

Sammanfattning av Folkhälsomyndighetens rapport om återöppna samhället till ett normalt läge utan restriktioner orsakade av Covid 19

Rapporten lämnades till regeringen torsdagen den 12 maj 2021 och fastställer den plan som Folkhälsomyndigheten (FHM) tagit fram för att svenskarna ska kunna återgå till det vi refererat till "ett normalt" liv.

Planen är indelad i tre steg, i tre olika nivåer 3, 2 och 1. När vi når nivå 1, som FHM beräknar rimligen inträffar i mitten av september kommer de restriktioner som vi idag anser hämmande på våra liv att lyftas. Nivå 2 tror FHM att vi kan vara framme vid någon gång under juni/juli 2021.

Testning och sekvensering tillsammans med smittspårning utgör en central del i beredskapen och behöver finnas kvar en lång tid framöver. Resurser för storskalig testning måste finnas tillgänglig minst fram till våren 2022. I ett läge då en ny virusvariant upptäcks där vaccineffekten är begränsad kan krav på negativt test åter bli aktuellt, vilket är i enlighet med EU-kommissionens förslag om en så kallad nödbroms. I ett läge med generellt lägre smittspridning (nivå 2) skulle screening på platser med lokala utbrott kunna vara en möjlig åtgärd. I ett läge med smittspridning motsvarande nivå 1 bedöms inte screening vara ett relevant verktyg.

Definitioner av de tre nivåerna

Nivå 3;

- Nationellt hårt belastad sjukvård där flera regioner befinner sig i katastrofläge, förstärkningsläge eller stabsläge
- Vård som inte är akut skjuts upp eftersom covid 19-patienterna behöver majoriteten av de resurser som sjukvården kan tillhandahålla
- En majoritet av regionerna har antingen en plåtå, är på en hög nivå eller har ett ökande antal fall
- 14-dagars incidensen är mer än 200 fall per 100 000 invånare

Nivå 2;

- Nationellt har sjukvården i de flesta regionerna goda förutsättningar att klara av vården av covid 19-patienter
- Det är en plåtåfas i smittspridningen på en relativt låg nivå eller ett minskande antal fall i flertalet regioner
- 14-dagars incidensen är mindre än 200 fall per 100 000 invånare
- Smittspridningen ska ha varit stabilt nedåtgående i minst två veckor
- Totalt antal patienter i slutenvården på grund av covid 19 är färre än 300
 - Var av färre än 70 patienter är i behov av intensivvård
- Fler än 50% i befolkningen över 18 år har fått minst en dos vaccin

Nivå 1;

- Få patienter är inlagda med covid 19, få individer bekräftas smittade med covid 19 och/eller mindre utbrott förekommer
- 14-dagars incidensen är färre än 50 fall per 100 000 invånare
- Smittspridningen ska ha varit stabilt nedåtgående i minst två veckor
- Totalt antal patienter i slutenvården på grund av covid 19 är färre än 100
 - Var av färre än 25 patienter är i behov av intensivvård
- Fler än 70% i befolkningen över 18 år har fått minst en dos vaccin

Plan för avreglering av nu rådande restriktioner

Alla åtgärder kommer inte att justeras samtidigt då många förändringar samtidigt riskerar att öka smittspridningen. De nu gällande smittskyddsåtgärderna behöver finnas kvar under ytterligare en tid fram till hösten 2021 för att inte riskera en ökad smittspridning. FHM bedömer att de flesta regleringar i förordningar och föreskrifter kan upphöra inom nivå 1.

Nivå 3;

Maxantal för allmänna sammankomster och offentliga tillställningar				
Inomhus	Inomhus Sittande	Utomhus	Utomhus sittande	Motionslopp
8	50	100	500	150

- Maxantalet på handelsplatser, gym mm aldrig får överstiga 500 personer tas bort
- Krav på att handla ensam tas bort
- Regelverk om att endast en person per sällskap tillåts besöka serveringsställen på handelsplats kan upphöra
- Serveringsställenas öppettider kan justeras på så sätt att de kan hålla öppet till 22.30
- Rådet till föreningar för idrott, kultur och fritid lättas upp på sådant sätt att även vuxna kan genomföra enstaka matcher och tävlingar utomhus samt att läger för barn- och unga i mindre skala kan anordnas. Vidare anpassas rådet så att mindre cuper och tävlingar tillåts för barn- och unga både utom- och inomhus.
- Kravet på negativt covid-19 test, vid inresor från EES-stater och vissa andra stater till Sverige för utländska medborgare bedöms kunna tas bort

Nivå 2;

Maxantal för allmänna sammankomster och offentliga tillställningar				
Inomhus	Inomhus Sittande	Utomhus	Utomhus sittande	Motionslopp
50	300	600	3 000	900

