

Leiðbeiningar fyrir ferðir og afþreyingu utandyra, tjaldsvæði, hjólhýsasvæði, skála ferðafélaga, lítil gistihús, skipulagðar

Sóttvarnaráðstafanir vegna COVID-19 sem taka gildi 31. október 2020

Eftirfarandi á við um alla starfsemi/staði:

1. Gestir mega **ekki** koma inn á tjaldsvæði, í skála eða fara í skipulagðar ferðir ef þeir:
 - a. Eru í [sóttkví eða heimkomusmitgát](#).
 - b. Eru í [einangrun](#) (einnig meðan beðið er niðurstöðu sýnatöku).
 - c. Hafa verið í einangrun vegna COVID-19 smits og ekki eru liðnir 14 dagar frá útskrift.
 - d. Eru með einkenni (kvef, hósta, hita, höfuðverk, beinverki, þreytu, kviðverki, niðurgang o.fl.).
2. Rekstraraðili [brífur og sóttþreinsar](#) sameiginleg rými og snertifleti a.m.k. tvisvar á dag.
3. Frá og með **31. október** er hámarksfjöldi í hverju [sóttvarnarými](#) **10 manns** (börn fædd árið 2015 og síðar eru ekki talin með). Sóttvarnarými getur verið innan- sem utandyra og þarf t.d. að skipta tjaldsvæðum upp með tilliti til þessa svo lengi sem nándarmörk eru virt.
4. Virða ber 2 metra regluna milli ótengdra aðila og regluna um grímuskyldu (börn fædd 2011 og síðar eru undanþegin 2 metra reglu og grímuskyldu).
5. Auðvelt aðgengi að handþvottaaðstöðu og handspritti þarf að vera til staðar.
6. Takmarka þarf samneyti á milli aðskilda ferðahópa eins og unnt er.
7. Ef eitthvað er óljóst notið þá netspjallið á covid.is.

Dregið úr hættu á COVID-19 kórónuveiru smiti



- Gæta vel að hreinlæti, þvo hendur reglulega með sæpu og nota handspritt. Forðast snertingu við augu, nef og munn.



- Hósta og hnerra í krepptan olnboga eða í pappír þegar um kvefeinkenni er að ræða.



- Forðist náð samneyti við einstaklinga með hósta og almenn kvefeinkenni.



- Sýna aðgát í umgengni við algenga snertifleti á fjöl-förnum stöðum, s.s. handrið, lyftuhnappa, snertiskjái, greiðsluposa og hurðahúna.



- Heilsa frekar með brosi en handabandi eða faðmlagi.

Skipulagðar ferðir (akstur, ganga, hjól, vélsleðar, fjórhjól, skíði, hestar, sigling, klifur, hellaferðir, veiði, jöklaferðir og sambærilegt)

Skipulagðar ferðir, afþreying og námskeið sem eru ekki á vegum ÍSÍ. Tengd ferðamennsku utandyra fyrir fullorðna og börn í fylgd forráðamanna/kennara.

1. Frá og með 31. október 2020 er hámarksfjöldi í hverjum ferðahópi 10 manns (börn fædd árið 2015 og síðar eru ekki talin með).
2. Virða ber 2 metra regluna milli ótengdra aðila og regluna um grímuskyldu (börn fædd 2011 og síðar eru undanþegin 2 metra reglu og grímuskyldu). Komið skýrum skilaboðum til allra í ferðinni að virða beri þessa reglu á meðan á ferðinni stendur. Reglur um akstur á milli staða í COVID-19 faraldri gilda. Þeir sem deila heimili mega ferðast saman í bifreið. Sérstakar reglur gilda um hópferðabíla, sjá nánar á vef [Ferðamálastofu](#).
3. Fylgið fyrirmælum SVL um að forðast ónauðsynlegar ferðir á milli landshluta
4. Ef ferðast er á snjó/jöklum eða í köldu lofti (frostmark og minna) skulu að lágmarki vera 4 metrar á milli einstaklinga.
5. Ef margir eru á ferð á sömu leið skulu þeir sem leiðsegja í einum hópi halda 2 metra fjarlægð frá hópum á sömu leið og forðast að flöskuhálsar myndist þar sem hópar þurfa að bíða, dæmi: Brekkan undir Hvannadalshnjúki og leiðin yfir Heljarkamb á Fimmvörðuhálsi.
6. Skipuleggjendur hvetja þátttakendur að hafa meðferðis handspritt í öllum tegundum ferða og að spritta hendur sérstaklega fyrir matarhlé og áður/eftir að gripið hefur í keðjur og handfestur sem finna má á merktum gönguleiðum.
7. Í gönguferð skulu vera 2 metrar á milli ótengdra aðila, örugg fjarlægð vex líklega með meiri hraða. Í hjólaferð og í hlaupum er mælt með að hafa að lágmarki 2 metra á milli einstaklinga.
8. Deilið ekki persónulegum búnaði/matvælum/drykkjum með öðrum en nánasta ferðafélaga í hópnum.
9. Ef búnaður er samnýttur af þátttakendum (*ljós, hjálmar, broddar, ísaxir, sigbelti, hnakkar, hjól, skíði, blaut- og þurrbúningar, björgunarvesti, hlífðargleraugu, „paintball“, loftboltar o.fl.*) ber að strjúka af búnaðinum með spritti eða Virkon á milli notenda.
10. Ef gist er í tjöldum skulu vera a.m.k. 2 metrar á milli tjalda og aðeins þeir sem búa saman geta deilt tjaldi, (*tvöfaldið fjarlægðina ef tjaldað er í snjó, 4 metrar*).
11. Gangið frá sorpi í lokuðum poka og gangið frá því í sorpgeymslu þegar tækifæri gefst til.

