



## Anvisning

29.7.2021

VN/8723/2020  
VN/8723/2020-MMM-9

# COVID-19: Anvisning för främjande av hälsosäkerheten för säsongsarbetare inom primärproduktionen

## 1. Handhygien

- Tvätta alltid händerna när du kommer till arbetet, före måltider, rökning, användning av snus, efter toalettbesök och när du lämnar dina arbetsuppgifter.
- Tvätta händerna med vatten och flytande tvål i minst 20 sekunder.
- Det är bäst att torka händerna med engångshandduk.
- Rör inte ögonen, näsan eller munnen om du inte precis har tvättat händerna.
- Använd handsköljmedel om det inte är möjligt att tvätta händerna med vatten och flytande tvål.
- Ta en sådan mängd handsköljmedel på en gång att du kan massera in händerna helt.
- Om du använder engångshandskar, ta av dem utan att röra vid handskarnas yttre yta.
- Tvätta händerna med vatten och tvål också efter att du tagit av skyddshandskarna.
- Då man tvättar händerna ofta kan huden bli torr. Smörj händerna med handkräm.

## 2. Hosthygien

- Skydda din mun och näsa med en engångsnäsduk när du hostar, nyser eller snyter dig.
- Om du inte har en näsduk, hosta eller nys i övre delen av ärmen på din tröja, inte i händerna.
- Lägg genast den använda näsduken i soporna.
- Tvätta till sist händerna med vatten och tvål.

## 3. Säkerhetsavstånd

- Håll alltid ett säkerhetsavstånd på minst 2 meter till andra människor utanför ditt bostadsrum/din bostad.

#### 4. Användning av munskydd

- I Finland rekommenderas användning av munskydd i situationer där du inte kan hålla säkerhetsavstånd till personer som inte hör till ditt hushåll.
- Det rekommenderas att du efter ankomsten till Finland använder munskydd till exempel på resan till bostadsorten eller om du måste ta ett coronatest.
- Arbetsgivaren ger vid behov anvisningar om användningen av munskydd på arbetsplatsen.
- Samma munskydd för engångsbruk kan användas tills det blir smutsigt, fuktigt eller ska tas av, till exempel medan man äter.
- Ta på dig munskyddet med rena händer, rör inte munskyddets utsida under användningen, ta av dig munskyddet med rena händer utan att röra utsidan och tvätta eller desinficera händerna efter att du tagit av dig munskyddet.
- Lägg det använda munskyddet i ett sopkärl.

#### 5. Symtom på COVID-19

- Covid-19, det vill säga en coronavirusinfektion, orsakar en akut luftvägsinfektion, vars sjukdomsbild varierar mellan nästan symptomfri och mycket allvarliga symtom. Symtomen kan variera i takt med att sjukdomen framskrider.
- Symtomen kan vara:
  - feber
  - hosta
  - halsont eller sträv hals
  - snuva eller nästäppa
  - andnöd
  - störningar i lukt- eller smaksinnet
  - huvudvärk
  - muskelsmärter
  - kraftlöshet eller trötthet
  - illamående eller kräkningar
  - diarré.

#### 6. Anvisning vid symtom på COVID-19

- Stanna i eller gå till din bostad och undvik kontakt med andra människor.
- Använd munskydd om du inte kan undvika kontakt med andra människor till exempel när du tar dig till din bostad.
- Kontakta arbetsgivaren och berätta om dina symtom. Arbetsgivaren ordnar så att du får ta ett coronatest och vid behov träffa en läkare. Du behöver inte betala för coronatestet eller en eventuell behandling av en coronainfektion.

- Om du konstateras ha en coronavirusinfektion kan du få ersättning för inkomstbortfall om du omfattas av den finländska sjukförsäkringen eller är medborgare i ett EU- eller EES-land.

