

Genåbningen fortsætter

Pr. 21. april 2021 fortsætter
genåbningen af Danmark.

→ Bemærk, at indholdet i denne pjece afspejler gældende regler og tiltag på
udgivelsestidspunktet. Find altid den nyeste information på coronasmitte.dk

Genåbningen fortsætter – næste fase gælder fra 21. april 2021

Pr. 21. april 2021 fortsætter genåbningen af Danmark. Det omfatter bl.a. genåbning af store indkøbscentre og stormagasiner for almindelig handel, genåbning af restauranter, caféer mv. samt åbning af museer, kunsthaller og biblioteker. Der åbnes endvidere for indendørs idræt i organiseret regi for børn og unge under 18 år og personer over 70 år, for daghøjskoler samt for foreningsliv, musik- og kulturskoler samt andre kunstskeoler og grundkurser på kunstområdet for børn og unge under 18 år. Ved indendørs servering, kulturaktiviteter og idræt for personer over 70 år vil der være krav om fremvisning af gyldigt coronapas. Forsamlingsforbuddet hæves til 10 personer indendørs og 50 personer udendørs.

Den kommende genåbning kommer i forlængelse af de seneste ugers gradvise ud-fasning af restriktioner. Genåbningen sker på baggrund af en sundhedsfaglig vurdering fra Statens Serum Institut (SSI), hvor der vurderes at være rum for yderligere genåbning, som dog anbefales fortsat at ske forsigtigt og trinvis.

Smitten i Danmark har i den seneste tid været stabil med et kontakttal på ca. 1. Sideløbende har man flere steder i Europa, herunder bl.a. Sverige, oplevet en tredje bølge af smitte med et generelt højere smittetryk end Danmark.

Smitteudviklingen kan påvirkes i begge retninger af flere faktorer, herunder sæson-effekten på smitteforekomsten, udrulning af COVID-19 vaccinationsprogrammet, effekten af udbredt screening ved hjælp af test samt brug af coronapas.

Rammeaftale om plan for genåbning

Aftale om udmøntning af genåbning per 21. april 2021 af 15. april 2021 kommer i forlængelse af "Rammeaftale om plan for genåbning af Danmark" af 22. marts 2021, der blev indgået mellem Regeringen, Venstre, Dansk Folkeparti, Socialistisk Folkeparti, Radikale Venstre, Enhedslisten, Det Konservative Folkeparti, Liberal Alliance samt Alternativet.

Planen for genåbning af Danmark skitserer en række faser med 14 dages intervaller. Inden hver fase laves en faglig vurdering ved Statens Serum Institut, ligesom aftal-partierne – med udgangspunkt i den aftalte faseplan – inden hver faseovergang vil aftale det præcise indhold i fasen på baggrund af udviklingen i epidemien. De politiske drøftelser betyder, at planen både kan blive fremrykket og forskudt.

Gradvis genåbning

Oversigt over lempelser, restriktioner og tiltag fra 21. april 2021

Flere dele af samfundet kan genåbne fra 21. april 2021



- Forsamlingsloftet hæves indendørs til 10 og udendørs til 50.
- Indkøbscentre, stormagasiner, arkader mv. på 15.000 m² eller derover.
- Restauranter og cafeer mv. med coronapas
- Museer, kunsthaller samt biblioteker.
- Indendørs idræt i organiseret regi for børn og unge under 18 år.
- Indendørs idræt i organiseret regi for personer over 70 år.
- Foreningsliv, musik- og kulturskoler samt andre kunstsikoler og grundkurser på kunstområdet for børn og unge under 18 år.
- Lempelser på skole- og uddannelsesområdet, særligt hvor smitten er lav.

Gældende tiltag

Grundskoler, ungdoms- og voksenuddannelser mv.

