



NARVIK
KOMMUNE

Informasjon til deg som ankommer Norge

Testing

- Dersom du får symptomer som feber, hoste, tungpustethet, tap av smak- eller luktesans, sår hals, eller sykdomsfølelse skal du ringe legevakt på 116 117 for testing.

Hvis du har bekreftet smitte med covid-19

- Dersom du får bekreftet smitte med covid-19 skal du i isolasjon og blir fulgt opp av lokal helsetjeneste.
- Du isoleres i hjemmet, i helseinstitusjon eller et annet sted kommunen bestemmer.
- Ta kontakt med lege dersom sykdommen forverres.

Generelle smitteverntiltak

- Hold avstand, minst 1 meter
- Vask hender ofte og grundig
- Hold deg isolert hvis du er syk

Karanteneplikt

- Kommer du fra land eller områder som har for høy smittespredning skal du i karantene i 10 døgn fra den dagen du kommer til Norge.
- Det gjelder disse landene/områdene:
www.fhi.no/smittevernreise
- Når du skal i karantene er det lov å reise rett til oppholdssted med planlagt transportmiddel. Unngå nær kontakt med andre til du er hjemme.
- Karantenen skal gjennomføres sammenhengende på ett sted de 10 første dagene du oppholder deg i Norge.

Se mer informasjon:

www.helsenorge.no/koronavirus

Information to travellers arriving Norway

Testing

- If you get symptoms such as fever, cough, shortness of breath, loss of taste or smell, sore throat or feeling sick you must call the local medical service at 116 117 to get tested.

If you have tested positive for COVID-19

- If you are sick with COVID-19 or think you might have COVID-19, isolate yourself from other people. You will be followed up by the Norwegian health care service.
- You can self-isolate at home, in a health institution or elsewhere the municipality decides.
- Contact your doctor if the disease worsens.

Infection prevention measures

- Keep at least one meter distance to other people
- Wash your hands frequently and thoroughly
- Stay isolated if you feel sick

Quarantine on arrival in Norway

- If you're arriving from a country or an area without sufficiently low transmission, you must go into quarantine for 10 days from the day you arrive in Norway.
- This applies to the countries listed here:
www.fhi.no/en/infectioncontroltravel
- When going into quarantine, you can travel straight to your planned accommodation by using planned transportation. Avoid close contact with others until you are at your accommodation.
- The quarantine must be carried out continuously in one place during the first 10 days of your stay in Norway.

For more information, <https://helsenorge.no/coronavirus>

Informasjon til deg som jobber med reisende

Har du symptomer på covid-19?

- Ikke gå på jobb, hold deg hjemme.
- Kontakt din fastlege eller legevakt for testing.
- Symptomene er feber, hoste, tungpustethet, tap av smak- eller luktesans, sår hals, eller sykdomsfølelse.

Møter du noen som har symptomer på covid-19?

- Hold god avstand til vedkommende.
- Informer personen med symptomer at vedkommende skal kontakte legevakt på telefon 116 117
- Hjelp vedkommende med å kontakte lege, dersom det er nødvendig.

Får du spørsmål om koronasituasjonen?

- Oppdatert informasjon til befolkningen:
www.helsenorge.no/koronavirus.
- Trenger du svar på engelsk? Se
www.helsenorge.no/coronavirus.

- Finner dere ikke svar kan du be vedkommende om å ringe informasjonstelefonen på + 47 815 55 015. De snakker også engelsk.