



Embætti  
landlæknis  
Sóttvarnalæknir

# Sýkingar af völdum kórónuveiru (COVID-19)

Leiðbeiningar til starfsmanna hjúkrunarheimila og  
dagdvala á NEYÐARSTIGI almannavarna

**Allir íbúar hafa verið bólusettir**  
**Bólusetningu starfsmanna að mestu lokið.**



26. apríl 2021

## Efnisyfirlit

1. Skammstafanir .....	3
2. Gátlisti starfsmanna vegna COVID-19.....	3
3. Heimsóknir og aðgengi að hjúkrunarheimilum .....	4
3.1 Takmarkanir á heimsóknum .....	4
3.2 Takmörkun á aðgengi að deildum heimila.....	5
3.3 Reglur um starfsmenn hjúkrunarheimila og velferðarþjónustu sem hafa verið útsettir eða fengið COVID-19. Fullbólusettir eða bólusettir að hluta.....	5
3.4 Reglur um skimun og sóttkví fyrir fullbólusetta starfsmenn hjúkrunarheimila og velferðarþjónustu. ....	6
3.5 Reglur um skimun íbúa áður en þeir flytja inn á hjúkrunarheimili .....	6
4. Viðbrögð við smiti innan heimila .....	6
5. Sóttkví starfsmanna, áhættumat og rakning smitleiða .....	7
6. Sértaekar leiðbeiningar fyrir dagdvalir .....	7
7. Notkun hlífðargríma á hjúkrunarheimilum og dagdvölum.....	9

# 1. Skammstafanir

Skammstöfun	Heiti
112	Neyðarlínan, samræmd neyðarsímsvörin fyrir landið allt
Avd-RLS	Almannavarnadeild ríkislögreglustjóra
AST	Aðgerðastjórn umdæmis
COVID-19	Öndunarfærasyking vegna kórónuveiru
FRN	Félagsmálaráðuneytið
HRN	Heilbrigðisráðuneytið
SVP	Samtök fyrirtækja í velferðarþjónustu
SÍ	Sjúkratryggingar Íslands
SST	Samhæfingarstöð almannavarna
SVL	Sóttvarnalæknir
WHO	World Health Organization - Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin

## 2. Gátlisti starfsmanna vegna COVID-19

**Með starfsmönnum er átt við alla starfsmenn á vinnustaðnum. Hver starfsmaður þarf að:**

- Þekkja einkenni COVID-19 sýkingar og smitleiðir veirunnar og kynna sér leiðbeiningar um viðurkennda verkferla, nánari upplýsingar á [vef embættis landlæknis](#).
- Upplýsa næsta yfirmann ef grunur vaknar um sýkingu af völdum COVID-19.
- Efla sýkingavarnir og beita [grundvallarsmitgát](#).
- **Þekkja gildandi takmarkanir á samkomum og fylgja þeim, núgildandi reglur gera ráð fyrir að 20 megi koma saman í rými. Takmörkun á ekki við um íbúa heimila en tekur til funda og annarra samkoma starfsmanna.**
- Vera tilbúinn að sinna einstaklingi með einkenni COVID-19.
- Fara strax út af vinnustaðnum ef grunur vaknar um eigin veikindi og upplýsa næsta yfirmann. Óska eftir sýnatöku með forgangi á heilsugæslustöð svo fljótt sem verða má og að upplýsingar berist svo fljótt sem verða má til hlutaðeigandi læknis.
- Ákveða hvort hann gefur lækni/hjúkrunarfræðingi heimilis **skriflegt leyfi** til að fylgjast með niðurstöðum.
- Vera tilbúinn og veita aðstoð við takmörkun á aðgengi og einnig lokun hjúkrunarheimilis fyrir utanaðkomandi gestum á meðan faraldur geisar og veita aðstandendum og íbúum greinargóðar upplýsingar og stuðning vegna þessa úrræðis.
- Að vita að lítil smithætta er af matvöru og öðrum varningi. Dæmi: Matvara, pappír og fatnaður.
- Vera tilbúinn að takmarka vinnuframlag sitt við einn vinnustað og ræða það frekar við sinn vinnuveitanda. Sóttvarnalæknir mælir með því að hver starfsmaður vinni aðeins á einum vinnustað í COVID-19 faraldri, sérstaklega á þetta við þegar um er að ræða viðkvæma starfsemi eins og hjúkrunarheimili. Nemar í verknámi freista þess að sinna verknámi á einum vinnustað.
- Vera tilbúinn að íhuga að fresta/hætta við ferð erlendis til [skilgreindra hættusvæða](#).
- **Þekkja bólusetningaráætlun HRN og leiðbeiningar vegna bólusetningar vegna COVID-19. Þekkja aukaverkanir bóluefna. Kynna sér frekari upplýsingar um bólusetningar, [www.boluefni.is](#)**
- **Þekkja leiðbeiningar og tilmæli um grímnotkun innan og utan heimilis.**

