

Du som er berørt skal ha mottatt en sms fra Trondheim Kommune og er pålagt karantene etter Covid-19-forskriften. Det betyr at du skal holde deg hjemme og unngå kontakt med andre. Du kan omgås barn du bor sammen med som normalt, men hold avstand (over 1 meter) til andre voksne i husstanden og unngå besøk. Er du barn under 15 år kan du omgås de andre voksne som du bor sammen med, som normalt.

Du skal ikke gå i butikker, ikke gå på jobb eller skole eller ta offentlig transport. Se "Råd til de som skal være i karantene."

Vi ber om at du tar en koronatest så snart som mulig samt 7 døgn etter siste mulige eksponering, selv om du ikke har symptomer. Du bestiller time for testing via kommunens nettside.

Karanteneplikten gjelder selv om du er symptomfri og føler deg frisk. **Dine husstandsmedlemmer skal være i karantene til du har testet negativt på første test.** Karantenen for nærkontakter varer 10 døgn etter siste eksponering, eller til negativt svar på koronatest foreligger, tatt tidligst 7 døgn etter siste eksponering.

Hvis du har/får nyoppståtte symptomer som feber, hoste, tungpustethet, hodepine, slapphet, nedsatt lukt eller smakssans, muskelverk eller sår hals skal du ta ny test og isolere deg, og resten av husstanden skal i karantene. Ved spørsmål ber vi deg ta kontakt med Smittevernkontoret i Trondheim kommune, tlf. 9050 9052. Om noen andre i husstanden din får symptomer, må de også i karantene og teste seg.

Med vennlig hilsen Smittevernteamet i Trondheim kommune"