behov, men berre når du skal

- Ikkje kom på jobb dersom du er sjuk.
- Får du symptom på luftveisinfeksjon, bør du testast. Hald deg heime til du har fått negativt prøvesvar og har god allmenntilstand (altså føler deg frisk og er feberfri).
- Når du har testa negativt, kan du gå på jobb sjølv om du fortsatt har nokre symptom på luftveisinfeksjon.
- Dersom nokon i husstanden også er sjuk- ikkje covid-19, kan du møte på jobb som vanleg (gjeld også helsepersonell).

Du kan ha rett på heimekontor

- Arbeidsgjevar har plikt til å tilrettelegge for delvis heimekontor og/eller fleksibel arbeidstid.
- Tilsette i risikogruppe, eller som deler kontor, sit i kontorfellesskap, skal tilbydast heimekontorløyning dersom dette praktisk let seg gjennomføre.
- Arbeidsgjevar vurderer i større grad om heimekontor er nødvendig i lys av den lokale smitterisikoen.



Ver ekstra påpasseleg når du deltek på kurs og møter

- Unngå unødvendige jobbreiser. Interne og eksterne møter kan haldast digitalt.
- Ved bruk av møteromma skal møteleiar sørge for minst ein meter avstand mellom deltakarane, samt ivareta reingjering av bord og andre flater før og etter møtet.
- Dersom mogeleg unngå å delta på kurs som krev fysisk oppmøte. Eventuelle unntak avklarast med leiar.

Ver rask med å varsle næraste leiar

- Har du eller nokon i nær familie fått påvist covid-19, skal leiaren din ha beskjed omgåande.
- Har du fått beskjed om å gå i karantene fordi du kan ha vore eksponert for koronasmitte? Gje umiddelbart beskjed til leiaren din. Du skal testast så snart som mogeleg, og så testast på nytt 6. dag.
- Helsepersonell som skal på reise, har ansvar for å orientere arbeidsgjevar både før dei reiser, og når dei skal på jobb igjen. Desse bør testast for Covid-19 og kan ikkje gå på arbeid før negativ test.

Reiser

- Reiser til utlandet vert fråråda, med unntak av reiser frå/til Sverige og Danmark. Strengt nødvendige reiser kan gjennomførast. Innanlandsreiser kan gjennomførast. Dei som ikkje er beskytta bør vere ekstra forsiktige og planlegge reisa slik at ein i størst mogeleg grad unngår smittespreining mellom stader. Dette er spesielt viktig for personar som reiser frå område med høgt smittepress. (Beskytta = fullvaksinerte, dei med 1 dose vaksine etter tre veker, dei som har hatt covid-19 siste 6 månader) Personar som ikkje er beskytta og som reiser til kommunar med mindre strenge tiltak bør følge oppmodingane som gjeld i kommunen der dei har opphelde seg i tida før reisa
- *Hugs at dei første 10 dagane etter ei reise har du høgare risiko for å vere smitta, sjølv om du føler deg frisk.*

Råd ved sommarbesøk

Nasjonale myndigheiter oppmodar om at du ikkje reiser på ferie dersom du er sjuk, i karantene eller ventar på prøvesvar.

Nasjonale tiltak der du bur, gjeld også dersom du reiser på sommarferie.

Besøkande frå område med høgt smittepress og strenge nasjonale retningslinjer, bør la vere å reise.



Følgjande oppmoding kjem til dei som får besøk/eller reiser på besøk.

Ver frisk

Pass på avstand, handhygiene, og kvarandre. I situasjonar der dette ikkje går, bruk munnbind.

Dersom personar som oppheld seg i område med høgt smittepress, reiser til Høyanger på ferie, vert dei oppmoda om å vere merksam på eigen aktivitet før dei reiser (unngå kollektivtrafikk, bruk munnbind, unngå sosiale samankomstar, ha omgang med så få personar som mogleg). Har ein luftvegsymptom, feber o,l bør ein teste seg der ein oppheld seg, og før eventuell heimreise. Nasjonale smittevernreglar skal alltid følgast.

Reis på ein trygg måte!

Når det kjem til sjølve reisa heim, reis på ein så trygg måte som mogeleg med å følgje smittevernråda, halde avstand, vaske hender(sprite seg) og å bruke munnbind, om det er vanskeleg å halde avstand.

Du kan booke tid for testing på heimesida til Høyanger kommune.

Eller tinge tid for testing ved å ringe legekantoret 57713900 før kl. 10:30, måndag – fredag
Testing utførast dagleg i vekedagar etter avtale frå kl. 11:00. Det er ikkje høve til å møte på døra for testing!

I helgane, kan ein få utført test ved å booke time for testing på legevakta SYSIKL i Førde.
Booking av time skjer elektronisk på Sunnfjord kommune si heimeside.