

# Hvilke rutiner skal en transportbedrift forholde seg til når:

1

Sjåføren kommer fra røde land for å jobbe i Norge etter en friperiode eller om sjåføren kommer fra røde land etter tilfeldige oppdrag

---

2

Sjåføren jevnlig ankommer Norge fra områder i Sverige eller Finland med karanteneplikt mer enn én gang, i løpet av 15 dager

---

3

Sjåføren ankommer Norge etter å ha kjørt i transitt uten å ha hatt nærkontakt i perioden

# 1

**Sjåføren kommer fra røde land for å jobbe i Norge etter en friperiode eller om sjåføren kommer fra røde land etter tilfeldige oppdrag.**

## DOKUMENTASJON FOR INNREISE

**NLF anbefaler** å utarbeide dokumentasjon knyttet til ansettelsesforholdet.

*Benytt gjerne våre maler som et grunnlag.*

**Bekreftelse på arbeid i kritisk samfunnsfunksjon**

**Confirmation of employment in critical society function**

## VED GRENSEPASSERING

**NLF anbefaler** at utenlandske sjåførere gjennomfører testing beskrevet i § 4a før innreise til Norge.

**NLF anbefaler** at norske og utenlandske sjåførere testes for covid-19 ved innreise til Norge. Resultatet av en slik test gjøres kjent på [helsenorge.no](https://helsenorge.no) (krever norsk personnummer)

## KARANTENEREGLER

**NLF anbefaler** at sjåføren går i karantene frem til resultatet av første prøve er kjent.

Er resultatet negativt vil sjåføren, etter bedriftens vurdering (Se § 6e.), være fritatt regler om innreisekarantene når sjåføren er på jobb. På fritiden vil innreisekarantene gjelde i 10 dager etter innreise.

## OPPFØLGING

Dersom unntaket i § 6 e benyttes, skal sjåføren testes for covid-19 så snart det lar seg gjøre.

## OPPFØLGING VED POSITIV COVID-19-PRØVE

Ved positivt prøvesvar skal sjåføren isoleres, og arbeidsgiver skal kontakte kommunen for å iverksette smittesporing.

## BEDRIFTENS ANSVAR

Arbeids- eller oppdragsgiver er ansvarlig for organisering, gjennomføring og finansiering av testen.

## HVA SKAL BEDRIFTEN VURDERE

Virksomhetsledelsen må vurdere om det er strengt nødvendig at vedkommende kommer på jobb for å sikre en forsvarlig drift av virksomheten, for å benytte seg av unntaket fra karantenereglene.

## HVA MÅ BEDRIFTEN TA HENSYN TIL

Vi har alle et felles ansvar for å forhindre spredning av covid-19-viruset. Selv om vår bransje er gitt unntak for karantenereglene er våre ansatte like utsatt som alle andre for å få og for å spre smitte.

**NLF anbefaler** derfor at det gjennomføres en nøye vurdering av virksomhetens behov før fritaket benyttes. Det bør også vurderes i hvilken grad arbeidsoppgavene til den enkelte medfører nærkontakt med andre (1 meters-regelen) og antall kontaktpunkter i løpet av en dag. Er det muligheter for å omorganisere arbeidsoppgavene for å redusere faren for spredning, kan det være klokt.

**NLF anbefaler** at innholdet i vår smittevernveileder danner rammen for hvordan arbeidet gjennomføres.

**NLF Smittevernveileder for transporttjenester**

# 1

Sjåføren kommer fra røde land for å jobbe i Norge etter en friperiode eller om sjåføren kommer fra røde land etter tilfeldige oppdrag.

## LOVHJEMMEL

### Forskrift om smitteverntiltak mv. ved koronautbruddet (covid-19-forskriften)

#### **§ 4a. Krav om negativ test for covid-19 ved ankomst til Norge**

Personer som ankommer Norge fra et område med karanteneplikt som fastsatt i vedlegg A, skal ved innreise fremvise en attest som viser negativ test for covid-19. Godkjent testmetode er PCR eller antigen hurtigtest.

