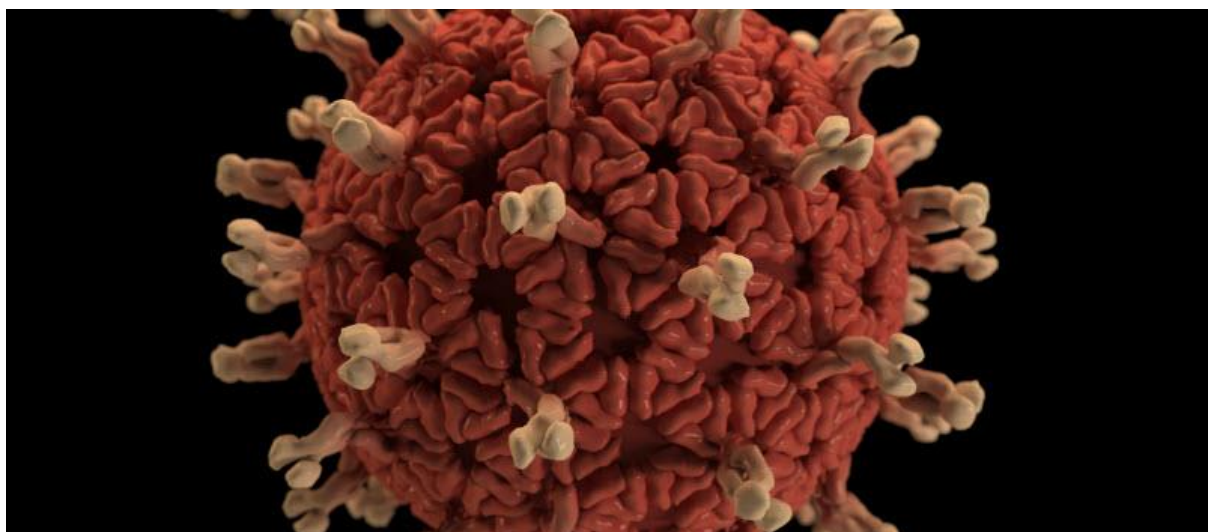


Hvordan forebygge smitte i felleslokaler?

Her kommer noen råd om hva som kan gjøres for å forebygge smitte i felleslokaler. Som styre bør dere vurdere om det renholdet dere har er tilstrekkelig, eller om det bør iverksettes ekstra tiltak for å forebygge spredning av smitte.

Koronaviruset smitter gjennom dråpesmitte via luft, hender og berøringsflater. Eksempel på berøringsflater er dørhåndtak, heisknapper, døråpnere og rekkverk/håndlister.



Tips til oppfølging av fellesområder i borettslag og sameier:

1. Rengjør ekstra godt og hyppig berøringsflater (lysbytere, dørhåndtak, dørblad, heisknapper, døråpnere, rekkverk og håndlister) i fellesarealer.
2. Ha større begrensning på antall personer samtidig i heisen enn normalt. Bruk gjerne plakaten «[Hold avstand til andre](#)» fra Helsedirektoratet og Folkehelseinstituttet.
3. Gjør desinfeksjonsmidler/håndsprit tilgjengelig i fellesområder.
4. Få hjelp av BevarHMS til oppfølging av rutiner.
5. Informer alle beboere om hva de kan gjøre for å forebygge kontaktsmitte. Bruk gjerne [informasjonsmateriell fra Helsedirektoratet](#).

1. Renhold av berøringsflater

Et normalt godt renhold er alltid en viktig del av det å hindre spredning av smitte, men det bør nå vurderes å bruke desinfiserende midler på berøringsflater i fellesarealer. Desinfeksjon eller hyppigere renhold vil ikke eliminere smitte, men bidra til en lavere risiko for spredning av viruset.

Helsedirektoratet formidler at det er usikkert hvor lenge koronaviruset kan leve på overflater. Det vil variere med overflate, temperatur, sollys og luftfuktighet. Helsedirektoratet oppfordrer til ekstra rengjøring på områder med stor publikumstrafikk.

Hyppighet

Hvor hyppig det skal utføres desinfeksjon, eller ekstra renhold vil være avhengig av frekvensen på bruk av fellesarealene. Dette må vurderes i hvert enkelt borettslag og sameie.

Innleie

Vurder om det kan være aktuelt å leie inn profesjonelle renholdere i en periode. Arbeidstilsynet har en [guid ved kjøp av renholdstjenester](#). I tillegg har Arbeidstilsynet et [renholdsregister](#). Alle virksomheter som tilbyr renholdstjenester, skal være godkjent av Arbeidstilsynet. Det er forbudt å kjøpe renholdstjenester fra virksomhet som ikke er godkjent. Dette gjelder og privat kjøp av renholdstjenester.