- Børnehaveklasse til og med 4. klassetrin har fuldt fremmøde.
- Elever fra 5.-8. klasse har 50 procent fremmøde indendørs og må yderligere møde frem til udendørs undervisning i de resterende 50 procent af deres fremmøde.
- Elever fra 9.-10. klasse har 50 eller 80 pct. fremmøde afhængig af landsdel.
- Efterskoler, frie fagskoler og kostafdelinger på fri- og privatskoler og grundskoleområdet har fuldt fremmøde
- Elever på ungdoms- og voksenuddannelserne må fremmøde mellem 50 og 100 procent afhængig af elevgruppe, uddannelsesstype og landsdel.
- Der gælder en række forskellige smitteforebyggende tiltag, herunder anbefalinger og krav om test.

Videregående uddannelser

- Afgangsstuderende på videregående uddannelser med mange praksiselementer er tilbage med 50 pct. fysisk fremmøde (hver anden uge).
- I Nordjylland, Østjylland, Vestjylland, Sydjylland, Fyn samt Vest- og Sydsjælland kan øvrige studerende vende tilbage med 30 pct. fysisk fremmøde.
- I samme landsdele åbnes for mulighed for anvendelse af udendørsarealer på videregående uddannelser til undervisningsbrug.
- I landsdelene i Hovedstadsområdet kan studerende fortsat møde med 20 pct. fremmøde.
- Der er i hele landet fortsat mulighed for, at studerende – med smittereducerende tiltag – kan møde fysisk i fx studiegrupper, læsegrupper og på biblioteker mv. på deres uddannelsesinstitutioner.
- Der er krav om mundbind/visir, test mv.

Dagtilbud

- Dagtilbud er åbne.
- Aflevering og afhentning af børn bør foregå udendørs samt fx ved forskudt mødetid.
- Forældre og andre besøgende på 12 år eller derover skal bære mundbind/visir indendørs

Sport og fritid

- Der er åbnet for udendørs idræts- og foreningsliv med et forsamlingsloft på 50 personer.
- Der er åbnet for indendørs idræt i organiseret regi for børn og unge under 18 år. Der er forsamlingsloft på 25 personer.
- Der er åbnet for indendørs idræt i organiseret regi for personer over 70 år med coronapas og forsamlingsloft på 10 personer.
- Indendørs idræt for øvrige voksne er lukket.

Restauranter, caféer mv.

- Indendørs servering er åbnet med krav om coronapas og forudgående bordbestilling.
- Udendørs servering på restauranter og cafeer mv. er åbnet uden coronapas.
- Restauranter og caféer mv. skal holde lukket for gæster mellem kl. 23 til kl. 5, sidste udskænkning af alkohol er kl. 22.
- Der er krav om anvendelse af mundbind/visir for gæster indendørs. Dette gælder dog ikke når gæsten sidder ned. Der er ikke mundbind/visirskrav ved udendørs servering.

Rejser

- Alle ikke-nødvendige rejser til og fra orange lande og regioner frarådes.
- Der stilles krav om test og isolation efter indrejse til Danmark. Personer, der rejser fra gule lande og regioner eller rejser fra egen ødegård i Norden, undtages fra isolation.
- Erhvervsrejser betragtes som nødvendige rejser og kan gennemføres til orange lande/regioner. Erhvervsrejsende til et orange land/region er undtaget fra krav om isolation i arbejdstiden.

Folkekirken og andre trosamfund

- Der kan afholdes udendørs gudstjenester og religiøse handlinger for op til 50 personer
- Anbefalingerne om varighed og sang ved indendørs gudstjenester og kirkelige handlinger lempes, og arealkravet for folkekirken og andre trosamfund lempes.

