



## Lebesby kommunes retningslinjer for bruk av idrettshaller og gymsaler fra 1. november 2020

(Kilde: Alta kommune, Helsedirektoratet <https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/smittevern-for-idrett-covid-19> og Folkehelseinstituttet <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/rad-og-informasjon-til-andre-sektorer-og-yrkesgrupper/idrett-og-trening/> )

**Garderobene er stengt.** Skolene blir prioritert ved bruk av garderobene. Derfor vil garderobene være stengt, og ikke være tilgjengelig for bruk under treningsøkter grunnet minimering av smitte. For å minimere smittefare er det derfor viktig at man skifter til treningsklær før man ankommer idrettshallen, og ikke bruker gang/toalett til dette.

### Idrettslagets/leietakers ansvar

Det må én ansvarlig for hver økt som gjennomføres. Det også et krav om at idrettslaget har oversikt over hvem som deltar på de ulike øktene. Dette grunnet mulighet for smittesporing dersom smitte oppstår. Det oppfordres til å ikke møte opp før planlagt oppstart og forlate treningsområdet ved aktivitetens slutt for å unngå samlinger i store grupper.

### Smitteforebyggende tiltak

Kommunen velger å ta utgangspunkt i **gult tiltaksnivå**. Dersom tiltaksnivået endrer seg vil det komme nye retningslinjer.

### Barn og ungdom (til og med 19 år)

1. Ingen syke skal møte
2. God hygiene
  - Forsterket renhold
3. Kontaktreduserende tiltak
  - Normal kontakt under aktiviteten
  - Gruppestørrelse i henhold til nasjonale anbefalinger på inntil 20 personer
  - Faste treningsgrupper

### Voksne (fra og med 20 år)

1. Ingen syke skal møte
2. God hygiene
  - Forsterket renhold
3. Kontaktreduserende tiltak
  - Minst 1 meters avstand gjennom hele aktiviteten
  - Gruppestørrelse i henhold til nasjonale anbefalinger på inntil 20 personer



## Ingen syke skal møte

Personer som er syke eller kjenner på sykdomstegn skal ikke delta, og holde seg hjemme.. Dette gjelder sykdomstegn slik som forkjølelse, hoste, feber, vondt i halsen osv. Personer som er i karantene grunnet at de har hatt kontakt med noen som har covid-19 skal også holde seg hjemme.

### **Idrettslagets/leietakers ansvar:**

- Sende hjem personer som er syk eller viser sykdomstegn.

## God hygiene

Det er viktig å utføre håndvask og/eller desinfeksjon av hender hyppig.

- Unngå å ta deg i ansiktet
- 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

### **Lebesby kommunens ansvar:**

Sørge for at det er tilgjengelig såpe og papir ved håndvask, og sørge for at det er desinfeksjonsmidler ved inngangspartier.

### **Idrettslagets/leietakers ansvar:**

Gi beskjed om det mangler såpe, papir og desinfeksjonsmidler  
Påse at samtlige personer følger hygienebefalinger

## Forsterket renhold

Fokus på renhold er svært viktig for å redusere smitte, og bidrar til at vi kan gjennomføre aktiviteter.

### **Lebesby kommunens ansvar:**

Har overordnet ansvar for renhold av idrettshall og gymsal. Dette gjelder idrettsgulv, daglig renhold av inngangsparti, fellesarealer og tilgjengelige toaletter.

Skal også sørge for at det er tilgjengelig desinfeksjon ved inngangspartiene.

Skal sørge for at det er tilgjengelig desinfiseringsmidler som skal brukes til rengjøring etter øktene  
Henge opp informasjonsmateriell fra helsedirektoratet om hygienetiltak i hallene.



### **Idrettslagets/leietakers ansvar:**

Det forventes at hver økt avsluttes 10 minutter før neste økt og gruppe kommer inn i lokalet

Det skal da gjøres følgende:

- Toalett **skal** rengjøres/sprites - Dørhåndtak, servant og kran, berøringspunkt på såpedispenser, nedtrykkknapp og setet på toalettet (*se vedlegg 1*).
- Dørhåndtak ved inngangsparti og andre hyppig berørte overflater må også rengjøres/sprites etter hver økt.
- Ved kamper, også i helgene, må idrettslagene rengjøre kontaktflater og toaletter mellom hver kamp.
- Det stilles krav om at det er **én ansvarlig** for fellesutstyr for økten, slik at dette kun behandles av en person. Utstyr som er brukt under økten dermed rengjøres/sprites (*se vedlegg 2*).

### **Kontaktreduserende tiltak**

Den generelle anbefalingen om minst 1 meters avstand mellom personer gjelder i alle situasjoner utover selve idrettsaktiviteten, dette er for eksempel i pauser og før/etter aktivitet.

