



FRAM – Nordområdesenter  
for klima- og miljøforskning

Framsenteret AS  
Framsenteret  
NO-9296 TROMSØ  
Org.nr. NO 970 975 837

Tel: (+47) 77 75 02 00  
Fax: (+47) 77 75 02 01  
E-post: [post@framsenteret.no](mailto:post@framsenteret.no)  
Web: [www.framsenteret.no](http://www.framsenteret.no)

# Beredskapsplan ved smitte eller mistanke om alvorlig smitte i institusjonslokaler eller fellesarealer i Framsenteret



## Innhold

1	Mål med planen.....	3
2	Ansvarsforhold ved smitte/mistanke om smitte.....	3
3	Proaktive tiltak.....	4
3.1	Retningslinjer ved bruk av institusjonslokaler og fellesarealer	4
3.2	Hygiene og avstand i institusjonslokaler og fellesarealer .....	5
3.3	Møter .....	6
3.4	Tiltak ved besøk i Framsenterets lokaler.....	6
4	Reaktive tiltak ved smitte/mistanke om smitte i Framsenteret.....	7
4.1	En ansatt som har benyttet institusjonsarealer og fellesarealer får bekreftet Covid-19.....	8
4.2	En ansatt som benytter/har benyttet institusjonslokalene eller fellesarealene i Framsenteret utvikler milde luftveissymptomer og sykdomsfølelse eller får mistanke om smitte .....	10
4.3	En besøkende som har benyttet institusjonslokalene eller fellesarealene i Framsenteret får bekreftet smitte.....	11
4.4	En besøkende som har benyttet institusjonslokalene eller fellesarealene i Framsenteret utvikler milde luftveissymptomer og sykdomsfølelse eller får mistanke om smitte av Covid-19.....	12
	Vedlegg 1: Viktige telefonnummer.....	14
	Vedlegg 2: Nyttige kilder .....	14
	Vedlegg 3: Framsenteret – Varslingsmatrise smitte.....	15
	Vedlegg 4: Helsemyndighetene–Varslingsmatrise smitte .....	16



## 1 Mål med planen

I denne beredskapsplanen ligger råd om proaktive tiltak, og reaktive prosedyrer ved smitte/mistanke om smitte, blant ansatte eller besøkende i institusjonslokaler og/eller fellesarealer i Framsenteret.

Planen gir klare instruksjoner i hva som skal utføres i de ulike tilfellene. Sentrale elementer er registrering, varsling og nedvasking.

Planen gir også retningslinjer rundt hvem som har de ulike ansvarsområdene i smittetilfeller. Sentrale grupper er her Covid-19-gruppen (som består av smittevernskontakter fra hvert institutt på Framsenteret), direktører for de ulike instituttene, nærmeste ledere til ansatte, ansatte, besøkende og Tromsø kommune.

## 2 Ansvarsforhold ved smitte/mistanke om smitte

**2.1 Leder for Covid-19-gruppen.** Ansvarlig for at smittevern er ivarettatt i Framsenterets as lokaler og Framsenterets fellesarealer. Samt at det blir iverksatt tiltak ved smitte.

**2.2 Institusjonsledere i Framsenteret.** Ansvarlig for at nasjonale og kommunale smittevernstiltak er implementert og blir fulgt i institusjonens lokaler. Også ansvarlig for at institusjonens ansatte følger retningslinjene som gjelder for fellesarealene. Har en representant i Covid-19-Gruppen.

**2.3 Nærmeste leder til ansatt.** Ansvarlig for å varsle instituttleder som iverksetter tiltak i egne lokaler ved smitte/mistanke om smitte. Instituttleder varsler Covid-19-leder, for å vurdere hvilke tiltak som kreves i fellesarealer. Tiltak er



som regel stenging og ekstra renhold. Renhold bestilles av leder i Covid-19-gruppen i Framsenteret AS.

**2.4 Den ansatte.** Ansvarlig for å varsle institusjonsleder/nærmeste leder, ved smitte/mistanke om smitte, slik at områder en ansatt har beveget seg i blir identifisert.

Framsenteret AS skal orienteres av instituttleder om hvor den ansatte har beveget seg. Dette er viktig i henhold til dialog med Tromsø kommune, stenging og ekstra renhold.

