

KORONAVIRUS (COVID-19):

SMITTEVERNVEILEDER FOR PRODUKSJON AV FRUKT, BÆR, GRØNNSAKER OG POTET

VERSJON 4.0



Innholdsfortegnelse

1	Denne veilederen gir råd om og informasjon om smittevern	3
1.1	Arbeidsgiver har ansvar for at regelverket følges	5
1.1.1	Arbeidsgiver må risikovurdere arbeidsmiljøet og smitte	5
1.1.2	Ansatte må få informasjon og opplæring	5
2	Innreise til Norge	7
2.1	Utfylling av reiseregistreringsskjema	7
2.2	Negativ covid-19-test ved innreise	7
2.3	Covid-19-test ved ankomst til Norge	7
2.4	Innreisekarantene	7
2.4.1	Krav til karantenested	8
2.4.2	Unntak fra innreisekarantene	8
2.4.3	Forkorting av innreisekarantene	8
3	Hvordan kan smitte forebygges?	9
3.1	Hvem kan møte eller ikke møte på arbeid	9
3.1.1	Personer som kan møte på arbeid	9
3.1.2	Personer som skal i karantene (innreise og nærkontakt)	9
3.1.3	Personer som er syke skal ikke være på arbeid (hjemmekarantene/isolasjon)	12
3.2	God hygiene	14
3.2.1	God hånd- og hostehygiene reduserer smitte	14
3.2.2	Godt renhold	15
3.3	Redusert kontakt mellom personer i grøntproduksjon	16
3.3.1	Inndeling i arbeidslag for å begrense smitte	16
3.3.2	Krav til innkvartering av arbeidstakere når innreisekarantene er gjennomført	17
3.3.3	Arbeidsgiveren må ha isolasjonsbolig og sykerom	17
3.3.4	Opphold i fellesarealer (spiserom, garderobe, toalett m.v.)	18
3.3.5	Transport til og fra arbeidssted/internt på arbeidsplassen	19
3.4	Trygg mat - krav til grøntprodusenter	19
3.5	Ekstra smitteverntiltak for arbeidstakere i risikogrupper	20
4	Sjekkliste for godt smittevern i grøntproduksjon	21
5	Samling av lenker i veilederen til relevant informasjon	24

1 Denne veilederen gir råd om og informasjon om smittevern

For å hindre spredning av koronaviruset (SARS-CoV-2), som gir sykdommen covid-19, stilles det ekstra strenge krav til smittevern hos ansatte og i befolkningen generelt.

I veilederen gir myndighetene råd og informasjon om godt smittevern til norske produsenter av frukt, bær, grønnsaker og potet, for å bidra til at

- dine arbeidstakere holder seg friske
- du opprettholder matproduksjonen
- maten du produserer er trygg.

Dette er de tre viktigste tiltakene for å bremse smitte av sykdommen covid-19:

- syke personer skal ikke være fysisk til stede på arbeid
- god hygiene
- redusert kontakt mellom personer.

Alle som på en eller annen måte er involvert i norsk grøntproduksjon vil finne relevant stoff i veilederen. Veilederen er ikke rettslig bindende. Hvis du er i tvil om rådene, er det helsemyndighetenes smittevernregler som gjelder.

Veilederen er laget av Mattilsynet, Arbeidstilsynet, Stiftelsen Matmerk og Fylkesmannen i Vestland (med faglige innspill fra Fylkesmennene i resten av landet), på oppdrag fra Landbruks- og matdepartementet. Det er tatt utgangspunkt i mal for veiledere publisert av Folkehelseinstituttet (FHI) 28.04.2020, og første versjon av veilederen har vært på en kort høring hos FHI og i Bondelagets arbeidsgruppe for grøntproduksjon.

Veilederen er gyldig fra publiseringsdato 14.05.2020.

Hvis du har konkrete spørsmål om

- smittevern – ta kontakt med kommunehelsetjenesten
- innkvartering eller arbeidsmiljø – ta kontakt med Arbeidstilsynet
- mattrygghet – ta kontakt med Mattilsynet.

Oppdateringer

Versjon 2.0, 5. juni 2020:

- Oppdatering av karantenekrav ved nærkontakt med covid-19-smittet etter regelverksendringer (punkt 2.1.2).
- Tydeliggjøring av karantenekravet til personer som bor sammen med covid-19-smittet (tabell 1).
- Presisering av unntak fra karanteneplikten ved gjennomgått covid-19-sykdom (fotnote til tabell 1).
- Anbefalinger vedrørende selvplukk og utsalgsboder (punkt 2.4.1).

Versjon 3.0, 2. juli 2020

- Oppdatering av generell info om innreisekarantene og lenke til Helsedirektoratets nettsider om innreisekarantene (punkt 2.1.2)
- Lagt inn informasjon om mulighet for testing istedenfor innreisekarantene og presisering av hva dette har å si for hvem som kan håndtere spiseklare produkter (punkt 2.1.2 og 2.4.).
- Sjekklista (punkt 3) er oppdatert på punktene nevnt over.

Versjon 4.0, 3. februar 2021

- Begrepet 'reisekarantene' er endret til 'innreisekarantene' i tråd med covid-19-forskriftens begrepsbruk – gjelder hele dokumentet.
- Generell info om krav ved innreise til Norge og eventuelle unntak fra innreisekarantene er oppdatert og tatt ut i eget kapittel «Krav ved innreise til Norge». Alle nummerhenvisninger i dokumentet er oppdatert på bakgrunn av dette.
- Kapittel 3.1.2 «Personer som skal i karantene selv om de ikke er covid-19-syke» (tidligere 2.1.2) er oppdatert.
- Kapittel 3.3 er tilpasset strengere innreisekrav (omtalt i kapittel 2).
- Kapittel 3.4 «Trygg mat – Krav til grøntprodusenter» (tidligere 2.4) er tilpasset gjeldende krav til innreisekarantene.

1.1 Arbeidsgiver har ansvar for at regelverket følges

1.1.1 Arbeidsgiver må risikovurdere arbeidsmiljøet og smitte

Som arbeidsgiver har du ansvaret for smittevern og at drift skjer i samsvar med gjeldende lover og regelverk. Du må derfor risikovurdere arbeidsmiljøet, inkludert risikovurdering av smitte. Basert på risikovurderingen må du lage en tiltaksplan og iverksette tiltakene for å hindre smittespredning i virksomheten din. Bedriftshelsetjenesten eller Norsk Landbruksrådgivning (NLR) kan gi råd om risikovurdering og tiltaksplan.

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 funksjoner i samfunnet samtidig med at smittevernhensyn tas. Ulike faser av pandemien og ulik smittespredning i landet vil kunne kreve tilpassede tiltak.

Eksempler på risikofaktorer i forbindelse med koronaviruset:

- Arbeidsgivers plan for:
 - informasjon, opplæring og tilrettelegging for ansatte
 - lokalt renhold, inkludert plan for hvordan ekstra renhold skal gjennomføres ved påvist smitte
 - bruk og renhold av personlig verneutstyr
- Hvilke ansatte er definert å ha kritiske samfunnsfunksjoner (se [punkt 3.1.2](#) om unntak fra innreisekarantene).
- Hvor store arbeidslagene bør være (se [punkt 3.3.1](#)).
- Nærkontakt med kolleger (jf. helsemyndighetenes til enhver tids gjeldende føringer).
- Arbeidstakere i risikogrupper (se [punkt 3.5](#)).
- Manglende opplæring for de ansatte.
- Manglende tilgang til håndvask med såpe eller spritbaserte hånddesinfeksjonsmidler.
- Hvor stor del av arbeidstakerne som kan bli syke, og hva må gjøres for at driften kan fortsette med et begrenset antall ansatte.
- Risiko for at syke arbeidstakere likevel går på jobb, fordi fravær gir tap av inntekt.
- Opprettelse av isolasjonsbolig for personer med sannsynlig eller bekreftet covid-19. Ved større boenheter vurderer behovet for egen boenhet for luftveissyke med uavklart covid-19-status.
- Store innkvarteringsenheter og smittevern (se [punkt 3.3.2](#) om innkvartering).
- Bruk av lokaler og plassering av ansatte.
- Smittefare ved selvplukk og utsalgsboder.