## 3. Heimsóknir og aðgengi að hjúkrunarheimilum

### 3.1 Takmarkanir á heimsóknum

**Stjórnendur hjúkrunarheimila og dagdvala eru vinsamlega beðnir um að upplýsa aðstandendur um þær reglur sem gilda um aðgengi og heimsóknir hverju sinni.**

Þar til búið er að bólusetja starfsmenn heimila að fullu er mælt til þess að heimsóknargestir séu eingöngu í heimsókn inni á herbergjum íbúa, en ekki í setustofum eða borðstofum eininga/deilda. Hvert heimili aðlagar fjölda heimsókna að sínum aðstæðum (t.d. stærð heimilis, aðstæður á heimilinu hverju sinni og fjöldi staðfesta smita í sveitarfélagi hjúkrunarheimilis).

**Nánari leiðbeiningar sem hjúkrunarheimili eru beðin að hafa til hliðsjónar:**

1. Hvert heimili/deild heldur utan um skráningu (ef þörf er talin þar á) og skipulag heimsókna og setur reglur um heimsóknirnar sem gestir þurfa að fara eftir.
2. Heimilin aðlaga heimsóknartíma að starfsemi sinni og stjórnendur hvetja starfsmenn, íbúa og heimsóknargesti að gæta ítrustu árvekni og hafa sóttvarnaráðstafanir í heiðri.
3. Ekki er ráðlegt að börn og ungmenni komi í heimsókn. Undanþágur má gera ef smit eru í lágmarki í samfélaginu og einnig ef barn/ungmenni er nánasti aðstandandi.
4. Að öllu jöfnu mæti aðeins tveir gestir í heimsókn til íbúa á hverjum tíma (undantekningar t.d. ef íbúi er á lífslokameðferð eru gerðar í samráði við stjórnanda heimilis). Yfirmaður getur veitt undanþágu ef:
  - a. íbúi er á lífslokameðferð
  - b. íbúi veikist skyndilega
  - c. um er að ræða neyðartilfelli
  - d. hann metur það svo að nauðsynlegt sé að rjúfa þessa reglu.
5. Hjúkrunarheimilin eru opin á auglýstum tíma fyrir gesti og þeir fara rakleiðis að herbergi íbúa og aftur að útidryrum að heimsókn lokinni. Ef íbúi býr á tvíbýli þarf að finna heimsókninni annan afmarkaðan stað á deildinni. Sem dæmi má nefna að heimsókn getur falist í að íbúi fari út í garð og hitti sinn aðstandanda þar.
6. Gestir bera grímu á leið sinni innandyra að vistarveru ættingja.
7. Gestir mega ekki staldra við í sameiginlegum rýmum heimilis.
8. Gestir skulu virða 2ja metra nándarmörk og forðast beina snertingu við íbúa (á ekki við um hjón og sambúðarfólk).
9. Gestir þvo hendur með sápu og spritta áður en gengið er inn á heimili og einnig við brottför. **Þeir forðast beina snertingu við íbúa eins og hægt er. MUNIÐ 2ja metra nándarmörk!**
10. **Gestir mega ekki koma í heimsókn ef þeir:**
  - a. Eru í sóttkví.
  - b. Eru í einangrun (einnig meðan beðið er niðurstöðu úr sýnatöku).
  - c. Hafa dvalið erlendis og ekki eru liðnir 14 dagar frá heimkomu. Þetta ákvæði gildir ekki um fullbólusetta eða þá sem hafa fengið COVID-19. Eru þeir velkomnir í heimsókn svo fremi sem þeir framvísa gildum vottorðum og gæti vel að handhreinsun.
  - d. Hafa verið í einangrun vegna COVID-19 smits og ekki eru liðnir 14 dagar frá útskrift.
  - e. Eru með einkenni (kvef, hósta, hita, höfuðverk, beinverki, þreytu, kviðverki, niðurgang).

