

Koronavirus – beslutninger og anbefalinger

Nasjonal veileder

Først publisert: 06. mars 2020

Sist faglig oppdatert: 30. januar 2021

KAPITTEL 5

5. Arrangementer, gruppestørrelse og avstand

Sist faglig oppdatert: 20. januar 2021

Anbefaling

Alle bør i størst mulig grad holde seg hjemme og begrense sosial kontakt med andre mennesker

Målet er å redusere antall personer man har nærkontakt

Nærkontakt er:

- kontakt med andre personer med mindre enn 2 meters avstand i mer enn 15 minutter eller
- direkte fysisk kontakt med andre personer eller
- direkte kontakt med andre personens sekreter (f. eks. spytt, snørr og tårer).

Kontakt mellom pasienter, pårørende eller andre og helsepersonell som bruker forsvarlig smittevernutstyr regnes ikke som nærkontakt.

med.

Det betyr for eksempel at man *ikke* bør være sammen med stadig nye personer fra dag til dag i løpet av en uke.

Folkehelseinstituttet gir [råd til personer som tilhører risikogruppene \(fhi.no\)](#).

Voksne bør ikke drive organisert aktivitet innendørs. Utendørs kan voksne trene dersom det er mulig å holde god avstand.

Barn og unge under 20 år kan trene og delta på fritidsaktiviteter som normalt, les mer i anbefaling: [Treninger og annen organisert idrettsaktivitet kan gjennomføres i tråd med myndighetenes anbefalinger og idrettens retningslinjer](#).

Anbefaling

Anbefaling om gjester i hjemmet

Lokale tiltak

Kommuner med strengere tiltak som følge av engelsk virusmutasjon

[Pressemelding fra regjeringen 30. januar 2021: Viderefører smittetiltak – men gir lettelser for barn og unge, og arbeidsplasser](#). Lettelsene gjelder fra 3. februar.

Oversikt over nåværende tiltak:

- Enebakk, Frogn, Indre Østfold, Moss, Nesodden, Nordre Follo, Oslo, Vestby, Våler og Ås. [Se liste over tiltak \(helsenorge.no\)](#).
- Asker, Aurskog-Høland, Bærum, Drammen, Horten, Lier, Lillestrøm, Lunner, Lørenskog, Marker, Nittedal, Rakkestad, Rælingen, Råde, Skiptvedt. [Se liste over tiltak \(helsenorge.no\)](#).
- [Særskilte råd til helsetjenesten i forbindelse med engelsk virusvariant \(fhi.no\)](#).

Flere andre kommuner har innført strengere tiltak som følge av forhøyet smitte lokalt. Se [nettsiden til din kommune \(helsenorge.no\)](#) for informasjon.

Nasjonale anbefalinger

Alle bør begrense sosial kontakt i størst mulig grad. Det oppfordres til å møte andre utendørs.

Man bør ikke ha flere enn fem gjester i eget hjem, i tillegg til de som bor sammen. Dersom alle gjestene kommer fra samme husstand, kan man være flere enn fem. Man må likevel ikke være flere enn at man kan holde avstand.

Barn i barnehager og barneskoler kan ha besøk fra egen kohort.

Husk:

- god håndhygiene
- at alle som ikke er i samme husstand holder én meter avstand
- at de som er syke blir hjemme

Regelverk (lov eller forskrift)

Anbefaling om private sammenkomster på offentlig sted eller i leid/lånt lokale

Lokale tiltak

Kommuner med strengere tiltak som følge av engelsk virusmutasjon

[Pressemelding fra regjeringen 30. januar 2021: Viderefører smittetiltak – men gir lettelser for barn og unge, og arbeidsplasser.](#) Lettelsene gjelder fra 3. februar.