Lenke til relevant informasjon:

Arbeidstilsynet: [Koronavirus – Tiltak i arbeidslivet](#)

1.1.2 Ansatte må få informasjon og opplæring

Arbeidstakerne er pålagt å følge smittevernstiltakene, som håndhygiene og avstand til andre mennesker. Som arbeidsgiver må du sørge for at de ansatte får nødvendig informasjon og opplæring. Hvis du har utenlandske ansatte, må opplæring må skje på et språk som de ansatte forstår. Benytt tolk ved behov. Fjerntolking er mulig. Du må dokumentere at opplæringen er gjennomført.

Du bør henge opp plakater med informasjon om hvordan smitte kan forebygges, ved alle håndvasker, i spiserom, garderobes og øvrige fellesrom, i innkvarteringer og lignende. Hvis du har utenlandske arbeidere, bør plakaterne være på flere språk.

Opplæring om munnbind og hansker

Koronavirus smitter hovedsakelig via dråpe- og kontaktsmitte. Ved dråpesmitte spres virus i størst grad ved hoste- og nysing, mindre ved normal snakking. For å unngå dråpesmitte kreves avstand. For å unngå kontaktsmitte kreves god håndhygiene og unnløse å ta på felles gjenstander.

Munnbind: Friske personer behøver ikke bruke munnbind, men anbefalingene kan endre seg hvis det blir en sterk økning av smitte i hele eller deler av befolkningen. Personer som blir syke kan bruke ikke-medisinske munnbind/ansiktsmasker når de umiddelbart skal forlate arbeidsplassen og reise hjem.

Hansker: Smitteoverføring via hender med hansker skjer på samme måte som for hender uten hansker. Derfor anbefales ikke rutinemessig bruk av engangshansker som smittevern mot covid-19. For ytterligere beskrivelse av engangshansker, se [punkt 3.2.1](#).

Lenke til relevant info:

Folkehelseinstituttet: [Håndhygiene, hostehygiene m.v.](#)

Folkehelseinstituttet: [Informasjon om koronavirus på ulike språk](#)

Folkehelseinstituttet: [Informasjon om viruset, sykdommen og utbruddet](#)

Helsedirektoratet: [Informasjonsmateriell og plakater om covid-19](#)

Regelverk: [Covid-19-forskriften](#)

2 Innreise til Norge

For personer som ankommer Norge fra et land med karanteneplikt er det satt ulike krav. For utenlandske sesongarbeidere er det særlig viktig å passe på kravet til utfylling av reiseregistreringsskjema før ankomst til Norge, negativ covid-19-test ved innreise, ny covid-19-test ved ankomst til Norge og kravet til innreisekarantene.

For å begrense risikoen for importsmitte kan regjeringen i perioder stramme inn på utlendingers adgang til innreise til Norge. I praksis blir grensen da stengt for alle utlendinger som ikke er bosatt i Norge. Dette gjelder også EØS-borgere. Mer informasjon om stengte grenser og unntak fra innreiseforbudet finnes på [Regjeringens nettsider](#).

2.1 Utfylling av reiseregistreringsskjema

Alle personer som reiser til Norge fra et land eller område med karanteneplikt skal fylle ut et reiseregistreringsskjema før avreise. Utfyllende informasjon og lenke til reiseregistreringsskjema finnes på [Helsedirektoratets nettsider](#).

2.2 Negativ covid-19-test ved innreise

Utenlandske sesongarbeidere som ankommer Norge, må ved innreise vise dokumentasjon på negativ koronatest. De som ikke kan fremvise en slik test, kan bli nektet innreise. Se utfyllende informasjon om krav til covid-19-testen på [Helsedirektoratets nettsider](#).

Utenlandske sesongarbeidere som kan dokumentere med godkjent laboratoriemetode at de har gjennomgått covid-19 i løpet av de siste seks månedene, er unntatt fra kravet. Det kan også forekomme andre unntak. Se hele listen for unntak for kravet om test i [covid-19-forskriften](#) § 4a.

2.3 Covid-19-test ved ankomst til Norge

Alle personer som i løpet av de siste 14 dagene har vært i et land eller område med karanteneplikt, skal ta en covid-19-test på grensen til Norge. For reisende fra land med særlig høy forekomst av muterte virusvarianter gjelder særskilte testkrav. Se mer informasjon om teststasjoner og land med særskilte testkrav på [Helsedirektoratets nettsider](#).

Personer som med godkjent laboratoriemetode kan dokumentere at de har gjennomgått covid-19 i løpet av de siste seks månedene, er unntatt fra kravet. Det kan også forekomme andre unntak. Se hele listen for unntak for kravet om test i [covid-19-forskriften](#) § 4d.

2.4 Innreisekarantene

Personer som ankommer Norge fra områder med karanteneplikt («røde land») fastsatt i covid-19-forskriften, [vedlegg A](#) skal i karantene i 10 døgn. Listen over områder med karanteneplikt oppdateres

regelmessig og vil kunne endres over tid. Se også [Helsedirektoratets nettsider](#) for mer informasjon om hvilke land/områder som til enhver tid har karanteneplikt.

Karanteneperioden løper fra den dagen personen ankommer landet, men kan forkortes dersom personen(e) ankommer via et område uten karanteneplikt. Antall dager karantenetiden forkortes tilsvarer antall dager personen(e) har opphold seg i det karantenefrie området.

2.4.1 Krav til karantenested

Personer i innreisekarantene skal oppholde seg på karantenehotell i karantenetida. Plikten til å oppholde seg på karantenehotell gjelder ikke for personer som:

- er bosatt eller har fast bopel i Norge og som kan oppholde seg i boligen sin eller på annet egnet oppholdssted
- kommer til Norge for å utføre arbeid, hvis du som arbeidsgiver sørger for et egnet oppholdssted med **enerom** i karantenetida, der det er mulig å unngå nærkontakt med andre.

Se hele listen for krav til de som skal være i innreisekarantene i [covid-19 forskriften](#) § 5. Personer i samme husstand som reiser sammen til Norge, kan være i innreisekarantene på samme oppholdssted uten krav om enerom. Når det gjelder arbeid i karanteneperioden, se veilederens punkt [3.1.2](#).

Tilgang til egnet oppholdssted for å gjennomføre karantenen må dokumenteres. Benytt [egenerklærings skjema](#) som ligger på Regjeringens nettsider.

2.4.2 Unntak fra innreisekarantene

Personer som kan dokumentere med godkjent laboratorietest at de i løpet av de siste 6 måneder har gjennomgått covid-19, er unntatt kravet om innreisekarantene. For utfyllende liste om unntak fra plikten til innreisekarantene, se [covid-19-forskriften](#) § 6 til § 6j.

Personer som er unntatt fra karanteneplikt, 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.

2.4.3 Forkorting av innreisekarantene

Innreisekarantene kan i noen tilfeller forkortes dersom en person dokumenterer negativt testresultat i karantenetiden ved PCR-test. For utfyllende opplysninger om forkorting av innreisekarantene se [covid-19-forskriften](#) § 4c.

Lenke til relevant informasjon:

Helsedirektoratet: [Reiseregistreringsskjema](#)

Helsedirektoratet: [Negativ covid-19-test ved innreise](#)

Helsedirektoratet: [Covid-19-test innen 24 timer etter ankomst til Norge](#)

Regelverk: [Covid-19-forskriften](#)

Regjeringen: [Informasjon om karantenehotell og egenerklærings skjema](#)

Regjeringen: [Spørsmål og svar om innreise til Norge](#)

3 Hvordan kan smitte forebygges?

Det gjøres mange tiltak i alle deler av samfunnet som til sammen begrenser smittespredningen. Det er viktig å bruke tiltak som er tilpasset ulike situasjoner.

Dette er de tre viktigste tiltakene for å bremse smitte av sykdommen covid-19:

- Syke personer skal ikke være fysisk til stede på arbeid.
- God hygiene.
- Redusert kontakt mellom personer.

Det viktigste smitteverntiltaket er at syke personer holder seg hjemme. Hostehygiene og avstand er avgjørende for å begrense dråpesmitte, mens håndhygiene, og spesielt unngå å ta seg i ansiktet med urene hender, er viktig for å unngå kontaktsmitte. Økt fysisk avstand mellom mennesker reduserer muligheten for smitte, også før symptomer på sykdom oppstår.

