

CORONAVIRUS (COVID-19): FRÅGOR OCH SVAR

September 2020

Detta dokument är utformat för att hjälpa dig svara på frågor från dina team och kunder om Coronavirus (COVID-19). Endast för interna ändamål; inte för distribution externt.

ENBART FÖR INTERNT BRUK – INTE FÖR EXTERN DISTRIBUTION

Svensk version uppdaterad den 24 september, 2020

Version för medarbetarsidorna den 25 september, 2020

Innehåll

Bakgrund till dokumentet.....	3
KÄNDA FAKTA OM CORONAVIRUS (COVID-19)	3
1. Vad är Coronavirus (COVID-19)?	3
2. Är detta nya virus farligt?	3
3. Påverkar det här viruset olika personer olika mycket?	3
4. Hur sprids viruset mellan människor?	4
5. Kan COVID-19 överföras via livsmedel?.....	5
6. Finns det någon behandling för COVID-19?	5
SKYDDA DIG SJÄLV OCH ANDRA	6
7. Hur kan jag skydda mig själv och andra från detta nya virus?.....	6
8. Vad ska jag göra om jag har förkylning eller influensaliknande symtom?.....	6
9. Vad är Sodexos ståndpunkt gällande användning av masker för att skydda mot COVID-19?.....	6
10. Vad är Sodexos ståndpunkt gällande hemmagjorda masker som skydd mot COVID-19?....	7
RESOR OCH KARANTÄN	8
11. Begränsar Sodexo tjänsteresor?	8
12. Finns det några restriktioner avseende privata resor?.....	8
13. Vad ska jag göra om jag nyligen kommit hem från ett område som nu satts i karantän.....	8
14. Vad ska jag göra om jag får en COVID-19-diagnos av sjukvården?	9
15. Vad ska jag göra om jag börjar känna mig sjuk på jobbet?	9
16. Vad ska jag göra om kund eller konsument ber mig utföra ett jobb jag normalt inte gör?	9
MEDIA AND KOMMUNIKATION.....	10
17. Vad gör jag om media kontaktar mig.....	10
SVENSK HR- och QHSE-INFORMATION	11
18. Måste jag berätta för min arbetsgivare att jag kanske har exponerats för Coronavirus?	11

19.	Vad är grunden för att arbetsgivaren kan kräva att jag av hälsoskäl stannar hemma med anledning av Coronavirus?	11
20.	Vad gäller för mig om det är oklart om jag har exponerats för Coronavirus?	11
21.	Jag har en nära anhörig som är smittbärare eller kan ha exponerats för Coronavirus, vad ska jag göra?	11
22.	Vad ska jag göra om jag får en COVID-19-diagnos av sjukvården?	11
23.	Vad ska jag göra om jag börjar känna mig sjuk på jobbet?	11
24.	Vad ska jag göra om kund eller konsument ber mig utföra ett jobb jag normalt inte gör? ...	11
25.	Om jag vill åka på utlandssemester trots att UD avråder från alla resor grund av Coronavirus? Vad kan arbetsgivaren göra?	12
26.	Hur fungerar sjukanmälan nu? Är det någon skillnad om jag är permitterad?	12
27.	Om dagis och fritids stänger, vad gäller då?	12
	MER INFORMATION	13
28.	Var kan jag få mer information	13
29.	Vem kan jag kontakta om jag behöver mer information	13

BAKGRUND TILL DOKUMENTET

Detta dokument är en översättning och anpassning av den Q&A som är gemensam för Sodexo Group. Till det har vi adderat information specifikt för Norden och Sverige.

KÄNDA FAKTA OM CORONAVIRUS (COVID-19)

1. Vad är Coronavirus (COVID-19)?

Coronavirus finns överallt i världen och är en vanlig orsak till förkylningssymptom hos människor. 30 % av alla världens influensafall orsakas av coronavirus. Vissa typer av Coronavirus kan orsaka allvarliga sjukdomar som Middle East Respiratory Syndrome (MERS) och Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS).

