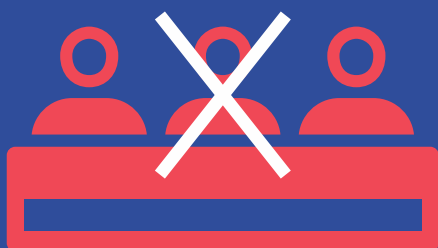


# Hold et sete ledig mellom fremmede

Er dere i samme reisefølge, kan  
dere kjøre sammen.



## NORSKE ALPINANLEGG OG FJELLDESTINASJONER

Oppdatert 13. november 2020

### 2.0

#### SMITTEVERNVEILEDER – COVID19

Denne veilederen skal sørge for en  
sikker åpning og drift av  
alpinanleggene og tilknyttede  
næringer sesongen 2020-2021

## Innhold

Innledning .....	2
Ansvar .....	3
Tilsyn og straff.....	4
Spesielt for ansatte .....	5
Smitteforebyggende tiltak for ansatte og gjester .....	5
Vurdering av egen helsetilstand .....	5
Karantene .....	5
Tre grunnpilarer for å bremse smittespredning .....	6
Personer som ikke kan være fysisk til stede i anleggene.....	6
Personer som kan være fysisk til stede .....	6
Hvis en i husstanden til en ansatt eller gjest er syk .....	7
Hvis en i husstanden til en ansatt/ bruker har bekreftet covid-19.....	7
Rutiner ved påvist smitte i anlegget – samarbeid med kommunen .....	7
God hånd- og hostehygiene reduserer smitte.....	7
Godt renhold og vaskerutiner.....	8
Munnbind .....	8
Skianlegget.....	9
Registrering av besøkende/ansatte og smittesporing.....	9
Kapasitet i anlegget –Vurdere maks antall besøkende.....	9
Heisområdet .....	10
Skiheis .....	11
Ski og utstyrsutleie.....	11
Skiskole .....	12
Skirenn/konkurranser/treningssamlinger .....	12
Skipatrolje.....	13
Transport - skibusser og skitaxi .....	13
Serviceområder og butikker .....	13
Garderobe og dusjanlegg .....	14
Cafeer, restauranter, barer, afterski, varmestuer utearrangementer og kjøkken.....	14
Private sammenkomster og arrangementer .....	15
Kommunikasjon .....	17
Hovedbudskap.....	17
Informasjon til gjester og forhåndsbookinger fra Norge og andre land .....	17
Information in English.....	17
Kilder og nyttige nettsider.....	19
Sjekkliste for godt smittevern .....	20
Risikovurdering av arrangementer.....	21

## Innledning

12. mars innførte regjeringen omfattende smitteverntiltak for å bekjempe covid-19. Alpinanleggene i hele landet stengte ned.

Pandemien ruller videre og i november 2020 definerer helsemyndighetene at vi er inne i pandemiens andre bølge. Det er behov for høy bevissthet om smittevern for å hindre lokale utbrudd og større nasjonale utbrudd. For å møte dette har myndighetene kommet med flere nasjonale innstramminger og anbefalinger om lokale tiltak ved høy smitte.

Vi i Norske alpinanlegg og fjelldestinasjonene i Norge er opptatt av å legge til rette for en trygg og best mulig sesong 2020-2021 slik at både gjester, ansatte og lokalmiljøene opplever trygget, og at driften kan opprettholdes i størst mulig grad. Vi har alle et ansvar for å bidra til å begrense smitte, beskytte de mest sårbare blant oss, og bidra til at aktiviteter og næringsliv kan holdes i gang.

Vi har derfor utarbeidet en smittevernveileder basert på Folkehelseinstituttets mal, og øvrige veiledere fra helsemyndighetene og eksisterende bransjestandarder. Denne vil oppdateres løpende i tråd med råd fra myndighetene og det er viktig at alle våre medlemmer holder seg oppdatert fortløpende ved endringer.

Veilederen skal bidra til å ivareta en sikker drift av store og små alpinanlegg og tilknyttede næringer i alpinbaserte destinasjoner over hele landet.

Det vil alltid være en risiko for smitte og at det kan oppstå smittetilfeller selv om det er utøvd godt smittevern. Våre smitteforebyggende tiltak skal bidra til å redusere risikoen.

Arbeidsgruppen for veilederen har bestått av:

- Camilla Sylling Clausen, generalsekretær – CEO, Norske Alpinanlegg og fjelldestinasjoner
- Helge Bonden - styreleder Norske Alpinanlegg og fjelldestinasjoner og destinasjonssjef Skistar Trysil.
- Odd Stensrud - nestleder styret Norske Alpinanlegg og fjelldestinasjoner og daglig leder Alpinco
- Marius Arnesen - styremedlem Norske Alpinanlegg og fjelldestinasjoner og resort manager Norefjell

Veilederen er utarbeidet med smittevernfaglige råd fra kommuneoverlegene i Hemsedal og Trysil, Camilla Cecilie Underland og Hanna Sofia Rydlöv, og den er gjennomlest av FHI.

Vi har fått bistand fra rådgivningsfirmaet First House i utarbeidelse av veilederen.

## Ansvar

- **Ledelsen i anleggene er selv ansvarlig for at drift skjer i samsvar med gjeldende lover og regelverk.**
- **Ledelsen er ansvarlig for å sikre en forsvarlig drift som tar hensyn til smittevern, og plassere ansvar for ulike oppgaver i forbindelse med smittevernradene, Jf. forskrift om smitteverntiltak mv. ved koronautbrudd (covid-forskriften), § 15b, 14a om serveringssteder, og §13 om arrangementer.**
- Ledelsen bør vurdere om anlegget skal utarbeide ROS-analyse som også tar hensyn til konsekvensene av nedstenging i kortere eller lenger perioder som følge av økende smitte lokalt eller nasjonalt.
- Planer for smittevern må tilpasses lokale forhold etter råd gitt i denne veilederen, og i samarbeid med kommunen/kommuneoverlegen. Pandemien kan bli langvarig. Ulike faser av pandemien og ulik smittespredning i landet vil kunne kreve tilpassede tiltak.
- Ledelsen må sørge for nødvendig opplæring og informasjon til ansatte og gjester, og at dette løpende blir fulgt opp i driften.
- Alle gjester skal informeres ved kjøp av heiskort om at de skal følge smittevernradene, og at de ikke skal være til stede i området ved symptomer på luftveisinfeksjon. Brudd på disse reglene kan medføre bortvisning fra området. Dette bør fremkomme av anleggets kjøpsbetingelser.

Det er tre grunnpilarer for å bremse smittespredning som skal følges overalt:

1. Syke personer og personer i karantene skal holde seg hjemme
2. God hånd- og hostehygiene og godt renhold
3. Holde 1 meters avstand til andre enn dine nærmeste og generelt redusere kontakt mellom personer

Det aller viktigste smitteverntiltaket er at syke personer holder seg hjemme. Hostehygiene og avstand er avgjørende for å begrense dråpesmitte, mens håndhygiene, og spesielt å unngå å ta seg i ansiktet med urene hender, er viktig for å hindre kontaktsmitte. Økt fysisk avstand mellom mennesker reduserer muligheten for smitte, også før symptomer på sykdom oppstår.

