



LANDSLAGETS FRIIDRETTSSKOLE



NFIFs smittevernsveileder for gjennomføring av Landslagets Friidrettsskole 2021

Innhold

1. Bestemmelser om gjennomføring av arrangement	3
2. Arrangementsansvarlig (smittevernansvarlig)	3
2. Gruppesammensetning	4
3. Hygiene	4
4. Mat og drikke	4
5. Toalett og garderober	5
6. Utstyr	5
7. Levering/ henting	5
8. Fysisk kontakt	5

1. Bestemmelser om gjennomføring av arrangement

I trinn 2 av myndighetenes gjenåpningsplan tillates det å gjennomføre arrangementer med opptil 200 personer. Personer under 20 år som deltar på sommerskoler er unntatt regelen om 1-meters avstand, og deltagere på Landslagets Friidrettsskole kan dermed utøve aktivitet som normalt uten 1-meters avstand. Arrangøren skal holde oversikt over hvem som er til stede, iverksette tiltak som bidrar til at syke ikke deltar på arrangementet og gjøre det mulig å ivareta håndhygiene.

Myndighetenes til enhver tid gjeldende regler og anbefalinger for smittevern skal overholdes. Alle arrangører bør sette seg inn i [smittevernsveilederen for idrett fra Helsedirektoratet](#). På bakgrunn av disse har NFIF utarbeidet særskilte retningslinjer for Landslagets Friidrettsskole i 2021. Det presiseres at det kan komme endringer i disse som følge av justerte råd fra myndighetene. Det er også viktig at arrangør setter seg inn i sin kommunes smittevernregler- og retningslinjer. Er du i tvil om noe, kontakt kommuneoverlegen.

2. Arrangementsansvarlig (smittevernansvarlig)

For å kontrollere at smittevernregler og anbefalinger overholdes skal det oppnevnes en egen arrangementsansvarlig/smittevernansvarlig (heretter benevnt «Arrangementsansvarlig») for hvert arrangement.

Arrangementsansvarlig skal:

- Planlegge nødvendige smitteverntiltak for arrangementet slik at smittevernregler og anbefalinger blir fulgt. Det anbefales å benytte Helsedirektoratets sjekkliste for smittevern i forbindelse med idrettsaktivitet.
<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/smittevern-for-idrett-covid-19/sjekkliste-for-godt-smittevern>.
- Forsikre seg om at instruktører/ andre hjelpere er kjent med generelle smittevernregler og anbefalinger.
- Sørge for at arrangementet gjennomføres i henhold til gjeldende smittevernregler og anbefalinger, og om nødvendig gripe inn dersom dette ikke skjer.
- Arrangementsansvarlig skal også ha oversikt over og kunne dokumentere hvem som befinner seg/har befunnet seg på arrangementet.

2. Gruppesammensetning

- Det skal være maks 30 barn per gruppe.
- Det bør etterstrebtes å holde faste grupper gjennom hele friidrettsskolen. Gruppene kan deles inn i mindre grupper, men ikke blandes med andre enn maksantallet på 30.
- Tilrettelegg for at barn i samme alder fra samme skole/ nabolag er på samme gruppe. Da unngår de kontakt med mange nye barn.
- Det er viktig å holde god oversikt over hvem som er i samme gruppe og hvilke instruktører som er i hvilke grupper. Ved et eventuelt smitteutbrudd har man da oversikt over hvem som har hatt kontakt.

3. Hygiene

Det er viktig å tilrettelegge for god hygiene. Sørg for å ha tilstrekkelig med antibac. Alle instruktørene bør ha antibac tilgjengelig.

Hender skal vaskes (enten med såpe og vann eller med antibac):

- Før man drar hjemmefra og når man kommer hjem
- Når man ankommer friidrettsskolen
- Før og etter måltider
- Etter toalettbesøk
- Etter hosting/ nysing

4. Mat og drikke

Det er viktig at alle er nøye på håndhygiene før måltidene.

- Alle må ha med egen drikkeflaske merket med navn.
- Det beste er om barna har med egen matpakke.
- Deltagerne skal ikke dele mat og drikke.
- Mat kan tilberedes, men barna skal ikke bidra.
- Mat bør serveres porsjonsvis, sørg for at barna ikke tar på andre sin mat.
- Barna bør spise i sine grupper, ha gjerne ulike spisetidspunkter for hver gruppe.

5. Toalett og garderober

Garderober kan benyttes, men deltagere oppfordres til å skifte hjemme. For å kunne ivareta god hygiene bør toaletter/håndvaskfasiliteter være åpne. Sørg for at toalettene er rene og at det er nok papir og såpe til enhver tid.

6. Utstyr

Det kan benyttes utstyr, men utstyr som er i kontakt med hender skal desinfiseres/rengjøres mellom hver økt. Utstyret skal deles mellom så få personer som mulig. Skal man kaste f.eks. liten ball bør hvert barn ha hver sin ball eller at en liten gruppe barn benytter samme ball.

Annet utstyr skal helst tas på av så få personer som mulig og skal vaskes før/etter bruk. Eksempel er hekker, matter, høydelist o.l. Dette bør settes ut og inn av en ansvarlig. Flere grupper kan benytte denne typen utstyr etter hverandre uten vask.

7. Levering/ henting

Foreldre bør oppholde seg så lite som mulig på området og bare være tilstede ved levering og henting. Begrens offentlig transport så langt det lar seg gjøre.

8. Fysisk kontakt

- Behovet for nærhet og omsorg må ivaretas. Instruktører skal vaske hender etter kos og trøsting.
- Håndhilsing, klemming og unødvendig fysisk kontakt unngås i den grad det er mulig.