På Arbeidstilsynets sider har du også muligheten til å [søke etter godkjente virksomheter](#) i ditt område.

2. Færre i heisen

Folkehelseinstituttet anbefaler at vi alle holder minst 1 meter avstand til hverandre. Dette gjelder også inni heis. Vurder om det kan være aktuelt å informere om dette i nærheten av heisen.

3. Desinfeksjonsmidler/håndsprit tilgjengelig i fellesområder

Det bør vurderes å ha alkoholbaserte desinfeksjonsmidler/håndsprit i tilknytting til fellesarealer og heis. Slike dispensere bør plasseres lett synlig.

Ifølge folkehelseinstituttet (fhi.no) virker hånddesinfeksjonsmiddel/håndsprit mot spredning av koronaviruset og er et godt alternativ dersom håndvask ikke er mulig. Dersom hendene er synlig skitne eller våte har dette redusert effekt. Da bør hendene rengjøres med såpe og vann.

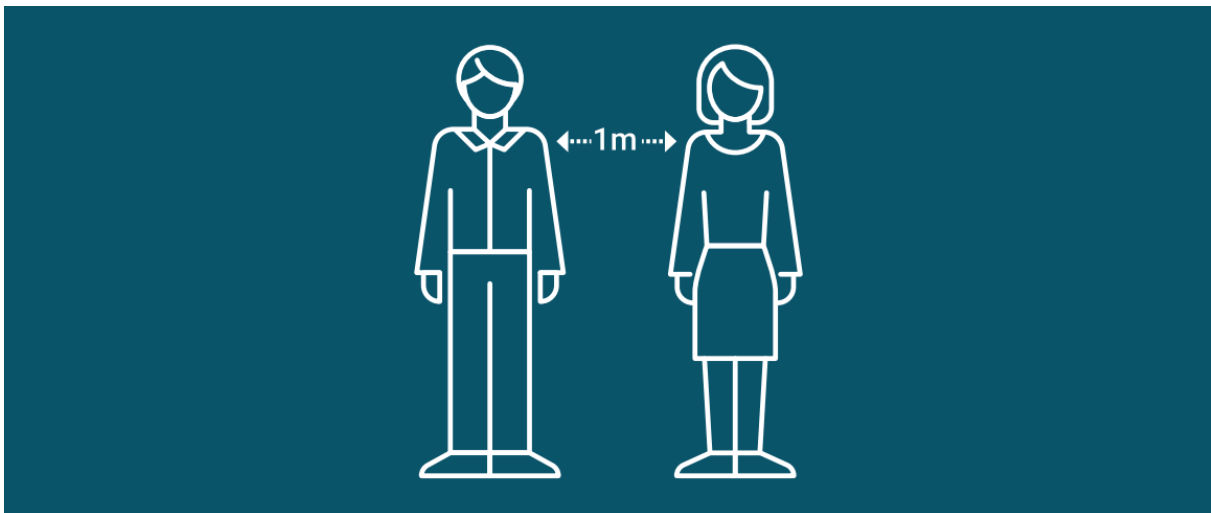
4. Få hjelp av BevarHMS

For å følge opp renholdsfrekvensen kan BevarHMS brukes ved at du oppretter aktiviteter i programmet på dette. Programmet kan gi automatisk påminnelse til den som skal utføre jobben, samtidig blir det dokumentert at jobben er gjort. Er du usikker på hvordan du gjør dette, ta kontakt med HMS-rådgiver i boligbyggelaget ditt.

5. Hvordan forebygger alle og enhver smitte?

[Helsenorge.no](https://www.helsenorge.no) kommer med følgende råd til hvordan vi alle kan forebygge smitte:

- ✓ Unngå å hoste eller nyse direkte på andre.
- ✓ Hold minst en meters avstand til personer som hoster.
- ✓ Hoste inn i et papirlommetørkle som du kaster. Deretter må du vaske deg på hendene.
- ✓ Hvis du ikke har et papirlommetørkle, bør du hoste i albuearmen, slik at du ikke sprer dråper i luften.
- ✓ Vask hendene ofte og grundig med såpe og lunket vann, spesielt når du har vært ute blant folk.
- ✓ Du kan også bruke et desinfeksjonsmiddel som inneholder alkohol, hvis du ikke har såpe og vann tilgjengelig.
- ✓ Finn alternativer til håndhilsning og klemming



Henvisninger

1. [Helsenorge.no](https://www.helsenorge.no)
2. [Fhi.no](https://www.fhi.no)
3. [Helsedirektoratet](https://www.helsedirektoratet.no)
4. [Arbeidstilsynet.no](https://www.arbeidstilsynet.no)