

Bardziej rygorystyczne środki krajowe, aby ograniczyć zakażenia

Rząd wprowadza nowe ogólnokrajowe środki kontroli zakażeń, aby nie przeciążać systemu zdrowia i opieki oraz chronić krytyczne funkcje społeczne. Zaostrzone zostaną zasady dotyczące wydarzeń i branży restauracyjnej dla dorosłych, w kulturze i podczas zorganizowanych zajęć rekreacyjnych. W całym kraju zostanie wprowadzony zakaz serwowania alkoholu.

– Poziom zakażeń w Norwegii gwałtownie rośnie, ale teraz zdobyliśmy nową wiedzę na temat wariantu omikron i szybkości jego rozprzestrzeniania się. Znajdujemy się w poważniejszej sytuacji. Dlatego rząd wprowadza bardziej rygorystyczne środki, aby utrzymać kontrolę nad pandemią - powiedział premier Jonas Gahr Støre (Ap).

Dużym wyzwaniem stanowi to, że omikron jest bardziej zaraźliwy. W rezultacie czego więcej osób się zarazi. Niektóre z nich poważnie zachorują, nawet jeśli ten wariant wirusa okaże się nieść ze sobą mniejsze ryzyko poważnej choroby. Szpitale, domy opieki, lekarze pierwszego kontaktu i izby przyjęć doświadczają rosnącej presji z powodu chorych pacjentów, zwiększonej nieobecności chorobowej wśród personelu medycznego i mniejszego dostępu do personelu tymczasowego z zagranicy.

– Otrzymaliśmy wyraźne porady od władz ds. zdrowia, aby wprowadzić teraz nowe, bardziej rygorystyczne środki. Zależy nam na ochronie dzieci, młodzieży i grup szczególnie narażonych, ale niestety również oni odczuwają obostrzenia w swoim codziennym życiu. Jednocześnie wiemy, że wiele osób pracujących w służbie zdrowia oraz w szkołach i przedszkolach jest teraz zmęczonych. To zwiększa powagę sytuacji - podkreślił Støre.

Szczepienia

Norweski Instytut Zdrowia Publicznego (FHI) szacuje we wstępnym scenariuszu, że w ciągu trzech tygodni może być do 90 000 - 300 000 przypadków dziennie i 50

do 200 przyjęć szpitalnych dziennie, jeśli środki znacząco nie spowolnią epidemii. Mogłoby to całkowicie przeciążyć system opieki zdrowotnej. Zarówno FHI, jak Helsedirektoratet (Urząd ds. zdrowia) zalecają natychmiastowe wdrożenie znacznych środków. Dodatkowo pilne są szczepienia dawkami uzupełniającymi.

Dlatego rząd prosi siły zbrojne i apteki o pomoc w szczepieniach w gminach, które tego potrzebują. [Zobacz osobny artykuł.](#)

– Szczególnie ważne jest, aby wszystkie osoby w wieku powyżej 65 lat oraz osoby z wysokim ryzykiem poważnej choroby zostały jak najszybciej zaszczepione dawką uzupełniającą, w wyznaczonym przedziale czasowym między szczepieniami. Musimy także postarać się dotrzeć do jak największej liczby osób, które wcześniej nie zostały w pełni zaszczepione. Odstęp między dawką drugą a dawką uzupełniającą został dzisiaj zmieniony na 4,5 miesiące dla wszystkich osób, którym zalecono dawkę uzupełniającą - powiedziała minister zdrowia i opieki Ingvild Kjerkol.

Podkreśla, że ważne jest również, aby gminy i szpitale szybciej niż dotychczas szczepiły własny personel medyczny.

FHI roześle dodatkowe dawki szczepionki przed świętami Bożego Narodzenia, aby gminy miały możliwość zaszczepienia wszystkich osób powyżej 45 roku życia, gdy odstęp między drugą dawką a dawką uzupełniającą to 4,5 miesiąca. Do połowy stycznia wszystkim osobom w wieku powyżej 45 lat powinna zostać zaoferowana dawka uzupełniająca.

Nowe środki

Rząd zaostrza regulacje dotyczące wydarzeń i branży restauracyjnej dla dorosłych, kultury i zorganizowanych zajęć rekreacyjnych. Wprowadzono zakaz serwowania alkoholu.