### Generelt

- **Det skal utpekes smittevernansvarlig(e) i hvert anlegg, og evt. Hver avdeling i anlegget.**
- Ledelsen og smittevernansvarlig i hvert enkelt anlegg har et særskilt ansvar for å holde løpende dialog med kommunen og kommunelege, være oppdatert på smittesituasjonen i sitt lokalmiljø og følge gjeldende råd og krav fra myndighetene og bransjeorganisasjonene.
- Det skal legges til rette for at ansatte kan holde avstand til andre ansatte og kunder, etableres faste skift, unngå samtidige pauser, primært utendørs møtepunkter, unngå felles mat og drikke etc.

### Informasjon

- Ledelsen/smittevernansvarlige i virksomheten skal til enhver tid holde seg og ansatte oppdaterte på råd og veiledning fra myndighetene.
- Ledelsen/smittevernansvarlig i virksomheten skal regelmessig informere, og ved behov kurse ansatte om nye smittevern-, renholds- og hygienerutiner.
- Alt personale skal ha gjennomgått opplæring for å kunne informere gjestene om smittevernrutiner. Dette bør dokumenteres for å sikre etterprøvbarehet.

- Ledelsen har ansvar for å sørge for nødvendig informasjon og veiledning til gjester om smitte- og hygienerutiner.
  - Gjester skal informeres før ankomst via hjemmeside, sosiale medier, i bookingbekreftelse om dette er mulig, og gjerne henvises til kommunens, [HelseNorge](#) og [Folkehelseinstituttets](#) hjemmesider for oppdatering om smittesituasjonen lokalt, og nasjonale regler for smittevern og karantene
  - Ved ankomst til anleggene skal smittevernreglene fremgå av TV-skjermer og plakater etc.

### Arbeidsgiveransvaret

Ledelsen har ansvar for å risikovurdere arbeidsmiljøet, inkludert farer og problemer som kan oppstå som følge av smitte.

Ledelsen må utarbeide en beredskapsplan og sørge for nødvendig kontinuitetsplanlegging, og iverksette tiltak for å hindre smittespredning (ROS-analyse).

Som arbeidsgivere skal ledelsen også risikovurdere arbeidsmiljøet med tanke på risiko for smitte.

Basert på risikovurderingen skal arbeidsgiver utarbeide en plan, og iverksette nødvendige tiltak. Bedriftshelsetjenesten kan bistå i dette arbeidet. Det finnes mer informasjon om dette på [Arbeidstilsynets nettsider](#).

### Risikoutsatte ansatte

Ansatte som tilhører grupper med høyere risiko for alvorlig forløp av covid-19 bør vurderes individuelt med tanke på tilrettelagt arbeid, eller omplassering i samråd med fastlege eller annen lege.

I noen situasjoner bør tilrettelegging av arbeidet vurderes for de som har moderat/høy risiko for alvorlig forløp. Hvis det blir mye smitte i samfunnet, vil dette også gjelde de som har lett økt risiko. Ved mye smitte i samfunnet kan det også bli aktuelt med sykemelding til personer med moderat/høy risiko hvis tilrettelegging ikke er mulig.

### For nærmere informasjon om risikogrupper:

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/risikogrupper/>

## Tilsyn og straff

I henhold til [covid-19 forskriften § 18](#) har kommunen ansvar for å føre *tilsyn med virksomheters etterlevelse av smitteverntiltak*. Kommunen fører tilsyn med at virksomhetene driver smittevern faglig forsvarlig, fj. [Forskriftens kapittel 4 og 5](#). Kommunen kan gi pålegg etter [smittevernloven § 7-1](#) eller [folkehelseloven kapittel 3](#).

Videre sier [covid-19 forskriften § 19](#) at forsettlig eller grovt uaktsom overtredelse av bestemmelser i forskriften, straffes med bøter eller fengsel inntil 6 måneder, jf. [smittevernloven § 8-1](#).

Brudd på smittevernreglene kan også medføre erstatningsansvar. Krav kan reises av enhver som har lidd et økonomisk tap som følge av anleggets overtredelse av reglene.

## Spesielt for ansatte

- Legg til rette for at ansatte kan utføre god håndhygiene (håndvask/hånddesinfeksjon).
- Ansatte benytter egne garderobes om mulig, og sørger for å overholde nødvendige avstands- og hygieneregler.
- Vær ekstra oppmerksomme på hygiene rundt kjøkken/spiserom. Ulike ansattegrupper kan tildeles dedikerte tider i personalkantiner der det er praktisk mulig, og det tilrettelegges for 1 meter avstand. Det viktigste er at de som er i kantinen holder avstand til hverandre og vasker hender/bruker hånddesinfeksjon før og etter mat.
- Pauseareal rengjøres regelmessig med vanlige rengjøringsmidler.
- Alle ansatte rydder og holder sine arbeidsplasser/stasjoner ryddige
- Felles nettbrett, datamaskiner/tastaturer vaskes etter bruk.
- Begrens bruk av offentlig transport der det er mulig.

### For mer informasjon se:

- Folkehelseinstituttets informasjon om [råd til arbeidsplasser](#).
- Folkehelseinstituttets råd for [rengjøring og desinfeksjon ved covid-19 til sektorer utenfor helsetjenesten](#).

## Smitteforebyggende tiltak for ansatte og gjester

### Vurdering av egen helsetilstand

- Alle ansatte og besøkene skal vurdere egen helsetilstand med hensyn til symptomer på akutt luftveisinfeksjon, og ikke gå på jobb eller besøke alpinanlegg eller tilknyttede næringer hvis de tror de kan være syke.
- Ansatte og besøkende skal forlate anleggene og tilknyttede virksomheter umiddelbart dersom de utvikler symptomer på luftveisinfeksjon og informere arbeidsgiver.

### Karantene

#### **Personer i karantene skal ikke oppholde seg i alpinanlegget eller tilknyttede virksomheter.**

Disse skal være i karantene i 10 dager for å hindre at de smitter andre før de selv får symptomer.

Reglene kan endres raskt og det er viktig at virksomhetene sørger for å følge oppdateringer fra myndighetene nøye. I [covid-19 forskriftens § 5](#) som omtaler krav til personer som er i karantene angis blant annet følgende:

*«Personer som er i smitte- eller innreisekarantene, skal oppholde seg i eget hjem eller på annet egnet oppholdssted, og kan kun oppholde seg utenfor hjemmet eller oppholdsstedet hvis de kan unngå nærkontakt med andre som de ikke bor sammen med.»*

I kapittelet [«Avstand, karantene og isolering»](#) i Koronaveilederen gir FHI følgende råd til personer i karantene:

1. Unngå steder hvor det er vanskelig å holde avstand
2. Som hovedregel ikke oppsøke offentlige steder, slik som butikker og kaféer. Ved mangel på alternativer kan du gå ut for å gjennomføre nødvendige ærend i butikk eller apotek – men sørg for å holde tilstrekkelig avstand (minst 1 meter) til andre og unngå kø

## For mer informasjon:

- Folkehelseinstituttets regler om [avstand, karantene og isolering](#)
- HelseNorges råd til publikum om [karantene og isolasjon](#)

### Litt, mye eller helt avstand?

Ved å holde avstand bremser vi korona (covid-19)

**Til deg som er nærkontakt eller har vært på reise og skal i**  
**KARANTENE**

- Ikke gå på skole eller jobb.
- Ikke ta offentlig transport.
- Unngå besøk.
- Du kan gå tur, men med godt over 1 meters avstand til andre.
- Du kan gjøre helt nødvendige ærender i matbutikk eller apotek.
- Barn kan omgås de andre i husstanden som normalt, men hold god avstand mellom voksne.
- De du bor med er ikke i karantene.
- Hvis du får symptomer på luftveisinfeksjon, skal du isolere deg og testes.
- Ved positiv test skal du over i hjemmeisolering.