**2.5 Smittesporingsteamet i kommunen.** Ved påvist smitte i etterkant av besøket vil smittesporingsteamet i Tromsø kommune be den besøkende oppgi nærkontakter.

**2.6 Tromsø kommune.** Leder for Covid-19-gruppen tar kontakt med kommuneoverlegen i Tromsø kommune ved alle smittetilfeller. Dette for å få råd i saken. Det vil av og til være nødvendig å lage en felles plan sammen med kommunen.

### 3 Proaktive tiltak

#### 3.1 Retningslinjer ved bruk av institusjonslokaler og fellesarealer

- Nærmeste leder skal ha godkjent bruk av institusjonens lokaler
- Framsenteret as skal ha godkjent bruk av fellesarealer
- Alle med mistanke om sykdom/smitte skal IKKE bruke institusjons- eller fellesarealer.
- Alle med koronasmittede i nærmeste familie skal IKKE bruke institusjons- eller fellesarealer.



- Det anbefales at ansatte i risikogrupper ikke bruker institusjons- eller fellesarealene. Dette er en anbefaling fra Framsenteret AS, men arbeidsgiveransvaret og avgjørelsen ligger hos det enkelte institutt.
- Ansatte skal følge retningslinjene hvis påvist smitte/mistanke om smitte oppstår.
- Kjør bil/sykle/gå til jobben, og hvis mulig unngå bruk av offentlig transport. Hvis offentlig transport brukes, skal FHI's råd for smittevern i kollektivtransport følges.
- Ansatte og besøkende skal forholde seg til smittevernreglene som gjelder for Framsenteret.

### 3.2 Hygiene og avstand i institusjonslokaler og fellesarealer

- Hygieneanbefalingene fra myndighetene skal følges til enhver tid
- Institusjonene bør legges til rette for at PC, mobil, nettbrett mm som bringes inn institusjonslokalene desinfiseres med jevne mellomrom.
- Ikke bruk andres pc, mobil eller nettbrett
- Tenk over hvor du legger fra deg telefonen. Unngå å legge den på flater som andre har tatt på
- Vask hendene ved ankomst kontoret og ellers hyppig og godt, og bruk håndsprit om du ikke har tilgang til vask
- Vask hender før og etter bruk av kaffemaskin i fellesområdene
- Tilstreb å hoste/nyse i albuekroken eller et papirtørkle



- Ta i minst mulig grad på håndtak og andre flater der det kan ligge smittekilde
- Printer skal i minst mulig grad brukes. Benyttes printer bør brukeren desinfisere hender før og etter bruk.
- Hold god avstand til andre kolleger i lokalet, minst 1 meter
- Bruk fast/tildelt kontor plass
- Unngå heis hvis trapp er mulig

### 3.3 Møter

Møterom i fellesområder og institusjonslokaler innebærer økt risiko for smitte, og kan utløse karantene. Har man hatt mindre enn 2 meters avstand i mer enn 15 minutter sammenhengende med en person som er bekreftet syk med covid-19, så er dette definert som nærkontakt, og man må påregne karantene.

Er det ingen andre alternativer enn fysiske møter, velg store rom, kort tid og færrest mulig deltakere. Registrer oversikt over hvem som er på møtet, i tilfelle behov for smittesporing. For møter i fellesarealer og i regi av Framsenteret AS skal det leveres deltakerliste før møtestart samt endringer i denne etter møteslutt.

### 3.4 Tiltak ved besøk i Framsenterets lokaler

Vi ønsker at de som besøker oss skal ivaretas på en trygg og smitteforebyggende måte. Det er også viktig at besøkende ikke tar med seg smitte inn i bygget.



I den forbindelse har vi retningslinjer for bruk av Framsenterets lokaler som vi vil at de besøkende skal følge. Disse retningslinjene må kommuniseres til de som skal besøke bygget, av den som er vert for det konkrete besøket i Framsenteret.

- Avtal tid og sted med den i bygget du skal møte.
- Det forutsettes at den besøkende:
  - Ikke er smittet av Covid-19
  - Føler seg helt frisk, ikke er i karantene eller har mistanke om sykdom/smitte
  - Ikke har koronasmittede i nærmeste familie
- Om mulig brukes bil/sykler/gange for å komme til våre lokaler. Unngå bruk av offentlig transport hvis mulig.
- Den besøkende skal forholde seg til smittevernreglene som gjelder for Framsenteret. Disse finnes på plakater i bygget.
- Ved påvist smitte i etterkant av besøket vil smittesporingsteamet i Tromsø kommune be den besøkende oppgi nærkontakter. Det er viktig at den besøkende oppfordres til å oppgi nærkontakter denne kan ha hatt under sitt besøk ved Framsenteret.
- Framsenteret AS bistår Tromsø kommune i smittesporingsarbeidet.

