

# Arbeidsreisende inn til Norge

9. november 2020

## Karantene og karantenehotell

- Alle innreisende til Norge som ankommer fra land og områder med høy eller særlig høy smitte ("røde" eller "grå" land) skal i karantene i 10 døgn.
- Innreisende med karanteneplikt skal bo på karantenehotell. Unntaket er om du er bosatt eller eier en bolig i Norge, eller at arbeids- eller oppdragsgiver har sørget for et egnet oppholdssted med enerom.

## Attest på negativ covid-19 prøve

- Utenlandske statsborgere som ankommer Norge fra et område med karanteneplikt, må med visse unntak, fremvise en attest på negativ koronatest. Attesten kan ikke være datert mer enn 72 timer tilbake, for at du skal slippe inn i Norge.
- Attesten skal være skrevet på norsk, svensk, dansk, engelsk, fransk eller tysk.
- Attesten må fremvise godkjent testmetode - PCR eller antigen hurtigtest

## Karantene i 10 døgn

- Utenlandske arbeidstakere som kommer fra land eller regioner med særlig høy smitte og personer bosatt i Norge som har vært på arbeid eller oppdrag i disse landene:
  - Må være i karantene i 10 døgn før de kan starte å jobbe
  - Bør ta test, men test vil ikke forkorte karantenen
- Utenlandske arbeidstakere som kommer fra øvrige land i EØS og Sveits og personer bosatt i Norge som har vært på arbeid eller oppdrag i disse landene:
  - Må være i karantene til de har testet negativt
  - Kan starte å jobbe etter første negative test tatt i Norge, men må testes hver tredje dag i 10 dager og må være i karantene på fritiden i 10 døgn etter ankomst
  - Må bo på enerom under karantenen (dette gjelder ikke personer bosatt i Norge som returnerer fra arbeid eller oppdrag utført i EØS eller Sveits)

## Slik gjennomfører du karantene

- Personer i innreisekarantene kan bare oppholde seg utenfor oppholdsstedet hvis de kan unngå nærkontakt med andre enn dem de bor sammen med.
- De som er i karantene, kan ikke være på en arbeidsplass der også andre oppholder seg, på skole eller i barnehage.
- Det er ikke tillatt å bruke offentlig transport, bortsett fra til og fra flyplass, havn eller lignende ankomststed i forbindelse med inn- og utreise.
- Se mer informasjon om karantene på [Helsenorge.no](https://helsenorge.no)

## Pendlere og personer som krysser landegrensen ofte

- Det er egne karantenerregler for helsepersonell som dagpendler fra Sverige eller Finland, og for arbeids- og oppdragstakere som mer enn én gang i løpet av en 10 dagers periode krysser grensen til Norge fra områder i Sverige eller Finland med karanteneplikt. Dette inkluderer studenter, elever på videregående, flypersonell, togpersonell og yrkessjåfører av langtransport.

## Testing

- Arbeids- eller oppdragsgiver skal organisere og betale for testing, samt tilrettelegge for at arbeidstakere kan holde minst 1 meter avstand til andre.
- Personer som blir syke skal isolere seg og kontakte lege.