Hvert heimili skipuleggur heimsóknir á sitt heimili frekar og upplýsir aðstandendur á þann hátt sem best hentar. Íbúi getur farið út af heimilinu til að sinna almennum erindum og heimsóknum.

**Mælt er til þess að íbúar fari ekki á hópfgnaði, þar sem fleiri en 20 koma saman.**

## 3.2 Takmörkun á aðgengi að deildum heimila

Þegar bólusetningu íbúa er lokið og seinni bólusetning starfsmanna er hafin, er ekki talin ástæða til að viðhalda sóttvarnarýmum gagnvart starfsmönnum og íbúum. Gestum og utanaðkomandi aðilum ber áfram að virða takmarkanir á umferð innanhúss sem og sóttvarnarymi.

Lagt er til að heimilin séu undirbúin fyrir að skipta aftur upp í sóttvarnarymi með skjótum hætti innan heimila/dagdvala ef þær aðstæður koma upp í samfélaginu sem kalla á slíkt.

### Iðjupjálfun, sjúkráþjálfun, önnur þjálfun

Einstaklingsmeðferð er veitt fyrir íbúa og starfsfólk á heimilinu á hverjum tíma. Í sal sjúkráþjálfunar er nauðsynlegt að halda 2ja metra reglunni og hámarksfjöldi í sal miðast við að þessi regla haldi. Hópa-meðferð er takmörkuð við að íbúar heimilis séu saman við æfingar. Einstaklingar utan úr bæ mega EKKI koma inn á heimilið til að fá þessa þjónustu á sama tíma og íbúar. Þá þarf að gæta vel að aðskilnaði íbúa frá utanaðkomandi gestum. Starfsmenn þjálfunar sem koma reglulega inn á heimilið en sinna jafnframt starfsemi utan heimilis beri grímur. Undanþágu má veita ef þjálfari vinnur ekki á öðrum stað en innan heimilis (allir íbúar eru bólusettir) og hefur hlotið bólusetningu/fengið COVID-19. Rekstraraðili má óska eftir vottorði til staðfestingar.

### Hárgreiðsla og hársnyrting/fótaaðgerð og fót snyrting

Er leyfð fyrir heimilismenn á hverjum tíma og starfsmenn á hverjum tíma. Á neyðarstigi mega einstaklingar utan úr bæ EKKI koma inn á heimilið til að fá þessa þjónustu á sama tíma og íbúar eru í sama rými. Þá þarf að gæta vel að aðskilnaði íbúa frá utanaðkomandi gestum. Starfsmenn hárgreiðslu sem koma reglulega inn á heimilið en sinna jafnframt starfsemi utan heimilis beri grímur. Undanþágu má veita ef aðili vinnur ekki á öðrum stað en innan heimilis (allir íbúar eru bólusettir) og hefur hlotið bólusetningu/fengið COVID-19. Rekstraraðili má óska eftir framvísun vottorðs til staðfestingar.

## 3.3 Reglur um starfsmenn hjúkrunarheimila og velferðarþjónustu sem hafa verið útsettir eða fengið COVID-19. Fullbólusettir eða bólusettir að hluta.