#### 4        Reaktive tiltak ved smitte/mistanke om smitte i Framsenteret



#### 4.1 En ansatt som har benyttet institusjonsarealer og fellesarealer får bekreftet Covid-19

En ansatt vil ved positiv smittetest bli kontaktet av smittevernteamet i bostedskommunen. Det er dette teamet som har ansvar for smittesporing. Det er viktig at den ansatte bidrar med alle opplysninger smittesporingsteamet ber om.

##### **Dette må den ansatte gjøre:**

- Informerer instituttleder/nærmeste leder om at man er smittet.
- Informerer instituttleder/nærmeste leder om hvilke områder som har vært benyttet og som må vaskes ned (kontaktflater, håndtak, servant, kjøkkenkrok, heisknapper o.l.) Kontorpulten stenges av, og skal ikke benyttes igjen før den er rengjort.

##### **Dette må instituttleder/nærmeste leder gjøre:**

- Sikre at nedvasking og stengning i aktuelle områder iverksettes øyeblikkelig. I samarbeid med Covid-19-leder bestemmes det hvilke andre områder som må stenges og vaskes.
- Dersom det av smittesporingsteamet i Tromsø kommune anses nødvendig for å sikre øvrige ansattes helse og sikkerhet, deler leder/arbeidsgiver etter samtykke informasjon internt på Framsenderet at en ansatt er smittet av Covid-19.

Den ansatte vil være anonymisert. Ansatte som av den smittede oppgis som nærkontakter vil uansett bli kontaktet av kommunens smittesporingsteam.





FRAM – Nordområdesenter  
for klima- og miljøforskning

Framsenteret AS  
Framsenteret  
NO-9296 TROMSØ  
Org.nr. NO 970 975 837

Tel: (+47) 77 75 02 00  
Fax: (+47) 77 75 02 01  
E-post: [post@framsenteret.no](mailto:post@framsenteret.no)  
Web: [www.framsenteret.no](http://www.framsenteret.no)

- Arbeidsgiver er ikke ansvarlig for smittesporing, det ansvaret ligger hos smittesporingsteamet i den ansattes bostedskommune. Det er likevel viktig at Framsenteret AS bistår smittesporingsteamet med oversikter de trenger.

### **Dette må leder i Covid-19-gruppen gjøre:**

- I samarbeid med instituttleder leder bestemmes det hvilke områder som må stenges og vaskes.
- Varsle Tromsø kommune for å få råd i saken. Det vil av og til være nødvendig å lage en felles plan sammen med kommunen.



- Covid-19-leder har mandat til å stenge ned hele bygget.
- Informere Covid-19-gruppen

#### 4.2 En ansatt som benytter/har benyttet institusjonslokalene eller fellesarealene i Framsenteret utvikler milde luftveissymptomer og sykdomsfølelse eller får mistanke om smitte

##### **Dette må den ansatte gjøre:**

- Må umiddelbart holde avstand til andre, og reise hjem straks. Unngå kollektivtransport. Er dette eneste mulighet må munnbind benyttes.
- Bestille time for testing, og holde seg hjemme til svar er mottatt.
- Informere instituttleder/nærmeste leder.
- Ved behov for lege, kontakt fastlege. Ring legevakt 116 117 når fastlegen ikke er tilgjengelig og hjelpen ikke kan vente. Ring legevakt 113 ved livstruende sykdom.

##### **Dette må instituttleder/nærmeste leder gjøre:**

- Vurdere om det er områder som bør vaskes nøye. Alternativt stenge. Som regel vil det ikke være nødvendig med stengning kun ved mistanke.
- Varsler leder i Covid-19-gruppen.
- I samarbeid med Covid-19-leder bestemmes det om det kreves tiltak i andre lokaler enn institusjonslokalene.

