



**Til nytilsatt, student, lærling, i praksis eller vikar  
innen Helse og velferd eller Oppvekst og utdanning med brukerkontakt**

Vi ønsker å begrense smitterisiko og ivareta både deg, kolleger, pasienter og pårørende under COVID-19 pandemien. Derfor ønsker vi at du fyller ut skjemaet og sender det til din leder senest 2 dager før oppstart.

**Du skal** gjennomføre e-læringskurs som du har fått tildelt før du starter arbeidet hos oss.

Navn	
Fødselsnummer	

**FØR du begynner hos oss gjennomfør følgende e-læringskurs:**

Opplæringsplan i smittevern ved Koronapandemi. (Du blir tildelt denne opplæringsplanen i HR- portalen av din leder)	Gjennomført <input type="checkbox"/>
--	--------------------------------------

	Ja	Nei	<p><b>I løpet av din tid hos oss må du huske på følgende:</b></p> <p>Hvis du får noen av de symptomer som er listet under screeningpunkt e:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ skal du IKKE stille på planlagt vakt</li> <li>→ SKAL du ta kontakt med den som er din nærmeste leder eller kontaktperson.</li> <li>→ Skal du melde deg for prøvetaking via <a href="#">kommunens hjemmeside</a>.</li> </ul> <p>Hvis det skulle oppstå symptomer som nevnt under punkt e samme ettermiddag/påfølgende 48 timer etter endt tjeneste hos oss, må du testes for covid-19. Dersom prøvesvaret er positivt på covid-19 MÅ du melde tilbake til din nærmeste leder så snart som mulig.</p> <p>Du skal holde deg oppdatert på til enhver tid <a href="#">gjeldende retningslinjer for helsepersonell</a></p> <p><b>Signer her for lest informasjonen</b></p> <p>Dato.....</p> <p>Sign.....</p> <p>Enhet.....</p>
Har du deltidsjobb/ekstravakt i annen helseinstitusjon? Hvis JA les: <a href="#">Helsepersonell med flere arbeidsgivere: Se retningslinje</a>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<p><b>SCREENING: Påvist eller mistanke om covid-19?</b> <a href="#">Link til informasjon fra FHI</a></p>			
a. Har du gjennomgått covid-19 infeksjon?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Hvis JA, hvor lenge er det siden det var påvist? Antall dager:			
b. Har du vært i utlandet eller områder av Norge med høy smitteforekomst (f.eks. Oslo, Viken, Bergen) siste 10 dager? Hvis ja, se side 2.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<p><b>Hvis du krysser ja på ett av punktene c.-e. skal du varsle arbeidsgiver og ikke møte til jobb eller praksis.</b></p>			
c. Har du fått påvist koronavirus-smitte (covid-19) eller venter du på prøvesvar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
d. Har du vært i nærkontakt med person med koronavirus-smitte (covid-19) siste 10 dager?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
e. Har du hatt ett eller flere av symptomene nedenfor nyoppstått siste 2 uker?			
➤ Feber	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
➤ Hoste	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
➤ Tung pust	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
➤ Hodepine med samtidig sykdomsfølelse eller slapphet*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
➤ Nedsatt lukte- og/eller smakssans*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
➤ Muskelverk*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
➤ Sår hals*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
➤ Rennende/tett nese eller nysing (forkjølelssymptomer)*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
➤ Smerter i øvre del av magen, kvalme, oppkast eller diare*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<p>*Slike symptomer som er av kort varighet (&lt; 1 døgn) og mer enn tre dager tilbake i tid vektlegges ikke. Det samme gjelder forverring av kroniske symptomer.</p>			

## **Forholdsregler for deg som er helsepersonell og har ankommet Trondheim fra utland eller områder av Norge med høy smitteforekomst (f.eks. Oslo, Viken, Bergen) innen 10 dager av arbeidsstart**

Dersom du har krysset "ja" i punkt b. på side 1 skal du kontakte nærmeste leder på enheten du skal jobbe på. Følgende gjelder:

- Innreise fra land **utenfor** EØS/Schengen ELLER land/område i EØS/Schengen som *ikke* kan gis karantenefritak: du må være i karantene 10 dager fra innreise før arbeid kan starte.
- Innreise fra "gult" land i EØS/Schengen ELLER "rødt" land/område i EØS/Schengen som *kan* gis karantenefritak ELLER område av Norge med høy forekomst av smitte:
  - Du skal ta prøve for covid-19 ved ankomst, deretter hver 3 dag i 10 dager.
    - Du må ha negativt svar på første prøve før du kan starte jobb
    - Du skal bruke munnbind ved nærkontakt (<2 meter) med pasienter og kolleger inntil det har gått 10 dager fra ankomst
  - Du skal være særlig oppmerksom på egen helsetilstand og etterleve følgende forholdsregler:
    - Du skal straks forlate jobb dersom du utvikler symptomer på luftveisinfeksjon eller tester positivt for SARS-CoV-2
    - Du skal holde avstand til medarbeidere og eventuelle besøkende
    - Du skal være ekstra påpasselige med hoste- og håndhygiene
  - Dersom du gis karantenefritak gjelder dette kun for reisen mellom bolig og arbeidssted samt i arbeidstiden. På fritid gjelder fortsatt 10 dager karantene fra innreisetidspunkt.
- Se oppdatert liste på [FHIs nettsider for liste over land med karanteneplikt.](#)
- Se liste over [røde land som ikke kan gis karantenefritak](#) (se vedlegg B lengst ned på siden)