Testen skal være tatt ikke senere enn 72 timer før ankomst til Norge. Attesten skal være på norsk, svensk, dansk, engelsk, fransk eller tysk. Dersom kravene ikke er oppfylt, kan personen bortvises, jf. forskrift om innreiserestriksjoner for utlendinger av hensyn til folkehelsen § 4a.

Første ledd gjelder ikke for:

- a) norske statsborgere
- c) utlendinger som er strengt nødvendig for å kunne opprettholde forsvarlig drift av kritiske samfunnsfunksjoner eller ivareta befolkningens grunnleggende behov, og det er fare for liv og helse om innreise nektes
- d) utlendinger som er i transitt
- e) utlendinger som jevnlig ankommer Norge fra Sverige eller Finland for å arbeide eller studere, med unntak av helsepersonell som har vært mer enn sju dager utenfor Norge
- m) utlendinger som gjennomfører ervervsmessig gods- og persontransport mot vederlag, eller som er på vei til eller fra slikt oppdrag, jf. forskrift om innreiserestriksjoner for utlendinger av hensyn til folkehelsen § 3 bokstav d

#### **§ 6b. Unntak fra innreisekarantene for visse arbeids- og oppdragstakere**

De som mer enn én gang i løpet av en periode på 10 dager ankommer Norge fra områder i Sverige eller Finland med karanteneplikt etter vedlegg A, som ledd i reise mellom arbeidssted og bosted, er unntatt fra innreisekarantene i arbeidstiden dersom de i Norge testes for covid-19 minst

- a) hver sjuende dag, eller
- b) første dag de ankommer Norge, og deretter hver sjuende dag, dersom det er åtte, ni eller ti døgn siden de sist ble testet i Norge for covid-19.

Yrkessjåførere av langtransport og togpersonell som ankommer Norge fra områder med karanteneplikt etter vedlegg A, er unntatt fra innreisekarantene ved kryssing av Norges grense i arbeidstiden. På fritiden gjelder innreisekarantene.

*Fortsetter neste side*

# 1

Sjåføren kommer fra røde land for å jobbe i Norge etter en friperiode eller om sjåføren kommer fra røde land etter tilfeldige oppdrag.

## LOVHJEMMEL

### § 6. Fellesregler for personer unntatt karanteneplikt

Personer som er unntatt fra karanteneplikt i medhold av § 6a til § 6e, skal så langt som mulig, unngå nærkontakt med andre som de ikke bor sammen med.

Unntaket fra karanteneplikt opphører dersom personen utvikler akutt luftveisinfeksjon med feber, hoste eller tung pust eller vurderes av lege som mistenkt smittet av covid-19-viruset.

### § 6c. Unntak fra innreisekarantene for arbeidsreisende ved testing

Personer som er bosatt i EØS eller Sveits og som kommer til Norge for å utføre arbeid eller oppdrag, er unntatt fra innreisekarantene i arbeidstiden dersom de

- a. har testet negativt for covid-19 etter ankomst til Norge
- b. testes hver tredje dag i 10 døgn etter ankomst til Norge
- c. har opphold på enerom i de ti første døgnene i Norge
- d. ikke de siste 10 døgnene før de kommer til Norge har oppholdt seg i områder med særlig høyt smittensnivå jf. vedlegg B.

Bruk av unntaket i første ledd organiseres, gjennomføres og finansieres av arbeids- eller oppdragsgiveren i Norge.

Ved positiv test skal personen i isolering, jf. § 7, og arbeids- eller oppdragsgiver skal varsle kommunen.

Unntaket gjelder også personer som er bosatt i Norge og som returnerer fra arbeid eller oppdrag utført i EØS eller Sveits. Første ledd bokstav c gjelder likevel ikke.