### Ferðalög starfsmanna erlendis til skilgreindra áhættusvæða

1. **Óbólusettir:** Eftir skimun á landamærum við heimkomu er starfsmaður í [sóttkví](#) í 5–7 daga og fer síðan í seinni skimun. Mælst er til að þeir mæti ekki á starfsstöð fyrir en eftir 14 daga frá heimkomu. Ef það er ekki kostur þá skal hlífðarbúnaður notaður þegar ekki er hægt að halda nándarmörk.
2. **Fullbólusettir eða hafa fengið COVID-19:** Fullbólusettir starfsmenn fara í skimun á landamærum eins og aðrir ferðamenn og mæta aftur til vinnu í samráði við næsta yfirmann. Lagt er til að starfsmenn noti hlífðarbúnað og að skimun sé endurtekin á 5.–6. degi (sóttkví C) og notkun hlífðarbúnaðar hætt þegar neikvæð niðurstaða liggur fyrir.
3. **Bólusettir að hluta:**
  - a. Séu svör úr fyrri og seinni skimun neikvæð getur viðkomandi starfsmaður mætt til vinnu svo fremi sem vinnuveitandi sé því samþykkur.
  - b. Sé þess nokkur kostur þá mæla sóttvarnalæknir og landlæknir með því að starfsmaður komi ekki á starfsstöð í 14 daga frá komu til landsins.
  - c. Sé liður a. ekki framkvæmanlegur skal starfsmaður í 14 daga frá heimkomu nota hanska og maska við vinnu. Hann skal halda 2ja metra fjarlægð eins og unnt er og **nota maska allan tímann** á meðan viðkomandi er á vakt/í vinnu, bæði í samskiptum við samstarfsfólk og notendur þjónustu.

### 3.4 Reglur um skimun og sóttkví fyrir fullbólusetta starfsmenn hjúkrunarheimila og velferðarþjónustu.

- 1. Bólusettur eða fengið COVID-19. Starfsmaður fær einkenni sem gætu verið COVID-19:**
  - Fara í sýnatöku sem fyrst og mæta ekki til vinnu eða fara heim ef kominn til vinnu.
  - Ef sýni er neikvætt skal mæting aftur í vinnu ákveðin í samráði við yfirmann, þegar einkenni eru gengin yfir.
- 2. Bólusettir eða fengið COVID-19. Starfsmenn útsettir fyrir COVID-19 skv. rakningu (nánd við sýktan einstakling) hérlendis eða erlendis eða í starfi:**

Boð í nefkoks PCR-sýnatöku á degi 0 og mótefnaþæfingu, síðan:

  - *Ef með mótefni:* Nefkokssýnataka á degi 7 og einkennavöktun á milli, ekki í sóttkví en á ekki að heimsækja viðkvæma staði/einstaklinga. Má mæta til vinnu á hjúkrunarheimilum, nota maska og ekki sinna óbólusettum einstaklingum.
  - *Ef ekki með mótefni:* Nefkokssýnataka á degi 7, full sóttkví á milli. Má ekki mæta til vinnu og nýtir veikindarétt sinn.

### 3.5 Reglur um skimun íbúa áður en þeir flytja inn á hjúkrunarheimili

Almennna reglan er að íbúi skal skila neikvæðri niðurstöðu COVID-19 sýnis fyrir flutning á hjúkrunarheimili. Stjórnendum heimila er heimilt að gera undanþágu frá þessari reglu. Bið eftir niðurstöðu má ekki tefja fyrir flutningi inn á hjúkrunarheimili.

## 4. Viðbrögð við smiti innan heimila

Ekki útilokað að COVID-19 geti greinst á hjúkrunarheimili þrátt fyrir bólusetningu. Veikindi verða líklega vægari en ella. Ekki útilokað að bólusettir geti borið veiruna í nefkoki og smitað en það er ólíklegt.

#### Reglur um sóttvarnir á hjúkrunarheimilum eftir fulla bólusetningu íbúa og starfsfólks.

Viðbrögð við COVID-19 smiti á deild:

1. Covid göngudeild sér um leiðbeiningar um meðferð og rakningateymi sér um smitakningu og ráðleggingar með sóttkví eins og áður.
2. Íbúi - einangrun á herbergi. Starfsmenn nota veiruheldar grímur, hanska og sloppa við umönnun.
3. Íbúi - sóttkví á herbergi. Starfsmenn nota skurðstofugrímur og gæta fyllstu sóttvarna, einstaklingur dvelur á sínu herbergi.
  - Ef ekki er hægt að halda viðkomandi á herbergi:
    - a. Einstaklingurinn kemur fram með maska og eftir sprittun handa og ber að halda 2ja metra fjarlægð við aðra íbúa, gesti og starfsmenn sem ekki eru í hlífðarbúnaði. Helst að fara út með einstakling ef hægt er. Sótthreinsa alla snertifleti strax.
    - b. Setja alla deildina í sóttkví ef ekki vill betur til.
4. Heimsóknartakmarkanir skv. neyðarstigi.
5. Heimsóknargestur - skima útsetta, sóttkví íbúa sem voru útsettir.

