

COVID-19 – RÅD OM SMITTEVERN

SiA forholder seg til de enhver tid gjeldende råd om smittevern fra myndighetene.

Litt, mye eller helt avstand?

Ved å holde avstand bremser vi korona (covid-19)

Til deg som er nærkontakt eller har vært på reise og skal i

KARANTENE

- Ikke gå på skole eller jobb.
- Ikke ta offentlig transport.
- Unngå besøk.
- Du kan gå tur, men med godt over 1 meters avstand til andre.
- Du kan gjøre helt nødvendige ærender i matbutikk eller apotek.
- Dere som bor sammen kan omgås normalt.
- De du bor med er ikke i karantene.
- Hvis du får symptomer på luftveisinfeksjon, skal du isolere deg og testes.
- Ved positiv test skal du over i hjemmeholering.

Råd til alle i befolkningen

- Husk god hånd- og hostehygiene.
- Du og dine nærmeste kan omgås normalt.
- Hold økt avstand til andre enn dine nærmeste, minst 1 meter.
- Dersom du får symptomer på luftveisinfeksjon må du holde deg hjemme.
- Har du symptomer på covid-19 bør du testes.

Til deg som har påvist eller sannsynlig covid-19 og er satt i

HJEMMEISOLERING

- Hold deg hjemme.
- Hold helt avstand til andre du bor sammen med.
- Hvis mulig, bruk eget rom og bad.
- Vask overflater hyppig.
- Få hjelp til å handle.
- Avtal med legen din hvordan du skal følge med på helsestanden din.
- De du bor sammen med skal være i karantene.



RÅD TIL DERE SOM DELER FELLESAREALER SOM KJØKKEN OG/ELLER BAD

- 1 God håndhygiene med hyppig håndvask med såpe og vann anbefales. Alltid etter toalettbesøk og før matlaging i tillegg til når du ankommer og forlater boligen.
- 2 Hold minst en meter avstand til andre beboere.
- 3 Alle har ansvar for å holde bad og felleskjøkken rent, samt rengjøre overflater etter hver gang det brukes. Bruk ren klut med vann og såpe.
- 4 Er du i karantene eller isolasjon MÅ du gi beskjed til de du deler kjøkken/bad med og til SiA Bolig.

Informasjon om karantene og isolasjon i de ulike boligtypene

STUDENTBOLIGER MED EGET BAD OG KJØKKEN

Er du i karantene kan du

- Gå tur med god avstand til andre
- Gjøre helt nødvendige ærender som butikk/apotek

Ved isolasjon må beboer

- Holde seg i boligen
- Få hjelp til å handle mat
- Vaske klær på eget bad i boligen

STUDENTBOLIGER MED EGET BAD OG FELLESKJØKKEN

Det er svært viktig at alle beboere holder avstand, og vasker felleskjøkken umiddelbart etter bruk.

Ved **karantene** kan beboer:

- Gå tur med god avstand til andre
- Gjøre helt nødvendige ærender butikk/apotek
- Bruke felleskjøkken

Øvrige beboere med samme felleskjøkken er ikke i karantene.

Ved **isolasjon** må beboer:

- Holde seg på hybelen
- Ikke bruke felleskjøkken
- Vaske klær på eget bad i hybel
- Få hjelp til å handle mat

Øvrige beboere med samme felleskjøkken er automatisk i karantene – se punktene for hjemmekarantene.

STUDENTBOLIGER SOM DELER BAD OG FELLESKJØKKEN

Det er svært viktig at alle beboere holder avstand, og vasker fellesbad og felleskjøkken umiddelbart etter bruk.

Ved **karantene** kan beboer:

- Gå tur med god avstand fra andre
- Gjøre nødvendige ærend butikk/apotek
- Bruke felleskjøkken
- Bruke fellesbad/toalett

Øvrige beboere med samme felleskjøkken og fellesbad/toalett er i disse tilfeller ikke i karantene.

Ved **isolasjon** må beboer:

- Holde seg på hybel
- Ikke bruke felleskjøkken
- Der det er mulig tildeles eget bad som ikke benyttes av andre
- Skaffe seg hjelp til å handle mat

Øvrige beboere med samme fellesbad og felleskjøkken er automatisk i karantene.

HAR DU SPØRSMÅL OM SYMPTOMER, KARANTENE ELLER ISOLASJON – KONTAKT KOMMUNENS KORONA-TELEFON VED DITT STUDIESTED.

Dersom du mistenker at du kan være smittet av covid-19, skal du teste deg. Les mer på www.fhi.no

TRE TING DU KAN GJØRE FOR Å BIDRA TIL TRYGGHET OG ÅPNE CAMPUS

1. Ikke delta på private fester med mer enn 20 personer eller hvor det er dårlig oversikt over hvem som er til stede til ulike tider. Prøv selv å holde oversikt over hvem du er sammen med.
2. Følg de vanlige smittevernreglene – hold avstand, vask hender ofte og bli hjemme om du følger deg syk.
3. Unngå kollektivtransport om det er mulig. Gå eller sykle til campus.