

Rekommendation om frivillig karantän efter inresa till Åland från riskområde utomlands

(Reviderad 20.5.2021)

- **Ålands landskapsregering rekommenderar frivillig karantän i sju (7) dygn efter inresa till Åland från ett riskområde utomlands.**
- **Du är välkommen till avgiftsfritt covid-19 test inom 24 timmar efter inresa från riskområde även om du inte har symtom (och även om du testats innan resan).**
- **Ett negativt covid-19 test innan eller efter inresa förkortar inte den rekommenderade karantäntiden.**

Instruktioner för Covid-19 testning efter inresa till Åland

Om du får symtom på covid-19 efter inresa

Ta direkt kontakt med Ålands hälso- och sjukvård (ÅHS), närmare anvisningar finns på ÅHS webbplats ahs.ax. ÅHS Coronatelefon, telefonnummer +358 18 535 313

- Öppen på vardagar kl. 8-16, lördagar, söndagar och helgdagar kl. 9-15.
- Vid akuta, svåra symtom, ring 112!

Om du inte har symtom

- Om du har vistats i miljöer där det varit svårt att hålla ett säkert avstånd till andra är du välkommen att testas även om du inte har symtom. Testning bör göras inom ett dygn från inresan.
- Testning är särskilt relevant om du är undantagen från rekommendationen om frivillig karantän eller om du under den frivilliga karantänen inte kan undvika att vara nära andra personer (till exempel om du spenderar karantäntiden i samma hushåll som andra), speciellt personer som tillhör en riskgrupp.
- Om du är fullt vaccinerad eller haft covid-19 infektion de senaste sex (6) månaderna behöver du endast testa dig vid symptom.

Definition av riskområde: Riskområden definieras av Institutet för hälsa och välfärd (THL) baserat på länders 14-dagars incidens av covid-19. För aktuell information om riskområden se [THL:s information om resor och coronaviruspandemin](#).¹

Detta gäller under frivillig karantän

- Undvik närkontakt med andra.
- Gå inte till arbetsplatsen om det inte går att undvika närkontakt. Kom överens med din arbetsgivare om vilket tillvägagångssätt ni ska ha under den frivilliga karantäntiden.
- Barn bör undvika att delta i barnomsorg eller grundskola. Kom överens med utbildningsanordnaren om specialarrangemang för undervisningen.
- Undvik att använda kollektivtrafik.
- Undvik alla aktiviteter där nära kontakt med andra är svåra att undvika så som restaurangbesök, evenemang, fritidsaktiviteter och privata tillställningar.
- Nödvändig vistelse utanför hemmet är möjlig. Individerna avgör själv vad som är nödvändig vistelse utanför hemmet. Kom dock ihåg att vid vistelse utanför hemmet hålla ett tillräckligt säkerhetsavstånd och använd munskydd när det inte går att hålla ett säkert avstånd inomhus.

Undantag från rekommendation om frivillig karantän efter inresa till Åland från riskområde

- Tidigare genomgången covid-19 infektion som verifierats med PCR- eller antigen test, om det har gått mindre än sex (6) månader sedan symtomen började i den första covid-19 infektionen.
- Personer som är vaccinerade mot covid-19 med två doser.
- Personer med tidigare genomgången covid-19 infektion som verifierats med PCR- eller antigen test som fått en dos vaccin mot covid-19 inom sex (6) månader sedan den första covid-19 infektionen (oavsett tidpunkten för den tidigare covid-19 infektionen).
- Nödvändiga arbetsrelaterade resor där karantän skulle innebära ett uppenbart hinder.
- Nödvändiga resor för utbildning där karantän skulle innebära ett uppenbart hinder (t.ex. studierelaterade praktikplatser utomlands och utbildningar på Åland).
- Nödvändiga resor relaterade till viktiga familjeangelägenheter där karantän skulle innebära ett uppenbart hinder (t.ex. barn och vårdnadshavare som reser för lagstadgad umgängesrätt).
- Resor för sjuk- eller tandvård som inte kan vänta där karantän skulle innebära ett uppenbart hinder.

Det är i det enskilda fallet upp till individen själv att avgöra om resan omfattas av undantagen om nödvändiga resor och viktiga familjeangelägenheter.

¹ <https://thl.fi/sv/web/infektionssjukdomar-och-vaccinationer/aktuellt/aktuellt-om-coronaviruset-covid-19/resor-och-coronaviruspandemin>