## 5. Sóttkví starfsmanna, áhættumat og rakning smitleiða

Starfsmenn eiga að fara í sóttkví í 14 daga samkvæmt leiðbeiningum sóttvarnalæknis og fyrirmælum frá smitakningateymi almannavarna ef þeir:

1. Tilkynna beina snertingu við einstakling með COVID-19 eða snertingu við smitefni.
2. Hafa verið í mikilli nálægð við hinn veika < 2 metra og ekki í hlífðarfatnaði í meira en 15 mín. Þeir sem búa á heimili með veikum einstaklingi fara í sóttkví. Á einnig við um sólarhringinn áður en einkenni koma fram.
3. Þrifu svæði, sem var hugsanlega mengað, án þess að nota hlífðarfatnað.

Vinnufélagar þess sem fer í sóttkví, gæta að eigin smitgát en eru ekki beðnir um að fara í sóttkví. Þeir íbúar sem hann veitti þjónustu fara heldur ekki í sóttkví.

Ef íbúi smitast þá er litið á það sem sérstakt atvik og þá fer af stað ferli innan heimilis.

Þegar starfsmaður kemur til starfa eftir að sóttkví lýkur og engin veikindi hafa orðið, þá þarf hann/hún og yfirmenn hans/hennar að gæta að því að uppfærða viðkomandi um þróun leiðbeininga meðan hann/hún var fjarverandi. Starfsmaður sækir [vottorð á sitt svæði](#) á [www.heilsuvera.is](http://www.heilsuvera.is) og skilar til vinnuveitanda.

## 6. Sértækar leiðbeiningar fyrir dagdvalir

Hámarksheimild í hverju rými er samkvæmt auglýsingu HRN á hverjum tíma (20 manns frá 15. apríl). Heilbrigðisþjónusta er undanþegin en við hvetjum hlutaðeiganda að virða þessa takmörkun. Í starfsemi dagdvala skal leitast við að hlíta þeim fjöldatakmörkunum sem stjórnvöld setja á samkomur. Þannig skal reyna eftir fremsta megni að skipta fólki upp þannig að ekki séu fleiri en 20 manns sem deila sameiginlegum rýmum. Litið er á að eitt rými = herbergi/salur. Til dæmis má hólfa stærri rými upp með byggingarplasti og þar sem nóg er pláss er hægt að nota 2ja metra breiðar ræmur sem verða „no-mans“ land og eru varðaðar með stólum eða borðum.

Virða skal 2ja metra nándarmörk svo fremi sem unnt er. Ljóst er að ákveðinn notendahópur dagdvala getur ekki virt það að viðhafa 2ja metra fjarlægð sín á milli. Sama á við um nálægð starfsmanna gagnvart notendum í ákveðnum tilvikum. Þó skal reynt að viðhafa slíkar smitvarnir eins og mögulegt er. Þjálfun, afþreying og öll starfsemi skal yfirfarin og endurskoðuð með hliðsjón af smitvörnum, þjálfunaræfingar endurskipulagðar, matur skammtaður á diska og afhentur á borð fyrir notendur o.s.frv.

Notendur dagdvalar eru hvattir til að bera grímur innan dagvalar þar til bólusetningu starfsmanna og notenda er að fullu lokið. Einnig eru notendur hvattir til að bera grímur í flutningi til og frá dagdvöl. Ljóst er að ekki allir hafa getu til að bera grímu og er ekki gerð krafa um slíkt.

Við flutning á notendum í og úr dagdvöl verður ekki hægt að viðhafa 2ja metra fjarlægð. Til öryggis skulu bílstjórar bera grímur í flutningi. Nauðsynlegt er að bílarnir séu sótthreinsaðir vel á milli farþega. Í þeim tilvikum þar sem annað heimilisfólk getur keyrt og sótt notendur á staðinn, skal óskað eftir því. Gilda skulu sambærilegar reglur varðandi bílstjóra sem sinna flutningi í dagdvalir og varðandi aðra starfsmenn, þ.e. að ekki sé mætt til vinnu með einkenni. Undanþágu má veita ef bílstjóri hefur hlotið bólusetningu og sinnir ekki öðrum flutningi fólks (allir þjónustuþegar eru bólusettir) samhliða þessari starfsemi. Bílstjóri sem fengið hefur COVID-19 er undanþeginn grímuskyldu og þarf að hafa vottorð í

bifreiðinni því til staðfestingar. Starfsmenn eru í eigin vinnufatnaði og klæðast hlífðarbúnaði ef grunur vaknar um smit. Starfsmenn virða ítrustu smitgát og gæta vel að handþvotti og sprittun handa.

