

Publisert: 2022-01-26

Språk: Norsk

## **COVID-19 Smittevern for vare- og handelsmesser Rev.1**

*COVID-19*

*Infection control measures for trade fairs*

*Rev.1*

Revisjoner av dette dokumentet:

Revisjon 1 ble utgitt på norsk 2022-01-26. Kapittel 0, som ble lagt til i oktober 2021, ble tatt ut. Anbefalingene er oppdatert.

NHS C19011:2022 erstatter NHS C19011:2021.

Følgende virksomheter har deltatt under utarbeidelsen: Bygg Reis Deg AS, Compass Fairs AS, Norges Varemesse AS, Sponsor- og Eventforeningen.

Ved henvisning til dette dokumentet skal det gå tydelig fram hvilken språkversjon det henvises til.

ICS: 11

---

### **Opphavsrettsbeskyttet dokument**

Med mindre annet er angitt, kan ingen del av dette dokumentet reproduseres eller brukes i noen form eller på noen måte uten at skriftlig tillatelse er innhentet på forhånd. Dette inkluderer kopiering og elektronisk bruk, som publisering på internett eller et intranett. Enhver gjengivelse som strider mot dette, kan føre til beslagleggelse, erstatningsansvar og/eller rettslig forfølgelse. Forespørsel om gjengivelse rettes til Standard Online AS.

## Innhold

|          |                                                          |           |
|----------|----------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1</b> | <b>Bakgrunn</b> .....                                    | <b>1</b>  |
| 1.1      | Generelt.....                                            | 1         |
| 1.2      | Formål.....                                              | 1         |
| 1.3      | Omfang .....                                             | 2         |
| <b>2</b> | <b>Ledelsens ansvar</b> .....                            | <b>2</b>  |
| 2.1      | Generelt.....                                            | 2         |
| 2.2      | Planlegging.....                                         | 2         |
| 2.3      | Opplæring, informasjon og holdningsskapende arbeid ..... | 2         |
| 2.4      | Kvalitetskontroll av smitteverntiltak.....               | 3         |
| 2.5      | Avvikshåndtering.....                                    | 3         |
| 2.6      | Evaluering .....                                         | 3         |
| <b>3</b> | <b>Smitteverntiltak for varemesser</b> .....             | <b>3</b>  |
| 3.1      | Generelle tiltak.....                                    | 3         |
| 3.1.1    | Økt avstand og redusert kontakt .....                    | 3         |
| 3.1.2    | Håndhygiene .....                                        | 4         |
| 3.1.3    | Nyse- og hostehygiene .....                              | 4         |
| 3.1.4    | Renhold .....                                            | 4         |
| 3.1.5    | Syke personer .....                                      | 5         |
| 3.2      | Bruk «Smittestopp» på mobiltelefon .....                 | 5         |
| 3.3      | Spesifikke smitteverntiltak.....                         | 5         |
| 3.3.1    | Generelt.....                                            | 5         |
| 3.3.2    | Besøkende .....                                          | 5         |
| 3.3.3    | Ansatte, arrangører og utstillere .....                  | 6         |
| 3.3.4    | Gjennomføring av møter .....                             | 6         |
| 3.3.5    | Serveringssteder, kantiner og sanitærfasiliteter .....   | 7         |
| <b>4</b> | <b>Generelt om koronavirus, covid-19 og smitte</b> ..... | <b>7</b>  |
| <b>5</b> | <b>Ved påvist smitte</b> .....                           | <b>8</b>  |
| 5.1      | Generelt.....                                            | 8         |
| 5.2      | Testing.....                                             | 8         |
| 5.3      | Smittesporing .....                                      | 8         |
| 5.4      | Karantene .....                                          | 8         |
| 5.5      | Isolering .....                                          | 9         |
| <b>6</b> | <b>Ytterligere informasjon</b> .....                     | <b>10</b> |
| <b>7</b> | <b>Trygg varemesse</b> .....                             | <b>10</b> |
| <b>8</b> | <b>Sjekkliste for smitteverntiltak</b> .....             | <b>11</b> |



# COVID-19 – Smittevern for vare- og handelsmesser – Rev.1

## 1 Bakgrunn

### 1.1 Generelt

Dette dokumentet angir smitteverntiltak for forsvarlig drift av varemesser, handelsmesser og fagmesser under covid-19-pandemien i Norge.

Dokumentet er utviklet med bakgrunn i *Forskrift om smitteverntiltak mv. ved koronautbruddet (covid-19-forskriften)*.

