



Deres ref:

Vår ref:

Sakshandsamar:  
Finn-Arild Bystrøm

Arkivkode:

Dato:  
03.04.2020

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

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

Alt skjer fort og vi klarar ikkje å halde alle oppdatert på alt til ein kvar tid. Alle vert oppmoda om å følge 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://nrk.no)

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

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

#### Nytt frå 03.04.2020:

*Nome kommune er teke inn blant kommunane som ein fritt kan reise til og frå.*

#### *Følgjande unntak gjeld:*

- *Medisinsk nødvendig besøk til helseverksemdar, både pasient og sjåfør.*
- *Besøk til alvorleg sjuke familiemedlemmar og deltaking i gravferd*
- *Barn med foreldre som bur på ulik adresse kan reise fritt mellom bustadane.*
- *Bruk av barnevernstenesta.*

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.

#### Nytt frå 03.04.2020:

*Nome kommune er teke inn blant kommunane som ein fritt kan reise til og frå.*

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, Midt-Telemark og Nome.

Bur du utanfor desse kommunane, har du innreiseforbod til Seljord kommune, så lenge du ikkje kjem under eit av unntaka.

### Unntak frå innreiseforbod gjeld for:

- tilsette med ein samfunnskritisk jobb (sjekk [www.dsb.no](http://www.dsb.no)).

### Nytt/ending av unntak frå 02.04.2020:

- Nome kommune er teke inn blant kommunane som ein fritt kan reise til og frå.  
- tilsette i barnevernstenesta (og bruk av barnevernstenesta) er unntatt

- Leiing av lokal næringsverksemd i kommunen kan melde frå til kommunen dersom dei treng unntak frå innreiseforbodet
- Leiing av næringsverksemdar som ligg utanfor kommunen kan søke kommunen dersom dei treng unntak frå innreiseforbodet
- Unntak for viktige tiltak for å halde i gang produksjon i verksemdar som vedlikehald og reperasjon.

Alle verksemdar som søker om unntak må leggje fram ein smittevernplan for verksemda. (sjå **fullstendig forskrift først**). 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, Midt-Telemark og Nome, har du innreiseforbod til Seljord kommune.

### Unntak?:

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

### Nytt frå 03.04.2020:

Nome kommune er teke inn blant kommunane som ein fritt kan reise til og frå.

### *Følgjande unntak gjeld:*

- Besøk til alvorleg sjuke familiemedlemmar og deltaking i gravferd
- Barn med foreldre som bur på ulik adresse kan reise fritt mellom bustadane.
- Tilsette i barnevernstenesta og bruk av barnevernstenesta.

- Leiing av lokal næringsverksemd i kommunen kan melde frå til kommunen dersom dei treng unntak frå innreiseforbodet
- Leiing av næringsverksemdar som ligg utanfor kommunen kan søke kommunen dersom dei treng unntak frå innreiseforbodet
- Unntak for viktige tiltak for å halde i gang produksjon i verksemdar som vedlikehald og reperasjon.

Alle verksemdar som søker om unntak må leggje fram ein smittevernplan for verksemda. (sjå **fullstendig forskrift først**). Søknadar sendast til: [post@seljord.kommune.no](mailto:post@seljord.kommune.no)



**Unntak frå karantene?**

Presisering frå 02.04.2020:

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

Presisering frå 02.04.2020:

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

**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?**

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

**Har du ein livsleidsagar folkeregistrert i ei anna kommune?**

Denne kan fritt reise inn til Seljord kommune, men må overhalde karantenebestemmelser.

**Unntak frå innreiseforbod?**

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

Presisering frå 02.04.2020:

- Barn med foreldre som bur på ulik adresse kan reise fritt mellom bustadene.
- Unntak for tilsette i barnevernstenesta og bruk av barnevernstenesta.

Endring frå 02.04.2020:

*Følgjande unntak gjeld:*

- Leiing av lokal næringsverksemd i kommunen kan melde frå til kommunen dersom dei treng unntak frå innreiseforbodet
- Leiing av næringsverksemdar som ligg utanfor kommunen kan søke kommunen dersom dei treng unntak frå innreiseforbodet
- Unntak for viktige tiltak for å halde i gang produksjon i verksemdar som vedlikehald og reperasjon.

*Alle verksemdar som søker om unntak må leggje fram ein smittevernplan for verksemda.*

*(sjå fullstendig forskrift først)*

*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 helseverksemdar?**

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

**Skal du i gravferd?**

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



**Har du alvorleg sjuke familiemedlemmar?**

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

**Har du born som har to heimar/skal ha samvær i fleire kommunar?**

Born med foreldre som bur på ulik adresse kan reise fritt mellom bustadane.

**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, Midt-Telemark og Nome kommune.

**Reise gjennom Seljord kommune:**

Hovudvegane gjennom kommunen er opne for gjennomgangstrafikk.

Presisering frå 02.04.2020:

*Gjennomreise utan opphald i kommunen: Ein kan gjere opphald for grunnleggjande behov som inntak av mat, bruk av toalett eller fylling av drivstoff/lading av el-bil*

**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.

