

# Dette skal vi klara saman!

Informasjon frå Øygarden kommune knytt til koronaviruset



Foto: Monica Hovland



## Pandemilegevakt

I Sotra Arena på Straume er det etablert pandemilegevakt. Denne legevakta tek seg av pasientar som har akutt luftvegssjukdom og som skal testast for koronasmitte.



## Idrettsanlegg og leikeplassar

Det er mogleg å nytta utandørs idrettsanlegg og leikeplassar. Sjå oppslag ved anlegga.

## Kystpasset

Kystpasset ligg på alle butikkar og bensinstasjonar i regionen. Prøv ut alle dei 30 turstiane. [På heimesida til kommunen](#) finn du meir informasjon.



Foto: Sotra Øygarden Turleg

## Økonomisk sosialhjelp

Du kan søkja sosialhjelp digitalt på [nav.no](http://nav.no). Det er også mogleg å ettersenda dokumentasjon digitalt. Du kan framleis levara papirsøknadsskjema i postkassar i Skogsskiftet, Rong og Straume.

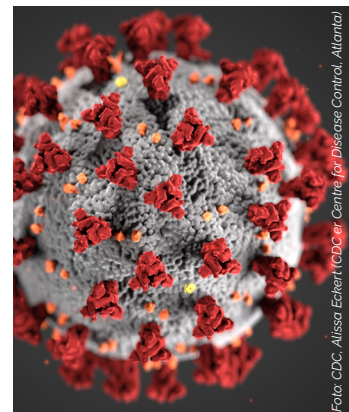


Foto: CDC, Alissa Eckert (CDC er Centre for Disease Control, Atlanta)

# Dette skal vi klara saman!

Øygarden kommune ønskjer at du som innbyggjar får gode tenester. Det gjeld også i den situasjonen vi no er inne i med det svært smittsame koronaviruset. Denne brosjyren vert sendt ut til husstandane i kommunen.

Basert på informasjon frå utbrot i andre delar av verda, er følgjande grupper overrepresenterte blant pasientar med alvorleg koronasjukdom:

- Personar over 65 år
- Vaksne personar med kroniske sjukdomar som hjarte-karsykdom (inkludert høgt blodtrykk), diabetes, kronisk lungesjukdom og kreft

## Reglar for isolasjon og karantene

### Luftvegsinfeksjon

Dersom du har luftvegssymptom, skal du halda deg heime (feber, hoste, tungpust) i minst eitt døger etter at du er symptomfri. Ved behov for legehjelp, ring legevakta på telefon **116 117**.

**Ikkje møt opp** på legevakta utan avtale.

### Isolasjon

Dei personane som har fått påvist koronasmitta, skal i isolasjon.

Dette innebér:

- Du skal ikkje gå ut av heimen den tida du er i heimeisolasjon.
- Dei andre i husstanden skal vera i karantene (sjå nedanfor).
- Hald avstand til dei andre i husstanden og om mogleg, bruk eige rom og bad.

### Karantene

Dette gjeld dei som er sett i karantene på grunn av reise eller etter nærkontakt med koronasmitta. Det gjeld også dei som er nærkontakt med personar som ventar på prøvesvar.

- Ikkje gå på skule eller jobb.
- Ikkje ta imot eller gå i besøk.
- Ikkje ta offentleg transport.
- Dersom du må gå ut, hald god avstand til andre.



Ordførar Tom Georg Indrevik og kommunedirektør Rune Lid. Foto: Monica Hovland

## Kjære innbyggjar!

**Landet vårt er i ein svært krevjande situasjon. Også Øygarden kommune er ramma av konsekvensane av koronaepidemien.**

**Vi ønskjer at du som innbyggjar skal kjenna deg trygg på at alle tiltaka vert gjennomførte for å hindra smittespreiing.**

**Det primære for oss er å verna dei mest sårbare gruppene.**

Det gler oss at innbyggjarane ser på tiltaka som ein nasjonal dugnad som er heilt nødvendig for at vi skal koma oss gjennom denne krevjande situasjonen. Det er mange som treng oss. Naboen vår er kanskje heilt avhengig av hjelp til handling av varer og medisinar. Og det er mange som er åleine og som vil setja stor pris på om vi ringjer dei opp og tek ein god prat på telefonen.

Det kan henda at du er mellom dei som ikkje veit om

du har arbeid å gå til i tida som kjem. Saman med sentrale tiltak, arbeider vi med ein lokal tiltakspakke retta mot næringslivet med mål om at så mange som mogleg skal ha ein jobb å gå til, også når koronakrisen er over.

Vi vågar å vera nøkternt optimistiske midt i den situasjonen vi står i. Dette skal vi klara saman!

*Tom Georg Indrevik, ordførar  
Rune Lid, kommunedirektør*



Her er nokre råd til oss alle...

## Kortnytt

### Pandemilegevakt - Sotra Arena

Alle som har luftvegssymptom, skal kontakta Sotra legevakt på telefon 116 117 for å få avtalt tidspunkt for oppmøte. **Ingen** må oppsøka denne legevakta direkte.

### Avdeling for koronasjuka

Øygarden kommune har så langt oppretta inntil 11 sengeplassar på Øygarden lokalmedisinske senter på Straume for koronasjuka. Dette avlastar sjukehuset for dei pasientane som ikkje treng å vera på sjukehus, men som er for dårlege til å få hjelp heime.

### Besøk på institusjonar og bufellesskap

Sjukeheimane er stengde for besøk. Det er utarbeidd eigne reglar for bufellesskap og omsorgsbustader. Ring alltid før besøk for å få informasjon om gjeldande reglar.