Kommunehelsetjenesten har et overordnet ansvar for smittesporing og varsler virksomheten dersom besøkende, kunder eller ansatte får bekreftet covid-19. Det er kommunehelsetjenesten som beslutter nødvendige tiltak, som å definere hvem som er nærkontakter til den syke og derfor skal i karantene. Se også kapittel 5.

Nasjonale og lokale krav og anbefalinger endrer seg med endrede erfaringer og endret smittepress. Det betyr at kravene og anbefalingene vil kunne variere fra kommune til kommune. Den enkelte virksomhet har ansvar for å følge med på og å ta hensyn til endringene i krav og anbefalinger, og det er virksomheten som er ansvarlig for å gjennomføre de smitteverntiltak som beskrives i dette dokumentet.

Dette dokumentet er utarbeidet av Standard Norge i samarbeid med Bransjegruppen for store innendørs arrangementer og Sponsor- og Eventforeningen. Dokumentet revideres av Standard Norge ved behov.

### 1.2 Formål

Kunnskap om smittevern gir redusert risiko for smittespredning. Hensikten med dokumentet er å gi den enkelte virksomhets ledelse og medarbeidere kunnskap om smittevern og tiltak for å fremme sikker daglig drift, herunder:

- redusere smittespredning;
- beskrive og sikre kvalitet i smittevernrutiner;
- bidra til at virksomheten kan opprettholde daglig drift;
- ivareta smittevern for ansatte og kunder;
- skape bevissthet om og forståelse for smitteverntiltak;
- sikre en kontinuerlig forbedring av smitteverntiltakene.

Samarbeid mellom de ansatte, tillitsvalgte, ansattes representanter og ledelse er avgjørende for å lykkes med implementering og etterlevelse av smittevern. I tillegg er det viktig å sikre at kunder og besøkende har god forståelse for og følger de til enhver tid gjeldende smitteverntiltak.

## 1.3 Omfang

Dokumentet angir smitteverntiltak og smittevernrutiner for varemesser.

Tiltakene er basert på tilgjengelig kunnskap om smittespredning og en vurdering av arbeidsforhold og arbeidsoppgaver knyttet til trygg gjennomføring av messer.

Spesifikasjonen dekker følgende områder:

- ledelsens ansvar, herunder planlegging, opplæring og informasjon, kvalitetskontroll, avvikshåndtering og evaluering;
- smitteforebyggende tiltak for opprettholdelse av forsvarlig gjennomføring av varemesser.

## 2 Ledelsens ansvar

### 2.1 Generelt

Messearrangør 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 smittevernrådene.

Ledelsen må sørge for nødvendig opplæring og informasjon til ansatte og brukere. Planer for smittevern må tilpasses lokale forhold etter råd gitt i denne veilederen. Pandemien kan bli langvarig, og det vil være behov for å opprettholde ulike tjenester og funksjoner i samfunnet samtidig med at smittevernhensyn tas. Ulike faser av pandemien og ulik smittespredning i landet vil kunne kreve tilpassede tiltak.

Alle bør utøve godt smittevern under covid-19-pandemien. Det betyr at hovedprinsippene for smittevern som beskrevet i denne veilederen, må overholdes både i og utenfor messen. Et godt samarbeid mellom arrangør, utstillere og besøkende må opprettholdes.

### 2.2 Planlegging

Ved planlegging av smittevern skal ledelsen foreta en særskilt risikovurdering av alle aspekter ved driften knyttet opp mot smittevern. Dette kan gjøres på samme måte som ordinært HMS-arbeid, herunder identifisering og kartlegging av risikoer og utarbeidelse av tiltak. Verneombud og tillitsvalgte bør involveres i risikovurderingen.

Ledelsen skal

- sørge for forsvarlig drift ved utarbeidelse av rutiner for god hygiene og godt renhold;
- sørge for god opplæring i smittevern og at alle nye rutiner gjøres kjent for alle ansatte. Vær særlig oppmerksom ved bruk av ekstrahjelp, sesongansatte og unge arbeidstakere som ikke er godt kjent med virksomheten;
- vurdere å oppnevne smittevernansvarlige på arbeidsplassen som skal påse at smitteverntiltak overholdes i henhold til kapittel 3;
- vurdere en gruppevis inndeling av ansatte (kohorter);
- sikre kontinuerlig forbedring.