Selv om det er gjennomførte tiltak, kan likevel tilfeller av covid-19 og andre infeksjoner oppstå. Spredningen av smitte vil bli begrenset hvis tiltakene i denne veilederen gjennomføres.

Du må sette deg inn i lokale bestemmelser om smittevern.

Kommuneoverlegen/smittevernlegen har vide fullmakter etter smittevernloven til å innføre tiltak som avgrenser smittefaren lokalt. De kan også stenge ned virksomheter hvis de finner det finner det nødvendig ([Lov om smittevern, § 4-1](#)). Det er derfor nødvendig å sette seg inn i omfanget av lokale smittevernbestemmelser.

3.1 Hvem kan møte eller ikke møte på arbeid

3.1.1 Personer som kan møte på arbeid

Generelt gjelder følgende:

- Personer som ikke har symptomer på sykdom, kan møte på arbeid. Personer som har innreisekarantene kan i enkelte tilfeller få tillatelse til å møte på arbeid under visse forutsetninger, se [punkt 3.1.2](#) om innreisekarantene.
- Personer som ikke er i hjemmekarantene eller isolasjon, kan møte på arbeid.
 - Etter å ha hatt luftveisinfeksjon, kan ansatte arbeide når de har vært symptomfrie i ett døgn.
 - Etter å ha hatt covid-19, gjelder egne råd for når isolasjon kan oppheves, fra helsetjenesten og Folkehelseinstituttet.

Lenke til relevant informasjon:

Folkehelseinstituttet: [Opphevelse av isolasjon ved covid-19](#)

3.1.2 Personer som skal i karantene (innreise og nærkontakt)

Helsemyndighetene har gitt føringer for hvilke personer som skal i karantene, selv om de ikke er syke med covid-19 (ukjent smittestatus). Se tabell 1 for oversikt over hvilke karantenebestemmelser som gjelder.

Nærkontakt til covid-19-syk (hjemmekarantene)

Nærkontakt vil si kontakt med andre personer med mindre enn 2 meters avstand i mer enn 15 minutter, eller direkte fysisk kontakt, jf. [Covid-19-forskriften](#) §3. Ansatte som har hatt nærkontakt med en person som er bekreftet smittet av koronavirus, senere enn 48 timer før vedkommende fikk de første symptomer på smitte, skal oppholde seg i karantene i ti dager etter kontakten dersom de bor i samme husstand. Arbeidslag (se [punkt 3.3.1.](#)) som er innkvartert sammen, regnes som samme husstand. Øvrige ansatte som i samme tidsrom har hatt nærkontakt med covid-19-smittet skal kontakte helsetjenesten for testing.

Innreisekarantene

Personer som ankommer Norge (som sesongarbeidere til høstehjelp) vil i de fleste tilfeller være pålagt innreisekarantene. Dette avhenger av smittesituasjonen i landene sesongarbeiderne kommer fra. Se nærmere beskrivelse av innreisekarantene i [punkt 2.4.](#)

Innskjerpede krav for å jobbe i landbruket under innreisekarantenen

Friske sesongarbeidere uten symptomer på covid-19, kunne tidligere utføre arbeidsoppgaver på gården i innreisekarantenen. Dette ble innskjerpet i løpet av 2020.

De som er i innreisekarantene kan ikke være på en arbeidsplass hvor andre oppholder seg (covid-19-forskriften §5). Det vil si at dersom en sesongarbeider i innreisekarantene skal oppholde seg på arbeidsplassen, må hverken virksomhetens eier, andre arbeidstakere, leverandører, kunder eller andre oppholde seg der. Hvilke arbeidsoppgaver og -prosesser som eventuelt kan gjennomføres, er en del av risikovurderingen arbeidsgiver må gjøre.

Personer i innreisekarantene har ukjent smittestatus og kan ikke jobbe med innhøsting der man kommer i direkte kontakt med spiseklare grøntprodukter. Les mer om dette i [punkt 3.4.](#) Hvis sesongarbeidere utvikler luftveissymptomer eller andre symptomer på covid-19, regnes de som mistenkt syke, og skal isoleres (se [punkt 3.1.3.](#)).

Særskilt unntak fra innreisekarantene for personell med kritisk samfunnsfunksjon

Personer som er strengt nødvendige for å kunne opprettholde forsvarlig drift av kritiske samfunnsfunksjoner eller ivareta befolkningens grunnleggende behov, og som har testet negativt for SARS-CoV-2 med testmetode PCR tidligst tre døgn etter ankomst til Norge, er unntatt fra karantene i arbeidstiden.

Unntaket kan kun benyttes i tilfeller hvor det er strengt nødvendig for å sikre forsvarlig drift av virksomheten og det ikke er mulighet til å bruke andre unntak i § 6a til § 6i i [covid-19-forskriften](#) før personen går i arbeid. Gjeldende avstandskrav må følges.

Arbeidsgiver plikter å planlegge driften av virksomheten slik at bruken av unntaket i størst mulig grad unngås.

Ikke alle sesongarbeidere har en kritisk samfunnsfunksjon. Du som arbeidsgiver må gjøre en konkret vurdering i hvert enkelt tilfelle. Vurderingen må gjøres i to ledd:

1. Først må du avklare om **virksomheten** har en kritisk samfunnsfunksjon. Listen over kritiske samfunnsfunksjoner er et utgangspunkt for å identifisere yrker/funksjoner som kan vurderes for unntak fra karantene.
2. Deretter må du vurdere om **den enkelte person** er strengt nødvendig for å kunne opprettholde forsvarlig drift av virksomheten. Forsvarlig drift av virksomheten er ikke nødvendigvis det samme som normal drift. Hvilke funksjoner som er strengt nødvendige for å kunne opprettholde forsvarlig drift av kritiske samfunnsfunksjoner eller ivareta

befolkningens grunnleggende behov, beror på en vurdering av hvilke samfunnsmessige konsekvenser det vil ha om personen settes i karantene.

Lenker til relevant informasjon:

Regjeringen: [Liste over kritiske samfunnsfunksjoner og dokumentasjonsskjema for arbeidsgiver ved unntak fra innreiserestriksjoner for utenlandsk personell i kritisk samfunnsfunksjon](#)

Regelverk: [Covid-19-forskriften](#)

Dersom en virksomhet er i tvil om vurderingen av hva som er nødvendig for å opprettholde forsvarlig drift av kritiske samfunnsfunksjoner eller for å ivareta befolkningens grunnleggende behov, bør virksomheten be om en vurdering fra det aktuelle departementet.

Tabell 1: Personer som skal i karantene, selv om de ikke er syke med covid-19

Status	Karantene	Unntak fra karantene	Merknad
Personer som ankommer Norge fra utlandet	Ja: Innreisekarantene (hjemme-karantene i boenheten) i 10 dager	Ja, se avsnitt om innreisekarantene	- Gjelder personer uten symptomer. - Vær spesielt oppmerksomme på luftveissymptomer.
Personer som har vært i nærkontakt/bor sammen med luftveissmittet	Nei	Ikke relevant	
Personer som bor sammen med covid-19-smittet	Ja: Hjemmekarantene i boenheten fram til den syke ikke lenger er isolert, minst åtte døgn etter at karantene startet	Ja, for personer som har gjennomgått infeksjon med koronavirus og kan dokumentere dette ved godkjent laboratoriemetode. Unntaket gjelder i seks måneder fra tidspunkt for infeksjonen.	- Nærkontakt med en person inntil 48 timer før en bekreftet smittet person fikk de første symptomene, skal ikke møte på jobb. - Øvrige arbeidslag kan fortsette å jobbe forutsatt at de ikke er nærkontakter (se info om arbeidslag i punkt 2.3.1)
Personer som har vært i nærkontakt med covid-19-smittet uten å bo sammen med vedkommende	Ja: Hjemmekarantene i 10 dager		- Kun personen som har vært i kontakt skal i karantene, ikke nødvendigvis hele arbeidslaget som er innkvartert sammen (se punkt 2.3.1) - Nærkontakt med en person inntil 48 timer før en bekreftet smittet person fikk de første symptomene, skal ikke møte på jobb.