Kultur og folkeoplysning

- Museer, kunsthaller samt biblioteker er åbne. Der er krav om coronapas.
- Kulturinstitutioner som eksempelvis zoologiske anlæg, forlystelsesparker mv. er åbne. Der er krav om coronapas. Indendørs faciliteter er fortsat lukkede.
- Andre lokaler, hvor der udøves kulturaktiviteter, fx konferencer, spillesteder, teatre og biografteater er fortsat lukkede.
- Indendørs foreningsliv, musik- og kulturskoler samt andre kunstsikoler og grundkurser på kunstområdet åbner for børn og unge under 18, uden coronapas med forsamlingsloft på 25 personer. Genåbningen omfatter ikke sangaktiviteter.
- Daghøjskoler og seniorhøjskoler åbner med krav om test.

Butikker og service

- Detailhandlen er åben med arealkrav og krav om brug af mundbind/visir.
- Liberale serviceerhverv, fx frisører, er åbne med krav om coronapas og brug af mundbind/visir.

Arbejdsliv

- Det anbefales, at alle, der går på arbejde og møder fysisk ind og omgås andre, testes ugentligt.
- Offentligt ansatte, der ikke varetager kritiske funktioner, opfordres til at arbejde hjemme.
- Private arbejdsgivere opfordres kraftigt til at sikre, at medarbejdere, der har mulighed for at varetage deres arbejde uden fysisk fremmøde på arbejdspladsen, gør dette.

Forsamlingsforbud og generelle råd og regler gælder fortsat



- Det anbefales at være maks. 10 personer i private hjem.
- Der er forsamlingsloft på 10 personer indendørs og 50 personer udendørs.
- Hold 2 meters afstand når muligt og altid mindst 1 meter.
- Mange steder skal du bruge mundbind eller visir, fx i butikker, offentlig transport og ved hente-bringe-situationer i dagtilbud og på skoler.
- Husk at vaske dine hænder tit eller brug håndsprit
- Husk jævnlige test og anvendelse af coronapas.

Lokale nedlukninger når smitten er høj

Der kan lokalt ske nedlukninger af bl.a. uddannelsesinstitutioner, lokaler og lokaliteter, hvor der udøves kulturaktiviteter, samt lokaler, hvor der udøves idræts-, fritids-, og foreningsaktiviteter, hvis der konstateres et højt smittetryk.

Find det fulde overblik og gældende anbefalinger og tiltag på coronasmitte.dk

Restauranter, caféer mv. åbner

Fra 21. april 2021 vil det igen være muligt at gå på café, restaurant mv. Der åbnes for indendørsservering med forudgående bordreservation og coronapas samt arealkrav. Der åbnes for udendørsservering uden krav om coronapas. Lokale nedlukninger i sogne og kommuner kan forekomme.

Fra 21. april 2021 åbnes der igen op for restauranter, caféer mv. Genåbningen af indendørsservering er fremrykket til 21. april 2021. Et besøg på en indendørs café eller restaurant kræver forudgående bordbestilling tidsmæssigt adskilt (min. 30 min.) fra ankomsten til det indendørs serveringssted. Ved udendørsservering vil der ikke være krav om brug af coronapas eller krav om forudgående bordbestilling.

Når der igen åbnes op for servering på caféer og restauranter mv., vil der ved indendørsservering være et arealkrav på 4 m² per gæst. Dog er arealkravet 2m², hvis kunderne i det væsentlige sidder ned. Der gælder ikke et arealkrav eller krav om mundbind eller visir for udendørs serveringssteder. Det anbefales, at personalet ved restauranter, cafeer mv., der møder fysisk ind og omgås andre, testes ugentligt.

Restauranter, caféer mv.



- Restauranter og caféer mv. skal holde lukket for offentligheden i perioden fra kl. 23 til kl. 5. Sidste udskænkning af alkohol må ikke ske senere end kl. 22.
- Der åbnes for udendørsservering på restauranter, cafeer mv. uden coronapas.
- Der åbnes for indendørsservering på restauranter og cafeer mv. med forudgående bordbestilling, krav om coronapas og krav om mundbind eller visir, når kunden ikke sidder ned.
- Arealkrav på 4 m² pr. siddende kunde, dog 2 m² hvis kunder i det væsentlige sidder ned.
- Der gælder ikke et arealkrav eller krav om mundbind eller visir for udendørsservering.
- Det anbefales, at personalet, der møder fysisk ind og omgås andre, testes ugentligt.

