

Slik kan vinterferien tilbringes i Norge (Regjeringen.no)

Nyhet | Dato: 12.02.2021

Det er snart vinterferie, og i den forbindelse har Helsedirektoratet og Folkehelseinstituttet utarbeidet nasjonale anbefalinger om hvordan ferien kan planlegges og gjennomføres på en smittevern­faglig forsvarlig måte.

- En ferie kan være et etterlengtet avbrekk for denne tøffe tiden vi er i nå. Helsedirektoratet og Folkehelseinstituttet har derfor utarbeidet noen nasjonale anbefalinger vi alle bør følge, slik at vi unngår at smitten stiger igjen. Vi kan ikke ta ferie fra smittevern­rådene, sier helse- og omsorgsminister Bent Høie.

Det anbefales ikke å reise utenlands, blant annet fordi faren for importsmitte er høy.

- Det vil være i strid med våre reiseråd å dra til utlandet i ferien. Risikoen er for høy. Både for å bli smittet, men også på grunn av endringer i tiltakene i landene du besøker og muligheten for å kunne komme tilbake. Fly innstilles, og regler i ulike land endrer seg raskt, sier Høie.

De generelle nasjonale anbefalingene gjelder også i vinterferien. Husk å holde deg hjemme hvis du ikke er frisk. Test deg så snart som mulig hvis du tror du er smittet. Grunnleggende smittevern med god håndvask, god avstand til andre og få nærkontakter er veldig viktig uavhengig av hvor man tilbringer ferien.

- Vi forstår at mange har lyst til å tilbringe vinterferien på for eksempel hytta. Derfor har vi laget noen gode råd å ha med seg på veien, slik at dette blir tryggest mulig, sier Høie.

Dette er anbefalingene for vinterferien:

Generelt

Det er viktig å holde seg hjemme hvis man ikke er frisk, og teste seg så snart som mulig hvis man tror man er smittet med covid-19.

Alle må være forberedt på å endre planene for vinterferien dersom det oppstår lokale utbrudd enten der du bor eller der du skal reise. Da vil det kunne komme nye lokale råd og regler å forholde seg til.

Reiser

Vi fraråder reiser til utlandet.

Du kan reise på hytta (eid eller leid) eller hotell innenlands, men unngå kollektivtransport hvis det er mulig.

Hvis du skal bo på hotell, må du være forberedt på å gå i karantene til situasjonen er avklart hvis det blir et smitteutbrudd der. Hold avstand til andre gjester, og følg hotellets smittevernregler. Du bør begrense opphold i fellesarealene for å redusere risiko for smitte der.

Det er viktig at du setter deg inn i og følger smittevernreglene som gjelder dit du skal.

Personer som reiser til kommuner med mindre strenge tiltak bør som en hovedregel følge anbefalingene som gjelder i kommunen de bor i til vanlig. Hvis det for eksempel i hjemkommunen

din er krav om å bruke munnbind, bør du derfor gjøre det i de samme situasjonene også i kommunen du reiser til, selv om de ikke har et tilsvarende krav.

Sosialt

Alle bør redusere antall personer man har kontakt med, og være sammen med få personer i sosiale sammenhenger, i kortere tid og ikke med for mange forskjellige personer i løpet av en uke. Man bør fortrinnsvis samles utendørs, der er smitterisikoen mindre. Hvis noen er i en risikogruppe, bør det tas ekstra hensyn.

Besøk

De nasjonale anbefalingene som gjelder for besøk hjemme, gjelder også ved besøk til f.eks. hytta i vinterferien. Det betyr at det oppfordres til å møte andre utendørs, og ikke ha besøk av flere enn fem gjester i tillegg til de som er i husstanden din, så lenge du kan holde minst én meters avstand til gjestene til enhver tid. Dersom alle gjestene kommer fra samme husstand, kan man være flere.

Begrens overnattingsbesøk. Anbefalingen om antall gjester på besøk og avstand gjelder også for overnatting. Personer fra ulik husstand bør ikke dele soverom. Sørg for god hygiene og godt renhold hvis personer fra ulike husstander må dele bad. Meteren gjelder på hytta også, og det begrenser muligheten for overnattingsbesøk for de aller fleste.

Butikker og aktiviteter

Handle det du trenger på turen i hjemkommunen din før avreise. Hvis du må handle nødvendige varer andre steder, velg tidspunkter når det er lite folk, og gå helst kun én fra husstanden.

Velg helst aktiviteter som foregår utendørs. Ved besøk på alpinanlegg, badeland eller andre steder, må man følge virksomhetenes smittevernråd.

Unngå i størst mulig grad å oppsøke steder der mange er samlet og det ikke er lett å holde avstand, slik som serveringssteder og skistuer.

God håndhygiene og avstand til andre gjelder hele tiden.

Se mer informasjon på [helsenorge.no](https://www.helsenorge.no).