Tjaldsvæði

Eftirfarandi reglur eiga við um tjaldsvæði og gesti í tjöldum, tjaldvögnum, fellihýsum, hjólhýsum „camperum“ (lítil húsbíll) og húsbílum.

1. Hvert tjaldsvæði má ekki taka á móti fleiri en 10 gestum að hámarki (börn fædd árið 2015 og síðar eru ekki talin með) nema hægt sé að skipta svæðinu upp í 10 manna [hólf](#) og virða á sama tíma regluna um 2 metra nándarmörk einstaklinga og grímuskyldu (börn fædd 2011 og síðar eru undanþegin 2 metra reglu og grímuskyldu). Tvö salerni eru lágmark fyrir hvert hólf ásamt handþvottaaðstöðu. Sama á við um aðstöðu til böðunar, ef hún er til staðar. Enginn samgangur skal vera á milli hólfra.
2. Ef baðaðstaða er í boði er nauðsynlegt að tryggja aðskilnað á milli hópa í hverjum rými og þrifið á milli (Dæmi: Baðhús opið hálfan dag fyrir rými 1 og hálfan dag fyrir rými 2).
3. Rekstraraðili þrífur og sótthreinsar sameiginlega snertifleti a.m.k. tvisvar á dag og brýnir fyrir gestum að gæta ýtrustu varkárni og virða reglur um sóttvarnir.
4. Rekstraraðili setur upp veggspjöld sem vekja athygli á 2 metra reglu um nándarmörk einstaklinga við alla þjónustupósta, s.s. afgreiðslu, vatnshana, uppvask, salerni og sturtu.
5. Að lágmarki skulu vera 4 metrar á milli tjalda, tjaldvagna, fellihýsa, hjólhýsa, campera og húsbíla. (*Gildir ekki fyrir fjölskyldur eða tengdra einstaklinga*). Ef tjaldað er í snjó eða mjög köldu veðri (frostmark og neðar) skal tvöfalda fjarlægð á milli tjalda (8 metrar).
6. Salerni og sturta:
 - a. Setjið upp aðstöðu við öll salerni/sturtur til að gestir geti sótthreinsað snertifleti s.s. hurðarhúna og snertifleti á salernum með Virkon eða spritti.
 - b. Komið fyrir fjarlægðarmerkingum við salerni/sturtur, t.d. strik á gólfi með 2-metra millibili.
 - c. Þar sem salerni/sturtur eru hlið við hlið í þröngu rými má nýta annað hvert og loka ber hinu ef fjöldi gesta leyfir.
7. Eldhúsaðstaða utan- og innandyra, og aðstaða til neyslu á mat:
 - a. Hafið fljótandi sápu og handspritt við hvern vask og leiðbeiningar til gesta um að þrifa vel eftir sig.
 - b. Virðið regluna um nándarmörk. Tryggið að við borðhald sé hægt að hafa 2-metra á milli einstaklinga sem ekki deila heimili. Minnið á þessa reglu með veggspjaldi við inngang.
 - c. Komið fyrir fjarlægðarmerkingum (t.d. strik á gólfi) við uppþvottaaðstöðu.
 - d. Fjarlægja skal alla matvöru s.s. kaffi/te, krydd o.þ.h. úr sameiginlegum rýmum. Gestum er óheimilt að skilja eftir matvæli ætluð þeim sem á eftir koma eða til að deila með öðrum á staðnum. Koma þarf upp skilaboðum vegna þessa til gesta.
 - e. Ef gestir hafa aðgang að áhöldum, minna þá á að þrifa fyrir og eftir notkun.
 - f. Rekstraraðili minnir gesti á að sótthreinsa borð og snertifleti á stólum fyrir og eftir matreiðslu og borðhald.
8. Önnur þjónusta:
 - a. Virðið regluna um nándarmörk og komið fyrir upplýsingum um persónulegar sóttvarnaráðstafanir (handþvottur, hósta í ermina, forðast mannmergð).
 - b. Komið fyrir fjarlægðarmerkingum þar sem það er hægt og á við.
 - c. Efni til að sótthreinsa snertifleti þarf að vera aðgengilegt (spritt eða Virkon).
 - d. Fjarlægið öll spil, bækur og blöð sem ætluð eru til afnota fyrir gesti.
 - e. Sorp frá hverju tjaldi/húsi/einingu er sett í lokaðan poka í sorptunnu/r svæðis.
9. Lítil gistihús á tjaldsvæðum er eingöngu hægt að leigja út til einstaklinga, fjölskyldna eða hópa sem deila sama heimili.