### § 6e. Særskilt unntak fra innreise- og smittekarantene for personell i kritiske samfunnsfunksjoner

Personer som er strengt nødvendige for å kunne opprettholde forsvarlig drift av kritiske samfunnsfunksjoner eller ivareta befolkningens grunnleggende behov, herunder personer som gjennomfører vare- og passasjertransport, er unntatt fra karantene i arbeidstiden.

Unntaket i første ledd kan kun benyttes i tilfeller hvor det er strengt nødvendig for å sikre forsvarlig drift av virksomheten og det ikke er tid til å avvente negativ test for covid-19 eller mulighet til å bruke andre unntak i § 6a til § 6f før personen går i arbeid. Dersom unntaket i første ledd benyttes, skal personen testes for covid-19 så snart det lar seg gjøre.

Arbeids- eller oppdragsgiver plikter å planlegge driften av virksomheten slik at bruken av unntaket i første ledd i størst mulig grad unngås.

# 2

Sjåføren jevnlig ankommer Norge fra områder i Sverige eller Finland med karanteneplikt mer enn én gang, i løpet av 15 dager.

## DOKUMENTASJON FOR INNREISE

**NLF anbefaler** å utarbeide dokumentasjon knyttet til ansettelsesforholdet.

*Benytt gjerne våre maler som et grunnlag.*

**Bekreftelse på arbeid i kritisk samfunnsfunksjon**

**Confirmation of employment in critical society function**

## VED GRENSEPASSERING

Det skal gjennomføres regelmessige tester for covid-19 minst hver syvende dag. Dokumentasjon på utført test oppbevares av bedriften og den enkelte sjåfør.

## KARANTENEREGLER

Sjåfør vil være fritatt regler om karantene på jobb. På fritiden vil karantenereglene gjelde til det har gått 10 dager etter siste innreise.

## OPPFØLGING

Det skal gjennomføres regelmessige tester for covid-19 minst hver syvende dag. Dokumentasjon på utført test bør oppbevares av bedriften og den enkelte sjåfør.

## OPPFØLGING VED POSITIV COVID-19-TEST

Ved positivt prøvesvar skal sjåføren isoleres, og arbeidsgiver skal kontakte kommunen for å iverksette smittesporing.

## BEDRIFTENS ANSVAR

Arbeids- eller oppdragsgiver er ansvarlig for organisering, gjennomføring og finansiering av testen.

## HVA SKAL BEDRIFTEN VURDERE

Når sjåføren jevnlig ankommer Norge fra områder i Sverige eller Finland med karanteneplikt som ledd i reise mellom arbeidssted og bosted, er unntatt fra innreisekarantene i arbeidstiden.

Det kreves ingen ytterligere vurdering av arbeidsgiver.

## HVA MÅ BEDRIFTEN TA HENSYN TIL

Vi har alle et felles ansvar for å forhindre spredning av covid-19-viruset. Selv om vår bransje er gitt unntak for karantenereglene er våre ansatte like utsatt som alle andre for å få og for å spre smitte.

**NLF anbefaler** derfor at det gjennomføres en nøye vurdering av virksomhetens behov før fritaket benyttes. Det bør også vurderes i hvilken grad arbeidsoppgavene til den enkelte medfører nærkontakt med andre (1 meters-regelen) og antall kontaktpunkter i løpet av en dag. Er det muligheter for å omorganisere arbeidsoppgavene for å redusere faren for spredning, kan det være klokt.

**NLF anbefaler** at innholdet i vår smittevernveileder danner rammen for hvordan arbeidet gjennomføres.

**NLF Smittevernveileder for transporttjenester**

# 2

Sjåføren jevnlig ankommer Norge fra områder i Sverige eller Finland med karanteneplikt mer enn én gang, i løpet av 15 dager.

## LOVHJEMMEL

### Forskrift om smitteverntiltak mv. ved koronautbruddet (covid-19-forskriften)

#### **§ 6. Fellesregler for personer unntatt karanteneplikt**

Personer som er unntatt fra karanteneplikt i medhold av § 6a til § 6e, skal så langt som mulig, unngå nærkontakt med andre som de ikke bor sammen med.

