

# Allas ansvar att hålla sig uppdaterad

**om coronaviruset** Då hjälps vi alla åt att minska spridningsrisken och skyddar varandra och de som är mest utsatta.



## Sök svaren hos trovärdiga källor!

Allting går fort nu och det kan vara svårt att hänga med i senaste rönen. Det kan också lätt bli ryktesspridning och felaktig information i omlopp.

Torsby kommun och andra kommuner och myndigheter följer Folkhälsomyndighetens rekommendationer.

### Här finner du bra och trovärdiga svar:

[www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)  
[www.krisinformation.se](http://www.krisinformation.se)  
[www.1177.se](http://www.1177.se) vårdguiden  
[www.regionvarmland.se](http://www.regionvarmland.se)  
[www.skolverket.se](http://www.skolverket.se)

## Besök gärna [www.torsby.se/corona](http://www.torsby.se/corona)

På kommunens webbplats informerar vi om den kommunala verksamheten.

## Låt oss alla hjälpas åt

Via internet, radio, tv, tidningar finns information. Vet du att mamma, morfar eller kompisen inte har t.ex. internet, prata och hjälp varandra med information. Tänk också på dem som inte kan svenska så bra.

## Information på andra språk/other languages

Det finns mycket information också på många andra språk. Information from authorities about the coronavirus/covid-19 in lots of other languages:

### Folkhälsomyndigheten

[www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/skydda-dig-och-andra/information-pa-olika-sprak](http://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/skydda-dig-och-andra/information-pa-olika-sprak)

### Krisinformation.se

[www.krisinformation.se/detta-kan-handa/handelser-och-storningar/20192/myndigheterna-om-det-nya-coronaviruset/andra-sprakother-languages](http://www.krisinformation.se/detta-kan-handa/handelser-och-storningar/20192/myndigheterna-om-det-nya-coronaviruset/andra-sprakother-languages)

## Äldre och sjuka drabbas hårdast

Coronaviruset slår hårdast mot de som är äldre och/eller har en underliggande sjukdom. Många andra kan bära på smittan utan att känna sig särskilt sjuka. För att undvika att bli smittad är handhygien viktigt. För att undvika att sprida smittan vidare ska alla som känner sig sjuka stanna hemma.

## Undvik att bli smittad och smitta andra

Smittan är en så kallad droppsmitta som sprids vid nära kontakt mellan människor, genom hostningar och nysningar m.m.

## Det kan inte sägas nog ofta - Gör så här!

- Tvätta händerna ofta med tvål och varmt vatten i minst 30 sekunder
- Hosta och nys i armvecket
- Undvik att röra vid ögon, näsa och mun
- Stanna hemma om du är sjuk, även vid lindriga symptom
- Håll avstånd till varandra, även till dina vänner
- Stanna hemma om du är 70 år eller äldre men var gärna utomhus, det är stärkande för kropp och själ.

## Ring 113 13 för allmänna frågor

Om du är frisk och har frågor om coronaviruset kan du ringa telefon 113 13. Tjänsten är tillgänglig dygnet runt.

## Ring 1177 om du är sjuk

Om du misstänker att du blivit smittad med coronaviruset ska du inte åka till ett sjukhus eller vårdcentral. Du ska istället ringa 1177 för att få råd om vad du ska göra.

## Ring 112 vid akut vårdssituation

Gäller det ett livshotande tillstånd - ring alltid 112.

Det handlar inte bara om dig själv utan om respekt och kärlek till de runt omkring dig.

# Vad händer i Torsby kommun?

På [www.torsby.se/corona](http://www.torsby.se/corona) har vi under veckan som gått informerat om en mängd saker. En del av detta har också varit med i radion, TV och tidningar. Här är ett urval.

Det kan förstås komma att bli fler förändringar i verksamheten med omprioriteringar. Vi följer utvecklingen, agerar och försöker vara så förutseende som möjligt. Så följ [www.torsby.se/corona](http://www.torsby.se/corona), där lägger vi löpande ut information.

## Behöver du hjälp att handla mat och medicin?

Du som är 70 år eller äldre kan få hjälp att handla mat och medicin om du behöver. Kommunen hjälper till i samarbete med olika frivilligorganisationer som handlar varorna och kör hem dem till dig.

Ring 073-523 05 04 helgfria vardagar kl. 10-12, 13-15 och gör din beställning. Eller gör den på [www.torsby.se/handla70plus](http://www.torsby.se/handla70plus).

Den här tjänsten kostar inget för dig, förutom de varor du köper. Du kan få varor hemkörda en gång per vecka (en vardag).

**OBS. Inför påsk: Ring oss eller skriv in din handlingslista på webbplatsen senast skärtorsdag kl. 12.00**, för att du ska hinna få hem dina varor senast på skärtorsdag. (Vi har ingen telefonid på eftermiddagen på skärtorsdag.)

## Stjerneskolans - på distans ännu

På Stjerneskolans sker all undervisning fortsatt på distans. Imorgon den 9 april börjar elevernas påsklov. Distansstudierna startar upp igen måndagen den 20 april.

Vi påminner elever och målsmän att kontakta lärare, mentor eller övrig personal på skolan om det finns behov av någon form av stöd kring teknik eller själva studierna. Kontaktuppgifter finns på [stjerneskolans.se](http://stjerneskolans.se) samt i de informationsutskick som gjorts från skolan.

**Kommunkontoret ber - ring oss eller sänd e-post istället för att komma på besök.** Se separat annons i detta blad.

## Torsby kommun förbereder sig för att ta emot patienter och fler omsorgstagare

Region Värmland har uppmanat kommunerna att planera för att ta emot fler patienter än vanligt från sjukhuset. Torsby kommun har börjat genomföra förändringar för att stå redo för detta.

En av åtgärderna är att tillfälligt omvandla lediga särskilda boendeplatser till korttidsplatser.

För att göra arbetet mer effektivt löses det rent praktiskt genom att personer som idag har korttidsplats eller växelvårdsplats på Solliden i Torsby tätort flyttar därifrån till lediga platser på de olika särskilda boendena i kommunen. Då frigörs platser på Solliden så att de tillkommande patienterna från sjukhuset kan komma dit.

## Fritid och kultur

\* Valbergsstugans bastu och omklädningsrum är stängda till att börja med under april månad. Vi vill minimera spridningsrisken och uppmanar även motionärer och andra som rör sig i området på Torsby Skidtunnel & Sportcenter att byta om och duscha hemma.

\* Alla föreningar som finns i kommunens föreningsregister har fått information om Folkhälsomyndighetens rekommendationer angående idrott och träningsanläggningar.

Fritidsavdelningen har gjort ett utskick där de samtidigt understryker vikten av att hela tiden söka den senast bekräftade informationen från säkra källor som krisinformation. se samt även hos Riksidrottsförbundet eller SISU Värmland.

\* Torsby bibliotek hjälper låntagare som inte själva kan komma in till biblioteket. Personalen plockar ihop färdiga bokpåsar som sedan kan hämtas på biblioteket eller om det är möjligt så kan de levereras hem till låntagaren. Hör av dig till biblioteket om du också vill ha ett bokpaket.

**Sunt förnuft, eget ansvar och följ myndigheternas rekommendationer, då fixar vi detta tillsammans.**