### 2.3 Opplæring, informasjon og holdningsskapende arbeid

Opplæring skal tilbys av virksomheten selv eller i samarbeid med andre. Ansatte plikter å delta i opplæring innen smittevern og nødvendige smitteverntiltak.

Ledelsen skal etablere et system for å dokumentere at informasjon og opplæring er gitt.

God informasjon er sentralt for å sikre godt smittevern i alle ledd. Ledelsen har det overordnede ansvaret for det holdningsskapende arbeidet innen smittevern. Målet er å sikre en felles forståelse for og etterlevelse av smittevernrutinene. Det skal derfor arbeides aktivt for å skape et trygt arbeidsmiljø hvor medarbeidere kan dele erfaringer og gi hverandre tilbakemeldinger om rutiner er uklare eller blir praktisert i forskjellig grad.

## 2.4 Kvalitetskontroll av smitteverntiltak

Gjennomføring av smitteverntiltak skal kontrolleres, dokumenteres og rapporteres til ansvarlig leder. Dokumentasjonen skal oppbevares i organisasjonens eget kvalitetssystem.

Følgende skal avklares:

- hvilke områder som er risikoutsatt, og som skal kontrolleres;
- tidspunkt for kontroll;
- hyppighet på kontroll;
- hvem som skal gjennomføre kontrollen.

## 2.5 Avvikshåndtering

Avvik fra smitteverntiltakene håndteres i eksisterende kvalitetssystem. Når det oppstår avvik innen smittevern, skal ledelsen

- gjøre en vurdering av avviket,
- treffe tiltak for å korrigere avviket,
- følge opp og dokumentere tiltak, og
- ved forsettlig eller grovt uaktsom overtredelse, varsle myndighetene.

Ansatte skal oppfordres til å melde om avvik.

Varsling til myndighetene ved forsettlig eller grov uaktsomhet er i samsvar med *covid-19-forskriften*.

## 2.6 Evaluering

Ledelsen er ansvarlig for å vurdere om tilfredsstillende smittevern er oppfylt og er i tråd med nasjonale og lokale krav og anbefalinger. Effekt av tiltak skal evalueres, og endring av rutiner skal iverksettes hvis nødvendig. Ledelsen skal også vurdere behovet for ytterligere smitteverntiltak. Videre utvikling av utbruddet, oppdatert kunnskapsgrunnlag og erfaringer fra næringen kan føre til behov for revisjon.

# 3 Smitteverntiltak for varemesser

## 3.1 Generelle tiltak

### 3.1.1 Økt avstand og redusert kontakt

- Hold minst 1 meter avstand til andre for å redusere smitterisiko, om mulig gjerne 2 meter avstand.
- Unngå håndhilsing, klemming og unødvendig fysisk kontakt.
- Unngå nærkontakt ansikt til ansikt. Personer kan passere hverandre og være kortvarig i samme område uten større smitterisiko.
- Bruk munnbind når nasjonale eller lokale myndigheter anbefaler eller krever dette.

### 3.1.2 Håndhygiene

Unngå å berøre ansiktet med urene hender. Da hindrer du smitte via hendene til øyne, munn og luftveier. Hold hendene rene og smittefrie ved å berøre færrest mulig berøringspunkter.

- Utfør håndhygiene ved ankomst, fortrinnsvis håndvask. Hånddesinfeksjon er et alternativ der håndvask ikke er tilgjengelig; se nedenfor.
- Utfør håndvask som et minimum etter toalettbesøk, før og etter kjøkkenarbeid og spising, og ellers ved behov.
- Håndvask med lunkent vann og flytende såpe forebygger smitte effektivt. Selve vaskeprosessen bør ta minst 40–60 sekunder, og tørk hendene, helst med engangspapirhåndklær. Dersom det benyttes lufttørkere, må disse rengjøres grundig og ofte.

Dersom ordinær håndvask ikke er mulig:

- Koronavirus er følsomt for alkohol, og alkoholbasert desinfeksjon (håndsprit) er et alternativ.
- Hånddesinfeksjon skal plasseres på steder der det ikke er håndvaskmuligheter: ved inngangspartier, ved eller i pauserom for ansatte og utstillere, kaféområde for besøkende og flere andre lett tilgjengelige steder på messen.
- Alkoholbasert desinfeksjon er lite effektivt ved synlig skitne eller våte hender. Da skal det legges til rette for ordinær håndvask.

### 3.1.3 Nyse- og hostehygiene

- Nys og host enten i albuekroken eller i et papir som kastes. Vask eller desinfiser hendene etterpå.
- Unngå å berøre ansiktet, spesielt øyne, munn og nese.