### **Iðjubjálfun, sjúkrabjálfun, önnur bjálfun**

Einstaklingsmeðferð er heimil í dagdvölum en einstaklingar utan úr bæ mega ekki koma í dagdvöl til bjálfunar á sama tíma og notendur dagdvalar. Í sal sjúkrabjálfunar er nauðsynlegt að halda 2ja metra reglunni áfram og hámarksfjöldi í sal miðast við að þessi regla haldi. Hópameðferð (hámark 10 manns saman) skal vera takmörkuð við að notendur dagdvalar séu saman við æfingar. Einstaklingar sem eru notendur dagdvalar skulu ekki vera í rými á sama tíma. Þjálfarar sem koma reglulega inn á dagdvöl en sinna jafnframt starfsemi utan dagdvalar beri grímur. Undanþágu má veita ef aðili vinnur ekki á öðrum stað en innan dagdvalar og hefur hlotið bólusetningu/fengið COVID-19. Rekstraraðili má óska eftir framvísun vottorðs til staðfestingar.

### **Hárgreiðsla og hársnyrting/fótaaðgerð og fót snyrting**

Er aðeins leyfð fyrir dagdvalargesti og starfsmenn dagdvalar á hverjum tíma. Almenna reglan er að notendur dagdvalar fái þjónustu á sama tíma og ekki er gert ráð fyrir öðrum viðskiptavinum á sama tíma. Starfsmenn sem koma reglulega inn á dagdvöl en sinna jafnframt starfsemi utan dagdvalar beri grímur. Undanþágu má veita ef aðili vinnur ekki á öðrum stað en innan dagdvalar og hefur hlotið bólusetningu/fengið COVID-19. Rekstraraðili má óska eftir framvísun vottorðs til staðfestingar.

### **Við eftirfarandi atvik (og sambærileg), skal skoða lokun á dagdvöl**

1. Ef dagdvalarþjónusta er veitt innan veggja hjúkrunarheimilis og stjórnendur meta það svo að ekki sé hægt að halda fullnægjandi aðskilnaði milli íbúa heimilisins og notenda dagdvalar.
2. Ef smit kemur upp hjá þjónustupega eða starfsmanni dagdvalar, þá skal loka henni tímabundið. Ákvörðun um opnun hennar að nýju skal tekin í samráði við sóttvarnalækni.
3. Ef almennt útgöngubann er sett á í samfélaginu.
4. Ef stjórnendur meta það nauðsynlegt að loka dagdvölinni. Slík ákvörðun skal tekin í samráði við sóttvarnalækni.

Komi til lokunar á dagdvöl skulu starfsmenn hennar leita allra leiða við að vera í samskiptum við þjónustupega gegnum síma eða annan samskiptabúnað. Gæta skal sérstaklega að þeim einstaklingum sem ekki fá aðra heilbrigðis- eða félagsþjónustu. Ávallt skal hafa samráð við SÍ komi til skerðingar á þjónustu.

Notendur dagdvala mega ekki sækja dagdvöl ef þeir eru með einhver einkenni veikinda eða ef það er sóttkví eða önnur veikindi á heimili þeirra. Rekstraraðilar dagdvala skulu koma þessum skilaboðum til notenda þjónustunnar. Notandi dagdvalar sem er batnað af COVID-19 skal vera einkennalaus í 14 daga áður en hann mætir í dagdvölinu.



## 7. Notkun hlífðargríma á hjúkrunarheimilum og dagdvölum

Hlífðargríma kemur aldrei í stað almennra sýkingarvarna þ.e. handhreinsun, almennt hreinlæti og þrif á snertiflötum. Starfsmenn skulu kynna sér [leiðbeiningar ECDC um grímunotkun](#).

