



Man som tvättar händerna. FOTO: Mostphotos

## Rekommendationer för bra och säker verksamhet inom PRO, Pensionärernas riksorganisation.

Från och med den 1 juni lättar restriktionerna för allmänna sammankomster och offentliga tillställningar. Det gäller även PRO:s verksamhet.

Regeringen har beslutat att från och med den 1 juni gäller följande:

- Inomhus kan 50 personer träffas om anvisade sittplatser kan erbjudas, annars gäller 8 personer.
- Utomhus kan 100 personer träffas, om anvisade sittplatser finns kan 500 personer träffas.
- 150 personer kan delta i motionslopp eller liknande idrottstävlingar.

Folkhälsomyndigheten kommer att kunna ha möjlighet att besluta om sänkta deltagartak regionalt. Länsstyrelserna har även fortsatt möjlighet att i enskilda fall besluta om begränsningar av evenemang om det förekommer en omfattande smittspridning eller om det på goda grunder kan förutses.

Det är viktigt att ni följer myndigheternas information eftersom restriktionerna kan komma att ändras beroende på smittläget.

Är ni osäkra ta kontakt med smittskyddsläkaren i er region. Läs gärna mer på bifogad länk

[Restriktioner och förbud - Krisinformation.se](https://www.krisinformation.se)

Ta hand om er.

För frågor kontakta gärna förbundssekreterare Johanna Hållén,  
johanna.hallen@pro.se

*Text uppdaterad 20/5 2021.*

Fram till dess gäller fortsatt rekommendationen från den 18 november 2020. Var uppmärksam på att det kan finnas särskilda rekommendationer för er region – ta kontakt med regionens smittskyddsläkare om ni är osäkra.

#### **Folkhälsomyndighetens rekommendationer för vaccinerade:**

Följande råd och rekommendationer är anpassade för dig som är vaccinerad med en dos och låtit tre veckor passera:

- Du kan träffa friska människor från några olika hushåll och även inomhus. Du kan krama ditt barn och barnbarn, förutsatt att de inte har några symtom. Att umgås med människor utanför sin mindre krets kan innebära att personer med riskfaktorer liksom ovaccinerade ingår i umgänget. Det finns också en risk att personer som ovetande bär på smitta blir en del av det. Därför är det fortsatt viktigt att tänka på att skydda personer i umgängeskretsen som ingår i en riskgrupp genom att följa råden om hur du skyddar dig själv och andra.
- Du som tillhör en riskgrupp, och inte kunnat jobba eftersom arbetet förutsätter att du är på plats, kan gå tillbaka till arbetsplatsen. Det kan behövas en individuell bedömning av läkare beroende på riskgrupp, till exempel om du har en diagnos som kan påverka hur du svarar på vaccinet.
- Du kan känna dig trygg med att röra dig lite friare i samhället, t.ex. besöka butiker, gå till hårfrisören och gå på hälsokontroll. Men det är viktigt att du inte bidrar till att skapa trängsel i offentliga miljöer, butiker, arbetsplatser och andra lokaler. Undvik även att resa med allmänna färdmedel under rusningstid.
- Du behöver inte stanna hemma även om en person i ditt hushåll har covid-19. Du kan till exempel tillåtas att arbeta på plats om du inte kan arbeta hemma. Information om detta kommer från vårdgivaren.

**För personer som ännu inte blivit vaccinerade rekommenderar PRO distrikt, samorganisationer och föreningar att avstå inomhusverksamhet. Men träffas gärna ute i grupper om högst åtta.**

Smittläget har försämrats i Sverige under de senaste veckorna. Till följd av detta meddelade regeringen i höstas skärpta restriktioner för alla åldersgrupper i hela landet. Från riksorganisationens sida uppmanar vi samtliga PRO-distrikt, samorganisationer och föreningar att ta dessa oroande signaler på största allvar. Icke-vaccinerade ska därför fortsatt avstå från inomhusaktiviteter.

Oavsett vaccinerad eller inte ska alla som träffas inomhus och utomhus vara friska, tvätta händerna och hålla säkert avstånd.

Det är nödvändigt att vi håller i och håller ut så att vi så snart som möjligt kan få träffas i ordinarie PRO-verksamhet.

Ta hand om er.

För frågor kontakta gärna förbundssekreterare Johanna Hållén,  
[johanna.hallen@pro.se](mailto:johanna.hallen@pro.se)

#### **Rekommendationen från den 18 november 2020:**

Smittläget har försämrats i Sverige under de senaste veckorna. Till följd av detta meddelade regeringen den 16 november skärpta restriktioner för alla åldersgrupper i hela landet. Från riksorganisationens sida uppmanar vi samtliga PRO-distrikt, samorganisationer och föreningar att ta dessa oroande signaler på största allvar och avstå från inomhusaktiviteter.

Vi hoppas att ni i denna svåra tid hittar alternativa sätt att träffas - ring varandra, möts digitalt över en fika eller middag, umgås gärna utomhus om ni inte är fler än åtta personer och alla är friska, tvättar händerna och håller säkert avstånd. Även för utomhusaktiviteter är det viktigt att följa Folkhälsomyndighetens allmänna råd och eventuella lokala/regionala restriktioner.

Det är nödvändigt att vi håller i och håller ut så att vi så snart som möjligt kan få träffas i ordinarie PRO-verksamhet.