**Råd til alle i befolkningen**

- Husk god hånd- og hostehygiene.
- Du og dine nærmeste kan omgås normalt.
- Hold økt avstand til andre enn dine nærmeste, minst 1 meter.
- Dersom du får symptomer på luftveisinfeksjon må du holde deg hjemme.
- Har du symptomer på covid-19 bør du testes.

**Til deg som har påvist eller sannsynlig covid-19 og er satt i**  
**HJEMMEISOLERING**

- Hold deg hjemme.
- Hold helt avstand til andre du bor sammen med.
- Hvis mulig, bruk eget rom og bad.
- Vask overflater hyppig.
- Få hjelp til å handle.
- Avtal med legen din hvordan du skal følge med på helsetilstanden din.
- De du bor sammen med skal være i karantene.

Oppdatert 2020-03-30

FHI

## Tre grunnpilarer for å bremse smittespredning

1. Syke personer og personer i karantene skal holde seg hjemme
2. God hånd- og hostehygiene og forsterket renhold
3. Holde minst 1 meters avstand til andre enn sine nærmeste og generelt redusert kontakt mellom personer

Om lag åtte av ti voksne personer har kun milde symptomer som kan være vanskelige å skille fra andre luftveisinfeksjoner. De hyppigst initiale symptomer på covid-19 er halsvondt, forkjølelse og lett hoste, i tillegg til sykdomsfølelse, hodepine og muskelsmerter. Lukt og smaksans kan også påvirkes.

## Personer som ikke kan være fysisk til stede i anleggene

- Personer som har symptomer på luftveisinfeksjon, selv ved milde symptomer. Disse personene bør testes for covid-19.
- Personer som er i karantene og/eller isolasjon.

Man regner med at personer med symptomer er mest smittsomme, men viruset kan smitte 1-2 døgn før symptomstart og er antagelig mest smittomt rundt tidspunkt når symptomene oppstår.

Symptomer på covid-19 kan være milde og vanskelige å skille fra andre luftveisinfeksjoner. Det er derfor viktig at personer med selv milde luftveissymptomer ikke møter fysisk på jobb eller i andre sammenhenger der de møter andre.

Dette skal kommuniseres tydelig til ansatte, gjester og andre besøkende.

## Personer som kan være fysisk til stede

- Personer som ikke har symptomer på akutt luftveisinfeksjon.
- Personer som ikke er i karantene

- Ansatte, brukere og andre som har gjennomgått luftveisinfeksjon, og der det ikke er mistanke om eller påvist covid-19, kan være tilstede når de igjen er ved god allmenntilstand (det vil si at man føler seg frisk og feberfri).
- Ved gjennomgått covid-19 gjelder egne råd for når isolasjon/karantene kan oppheves, angitt av helsetjenesten og [www.fhi.no](http://www.fhi.no)
- Risikogrupper oppfordres til å søke råd fra lege før besøk i alpinanlegg.

### Hvis en i husstanden til en ansatt eller gjest er syk

- Hvis en i husstanden har symptomer på luftveisinfeksjon, men ikke bekreftet eller sannsynlig covid-19, kan den ansatte/ brukeren møte på arbeid som normalt. De skal imidlertid dra hjem dersom de får symptomer på covid-19.

### Hvis en i husstanden til en ansatt/ bruker har bekreftet covid-19

Hvis en i husstanden har fått bekreftet covid-19, skal nærkontakter følges opp etter råd fra helsemyndighetene.

### Rutiner ved påvist smitte i anlegget – samarbeid med kommunen

- Ansatte og gjester som blir syke mens de er til stede må dra hjem umiddelbart.
- Syke personer som må hentes av andre, bør vente på et eget rom eller ute der det ikke er andre.
- Syke personer bør ikke ta offentlig transport når de forlater anlegget
- Syke personer bør dekke til munn og nese hvis de ikke kan holde 2 meters avstand til andre for å redusere smittespredning.
- I etterkant rengjøres rom, toalett og andre områder der den syke har oppholdt seg. Vanlige rengjøringsmidler kan benyttes.
- Ved sannsynlig eller bekreftet covid-19 gjelder egne anbefalinger om isolasjon for den syke og karantene for nærkontakter.
- Kommunehelsetjenesten har ansvar for oppfølging rundt covid-19-tilfeller og for å beslutte nødvendige tiltak. Kommunehelsetjenesten definerer hvem som er [nærkontakter](#) til den syke og som derfor skal i karantene eller følges opp på annen måte, og om det er behov for informasjon til andre.
- Hvis det skulle bli behov for ytterligere tiltak er det kommunehelsetjenestens oppgave å vurdere og eventuelt gi pålegg om dette.

### Varsling

- Ansatte som oppdager smitte skal varsle ledelsen umiddelbart.
- Ledelsen skal varsle kommunen umiddelbart

### For mer informasjon se:

Folkehelseinstituttets regler for [avstand, karantene og isolering](#).

### God hånd- og hostehygiene reduserer smitte

- Håndvask med lunkent vann og flytende såpe er en effektiv måte å forebygge smitte. Alkoholbasert desinfeksjonsmiddel er et godt alternativ til håndvask der dette ikke er tilgjengelig.
- Ansatte og gjester oppfordres til å vaske hender grundig og hyppig:
  - Ved ankomst
  - Mellom ulike aktiviteter
  - Etter toalettbesøk
  - Før og etter kjøkkenarbeid og spising



- Engangs papirhåndklær benyttes etter håndvask.
- Desinfeksjonsmiddel og papirhåndklær gjøres tilgjengelig for ansatte og gjester i hele anlegget, og det sørges for hyppig etterfylling.
- Host i albuekroken eller i et papir som kastes. Utfør håndhygiene etterpå.
- Håndhilsning, klemming og fysisk kontakt unngås i den grad det er mulig.
- Unngå å berøre ansiktet.

**For mer informasjon om håndvask og hygiene** se Folkehelseinstituttets råd for [renhold og hygiene](#).

### Godt renhold og vaskerutiner<sup>1</sup>

Koronaviruset fjernes enkelt ved manuell rengjøring med vann og vanlige rengjøringsmidler. For utdypende informasjon om renhold, se Rengjøring og desinfeksjon til sektorer utenfor helsetjenesten FHI.

Gå gjennom rutiner og lokale renholdsplaner, og vurder om det er nødvendig å lage tilpasninger (organisering, ansvar og ressursbehov).

Det er ikke nødvendig å bruke ekstra beskyttelsesutstyr ved rengjøring. Vask hender etter at rengjøring er utført, også hvis man har brukt hansker under rengjøringen.

