

## COVID- INFORMATION

I syfte att ytterligare bromsa smittspridningen inför Region Värmland nu förhållningsregler för ungdomar i gymnasieålder och vuxna som bor tillsammans med någon med bekräftad covid-19. Dessa regler gäller:

1. Person med bekräftad covid-19-infektion eller misstänkt covid-19-infektion (till exempel provtagen men ännu inte fått provsvar)

**Den som har covid-19 kommer bli uppringd av en smittspårare. Man är skyldig att medverka i smittspårning och att följa de förhållningsregler som gäller:**

- Ska inte träffa andra människor förutom dem i det egna hushållet
- Ska stanna hemma från arbete och skola
- Får inte delta i fritidsaktiviteter som innebär kontakt med andra
- Får inte besöka affärer, apotek mm
- Får inte lämna barn på skola och förskola
- Får inte resa med allmänna kommunikationsmedel
- Får vistas utomhus så länge man håller avstånd till andra personer
- Måste berätta att man har covid-19 vid kontakt med vård och omsorg inklusive hemtjänst.

Förhållningsreglerna gäller till smittfrihet, i normalfallet minst sju (7) dagar sedan symtomdebut samt minst två dygns feberfrihet och allmän förbättring. Andra regler gäller för sjukhusvårdade personer samt personer i särskilt boende för äldre/korttidsvård.

### **2. Hushållskontakt – förhållningsregler enligt smittskyddslagen gäller från 26/10**

En person som bor tillsammans med någon som har covid-19 i smittsam fas. En hushållskontakt kontaktas alltid av en smittspårare och får personlig information och förhållningsregler. Förhållningsreglerna gäller i sju (7) dagar från den smittade personens provtagningsdatum.

**Detta gäller för vuxna och ungdomar i gymnasieålder utan symtom som är hushållskontakter utan symtom:**

- Ska inte träffa andra människor än de i det egna hushållet
- Ska stanna hemma från arbete och skola (gäller ungdomar i gymnasiet och äldre)
- Får göra nödvändiga inköp i affärer
- Får lämna barn på skola och förskola om det är nödvändigt. Överlämning ska ske utomhus
- Får åka med allmänna kommunikationsmedel om inget annat alternativ finns
- Får inte delta i fritidsaktiviteter som innebär kontakt med andra
- Får vistas utomhus om man håller avstånd till andra människor
- Ska vara extra observant på symtom och ta prov för covid-19 vid symtom, även lindriga
- Vid symtom – ta prov. Isolera dig i väntan på provsvar.