

[Korona | covid-19]

Nasjonale tiltak

Oppdatert 5. november

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]



Reiser innenlands

Unngå unødvendige reiser innenlands. Dette gjelder ikke arbeidsreiser eller reiser til fritidseiendom som kan gjennomføres uten kontakt med andre.



Arrangementer

Maks 20 personer på private sammenkomster på offentlige steder og i leide lokaler.

Maks 50 personer på arrangementer innendørs, maks 200 hvis alle i publikum sitter i fastmonterte seter.

Maks 600 personer på utendørs arrangement hvor alle sitter i fastmonterte seter.



Idretts- og fritidsaktiviteter

Barn og unge under 20 år har unntak fra 1-metersregelen, felles utstyr kan benyttes.



Ankomst Norge

Utenlandske reisende må fremvise negativ test, testen må være tatt under 72 timer før innreise til Norge. Unntak for nordmenn, de med bosted her, de i transitt, pendlere fra Sverige/Finland, personell med kritisk samfunnsfunksjon.

Personer som ikke har fast bopel eller arbeids- eller oppdragsgiver i Norge, må oppholde seg på karantenehotell og teste seg i en periode på ti dager.



Private hjem og sosial kontakt

Hold deg mest mulig hjemme, begrens sosial kontakt.

Anbefaling om maks 5 gjester i tillegg til de du bor sammen med. Hvis alle gjestene er fra samme husstand, kan man være flere.

Barnehagebarn og barneskolebarn kan være sammen med sin kohort også på fritiden.

Unge og voksne som har vært i situasjoner uten å holde meteren, bør holde minst to meter avstand når de besøker personer i risikogruppene.



Kollektivtransport

Hold minst 1 meters avstand. Unngå rushtid.



Restauranter, kafeer, barer

Skjenkestopp ved midnatt, ikke slippe inn gjester etter kl. 22.00. Minst 1 meters avstand mellom gjester utenfor samme husstand.

Sitteplasser for alle gjester, kun bordservice av alkohol, og det skal registreres kontaktopplysninger til de gjestene som samtykker til det.



Høyere utdanning

Institusjonene må vurdere å redusere undervisning som bidrar til økt mobilitet, blant annet press på kollektivtrafikken



Barnehage og skoler

Ikke møt på skolen eller barnehagen med nyoppståtte luftveissymptomer eller sykdomsfølelse.



Helse- og omsorgsdepartementet