

[Korona | covid-19]

Nasjonale tiltak

Oppdatert 2. august 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.]



Krav ved innreise til Norge

Fortsatt innreiserestriksjoner. Innreiserestriksjonene og karantenereglene klassifiseres ut fra smittesituasjonen med fargekodene grønn, oransje, rød, mørkerød og lilla.

Det anbefales fortsatt å feriere hjemme i Norge.

De som kan vise at de er fullvaksinert eller har gjennomgått covid-19 siste seks måneder med EU-koronasertifikat kan reise inn i landet og er unntatt fra krav om test før ankomst, på grenseovergangsstedet og innreisekarantene.



Reiser

UD fraråder fortsatt alle reiser som ikke er strengt nødvendige for land utenfor EØS/Schengen og Storbritannia og noen utvalgte tredjeland (lilla land).

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.

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.



Arbeidsliv

Generelle smitteverntiltak.

Delvis hjemmekontor og/eller fleksibel arbeidstid.

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.



Idretts-, kultur- 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.

Utøvere kan delta på idrettsarrangement eller konkurranse på tvers av regioner/kretser (nasjonalt), både utendørs og innendørs, uten krav om å holde 1 meter avstand.

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



Toppidrett

Toppidrett kan utøves som normalt. Det betyr at seriespill kan gjennomføres utendørs og innendørs.



Arrangementer

Det oppfordres til å avholde 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 *plan for gradvis gjenåpning* på [regjeringen.no](https://www.regjeringen.no) for detaljer.



Sosial kontakt i private hjem

Anbefaling om maks 20 gjester og oppfordring om 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 i private sammenhenger, slik som hjemme, 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/klasse/avdeling selv om det overstiger anbefalt antall gjester.



Skoler og barnehage

Barnehagene og skolene følger trafikklysmodellen om grønt, gult eller rødt tiltaksnivå etter lokale vurderinger av den enkelte kommune.



Høyere utdanning

Mer fysisk undervisning, og jevnlig testing bør vurderes.

Hvem som er til stede og seteplasseringen deres må registreres for å lette smittesporingen.



Handelsnæringen

Næringen må blant annet tilrettelegge for minst 1 meters avstand og ha rutiner for god hygiene.



Restauranter, kafeer, barer

Innslippsstopp kl. 24.00.

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