Hjólhýsasvæði (fastleigusvæði til skemmri eða lengri tíma)

1. Gestir eru beðnir að virða regluna um nándarmörk og rekstraraðili setur upp skilaboð er þetta varðar við þjónustupósta, s.s. afgreiðslu, vatnshana, uppvaskeið, salerni og sturtu.
2. Að lágmarki skulu vera 4 metrar á milli hjólhýsa.
3. Salerni og sturta:
 - a. Setjið upp aðstöðu við öll salerni/sturtur til að gestir geti sóttthreinsað snertifleti s.s. hurðarhúna og snertifleti á salernum með Virkon eða spritti.
 - a. Komið fyrir fjarlægðarmerkingum við salerni/sturtur, t.d. strik á gólfi og 2-metrar á milli strika.
 - b. Þar sem salerni/sturtur eru hlið við hlið í þröngu rými má nýta annað hvert og loka ber hinu ef fjöldi gesta leyfir.
4. Eldhúsaðstaða utan- og innandyrna, og aðstaða til neyslu á mat:
 - a. Hafið fljótandi sápu og handspritt við hvern vask og leiðbeiningar til gesta um að þrifa vel fyrir og eftir að matreiðslu/borðhaldi lýkur.
 - b. Gestir eru beðnir að virða regluna um nándarmörk. Tryggja skal að við borðhald sé hægt að hafa 2 metra á milli einstaklinga sem ekki deila heimili.
 - c. Komið fyrir fjarlægðarmerkingum (t.d. strik á gólfi) við uppþvottaðstöðuna.
 - d. Fjarlægið alla matvöru s.s. kaffi/te, krydd o.þ.h. Gestum er óheimilt að skilja eftir matvæli ætluð þeim sem á eftir koma. Koma þarf upp skilaboðum vegna þessa til gesta.
 - e. Rekstraraðili minnir gesti, sem hafa aðgang að áhöldum, á að þrifa fyrir og eftir notkun.
 - f. Rekstraraðili minnir gesti á að sóttthreinsa borð og snertifleti á stólum fyrir og eftir matreiðslu og borðhald.
5. Önnur þjónusta:
 - a. Virðum regluna um nándarmörk og rekstraraðili setur upp veggspjald er það varðar.
 - b. Komið fyrir fjarlægðarmerkingum þar sem það er hægt og á við.
 - c. Setjið upp aðstöðu til að sóttthreinsa snertifleti.
 - d. Fjarlægið öll spil, bækur og blöð sem ætluð eru gestum til afnota.
 - e. Gangið frá sorpi í lokaða poka og setjið í sorptunnu/r svæðis.

Skálar t.d. ferðafélaga og lítil gistihús (6–10 manna)

