



## Leiðbeiningar fyrir starfsfólk

Aðgerðir stjórnvalda vegna COVID-19 hér á landi hafa óhjákvæmilega áhrif á starfsstaði sveitarfélaga. Okkar markmið er að vernda starfsfólk eins og kostur er og tryggja eftir megni að ekki verði rof í starfsemi sveitarfélaga.

Hér eru almennar leiðbeiningar til starfsmanna vegna COVID-19, en við bendum jafnframt á vefsíðu embættis landlæknis og almannavarna, [www.covid.is](http://www.covid.is) og **fræðslumyndband um COVID-19 frá Vinnuvernd**.

## COVID-19

### Hver eru einkenni COVID-19?

Einkenni líkjast helst influensúsýkingu, hósti, hiti, bein- og vöðvaverkir, þreyta o.s.frv. COVID-19 getur einnig valdið alvarlegum veikindum með neðri öndunarferasýkingum og lungnabólgu, sem koma oft fram sem öndunarerfiðleikar á 4.–8. degi veikinda.

### Hvað getur þú gert til að minnka líkur á smiti?

Það sem skiptir öllu máli er að gæta hreinlætis og er handþvottur lykilatriði.

Í því felst að hreinsa hendur með sápu og vatni og/eða handspritti.

Mælt er með að þvo hendur með sápu ekki styttra en 20 sekúndur.

Hósta og hnerra í krepptan olnboga eða pappír.

Forðast náið samneyti við fólk sem er með hita, kvef eða flensueinkenni.

Varast snertifleti á fjölförnum stöðum svo sem handrið, lyftuhnappa, snertiskjái, greiðsluposa og hurðarhúna.

Heilsa frekar með brosi en með handabandi eða faðmlagi.



### **Hvernig átt þú að bregðast við ef grunur um smit vaknar?**

Haltu þig heima og hafðu samband í síma 1700, heilsugæsluna þína eða í gegnum netspjall á heilsuver. Það er mjög mikilvægt að þú farir ekki í eigin persónu á læknavakt eða heilsugæslu. Heilsugæslan leggur áherslu á sýnatöku hjá einstaklingum í áhættuhópum. Aðrir sem eru með einkenni en ekki alvarlega veikir eiga að viðhafa góða smitgát og vera heima þar til þeir eru einkennalausir.

### **Hvað átt þú að gera ef þú verður veik/ur?**

Ef þú hefur verið í tengslum við COVID-19 smitaðan einstakling og/eða einkenni þín samsvara einkennum COVID-19 þá þarft þú að hafa samband við þína heilsugæslu eða í símanúmerið 1700 og fá ráðleggingar um næstu skref.

**Hvað átt þú að gera ef þú færð hefðbundna flensu?** Um venjulega flensu gildir það sama. Starfsmaður sem er með flensulík einkenni en hefur ekki grun um að vera með Covid-19 eða hefur ekki umgengist COVID-19 smitaðan einstakling á að halda sig heima á meðan flensa gengur yfir. Eins og fyrr segir, ef grunur leikur á að um COVID-19 smit sé að ræða þarft þú að hafa samband við heilsugæslu eða í síma 1700 og fá frekari leiðbeiningar.

## SÓTTKVÍ

### **Þarft þú að skila inn staðfestingu á að þú hafir verið sett/ur í sóttkví?**

Starfsmaður sem er í sóttkví þarf að skila inn staðfestingu frá smitakningateymi almannavarna. Samkvæmt ákvörðun heilbrigðistýfirvalda geta einstaklingar nú sjálfir skráð upplýsingar um sóttkví inn á heilsuvera.is og fengið vottorð um sóttkví. Notandi þarf að hafa rafræn skilríki.