3.1.3 Personer som er syke skal ikke være på arbeid (hjemmekarantene/isolasjon)

Personer med symptomer på covid-19 er de som er mest smittsomme, og smittsomheten er størst idet symptomene oppstår. Spesielt hosting og nysing sprer smitten videre. Symptomene kan være milde og vanskelige å skille fra andre luftveisinfeksjoner. De hyppigst beskrevne symptomer på covid-19 er i starten halsvondt, forkjølelse og lett hoste, i tillegg til sykdomsfølelse, hodepine og muskelsmerter. Magesmerter og diaré kan også forekomme.

Om lag 8 av 10 voksne personer har kun milde symptomer. Hos noen personer med covid-19 kan symptomene utvikle seg videre i løpet av noen dager til en uke til hoste, feber og kortpustethet, og noen svært få kan få et alvorlig forløp med behov for behandling i sykehus. Det er derfor viktig at **personer med selv milde luftveissymptomer ikke møter fysisk på jobb eller i andre sammenhenger der de møter andre**. Personer med påvist eller sannsynlig covid-19 skal i isolering i isolasjonsbolig/hjemmeisolering.

Lenke til relevant informasjon:

Folkehelseinstituttet: [Hvis du mistenker at du er syk med koronaviruset](#)

Tabell 2: Syke personer som ikke skal være på arbeid.

Smittestatus	Karantene/ isolering	Unntak fra karantene	Merknad
Personer med luftveisinfeksjon, men ikke covid-19	Ja: Hjemmekarantene (i boenheten, se risikovurdering) i hele sykeperioden pluss en dag etter siste dag med symptomer	Nei	<ul style="list-style-type: none">- Skal ikke møte på jobb, selv ved milde symptomer.- Kontakter nærmeste leder umiddelbart på telefon og melde om sykdom- Hold avstand til andre personer i boenheten.- Skal ikke oppholde seg i felleslokaler, i produksjonslokaler eller i felles innkvarteringsrom.- Kommunehelsetjenesten må kontaktes for å avklare smittestatus og eventuell testing for covid-19.- Renhold intensiveres.

Smittestatus	Karantene/ isolering	Unntak fra karantene	Merknad
Personer med påvist eller sannsynlig covid-19	Ja: Isolering (i isolasjonsbolig, med avstand til andre som ikke er i isolasjon) i hele sykeperioden pluss tre døgn etter at du er helt frisk og minst åtte dager etter at du ble syk**	Nei	- Skal ikke møte på jobb, selv ved milde symptomer. - Kontakter nærmeste leder umiddelbart på telefon og melde om sykdom. - Skal være isolert fra andre personer, og skal så langt det er mulig ikke ha nærkontakt med personer i samme husstand (dvs. arbeidslag). - Skal ikke oppholde seg i felleslokaler, i produksjonslokaler eller i felles innkvarteringsrom. - Kommunehelsetjenesten må kontaktes for å avklare smittestatus. - Renhold intensiveres.

** Ved sannsynlig eller bekreftet covid-19 gjelder egne anbefalinger om isolasjon for den syke og karantene for nærkontakter.

Hva må ansatte som får luftveissymptomer mens de er på jobb gjøre?:

- Holde avstand til andre og gå hjem, men ved sannsynlig covid-19 gå til isolasjonsboligen i innkvarteringen så snart det er mulig.
- Kontakt arbeidsgiver og informer om symptomene (ref. [Smittevernloven § 5-1](#)).
- Vente ute der det ikke er andre til stede eller på et eget rom (se [punkt 3.3.3](#) om sykerom) dersom de må hentes av andre.
- Ikke ta offentlig transport. Hvis den syke personen må transporteres hjem, så må smittevern ivaretas så godt som mulig. Alle steder i kjøretøyet som berøres av personer med sannsynlig covid-19 må rengjøres med spritbasert desinfeksjonsmiddel. Syke personer bør dekke munn og nese med medisinsk munnbind, hvis de ikke kan holde to meters avstand til andre for å redusere smittespredning.
- I samarbeid med arbeidsgiver kontakte lokalt helsepersonell for bistand til å vurdere situasjonen (symptomer, prøvetaking for covid-19 og potensielt smittede nærkontakter). Arbeidsgiver sørger for å kartlegge hvor arbeidstaker har vært med tanke på renhold og smittesporing.
- Benytte områder satt av til karantene (hvis egne arealer for personer med luftveisinfeksjoner) eller isolasjon (for personer med sannsynlig eller påvist covid-19) dersom de ikke kan reise hjem.

Bovilkårene på produksjonssted/gården skal medføre tilfredsstillende isolering ved covid-19 og sikre effektivt og forsvarlig smittevern. Arbeidstakere med påvist eller sannsynlig covid-19 må flytte til isolasjonsbolig med eget toalett/bad, og unngå opphold i felles oppholdsrom sammen med andre, se tabell 1 og 2. Nærkontakter må være ekstra oppmerksomme på luftveissymptomer.

Isolering gjennomføres i henhold til helsemyndighetenes føringer. Gårdsdriften kan i utgangspunktet fortsette så lenge de som er smittet /har symptomer er isolert. Arbeidsgiver bør imidlertid vurdere å innføre ytterligere renholdsrutiner og/eller endringer i rutiner ved opphold i felles spiserom, garderober m.m. Ved større utbrudd må risikovurderingen gjennomgås på nytt og tiltak intensiveres.

Kommunehelsetjenesten har ansvar for:

- å bistå i vurdering av om luftveisinfeksjoner kan være covid-19.
- å teste og varsle til arbeidsgiver dersom ansatte får bekreftet covid-19.
- å definerer nærkontakter til den syke og utfører smittesporing.
- å sikre effektivt og forsvarlig smittevern hvis bovilkårene på produksjonssted/gården ikke gir tilfredsstillende isolering. Kommunen sørge for at personen i isolering kan oppholde seg på et sted anvist av kommunen.
- eventuell behandling.
- å beslutte videre tiltak.

Arbeidstakere som er innkvartert sammen (se [punkt 3.3.2](#)) kan sammenlignes med familiemedlemmer i en husstand, og anses som nærkontakter. Kommunehelsetjenesten har ansvar for å følge opp covid-19-tilfeller og beslutte nødvendige tiltak. Kommunehelsetjenesten definerer hvem som er nærkontakter til den syke og derfor skal i karantene (smittesporing), og om det er behov for å informere andre. Hvis det skulle bli behov for ytterligere tiltak, er det kommunehelsetjenestens oppgave å vurdere og eventuelt gi pålegg om dette.

Ta kontakt med kommunehelsetjenesten for å avklare om det er mulig å teste syke personer.

Lenke til relevant informasjon:

Folkhelseinstituttet: [Avstand, karantene og isolering](#)

3.2 God hygiene

3.2.1 God hånd- og hostehygiene reduserer smitte

God hånd- og hostehygiene reduserer smitte ved alle luftveisinfeksjoner, også smitte med covid-19. Disse tiltakene reduserer smitte via gjenstander og hender, samt ved hoste. Hygienetiltak skal utføres hyppig av alle, uavhengig av kunnskap om egen og andres smittestatus.

Håndvask

- [Håndvask](#) med lunkent vann og flytende såpe er en effektiv måte å forebygge smitte. Skitt, bakterier og virus løsner fra huden under vask og skylles bort med vannet.
- Vask hender hyppig og grundig. Selve vaskeprosessen bør ta minst 20 sekunder. Se: <https://www.youtube.com/watch?v=vsFQfZit0KU>
- Tørk hendene med engangs papirhåndklær.

- Utføres som et minimum ved ankomst, mellom ulike oppgaver (for eksempel hvis man forflytter seg eller skifter utstyr), etter toalettbesøk, før og etter kjøkkenarbeid og spising samt før og etter røyking/snusing.

Ved hver håndvask skal følgende finnes:

- såpedispenser (bruk flytende såpe, ikke såpestykker)
- papirhåndklær (bruk engangshåndklær i papir, ikke håndklær av stoff)
- søppelbøtte.

Dersom engangshansker benyttes skal disse være hele og rene, og hanskene bør skiftes regelmessig. Hansker er ikke en erstatning for god håndhygiene da hansker lett kan brukes feil og gi falsk trygghet. Håndkremdispenser m/pumpe er anbefalt for å forebygge tørrhet og sprekker i huden.