– Robimy to, ponieważ są to sytuacje, które wiążą się z dużym ryzykiem zakażeń i w których wiele osób może się zarazić w krótkim czasie – powiedziała Kjerkol. Wszystkie szkoły podstawowe i gimnazja oraz przedszkola mają działać na poziomie żółtym najpóźniej do czwartku 16 grudnia. Szkoły ponadgimnazjalne i kształcenie dorosłych mają mieć poziom czerwony. Szkoły i przedszkola muszą zadbać o to, by być przygotowanym na szybkie przejście na poziom czerwony.

Uniwersytety, szkoły wyższe i kolegia zawodowe muszą dopasować się do nauczania zdalnego.

Zobacz osobny artykuł (wkrótce).

Wprowadzono wspólne zasady dotyczące izolacji i kwarantanny po kontakcie z osobą zakażoną niezależnie od wariantu wirusa.

Zobacz osobny artykuł.

Rozszerzone zostanie również używanie maseczek i mocniejsze wytyczne dotyczące pracy z domu.

– Wydajemy też wyraźną rekomendację, aby osoby nieszczepione powinny się chronić. Osoby hospitalizowane z powodu COVID-19 to głównie niezaszczepione osoby w wieku od 40 do 60 lat, oprócz starszych w pełni zaszczepionych osób, które nie otrzymały jeszcze dawki uzupełniającej. Odsetek nieszczepionych pacjentów hospitalizowanych jest bardzo wysoki w porównaniu z odsetkiem zaszczepionej populacji – podkreśliła Kjerkol.

Osoby z grup ryzyka również powinny się chronić.

Obstrzenia regulowane przepisami wchodzą w życie w nocy na środę 15 grudnia. Środki obowiązują na razie przez cztery tygodnie, ale nie można wykluczyć, że potrwać dłużej lub że będzie potrzeba dalszego zaostrzenia.

Oto ogólnokrajowe obstrzenia

Rady i zalecenia

Dystans i kontakt społeczny

- Wszyscy powinni zachowywać dystans 1 metra od osób innych niż członkowie ich gospodarstwa domowego lub podobnie bliskich im osób.
- Zalecenie dotyczące dystansu 1 metra nie obowiązuje w czasie wolnym dla dzieci w wieku przedszkolnym oraz szkolnym.
- Wyjątkiem objęci są także dorośli, których pracą są usługi dla dzieci i młodzieży, a także narażonych grup.
- Osoby, u których występuje ryzyko poważnego przejścia choroby oraz niezaszczepieni powinni się chronić. (Nowe)

- Nie należy przyjmować więcej niż 10 gości w domu oprócz własnego gospodarstwa domowego. Jednorazowo można przyjąć do 20 gości w okresie świąt Bożego Narodzenia i Nowego Roku, ale między gośćmi powinien być zachowany metr odległości. Każdy musi przemyśleć, ile w sumie bliskich kontaktów się ma.
- Dzieci w przedszkolach i szkołach podstawowych mogą mieć wizyty z własnej kohorty/klasy/grupy, nawet jeśli przekracza ona zalecaną liczbę gości.
- Zmniejsz liczbę bliskich kontaktów, ale nie izoluj się.
- Spotykaj się z innymi na świeżym powietrzu, kiedy tylko jest to możliwe.

Zorganizowane zajęcia rekreacyjne

Dzieci i młodzież

- Dzieci i młodzież w wieku przedszkolnym lub szkolnym mogą mieć zorganizowane zajęcia rekreacyjne, jak np. treningi piłkarskie lub zajęcia szkolnych orkiestr, ale zaleca się ograniczenie liczby uczestników. Jeśli zajęcia odbywa się w pomieszczeniu, powinno być maksymalnie 20 osób, chyba że wszyscy uczestnicy są z tej samej kohorty w szkole lub przedszkolu. (nowe)
- Dzieci i młodzież w wieku przedszkolnym lub szkolnym mogą wspólnie trenować lub ćwiczyć, ale nie zalecamy organizowania pucharów, meczów lub turniejów, w których gromadzą się dzieci z różnych miejsc. (nowe)
- Wyjątek stanowią plenerowe imprezy sportowe dla dzieci i młodzieży w wieku przedszkolnym lub szkolnym. Można je przeprowadzić, jeśli dzieci zawsze mogą zachować dystans jednego metra i jeśli można przestrzegać innych zasad odnośnie liczby, które dotyczą wszystkich imprez.
- Dzieci i młodzież, które skończyły gimnazjum, powinny zachować metrowy odstęp zarówno w wolnym czasie. Oznacza to na przykład, że nie powinny grać w piłkę nożną albo ręczną, gdzie utrzymanie dystansu 1 metra jest trudne. (nowe)