### 3.1.4 Renhold

- Renhold skal gjøres med vanlige rengjøringsmidler og ikke rengjøringsmidler som inneholder etanol, da disse kan forårsake skade på enkelte overflater.
- Ha forsterket renhold på utsatte områder og kontaktflater.
- Toaletter og vaskeservanter skal rengjøres hyppig, minimum daglig ved daglig bruk. Tørk overflater som toalettsete og kran på servanten regelmessig, avhengig av hvor hyppig det er i bruk.
- Engangspapirhåndklær og såpe skal være tilgjengelig.
- Sjøppel skal tømmes regelmessig.
- Vær ekstra oppmerksom på renhold i ansattes og utstilleres pauserom og i kaféområde for besøkende.
- Spisebord vaskes med vann og såpe etter bruk.
- Utstyr som brukes av flere på messen (nettbrett, berørings skjerm, tastaturer o.l.), rengjøres etter bruk.

Følgende viktige berøringspunkter rengjøres spesielt nøye:

- kjøkkenkrok, tekjøkken o.l., kaffemaskin, oppvaskmaskin o.a.;
- betalingsterminaler, telefoner, PC-skjerm og utstyr, berørings skjerm o.l.;
- kundevogner og handlekurver;
- pulter og bord;
- lysbrytere, heisknapper o.l.;
- gelender;
- dørhåndtak og området rundt;
- dispensere;
- kraner og dusjhoder;
- toaletter.



### 3.1.5 Syke personer

Det er viktig at personer med selv milde luftveissymptomer (spesielt ved hosting og nysing) ikke møter på jobb eller besøker messen. Merk at mye av smitteoverføringen skjer rundt tiden før de første sykdomstegn.

Arrangørens ansatte, arrangører, utstillere og besøkende som blir syke mens de er til stede på messen, skal forlate området så snart det er mulig. Syke personer som må hentes av andre, skal vente på et eget rom eller ute i god avstand fra andre. Syke personer bør ikke ta offentlig transport. Syke personer bør dekke til munn og nese hvis de ikke kan holde 2 meter avstand til andre.

Enkelte sykdommer og allergier gir lignende symptomer som ved covid-19. Den enkelte vurderer selv om symptomene kan være forårsaket av covid-19 eller om de utelukkende skyldes annen sykdom eller allergi. Ved tvil holder personen seg hjemme og testes for covid-19.

### 3.2 Bruk «Smittestopp» på mobiltelefon

Alle som arbeider eller har kortere opphold på området, oppfordres til å ha mobilappen «Smittestopp» i aktiv bruk. Appen vil varsle deg om eventuell nærkontakt med en som har testet positivt for covid-19. Om du selv tester positivt, kan du bidra til å forebygge smittespredning ved at andre blir varslet gjennom «Smittestopp». Du er anonym overfor andre når du registrer positiv prøve ved innlogging via ID-porten. Bruk av appen er frivillig.

### 3.3 Spesifikke smitteverntiltak

#### 3.3.1 Generelt

Tilrettelegg for at alle ansatte, kunder og besøkende til enhver tid kan følge de generelle smittevern rådene som gis av myndighetene. I områder med økt smittepress kan kommunen innføre anbefaling eller påbud om munnbind i områder der det ikke er mulig å holde anbefalt avstand.

#### 3.3.2 Besøkende

- Alle utstillere og besøkende skal registrere seg på forhånd. Orientering om smitteverntiltak skal gis til alle utstillere og besøkende før ankomst.
- Det skal iverksettes tiltak som gjør det mulig å ha løpende oversikt over hvor mange personer som til enhver tid er inne på området.
- Med tanke på eventuell smittesporing skal ansatte, utstillere og besøkende registreres med kontaktinformasjon ved ankomst til området.
- Informasjon om ansatte, utstillere og besøkende oppbevares i to uker til bruk ved behov for smittesporing. Ved behov overleveres kontaktinformasjonen til kommunehelsetjenesten, som gjennomfører smittesporingen.
- Vurder tiltak som bidrar til å fordele gjester og besøkende over flere tidsperioder eller dager.
- Det kan vise seg nødvendig å styre adgang til området etter hvor mange som kan være inne til enhver tid. Det kan også være nødvendig med begrensning av antall personer i deler av lokalet.
- Sørg for at det ikke oppstår trengsel ved inngangene eller inne i lokalet. Vurder å opprette merking på gulvet rundt i lokalet for å sikre avstand mellom personer. Personer kan passere hverandre og være kortvarig i samme område uten større smitterisiko.
- Merk ved behov «enveiskjøring», og sørg for separat inngang og utgang både til hele området og til enkeltlokaler.
- Det skal legges til rette for at ansatte og besøkende skal holde minst 1 meter avstand til hverandre, gjerne 2 meter. Pleksiglass kan vurderes som ytterligere tiltak ved for eksempel kasser.
- Legg til rette for kortbetaling eller andre elektroniske betalingsløsninger.