Alternativer til håndvask

- Viruset er følsomt for alkohol, og alkoholbasert desinfeksjon (håndsprit på minimum 60%) er et alternativ hvis ikke håndvaskmuligheter er tilgjengelig.
- [Hånddesinfeksjon](#) plasseres på steder der det ikke er håndvaskmuligheter (for eksempel i garderobes, ved inngangspartier og ved produksjonsarealer).
- Alkoholbasert desinfeksjon er lite effektivt ved synlig skitne eller våte hender, da bør håndvask utføres.

Annet

- Håndhilsning, klemming og unødvendig fysisk kontakt unngås i den grad det er mulig.
- Unngå å ta i ansiktet.
- Host i albuekroken eller i et papir som kastes. Vask hender etterpå.

3.2.2 Godt renhold

Lokale renholdsplaner må gjennomgå med tanke på organisering, ansvar og ressursbehov, og om det er behov for å gjøre tilpasninger både med eksternt renholdsfirma og av interne renholdsprosedyrer.

Ansatte bør få sitt eget utstyr, f.eks. kniv til bruk ved innhøsting. Hvis det ikke er mulig, må felles utstyr rengjøres hyppig på samme måte som andre kontaktflater.

Utsatte områder må ha forsterket renhold

Kontaktflater som ofte berøres må ha forsterket renhold. Som arbeidsgiver må du vurdere hvilke arealer på gården din som må prioriteres med hyppigere renhold.

- Toalettsete og kran på servanten tørkes over regelmessig, avhengig av hvor hyppig det er i bruk. Øvrige deler av toaletter og vaskeservanter må rengjøres minimum daglig ved daglig bruk. Engangs papirhåndklær og såpe skal være tilgjengelig, og man må sørge for at søppel tømmes regelmessig.
- Dørhåndtak, trappegelendre, lysbrytere, stoler, andre bordflater og andre gjenstander som ofte berøres rengjøres hyppig, minimum daglig ved daglig bruk.
- Utstyr som brukes av flere (f.eks. produksjonsutstyr og annen redskap, kodelåser, portåpnere, håndtak/ratt/girspak på traktor/truck, verneutstyr for plantevernmidler, berørings skjerm, mobiltastatur osv.) rengjøres etter bruk. Maskiner og redskaper med

«hytte», som f.eks. traktorer og gravemaskiner, bør så langt dette er mulig håndteres av kun én person. Alternativt må det rengjøres og luftes grundig ved skifte av maskinfører.

- Renhold på spiserom og kjøkken: Spisebord vaskes med vann og såpe etter bruk. Brukt servise settes rett i maskinen. Vaskes på minimum 60 °C. Husk renhold av håndtak på skap, knotter på komfyr og andre kontaktflater som berøres ofte.
- Vaskemaskin/tørketrommel: Skittentøy legges rett i maskinen og vaskes på minimum 60 °C. Husk renhold av dørhåndtak og knotter på maskinene.
- Ved store boenheter må man ha ekstra tiltak, se [punkt 3.3.2](#) om innkvartering

Lenke til relevant informasjon:

Folkehelseinstituttet: [Rengjøring og desinfeksjon ved covid-19](#)

3.3 Redusert kontakt mellom personer i grøntproduksjon

Kontaktreduserende tiltak for å hindre smittespredning er viktig i alle situasjoner og må opprettholdes på alle møteplasser hvor ansatte er i kontakt. Erfaringsmessig er det lettest å glemme disse tiltakene i mer uformelle situasjoner, som i pauser eller ved transport til og fra arbeid.

Kontaktreduserende tiltak må tilpasses den enkelte arbeidsplass. Som et minimum skal det være minst 1 meter avstand mellom personer, både innendørs og utendørs. Det anbefales imidlertid å opprettholde minimum 2 meters avstand for å redusere smittefaren. Ved endringer i helsemyndighetenes føringer vil disse være gjeldende.

Lenke til relevant informasjon:

Folkehelseinstituttet: [Avstand, karantene og isolering](#)

Helsedirektoratet: [Gruppestørrelse og avstand](#)

3.3.1 Inndeling i arbeidslag for å begrense smitte

Arbeidstakere bør deles inn i arbeidslag på maksimum på fem personer for å begrense eventuell smitte. Da vil kun ansatte i arbeidslaget bli berørt av en eventuell hjemmekarantene eller isolasjon, og ikke alle ansatte på gården. For større virksomheter der arbeidslag på fem personer er uhenksom, må risikovurdering for lokale tilpasninger gjennomføres. Dersom inndelingen i mindre grupper skal fungere som smittehindrende tiltak er det viktig at det gjøres tilsvarende inndeling når det gjelder bruk av spiserom, hvilke toaletter/dusjer som kan brukes av hvilke arbeidslag og tilsvarende for øvrige fellesarealer (se [punkt 3.3.4](#)).

Arbeidslaget bør innkvarteres sammen (se [punkt 3.3.2](#)), være uendret gjennom hele arbeidsperioden og holde avstand til andre arbeidslag. Dersom de er innkvartert sammen er de å anse som et bofellesskap (nærkontakt). Arbeidstakere som ikke innkvarteres av arbeidsgiver bør danne egne arbeidslag. Oppbevar oversikt over hvilke arbeidstakere som har inngått i hvilket arbeidslag. Inndelingen i arbeidslag anbefales gjennomført i hele arbeidssesongen. Det vil redusere faren for et stort antall syke arbeidstakere dersom noen på gården blir smittet med covid-19.

Hvis det er behov for å ha tettere kontakt enn helsemyndighetenes føringer for avstand, kan ekstra vernetiltak benyttes, for eksempel skillevegger av pleksiglass. Pleksiglasset må dekke minst 20 cm utenfor ansikt- og brysthøyde i alle retninger. Ulike arbeidstider/oppmøtetider kan også vurderes som risikoreduserende tiltak for å unngå nærkontakt med andre. Hvis kontakten er nærmere enn 1 meter, kan dette likevel medføre at arbeidstaker defineres som en nærkontakt til person med bekreftet covid-19.

Vi anbefaler at arbeidstaker kun jobber på én gård. Hvis det er behov for å arbeide på flere gårder i samme periode, er det ekstra viktig å overholde hygiene- og avstandskrav for å unngå eventuell smittespredning.

3.3.2 Krav til innkvartering av arbeidstakere når innreisekarantene er gjennomført

De grunnleggende kravene til innkvartering av arbeidstakere gjelder fortsatt. Arbeidstakere bør få enerom, men for sesongarbeid innen jordbruk er det gitt et unntak der det kan innkvarteres inntil fire arbeidstakere på samme soverom. Dette gjelder når varigheten på innkvarteringen er inntil 10 uker.

Av smittevernhensyn bør så få som mulig innkvarteres per boenhet (en boenhet er definert som en leilighet/del av et bygg som inneholder soverom + bad/toalett og kjøkken), maksimum fem personer, som tilsvarer antallet i et arbeidslag. Arbeidslag bør være innkvartert sammen for å unngå eventuell spredning av viruset mellom ulike arbeidslag. Sammensetningen bør være uendret gjennom hele arbeidsperioden. Hvis et arbeidslag deler fellesarealer og kjøkken/bad med andre arbeidslag, må det etableres rutiner som ivaretar avstandskrav, og sikrer forsvarlig rengjøring mellom hver gang arealene brukes (se eksempel under). Renhold av fellesområder for arbeidslaget må ivaretas jf. [punkt 3.2.2](#).

Større boenheter med mange arbeidslag krever mer planlegging og ytterligere risikovurdering. Smitterisikoen øker med økende størrelse på boenheten og tetthet av ansatte. Hvis flere arbeidslag deler innkvartering, vil smitte hos en person medføre karantene på flere arbeidslag samtidig. Opprettholdelse av adskilte arbeidslag per boenhet er derfor nødvendig av smittevernhensyn.

Unntaksvis hvis mange arbeidslag må dele kjøkken/bad samtidig, skal:

- Spisetidene spres over et større intervall, for å spre tettheten.
- Ansatte kommer og går som arbeidslags-gruppe(r). Hvert arbeidslag setter seg samlet i spiseområdet, med minimum to meter til neste arbeidslag-gruppe.
- Dører og vinduer åpnes for utlufting og ventilasjon, både under bruk så langt det lar seg gjøre og etter bruk.
- Renholdet økes. Hver ansatt får opplæring i hvordan vaske, med hvilke produkter og hva som må vaskes, og hver ansatt eller arbeidslag vasker etter seg før de forlater området. Da vil neste arbeidslagsgruppe(r) komme til rene flater, håndtak og redskap. Vanlig renhold utføres i tillegg (se [punkt 3.2.2](#)).