Det er ikke nødvendig å bruke desinfeksjon rutinemessig. Hvis desinfeksjon likevel brukes, må synlig skitt først tørkes bort med klut eller tørkepapir, ellers virker ikke desinfeksjonsmiddelet. Aktuelle desinfeksjonsmidler er alkoholbasert desinfeksjon og klorin.

- **Det skal utpekes en smittevernsansvarlig per skift og per avdeling som har ansvar for å ivareta smittevernrutinene. Dette bør dokumenteres.**
- Vurder forsterket renhold i anlegget og særlig på utsatte områder. Ved svært lite smitte i samfunnet er det normalt tilstrekkelig med normalt renhold.
- Dørhåndtak, trappegelendre, penner, bankterminal, kasseapparat og andre gjenstander eller kontaktflater som berøres ofte, skal rengjøres hyppig og minst flere ganger daglig.
- Det er lagt til rette for kortbetaling eller annen kontaktløs betaling, og heiskortsalg uten berøring så langt det er mulig.
- Det skal lages sjekklister per område: lokaler, toaletter, vaskeservanter o.l. skal rengjøres minst en gang daglig. Det skal signeres når oppgaven er gjennomført.
- Renhold utføres fra rene til urene flater.

**For nærmere informasjon** se Folkehelseinstituttets råd for [rengjøring og desinfeksjon ved covid-19 utenfor helsetjenesten](#).

### Munnbind

Bruk av munnbind eller tøy-munnbind er anbefalt i visse situasjoner i områder med økende eller høyt smittepress når det ikke kan holdes avstand.

Ved lav smitte er ikke munnbind et hensiktsmessig smitteforebyggende tiltak.

Myndighetene understreker at ved alle grader av smittepress er det viktigste tiltaket å legge til rette for å kunne opprettholde minst 1 meters avstand. Der det ikke er mulig, kan bruk av munnbind redusere risiko for smitte, men vil ikke kunne erstatte avstand som tiltak.

---

<sup>1</sup> <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/rad-og-informasjon-til-andre-sektorer-og-yrkesgrupper/mal-bransjestandard/#bruk-malen-for-aa-lage-egen-bransjestandard>

### Bruk av munnbind i områder med økt smitterisiko

Ved lokale smitteutbrudd skal kommunene, sammen med Helsedirektoratet og Folkehelseinstituttet, vurdere innstramminger av de nasjonale tiltakene og behovet for egne tiltak basert på rundskrivet fra regjeringen.<sup>2</sup>

I områder med økt smitterisiko hvor flere av tilfellene ikke skyldes kjente utbrudd eller er importtilfeller, kan munnbind bli anbefal, eller påbys, i situasjoner der en ikke kan opprettholde minst 1 meters avstand, slik som på kollektivtrafikk. Personer kan passere hverandre uten særlig smitterisiko, og anbefalingen gjelder ikke i slike situasjoner.

### For mer informasjon se

- Råd på Folkehelseinstituttets nettsider [her](#) og [her](#).
- [Rundskrivet med forslag til lokale tiltak](#)

## Skianlegget

**Det skal legges til rette for å kunne opprettholde 1 meters avstand mellom personer i alle situasjoner. Det må unngås trengsel mellom personer i områder der det erfaringsmessig kan bli trengsel slik som i kø til skiheiser, inngangspartier, resepsjoner, toaletter, serveringssteder, butikker etc.**

Det må være mulig å utføre håndhygiene ved behov, sørge for godt og frekvent renhold, særlig av hyppig brukte kontaktpunkter.

**Smittevernveiledere for ulike bransjer:** <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/>

### Registrering av besøkende/ansatte og smittesporing

For å lette helsemyndighetenes arbeid med smittesporing kan anlegg som har mulighet for det, etablere systemer for å registrere gjester. Dette kan, der det er mulig, gjøres gjennom:

- å legge til rette for å registrere besøkende i anleggene, f.eks. ved kjøp av alle typer heiskort: dagskort, ukekort og sesongkort. Registreringen kan gjøres elektronisk eller manuelt avhengig av anleggets størrelse og tilgjengelige elektroniske løsninger.
- legge til rette for å bestille på forhånd og forhåndsregistrere heiskort.
- føre oversiktlige og sporbare vaktlistor.

Registreringen oppbevares i 14 dager for å lette myndighetenes smittesporing ved et eventuelt utbrudd. Gjestene skal informeres om at informasjon lagres i 14 dager og oversikten skal oppbevares på en forsvarlig måte.

### Kapasitet i anlegget –Vurdere maks antall besøkende

Ledelsen i det enkelte anlegg har til enhver tid ansvar for å sørge for smittevernforsvarlig drift. Som del av dette bør alle anlegg vurdere anleggets kapasitet med hensyn til antall besøkende og eventuelt utarbeide en modell for tilpasning til lokal smittesituasjon.

Gjeldende avstandskrav i heis (og i heiskøen) medfører at flere anlegg som normalt har en høy utnyttelse av praktisk heiskapasitet nå må sette en begrensning på hvor mange gjester som kan

---

<sup>2</sup>[https://www.regjeringen.no/contentassets/5a5099f052864a23a513aff6a7a71b54/rundskriv\\_kommunale\\_smitteverniltak\\_201105.pdf](https://www.regjeringen.no/contentassets/5a5099f052864a23a513aff6a7a71b54/rundskriv_kommunale_smitteverniltak_201105.pdf)

tillates i anlegget på samme tid. Type anlegg, lengde på heiser, og kapasitet i nedfart versus kapasitet i heisanlegget, må hensyntas i beregningen.

Har anlegget i stor grad familier fra samme husstand vil kapasiteten prosentvis være noe høyere enn i anlegg med et stort innslag av individuelle gjester, dette på grunn av at gjester fra samme husstand /reisefølge kan kjøre sammen i heisen.

For å beregne ny kapasitet i anlegget slik at avstandskrav kan ivaretas, samtidig som en skal unngå heiskøer kan følgende eksempler være til nytte:

- Hent fram erfaringstall fra tidligere sesonger på dager der anlegget har hatt godt besøk. Viktig her at en ser på et utvalg av dager der trafikkflyten har vært god, dvs at det ikke har vært for lange heiskøer. Antall gjester i bakken pr dag kan hos de fleste hentes fram i billettsystemet.  
Hvis eksempelvis dette tallet er 3000 gjester vil beregningen kunne se slik ut:  
**3000 (gjester) x 50% (grunnet avstandskrav) + 12,5% (korrigering for familier/reisefølge som kjører sammen)= 1687 gjester, som da er ny makskapasitet.**
- Flere anlegg har gjort beregninger av CCC ( Comfortable Carrying Capacity ). Har en dette tallet fra Masterplaner eller lignede kan CCC benyttes som utgangspunkt i beregningen etter samme modell som over.
- For anlegg med flere heiser er det også mulig å gjøre en beregning ut ifra heiskapasitet pr time. Her må en da ta utgangspunkt i anleggets hovedheiser (eks. båndheiser og mindre barneheiser). Hvis et anlegg eksempelvis har en stolheis og to større skitrekke med en samlet heiskapasitet på 4000 personer i timen vil en kunne tillate inntil 1000 gjester inne i anlegget.  
**Beregningsmodell: heiskapasitet pr time x 25% = ny kapasitet (gjester i anlegget).**