Uddannelse og skole

Der åbnes yderligere for skoler og uddannelse i dele af landet med lavt smitteniveau. Hertil kommer, at 5.-8. klasser i grundskolen får mulighed for fysisk fremmøde udendørs i de uger, hvor der ikke er adgang til indendørs undervisning. Der gælder fortsat anbefalinger og krav om brug af test samt andre smitteforebyggende tiltag. Lokale nedlukninger er fortsat gældende.

Fra 21. april 2021 åbnes der for yderligere fysisk fremmøde for elever og studerende.

Hele landet

5.-8. klasser er allerede tilbage med fysisk fremmøde hver anden uge. Nu åbnes der for, at eleverne i 5.-8.- klasse også får mulighed for fysisk fremmøde udendørs i de uger, hvor der ikke er adgang til indendørs undervisning.

Nordjylland, Østjylland, Vestjylland, Syddanmark, Fyn samt Vest- og Sydsjælland

Genåbningen af uddannelse og skole kan i større grad ske i en række landsdele - Nordjylland, Østjylland, Vestjylland, Syddanmark, Fyn samt Vest- og Sydsjælland - hvor smitteniveauet er lavere end i landsdelene i Hovedstadsområdet. I Nordjylland, Østjylland, Vestjylland, Syddanmark, Fyn samt Vest- og Sydsjælland genåbnes der for:

- 80 pct. fremmøde for afgangselever i grundskoler samt på ungdoms- og voksenuddannelser.
- 100 pct. fremmøde på erhvervsuddannelser.
- 30 pct. fysisk fremmøde for studerende på videregående uddannelser og mulighed for anvendelse af udendørsarealer på videregående uddannelser til undervisningsbrug.

Genåbningen sker på samme vilkår som tidligere genåbning. Der gælder således fortsat anbefalinger og krav om brug af test samt andre smitteforebyggende tiltag. Der kan lokalt være nedlukninger af uddannelsesinstitutioner

Nationale og geografisk differentierede lempelser på skole- og uddannelsesområdet



Nationale lempelser

- *5.-8. klasse i grundskolen får mulighed for udendørs fremmøde i de uger, hvor der ikke er adgang til indendørs undervisning. Der er fortsat en kraftig opfordring til to ugentlige test.
- Daghøjskoler og seniorhøjskoler genåbnes i hele landet med krav om test.

*Der gælder allerede yderligere lempelser på skole- og uddannelsesområdet på Bornholm og ikke brofaste øer, hvorfor disse ikke omfattes af lempelserne for 5.-8. klasse.