- Legg til rette for god håndhygiene ved å oppfordre alle ansatte og besøkende til håndvask eller hånddesinfeksjon på vei inn i og ut av lokalet. Vurder også plassering av utstyr for hånddesinfeksjon inne i lokalet.
- Kontaktpunkter skal rengjøres hyppig. Hyppigheten av rengjøring skal vurderes av virksomhetene og være avhengig av type kontaktpunkt og kundetetthet. Eksempler på kontaktpunkter er berøringsskjermer, dørhåndtak, gelendre, bordflater og disker.

### 3.3.3 Ansatte, arrangører og utstillere

- Ansatte skal holde minst 1 meter avstand, gjerne 2 meter. Dette skal overholdes både i garderobe, under arbeid og i pauser.
- Nærkontakt ansikt til ansikt ved passering bør unngås.
- God håndhygiene.
- Felles nettbrett, berøringsskjermer, kasser og tastaturer vaskes av etter bruk.
- Utfør hyppig vask av arbeidsklær i henhold til vaskedeklarasjon.
- Begrens bruk av offentlig transport der det er mulig.
- Dersom de ansatte er delt inn i kohorter (grupper), bør den enkelte sørge for minst mulig kontakt med ansatte i andre kohorter enn ens egen.
- Ansatte skal gjennomføre opplæring i gjeldende smittevernrutiner på arbeidsplassen, og rutinene skal være godt synlige for alle ansatte.
- Ansatte skal gis særlig opplæring i hygiene og rengjøringsrutiner.
- Ansatte med luftveissymptomer skal ikke komme på jobb. Ansatte som utvikler slike symptomer, skal forlate arbeidsstedet.

### 3.3.4 Gjennomføring av møter

For resepsjon og mottak gjelder følgende:

- Ha hånddesinfeksjon tilgjengelig for besøkende.
- Påse at kunder og besøkende holder minst 1 meter avstand, om mulig 2 meter avstand.
- Vurder fysisk barriere.
- Vurder markering på gulv for å sikre avstand mellom personer.
- Rengjør berøringpunkter hyppig. Eksempel på fysisk barriere er glassvegg og pleksiglass.

Ved gjennomføring av møter gjelder følgende:

- Vurder muligheten for gjennomføring av digitale møter.
- Sørg for oppslag ved møterom som informerer om anbefalt minsteavstand mellom møtedeltakere og angir høyest antall personer i lokalet.
- Ved gjennomføring av fysiske møter skal ansvarlig møteleder sikre at smitteverntiltakene opprettholdes.
- Sørg for registrering av kontaktinformasjon for møtedeltakere og besøkende.
- Merk eller fjern stoler som ikke skal brukes.
- Felles nettbrett, datamaskiner og tastaturer skal vaskes etter bruk.

Hvert kontor bør ha en smittevernansvarlig. Antall besøkende til egen virksomhet skal begrenses.

### 3.3.5 Serveringssteder, kantiner og sanitærfasiliteter

For serveringssteder på messeområdet gjelder følgende:

- Vask hender og/eller bruk desinfeksjonsmiddel ved inngang til spiserom.
- Rengjør berøringsflater (for eksempel håndtak) hyppig.
- Plasser papirdispensere slik at papir er tilgjengelig for å unngå hudkontakt ved bruk av kanner og mugger.
- Rengjør spisebord med vann og rengjøringsmiddel etter hver bordsetning.
- Tilrettelegg møblering slik at kravet til minst 1 meter avstand overholdes.
- Ikke berør utstyr som du ikke skal bruke selv.
- Vurder å redusere antall felles berøringspunkter hvis man forsyner seg selv.
- Sørg for hyppig rengjøring av felles berøringspunkter og felles bestikk. Der det benyttes felles utstyr som krydder, ketsjup o.l., skal disse rengjøres hyppig, og håndhygienefasiliteter bør være lett tilgjengelige.
- Vurder engangsforpakninger og engangsutstyr.