COVID-19 är inte influensa. COVID-19 är inte SARS. COVID-19 är inte MERS. Det är en ny respiratorisk sjukdom som nyligen upptäcktes i Wuhan, Hubei-provinsen, Kina. Vid en tid på året när influensaliknande infektioner är vanliga på norra halvklotet, är det mycket svårt att skilja mellan individer som har hosta, förkylningar och olika luftvägsinfektioner, och de infekterade med COVID-19. De fyra symtom på COVID-19 som oftast ses är:

- Feber
- Influensalika symptom (inkluderande frossa, trötthet och muskelvärk)
- Ny, envis hosta
- Andningssvårigheter
- Förändringar i luktsinnet, eller förlorat luktsinne

Vissa människor kan också få magproblem, som diarré, kräkningar och magvärk, utan att ha luftvägsproblem. Detta är dock inte vanligt.

2. Är detta nya virus farligt?

COVID-19 är en angelägenhet för folkhälsan globalt eftersom det är nytt och det inte finns någon känd redan existerande immunitet hos människor. Dessutom överförs det snabbt från människa till människa och kan orsaka allvarlig sjukdom inklusive lunginflammation hos omkring 20% av fallen.

Enligt rapporten från WHO-China Joint Mission on Coronavirus disease (COVID-19), fick 80% av drabbade milda till måttliga symptom (vilket omfattar lunginflammation och andra symptom). 14% klassificerades som allvarliga och 6% betecknades som kritiska.

Antalet dödliga fall varierar, men uppskattas globalt till ca 1%.

Den senaste informationen om spridning och allvarlighetsgrad finns på [Folkhälsomyndigheten](#).

3. Påverkar det här viruset olika personer olika mycket?

Det finns data som visar att vissa faktorer kan bidra till att risken att bli infekterad och/eller få ett mer allvarligt sjukdomsförlopp ökar. Dessa faktorer är:

- Ålder över 65 år (I Sverige är 70 år definerat som en gräns för högre risk)

- Hjärt- och kärlsjukdomar
- Diabetes typ 1 och 2
- Kroniska respiratoriska sjukdomar, t ex astma, COPD, emfysem, bronkik
- Kroniska leversjukdomar, t ex hepatit
- Kronisk njursjukdom
- Kroniska neurologiska sjukdomar, t ex Parkinson eller MS
- Blod-/hemologiska sjukdomar (inklusive sickelcellanemi och Beta thalassemia)
- Cancer
- Försvagat immunförsvar, från sjukdom eller behandling
- Fetma, BMI över 40
- Gravid i vecka 28 eller senare

Observera att denna lista skiljer sig något från den svenska listan över riskgrupper, som kan hittas på Folkhälsomyndighetens hemsida. Den svenska listan är den som primärt gäller inom Sodexo Sverige.

Ju fler underliggande sjukdomar någon har, desto större är risken att bli allvarligt sjuk i COVID-19.

Det medicinska rådet för högriskindivider är att undvika att utsätta sig för COVID-19-smitta.

Sodexo, som strävar efter att vara en ansvarsfull arbetsgivare, kommer att vidta de åtgärder som är praktiskt rimliga för att identifiera och hantera risker kopplade till arbetsuppgifter och aktiviteter som medför en förhöjd risk för smitta, i enlighet med gällande lagstiftning. Specifikt:

- Arbetsuppgifter och aktiviteter som kan exponera medarbetare för en ökad risk för COVID-19-smitta identifieras i riskbedömningsarbetet.
- Lämpliga åtgärder, t ex användning av personlig skyddsutrustning, vidtas.
- Medarbetare som ska utföra arbetsuppgifter som medför en ökat risk att bli smittade ska vara informerade om vilka riskgrupperna är.
- Medarbetare som ska utföra arbetsuppgifter med högre risk för smitta och anser att de tillhör en riskgrupp, bör informera sin chef, så rätt åtgärder kan vidtas.
- Alla Sodexomedarbetare måste följa gällande rutiner för att undvika smitta.
- Gällande lagstiftning måste följas, vilket medför att information om medarbetarnas hälsa inte ska samlas in eller sparas, annat än i extrema undantagsfall och då efter kontakt med HR.