*Eventuelle tiltak som bedrer trafikkflyt i heisanlegget kan medvirke til at antallet gjester kan økes noe, men vi anbefaler at en her bør teste ut aktuelle tiltak før en justerer kapasiteten i anlegget.*

## Heisområdet

Det skal legges til rette for å overholde godt smittevern og kontaktreducerende tiltak:

- **Personer som er til stede, både gjester og ansatte, skal som ellers, holde minst 1 meters avstand til andre som ikke er i samme husstand, og generelt redusere kontakt mellom personer.**
- **Det skal legges til rette for å unngå trengsel i heisområdet ved for eksempel å:**
  - **Vurdere å lede trafikken til heiser med kapasitet med informasjon før og under besøk.**
  - **Vurdere å øke hastighet på stolheiser, tilrettelegge med nok bemanning, køordning og legge til rette for flyt i påstigningsområder.**
  - **Vurdere køordningssystemer: god informasjon om hvordan gjestene skal innordne seg i køen før påstigning, jf. Informasjonsmateriell fra Norske alpinanlegg og fjelldestinasjoner**
  - **Vurdere utvidede åpningstider i bakker med lysanlegg.**
- Alle gjester skal informeres ved kjøp av heiskort om at de skal følge smittevernrådene, og at de ikke skal være til stede i området ved symptomer på luftveisinfeksjon.
- Det skal være informasjonsmateriell lett synlig for å minne om smittevernrådene.

### Særskilt til ansatte

- Ansatte i heisene skal å holde 1 meter avstand til gjestene.
- Dersom ansatte skal assistere gjester, bør vedkommende vaske eller desinfisere hendene før og etter kontakt. Ansatte bør ha hånddesinfeksjonsmiddel tilgjengelig.
- Alle ansatte skal gjøres kjent med smitteverntiltakene som gjelder for virksomheten, og legges til rette for at disse kan følges.

### Skiheis

Det skal, som ellers, legges til rette for å overholde godt smittevern og kontaktreduserende tiltak:

- Gjester skal holde 1 meters avstand til andre enn eget reisefølge og egne hustrandsmedlemmer, samt generelt redusere kontakt mellom personer
- Det skal legges til rette for at gjestene kun tar heis sammen med sitt reisefølge og sine hustrandsmedlemmer. Gjestene informeres, og det legges til rette for dette gjennom at heiser ikke aktivt fylles.
- Det «single-kø» skal fjernes for å redusere kontakt mellom personer.
- Unngå kontakt ansikt til ansikt.
- Gjester informeres om at de kan be om bistand ved behov, dette gjelder særskilt i barneheis.

Stolheis:

- Det skal være ett sete mellom fremmede. Hustrandsmedlemmer og reisefølge kan kjøre sammen

T-krok

- Kun en person på hver krok. Hustrandsmedlemmer og reisefølge kan kjøre sammen

Gondol

- Hustrandsmedlemmer og reisefølge kan kjøre sammen.

### Unntak for avstand i heis:

- hustrandsmedlemmer
- personer som er i samme kohort i barnehage eller barneskole
- personer under 20 år som deltar på aktivitetsleir, kulturskole, leirskole, skoleavslutning, andre skolelignende fritids- eller ferietilbud, og de som står for arrangementene

**Bransjeforeningen er i dialog med helsemyndighetene om praktisering av godt smittevern i skiheis.**

### Ski og utstyrsutleie

- Det skal legges til rette for køsystem og forhåndsreservering for å unngå ansamling av folk, der det er mulig.
- Der det ikke er mulig, kan bruk av munnbind redusere risiko for smitte, men vil ikke kunne erstatte avstand som tiltak.
- Plakater og gulvinformasjon som tilrettelegger for å holde 1 meters avstand, og ensrettet bevegelsesmønster der det er mulig.
- Det skal legges til rette for kortbetaling eller annen kontaktløs betaling.
- Alle hjelmer og annet utstyr skal rengjøres med vann og såpe eller desinfiseres etter bruk. Som et alternativ kan hjelmene settes i karantene i 24 timer.
- Hjelmer og staver skal flyttes bak disk for å unngå unødvendig berøring.
- Alle berøringsflater slik som bankterminaler og benker desinfiseres hyppig.

**For nærmere informasjon se Folkehelseinstituttets råd for [rengjøring og desinfeksjon ved covid-19 utenfor helsetjenesten](#)**

## Skiskole

- Syke personer og personer i karantene skal ikke delta på skiskole hverken som deltaker eller instruktør
- Det skal sørges for god hånd- og hostehygiene.
- Personer som deltar på skiskole, skal kunne holde minst 1 meters avstand til personer som ikke er i samme reisefølge.
- Det skal informeres om smitteverntiltakene før oppstart.
- Arrangøren skal ha oversikt over hvem som er til stede for å sikre en rask smittesporing
- Det anbefales maksimalt 20 personer i en gruppe.
- Flere grupper på inntil 20 personer kan samles dersom gruppene holdes adskilt og de enkeltvis og samlet kan overholde smittevern rådene.
- Det bør vurderes å redusere antall deltakere og øke antall instruktører.
- Deltakerne bør deles inn i faste grupper, og fortrinnsvis samle deltakere som omgås i andre sammenhenger.
- Begrens kontakt mellom hånd og ansikt og begrens deling av felles utstyr og gjenstander.
- Rengjør med vann og såpe alt felles utstyr før og etter bruk og ved nødvendig bytte mellom personer.

For mer informasjon se:

- [Helsedirektoratets veileder for idretten](#)
- [Helse- og omsorgsdepartementets pressemelding av 5.11.](#)

**Kommunen kan innføre strengere tiltak lokalt på grunn av smittesituasjonen. Se nettsiden for den aktuelle kommunen for mer informasjon.**

## Skirenn/konkurranser/treningssamlinger

For å bidra til samfunnets felles innsats for å få smittesituasjonen under kontroll anbefaler Norske alpinanlegg og fjelldestinasjoner at det ikke gjennomføres treningssamlinger med mer enn inntil 20 personer. Denne anbefalingen gjelder inntil smittesituasjonen er kommet under kontroll og myndighetene løsner opp i sin anbefaling om minst mulig sosial kontakt.

[Renn kan gjennomføres i tråd med myndighetenes anbefalinger og idrettens retningslinjer.](#)

- Helsedirektoratets veileder for idrett, kultur, fornøylesparker og frivillige organisasjoner
- [Helsedirektoratets veileder for idretten](#)
- Folkehelseinstituttets anbefalinger ved for [treningssamlinger for barn og unge](#).
- [Skiforbundets koronaveileder](#) og [veileder for klubber og kretser, inkludert samlinger](#).

**Kommunen kan innføre strengere tiltak lokalt på grunn av smittesituasjonen. Se nettsiden for den aktuelle kommunen for mer informasjon.**

For nærmere informasjon se:

- Helsedirektoratets veileder for idrett, kultur, fornøylesparker og frivillige organisasjoner
- [Helsedirektoratets veileder for idretten](#)
- Folkehelseinstituttets anbefalinger ved for [treningssamlinger for barn og unge](#).
- [Skiforbundets koronaveileder](#) og [veileder for klubber og kretser, inkludert samlinger](#).