For sanitærfasiliteter gjelder følgende:

- Utfør hyppig renhold, spesielt på berøringspunkter.
- Tørk hender med papirhåndklær. Dersom man må benytte lufttørkere, er det viktig at disse holdes rene.
- Unngå kø om mulig.
- Vurder markering på gulv med avstandsmål.

## 4 Generelt om koronavirus, covid-19 og smitte

Koronaviruset smitter hovedsakelig via luft, dråpe eller kontakt. Viruset kan overleve fra timer til flere dager, avhengig av type overflate, temperatur, sollys, utskifting av luft og luftfuktighet.

Symptomer på covid-19 er luftveisinfeksjon, feber, hoste, tungpustethet eller tap av smaks- eller luktesans.

Koronaviruset fjernes ved rengjøring med vanlige rengjøringsmidler. Det er derfor ikke nødvendig å bruke desinfeksjon rutinemessig. Hvis desinfeksjon likevel brukes, skal synlig skitt først tørkes bort med klut eller tørkepapir. Ellers virker ikke desinfeksjonsmiddelet.

Risikoen for smitte øker med tiden man er sammen og jo mindre avstanden er mellom personer. Et av de viktigste smitteverntiltakene er derfor å sørge for god avstand mellom personer som møter hverandre, og å reduseres antall kontakter og kontakthyppigheten. På den måten reduseres muligheten for smitteoverføring.

De fire viktigste virkemidlene for å redusere smittespredning av koronavirus er:

- 1) økt avstand mellom personer;
- 2) redusert kontakthyppighet mellom personer;
- 3) god hygiene;
- 4) syke personer skal være i isolering eller karantene.

## 5 Ved påvist smitte

### 5.1 Generelt

Det er kommunehelsetjenesten og øvrige helsemyndigheter som har ansvar for oppfølging i tilfelle smitte påvises. Dette kapitlet orienterer om hvilke prosedyrer som i så fall vil bli fulgt.

### 5.2 Testing

Dersom en har en eller flere av symptomene på covid-19, eller dersom en er vurdert av lege som mistenker covid-19, gjennomføres testing.

Dersom en har hatt nær kontakt med person som har fått bekreftet eller mistenkt covid-19, bør en også gjennomføre testing.

Det er kommunehelsetjenesten som har hovedansvar for testingen. Selvtesting er et supplement til, og kan i mange tilfeller erstatte, testing hos kommunehelsetjenesten.

Som hovedregel skal en holde deg i karantene etter testing inntil en har fått svar. En skal ikke gå på jobb eller skole, en skal ikke ta offentlig transport eller oppsøke offentlige steder, og en skal holde god avstand til alle andre enn sine nærmeste.

Ved negativ test kan en gå tilbake på jobb eller skole så sant en føler seg frisk og er feberfri, selv om en fortsatt har noen symptomer på luftveisinfeksjon.

### 5.3 Smittesporing

Smittesporing er prosessen med å finne, informere og eventuelt følge opp eller teste nærkontakter til personer med påvist koronasmitte. Formålet med systematisk smittesporing er å kunne bidra til å bryte en smittekjede.

Kommunehelsetjenesten har et overordnet ansvar for smittesporing, men den enkelte kan selv bidra med å informere mulige nærkontakter, slik at smittekjeden brytes så raskt som mulig.

Alle som er involvert i smittesporing i helsetjenesten, er pålagt taushetsplikt ved håndtering av personopplysninger.

### 5.4 Karantene

Den som skal i karantene, er i utgangspunktet frisk, men har vært i en situasjon med mulig smitte. Dette gjelder nærkontakter til personer med covid-19 og personer som har vært på reise i et område med mye smitte. Myndighetene vedlikeholder oppdatert informasjon om hvilke land og områder dette gjelder. En skal være i karantene i inntil 10 dager for å hindre at de smitter andre før de selv får symptomer.

Følgende regler gjelder:

- En skal være i karantene i inntil 10 dager etter siste eksponering eller etter ankomst til Norge.
- En kan omgås de en bor sammen med som normalt, men unngå besøk.
- En skal ikke gå på skole, jobb, barnehage eller andre aktiviteter utenfor hjemmet.
- En skal ikke ta lengre reiser innenlands eller reise utenlands.
- En skal ikke ta offentlig transport.
- En skal unngå steder hvor det er vanskelig å holde avstand.