##### **Dette må leder i Covid-19-gruppen gjøre:**



- I samarbeid med nærmeste leder bestemmes det om områder må stenges og vaskes.
  - Informere Covid-19-gruppen

#### 4.3 En besøkende som har benyttet institusjonslokalene eller fellesarealene i Framsenteret får bekreftet smitte.

##### **Dette må den besøkende gjøre:**

- Den besøkende vil ved positiv smittetest bli kontaktet av smittesporingsteamet i sin bostedskommune. Personen vil bli bedt om å opplyse om nærkontakter. Dette gjelder også nærkontakter etter besøk i Framsenteret.

##### **Dette må den ansatte som mottok den besøkende gjøre:**

- Informerer instituttleder/nærmeste leder om smittet besøkende.
- Informerer instituttleder/nærmeste leder om hvilke områder som må desinfiseres (håndtak, servant, kjøkkenkrok, heisknapper o.l.) Møterom og lokaler den besøkende har oppholdt seg i stenges av, og skal ikke benyttes igjen før de er rengjort.

##### **Dette må instituttleder/nærmeste leder gjøre:**

- Sikre at nedvasking og stengning i aktuelle områder iverksettes øyeblikkelig. I samarbeid med Covid-19-leder bestemmes det hvilke andre områder som må stenges og vaskes.
- Covid-19-leder har mandat til å stenge ned hele bygget.



- Dersom det av smittesporingsteamet i Tromsø kommune anses nødvendig for å sikre øvrige ansattes helse og sikkerhet, deler leder/arbeidsgiver etter samtykke informasjon internt på Framsenderet at en besøkende er smittet av Covid-19.
- Den besøkende vil være anonymisert. Ansatte som av den smittede oppgis som nærkontakter vil uansett bli kontaktet av kommunens smittesporingsteam.

#### **Dette må leder i Covid-19-gruppen gjøre:**

- I samarbeid med instituttleder/nærmeste leder bestemmes det hvilke områder som må stenges og vaskes.
- Leder i Covid-19-gruppen varsler Tromsø kommune for å få råd i saken. Det vil av og til være nødvendig å lage en felles plan sammen med kommunen.
- Informere Covid-19-gruppen

#### **4.4 En besøkende som har benyttet institusjonslokalene eller fellesarealene i Framsenderet utvikler milde luftveissymptomer, sykdomsfølelse eller får mistanke om smitte av Covid-19**

#### **Dette må den besøkende gjøre:**

- Skal før møtet ha blitt orientert om retningslinjer for besøk i Framsenderets lokaler. Den besøkende er av personvern hensyn ikke pliktig å oppgi informasjon om mistanken om smitte. Den besøkende henstilles likevel å



informere besøksverten hvis man utvikler milde luftveissymptomer, sykdomsfølelse eller mistanke om smitte av Covid-19.

- Må umiddelbart å holde avstand til andre, og reise hjem straks. Henstilles til å unngå kollektivtransport, samt benytte munnbind hvis mulig.
- Ved behov for lege, kontakt fastlege. Ring legevakt 116 117 når fastlegen ikke er tilgjengelig og hjelpen ikke kan vente. Ring legevakt 113 ved livstruende sykdom.

**Dette må den ansatte (besøksvert) gjøre:**

- Informerer instituttleder/nærmeste leder om mistanke om smittet besøkende.

**Dette må instituttleder/nærmeste leder gjøre:**

- Varsler leder i Covid-19-gruppen.
- I samarbeid med Covid-19-leder bestemmes det om det er behov for at områder må vaskes, eventuelt stenges. Som regel vil det ikke være nødvendig med stengning kun ved mistanke.

**Dette må leder i Covid-19-gruppen gjøre:**

- I samarbeid med instituttleder/nærmeste leder bestemmes det om det er behov for at områder må vaskes, eventuelt stenges.
- Informere Covid-19-gruppen



FRAM – Nordområdesenter  
for klima- og miljøforskning

Framsenteret AS  
Framsenteret  
NO-9296 TROMSØ  
Org.nr. NO 970 975 837

Tel: (+47) 77 75 02 00  
Fax: (+47) 77 75 02 01  
E-post: [post@framsenteret.no](mailto:post@framsenteret.no)  
Web: [www.framsenteret.no](http://www.framsenteret.no)