Ved bruk av kjøkken er det spesielt viktig å huske på renhold av håndtak på skap, knotter på komfyr og andre kontaktflater som berøres ofte. Brukt servise settes rett i maskinen. Vaskes på minimum 60 °C. Tilsvarende er det viktig med hyppig vask av kontaktflater på toalett/dusj.

Det bør vurderes om antall personer som er ansvarlig for innkjøp av mat bør begrenses.

Lenke til relevant informasjon:

Arbeidstilsynet: [Innkvartering av arbeidstakere](#)

3.3.3 Arbeidsgiveren må ha isolasjonsbolig og sykerom

Isolasjonsbolig

Arbeidsgiver må ha tilgang til egnet lokale for smittede som skal isoleres, jf. §7 i covid-19 forskriften. Vanlig innkvartering kan ved behov omdisponeres til isolasjonsbolig hvis mange arbeidstakere blir smittet. For å unngå smittespredning fra ansatte med covid-19 til ansatte med «vanlig»

luftveisinfeksjon eller ansatte som er satt i hjemmekarantene på grunn av nærkontakt, bør det være separate isolasjonsboliger. En isolasjonsbolig kan være disponibel for flere arbeidsgivere dersom det etter en risikovurdering er funnet forsvarlig. Det er kommunen som tar stilling til om vilkårene for isolasjonsbolig er oppfylt, eller om kommunen skal stille isolasjonsbolig til disposisjon. Dette er beskrevet nærmere i kapittel 2.3 i [rundskriv I-5/2020 fra Helse- og omsorgsdepartementet](#). Se informasjon om rengjøring og desinfeksjon ved covid-19 under [punkt 3.2.2](#).

Sykerom

På arbeidsplasser der det kan bli vanskelig at arbeidstaker reiser rett hjem dersom vedkommende blir syk i løpet av arbeidsdagen er det også viktig å ha sykerom tilgjengelig. Vurder behov for å opprette eget rom i bygg eller brakke, klar til arbeidstaker(e) som får symptomer i løpet av arbeidsdagen og derfor må isoleres. Antall sykerom må ses i sammenheng med antall ansatte. Dersom arbeidsgiver ikke kan stille med forsvarlig sykerom skal dette meldes til kommunen og det må avklares med kommunelegen hva som skal skje med syke personer.

I forbindelse med sykerom må det være mulighet for håndvask slik at dette kan gjøres umiddelbart når man går inn, og rett før man går ut av rommet. Husk tilstrekkelig med såpe i såpedispenser, tørkepapir og søppelbøtte.

Sykerommet må rengjøres grundig etter at den syke reiser hjem. Meld ifra til leder når den syke reiser hjem. Dersom rommet ikke kan rengjøres straks etter avreise holdes rommet låst inntil det blir rengjort. Se informasjon om renhold under [punkt 3.2.2](#).

3.3.4 Opphold i fellesarealer (spiserom, garderobe, toalett m.v.)

Trange fellesareal bør ikke brukes til opphold. Personer kan passere hverandre og være kortvarig i samme område (inntil 15 minutter) uten videre smitterisiko.

Det kan være hensiktsmessig å settes frem stoler på en slik måte at tilstrekkelig avstand sikres, eventuelt merke stoler som ikke skal benyttes, slik at antall personer som benytter fellesrom samtidig begrenses.

Spiserom/pauserom

Helsemyndighetenes føringer om avstand mellom personer må overholdes i spiserom/pauserom (se [punkt 3.3.2](#)). Spiserom driftes etter vanlige rutiner for kjøkkenhygiene. Gode rutiner for håndhygiene er også viktig.

Garderobe og toaletter

Helsemyndighetenes føringer for avstand gjelder også i garderobe. Det kan derfor være behov for å sette et maksimum antall arbeidstakere av gangen. Merking på gulv kan bidra til sikre avstand i områder der det kan oppstå trengsel i garderobe eller på vei inn og ut av lokalene. For at inndelingen i arbeidslag skal fungere som smittereduserende tiltak bør fellesdusj for mange arbeidslag så lang som mulig unngås. Tilsvarende bør ulike toaletter i felt tildeles ulike arbeidslag slik at man unngår smitte mellom de ulike arbeidslagene. Det er viktig med ekstra godt renhold på fellesområder dersom disse benyttes av flere arbeidslag (se [punkt 3.2.2](#)).

Det er viktig med vask av hender umiddelbart når man går inn, og rett før man går ut av fellesområdene. Det må være tilstrekkelig med såpe i såpedispenser, papirtørkepapir og søppelbøtter.

Inngangsparti/sluseinngang

Det må sikres at personer i kø ved inngangsparti/sluse holder avstand. Merking på gulv kan bidra til sikre avstand i områder der det kan oppstå trengsel.

Ved inngang som krever berøring bør mulighet for endring til berøringsfri versjon vurderes. Alternative metoder for å åpne inngang/sluse (fot, kne eller albue) bør benyttes hvis manuell åpning er påkrevet.

Lenker til relevant informasjon:

Arbeidstilsynet: [Krav til garderobes på arbeidsplassen](#)

Arbeidstilsynet: [Krav til dusj på arbeidsplassen](#)

Mattilsynet: [Kan man spre koronasmitte ved profesjonell matlaging?](#)

3.3.5 Transport til og fra arbeidssted/internt på arbeidsplassen

Arbeidstakere bør så langt som mulig benytte egen transport. Ved bruk av fellestransport må det tilrettelegges for god plass mellom hver passasjer, og det er anbefalt at ulike arbeidslag transporteres adskilt.

Arbeidstakere bør unngå å benytte kollektivtransport. Dersom kollektivtransport er nødvendig, bør transport i rushtiden unngås. Vurderinger kan gjøres på bakgrunn av smitterisikobilde i kommunen/fylket.

3.4 Trygg mat - krav til grøntprodusenter

Det er ingen kjente tilfeller av smitte fra norskprodusert eller importert mat. Ifølge Folkehelseinstituttet er det ikke kjent hvor lenge viruset overlever på overflater, men forskning tyder på at det kan overleve fra få timer til flere dager. Dette vil variere med type overflate, temperatur, sollys og luftfuktighet.

Personer som håndterer næringsmidler skal være friske

For all matproduksjon gjelder de vanlige hygienereglene for næringsmidler. Næringsmiddelhygiene-regelverket har som formål å sikre trygg mat. Et grunnleggende krav er at personer som håndterer næringsmidler skal være friske. Ansatte i primærproduksjon eller i annen type næringsmiddelproduksjon som har symptomer på influensa, halsinfeksjon, magesyke eller betente sår på hendene, skal ikke håndtere næringsmidler eller lage mat til andre.

Personer som ankommer Norge har ukjent smittestatus, og skal etter covid-19-forskriften i innreisekarantene da de kan være smittebærer av koronaviruset. Arbeidsgiver må risikovurdere hvilke arbeidere som kan delta i de ulike arbeidsoppgavene.

Personer i innreisekarantene

Sesongarbeidere i innreisekarantene kan bare oppholde seg på en arbeidsplass dersom det ikke er andre til stede, se mer informasjon i punkt [3.1.2](#). Folkehelseinstituttet påpeker at personer i innreisekarantene ikke kan håndtere spiseklare produkter med kort omsetningstid (som bær og salat). Håndtering av slike produkter må stanse to til tre dager før innhøstingen starter. Arbeid i karanteneperioden begrenses til oppgaver i produksjonsledd uten direkte kontakt med spiseklare næringsmidler, for eksempel planting, tynning og luking.

Som produsent eller grossist kan du som et alternativ, for produkter hvor det er gjennomførbart, øke omsetningstiden slik at produkter ikke kommer til forbrukere før tidligst to til tre dager etter høsting.

Dette gjelder kun i perioden når arbeidstaker har innreisekarantene, etterpå vil omsetningstiden være som normalt.

Personer med unntak fra plikten til innreisekarantene på grunn av kritisk samfunnsfunksjon

Personer som anses å være nøkkelpersonell (jf. [punkt 3.1.2](#)) kan bidra i hele produksjonsløpet, også i innhøstingen. God håndhygiene er viktig. Vask av hender eller bruk av alkoholbasert hånddesinfeksjon gjennomføres regelmessig jf. [punkt 3.2.1](#) om håndhygiene.

