



Lebesby kommunes retningslinjer for bruk av treningsrom og skytebane fra 1. november 2020

(Kilde: 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.

Enkeltpersonens ansvar

Må ta ansvar utstyr som brukes og overholde anbefalte smitteregler som gjeldende for stedet. Det er også viktig å ikke overgå maksantallet på treningsrommet.

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.

Enkeltpersonens ansvar:

- Holde seg hjemme dersom man er syk eller viser sykdomstegn.

Idrettslagets/leietakers ansvar:

- Sende hjem person 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 desinfiseringsmidler inne på treningsrommet ved inngangspartier.

Enkeltpersonens ansvar:

Gi beskjed om det mangler såpe, papir og desinfiseringsmidler

Idrettslagets/leietakers ansvar:

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

Forsterket renhold

Fokus på renhold er svært viktig for å redusere smitte, og bidrar til at vi kan ha treningsrom og skytebane åpent.

Lebesby kommunens ansvar:

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

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



Skal sørge for at det er tilgjengelig desinfisering som skal brukes til nedspriting av utstyr etter hver bruk.

Henge opp informasjonsmateriell fra helsedirektoratet om hygienetiltak i hallene.

Enkeltpersonens ansvar:

Det stilles krav om at man tar seg tid til å rengjøre/sprite av hvert apparat og utstyr man bruker i treningsrommet. Du er selv ansvarlig for å rengjøre/sprite det utstyret du bruker.

Idrettslagets/leietakers ansvar:

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 skal dermed rengjøres/sprites (*se vedlegg 1*).

Kontaktreduserende tiltak

Den generelle anbefalingen om minst 1 meters avstand mellom personer gjelder i alle situasjoner.

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.

Det er ikke tillatt med flere enn **4 personer** inne på treningsrommet. Det samme gjelder for rommet på andre siden.

Enkeltpersonens ansvar:

Dersom du ankommer lokalet og det allerede er 4 personer inne i lokalet skal du ikke gå inn, du kan gå på det andre rommet om det er ledig plass der.

Hvis det er 4 personer på hvert av rommene når du ankommer, så kan du ikke gjennomføre en økt, og må dermed forlate lokalet.

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 idrettslag/leietakere har en egen plan på hvordan ivareta smittevernstiltak.

**Dette kan kommunen etterspørre dersom det ses nødvendig.*



Smittesporing

Lebesby kommune har ansvar for å ha oversikt over hvem som tar seg inn i treningsrommet. Derfor er det viktig at dørene lukkes slik at det logges hvem som går inn og ut av lokalet.

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

Dersom det oppstår smitte på treningsrommet eller skytebanen vil kommunens smittesporingsteam utføre smittesporing, og da vil loggen for treningsrom sjekkes – og du kan bli kontaktet.

Idrettslaget/leietaker blir 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, 979 90 985.



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 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

Lebesby kommune er ansvarlig for å vaske toalett jevnlig i 2. etasje.