Dorośli

- Zalecamy przełożenie bądź odwołanie wydarzeń związanych z zorganizowanymi zajęciami sportowymi i rekreacyjnymi w mieszanych grupach, zarówno na zewnątrz, jak i w pomieszczeniach. (nowe)
- Zalecamy przełożenie bądź odwołanie zorganizowanych zajęć sportowych i rekreacyjnych dla dorosłych, które odbywają się w pomieszczeniach.
- Dorośli mogą ćwiczyć lub mieć inne zorganizowane zajęcia na zewnątrz, ale zalecane jest maksymalnie 20 osób oraz zachowanie metrowego dystansu.

Dotyczy wszystkich

- Zachęcamy wszystkich, by wychodzili na świeże powietrze. Ważne jest jednak, aby zachować wystarczający odstęp od innych, również gdy jest się na zewnątrz.
- Przebieralnie mogą być otwarte, jeśli korzystanie z nich może być tak zorganizowane, że można uniknąć tłoku i bliskiego kontaktu między ludźmi. Jeśli otwarte przebieralnie prowadzą do tłoku, zaleca się zamknięcie ich do zwykłego użytku, ale by toalety i umywalki były dostępne, jeśli nie ma ich w innym miejscu w lokalach.
- [Zobacz osobny artykuł dotyczący sportów na najwyższym poziomie.](#)

Szkoły, przedszkola i świetlice

- Wprowadza się ogólnokrajowy poziom żółty w przedszkolach i szkołach podstawowych oraz gimnazjalnych. Lokalne przepisy dotyczące czerwonego poziomu działań mają pierwszeństwo przed ustalonym na szczeblu krajowym poziomem żółtym. (nowe)
- Wprowadza się ogólnokrajowy poziom czerwony w szkołach średnich i nauczaniu dla dorosłych. (nowe)
- Szkoły podstawowe i przedszkola muszą zadbać o to, żeby móc szybko przejść na poziom czerwony. (nowe)

- Wymóg od uniwersytetów, szkół wyższych i kolegów, aby dostosowały nauczanie zdalne, trening umiejętności i egzaminy, jak tylko to możliwe. (nowe)
- Mogą być organizowane spotkania dla dzieci w przedszkolu albo szkole podstawowej z całą klasą/oddziałem/grupą przy odpowiedniej liczbie dorosłych obecnych na miejscu.

Zobacz osobny artykuł dotyczący działań w szkole/przedszkolu i szkolnictwie wyższym.

Środowisko pracy

- Każdy, kto może pracować z domu, musi pracować z domu (nowe)
- Praca z domu i maseczki nie obowiązują w przypadku usług, gdzie byłoby to przeszkodą w wykonywaniu przez pracowników koniecznych i wymaganych prawnie zadań przy spotkaniach z narażonymi grupami, dziećmi i młodzieżą.
- Zalecenie dotyczące metrowego dystansu.
- Zalecenie dotyczące maseczki, gdy zachowanie odstępu nie jest możliwe, chyba że stosowane są inne fizyczne bariery jak ścianki oddzielające i tym podobne.
- Nakaz noszenia maseczek obowiązuje w niektórych środowiskach pracy skierowanych na publiczność. Patrz opis poniżej pod częścią „Maseczki”.
- Zaleca się dobrą wentylację/wietrzenie w sytuacjach, gdzie osoby, które nie są z jednego gospodarstwa domowego ani odpowiednio bliskie przebywają razem w jednym pomieszczeniu przez jakiś czas.