- En bør som hovedregel ikke oppsøke offentlige steder, slik som butikker og kafeer. Ved mangel på alternativer kan en gå ut for å gjennomføre nødvendige ærend i butikk eller apotek, men sørge for å holde tilstrekkelig avstand (minst 1 meter) til andre og unngå kø.
- En kan gå tur ute, men hold minst 1 meter avstand til andre.
- En skal være årvåken på egne symptomer. Dersom en får feber eller luftveissymptomer, skal en isolere seg og la seg teste så snart som mulig.
- Ved positiv test skal en over i hjemmeisolering.

Under karantenen skal en oppholde seg på et egnet sted:

- Det vanligste er å gjennomføre karantene i eget hjem. For at et annet oppholdssted skal egne seg, må det være mulig å unngå kontakt med andre enn de en til vanlig bor sammen med.
- Dersom en er pålagt karantene etter innreise fra utlandet, kan en bli pålagt å oppholde seg på karantenehotell.
- Overnattingssteder der en må omgås andre, er ikke egnet for karantene. Opphold i campingbil, campingvogn, telt eller hytte på campingplasser uten eget bad, toalett og kjøkken godtas ikke som adresse for gjennomføring av karantenetiden hvis en må dele fasiliteter med andre personer enn sine nærmeste eller reisefølget. Det samme gjelder opphold på adresser hvor en må dele rom og fasiliteter med andre enn de en til vanlig bor sammen med, for eksempel hybelhus og andre boliger med felles bad eller kjøkken.
- Karantene i andres hjem er greit dersom den som er i karantene, og dennes husstand er de eneste gjestene.

*Covid-19-forskriftenes* kapittel 2 gir unntak fra karantene-reglene i forbindelse med visse arbeidsreiser og for personer som pendler mellom land i forbindelse med arbeidet. Disse reglene kan endre seg.

## 5.5 Isolering

Dersom en person har sannsynlig eller påvist covid-19, skal vedkommende isoleres, enten hjemme, i helseinstitusjon eller et annet sted. Hjemmeisolering er et alternativ for den som har sannsynlig eller påvist covid-19, men som ikke trenger å ligge på sykehus.

Dette gjelder for hjemmeisolering:

- En skal ikke gå ut av hjemmet, men en kan oppholde seg i egen hage eller på egen balkong.
- En må få hjelp av andre til å gjøre nødvendige ærend.
- Hold minst 1 meter avstand til andre som en bor sammen med, når dette er mulig.
- Hvis mulig, bør en ha eget rom og bad. Bruk egne baderomsartikler, som for eksempel håndkle.
- Avtal med lege om oppfølging av egen helsetilstand.
- Ring helsevesenet hvis det er behov for legehjelp fordi sykdommen forverres (for eksempel ved pustevansker) eller av andre årsaker. Fortell at du har covid-19 når du ringer. Da kan de iverksette tiltak for å hindre at andre blir smittet. En bør ikke benytte offentlig transport.
- Rengjør hjemmet hyppig, særlig overflater som baderomservant, toalett, dørhåndtak og kjøkkenbenk. Vanlige rengjøringsmidler kan benyttes. Brukte tekstiler og sengetøy legges rett i vaskemaskin og vaskes på minimum 60 °C.
- Personer i samme husstand skal være i karantene.
- Personer i samme husstand må være nøye med håndhygiene med hyppig håndvask med såpe og vann. Husk særlig å vaske eller desinfisere hendene når en forlater rommet hvor den som er i hjemmeisolering, oppholder seg, og etter kontakt med vedkommende eller utstyr vedkommende har brukt, og før en skal ut av huset.
- Legen vurderer hvor lenge en må være isolert. En skal minst være isolert 8 dager etter at en ble syk.

## 6 Ytterligere informasjon

Ytterligere informasjon om koronavirus og covid-19 fins på følgende nettsider:

- På regjeringen.no: <https://www.regjeringen.no/no/tema/Koronasituasjonen/id2692388/>.
- På hels norge.no: <https://helsenorge.no/koronavirus>.
- På Folkehelseinstituttets sider: <https://www.fhi.no/sv/smittsomme-sykdommer/corona/>.
- Spesielt om karantene og isolering: <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/avstand-karantene-og-isolering/>.
- Covid-19-forskriften: <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2020-03-27-470>.

Merk at informasjonen kan bli endret over tid. Dette gjelder også covid-19-forskriften.