Geografisk differentierede lempelser

	Gældende i Nordjylland, Østjylland, Vestjylland, Sydjylland, Fyn samt Vest- og Sydsjælland per 21. april 2021	Gældende København, Københavns omegn, Nordsjælland og Østsjælland per 21. april 2021.	Gældende på Bornholm og ikke brofaste øer per 21. april 2021.
Afgangselever i grundskoler	Afgangselever i grundskoler kan vende tilbage med 80 pct. fysisk fremmøde.	Afgangselever i grundskoler er tilbage med 50 pct. fysisk fremmøde.	Afgangselever i grundskolen (og alle øvrige klassetrin i grundskoler) på Bornholm og ikke brofaste øer er tilbage med 100 pct. fysisk fremmøde.
Ungdoms- og voksenuddannelser	Afgangselever på ungdoms- og voksenuddannelser kan vende tilbage med 80 pct. fysisk fremmøde. Ikke-afgangs elever er tilbage med 50 pct. fysisk fremmøde.	Alle elever på ungdoms- og voksenuddannelser er tilbage med 50 pct. fysisk fremmøde.	Alle elever på ungdoms- og voksenuddannelser på Bornholm er tilbage med 100 pct. fysisk fremmøde. Der gælder ikke særlige lempelser for elever på andre ikke-brofaste øer, som skal følge beliggenhedskommunen.
Erhvervsuddannelser	Elever på erhvervsuddannelser kan vende tilbage med 100 pct. fysisk fremmøde.	Elever på erhvervsuddannelser er tilbage med 50 pct. fysisk fremmøde. Der gælder også fuldt fremmøde for erhvervsuddannelseselever og fodterapeutuddannelsen og lokomotivføreruddannelsen, hvor den praktiske undervisning udgør en væsentlig forudsætning for elevens deltagelse i den afsluttende prøve, herunder svendep prøve, og som forventes at afslutte deres uddannelse inden den 1. august 2021.	Elever på erhvervsuddannelser på Bornholm er tilbage med 100 pct. fysisk fremmøde. Der gælder ikke særlige lempelser for elever på andre ikke-brofaste øer, som skal følge beliggenhedskommunen.
Videregående uddannelser	Studerende på videregående uddannelser kan vende tilbage med 30 pct. fremmøde. Afgangsstuderende på videregående uddannelser med mange praksiselementer er fortsat tilbage med 50 pct. fysisk fremmøde, ligesom der fortsat er mulighed for adgang til læsesale, studiegrupper mv. på campus. Der er mulighed for at anvende udendørsarealer til undervisningsbrug, fx ved opsætning af telte.	Studerende på videregående uddannelser er vendt tilbage med 20 pct. fysisk fremmøde. Afgangsstuderende på videregående uddannelser med mange praksiselementer er fortsat tilbage med 50 pct. fysisk fremmøde, ligesom der fortsat er mulighed for adgang til læsesale, studiegrupper mv. på campus.	Videregående uddannelser på Bornholm er åbnet for 100 pct. fysisk fremmøde. Der gælder ikke særlige lempelser for studerende på andre ikke-brofaste øer.

Find det fulde overblik og gældende anbefalinger og tiltag på coronasmitte.dk

Yderligere åbning af butikker

Genåbningen per 21. april 2021 omfatter en yderligere genåbning af detailhandlen, så der fremadrettet er åbnet for alle indkøbscentre, stormagasiner, arkader og basarer. Der vil fortsat være arealkrav og andre smitteforebyggende tiltag.

Indkøbscentre, stormagasiner, arkader eller basarer på 15.000 m² eller derunder har været åbne siden 13. april 2021, ligesom dagligvarebutikker og udvalgswarebutikker er åbne. Fra 21. april 2021 er der derfor åbnet i fuldt omfang for detailhandlen, da der fra denne dato også åbnes for almindelig handel i de større indkøbscentre, stormagasiner mv. Der er fortsat krav om mundbind eller visir i butikker, ligesom der er specifikke arealkrav og anbefaling om ugentlige test af personalet mv.

Der kan lokalt være nedlukninger ifm. høj smitte.

Detailhandel



- Er du butiksejer, eller arbejder du inden for et serviceerhverv? Find flere krav og anbefalinger på [Virksomhedsguiden](#).
- [Krav og anbefalinger til detailhandlen \(virksomhedsguiden.dk\)](#)
- [Krav og anbefalinger til serviceerhverv \(virksomhedsguiden.dk\)](#)

Kirke, kultur, fritid og idræt

Per 21. april 2021 åbnes der igen for kultur- og fritidsaktiviteter, herunder museer, kunsthaller og biblioteker. Foreningsliv samt musik- og kulturskoler og andre kunstsikoler samt grundkurser på kunstmrådet for børn og unge under 18 år genåbner ligeledes. Derudover genåbnes indendørs idræt i organiseret regi for børn og unge under 18 år samt for personer over 70 år. Der åbnes derudover op for et begrænset antal tilskuere til fodboldkampe. Endelig lempes anbefalinger om, at indendørs gudstjenester og kirkelige handlinger højst varer 30 minutter og gennemføres uden fællessang.

