

## INFORMASJON OM NASJONALE TILTAK, GJELDENDE FRA 27. SEPTEMBER 2021

Regjeringen har besluttet at det fra og med mandag 27. september, skal innføres nedjustert TISK (Testing – Isolasjon – Smittesporing – Karantene), i alle landets kommuner.

Dette betyr for hver enkelt av oss, at vi fortsatt skal testes ved symptomer, men at det blir lettelser i forhold til hvem som må være i karantene og hvem som må smittesporeres.

### For alle, både private og bedrifter, gjelder følgende:

1. Pålagt smittekarantene vil kun gjelde uvaksinerte husstandsmedlemmer og tilsvarende nære personer som f.eks. kjæreste eller annen kontakt man har hatt nærkontakt med. Er man usikker, vil smittesporingsgruppen i kommunen avgjøre dette. Den smittede oppfordres til å varsle øvrige nærkontakter og oppfordre de til testing.
2. Nærkontakter som ikke omfattes av unntaket fra smittekarantene, har fremdeles plikt til karantene. Man kan imidlertid teste seg ut av karantenen, under forutsetning av at de ikke utsettes for videre smitteeksponering. I Hol kommune avtales slik testing med legesenteret. I påvente av prøvesvar, kan daglige gjøremål utføres.

Personer som IKKE defineres som tilsvarende nære er:

- elever i samme klasse
- spillere på samme fotballag eller annen lagidrett
- personer utenfor familien som man har spist middag eller lunsj sammen med

Unntak fra smittekarantene ved testing av barn under 18 år oppheves, siden karanteneplikten ikke lenger omfatter øvrige nærkontakter.

3. Øvrige nærkontakter vil ikke lenger bli pålagt karantene, men oppfordres likevel til å la seg teste ved bekreftet nærkontakt.

Test med NAT/PCR-test kan avtales med Geilo legesenter (timebestilling)

Testing må skje umiddelbart etter beskjed om at man er nærkontakt med en smittet person. Da er det svært viktig at man begrenser sosial omgang inntil negativt svar foreligger. Det betyr f.eks. at man må holde seg hjemme fra jobb og skole.

Det er også viktig at man er obs på evt. symptomer i 10 dager etter smitteeksponering. Husk at terskelen for ny testing ved symptomer må være lav.

4. Testing for koronasertifikat tilbys kun til innbyggere i Hol kommune. Tilreisende henvises til sin egen fastlege i hjemkommunen.
5. Krav til isolasjon ved smitte vil være uendret. Det er mulig å gjennomføre isolasjon i fritidsbolig, dersom det er medisinsk forsvarlig, herunder ingen alvorlige symptomer eller underliggende alvorlig sykdom. Ved tvil, konferer med egen fastlege.

Nedjustert TISK videreføres i en overgangsperiode på ca. 4 uker fra og med mandag 27. september.

#### VIKTIG:

**Hold avstand, hold deg hjemme når du er syk, hold hendene rene, og test deg ved symptomer. Dette gjelder også fullvaksinerte!**

For øvrig viser vi til de nye nasjonale reglene og anbefalingene som ble presentert av regjeringen 24. september, i forbindelse med gjenåpningen.