**Smittevern for idrett (covid-19)**

**Nasjonal veileder**

Først publisert: 11. mai 2020

Sist faglig oppdatert: 9.11.2020

OSK oppdatert 18.12.20- blå skrift

**KAPITTEL 4**

**4. Risikovurdering ved planlegging av trening**

**og arrangementer innen organisert idrett**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Risikofaktor** | **Vurdering** | **Risikoreduserende tiltak** |
| **Innendørs eller utendørs aktiviteter** | Det er større smitterisiko ved innendørs aktiviteter enn utendørs. | Vurdere å bytte lokale for aktiviteten dersom det er vanskelig å overholde tilstrekkelig avstand.  Vurdere om hele eller deler av aktiviteten kan gjennomføres utendørs. |
| **Antall instruktører/trenere** | For få instruktører/trenere øker risiko for smitte. | Øke antall instruktører/trenere. |
| **Antall deltakere** | Et stort antall deltakere øker risiko for smitte.  **Aktiviteter/trening:** anbefalt inntil 20 personer.  **Innendørs arrangementer på offentlig sted:** Innendørs er det en grense på 50 personer ved arrangement uten fastmonterte seter. Innendørs kan det være inntil 200 personer på arrangementer hvor alle i publikum sitter i fastmonterte seter.  Oslo: Det er ikke tillatt å gjennomføre arrangementer innendørs. Unntak gjøres for: Kamper, konkurranser, forestillinger og tilsvarende arrangementer der profesjonelle aktører deltar som gjennomføres uten publikum.  ​​​​​​​**Utendørs arrangementer på offentlig sted:** hovedregel tillatt å gjennomføre arrangementer med inntil 200 personer til stede. Det er tillatt å gjennomføre arrangementer der inntil 600 personer er til stede samtidig, hvor alle i publikum sitter i fastmonterte seter. Arrangøren skal sørge for at de som er til stede, holdes atskilt i grupper på inntil 200 personer, og at det er minst 2 meters avstand mellom personer i ulike grupper til enhver tid.  Oslo: Max antall personer utendørs arrangement er 200. | Begrense antall deltakere/trenere/tilskuere.  Vurdere å dele inn deltakere/trenere i mindre grupper som holdes adskilt i tid og/eller rom. |
| **Felles måltider/servering av mat og drikke** | Felles måltider med tett kontakt kan øke risiko for smitte. | God håndhygiene. Tilrettelegge for god avstand under måltidene. Vurdere om det kan serveres utendørs, ev. til ulike tider. |
| **Transport** | Transport til og fra arrangementer er ofte forbundet med smitterisiko på grunn av tett kontakt. | Begrens kollektiv og felles transport. Tilrettelegg for 1m avstand.  Oslo kommune :  Reise: munnbind er påbudt(fra 29.9.20) når det ikke er mulig å holde 1m(påbudet gjelder ikke for de under 12 år).  Påbudt med munnbind inne på offentlig sted hvor man ikke kan holde 1m avstand(fra 29.10.20) |
| **Registrering** | Pålagt registrering fra helsemyndighetene | Kjøre forhåndspåmelding med tilstrekkelig data  Ved oppmøte må man sjekke listene med de som var forhåndspåmeldt |
| **Gjennomføring**  **Skikretsen har Beholdt dette punkt fra tidligere publiseitet** | Rengjøring- hender | Tilgang på antibac for alle.  Bruke minst mulig felles utstyr. Felles utstyr skal vaskes før og etter bruk. |
| **Smittevern**  **Skikretsen har Beholdt dette punkt fra tidligere publiseitet** | Informere i innvitasjon om smittevernreglementet. Spesielt at utøvere med symptoner ikke skal delta | Holde 1m avstand i pauser og under aktivitet så lang det er mulig. |