Unntaket fra karanteneplikt opphører dersom personen utvikler akutt luftveisinfeksjon med feber, hoste eller tung pust eller vurderes av lege som mistenkt smittet av covid-19.

#### **§ 6b. Unntak fra innreisekarantene for visse arbeids- og oppdragstakere**

De som mer enn én gang i løpet av en periode på 15 dager ankommer Norge fra områder i Sverige eller Finland med karanteneplikt etter vedlegg A, som ledd i reise mellom arbeidssted og bosted, er unntatt fra innreisekarantene i arbeidstiden dersom de i Norge testes for covid-19 minst:

- a) hver sjuende dag, eller
- b) første dag de ankommer Norge, og deretter hver sjuende dag, dersom det er åtte, ni eller ti døgn siden de sist ble testet i Norge for covid-19.

Første ledd gjelder ikke for helsepersonell som samtidig jobber i svensk eller finsk helse- og omsorgstjeneste. Bruk av unntaket i første ledd organiseres, gjennomføres og finansieres av arbeids- eller oppdragsgiveren i Norge.

Yrkessjåfører av langtransport og togpersonell som ankommer Norge fra områder med karanteneplikt etter vedlegg A, er unntatt fra innreisekarantene ved kryssing av Norges grense i arbeidstiden. På fritiden gjelder innreisekarantene.

# 3

**Sjåføren ankommer Norge etter å ha kjørt i transitt uten å ha hatt nærkontakt i perioden.**

## DOKUMENTASJON FOR INNREISE

**NLF anbefaler** å utarbeide dokumentasjon knyttet til ansettelsesforholdet.

*Benytt gjerne våre maler som et grunnlag.*

**Bekreftelse på arbeid i kritisk samfunnsfunksjon**

**Confirmation of employment in critical society function**

## VED GRENSEPASSERING

Det er ikke er ingen krav om testing for covid-19 ved grensepassering.

**NLF anbefaler** at det etableres rutiner for gjennomføring av oppdrag der en kjører gjennom røde land og fører logg for den enkelte tur.

## KARANTENEREGLER

Sjåfør vil være fritatt regler om karantene.

## OPPFØLGING

**NLF anbefaler** at en vurderer behovet for regelmessige tester for covid-19.

Dokumentasjon på utført test oppbevares av bedriften og den enkelte sjåfør.

## OPPFØLGING VED POSITIV COVID-19-TEST

Ved positivt prøvesvar skal sjåføren isoleres, og arbeidsgiver skal kontakte kommunen for å iverksette smittesporing.

## BEDRIFTENS ANSVAR

Arbeids- eller oppdragsgiver er ansvarlig for organisering, gjennomføring og finansiering av testen.

## HVA SKAL BEDRIFTEN VURDERE

Det kreves ingen ytterligere vurdering av arbeidsgiver.

## HVA MÅ BEDRIFTEN TA HENSYN TIL

Vi har alle et felles ansvar for å forhindre spredning av covid-19-viruset. Selv om vår bransje er gitt unntak for karantenereglene er våre ansatte like utsatt som alle andre for å få og for å spre smitte.

**NLF anbefaler** derfor at det gjennomføres en nøye vurdering av virksomhetens behov før fritaket benyttes. Det bør også vurderes i hvilken grad arbeidsoppgavene til den enkelte medfører nærkontakt med andre (1 meters-regelen) og antall kontaktpunkter i løpet av en dag. Er det muligheter for å omorganisere arbeidsoppgavene for å redusere faren for spredning, kan det være klokt.

**NLF anbefaler** at innholdet i vår smittevernveileder danner rammen for hvordan arbeidet gjennomføres

**NLF Smittevernveileder for transporttjenester**

# 3

Sjåføren ankommer Norge etter å ha kjørt i transitt uten å ha hatt nærkontakt i perioden.