## Vedlegg 1: Viktige telefonnummer

1	Leder Covid-19-gruppen	Ann-Kristin Ditlefsen - 95226999
2	Bestilling av renhold	77 75 02 00 (etter kontortid leder av Covid-19-gruppen)
3	Koronatelefonen	469 07 899 (Alle dager 08:30- 19:00)
4	Tromsø kommune	<a href="mailto:Covid19@tromso.kommune.no">Covid19@tromso.kommune.no</a>
5	Legevakt	116 117
6	Ambulanse	113

## Vedlegg 2: Nyttige kilder

[Folkehelseinstituttets råd om håndtering av koronaviruset.](#)

[Tromsø kommunes råd om håndtering av koronaviruset.](#)

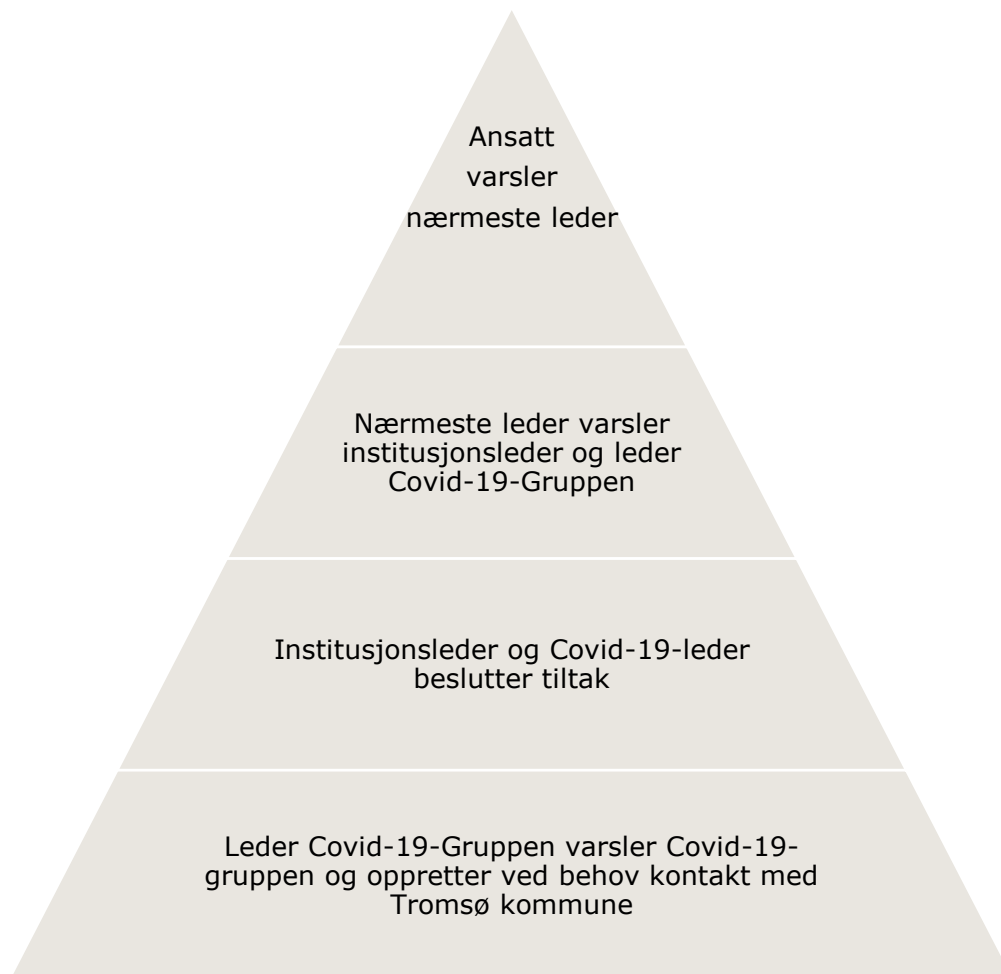


FRAM – Nordområdesenter  
for klima- og miljøforskning

Framsenteret AS  
Framsenteret  
NO-9296 TROMSØ  
Org.nr. NO 970 975 837

Tel: (+47) 77 75 02 00  
Fax: (+47) 77 75 02 01  
E-post: [post@framsenteret.no](mailto:post@framsenteret.no)  
Web: [www.framsenteret.no](http://www.framsenteret.no)

## Vedlegg 3: Framsenteret – Varslingsmatrise smitte





## Vedlegg 4: Helsemyndighetene–Varslingsmatrise smitte

