

Retningslinjer for pasienter ved Skogli

Gjelder fra og med 3. november 2020

Før ankomst Skogli:

1. De siste to ukene skal du ikke ha vært mindre enn 2 meters avstand i mer enn 15 minutter sammenhengende, uavhengig av posisjon, med en person som er bekreftet syk med covid-19.
2. Du skal heller ikke hatt feber eller luftveissymptomer den siste 7 dager.
3. Har du vært i **områder/land som krever karantenetid, skal den gjennomføres før ankomst Skogli.**
4. **Vi oppfordrer alle, men spesielt dere som kommer fra «røde kommuner», til å gjennomføre en fem dagers «selvpåført karantene» hvor dere avstår fra sosial kontakt og aktiviteter med stor smitterisiko, før ankomst Skogli. Vi viser her til FHI og Regjeringens siste nasjonale regler.**

Under oppholdet på Skogli:

- Følge generelle hygienebefalinger fra FHI:
 - Minst 5 grundige håndvask med såpe daglig. Antibac hvis vann og såpe ikke er tilgjengelig.
 - Hold hendene unna munn/ansikt.
 - Bruk papirlommetørkle, kast etter bruk.
 - Ingen håndhilser og vi klemmer ikke. Hils uten kroppskontakt.
 - Reduser kontakt med alle fellesflater (dørhåndtak, bordplater etc).
- Når du er i fellesområder, hold minst 1 m. avstand til de andre personer i området.
- Ved gruppeaktiviteter innendørs, hold 1 m. avstand til andre personer.
- Unngå kø og trengsel i spisesalen, hold 1 m. avstand.
- Gjennomfør grundig håndvask før og etter alle aktiviteter, inkludert egentrening i trenings salen.
- Vask/sprit av treningsapparatene etter bruk.
- **Du får ikke ta i mot besøk inne på Skogli. Besøk må evt. gjøres utendørs, med minst 1 m. avstand. Dette medfører naturlig nok, at ingen får ha overnattingsgjester. Det gjøres ny vurdering i denne saken 11. november.**
- Vi tillater permisjon i helgene, **men oppfordrer til å bekrense det så mye som mulig. Permisjonen gis under forutsetning av at du oppholder deg i «egen husstand», og ellers følger de generelle/nasjonale råd fra FHI, samt evt. lokale råd fra aktuell kommune.**
- Det er lov å gå turer utendørs, og du kan ta turer til steder hvor det praktisk lar seg gjennomføre å holde 1 m. avstand til andre personer. **Vi oppfordrer sterkt til ikke å oppsøke kjøpesentra, restauranter o.l.**
- Dersom du utvikler feber eller luftveissymptomer, eller andre symptomer hvor vi mistenker at du er smittet, vil du bli satt i karantene på rommet ditt på Skogli til prøvesvar foreligger (1-2 dager).
- Får du etter ankomst eller permisjon, informasjon om at du har oppholdt deg sammen med noen som har blitt påvist med covid-19, vil vi du skal gå umiddelbart på rommet ditt, kontakte sykepleierne, og så vil vi vurdere testing og/eller evt. andre tiltak.



Alf Magne Foss
Direktør v/Skogli Helse- og Rehabiliteringssenter AS