## LOVHJEMMEL

### Forskrift om smitteverntiltak mv. ved koronautbruddet (covid-19-forskriften)

#### **§ 6. Fellesregler for personer unntatt karanteneplikt**

Personer som er unntatt fra karanteneplikt i medhold av § 6a til § 6e, skal så langt som mulig, unngå nærkontakt med andre som de ikke bor sammen med.

Unntaket fra karanteneplikt opphører dersom personen utvikler akutt luftveisinfeksjon med feber, hoste eller tung pust eller vurderes av lege som mistenkt smittet av covid-19.

#### **§ 6a. Unntak fra innreisekarantene for reisende med kortvarig opphold i land eller områder med forhøyet smitte mv.**

**Følgende personer er unntatt innreisekarantene i både arbeidstiden og fritiden:**

- a) de som ankommer Norge gjennom et område med karanteneplikt etter vedlegg A uten å bruke offentlig transport, uten å overnatte der og uten å ha nærkontakt med andre enn dem de bor sammen med.



# Å være i karantene betyr

- Du kan omgås de du bor sammen med som normalt, men unngå besøk.
- Du skal ikke gå på skole, jobb, barnehage eller andre aktiviteter utenfor hjemmet.
- Du skal ikke ta lengre reiser innenlands.
- Du skal ikke ta offentlig transport.
- Du skal unngå steder hvor det er vanskelig å holde avstand.
- Du bør som hovedregel ikke oppsøke offentlige steder, slik som butikker og kaféer. Ved mangel på alternativer kan du gå ut for å gjennomføre nødvendige ærend i butikk eller apotek – men sørg for å holde tilstrekkelig avstand (minst 1 meter) til andre og unngå kø.
- Du kan gå tur ute, men hold minst 1 meter avstand til andre.
- Vær årvåken på egne symptomer. Dersom du får feber eller luftveissymptomer, skal du isolere deg og la deg teste så snart som mulig.
- Ved positiv test skal du over i «hjemmeisolering».

**Mer informasjon hos FHI**

# Å være isolert betyr

- Du skal ikke gå ut av hjemmet, men kan oppholde deg i egen hage eller på egen balkong.
- Du må få hjelp av andre til å gjøre nødvendige ærend.
- Hold minst 1 meter avstand til de du bor sammen med når det er mulig.
- Når du er nærmere andre husstandsmedlemmer enn 1 meter, er det anbefalt at du benytter munnbind dersom helsetilstanden tillater det. Alternativt er det anbefalt at husstandsmedlemmene benytter munnbind når de er nærmere den syke enn 1 meter. Barn under 12-13 år er ikke anbefalt å bruke munnbind. For barn under 2 år er bruk av munnbind frarådet.
- Hvis mulig, ha eget rom og bad. Bruk egne baderomsartikler, som for eksempel håndkle.
- Avtal med legen din hvordan du skal følge med på egen helsetilstand.
- Ring helsevesenet hvis du har behov for legehjelp fordi sykdommen din 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. Du bør ikke benytte offentlig transport.
- Rengjør hjemmet hyppig og særlig overflater slik som baderomservant, toalett, dørhåndtak og kjøkkenbenk. Vanlige rengjøringsmidler kan benyttes. Brukte tekstiler og sengetøy legges rett i vaskemaskin og vaskes på minimum 60 grader.
- De du bor sammen med, skal være i karantene.
- De du bor sammen med, må være nøye med håndhygiene med hyppig håndvask med såpe og vann. Husk særlig å vaske eller desinfisere hendene når du forlater rommet hvor den som er hjemmeisolert oppholder seg, og etter kontakt med den som er hjemmeisolert eller utstyr vedkommende har brukt, og før du skal ut av huset.
- Legen vurderer hvor lenge du må være isolert. Man må minst være isolert 8 dager etter at man ble syk.

**Mer informasjon hos FHI**

**OBS! Hold deg oppdatert på hvilke land som er underlagt innreisekarantene. Informasjonen oppdateres ukentlig.**