- Deltagarbegränsningen för privata sammankomster höjs till max 50 personer
- Smittskyddsåtgärder och begränsning avseende långväga kollektivtrafik tas bort helt
- Kommunernas möjligheter att förbjuda vistelse på vissa platser upphör helt
- Bestämmelser om maxantal och 10kvm per person kan tas bort. Det kommer fortsatt vara viktigt med åtgärder för att undvika trängsel
- Kravet på nöjesparker, djurparker mm ska beräkna maxantalet baserat på 20kvm per person kan tas bort. Det kommer fortsatt vara viktigt med åtgärder för att undvika trängsel

- Regler för tivolianordningar och detaljerade råd om hur man ska sitta i åkattraktioner, tex 4 per sällskap och en meter i varje riktning mellan sällskap kan tas bort. Trängsel skall dock fortsatt förhindras.
- De förändringar som reglerar smittskyddsåtgärder vid marknader, stadigvarande tivolinöjen, motionslopp och andra allmänna sammankomster och offentliga tillställningar som FHM remitterade den 4 maj 2021 har i skrivande stund ännu inte trätt i kraft. Dessa regleringar kommer dock att kunna anpassas i linje med övrigt, tex anpassas åtgärder för utrymme per besökare i linje med motsvarande inom- och utomhusmiljöer. Storlek och avstånd mellan sällskap anpassas i linje med reglering av serveringsställen.
- Regler som innebär att mat och dryck endast får serveras till sittande gäster lättas på sådant sätt att detta bara gäller vid servering inomhus. Detsamma gäller vid bufféer och liknande. Trängsel skall dock fortsatt undvikas
- Reglering att konserter mm på serveringsställen endast får genomföras för sittande besökare lättas på sådant sätt att detta bara gäller inomhusevenemang.
- Regler om att avståndet mellan sällskap ska vara minst en meter och att sällskap endast får utgöras av fyra personer, lättas på så att detta bara gäller inomhus
- Regler om allmänna smittskyddsåtgärder såsom handtvätt och information till besökare och personal behålls utan ändring.
- Regler om serveringsställets öppettider tas bort
- Regeringen förordning om tillfälligt förbud mot servering av alkohol som reglerar att servering av spritdrycker, vin, starköl och andra jästa alkoholdrycker eller alkoholdrycksliknande preparat är förbjuden kan upphävas och därmed regleras inte restaurangernas öppettider eller tillstånd att servera alkohol på utifrån risk för smittspridning av covid 19

Enskilda

- Rådet om att begränsa nya nära kontakter tas bort.
- Råden om att undvika butiker m.m. och att handla ensam tas bort. Det är fortsatt viktigt att undvika trängsel.
- Rådet om att undvika nya kontakter vid längre resor tas bort.
- Rådet om munskydd i kollektivtrafiken under rusningstid tas bort.
- Rådet till enskilda om idrotts- och fritidsaktiviteter tas bort i sin helhet.

Verksamheter

- Rådet om att arbetsplatser ska skjuta upp eller använda digitala alternativ till tjänsteresor och konferenser lättas upp på så sätt att dessa kan genomföras men utan trängsel.
- Rådet om distansundervisning för vuxenutbildning tas bort i sin helhet.
- Rådet till kollektivtrafiken lättas på så sätt att rådet om att begränsa antalet passagerare per fordon tas bort.
- Rådet till föreningar som innebär att möten, stämmor m.m. bör ställas in, skjutas upp eller genomföras på distans, lättas upp på sådant sätt att dessa möten kan ske men utan trängsel.
- Rådet till föreningar för idrott, kultur och fritid tas bort i sin helhet.

Nivå 1;

Maxantal för allmänna sammankomster och offentliga tillställningar				
Inomhus	Inomhus Sittande	Utomhus	Utomhus sittande	Motionslopp
Inget tak	Inget tak	Inget tak	Inget tak	Inget tak

