

[Korona | covid-19]

Nasjonale tiltak

Oppdatert 24. juni 2021

Det er nasjonale tiltak som gjelder alle.

Sjekk din kommunes nettsider for lokale tiltak.

Husk det aller viktigste:

[Hold avstand. Hold hendene rene.

Hold deg hjemme hvis du er syk.

Hold nede antall personer du møter.]



Sosial kontakt

Maks 20 gjester, oppfordring til å møtes utendørs. Ved besøk hjemme regnes ikke beskyttede (*fullvaksinerte, de med 1 dose vaksine etter tre uker, de som har hatt covid-19 siste 6 måneder*) med i antallsbegrensningen, men det må fortsatt være mulig å holde avstand.

Beskyttede kan ha nær sosial kontakt (under en meter) med andre beskyttede og ubeskyttede som ikke er i risikogruppen.

Barn i barnehager og barneskoler kan ha besøk fra egen kohort.



Handelsnæringen

Åpent med regulering av smittevern faglig forsvarlig drift i covid-19-forskriften, som å tilrettelegge for minst 1 meters avstand, rutiner for god hygiene med mer. Smitteverntiltak jamfør egen bransjestandard.



Restauranter, kafeer, barer

Innslippsstopp kl. 24.00.

Krav om registrering, bordservering av alkohol, redusert antall gjester, sitteplasser til alle gjester og avstand.



Sommer- og aktivitetsleir

Antall deltakere på sommerleir, aktivitetsleirer og andre fritidstilbud, som samler mange personer og varer over flere dager, anbefales begrenset inntil 300, og det anbefales at man deler deltakerne inn i grupper med omtrent 40 personer.

Ikke krav om å holde 1 meter avstand, men gruppene bør i størst mulig grad ha de samme deltakerne og lederne gjennom hele aktiviteten.

For arrangementer i tilknytning til sommer- og aktivitetsleir (cup, oppvisning o.l.) har også voksne unntak fra krav om å holde 1 meter avstand, men kun når det er nødvendig for å utøve aktiviteten.



Ankomst Norge

Fortsatt innreiserestriksjoner.

Alle innreisende til Norge må teste seg på grensen.

Alle innreisende til Norge må registrere seg før de krysser grensen.

Alle innreisende til Norge fra områder med karanteneplikt må i karantene på egnet sted eller på karantenehotell. Ved negativ test tatt tidligst 3 døgn etter ankomst, kan personer på karantenehotell gjennomføre resten av karantenen i egen bolig / annet egnet sted.

Unntak for karantene/testing/registrering for personer som kan dokumentere, med EUs koronasertifikat, status som fullvaksinert eller gjennomgått covid-19.

Åpning for innreise for noen personer i EØS-området med relasjon til personer bosatt i Norge, som for eksempel foreldre, voksne barn og kjærester over 18 år.

De som er beskyttet med én dose vaksine etter tre uker slipper karantenehotell, og skal tilbringe karantenen på egnet sted, dersom de kan fremvise EUs koronasertifikat.

Unntak for opphold på karantenehotell for reisende som har oppholdt seg innenfor EØS/Schengen med 14 dagers smittetall under 500 per 100 000 innbyggere de siste to ukene (mørkerødt) og som har egnet karantested.

Reisende som har oppholdt seg i Storbritannia må ha innreisekarantene på karantenehotell på grunn av stor forekomst av virusvarianten Delta.

Reisende som har oppholdt seg i land utenfor EØS/Schengen/Storbritannia skal oppholde seg på karantenehotell frem til negativ PCR-test tatt tidligst etter 3 døgn. Dette vil også gjelde for personer som har oppholdt seg innenfor EØS/Schengen/Storbritannia dersom smittestatus i landet endres til mørkerødt.



Arbeidsliv

Generelle smitteverntiltak.

Delvis hjemmekontor og/eller fleksibel arbeidstid.

Økt tilstedeværelse på arbeidsplassen.

Arbeidsgiver vurderer i større grad om hjemmekontor er nødvendig i lys av den lokale smitterisikoen. Det må være mulig å holde 1 meters avstand for alle.

De som er beskyttet trenger ikke å holde avstand til andre på arbeidsplassen, men bør ta spesielt hensyn til ubeskyttede i risikogrupper.



Reiser

Reiser til utlandet frarådes. Strengt nødvendige reiser kan gjennomføres.

Innenlandsreiser kan gjennomføres. De som ikke er beskyttet bør være ekstra forsiktige og planlegge reisen slik at man i størst mulig grad unngår smittespredning mellom steder. Dette er særlig viktig for personer som reiser fra områder med høyt smittepress. (*Beskyttet = fullvaksinerte, de med 1 dose vaksine etter tre uker, de som har hatt covid-19 siste 6 måneder*)

Personer som ikke er beskyttet og som reiser til kommuner med mindre strenge tiltak bør følge anbefalingene som gjelder i kommunen der de har oppholdt seg i tiden før reisen.



Idretts- og fritidsaktiviteter

Det oppfordres til aktivitet utendørs heller enn innendørs.

Unntak fra anbefalingen om 1 meters avstand både utendørs og innendørs der det er nødvendig for å utøve aktiviteten.

For voksne anbefales gruppestørrelsen å være inntil 30 personer innendørs og 40 personer utendørs.

Barn og unge under 20 år kan delta som utøvere på idrettsarrangement eller konkurranse på tvers av regioner/kretser (nasjonalt), både utendørs og innendørs, uten krav om å holde 1 meter avstand.

Voksne i breddeidretten får unntak fra 1-metersregelen ved deltakelse på idrettsarrangementer som kamper og stevner innen regionen/kretsen, Dette gjelder både utendørs og innendørs.

Voksne dansere, musikere og scenekunstnere som ikke er profesjonelle kunstnere får unntak fra 1-metersregelen på både utendørs og innendørs kulturarrangementer, dersom de ellers trener eller øver sammen.



Skoler og barnehage

Barnehagene og skolene følger trafikkllysmodellen om grønt, gult eller rødt tiltaksnivå etter lokale vurderinger av den enkelte kommune og er klar til å endre tiltaksnivå i lys av endringer i smittesituasjonen.



Høyere utdanning

Mer fysisk undervisning og vurdere jevnlig testing.

Registrere hvem som er til stede og deres seteplassering for å lette smittesporing.



Arrangementer

Det oppfordres til å holde arrangementer heller utendørs enn innendørs.

Personer som ikke er beskyttet og som kommer fra områder med høyt smittetrykk bør ikke oppsøke arrangementer i andre kommuner.

Private arrangementer: Inntil 100 personer på offentlig sted eller i leide/lånte lokaler, inne og ute.

Offentlige arrangementer: Maks antall personer avhenger av

- om det brukes koronasertifikat/testing
- om det er faste tilviste plasser
- om det er ute eller inne

Se [regjeringen.no](https://www.regjeringen.no) for detaljer.



Toppidrett

Toppidrett kan utøves som normalt. Det betyr at seriespill kan gjennomføres utendørs og innendørs. Noen lettelser i krav om innreisekarantene for toppidrettsutøvere og støttepersonell, se [regjeringen.no](https://www.regjeringen.no).