**Kommunen kan innføre strengere tiltak lokalt på grunn av smittesituasjonen. Se nettsiden for den aktuelle kommunen for mer informasjon.**

## Skipatrolje

- Det bør tilstrebes å inndelegge patruljene til faste arbeidslag.
- Skipatroljen skal kun transportere personer tett på scooter når det anses nødvendig
- Patruljen skal bruke munnbind når de transporterer pasienter med symptomer på luftveisinfeksjon på samme måte som helsepersonell.

## Transport - skibusser og skitaxi

### Informasjon til passasjerer

Det skal være informasjonsmateriell for gjester på alle transportmidler, samt på holdeplasser og andre områder der gjester oppholder seg (plakater, informasjonsskjermer og annet).

Alle gjester skal informeres om at man ikke skal bruke kollektivtransport ved symptomer på luftveisinfeksjon, eller hvis man er i karantene eller isolering. Gjester skal ~~bør~~ også få informasjon om anbefalte smitteverntiltak.

Alle skibusser og taxier skal følge helsemyndighetenes smittevernveileder for kollektivtransport.

Ved økende smitte i samfunnet anbefaler FHI at folk bruker munnbind på offentlig transport når det ikke er mulig å holde 1 meters avstand til andre passasjerer.

### Særskilt om ansatte

- Sjåførere og annen betjening bør tilstrebe å holde en meters avstand til gjestene. Kontakt mellom ansatte og gjester kan begrenses, for eksempel ved at ansatte betjener kun en del av transportmiddelet.
- Dersom den ansatte skal assistere gjester bør den ansatte vaske eller desinfisere hendene før og etter kontakt. Behov for smittevernutstyr vurderes i hvert enkelt tilfelle. Ansatte bør ha hånddesinfeksjonsmiddel tilgjengelig.
- Alle ansatte skal gjøres kjent med smitteverntiltakene som gjelder for virksomheten, og legges til rette for at disse kan følges.

### Taxi

- Passasjerer bør sitte i baksetet.

**For mer informasjon om buss og taxi se:** [Helsedirektoratets veileder for kollektivtransport.](#)

### Lokale tiltak

Kommunene kan innføre strengere tiltak lokalt på grunn av smittesituasjonen

Se nettsiden til den aktuelle kommune for informasjon om lokale tiltak.

## Serviceområder og butikker

- Det skal legges til rette for 1 meters avstand mellom personer i alle områder. Der det er behov, kan det være aktuelt med begrensning av antall personer som kan være i lokalet samtidig
- Unngå for stor personbelastning i ventearealene.
- Der forholdene ligger til rette for det, kan også venteområder være utendørs.
- Trange fellesarealer bør ikke brukes til opphold. Hvis dette ikke kan unngås, kan det settes frem stoler for å sikre tilstrekkelig avstand og begrense antall personer som benytter det samtidig.
- Personer kan passere hverandre og være kortvarig i samme område uten større smitterisiko.

- Det legges til rette for forhåndssalg for å minske ansamling av folk.
- Det bør legges til rette for heiskortsalg og annet billettsalg ved f.eks. bruk av automater i friluft.
- Det bør etableres oppmerking eller nummersystem som bidrar til minimum 1 meters avstand.
- Ansatte skal sørge for å holde minst 1 meters avstand. Det er greit å passere hverandre i kortere tidsrom.
- Det er lagt til rette for kortbetaling eller annen kontaktløs betaling.
- Alle berøringsflater slik som bankterminaler og benker rengjøres eller desinfiseres hyppig.

For mer informasjon se [egen veileder for varehandel og arbeidsliv](#).

#### Lokale tiltak

- Kommunene kan innføre strengere tiltak lokalt på grunn av smittesituasjonen.
- Se [rundskriv om forslag til lokale smitteverntiltak](#).

#### Garderobe og dusjanlegg

- 1 meters avstand bør opprettholdes mellom personer
- Det lages merking for 1 meters avstand mellom de som oppholder seg i garderober og dusjer.
- Forsterket renhold, spesielt berøringspunkter og overflater (dørhåndtak, hårføner, trappegelendre, toalettseter, kraner, dispensere, benker, garderobeskap mv.). Kontaktflater som berøres ofte rengjøres hyppig avhengig av antall personer og kontakthypighet.
- Hårføner kan brukes hvis man utfører håndvask før og etter bruk.
- Gangsoner i dusj- og badeanlegg vaskes hyppig.

#### Cafeer, restauranter, barer, afterski, varmistuer utearrangementer og kjøkken

**Serveringssteder, som restaurant, kafe, bar og pub, og utested, som diskotek, nattklubb og lignende må følge bestemmelsene i covid-19 forskriftens §14a:**

*Krav til smittevern faglig forsvarlig drift ved serveringssteder*

**Smittevern faglig drift.** Serveringssteder, som restaurant, kafe, bar og pub, og utested, som diskotek, nattklubb og lignende, kan holde åpent dersom driften er smittevern faglig forsvarlig.

Smittevern faglig forsvarlig drift innebærer at virksomheten skal sørge for at besøkende og personell kan holde minst 1 meters avstand til personer i annen husstand, at den har utarbeidet rutiner for god hygiene og godt renhold, og at disse rutinene blir overholdt. Serveringsstedet skal sørge for at det er minst 1 meters avstand mellom sitteplassene ved gjesters ankomst og at det tas hensyn til dette ved bestilling av bord, likevel slik at husstandsmedlemmer kan sette seg nærmere hverandre.

Serveringsstedet skal treffe tiltak for å minne besøkende om at de bør holde avstand til andre enn husstandsmedlemmer.

**Alkoholservering.** Ved serveringssteder som har skjenkebevilling skal servering av alkohol skje ved bordservering, og det skal være sitteplasser til alle gjester. Kommunen kan forby skjenking av alkohol etter smittevernloven § 4-1.

Det er fra natt til lørdag 7. november innført nasjonal skjenkestopp kl. 24.00.

Serveringssteder med skjenkebevilling kan ikke slippe inn gjester etter kl. 22.00

**Registrering av besøkende.** Serveringssteder som har skjenkebevilling skal registrere kontaktopplysninger til de gjestene som samtykker til det. Det er tilstrekkelig å registrere opplysningene til én person i hver gruppe. Serveringsstedet skal likevel oppfordre til at flest mulig oppgir kontaktopplysninger. Med kontaktopplysninger menes informasjon som gjør det mulig å komme i kontakt med gjesten, for eksempel telefonnummer. Serveringsstedet skal også registrere dato og tidspunkt for besøket, og om mulig plassering i lokalet. Kontaktopplysningene skal kun brukes for å bistå kommunen ved en eventuell senere smitteoppsporing etter smittevernloven § 3-6. Ved forespørsel skal opplysningene utleveres til dette formålet. Opplysningene skal oppbevares forsvarlig og slettes etter 14 dager. Serveringsstedet skal informere den som registreres om formålet med registreringen og hvor lenge kontaktinformasjonen oppbevares.

**Maksgrense for private sammenkomster.** Serveringsstedet skal ikke ha servering for privat sammenkomst med flere enn 50 personer.