Tiltak dersom arbeidstaker blir syk i innhøstingsperioden

Dersom en ansatt som har høstet spiseklare produkter blir syk i innhøstingsperioden må tidligere nevnte tiltak som isolasjon av syk person, økt renhold og redusert kontakt gjennomføres. En eventuell tilbaketrekking av produktene må vurderes i hvert enkelt tilfelle, men siden smitte via mat er lite sannsynlig vil det i mange tilfeller ikke være nødvendig.

Lenke til relevant informasjon:

Mattilsynet: [Kan bønder gjøre våronn, plante grønnsaker og utføre andre oppgaver gjennom vekstsesongen selv om de er i karantene?](#)

Selvplukk og utsalgsboder

Ved selvplukk på gården må dette gjennomføres i tråd med føringer fra helsemyndighetene. God avstand mellom besøkende og god håndhygiene reduserer faren for smitte av koronavirus. Det er anbefalt at du innfører håndvask/hånddesinfeksjon (se [punkt 3.2.1](#)) for alle besøkende som skal ut i åkeren. Renhold av utsatte områder, som betalingsterminal og vaske-/toalettfasiliteter må forsterkes. Antall mulige berøringspunkter for besøkende bør minimeres, f.eks. ved at kun ansatte håndterer veieutstyr og at du unngår selvbetjening ved eventuell kaffeservering.

Utsalgsboder for grøntprodukter må på lik linje med andre næringsmiddelvirksomheter forholde seg til de smittebegrensende tiltakene som nasjonale og kommunale helsemyndigheter fastsetter. Det kan gjelde tiltak i møte med kunder, renhold av betalingsterminaler m.v. Alle virksomheter må som vanlig også følge de generelle hygienerådene som til enhver tid gjelder ved salg av mat. Helsemyndighetene oppfordrer til å legge til rette for at kundene kan holde avstand til hverandre, bruk gjerne oppmerking eller egnet køsystem. Kundene bør som en ekstra forholdsregel kun ta på de varene de skal kjøpe.

De vanlige kravene om registrering av virksomheten hos Mattilsynet gjelder. Eventuelle tillatelser fra kommunelegen må avklares med hver kommune.

3.5 Ekstra smitteverntiltak for arbeidstakere i risikogrupper

Virksomheter med arbeidstakere i risikogrupper bør vurdere ekstra smitteverntiltak og tilrettelegging. Som arbeidsgiver har du et viktig ansvar for å beskytte medarbeidere som kan være spesielt sårbare hvis de skulle bli eksponert for smitte. Dette kan for eksempel være gravide, kronisk syke eller eldre. I risikovurderingen bør du følge Folkehelseinstituttets anbefalinger for disse gruppene. Husk at det også kan være en utfordring for ansatte som bor sammen med personer med økt smitterisiko.

Lenke til relevant og oppdatert informasjon:

Folkehelseinstituttet: [Risikogrupper](#)

4 Sjekkliste for godt smittevern i grøntproduksjon

	Tiltak	
	Arbeidsgivers overordnede ansvar	
Risikovurdering (1.1.1)	Gjennomføre risikovurdering av arbeidsmiljøet, herunder: <ul style="list-style-type: none"> • Vurdering av om enkelte ansatte er definert å ha en kritisk samfunnsfunksjon • Smitteforebygging (avstand, hygiene, renhold) • Hvordan driften kan opprettholdes dersom stor del av ansatte blir syke • Hvem skal kontaktes ved mistanke om smitte 	
Opplæring (1.1.2)	Opplæring må skje på et språk de ansatte forstår og skal dokumenteres: <ul style="list-style-type: none"> • Helse-, arbeidsmiljø og sikkerhet (HMS) • Hygiene og vaskerutiner • Rapportering av sykdom • Avstand mellom ansatte • Plakater om smittevern på flere språk 	
Renhold (3.2.2)	Renholdsplan må gjennomgås og risikovurderes: <ul style="list-style-type: none"> • Områder som må få forsterket renhold • Renhold av fellesutstyr og areal • Ekstra renhold ved påvist smitte 	
Syke personer skal ikke være på jobb		
Syke personer (3.1.3)	Syke personer skal holde seg hjemme, selv ved milde symptomer.	
Syk i løpet av arbeidsdagen (3.1.3)	Arbeidsplassen skal forlates dersom ansatte blir syke.	
Personer i hjemmekarantene (3.1.3)	Personer som har hatt nærkontakt med person som er syk med covid-19 skal ikke gå på jobb.	
Personer i innreisekarantene (3.1.2)	<ul style="list-style-type: none"> • 10 dagers innreisekarantene vil gjelde avhengig av smittesituasjonen i landet personen ankommer Norge fra. • Personer med kritisk samfunnsfunksjon har tillatelse til å arbeide i karantenetiden på visse betingelser. Det må gjøres en vurdering i hvert tilfelle. • Sesongarbeidere kan kun arbeide på gården under innreisekarantenen dersom det ikke oppholder seg noen andre på arbeidsplassen. 	
Sykerom (3.3.3)	Opprett eget rom i bygg/brakke, tilgjengelig dersom ansatt blir syk på arbeidet og må isoleres. <ul style="list-style-type: none"> • Antall sykerom tilsvarende antall ansatte i ett arbeidslag. • Meld til kommune/kommunelege dersom forsvarlig antall sykerom ikke kan fremskaffes. 	

God hygiene		
Håndhygiene (3.2.1)	<p>Vask av hender gjennomføres som et minimum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ved ankomst/før oppstart • Ved berøring av gjenstander hyppig brukt av andre (f.eks. dørhåndtak, felles redskap/verktøy o.l.) • Mellom ulike oppgaver (for eksempel hvis man forflytter seg eller skifter utstyr) • Etter toalettbesøk • Før og etter kjøkkenarbeid/spisepauser • Før og etter røyking/snusing <p>Ved hver håndvask skal følgende finnes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Såpedispenser (bruk flytende såpe, ikke såpestykker) • Papirhåndklær (bruk engangshåndklær i papir, ikke håndklær av stoff) • Sjøppelbøtte <p>Alkoholbasert hånddesinfeksjon er et alternativ til håndvask.</p>	
Hostehygiene (3.2.1)	Host og nys i papirlommetørkle eller i albukroken. Vask hendene etterpå.	
Plakater (1.1.2)	Plakater om smitteforebygging kan henges opp på sentrale steder.	
Renhold av fellesområder (toaletter, garderober, oppholdsrom) (3.2.2)	<p>Forsterket renhold på utsatte områder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Toaletter og vaskeservanter • Kjøkken og spiserom • Dørhåndtak, felles utstyr og andre kontaktflater. 	
Renhold av kjøretøy/maskiner (f.eks. traktor, lastebil) (3.2.2)	<ul style="list-style-type: none"> • Maskiner og redskaper med «hytte» (traktor, gravemaskin), bør håndteres av kun én person. Alternativt må det rengjøres og luftes grundig ved skifte av maskinfører. • Kontaktflater som ratt, gir-spak, dørhåndtak og andre berøringspunkter rengjøres hyppig, minimum daglig ved daglig bruk. 	
Renhold av utstyr/verktøy (3.2.2)	Utstyr som brukes av flere (f.eks. produksjonsutstyr og kniver) rengjøres etter bruk, eller minimum daglig ved daglig bruk.	
Ekstra forholdsregler for smitte til produkter ved innhøsting, håndtering og pakking (3.4)	<p>Spiseklare produkter med kort omsetningstid (som bær og salat):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kun friske personer skal håndtere næringsmidler. • Personer i innreisekarantene skal ikke håndtere plantene de siste to til tre dager før innhøsting eller delta i innhøstingen så lenge karantene varer. • Økt omsetningstid kan være et alternativ. <p>God håndhygiene er viktig (jf. punkt 2.2.1). Hansker er ingen erstatning for god håndvask.</p>	