Obostrzenia regulowane rozporządzeniami

Wydarzenia i spotkania

Zaleca się zmniejszenie liczby osób, z którymi utrzymuje się bliski kontakt. Więcej czasu należy spędzać w domu. Oznacza to, że trzeba również ograniczyć liczbę odwiedzin, spotkań towarzyskich i wydarzeń, w których bierze się udział. (nowe)

Zaleca się unikanie korzystania z transportu publicznego w celu dotarcia na wydarzenie. (nowe)

W przypadku wydarzeń obowiązują następujące zasady:

- Maksymalnie 20 osób w pomieszczeniu na prywatnym spotkaniu w miejscu publicznym, w wypożyczonym lub wynajętym lokalu.
- Nabożeństwa żałobne po pogrzebach i pochówkach mogą mieć maksymalnie 50 osób w pomieszczeniach i na zewnątrz. Sam pogrzeb traktuje się jak wydarzenie publiczne, patrz poniżej.
- Maksymalnie 20 osób na imprezach publicznych w pomieszczeniach bez stałych, przydzielonych miejsc siedzących oraz 50 osób przy korzystaniu z takich miejsc siedzących. (nowe)
- Organizator musi zapewnić, aby wszyscy obecni na imprezach w pomieszczeniach, mogli zachować dystans co najmniej 1 metra od innych osób, które nie są z tego samego gospodarstwa domowego lub nie są podobnie bliskie. Wyjątki stanowią niektóre grupy, m.in. wykonawcy na imprezach kulturalnych i sportowych, uczestnicy niektórych kursów oraz te osoby, którzy są z tej samej kohorty w przedszkolu lub szkole podstawowej.
- Na wydarzeniach w pomieszczeniach, gdzie wszyscy widzowie siedzą na stałych, wyznaczonych miejscach, jest wystarczającą odległość, jeśli organizator zapewni, że publiczność będzie miała między sobą co najmniej jedno wolne miejsce w tym samym rzędzie siedzeń od momentu przybycia na imprezę. Osoby z tego samego gospodarstwa domowego mogą po przybyciu siedzieć bliżej siebie.
- Na wydarzeniach plenerowych: Do 100 osób bez stałych, przydzielonych miejsc oraz do 200 x 3 ze stałymi, przydzielonymi miejscami. (nowe)
- Organizatorzy muszą mieć rozeznanie, gdzie konkretny widz lub gość na wydarzeniach publicznych siedzi, gdy wszyscy z widowni siedzą na stałych, przydzielonych miejscach. (nowe)
- Zakaz serwowania alkoholu na wydarzeniach z koncesją, w pomieszczeniach i w plenerze. (nowe)
- Maseczki są również wymagane na wydarzeniach w pomieszczeniach. (nowe)
- W przypadku uczęszczania do kościoła w wyznaniach chrześcijańskich nowi uczestnicy mogą być przyjmowani w sposób ciągły, gdy ktoś

wychodzi. Odpowiednie wyjątki w przypadku ważnych świąt innych wyznań będą wprowadzane, jeśli sytuacja epidemiologiczna będzie wymagała utrzymania surowych środków. (nowe)

Lokale gastronomiczne

- Nakaz, aby lokal gastronomiczny musiał zapewnić wszystkim możliwość zachowania dystansu 1 metra od innych niż członkowie gospodarstwa domowego i osób podobnie im bliskich. Odległość między siedzeniami musi wynosić co najmniej 1 metr, aby osoby znajdujące się w tym samym gospodarstwie domowym lub w podobnej bliskiej relacji po przybyciu mogły się przesiąść bliżej siebie.
- Zakaz serwowania alkoholu, w pomieszczeniach i na zewnątrz. (nowe)
- Lokale gastronomiczne nie mogą przeprowadzać działań, które naturalnie wiążą się z mniejszym dystansem między gośćmi niż 1 metr. Będzie to zazwyczaj taniec (nowe)
- Lokale gastronomiczne z koncesją na alkohol muszą mieć miejsca siedzące dla wszystkich gości, ale nie jest to wymagane w przypadku wydarzeń kulturalnych w lokalu gastronomicznym.
- Lokale gastronomiczne mają rejestrować dane kontaktowe gości, którzy wyrażą na to zgodę.
- Lokale gastronomiczne nie mogą obsługiwać prywatnych spotkań w pomieszczeniach z więcej niż 20 osobami w środku i 50 na zewnątrz. Zasady dotyczące prywatnych spotkań nie obowiązują w lokalach gastronomicznych. Lokal gastronomiczny ma zadbać o przestrzeganie zasad kontroli zakażeń (nowe)

Odpowiedzialne funkcjonowanie pod kątem kontroli zakażeń

- Nakaz odpowiedzialnego funkcjonowania pod kątem kontroli zakażeń w przedszkolach, szkołach i innych przedsiębiorstwach edukacyjnych i szkoleniowych.