Utearrangementer må følge krav til arrangementer i forskriftens § 13

- **For mer informasjon se:** Folkehelseinstituttets anbefalinger ved [store arrangementer Råd om arrangementer](#).
- [Bransjeveileder for serveringssteder](#).
- **For kjøkken se [forskriftsfestede krav i covid-19-forskriftens §15](#).**

**Lokale tiltak ved høy smitte:**

- Kommunene kan innføre strengere tiltak lokalt på grunn av smittesituasjonen,
- [Rundskrivet med forslag til lokale tiltak](#)

## Private sammenkomster og arrangementer

**Innendørsarrangementer:**

- Innendørs på offentlig sted er det tillatt med inntil 50 personer dersom det *ikke* er fastmonterte seter.
- Innendørs på offentlig sted er det tillatt med inntil 200 personer dersom det er fastmonterte seter.

**Utendørs arrangementer:**

- Utendørs på offentlig sted er det tillatt med inntil 600 personer, så lenge publikum sitter i fastmonterte seter, og er inndelt i grupper på inntil 200 personer. Arrangøren skal sørge for at det er minst 2 meters avstand mellom personer i ulike grupper til enhver tid.
- For arrangementer der publikum ikke sitter i fastmonterte seter er grensen 200 personer.

Ansatte og oppdragstakere som står for gjennomføringen av et arrangement kommer i tillegg til de 50/200/600.

For arrangementer som varer over lengre tid kan kohortene skiftes ut i løpet av dagen. Bytte av kohort må skje på en smittevern-faglig forsvarlig måte og det kan ikke være kontakt mellom kohortene.



Ansatte og arrangørene kan være de samme for flere kohorter.

#### **Private sammenkomster**

- Det er en grense på inntil **20 personer** på **private sammenkomster** på offentlig sted og i leide lokaler

#### **Med arrangement menes:**

Med arrangementer menes følgende sammenkomster på offentlig sted eller i lokaler og utendørs arealer som leies eller lånes ut, inkludert hoteller, grendehus, forsamlingshus, konferansesaler og haller:

1. idrettsarrangement som stevne, cup, turnering og kamp, men ikke organisert trening
2. kulturarrangement som konserter, utstillingsåpninger, opera, ballett, teater og kino, men ikke organiserte øvelser, trening og prøver
3. seminarer, konferanser, kurs og andre faglige sammenkomster, inkludert bespisning uten servering av alkohol, men ikke møter eller sammenkomster som ledd i ordinært arbeid eller undervisning på skole eller universitet
4. livssynssamlinger og seremonier, inkludert seremonier ved bryllup, begravelser, dåp og konfirmasjon
5. varemesser og midlertidige markeder, men ikke loppemarkeder til inntekt for frivillige organisasjoner

Arrangør må kunne formidle kontaktinformasjon videre til helsetjenesten dersom det blir nødvendig med smitteoppsporing. Det er helsetjenesten som er ansvarlig for å gjennomføre en evt. smitteoppsporing.

#### **For mer informasjon se:**

- Helsedirektoratets veileder om [arrangement, gruppestørrelse og avstand](#)

#### **Lokale tiltak ved høy smitte:**

- Kommunene kan innføre strengere tiltak lokalt på grunn av smittesituasjonen,
- [Rundskrivet med forslag til lokale tiltak](#)

#### **Krav til gjennomføring**

Alle arrangement må ha en ansvarlig arrangør som sørger for at sammenkomsten gjennomføres i henhold til smitterverne reglene. Arrangøren kan være en privatperson eller en profesjonell aktør. De som er til stede skal informeres om hvem som er arrangør og hvem som kan kontaktes ved spørsmål om smittevern.

Arrangøren skal:

- sørge for at gjestene kan holde én meters avstand, målt fra skulder til skulder, til de man ikke bor sammen med til vanlig (unntak fra avstandsregelen gjelder for gruppene angitt i [covid-19-forskriften §13c](#)).
- iverksette tiltak som bidrar til at syke ikke er til stede.
- gjøre det mulig å ivareta god hygiene ved ankomst og underveis i arrangementet.
- skrive ned navn og kontaktinformasjon hvis det er nødvendig for å ha oversikt over deltakerne ved en eventuell smittesporing, og slette informasjonen etter 14 dager.
- sørge for bordservering dersom arrangementet har skjenkebevilling.

- sørge for at det skal være minst ett sete mellom deltakere på samme rad (unntatt personer fra samme husstand) og at det er en meters avstand mellom deltakerne i alle retninger, dersom arrangementet holdes i et lokale med fastmonterte seter.

Se også [spørsmål og svar om arrangementer \(regjeringen.no\)](https://www.regjeringen.no) og [koronainformasjon til befolkningen \(helsenorge.no\)](https://www.helsenorge.no).

## Kommunikasjon

### Hovedbudskap

- Hold minst 1 meter avstand
- Vask hendene ofte
- Nys og host i albuekroken.
- Kom frisk. Reis hjem igjen hvis du har akutte luftveissymptomer.

### Informasjon til gjester og forhåndsbookinger fra Norge og andre land

Alle gjester bør, når de bestiller reisen, oppholdet eller andre aktiviteter, minnes om smittevernanbefalingene og karantene/innreisebestemmelser, i tråd med myndighetenes råd.

Det bør også minnes om dette når oppholdet er nært forestående, for eksempel med SMS-varsel.

Informasjon bør gjøres tilgjengelig på flere språk, på egne nettsider, brosjyrer, og kjøps- og bestillingspunkt.

Turoperatører og andre samarbeidspartnere bør gjøres oppmerksomme på de til enhver tid gjeldene regler og råd.

## Information in English

National measures that apply to everyone from 5th November [here](#) and [here \(to the general public\)](#).

From November 5 the Norwegian Government requires a [negative Covid-19 test for foreign nations](#) entering Norway. Foreign nations who cannot present documentation of such a test can be refused entry.

**Information material to all travelers to Norway is found [here](#).**

## To all travellers to Norway

### **We ask everyone travelling to Norway to help reduce the risk of bringing Covid-19 into the country.**

The Norwegian health authorities recommend that anyone who has symptoms or who suspects they have been in contact with an infected person, and anyone who has been in a "red country", be tested for Covid-19 when arriving in Norway.

The test is voluntary and free of charge. Tests are performed at a testing station at the place of arrival.

You may be infected even if the test comes back negative. For this reason, the quarantine rules apply regardless of the test result. If you are coming from a country for which quarantine is required, you therefore have to go into quarantine even if you take the test.

The test result will be available within 3 days at the latest. If the test shows that you have Covid-19, you will be contacted and monitored by the health service in the municipality where you reside or are staying.

You therefore need to provide the address where you are living/staying and your phone number.

We do not have the means to issue all the negative test results. If you have not heard from us within 3 days, that means you have tested negative.

However, if you are a permanent resident of Norway, you can find the test result at Min side, HelseNorge.no. In some municipalities, travellers who are not resident in Norway will be sent a login link by SMS. Support is not available for login problems. Anyone who tests positive for Covid-19 will be contacted by the health service and monitored.

The test centre is only able to conduct testing.

If you feel ill, contact a doctor. Residents of Norway should contact their GP or out-of-hours medical service. Travellers who are residents of another country should call the out-of-hours medical service on 116117 if they fall ill.

If there is a high demand for testing at any time, the test centre will have to prioritise who is tested. Anyone with symptoms, or who knows they have been in contact with people infected with Covid-19, will be given priority.

