



Åpning av kommunale idrettshaller – krav til smittevern

Avgrensning:

Det åpnes for å benytte kommunale innendørs idrettshaller og gymsaler (ikke basseng) for organisert idrett, som driver aktiviteter organisert gjennom et særidrettsforbund.

Ansvar:

Idrettslaget/foreningen er ansvarlig for at aktiviteter gjennomføres på en smittevernfaglig forsvarlig måte, og skal sørge for nødvendig opplæring og informasjon til trenere/instruktører/frivillige, deltakere og foresatte i god tid før oppstart av aktivitet eller arrangement. Alle har ansvar for å følge de anbefalte smitteverntiltakene fra helsemyndighetene under covid-19-utbruddet.

De tre hovedprinsippene for å bremse smittespredning er:

1. Syke personer skal holde seg hjemme
 - a. Personer som utvikler symptomer under aktiviteten må dra hjem eller hentes så snart det er mulig.
2. God hånd- og hostehygiene og forsterket renhold
3. Holde minst en meters avstand og redusere kontakt mellom personer
 - a. Kravet om avstand gjelder ikke mellom personer som tilhører samme husstand.

God håndhygiene skal utføres hyppig av alle:

- Før og etter aktiviteten
- Ved skifte av aktivitet
- Før og etter bruk av felles utstyr
- Etter toalettbesøk
- Etter hosting/nysing
- Etter snyting/tørking av snørr
- Før og etter eventuelle måltider

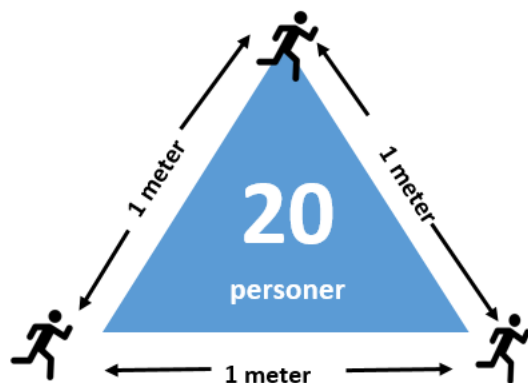
Redusert kontakt mellom personer:

Kontaktreduserende tiltak for å hindre smittespredning er viktig i alle situasjoner og må opprettholdes i alle ledd i møter mellom personer. **Det skal maksimalt være 20 personer på treningsflaten, med en avstand på minst 1 meters avstand mellom personene.** Erfaringsmessig er det lettest å glemme disse tiltakene i mer uformelle situasjoner, som i pauser, transport til og fra e.l. Kontaktreduserende tiltak må tilpasses den enkelte aktivitet.

- Deltakere bør oppfordres til å ikke møte opp før planlagt oppstart og til å forlate treningsområdet ved aktivitetens slutt for å unngå samlinger i for store grupper og at anbefalinger om avstand ikke følges.
- Unngå trengsel der deltakere forventes å lage kø eller samles i klynger.
- Det er ikke tillatt med aktiviteter hvor man er i fysisk nærkontakt med hverandre
- Håndhilsing, klemming og unødvendig fysisk kontakt bør unngås i den grad det er mulig.



- Unngå å berøre ansiktet
- Host i albuekroken eller i et papir som kastes. Vask hendene etterpå.
- Unngå spyting og snyting under aktiviteten
- Unngå deling av drikkeflasker og mat



Garderober:

Bruk av garderober i idrettshaller er inntil videre forbudt. Bruk av garderoben til skifting av klær/utstyr, dusjing mv. er ikke tillatt. Hensikten med dette er å unngå situasjoner og områder der det er utfordrende å ivareta tilstrekkelig avstand mellom personer. Toaletter er tilgjengelige for bruk.

Etter trening:

Idrettslaget/foreningen har etter endt aktivitet ansvar for å desinfisere toalettkraner, lysbrytere og dørhåndtak på toalettene samt håndtak på ytterdør og mellomdører til treningsflaten.

Det enkelte idrettslaget/foreningen har selv ansvar for å ta med utstyr til desinfisering (sprit, klut/servietter, etc).

Overordnet smittevernveileder for idrett:

https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/f6586a2955d946d580eebb279420aaae/idrettsveileder_endelig_11.05.20_.pdf

Smittevernveileder for min særiddrett:

<https://www.idrettsforbundet.no/idrettskrets/moreogromsdal/nyhet/2020/sarforbund-og-koronavettregler.-hva-gjelder-min-for-idrett/>