- Parki rozrywki, wewnętrzne place zabaw, salony gier itp. muszą być zamknięte. (nowe)
- Baseny, parki wodne, spa i baseny hotelowe oraz siłownie mogą być otwarte tylko na: (nowe)
 - Indywidualne treningi. Podczas treningu z dużą intensywnością ma być zachowany dystans 2 metrów.
 - pływanie szkolne, kursy pływania, treningi pływackie oraz pływanie wycieczkowe z organizatorem.
 - rehabilitacja i treningi oferowane indywidualnie lub w małych grupach z organizatorem.
 - inny zabieg indywidualny, na który można umówić się na wizytę i w którym kąpiel jest częścią zabiegu.
- Następujące przedsiębiorstwa muszą funkcjonować w sposób odpowiedzialny pod kontem kontroli zakażeń, aby mogły być otwarte: Biblioteki, muzea, sale bingo, baseny, parki wodne, obiekty spa, baseny hotelowe, siłownie, centra handlowe, sklepy, targi, targi tymczasowe i tym podobne.
- Wiąże się to z wymogami zapewnienia możliwości zachowania co najmniej 1 metra dystansu od osób, które nie są w tym samym gospodarstwie domowym lub w podobnej bliskiej relacji, oraz że przedsiębiorstwo opracowało procedury właściwej higieny, właściwego sprzątnięcia i wentylacji.
- Za wyjątkiem bibliotek, muzeów, sklepów i centrów handlowych, przedsiębiorstwa muszą zarejestrować dane kontaktowe tych gości, którzy wyrażą na to zgodę.
- Wytoczne branżowe powinny zostać ponownie wprowadzone m.in. dla siłowni i baseny. W praktyce oznacza to, że będą bardziej rygorystyczne wymagania dotyczące kontroli zakażeń.

Maseczka

- Nakaz noszenia maseczek, gdy nie jest możliwe zachowanie co najmniej 1 metra dystansu w sklepach, centrach handlowych, restauracjach, środkach

transportu publicznego, taksówkach i wewnątrz stacji. Nakaz dotyczy również pracowników, chyba że zastosowano bariery fizyczne.

- Nakaz dotyczący maseczek obowiązuje również u fryzjerów, kosmetyczek i indywidualnych przedsiębiorstw jeden-na-jednego.
- Nakaz dotyczący maseczek dotyczy również wydarzeń w pomieszczeniach, w bibliotekach i muzeach. (nowe)
- Nakaz dotyczący maseczek nie obowiązuje podczas siedzenia przy stole w lokalu gastronomicznym (obowiązujące) oraz w trakcie jedzenia lub picia na siedząco. (nowe)
- Obowiązuje już krajowe zalecenie dotyczące noszenia maseczki tam, gdzie jest dużo ludzi i trudno jest zachować dystans, na przykład gdy trzeba odebrać kurtkę po wydarzeniu w tym samym czasie, co wiele innych osób lub przy wychodzeniu ze stadionu piłkarskiego.

Praca z domu

- Nakaz, by pracodawcy zapewnili pracownikom pracę z domu, o ile jest to w praktyce możliwe i nie stoi na przeszkodzie w wykonywaniu ważnych i niezbędnych czynności w miejscu pracy, między innymi opieki nad dziećmi i grupami wrażliwymi. (skorygowane)

Kwarantanna

- Wspólne zasady dotyczące izolacji i kwarantanny niezależnie od wariantu wirusa. Obowiązek kwarantanny dla członków tego samego gospodarstwa domowego i osób podobnie bliskich z możliwością przetestowania się po 7 dniach. Inne osoby w bliskiej relacji mogą zakończyć kwarantannę po negatywnym wyniku testu po 3 dniach, ale nadal mają przebywać w kwarantannie w czasie wolnym do uzyskania negatywnego wyniku testu po 7 dniach. (nowe)

Zobacz osobny artykuł na temat TISK i kwarantanny.

[Zobacz rozporządzenie o COVID-19, aby poznać szczegóły dotyczące zasad i nakazów.](#)