Informasjon om øvrige smittevernsesifikasjoner på Standard Norges nettsider:

<https://www.standard.no/smittevernveiledning>. Søk ellers på «NHS» på Standard Norges nettside <https://www.standard.no/>.

## 7 Trygg varemesse

Arrangører av vare- og handelsmesser som forplikter seg til å følge reglene og gjennomføre tiltakene i dette dokumentet, kan benytte emblemet vist på figur 1 i tilknytning til messene og arrangementene.



Figur 1 – Trygg varemesse

## 8 Sjekkliste for smitteverntiltak

**Tabell 1 – Sjekkliste for ledelsen**

| Tiltak                                                                                                              | Dato | Utført | Merknad |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------|---------|
| Gi informasjon om smittevern og gjennomfør opplæring av ansatte                                                     |      |        |         |
| Etabler system for dokumentering av opplæringstiltak                                                                |      |        |         |
| Informere utstillere og samarbeidsparter om smitteverntiltak som skal overholdes                                    |      |        |         |
| Oppnevnt ved behov smittevernansvarlige                                                                             |      |        |         |
| Vurder inndeling av ansatte i grupper (kohorter)                                                                    |      |        |         |
| Legg til rette for system for registrering av ansatte, utstillere og besøkende med tanke på eventuell smittesporing |      |        |         |
| Lag plan for hygienetiltak og renhold                                                                               |      |        |         |

**Tabell 2 – Sjekkliste for gjennomføring av tiltak**

| Tiltak                                                                                  | Dato | Utført | Merknad |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|------|--------|---------|
| Gjennomfør oppmerking av gulv for å sikre avstand                                       |      |        |         |
| Monter og kontroller eventuelle skillevegger (pleksiglass e.l.)                         |      |        |         |
| Sørg for at det over alt er mulig å holde avstand; merk eventuell «enveiskjøring»       |      |        |         |
| Tilrettelegg for separat inngang og utgang både til hele området og til enkelte lokaler |      |        |         |
| Tilrettelegg for god avstand i alle lokaler; fjern møbler om nødvendig                  |      |        |         |
| Sørg for oppslag om smittevern, håndhygiene og nyse- og hostehygiene                    |      |        |         |
| Sørg for oppslag om hvor mange som kan oppholde seg i hvert rom                         |      |        |         |
| Sjekk at såpe- og desinfeksjonsdispensere virker og er fylt med korrekt middel          |      |        |         |
| Sørg for godt renhold av alle berøringspunkter og av eventuelle lufttørkere             |      |        |         |
| Sørg for at tørkepapir er tilgjengelig der det trengs                                   |      |        |         |
| Sørg for god ventilasjon i lokalene                                                     |      |        |         |

**Tabell 3 – Huskeliste for ansatte og besøkende**

| Tiltak                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Hold deg hjemme dersom du er syk, selv ved milde symptomer; forlat området dersom du blir syk |
| Hold minst 1 meter avstand, gjerne 2 meter                                                    |
| Unngå unødvendig kontakt med andre                                                            |
| Bruk munnbind når myndighetene anbefaler eller krever det                                     |
| Husk god håndhygiene og nyse- og hostehygiene                                                 |
| Gi beskjed dersom du ser noe som bør eller kan forbedres                                      |
| Bruk gjerne appen «Smittestopp» på mobiltelefon                                               |

- Norsk Standard fastsettes av Standard Norge og er varemerkebeskyttet.
- Andre leveranser fra Standard Norge, som tekniske spesifikasjoner, workshopavtaler og veiledninger, utgis etter ferdigstilling uten formell fastsetting.
- Standard Norge kan gi opplysninger om innholdet og svare på faglige spørsmål.
- Spørsmål om gjengivelse rettes til Standard Online AS.
- Inntektene fra salg av standarder utgjør en stor og avgjørende del av finansieringen av standardiseringsarbeidet i Norge.
- Mer informasjon om standardisering, standarder, kurs og andre produkter finnes på [www.standard.no](http://www.standard.no).

Standard Norge  
Postboks 242  
1326 Lysaker

Telefon 67 83 86 00

[info@standard.no](mailto:info@standard.no)  
[www.standard.no](http://www.standard.no)

Standard Online AS  
Postboks 252  
1326 Lysaker

Telefon 67 83 87 00

[salg@standard.no](mailto:salg@standard.no)  
[www.standard.no](http://www.standard.no)

Besøksadresse:

Lilleakerveien 2A  
0283 Oslo