### Andre tenester

Sjølvs om dette er ei krevjande tid, ønskjer kommunen så langt det let seg gjera å oppretthalda dei kommunale tenestene. Innbyggjarservice på Straume, Skogskiftet og Rong har vore stengde ein periode. Følg med på nettsida kva tid dei opnar igjen.

## Råd for deg i risikogrupper

- Sørg for at du har nødvendige medisinar tilgjengelege.
- Ver heime når det er mogleg.
- Unngå samvær med personar med symptom på luftvegssjukdom.
- Unngå bruk av offentleg transport.
- Lag avtalar om kven som kan hjelpa deg med nødvendige innkjøp.
- Unngå pass av mindre barn.
- Arbeidstakarar i risikogrupper må i samråd med arbeidsgjevar vurdere behov for heimekontor og tilrettelagt arbeid vurdert ut frå individuell risiko.

Hugs at korona vert spreidd via dråpesmitte i luft, ved direkte kontakt og via felles berøringspunkt (dørhandtak, tastatur, handlevogner, gelender, varer i forretningar m.m.)

- Hald god avstand (helst to meter). Unngå større grupper enn fem personar.
- Vask hendene ofte og grundig med såpe og vatn! Handdesinfeksjonsmiddel/handsprit er eit godt alternativ dersom handvask ikkje er mogleg.
- Unngå handhelsing og kyssing og klemming med personar som ikkje høyrer til i eigen husstand eller er fast partner.
- Hald avstand til andre, både på jobb, ute og andre stader du oppheld deg. Avgrens tal på personar du har tett omgang med.
- Unngå å ta deg i ansiktet.
- Unngå å hosta eller å nysa direkte i nærleiken av andre.
- Du skal hosta/nysa i eit papirtørkle (som vert kasta etterpå) eller i albogekroken dersom du ikkje har papirtørkle tilgjengeleg.
- Gå gjerne på tur, men vel stader det ikkje er trengsel av folk.
- Sjølvs om samfunnet no gradvis opnar opp for aktivitetar, er det viktig å følgja strengt nasjonale og lokale retningslinjer. Dette gjeld til dømes ved idrettsanlegg og leikeplassar.



## Barnehage og skule

Barnehagane opna denne veka. Småtrinnet på skulane (1. - 4. trinn) og SFO opnar måndag 27. april. I samsvar med nasjonale føringar ønskjer vi at flest mogleg vender tilbake til barnehagar og skular. Barnehagebarn og elevar som høyrer til i risikogrupperne eller som har familiemedlemmer i risikogrupper, skal ikkje gå i barnehage eller skule. Det same gjeld tilsette i skule og barnehage som høyrer til risikogrupperne. Ein skal framleis halda avstand til kvarandre og vaska hendene nøye. Ved luftvegssymptom skal barna halda seg heime. Avdelingar i barnehagar og eventuelt klassar på skular kan verta sette i karantene ved påvist smitte. For alle elevane i skulen er undervisninga obligatorisk som vanleg. Elevar i risikogrupper, eller med nær familie i risikogrupper, har rett på fjernundervisning.



- eit fyrtårn i vest

## Kultur

### Barn og unge

Ungdomsklubbane i Øygarden startar opp ein digital ungdomsklubb på Discort tidleg i mai. Dette er ein trygg digital møteplass der deltakarane mellom anna kan spela digitalt, øva på gitar og delta på kurs.

### Kulturskulen

Kulturskulen er førebels stengt, men driv digital undervisning. Familie og vener vert inviterte til konsert via streaming før sommaren. Streaming vert også bruk til danseprosjekt og kunstprosjekt.

### Bibliotek

Øygardsbiblioteka forlengjer tilbodet om å bestilla bøker og anna materiale sjølv om biblioteka er stengde.

Du sender bestilling via nettsida [www.oybib.no](http://www.oybib.no)

- Frå 1. mai etablerer biblioteket ei streamingsplattform for dei lokale artistane våre. Biblioteket sender (streamar) ein kveld i veka i samarbeid med FriHuset.
- Torsdagar er det digital Kahoot.
- Du kan låna både bøker og film elektronisk på biblioteket, les meir om dette på nettsida til Øygardsbiblioteka: [www.oybib.no](http://www.oybib.no)

### Utsett frist for tilskotsordningar

Søknadsfristen på tilskotsordningane for lag og organisasjonar er utsett til 1. juni i år.



Publikumsmottaka til NAV Øygarden er stengde inntil vidare. Har du akutt behov for hjelp eller har sendt inn søknad og ventar på svar, kan du nytta dialog-løysinga Skriv til oss – sosiale tjenester. Logg deg inn på Ditt NAV på [nav.no](http://nav.no). Du kan også ringja 55 55 33 33.

Er du arbeidsgjevar, kan du nytta tlf. 412 84 902 eller e-post: [nav.region.vest.marked@nav.no](mailto:nav.region.vest.marked@nav.no).

Informasjon på denne brosjyren kan verta endra. Du finn oppdatert informasjon på [heimesida til kommunen](#).

## Kontakt oss om koronaviruset

- Har du symptom som gjev mistanke om koronasmitte, ring Sotra legevakt på tlf. 116 117
- Informasjonstelefon Folkehelseinstituttet 815 55 015
- Informasjon om koronaviruset Øygarden kommune: Her får du svar på praktiske spørsmål om koronaviruset som ikkje handlar om helse. Ring 56 16 00 10
- Medisinsk naudtelefon: 113



Copyright - Øygarden kommune april 2020  
Trykk: Bodoni | Opplag: 15.900  
Tekst: Vigeleik Brekke og Jens Even Eikås  
Grafisk utforming: Monica Hovland