Det anbefales at antall utøvere per gruppe begrenses til 20 personer.

Det er mulig å ha nærkontakt i idretter som krever dette, men man bør unngå å utstøte rop eller liknende da dette kan øke faren for utånding av dråper som bærer lenger enn 1 meter.

For voksne fra og med 20 år bør det likevel unngås å ha nærkontakt så langt det er mulig, og overholde 1 meter avstand.

Det oppfordres til å ikke møte opp før planlagt oppstart, og forlate området når aktiviteten er slutt.

Dette er for å unngå samlinger i store grupper.

### **Idrettslagets/leietakers ansvar:**

- Det forventes at idrettslag unngår og blande kohorter slik de er inndelt på skolen. Dersom dette må gjøres i noen idretter, skal 1 meters avstand overholdes. Derfor bør dette ikke forekomme på idretter der nærkontakt er nødvendig.
- Smitterisikoen er lavere utendørs, og der deler av aktiviteten kan gjøres ute bør det gjøres ute (for eksempel oppvarming).
- Det forventes at idrettslaget/leietaker legger opp til at økten avsluttes og at hallen er forlatt minimum 10 minutter før oppstart av neste økt. Idrettslag/grupper må heller ikke møte opp i idrettshallen/gymsalen før oppsatt start av aktiviteten. Den ene gruppa må være ute av bygget, før neste gruppe går inn.
- Det forventes at idrettslag/leietakere har en egen plan på hvordan ivareta smittevernstiltak.  
*\*Dette kan kommunen etterspørre dersom det ses nødvendig.*



## Smittesporing

Idrettslaget/leietaker bør sørge for god oversikt over grupper slik at kontaktsporing er mulig dersom det oppstår smitte.

Dersom det oppstår smitte på idrettshallen eller gymsal vil kommunens smittesporingsteam utføre smittesporing, og da vil idrettslaget/leietaker bli kontaktet for opplysninger over hvem som deltok på de aktuelle øktene.

## Spesifikke regler for hver idrett

Alle idrettslag må i tillegg følge de anbefalinger og retningslinjer som deres særforbund har innført:

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/koronavirus/koronavettregler/>

## Informasjonsarbeid

Lebesby kommune sprer informasjon til alle som bruker hallen/gymsal gjennom eposter, hjemmeside, facebook, presse.

Idrettslagets/leietakers ansvar er å bevisstgjøre alle trenere, ansvarlige og utøvere om hvilke retningslinjer som gjelder for aktivitet i idrettshall/gymsal.

Den ansvarlige for de ulike øktene er også ansvarlig for at alle deltakere, inkludert trener/leder følger retningslinjene for smittevern. Dette dokumentet gjelder for kommunen, men se også linkene som er referert til gjennom dette dokumentet.

## Brudd på smitteverntiltak

Dersom det rapporteres om at smitteverntiltakene ikke overholdes vil det kunne medføre at idrettshaller/gymsaler må stenges for bruk etter skoletid.

Disse retningslinjene vil revideres fortløpende ved endringer i smittesituasjonen eller oppdateringer fra nasjonale myndigheter, Helsedirektoratet eller Folkehelseinstituttet.

Ved spørsmål ta kontakt med:

**Maria Løkvoll**, [maria.lokvoll@lebesby.kommune.no](mailto:maria.lokvoll@lebesby.kommune.no), 979 90 985.



### ***Vedlegg 1:***

## **Metode for vask av toaletter og hyppig berørte kontaktpunkt**

Det forventes at idrettslag/leietakere som benytter seg av kommunens idrettsanlegg rengjør/spriter toalett og hyppig berørte kontaktpunkt.

Det skal brukes desinfiseringsmidler og papir for vasking av berøringsflater.

1. Desinfiser hender før vasking
2. Vask dørhåndtak på utside av døren
3. Vask dørhåndtak på innside av døren
4. Vask av berøringspunkt på såpedispenser
5. Vask av servanten og kran
6. Vask av nedtrykksknapp
7. Vask av dobørste
8. Vask av dosete/ring
9. Kast papiret i søppelet
10. Desinfiser hender etter vaskingen

### ***Vedlegg 2:***

## **Metode for rengjøring av utstyr**

Det forventes at idrettslag/leietakere som benytter seg av kommunens idrettsanlegg rengjør utstyr som er brukt under økten. Her skal det være én person som er ansvarlig for rengjøring/spriting slik at det kun behandles av en person.

Det skal brukes desinfiseringsmidler og papir for vasking av berøringsflater.

1. Desinfiser hender før vasking
2. Vask utstyr (for eksempel fotball, innebandykøller, matter, tjukkas osv.)
3. Vask berøringsflater som har blitt brukt for å sette utstyret på plass igjen
4. Kast papiret i søppelet
5. Desinfiser hendene etter vaskingen