1. Hver skáli/gistihús má ekki taka á móti fleiri en 10 gestum að hámarki (börn fædd árið 2015 og síðar eru ekki talin með) nema hægt sé að skipta svæðinu upp í 10 manna [hólf](#) og virða á sama tíma regluna um 2 metra nándarmörk einstaklinga og grímuskyldu (börn fædd 2011 og síðar eru undanþegin 2 metra reglu og grímuskyldu). Sér salerni þarf að vera fyrir hvert hólf ásamt handþvottaaðstöðu. Sama á við um aðstöðu til böðunar, ef hún er til staðar. Enginn samgangur skal vera á milli hólfa.
2. Gestir eru beðnir að virða regluna um nándarmörk (forstofa, eldhús, borðsalur) og rekstraraðili setur upp skilaboð er þetta varðar við þjónustupósta. s.s. afgreiðslu, vatnshana, uppvask, salerni og sturtu.
3. Fjölskyldur og aðrir sem búa á sama heimili geta deilt herbergjum til að gista í. Allir aðrir verða að virða regluna um nándarmörk í gistaðstöðu og því verður ekki full nýting.
4. Ef leyft er að tjalda við skála skulu vera a.m.k. 4 metrar á milli tjalda. Koma skal fyrir merkingum. Ef tjaldað er í snjó skal tvöfalda fjarlægð á milli tjalda (8 metrar).
5. Salerni og sturta:
 - b. Setjið upp aðstöðu við öll salerni/sturtur til að gestir geti sótthreinsað snertifleti s.s. hurðarhúna og snertifleti á salernum með Virkon eða spritti.
 - c. Komið fyrir fjarlægðarmerkingum við salerni/sturtur, t.d. strik á gólfi og 2-metrar á milli strika.
 - d. Þar sem salerni/sturtur eru hlið við hlið í þröngu rými má nýta annað hvert og loka ber hinu ef fjöldi gesta leyfir.
6. Eldunaraðstaða og borðsalur:
 - a. Hafið fljótandi sápu og handspritt við hvern vask og leiðbeiningar til gesta um að þrifa vel eftir sig.
 - b. Skipta þarf ört um borðtuskur og viskustykki og best að hver hópur hafi eigin klúta og merki sínum hópi.
 - c. Ef gestir hafa aðgang að áhöldum, minna þá á að þrifa fyrir og eftir notkun. Best er ef hver hópur komi með eigin áhöld og gangi frá þeim í kassa að notkun lokinni.
 - d. Fjarlægið alla matvöru s.s. kaffi/te, krydd o.þ.h. Gestum er óheimilt að skilja eftir matvæli ætluð þeim sem á eftir koma. Koma þarf upp skilaboðum vegna þessa til gesta.
 - e. Rekstraraðili minnir gesti á að sótthreinsa borð og snertifleti á stólum fyrir og eftir matreiðslu og borðhald.
7. Ganga frá sorpi í lokaða poka og setja í sorptunnu/r skálans.

Hópfreiðabílar

1. Almenn gildir í akstri hópbifreiða að ef ekki er hægt að virða **2 metra** nándarmörk og ferð varir lengur en í 30 mín. skulu bílstjóri og farþegar vera með andlitsgrímu. Börn fædd 2015 og síðar eru undanskilin grímunotkun.
 - ATH: almenn grímuskylda í almenningssamgöngum (strætó).
2. Leiðbeinandi merkingar vegna COVID-19 frá sóttvarnalækni skulu vera við inngang í bifreiðinni (til útprentunar á [íslensku](#) og [ensku](#)).
3. Handspritt skal vera við inngang sem farþegar eiga að nota þegar þeir koma inn í bifreiðina.
4. Farþegar skulu ganga rólega með góðu millibili inn og út úr bifreið.
5. Farþegar skulu sitja dreift um bifreiðina. Þeir sem eru í nánum tengslum mega sitja saman.
6. **Ef verið er að nýta hópbifreið til að flytja farþega sem eru komnir í sóttkví gildir eftirfarandi:**
 - a. Hópbifreið má aðeins flytja helming þess fjölda farþega sem leyfi er gefið fyrir. (Hópbifreið með leyfi fyrir 40 farþega má flytja að hámarki 20 farþega o.s. frv.).
 - b. Öllum ber að vera með andlitsgrímu.

Eitthvað óljóst?

Vinsamlega sendið fyrirspurnir á eftirfarandi netföng:

upplýsingar@ferdamalastofa.is

Covid19@landlaeknir.is

Frekari upplýsingar um COVID-19:

www.covid.is

www.landlaeknir.is

www.ferdamalastofa.is

Viðaukar

1. [Leiðbeiningar til framlínustarfsmanna í atvinnulífinu. Hér má finna leiðbeiningar um þrif á vinnustöðum og farartækjum til fólksflutninga í COVID-19 faraldri.](#)
2. [Starfsleyfiskeyrði fyrir hjólhýsa-, smáhýsa- og tjaldsvæði og önnur starfsleyfiskeyrði.](#)
3. [Lög um hollustuhætti og mengunarvarnir nr. 7/1998.](#)

Reglur þessar eru endurskoðaðar þegar þörf er talin þar á.