Kultur og fritid

Per 21. april 2021 åbnes der igen for museer, videnspædagogiske aktivitetscentre, kunsthaller og biblioteker. Der vil være krav om fremvisning af gyldigt coronapas og det anbefales, at personalet, der møder fysisk ind og omgås andre, testes ugentligt. Foreningsliv, musik- og kulturskoler samt andre kunstsikoler og grundkurser på kunstmrådet for børn og unge under 18 år samt personer på 18 år og derover, hvis tilstedeværelse er nødvendig for en forsvarlig afholdelse af aktiviteterne, genåbner ligeledes per 21. april 2021 med et forsamlingsloft på 25 personer. Genåbningen omfatter ikke sangaktiviteter. Der vil ikke være krav om brug af coronapas. Daghøjskoler og seniorhøjskoler åbner med testkrav svarende til testmodellen på uddannelsesområdet. Det betyder, at studerende og personale skal møde op med et negativt test-svar, der er højst 72 timer gammelt.

Idræt for børn, unge og ældre

Der åbnes for indendørs idræt i organiseret regi for børn og unge under 18 år samt personer på 18 år og derover, hvis tilstedeværelse er nødvendig for en forsvarlig afholdelse af aktiviteterne. Der vil i den forbindelse være et forsamlingsloft på 25 personer. Der vil ikke være krav om coronapas.

Der åbnes endvidere for indendørs idræt i organiseret regi for personer over 70 år med coronapas og forsamlingsloft på 10 personer. Personalet ved idræt for børn, unge og ældre, der møder fysisk ind og omgås andre, opfordres til ugentlige test.

Fodboldkampe med tilskuere

Der åbnes til fodboldkampe i 3F Superligaen, NordicBet ligaen og Gjensidige Kvindeligaen, 1. division (kvinder) og 2. division, finalen i Sydbank Pokal og Kvindepokalfinalen samt A-landskampe (herrer og kvinder) med klart adskilte sektioner af højst 500 siddende tilskuere med 1 meters afstand. Der vil være krav om fremvisning af gyldigt coronapas, og samtlige tilskuere skal registreres med henblik på understøttelse af smitteopsporing. Personalet ved fodboldkampe, der møder fysisk ind og omgås andre, opfordres til ugentlige test.

Religiøse handlinger

Nuværende anbefalinger, om at gudstjenester og religiøse handlinger højst må vare 30 minutter og gennemføres uden fællessang, lempes. Arealkravet ændres, så der kan gives adgang til 1 deltager pr. 4 m², hvis deltagerne går rundt, og 1 deltager pr. 2 m² hvis deltageren i det væsentlige sidder ned. Der bør altid sikres mindst 1 meters afstand (dog mindst 2 meters afstand, når der synges) mellem personer, som ikke er i tæt daglig kontakt. Personalet, der møder fysisk ind og omgås andre, opfordres til ugentlige test.

Det lille forsamlingsforbud udfases løbende

Per 21. april 2021 lempes forsamlingsforbuddet både indendørs og udendørs. Desuden er der fastlagt lavet en plan for udfasning af det såkaldt lille forsamlingsforbud, der senest udfases 1. august 2021.

Aftale om udmøntning af genåbning per 21. april 2021 indeholder en plan for udfasning af det lille forsamlingsforbud. Det betyder, at det indendørs forsamlingsforbud per 21. april 2021 hæves til 10 personer. Udendørs vil op til 50 personer kunne samles fra 21. april 2021.

Udfasningen af dette såkaldte lille forsamlingsforbud sker i følgende faser, og forventes afskaffet helt fra 1. august 2021. Der er fortsat et større forsamlingsforbud.

