



Deres ref:                      Vår ref:                      Sakshandsamar:                      Arkivkode:                      Dato:  
Finn-Arild                      Finn-Arild                      Finn-Arild                      Finn-Arild                      27.03.2020  
Bystrøm                      Bystrøm                      Bystrøm

Godkjent av (x)	Ordfører	x	Rådmann	x	Kommunelege	x
-----------------	----------	---	---------	---	-------------	---

### **Følg med på nasjonal informasjon**

Alt skjer fort og vi klarer ikkje å halde alle oppdatert på alt til ein kvar tid. Alle vert oppmoda om å følgje med og oppdatera seg på utviklinga via:

- Helse Noreg, [www.helsenorge.no](http://www.helsenorge.no)
- Folkehelseinstituttet, [www.fhi.no](http://www.fhi.no)
- Sentrale mediehus i Noreg, for eksempel [NRK](http://www.nrk.no)

### **Innbyggjar i Seljord kommune?**

Reiser du utanfor Vest-Telemark, eller kommunane Notodden, Tinn, Hjartdal og Midt-Telemark, må du vere i heimekarantene når du kjem attende til Seljord.

*Nytt frå 26.03.2020:*

*Medisinske naudsynete besøk til helseverksemdar er ikkje omfatta av karantenereglane.*

Du kan fritt reise ut av kommunen når som helst. Reiser du ut av området i løpet av karanteneperioden startar ny karanteneperiode når du kjem att.

NB: Hugs å sjekke om kommunen du vil reise til har vedteke eigne restriksjonar.

### **Pendlar du ut av kommunen?**

Pendlar du til ein kommune utanfor desse områda, må du vere i heimekarantene når du er tilbake i Seljord. Dette gjeld uansett om du dagpendlar, vekependlar eller anna.

Du kan fritt reise ut av kommunen når som helst. Reiser du ut att i løpet av karanteneperioden startar ny karanteneperiode når du kjem att.

NB: Hugs å sjekke om kommunen du vil reise til har vedteke eigne restriksjonar.

### **Pendlar du til arbeid i Seljord?**

Du kan fritt reise på arbeid her om du bur i dei andre kommunane i Vest-Telemark, eller kommunane Notodden, Tinn, Hjartdal og Midt-Telemark, så lenge du ikkje har vore utanfor desse kommunane etter 13. mars.

Bur du utanfor desse kommunane, har du innreiseforbod til Seljord kommune, så lenge du ikkje har ein samfunnskritisk jobb. Oversikt over kva jobbar dette gjeld, finn du på [www.dsb.no](http://www.dsb.no).



## **SELJORD KOMMUNE**

Nytt frå 26.03.2020:

*Leiinga av lokal næringsverksemd i kommunen kan søkje kommunen om unntak frå innreiseforbodet for eigne tilsette når dette er nødvendig for normal drift i eiga verksemd.*

*Alle verksemder som søkjer om unntak må leggje fram ein smittevernplan for verksemda.*

*Søknadar sendast til: [post@seljord.kommune.no](mailto:post@seljord.kommune.no)*

### **Innreiseforbod til Seljord kommune:**

Bur du utanfor Vest-Telemark, eller kommunane Notodden, Tinn, Hjartdal og Midt-Telemark, har du innreiseforbod til Seljord kommune.

Om du har ein samfunnskritisk jobb her er du unntatte innreiseforbodet. Oversikt over kva jobbar dette gjeld ligg på [www.dsb.no](http://www.dsb.no)

Nytt frå 26.03.2020:

*Det er unntak for innreiseforbodet for besøk til alvorleg sjuke familiemedlemmar og deltaking i gravferd.*

*Leiinga av lokal næringsverksemd i kommunen kan søkje kommunen om unntak frå innreiseforbodet for eigne tilsette når dette er nødvendig for normal drift i eiga verksemd.*

*Alle verksemder som søkjer om unntak må leggje fram ein smittevernplan for verksemda*

*Søknadar sendast til: [post@seljord.kommune.no](mailto:post@seljord.kommune.no)*

### **Unntak frå karantene?**

Nytt frå 26.03.2020:

*Medisinske naudsynete besøk til helseverksemder er ikkje omfatta av karantenereglane.*

Det vert ikkje gjeve andre unntak.

### **Unntak frå innreiseforbod?**

Nytt frå 26.03.2020:

*Det er unntak for innreiseforbodet for besøk til alvorleg sjuke familiemedlemmar og deltaking i gravferd.*

*Leiinga av lokal næringsverksemd i kommunen kan søkje kommunen om unntak frå innreiseforbodet for eigne tilsette når dette er nødvendig for normal drift i eiga verksemd.*

*Alle verksemder som søkjer om unntak må leggje fram ein smittevernplan for verksemda.*

*Søknadar sendast til: [post@seljord.kommune.no](mailto:post@seljord.kommune.no)*

Det vert ikkje gjeve andre unntak enn det som står i punkta ovanfor.

### **Skal du på sjukehus/andre helseverksemder?**



Nytt frå 26.03.2020:

*Medisinske naudsynte besøk til helseverksemdar er ikkje omfatta av karantenereglane.  
Dette gjeld òg foreldre og andre som ledsagar pasientar til slike naudsynte besøk/avtalar.*

**Skal du i gravferd i Seljord?**

Det er unntak for innreiseforbodet for besøk til alvorleg sjuke familiemedlemmar og deltaking i gravferd.

**Har du alvorleg sjuke familiemedlemmar i Seljord?**

Nytt frå 26.03.2020:

*Det er unntak for innreiseforbodet for besøk til alvorleg sjuke familiemedlemmar og deltaking i gravferd.*

**Er du student og vil reise heim til familien?**

Du kan fritt reise inn til Seljord, men må halde deg i heimekarantene om du kjem frå eit område utanfor Vest-Telemark, Aust-Telemark og Midt-Telemark kommune.

**Reise gjennom Seljord kommune:**

Hovudvegane gjennom kommunen er opne for gjennomgangstrafikk.

**I heimekarantene eller heimeisolasjon?**

Følg dei nasjonale retningslinjene. Sjå [www.fhi.no](http://www.fhi.no)



# Vanar som førebyggjer **smitte**



## Papirlommetørkle

framfor munn og nase skjermar andre når du hostar eller nys. Kast lommetørkleet etterpå. Vask så hendene.

## Bruk olbogekroken

når du må hoste eller nyse og ikkje har papirlommetørkle for handa.



## Vask hendene

ofte og grundig, særleg når du har vore ute blant folk.

## Handdesinfeksjon

med middel som inneheld alkohol er eit godt alternativ når du ikkje får vaska hendene, til dømes på reise.