Þeir sem ekki hafa rafræn skilríki eiga að hafa samband við heilsugæslustöðina sína sem kemur upplýsingum um sóttkví til viðkomandi sóttvarnarlæknis. Þar er hægt að óska eftir staðfestingu á sóttkví með því að senda tölvupóst á netfangið [mottaka@landlaeknir.is](mailto:mottaka@landlaeknir.is) og skrá í efnislínu: **Staðfesting á sóttkví.**

### **Ef þú ert í sóttkví er þá hægt að gera kröfu um að þú vinnir heiman frá þér?**

Hægt er að krefjast vinnuframlags af starfsfólki í sóttkví séu verkefni þess eðlis og í tengslum við starf viðkomandi starfsmanns.

### **Hver eru réttindi foreldra til að vera heima ef barn er sett í sóttkví?**

Yfirmaður veitir upplýsingar um launagreiðslur til starfsfólks, sem þarf að vera heima ef barn er í sóttkví. Ef barn starfsmanns undir 13 ára er sett í sóttkví þá er starfsmaður skráður í sóttkví og staðfesting á sóttkví barns nægir til staðfestingar. Einnig skal koma til móts við orlofsbeiðni/launalaus leyfi starfsmanna eins og kostur er.

### **Hvað ef starfsmenn eiga aldraða foreldra eða aðstandendur sem huga þarf að heima?**

Því miður á starfsfólk ekki réttindi hvað varðar umönnun foreldra eða annarra aðstandenda en barna. Ef aðstæður sem þessar koma upp þarft þú að ræða við þinn yfirmann varðandi mögulega fjarveru þína.

Nauðsynleg fjarvist vegna umönnunar getur heimilað orlof eða launalaus fjarvist frá vinnu.

## **ÁHÆTTUHÓPAR**

### **Starfsfólk í áhættuhópi**

Í þeim tilvikum þar sem starfsfólk með áhættuþætti fyrir alvarlegri sýkingu eða á maka eða börn með áhættuþætti skv. leiðbeiningum



embættis landlæknis óskar eftir að mæta ekki á starfsstað og/eða vinna heiman frá sér er metið hverju sinni. Mat er gert með hliðsjón af eðli starfa og aðstæðum á starfsstað.

### **Hver er réttur minn ef ég treysti mér ekki í vinnu út af kvíða vegna COVID-19?**

Starfsfólk sem ákveður sjálft að fara í sóttkví gerir það á eigin áhættu og kostnað. Ef þú ert í þessum hugleiðingum hafðu þá samband við þinn yfirmann bæði til að ræða líðan þína en einnig til að tryggja að fjarvist verði tekin af þessum ástæðum sem orlof eða launalaust leyfi.

## **SKERT EÐA BREYTT STARFSEMI EÐA LOKUN STARFSSTAÐAR**

### **Ef starfsemi starfsstaða breytist eða lokar vegna samkomubanns á ég þá að mæta til vinnu?**

Starfsfólk mætir til vinnu og sinnir þeim verkefnum sem að mati stjórnenda er hægt að sinna þrátt fyrir takmarkaða starfsemi, breytta opnun eða lokun.

### **Held ég launum ef starfsemi er skert á mínum vinnustað?**

Launagreiðslur í skertri starfsemi eru fastar greiðslur fyrir reglulegan vinnutíma. Nánari upplýsingar veitir yfirmaður

## **Samkomubann**

Starfsstaðir takmarka fjölda á vinnustað skv. takmörkunum í samkomubanni og tveggja metra fjarlægð milli einstaklinga og er það útfært á hverjum starfsstað fyrir sig.

Önnur tilhögun gildir um skólastarfsemi og er útfært á hverjum starfsstað fyrir sig.



Í mötuneytum er starfsemi aðlöguð að skilmálum samkomubannsins, og er það tilkynnt á hverjum stað fyrir sig.

## Hreinlæti og þrif

Mikilvægasta sýkingarvörnin er handþvottur með sápu

- Þrif á stofnunum hafa verið augin, m.a. með sótthreinsun á helstu snertiflötum almennra rýma. Handspritt hefur verið sett á fleiri staði en áður.
- Þrif á leik- og grunnskólum eru unnin skv. nýjum leiðbeiningum landlæknis.
- Leiðbeiningar um sóttvarnir hafa verið settar upp í mötuneytum.

**Takk fyrir. Við erum öll almannavarnir**