### **Thank you for agreeing to be tested!**

Bjørn Guldvog  
Director General of Health

## Kilder og nyttige nettsider

- [Rundskriv om forslag til lokale smitteverntiltak](#)
- [Helsedirektoratets veileder for idretten](#)
- [Skiforbundets koronaveileder](#)
- [FHIs veileder for renhold og deinfeksjon ved covid-19 for sektorer utenfor helsetjenesten](#)
- [NHOs bransjeveileder for trygg servering](#)
- [Mattilsynets råd til næringsmiddelvirksomheter](#)
- [Råd til all varehandel](#)
- [Arbeidstilsynets tiltak mot smitte i arbeidslivet](#)
- [FHI oppfølging av nærkontakter, karantene og hjemmeholering](#)
- [Helsedirektoratets regler om arrangementer](#)
- [Helsedirektoratets smittevernveileder for kollektivtransport](#)
- [Munnbind](#)
- [Karantenereregler](#)

## Sjekkliste for godt smittevern

Tiltak	Merknad
Ledelsens overordnede ansvar	
Opplæring av ansatte og andre ved at de gjøres kjent med innholdet i denne veilederen	
Informasjon til gjester om nye rutiner	
Lage plan for hygienetiltak og renhold	
Vurdere å lage plan for alternerende oppmøtetider og oppmøtesteder	
Opprette dialog med eventuelle ansatte som er i risikogruppe og som kan ha behov for tilrettelegging	
Syke personer skal ikke møte i tjenestene	
Syke personer skal holde seg hjemme, selv ved milde symptomer.	
Tjenestestedet skal forlates dersom ansatte eller gjester blir syke.	
God hygiene	
Sikre at det er nok såpe og tørkepapir tilgjengelig ved alle håndvaskstasjoner og toaletter	
Henge opp plakater om håndvaskrutiner og hostehygiene	
Vask hendene ofte og grundig (bruk ev. hånddesinfeksjon)	
Host og nys i papirlommetørkle eller i albukroken	
Plan for renhold inkludert hyppighet og metode	
Forsterke renholdet på utsatte områder som berøres hyppig (dørhåndtak, gelendre, bordplater, osv.)	
Plassere alkoholbasert desinfeksjon der ikke håndvask er tilgjengelig	
Redusert kontakt mellom personer	
Tilstrebe minst 1 meters avstand mellom personer, gjerne mer	
Plan for å holde avstand i fellesarealer som garderobes, venterom, toaletter, heiser etc	
Merking på gulv for å sikre avstand i områder der det kan oppstå trengsel	
Begrens antall tilstedeværende personer	
Vurdere bruk av rom i forhold til antall personer, ta i bruk større lokaler hvis mulig	
Plan for avstand mellom personer og hygienetiltak ved måltider/i kantine	

## Risikovurdering av arrangementer

Risikovurdering kan omfatte punktene beskrevet i tabellen under.

Risikofaktor	Vurdering	Risikoreducerende tiltak
Smittespredning av covid-19 i kommunen	Ved lokal smittespredning er det stor risiko for smitte ved arrangementer	Avlyse / utsette Webinar eller lignende hvis mulig
Internasjonal deltagelse	Gjester fra røde land skal i karantene Ansatte fra røde land skal i karantene  Det iht. covid-19-forskriftens §6, 8. ledd for arbeidstakere som kommer fra EØS-/Schengenområder kan det gis unntak fra karanteneplikt forutsatt testing to ganger, jf. <a href="https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2020-03-27-470#KAPITTEL_2">https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2020-03-27-470#KAPITTEL_2</a> .	Sikre god informasjon Personer med luftveissymptomer skal ikke komme på arrangementet
Risikogrupper	Eldre personer og personer med underliggende kronisk sykdom har høyere risiko for alvorlig forløp av covid-19	Sikre god informasjon Hygienetiltak
Innendørs eller utendørs arrangement	Det er større smitterisiko ved innendørs arrangementer enn utendørs	Vurder om hele eller deler av arrangementet kan holdes utendørs
Antall deltagere / utøvere / publikum	Et stort antall deltagere/utøvere/publikum og tett kontakt øker risiko for smitte. Avstandskrav (minimum en meter mellom personer) må overholdes.	Begrense antall Redusere nærkontakt, for eksempel ved å redusere antall publikum, regulere publikumsområder, øke antall toaletter
Åpent arrangement	Det vil være usikkerhet rundt antall, tilstedeværelse av personer fra utbruddsområder, risikogrupper og annet. Åpent arrangement er per nå ikke tillatt	Kartlegge og estimere antall Begrense antall deltagere hvis mulig
Matsservering / alkoholserving	Matsserveringssteder er ofte forbundet med tett kontakt. Alkoholserving kan redusere effekt av smitteverntiltak	Hygienetiltak Øke kapasitet på antall serveringssteder og spiseplasser eller eventuelt avvikle hele eller deler av serveringstilbudet
Transport	Transport til og fra arrangementer er ofte forbundet med smitterisiko på grunn av tett kontakt	Øke kapasitet på transport Sikre godt renhold på transportmidler Se <a href="#">veileder for kollektivtransport</a>
Varighet på arrangementet	Langvarige arrangementer vil kunne øke sannsynlighet for smittespredning	Vurdere å korte ned arrangementet

## Sjekkliste for godt smittevern i forbindelse med arrangementer

Tiltak	Merknad
<b>Arrangørens overordnede ansvar</b>	
Sørge for at ansatte er kjent med gjeldende smitteverntiltak	
Sørge for at det foreligger en plan for håndtering, isolering og oppfølging av mistenkt smittede, samt for rengjøring av lokale eller toalett der den syke har oppholdt seg	
Sørge for å ha oversikt over hvem som er tilstede på arrangementet for å kunne bistå kommunen ved en ev. smitteoppsporing	
Gjøre informasjon om gjeldende smitteverntiltak tilgjengelig via informasjonsplakater eller annet informasjonsmaterieil	
Informere deltagere/utøvere/publikum om gjeldende smitteverntiltak før oppstart. Vurdere om informasjonen bør gjøres tilgjengelig på flere språk	
Sikre at det er tilstrekkelig med ansatte for å kunne ivareta anbefalte smitteverntiltak	
<b>Hygienetiltak</b>	
Sikre at det er nok såpe og tørkepapir tilgjengelig ved alle håndvaskstasjoner og toaletter	
Sikre at tilstrekkelig antall håndvask/hånddesinfeksjon punkter er tilgjengelig for deltagere/utøvere/publikum	
Henge opp plakater om håndvaskrutiner og hostehygiene	
Henge opp alkoholbasert desinfeksjon der håndvask ikke er tilgjengelig	
<b>Redusert kontakt mellom personer</b>	
Sikre at arealene tillater at avstandskravene kan ivaretas mellom personer under hele arrangementet	
Vurder å introdusere merking på gulv for å sikre avstand i områder der det kan oppstå trengsel	
Informere om å begrense bruk av offentlig transport til og fra arrangementet der det er mulig	
Begrense antall ledsagere utover det som er nødvendig	
<b>Renhold</b>	
Gjennomgå lokale renholdsplaner med tanke på organisering, ansvar og ressursbehov, og gjøre tilpasninger der det er behov. Det bør legges en plan for hyppighet og metode for renhold	
Sørge for forsterket renhold av sanitæranlegg og hyppig berørte kontaktflater	