Forsamlingsforbud



Udfasning af det lille forsamlingsforbud

	I dag	21. april	6. maj	21. maj	11. juni	1. august
Indendørsforsamlingsforbud	5	10	25	50	100	Afskaffes
Udendørsforsamlingsforbud	10	50	75	100	Afskaffes	

Ekspertgruppe om afholdelse af store arrangementer og forsamlinger

Ekspertgruppen skal komme med forslag til, hvordan der kan afholdes større arrangementer og større forsamlinger så som festivaler, messer, kongresser, koncerter, idrætsbegivenheder mv. på en sundhedsmæssig forsvarlig måde. Ekspertgruppen skal også komme med anbefalinger vedrørende anvendelsen af "superliga-ordningen" samt afholdelse af messeaktiviteter.

Ekspertgruppen forventer at komme med sine anbefalinger i uge 16.

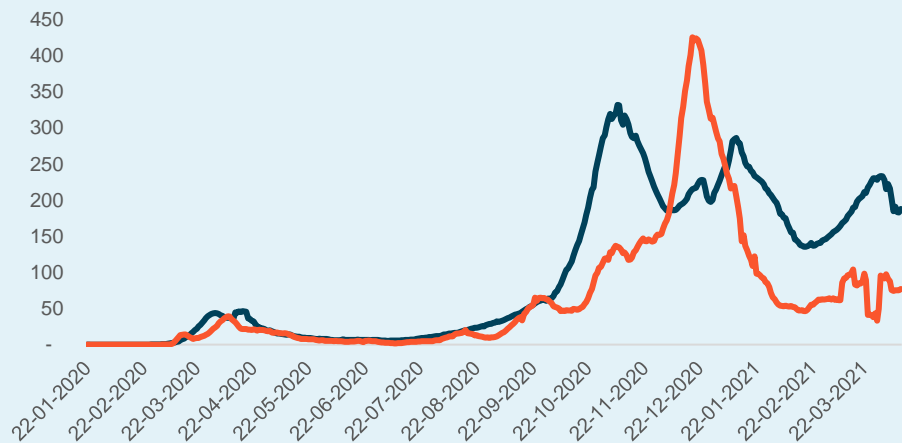
Aktuel smittesituation

Statens Serum Institut (SSI) har udarbejdet en kvalitativ vurdering af smitterisikoen for fire scenarier for yderligere genåbning per 21. april 2021. Der vurderes at være rum til en gradvis og forsigtig yderlig genåbning end det oprindeligt planlagte i den politiske rammeaftale af 22. marts 2021.

Smitteudviklingen i Danmark og Europa

Smitten i Danmark har i den seneste tid været stabil med et kontakttal på ca. 1. Sideløbende har man flere steder i Europa, herunder bl.a. i Sverige, oplevet en tredje bølge af smitten med et generelt højere smittepres end Danmark.

Incidens for covid-19, Danmark (rød) og Europa (mørk)



Kilde: Johns Hopkins University, 12. April 2021.

*Faldet i smittepreset på europæisk plan siden begyndelsen af april 2021 kan til dels føres tilbage på reduceret testaktivitet i forbindelse med påsken.

SSIs vurdering af mulige scenarier for genåbning – forud for fase 2

Den observerede udvikling i Danmark ser gunstig ud i forhold til de seneste prognoser. SSI har i en vurdering af 14. april 2021 vurderet, at der for nuværende er rum for lempelse af restriktioner inden for de områder, der allerede var planlagt (store indkøbscentre mv., kultur, forsamlingsforbud, indendørs idræt for børn), men herudover er der også mulighed for *yderligere lempelser*.

Det var samtidig SSI's vurdering, at genåbningen på trods af den gunstige udvikling fortsat skal ske *forsigtigt og trinvis*, så der kan reageres hurtigt på ændringer i smitten, så belastning af sundhedsvæsenet forebygges.