4. Hur sprids viruset mellan människor?

Enligt Världshälsoorganisationen (WHO) sprids humana Coronavirus från en smittad person till en annan genom:

- Droppar från mun eller näsa som överförs mellan personer via hostningar, nysningar eller via utandningsluft när man befinner sig nära varandra (1-2 meter)
- Att man tar på ytor eller föremål med virus på, eller rör vid någon, t ex skakar hand, och därefter rör sin mun, näsa eller ögon utan att först tvätta händerna

Notera:

- Det är oklart om luftburen smitta förekommer, men om den gör det anses det inte vara en dominerande smittväg
- Smitta via fekalier tycks inte vara en ofta förekommande smittväg, men viruspartiklar har återfunnits i prov från smittade individers fekalier och handtvätt är därmed mycket viktigt.
- Smitta från en infekterad individ som inte har symptom (asymptomatisk smitta) förekommer också

Den senaste informationen om spridning finns på Folkhälsomyndighetens hemsida.

Risken att smitta eller smittas via de vanligaste smittvägarna reduceras kraftigt om du tillämpar god hygien, tvättar händerna och håller avstånd.

Inkubationstiden (tiden det tar från att du exponeras för viruset till dess att du utvecklar symptom) är normalt mellan 5 och 6 dagar, men kan variera mellan 2 till 14 dagar. Under inkubationstiden vet många inte att de är smittade och kan smitta andra, vilket gör det så viktigt att iakttä god hygien, tvätta händerna och hålla avstånd.

5. Kan COVID-19 överföras via livsmedel?

Det finns inga vetenskapliga bevis för att COVID-19 överförs via livsmedel. Det finns många andra vägar som viruset kan spridas på, som hostningar, nysningar och otvättade händer

Enligt WHO och US Center for Disease Control (CDC), kan det vara möjligt att en person kan få COVID-19 genom att röra en yta eller objekt med virus och sedan röra sin egen mun, näsa eller möjligen ögon, men detta tros inte vara den huvudsakliga orsaken till spridning.

[Folkhälsomyndigheten](#) har kommit ut med nya riktlinjer och föreskrifter för restauranger, personal- restauranger, barer, caféer, skolmatsalar och cateringverksamhet. Huvudbudskapet är att gästerna ska kunna hålla avstånd ifrån varandra för att minska smittspridning. Det är inte maten som utgör någon risk för smittspridning utan avståndet mellan gästerna. Det är därför fortsatt godkänt att ha självtag eller buffé så länge behörigt avstånd mellan gästerna kan upprätthållas.

Vi följer alltid myndigheternas riktlinjer och rekommendationer.

De åtgärder som vi gör bör framförallt fokusera på de viktigaste smittspridningsvägarna (se fråga 4 och 7).

6. Finns det någon behandling för COVID-19?

Det finns ingen specifik behandling för sjukdom som orsakas av viruset. Dock är det flesta sjukdomsfall milda, så enklare behandling som att dricka mycket och ta febernedsättande läkemedel, som paracetamol, är tillräckligt. Antibiotika är inte effektivt mot COVID-19, eftersom sjukdomen orsakas av ett virus.

Om någons tillstånd försämras, kan stödjande behandling krävas, t ex syrgas (för att förbättra syresättningen), eller antibiotika (om en patient utvecklar en sekundär bakteriell lunginflammation).

För närvarande finns inget vaccin tillgängligt. När ett virus är nytt, finns inget vaccin och det tar många månader innan ett vaccin är utvecklat, testat och distribuerat.

SKYDDA DIG SJÄLV OCH ANDRA

7. Hur kan jag skydda mig själv och andra från detta nya virus?

COVID-19 är en ny sjukdom som sprider sig snabbt och kan orsaka allvarlig sjukdom och död. Rädsla är ett förståeligt. Försök att omvandla denna rädsla till positiv energi - det finns många saker som vi alla kan göra varje dag för att vara en del av lösningen och inte göra situationen värre för andra. Att vidta de enkla åtgärder som anges nedan, särskilt när fallen ökar snabbt i ett land, kan ha en stor effekt på antalet allvarliga fall minskar. Detta bidrar på många sätt, bland annat genom att minska arbetsbelastningen för vårdpersonal:

- Upprätthåll en lugn och positiv attityd, med vetskapen om att du genomför rätt åtgärder.
- Öva socialt avståndstagande – hitta sätt att minska din sociala kontakt, till exempel håll virtuella möten istället för ansikte mot ansikte.
- Undvik onödig kontakt med sjuka människor; särskilt om de hostar och nyser. Håll ett avstånd på minst 2 meter.
- Undvik onödig kontakt med äldre och utsatta människor för att minska risken för att bli en smittkälla för dem. Ring istället för att besöka.
- Rengör händerna ofta och noggrant. Använd [rätt handtvättsteknik](#) med tvål och vatten (i minst 20 sekunder) och torka händerna noggrant, helst med en engångshandduk. Även om du använder handskar måste du tvätta händerna innan handskarna sätts på.
- Undvik att röra dina ögon, näsa eller mun.
- Rengör och desinficera föremål och ytor som många rör vid såsom dörrhandtag, lysknappar och mobiltelefoner.

8. Vad ska jag göra om jag har förkylning eller influensaliknande symtom?

- Följ lokala råd och anvisningar från Folkhälsomyndigheten. Stanna hemma, kontakta vården vid behov och undvik nära kontakt med andra.
- Täck munnen och näsan med en näsduk när du hostar eller nyser och släng sedan näsduken i papperskorgen. Om du inte har en näsduk, hosta eller nys i armvecket för att försöka undvika spridning av droppar eller aerosol som kan infektera andra
- Rengör händerna ofta och noggrant. Använd [rätt handtvättsteknik](#) med tvål och varmt vatten (i minst 20 sekunder) och torka händer, helst med en engångspappershandduk.

9. Vad är Sodexos ståndpunkt gällande användning av masker för att skydda mot COVID-19?

Användning av masker kan minska risken för smitta och infektion. Att bära mask kan minska risken att smitta andra, även om du ännu inte har några symptom. Mask kan också reducera risken att få viruset från andra. Att bara bära mask garanterar dock inte fullgott skydd utan kan endast vara effektivt i kombination med andra riskreducerande åtgärder såsom handtvätt och fysisk distansering.

Det finns två typer av munskydd/masker: kirurgiska 3-lagers munskydd, som är de pappersliknande munskydd som människor vanligtvis ses bära offentligt så att de kan undvika att infektera andra; och andningsskydd, som tekniskt beskrivs som N95/FFP2/FFP3 och är utformade för att bäras av hälso- och sjukvårdspersonal i kliniska miljöer där de kan ha direkt kontakt med smittade personer.

För närvarande är det brist på andningsskydd och globala tillverkare arbetar hårt för att uppfylla efterfrågan. På grund av brist på masker är det viktigt att andningsskydd av till exempel typen N95 eller FFP2/3 prioriteras av användare som är mest utsatta, som personal i sjukvårdsmiljö där smitta finns.

Tillgången av andningsmasker kan variera, så det är viktigt att följa myndigheternas rekommendationer gällande användning och ta hänsyn till kundernas regler för respektive site.

Det finns mer information om hur man tar på och av personlig skyddsutrustning (masker, handskar, rockar) i ett Safety Moment som du hittar [här](#).

10. Vad är Sodexos ståndpunkt gällande hemmagjorda masker som skydd mot COVID-19?

Eftersom det finns en global brist på masker, ger vissa länders myndigheter rådet att använda hemmagjorda masker som ett alternativ när det är svårt att hålla avstånden.

Trots att hemmagjorda masker sannolikt inte är lika effektiva som professionellt tillverkade, kan de fortfarande ge ett visst skydd. Det finns mycket information och råd om hemmagjorda masker, bland annat på Centers for Disease Control and Preventions webbsida.

Sodexomedarbetare som behöver masker för att utföra sitt jobb säkert ska förses med professionellt tillverkade sådana som en del av sin personliga skyddsutrustning. Sodexos ståndpunkt är tydlig: om en uppgift eller aktivitet inte är säker att utföra utan skyddsutrustning och skyddsutrustning saknas - då gör vi inte jobbet.

Som alltid ska aktuella myndigheters anvisningar följas och hänsyn tas till kundernas regler för respektive site.

