

# Rekommendation om frivillig karantän efter inresa till Åland från riskområde

**Ålands landskapsregering rekommenderar frivillig karantän efter inresa till Åland från ett riskområde, även om resan gått via ett land som inte klassificerats som ett riskområde.**

**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](#).<sup>1</sup>

## Den frivilliga karantänens längd

- Frivillig karantän efter inresa från riskområde till Åland rekommenderas i sju (7) dygn.
- Inget coronatest erbjuds för symtomfria på Åland med syfte att förkorta karantäntiden.

## 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.

---

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

---

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

- Personalgrupper som är nödvändiga med tanke på försörjningsberedskapen. Se [Myndigheternas bedömning av nödvändiga arbetsuppgifter \(Arbets- och näringsministeriet\)](#)<sup>2</sup>
- Alla arbetsrelaterade resor till och från Sverige samt Estland.
- Nödvändiga resor för utbildning till och från Sverige samt Estland där karantän skulle innebära ett hinder (t.ex. studierelaterade praktikplatser utomlands och utbildningar på Åland för personer som reser in från riskområde).
- Resor relaterade till viktiga familjeangelägenheter där karantän skulle innebära ett hinder (t.ex. barn som reser för lagstadgad umgängesrätt).
- Andra nödvändiga resor där karantän skulle innebära ett hinder (t.ex. för sjuk- eller tandvård).
- Inresa via ett riskområde från ett land som inte klassificerats som riskområde (transit).

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

### Om du får symtom på covid-19

Ta kontakt med Ålands hälso- och sjukvård (ÅHS), [närmare anvisningar finns på ÅHS webbplats](#)<sup>3</sup>.

ÅHS Coronatelefon, telefonnummer +358 18 535 313

- Öppen på vardagar kl. 8-16, lördagar, söndagar och helgdagar kl. 9-15 för personer som mår dåligt och uppvisar måttliga eller allvarliga symtom.
- Via ÅHS Coronatelefon kan du endast få svar på frågor gällande coronaviruset, symtom och vård.
- Är det upptaget kan du ringa sjukvårdsupplysningen, telefonnummer +358 18 538 500. Vid akuta problem ring 112!

### Ytterligare upplysningar

Ålands landskapsregerings informationstelefon, telefonnummer +358 18 25572 och +358 18 25573 samt per e-post [infotelefonen@regeringen.ax](mailto:infotelefonen@regeringen.ax)

För frågor om gränsöverskridning hänvisar landskapsregeringen till Gränsbevakningsväsendet: [raja.fi/coronaviruset](http://raja.fi/coronaviruset)

<sup>2</sup> <https://tem.fi/sv/fragor-och-svar-corona-och-arbetskraftens-rorlighet>

<sup>3</sup> <https://www.ahs.ax/nyheter/vem-ska-soka-vard-vid-forkylningssymtom>