	Redusert kontakt mellom personer	
Kontakt med øvrige arbeidstakere/ inndeling i arbeidslag (3.3)	<ul style="list-style-type: none"> • Arbeidslag opprettes med maksimum på fem personer, som innkvarteres sammen. • Arbeidslagene opprettholdes med minst mulig endringer i hele arbeidsperioden. • Overhold helsemyndighetenes føringer for avstand, også på fritiden. • Unngå nærkontakt. Ved behov for tettere kontakt, vurder ekstra vernetiltak: masker, hansker, skillevegger, visir o.l. • Oppbevar datert oversikt over hvilke arbeidstakere inngår i hvilke arbeidslag. 	
Innkvartering (3.3.2)	<ul style="list-style-type: none"> • Innkvarter så få som mulig per boenhet, maksimum tilsvarende arbeidslaget. • Soverom bør være separate, eventuelt maksimum 4 personer per soverom. • Fellesrom brukes med begrensning til grupper fra samme arbeidslag. • Toalett, dusj, kjøkken, oppholdsrom deles fortrinnsvis av arbeidslaget som er innkvartert sammen. Hold avstand til andre arbeidslag. • Plakater om hånd- og hostehygiene henges opp i boenheten. • Informasjon om håndvask umiddelbart når man går inn og ut av boenheten. • Renhold må ivaretas jf. punkt 3.2.2. • Utlufting med åpne vinduer og dører utføres hyppig. 	
Spiserom (3.3.4)	<ul style="list-style-type: none"> • Antall arbeidstakere som spiser samtidig begrenses. Spre bespising over et større tidsintervall eller på flere rom. • Arbeidslaget spiser sammen, hold avstand til andre arbeidslag jf. helsemyndighetenes føringer. Merk gjerne stoler som ikke skal benyttes for å sikre tilstrekkelig avstand. • Vask kontaktflater mellom hver gruppe som spiser (se renhold punkt 3.2.2) • Oppvaskmaskin kjøres på minst 60 grader. • Plakater om hånd- og hostehygiene henges opp i boenheten. 	
Garderobes og toaletter (3.3.4)	<ul style="list-style-type: none"> • Garderobe brukes kun av et maksimum antall arbeidstakere av gangen med god avstand. Avstandsmerking på gulvet ved fare for trengsel. • Info om vask av hender umiddelbart når man går inn, og rett før man går ut. • Plakater om hånd- og hostehygiene henges opp i boenheten. • Vedlikehold av såpe i såpedispenser, papirtørkepapir og søppelbøttetømming • Toalett og dusj: ekstra renhold etter bruk (se punkt 3.2.2). • Vaskemaskin: Skittentøy legges rett i maskinen. Vask på minimum 60°C. Husk godt renhold av betjeningspanel (se punkt 3.2.2). 	
Inngangsparti/ sluseinngang (3.3.4)	<ul style="list-style-type: none"> • Kjø i inngang/sluse: oppretthold avstand, gjerne avstandsmerking på gulvet • Benytt alternative metoder for å åpne inngang/sluse (fot, kne eller albue) hvis manuell åpning er påkrevet. 	
Transport til og fra arbeidssted/ internt på arbeidsplassen (3.3.1)	<ul style="list-style-type: none"> • Egen transport benyttes så langt som mulig • Fellestransport eventuelt må tilrettelegges med god plass mellom hver passasjer • Kollektivtransport unngås så langt det er mulig. Hvis nødvendig, unngå rushtiden 	

5 Samling av lenker i veilederen til relevant informasjon

Arbeidstilsynet

Koronavirus – Tiltak i arbeidslivet

<https://www.arbeidstilsynet.no/tema/biologiske-faktorer/coronavirus-tiltak-i-arbeidslivet-mot-smitte/>

Innkvartering av arbeidstakere

<https://www.arbeidstilsynet.no/tema/innkvartering-av-arbeidstakere/>

Krav til garderobes på arbeidsplassen

<https://www.arbeidstilsynet.no/tema/byggesak/veiledning-til-dokumentasjonskrav-ved-soknad-om-arbeidstilsynets-samtykke/krav-til-garderobes-pa-arbeidsplassen/>

Krav til dusj på arbeidsplassen

<https://www.arbeidstilsynet.no/tema/byggesak/veiledning-til-dokumentasjonskrav-ved-soknad-om-arbeidstilsynets-samtykke/krav-til-dusj-pa-arbeidsplassen/>

Folkehelseinstituttet

Avstand, karantene og isolering

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/avstand-karantene-og-isolering/?term=&h=1#mer-om-karantene>

Hvis du mistenker at du er syk med koronaviruset

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/hvis-du-mistenker-at-du-er-syk-med-covid-19/>

Hånddesinfeksjon

https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/tema/handhygiene/handdesinfeksjon-123_a3_tt.pdf

Håndhygiene, hostehygiene m.v.

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/renhold-og-hygiene/?term=&h=1>

Håndvask

<https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/trykksaker/handhygiene/handhygiene--handvask-plakat-bokmal-pdf.pdf>

Informasjon om koronavirus på ulike språk

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/>

Informasjon om viruset, sykdommen og utbruddet

<https://www.fhi.no/sv/smittsomme-sykdommer/corona/>

Opphevelse av isolasjon ved covid-19

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/helsepersonell/opphevelse-av-isolasjon/>

Rengjøring og desinfeksjon ved covid-19

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/rad-og-informasjon-til-andre-sektorer-og-yrkesgrupper/rengjoring-ved-covid-19-til-sektorer-utenfor-helsetjenesten/>

Risikogrupper

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/risikogrupper/?term=&h=1>

Slik vasker du hendene

<https://www.youtube.com/watch?v=vsFQfZit0KU>

Helsedirektoratet

Reiseregistreringsskjema

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/koronavirus/reiser-reiseliv-og-kollektivtransport#alle-skal-fylle-ut-reiseregistreringsskjema-for-avreise-til-norge>

Negativ covid-19-test ved innreise

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/koronavirus/reiser-reiseliv-og-kollektivtransport#alle-som-ankommer-norge-ma-framvise-attest-pa-negativ-covid-19-test>

Covid-19-test innen 24 timer etter ankomst

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/koronavirus/reiser-reiseliv-og-kollektivtransport#ankommende-fra-utlandet-far-mulighet-til-a-teste-seg-gratis-ved-ankomst>

Innreisekarantene

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/koronavirus/testing-isolasjon-smittesporing-og-karantene/karantene#personer-som-ankommer-norge-fra-omrader-med-karanteneplikt-skal-vaere-i-karantene-i-10-dogn>

Gruppestørrelse og avstand

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/koronavirus/gruppestorrelse-og-avstand#avstand-mellom-personer-og-samling-i-grupper>

Plakater og infomateriell

<https://www.helsedirektoratet.no/tema/beredskap-og-krisehandtering/koronavirus/plakater-og-informasjonsmaterieill>

Lovdata

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

<https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2020-03-27-470?q=covid-19-forskriften>

Lov om vern mot smittsomme sykdommer (smittevernloven)

[https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1994-08-05-55?q=Lov om vern mot smittsomme](https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1994-08-05-55?q=Lov%20om%20vern%20mot%20smittsomme)

Mattilsynet

Kan bønder gjøre våronn, plante grønnsaker og utføre andre oppgaver gjennom vekstsesongen selv om de er i karantene?

https://www.mattilsynet.no/Utbrudd_av_koronavirus/kan_bonder_gjore_vaaronn_plante_gronnsaker_og_utfore_andre_oppgaver_gjennom_vekstsesongen_selv_om_de_er_i_karantene.38442

Kan man spre koronasmitte ved profesjonell matlaging?

https://www.mattilsynet.no/Utbrudd_av_koronavirus/Mat_og_drikkevann/kan_man_spre_koronasmitte_ved_profesjonell_matlaging.38073

Regjeringen

Informasjon om karantenehotell

<https://www.regjeringen.no/no/tema/Koronasituasjonen/mer-informasjon-om-karantenehotell/id2784377/>

Liste over kritiske samfunnsfunksjoner og dokumentasjonsskjema for arbeidsgiver ved unntak fra innreiserestriksjoner for utenlandsk personell i kritisk samfunnsfunksjon

<https://www.regjeringen.no/no/tema/samfunnssikkerhet-og-beredskap/innsikt/liste-over-kritiske-samfunnsfunksjoner/id2695609/>

Spørsmål og svar om innreise til Norge

<https://www.regjeringen.no/no/tema/Koronasituasjonen/sporsmal-og-svar-om-koronasituasjonen/sporsmal-og-svar-om-innreiserestriksjoner/id2703365/>