- Deltagarbegränsningen för privata sammankomster tas bort
- Kraven begränsa antalet besökare och utforma sina lokaler inomhus så att trängsel undviks kan fasas ut. Detta gäller gym- och sportanläggningar, museer och konsthallar samt nöjesparker, djurparker, temaparker och liknande anläggningar och slutligen handelsplatser.
- Bestämmelser om att besökare ska kunna håll ett från smittskyddssynpunkt säkert avstånd, att in- och utpassage kan ske på ett sådant sätt att trängsel undviks samt bestämmelser om att gallerior och varuhus ska vidta åtgärder för att kunder uppehåller sig på inomhusområden fasas ut
- Föreskriften som reglerar gym och sportanläggningar, badhus och handelsplatser (Beräkna det maximala antalet kunder eller besökare som får vistas i verksamhetens lokaler inomhus samtidigt, skriftligt dokumentera maxantalet och hur beräkningen enligt har gjorts, tydligt anslå maxantalet, säkerställa att maxantalet – 10kvm per besökare - inte överskrids, informera sina kunder och besökare om hur smittspridning kan undvikas, erbjuda sina besökare och kunder möjlighet att tvätta händerna med tvål och vatten eller erbjuda handdesinfektion, skriftligt dokumentera de övriga smittskyddsåtgärder som verksamheten har vidtagit, följa upp de vidtagna smittskyddsåtgärderna och hålla sig informerade om särskilda rekommendationer från Folkhälsomyndigheten och den regionala smittskyddsläkaren), bedöms kunna upphöra i sin helhet.
- Föreskriften som reglerar Gallerior, köpcentrum och varuhus ska spärra av eller ta bort möblemang och utrustning på inomhustorg och andra liknande områden där människor samlas, bedöms kunna upphöra i sin helhet.
- Utifrån kunskapsläget avseende risker med stora evenemang inomhus kommer eventuellt viss beredskap för att återinföra vissa regleringar av dessa typer av sammankomster vara nödvändiga. Det kan tex handla om andel av maxkapacitet och avstånd mellan besökare.
- Upphör att gälla i sin helhet gör föreskriften som reglerar att den som driver ett serveringsställe ansvarar för att serveringsställets lokaler och tillhörande områden utomhus som besökare har tillträde till är utformade så att trängsel undviks och att besökare kan hålla ett från smittskyddssynpunkt säkert avstånd från varandra, att verksamheten i övrigt organiseras så att smittspridning bland besökare så långt som möjligt förhindras och att det finns rutiner för hur smittspridning bland besökare kan förhindras.
- Att serveringsställens öppettider ska begränsas upphör.
- Rådet om att undvika trängsel tas bort.
- Råd om att hellre umgås utomhus än inomhus tas bort.
- Råd om en god handhygien tas bort. En god handhygien får anses rymmas inom skyddsplikten i smittskyddslagen i ett normalläge och behöver inte särskilt poängteras när nivå 1 har nåtts.
- Det som kvarstår i föreskriften och de allmänna råden är således råd om att stanna hemma vid symtom.
- Skolorna bedriver enbart närundervisning
- Användningen av munskydd för att skydda omsorgstagare och patienter mot smitta endast tas bort

Vad betyder de föreslagna anpassningarna för individen?

Inom nivå 3

- Offentliga tillställningar och allmänna sammankomster kommer att tillåtas i begränsad omfattning med åtgärder för att minska risken för smittspridning. Det kommer alltså att finnas större möjlighet att utöva de grundläggande fri- och rättigheterna men även att gå på, och delta i, kultur- och idrottsevenemang.
- Rekommendationen om att stanna hemma och testa sig oavsett symtom efter resor inom EU/EES tas bort.
- Läger för barn- och unga möjliggörs liksom enstaka matcher och tävlingar för vuxna. Mindre cuper och tävlingar möjliggörs för barn- och unga oavsett om det är inom- eller utomhus.

Inom nivå 2

- Justeringar i deltagarantal och föreskrifter som styr olika typer av verksamheter lättas upp vilket ökar individens möjligheter att delta i evenemang och besöka t.ex. butiker, nöjesparker, handelsplatser och restauranger. Det kommer fortsatt att vara viktigt att undvika trängsel.
- Det blir tillåtet att hyra en lokal för t.ex. en fest för 50 deltagare.
- Umgänge utanför den närmsta kretsen möjliggörs, rekommendationen är dock fortsatt att det är bättre om umgänget sker utomhus om möjligt.
- Råd om att undvika nya nära kontakter när man reser tas bort. Resan bör fortsatt ske smittsäkert.
- Råd om att undvika inomhusmiljöer med risk för trängsel tas bort, liksom rådet om att handla ensam.
- Rekommendationen om munskydd i kollektivtrafiken tas bort.
- Råd riktade till föreningar om att skjuta upp t.ex. årsmöten tas bort. Möten och aktiviteter bör även fortsättningsvis ske utan risk för trängsel.
- Råd riktade till idrotts- och kulturföreningar tas bort, det blir därmed möjligt att ha normal tränings och mötesverksamhet samt att arrangera tävlingar, matcher, cuper och läger. Det är fortsatt viktigt att undvika trängsel även i de här sammanhangen.
- Rådet riktat till kommunal vuxenutbildning, lärosäten och andra som erbjuder utbildningar för vuxna om att bedriva undervisning på distans tas bort.

Inom nivå 1

- All reglering bedöms kunna försvinna inom nivå 1, det gäller både för individer och verksamheter. Det som kommer att kvarstå inom nivå 1 är råden om att stanna hemma vid symtom samt att de som inte är vaccinerade ska testa sig vid symtom.