Oversikt over nåværende tiltak:

- Enebakk, Frogn, Indre Østfold, Moss, Nesodden, Nordre Follo, Oslo, Vestby, Våler og Ås. [Se liste over tiltak \(helsenorge.no\)](#).
- Asker, Aurskog-Høland, Bærum, Drammen, Horten, Lier, Lillestrøm, Lunner, Lørenskog, Marker, Nittedal, Rakkestad, Rælingen, Råde, Skiptvedt. [Se liste over tiltak \(helsenorge.no\)](#).
- [Særskilte råd til helsetjenesten i forbindelse med engelsk virusvariant \(fhi.no\)](#).

Flere andre kommuner har innført strengere tiltak som følge av forhøyet smitte lokalt. Se [nettsiden til din kommune \(helsenorge.no\)](#) for informasjon.

Nasjonale tiltak

Private sammenkomster utenfor eget hjem bør utsettes eller avlyses. Om de likevel må avholdes, gjelder følgende regler:

- **Innendørs:** Maksimalt 10 personer
- **Utendørs:** Maksimalt 20 personer

Barn i samme kohort i barnehage eller barneskole kan møtes med et nødvendig antall voksne personer som tilretteleggere.

Private sammenkomster er sammenkomster for familie og venner, og andre sosiale samlinger i tilknytning til arbeid eller skole.

Se også:

- [Serveringssteder og utesteder skal sørge for smittevernaglig forsvarlig drift](#)
- [Anbefaling om gjester i hjemmet](#)

Krav til gjennomføring

Alle arrangement må ha en ansvarlig arrangør som sørger for at sammenkomsten gjennomføres i henhold til smittevernreglene. 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.

Se også [spørsmål og svar om arrangementer \(regjeringen.no\)](#) og [koronainformasjon til befolkningen \(helsenorge.no\)](#).

Rettslig grunnlag

[Covid-19-forskriften kapittel 5.](#)

Regelverk lov eller forskrift

Arrangementer på offentlig sted kan gjennomføres med inntil 10 personer (ikke fastmonterte seter) eller 200 personer (fastmonterte seter)

Lokale tiltak

Kommuner med strengere tiltak som følge av engelsk virusmutasjon

[Pressemelding fra regjeringen 30. januar 2021: Viderefører smittetiltak – men gir lettelsler for barn og unge, og arbeidsplasser.](#) Lettelsene gjelder fra 3. februar.

Oversikt over nåværende tiltak:

- Enebakk, Frogn, Indre Østfold, Moss, Nesodden, Nordre Follo, Oslo, Vestby, Våler og Ås. [Se liste over tiltak \(helsenorge.no\)](#).
- Asker, Aurskog-Høland, Bærum, Drammen, Horten, Lier, Lillestrøm, Lunner, Lørenskog, Marker, Nittedal, Rakkestad, Rælingen, Råde, Skiptvedt. [Se liste over tiltak \(helsenorge.no\)](#).

- [Særskilte råd til helsetjenesten i forbindelse med engelsk virusvariant \(fhi.no\)](#).

Flere andre kommuner har innført strengere tiltak som følge av forhøyet smitte lokalt. Se [nettsiden til din kommune \(helsenorge.no\)](#) for informasjon.

Nasjonal anbefaling

Arrangementer bør utsettes eller avlyses.

Arrangementer utsettes dersom de samler personer fra flere kommuner. Dette gjelder både utendørs og innendørs, og for følgende arrangement:

- Kulturarrangement som for eksempel forestillinger og oppvisninger
- Kurs og konferanser
- Tros- og livssynseremonier, bortsett fra begravelser.

Folk bes om å respektere begrensninger som arrangøren informerer om når det gjennomføres arrangementer forbeholdt innbyggere i en enkelt kommune.