1. **Grímuskyldu framlínustarfsmanna** við umönnun á hjúkrunarheimilum/dagdvölum er almennt aflétt inni á vistarverum íbúa þegar bólusetningu íbúa er lokið og starfsmenn hafa hlotið fyrri bólusetningarskammt með þeirri undantekningu að **starfsmaður** verður að setja upp grímu ef ekki er hægt að halda 2ja metra nándarmörk við gesti eða íbúa sem ekki hafa fengið bólusetningu eða ef starfsmaður hefur ekki þegið bólusetningu. Mikilvægt er að viðhalda sóttvarnarýmum (20 að hámarki í rými) innan heimila/dagdvala, sinna vönduðum handþvotti og þrifum og sóttthreinsun snertiflata um leið og slakað er á grímuskyldu. Gæta skal ítrustu varúðar og ef minnsti grunur vaknar um smit hjá íbúa, gesti eða starfsmanni skulu grímur umsvifalaust settar upp.
2. **Bílstjórar** sem flytja marga í dagdvöl á hverjum degi beri grímur við flutning að öllu jöfnu. Undanþágu má veita ef sömu aðilar eru fluttir hvern dag, af sama bílstjóra sem fengið hefur bólusetningu og sem veit að allir sem hann er að flytja, hafa hlotið bólusetningu. Bílstjóri sem fengið hefur COVID-19 er undanþeginn grímuskyldu og hafi vottorð í bifreiðinni sem staðfestir slíkt.
3. **Þjálfarar** sem koma reglulega inn á starfsstöð en sinna jafnframt starfsemi utan hennar beri grímur. Undanþágu má veita ef aðili vinnur ekki á öðrum stöðum og þjálfari hefur hlotið bólusetningu/fengið COVID-19. Rekstaraðili má óska eftir framvísun vottorðs til staðfestingar.
4. **Starfsfólk við hárgreiðslu, snyrtingu/fótaaðgerðir** sem koma reglulega inn á starfsstöð en sinna jafnframt starfsemi utan hennar beri grímur. Undanþágu má veita ef starfsmenn vinna ekki á öðrum stöðum og hafa hlotið bólusetningu/fengið COVID-19. Rekstraraðili má óska eftir framvísun vottorðs til staðfestingar.

Frekari upplýsingar er að finna á [landlæknir.is](#) og á [covid.is](#)

## Samráðshópur um starfsemi hjúkrunarheimila og dagdvala í COVID-19 faraldri:

- *Dagmar Huld Matthíasdóttir, Heilbrigðisráðuneyti*
- *Íris Marelsdóttir, Júlíana Héðinsdóttir, hjá sóttvarnalækni*
- *María Heimisdóttir, Unnur Gunnarsdóttir og Sara Halldórsdóttir, Sjúkratryggingar Íslands*
- *Eybjörg Hauksdóttir, Samtök fyrirtækja í velferðarþjónustu*
- *Bjarney Sigurðardóttir og María Fjóla Harðardóttir, Hrafnista hjúkrunarheimili*
- *Jórunn Ósk Frímansdóttir Jensen, Droplaugarstaðir hjúkrunarheimili*
- *Berglind Magnúsdóttir, velferðarsvið Reykjavíkurborgar.*
- *Anna Birna Jensdóttir, Sóltún hjúkrunarheimili*
- *Helga Hansdóttir, Mörkin hjúkrunarheimili*
- *Teitur Guðmundsson, Heilsuvernd*
- *Jón Snædal, Jón Eyjólfur Jónsson og Guðný Valgeirsdóttir, Landspítali*
- *Þórdís Hulda Tómasdóttir, Eir/Hamrar/Skjól, hjúkrunarheimili*
- *Rut Guðbrandsóttir, Sjúkrahúsið Akureyri*
- *Guðný Valgeirsdóttir, Landspítalali*
- *Þóra Kristin Ásgeirsdóttir, Samband íslenskra sveitarfélaga*



Stjórnarráð Íslands  
Heilbrigðisráðuneytið



SAMTÖK FYRIRTÆKJA  
Í VELFERÐARÞJÓNUSTU

 Sjúkratryggingar Íslands



LANDSPÍTALI

 HEILSUVERND  
því hver dagur er dýrmætur



Embætti  
landlæknis  
Sóttvarnalæknir