RESOR OCH KARANTÄN

11. Begränsar Sodexo tjänsteresor?

Sodexo Group begränsar alla ej nödvändiga affärsresor tills vidare. Denna åtgärd vidtas som en försiktighetsåtgärd. Med tanke på att hälsosäkerhet är högsta prioritet vill vi skydda våra medarbetare, entreprenörer och kunder från eventuell kontaminering.

Det finns också landspecifika inreserestriktioner, utökade hälsokontroller och karantänsåtgärder som genomförs på många platser i världen, så vi vill undvika att våra anställda eller entreprenörer blir strandsatta eller i karantän till följd av affärsresor. Med omedelbar verkan ska alla ej nödvändiga affärsresor, som definieras som "icke-brådskande" eller "icke affärskritiska" avbrytas. Alla nödvändiga affärsresor bör anpassas till vägledning från RLC, CLC och eventuella tillämpliga riktlinjer från aktuella myndigheter.

Med anledning av den omfattande spridningen av det nya coronaviruset och den snabbt föränderliga och osäkra situationen som råder för resande avråder UD från icke nödvändiga resor till många länder. Undantag finns dock och listan förändras löpande utifrån pandemins utveckling. Aktuell information finns hos [UD](#).

Utöver UD:s avrådan finns regler avseende tjänsteresor uppsatta av RLC.

12. Finns det några restriktioner avseende privata resor?

Med anledning av den omfattande spridningen av det nya coronaviruset och den snabbt föränderliga och osäkra situationen som råder för resande avråder UD från icke nödvändiga resor till många länder. Undantag finns dock och listan förändras löpande utifrån pandemins utveckling. Aktuell information finns hos [UD](#).

13. Vad ska jag göra om jag nyligen kommit hem från ett område som nu satts i karantän

Medarbetare som kommer tillbaka från en utlandsresa eller en resa inom landet till ett område med större spridning, måste stanna hemma så länge som Folkhälsomyndigheten eller sjukvården anger. Åtgärder ska vidtas i samråd med QHSE-enheten.

Om du blir sjuk under perioden du är satt i karantän ska du följa råden från vården. Kontakta alltid aktuell vårdgivare innan du åker till vårdcentral eller sjukhus. Håll din chef informerad och följ de instruktioner du får. Att hålla avstånd är nyckeln för att minska risken för smittspridning.

14. Vad ska jag göra om jag får en COVID-19-diagnos av sjukvården?

Meddela alltid omedelbart din närmsta chef, även om du redan är sjukskriven.

15. Vad ska jag göra om jag börjar känna mig sjuk på jobbet?

Om du börjar få symptom på COVID-19 ska du omedelbart meddela din chef och på ett säkert sätt ta dig hem. För att få information om provtagning, kontakta 1177.

16. Vad ska jag göra om kund eller konsument ber mig utföra ett jobb jag normalt inte gör?

Kontakta din chef. Vi ska aldrig utföra ett arbete som inte är kommersiellt överenskommet och riskbedömt ur arbetsmiljösynpunkt.

MEDIA AND KOMMUNIKATION

17. Vad gör jag om media kontaktar mig

Hänvisa alla mediafrågor till Brand and Communication. För frågor relaterade till kunds verksamhet skall all kontakt med media och gäster utgå från kunden, inte från Sodexo

SVENSK HR- OCH QHSE-INFORMATION

18. Måste jag berätta för min arbetsgivare att jag kanske har exponerats för Coronavirus?

Ja, för var och en har ett ansvar att agera för att undvika smittspridning, det följer av 2 kap smittskyddslagen.

19. Vad är grunden för att arbetsgivaren kan kräva att jag av hälsoskäl stannar hemma med anledning av Coronavirus?

Vi följer Folkhälsomyndighetens/vårdguidens rekommendationer. D.v.s. uppvisar man symptom (eller om man i övrigt är sjuk) så ska man vara hemma på grund av sjukdom.

20. Vad gäller för mig om det är oklart om jag har exponerats för Coronavirus?

Se Folkhälsomyndighetens och vårdgivarens riktlinjer. Se även 1177 för mer information.