Nasjonale regler

Dersom et arrangement likevel må avholdes, gjelder følgende regler:

- **Innendørs på offentlig sted:**
 - er det tillatt med inntil 10 personer dersom det *ikke* er fastmonterte seter
- [Hva menes med fastmonterte seter \(regjeringen.no\)](#)
- er det tillatt med inntil 200 personer dersom det er fastmonterte seter.
 - **Begravelser og bisettelser:**
 - er det tillatt med inntil 50 personer dersom det *ikke* er fastmonterte seter.
 - er det tillatt med inntil 200 personer dersom det er fastmonterte seter.
 - **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.
 - [Serveringssteder og utesteder skal sørge for smittevern faglig forsvarlig drift.](#)

Ansatte og oppdragstakere som står for gjennomføringen av et arrangement kommer i tillegg til de 10/50/200/600.

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 arrangører kan være de samme for flere kohorter.

Krav til gjennomføring

Alle arrangement må ha en ansvarlig arrangør som sørger for at sammenkomsten gjennomføres i henhold til smitteverntreglene. 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 tilstede.
- 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 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 \(regjeringen.no\)](#) og [koronainformasjon til befolkningen \(helsenorge.no\)](#).

Fakta

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 bespising 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
6. private sammenkomster; sammenkomster for familie, venner og bekjente eller sosiale samlinger i tilknytning til arbeid eller skole, inkludert tilstelninger etter seremonier, fester og bespising med servering av alkohol i forbindelse med seminarer, konferanser, kurs og andre faglige sammenkomster

Som arrangement regnes likevel ikke private sammenkomster

- med 10 eller færre deltakere som avholdes i de delene av et serveringssteds lokaler som samtidig holdes åpent for allmennheten.
- kun for medlemmer av samme husstand.

Begrunnelse

Sammendrag

[Covid-19-forskriften kapittel 5 \(lovdata.no\)](#)

Anbefaling

Alle bør holde avstand på minst én meter til andre personer

Rådet om minst én meter avstand gjelder både innendørs og utendørs, men ikke for personer i samme husstand.

Unge og voksne som har vært sammen med venner og i andre situasjoner der det ikke har vært en meters avstand, bør holde to meters avstand til folk i *risikogruppen*.

Avstanden fra ansikt til ansikt er aller viktigst. Hvis man står rygg til rygg, eller etter hverandre som i kø, er det mindre risiko for smitte. Hvis man sitter ved siden av hverandre bør det være én meter fra skulder til skulder.

Rådet om én meter har ingen sluttdato, og varer inntil videre.

Folkehelseinstituttet gir [råd om anbefalt avstand for personer som tilhører risikogruppene \(fhi.no\)](#).

Veiledning

Folkehelseinstituttet har laget en [plakat som viser om man bør holde litt, mye eller helt avstand til andre personer \(fhi.no\)](#).

Begrunnelse

Sammendrag

Risiko for å bli smittet påvirkes av:

- Hvor stort smittepresset er i samfunnet
- Nærhet til smittet person
- Varighet av eksponering
- Miljøet (ventilasjonsforhold)

Det finnes ikke et godt kunnskapsgrunnlag for hvilken avstand som er nødvendig for å forebygge smitte fra dråper/aerosoler. Det er heller ingen internasjonal enighet om hvor langt personer uten symptomer burde stå fra hverandre utenfor helsetjenesten.

Før covid-19 var praksis slik at man opererte med 1 meter avstand for å forebygge dråpesmitte. Dette er nevnt i isoleringsveilederen fra 2004 og i flere internasjonale dokumenter. Studier fra SARS-CoV-1 og MERS viste mulig spredning over større avstander, studiene var retrospektive, små og av lav kvalitet. CDC endret sine råd på grunnlag av resultater fra en studie. De studiene som ligger til grunn for anbefalingene er eksperimentelle og resultatene ikke nødvendigvis overførbare til en klinisk setting.

Folkehelseinstituttet vurderer at en generell anbefaling om 1 meter avstand mellom personer er tilstrekkelig for å redusere risiko for smitte. Dette gjelder særlig når smittepresset er begrenset, når det samtidig gis råd om renhold og hånd- og hostehygiene, og når alle med luftveissymptomer, og personer i karantene og hjemmeisolering, skal holde seg hjemme (Folkehelseinstituttet, notat, 29. april 2020).