

[ Korona | covid-19 ]

# Nasjonale tiltak

Oppdatert 3. januar 2021

Dette 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

Unngå alle unødvendige reiser i inn- og utland. Hytteopphold innenlands med personer fra samme husstand frarådes ikke, men følg de lokale rådene og reglene som gjelder.



## Arrangementer

Arrangementer anbefales utsatt til etter 18. januar.

*Regler dersom et arrangement likevel må avholdes:*

Maks fem personer, eller alle i samme husstand, på private sammenkomster utenfor hjemmet, som for eksempel en bursdag i leid lokale. Unntak for barn i samme kohort.

Maks ti personer på innendørs arrangement, likevel 200 personer hvor alle i publikum sitter i fastmonterte seter.

Maks 50 personer i begravelser/bisettelser, selv om setene ikke er fastmontert.

Maks 200 personer på arrangementer utendørs, likevel 600 personer hvor alle i publikum sitter i fastmonterte seter.



## Restauranter, kafeer, barer

Nasjonalt forbud mot skjenking av alkohol på serveringssteder og arrangementer.

Det skal registreres kontaktopplysninger til de gjestene som samtykker til det.



## Ankomst Norge

Alle innreisende til Norge må registrere seg før de krysser grensen. Dette gjelder også norske statsborgere.

Alle innreisende til Norge plikter å teste seg for covid-19 så snart som mulig, senest ett døgn etter ankomst.

Alle innreisende må i karantene i ti dager.

Mulig å gå ut av karantene etter tidligst dag sju dersom den innreisende tester negativt for covid-19 to ganger etter ankomst.

Utenlandske reisende må også fremvise negativ test som er tatt under 72 timer før innreise til Norge.

Personer som ikke har fast bolig (leid eller eid) eller egnet karantenested gjennom arbeids- og oppdragsgiver i Norge, må oppholde seg på karantenehotell.

(Noen grupper har unntak fra disse reglene, slik som samfunnskritisk personell og barn under 12 år).

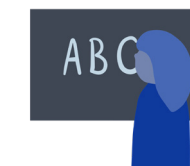


## Sosial kontakt

Unngå å ha gjester i hjemmet frem til 18. januar. Unntak for nødvendige hjemmetjenester og besøk hos personer som er i livets siste fase.

Aleneboende kan ha besøk av eller gå på besøk til én til to faste venner eller én fast husstand.

Barn i samme kohort i barnehage eller barneskole kan møtes.



## Høyere utdanning, skoler og barnehage

All undervisning og alle planlagte arrangementer ved universiteter, høyskoler og fagskoler blir digitale frem til 18. januar.

Alle landets videregående skoler og ungdomsskoler går over til rødt nivå.



## Arbeidsplasser

Hjemmekontor for alle som har mulighet til dette.



## Butikker

Alle kjøpesentre og butikker bør innføre antallsbegrensninger og adgangskontroll slik at det er mulig å holde avstand samt ha adgangskontroll.



## Idretts- og fritidsaktiviteter

Alle organiserte fritidsaktiviteter og idrettsaktiviteter innendørs anbefales utsatt til etter 18. januar.

Toppidrett og andre arrangementer med unntak fra avstandskrav og uten publikum omfattes ikke.

Utendørs aktiviteter gjennomføres slik at det er mulig å holde god avstand.



Helse- og omsorgsdepartementet