

Råd og veiledning for studenter i Norge.

I samsvar med råd og veiledning fra Folkehelseinstituttet og Helsedirektoratet vil vi, informere om gjeldende regler for reisevirksomhet for våre inbound studenter.

Vi gjengir her regler som er gitt fra myndighetene:

Alle bør holde avstand på minst én meter, og følge anbefalingene for gruppestørrelser

Avstand til andre personer

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

Personer som tilhører risikogruppene kan også følge rådet om minst én meter avstand til andre, men hold gjerne større avstand hvis det er mulig. De bør fortsette å følge rådene for hvordan de kan beskytte seg ekstra, blant annet ved å være mest mulig hjemme og begrense antall personer man har nær kontakt med.

Private arrangementer

Anbefalt størrelse for grupper i private sammenhenger er maksimalt 20 personer, og forutsetter at alle holder minst én meters avstand.

Rådet gjelder for private sammenkomster og løse arrangementer både innendørs og utendørs uten ansvarlig arrangør.

Innenlandsreiser

Det generelle rådet om å redusere ferie- og fritidsreiser i Norge er lettet på og slike reiser kan nå foretas så sant du reiser på en måte som gjør at du unngår å spre smitte og reduserer muligheten for å bli smittet selv.

Innenlands fritidsreiser

Etter flere uker med strenge tiltak er det for tiden lite covid-19-smitte i samfunnet og det lempes på rådene om fritidsreiser. Det generelle rådet om å redusere ferie- og fritidsreiser i Norge er lettet på og slike reiser kan nå foretas så sant du reiser på en måte som gjør at du unngår å spre smitte og reduserer muligheten for å bli smittet selv.

Her får du informasjon om hvordan du kan reise på en måte som gjør at du ikke bidrar til å spre smitte, reiseråd til deg som er i risikogruppen for alvorlig forløp av covid-19, og hvordan familier kan være sammen på reise på tvers av generasjonene.

De samme grunnleggende prinsippene for smittevern er like gjeldende ved fritidsreise som hjemme;

1. Syke personer skal holde seg hjemme
2. God hygiene
3. Redusert kontakt mellom personer, og hold minst 1 meter avstand til andre enn dine nærmeste

Det er iverksatt mange tiltak i alle deler av samfunnet som til sammen begrenser smittespredningen, men når det nå åpnes for mer bevegelsesfrihet, er det særlig viktig å huske at alle har et individuelt ansvar for å bidra til et godt smittevern.

Det aller viktigste smitteverntiltaket er at syke personer holder seg hjemme. Hostehygiene og å holde avstand er avgjørende for å begrense dråpesmitte. Redusert kontakt mellom personer, ved å holde avstand og unngå større folkemengder, reduserer muligheten for smitte - også før symptomer på sykdom oppstår. Håndhygiene, og spesielt det å unngå å ta seg i ansiktet med urene hender, er viktig for å hindre indirekte kontaktsmitte.

For Rotary Youth Exchange Norway,
Rolf Thingvold

Multi District Chair,

Rotary Youth Exchange, Norway

Cell +47 915 51 125

Email: rolf.thingvold@evry.com