21. Jag har en nära anhörig som är smittbärare eller kan ha exponerats för Coronavirus, vad ska jag göra?

Sodexo följer Folkhälsomyndighetens rekommendationer. Det innebär att;

- Var extra uppmärksam på om hen får några symptom, även milda, under hela inkubationstiden (2-14 dagar, vanligast 5 dagar).
- Du bör undvika nära kontakt med andra människor under inkubationstiden. Är det möjligt bör hen arbeta hemifrån.
- Kontakta din chef innan du kommer till arbetet för att utreda alternativ till ordinarie arbete.
- Kontakta vården via Vårdguiden 1177 för rådgivning vad gäller provtagning m.m.

Vid tveksamheter om hen kan utföra ordinarie arbete, i de fall arbete hemifrån eller alternativa uppgifter inte är möjliga, kontakta din chef för en bedömning i det enskilda fallet. Vid ytterligare frågetecken kan frågan eskaleras i organisationen och HR/QHSE involveras.

22. Vad ska jag göra om jag får en COVID-19-diagnos av sjukvården?

Meddela alltid omedelbart din närmsta chef, även om du redan är sjukskriven.

23. Vad ska jag göra om jag börjar känna mig sjuk på jobbet?

Om du börjar få symptom på COVID-19 ska du omedelbart meddela din chef och på ett säkert sätt ta dig hem. För att få information om provtagning, kontakta 1177.

24. Vad ska jag göra om kund eller konsument ber mig utföra ett jobb jag normalt inte gör?

Kontakta din chef. Vi ska aldrig utföra ett arbete som inte är kommersiellt överenskommet och riskbedömt ur arbetsmiljösynpunkt.

25. Om jag vill åka på utlandssemester trots att UD avråder från resor till aktuellt resmål grund av Coronavirus? Vad kan arbetsgivaren göra?

Arbetsgivaren kan i förväg meddela att den planerade semesterresan innebär ett medvetet risktagande mot bakgrund av tillgänglig information från ansvariga myndigheter och att medarbetaren därför efter hemkomst ska kontakta arbetsgivaren innan återgång till arbetsplatsen. Arbetsgivaren ska informera om att medarbetaren kan komma att stängas av från arbetet för en period motsvarande inkubationstiden för Coronavirussjukdom. Lön utgår inte i denna situation.

Motivet för denna åtgärd är att arbetsgivaren har ett arbetsmiljöansvar gentemot andra medarbetare på arbetsplatsen.

Om det är möjligt från verksamhetssynpunkt kan arbetsgivaren istället låta medarbetaren arbeta hemifrån, och då utgår lön.

26. Hur fungerar sjukanmälan nu? Är det någon skillnad om jag är permitterad?

Du anmäler din sjukfrånvaro till din närmsta chef precis som tidigare. Det som har ändrats är att du inte behöver inkomma med sjukintyg förrän dag 15. Observera att det är ett tillfälligt beslut som riksdagen fattat med anledning av Corona pandemin. Syftet är att avlasta hälso- och sjukvården. Om du är permitterad så fungerar det på samma sätt.

27. Om dagis och fritids stänger, vad gäller då?

Vi beviljar ledighet (förutsatt att det inte går att ordna med att man arbetar hemifrån). Vi har ingen skyldighet att betala ut lön så då får man använda de saldon som finns, semester, sparad semester, eventuella kompsaldon och i sista hand tjänstledighet utan lön.

Enligt [Försäkringskassan](#) så kommer de inte att betala ut ersättning om man är hemma med friskt barn pga. att förskola/skola är stängd. D.v.s. som förälder kan man inte vabba. Åldersgräns för att vabba, d.v.s. när man (staten) anser att ett barn kan klara sig hemma själv är 12 år. Det är regelverket just nu men det är något som kan komma att ändras. Information finns på Försäkringskassans hemsida.

MER INFORMATION

28. Var kan jag få mer information

- [Folkhälsomyndigheten](#)
- The European Center for Disease Prevention and Control
<https://www.ecdc.europa.eu/en/home>
- Summary of global COVID-19 cases – [John Hopkins University](#)
- [US Center for Disease Control & Prevention \(CDC\)](#)
- [World Health Organisation](#)
- WHO: [Correct handwashing technique](#)
- WHO: [Report of the WHO-China Joint Mission on Coronavirus Disease \(COVID-19\)](#)

29. Vem kan jag kontakta om jag behöver mer information

Kontakta din chef, QHSE eller HR.