## 7. Anvisningar vid ankomsten

- I lagen om smittsamma sjukdomar (1227/2016) anges det att om personer som anländer till Finland vid inresan inte har ett tillförlitligt intyg över en fullständig vaccinationsserie eller över att de haft covid-19 inom de sex senaste månaderna, ska de låta testa sig för covid-19 i Finland. Det första testet tas vid gränsen omedelbart efter ankomsten till Finland, det andra inom 72– 120 timmar efter det första testet. Närmare bestämmelser om hälsosäkerheten finns i lagen om smittsamma sjukdomar eller på [Institutet för hälsa och välfärds webbplats om resor](#). Bestämmelser som gäller vid inresa finns på [Gränsbevakningsväsendets webbplats](#). Tester av personer som reser till Finland vid gränserna och på hälsovårdscentralerna är avgiftsfria. Tester på privata läkarstationer är avgiftsbelagda.
- I statsrådets förordning anges särskilt de länder från vilka man kan resa in utan att behöva testa sig efter ankomsten. Dessa ändras och länderna ska alltid kontrolleras särskilt före inresan. En uppdaterad lista över dessa lågriskländer finns på [Institutet för hälsa och välfärds webbplats om resor](#).
- **Utöver det som anges ovan rekommenderas det att säsongarbetare som anländer till Finland ska undvika sociala kontakter tills de fått negativt resultat av coronatesten. Det rekommenderas inte att man börjar jobba förrän testresultaten är klara.**
- Undvikande av sociala kontakter innebär följande:
  - att du ska undvika kontakt med andra människor i samband med boende, måltider och fritid
  - om du har anlämt till samma arbetsplats i Finland tillsammans med andra personer, kan arbetsgivaren ge er anvisningar om inkvartering i samma lokaler, varvid ni vid behov också kan äta i närheten av varandra
  - att du inte bör gå till butiken eller uträtta andra ärenden utanför bostaden eller arbetsplatsen, utan matinköp sköts av någon annan för din räkning och varorna levereras till dig på ett säkert sätt så att ingen kontakt med utomstående personer uppstår
  - att nödvändiga läkarbesök eller dylikt sköts så säkert som möjligt så att överflödiga kontakter och kollektivtrafik undviks. I dessa situationer rekommenderas användning av munskydd.
- God hand- och hosthygien ska alltid iakttas.

## 8. Testning innan arbetet inleds

Det rekommenderas starkt att alla nya arbetstagare testas innan arbetet inleds. Arbetet kan inledas först när personen har fått ett negativt testresultat. Testning görs tidigast 48 timmar innan arbetet inleds. I detta fall kan man använda resultaten av de test som tagits i samband med inresan, om sådana finns tillgängliga. Denna rekommendation gäller även arbetstagare som fått en fullständig vaccinationsserie mot covid-19. Det är särskilt viktigt att arbetstagare som bor i gemensam inkvartering testas. Lagen om smittsamma sjukdomar kräver inte sådan testning, men testning genomförs i syfte att hindra spridning av en allmänfarlig smittsam sjukdom. Därför rekommenderas det att kommunerna ser till att testning ordnas och att de står för kostnaderna för testningen.

## 9. Att beakta efter att arbetet inletts

- Kom ihåg att iaktta en god hand- och hosthygien i allt du gör.
- Gå inte till arbetet om du har symtom, utan stanna kvar i bostaden och kontakta arbetsgivaren.
- Olika områden i Finland har olika rekommendationer med anledning av coronavirusepidemin. Rekommendationerna gäller till exempel hur många personer som får vara samlade samtidigt.
- I hela Finland gäller en rekommendation om att använda munskydd i situationer där man inte kan undvika närkontakt med andra människor.

## KONTAKTPERSON PÅ DIN ARBETSPLATS VID HÄLSOFRÅGOR:

Namn: \_\_\_\_\_ Tfn: \_\_\_\_\_

Kontakta personen i följande situationer:

- Du får något sjukdomssymtom.
- Du har frågor om din hälsa.
- Du har frågor eller anmärkningar om anvisningarna för hälsosäkerhet, till exempel om det finns brister vad gäller platsen för handtvätt på din arbetsplats, munskydden har tagit slut eller du har problem med att hålla säkerhetsavstånd.