



Revidert 16.11.2020

Veileder for organisert breddeidrett, fritidsaktivitet og idrett barn og unge under 20 år, og toppidrett.

Tiltakene gjelder fra mandag 9. november kl. 24.00 og skal vurderes på nytt senest 30. november

- Hold dere hjemme, ha minst mulig sosial kontakt –

Statsminister Erna Solberg

Breddeidrett for voksne

- Det er forbud mot å arrangere eller delta i organisert trening og andre organiserte fritidsaktiviteter innendørs for voksne over 20 år.
- Det anbefales ikke å organisere seg i treningsgrupper utendørs i denne perioden.

Breddeidrett for barn og unge under 20 år

1. Organisert trening og organiserte fritidsaktiviteter for barn og unge **fortsetter**.
2. Barneidrett og fritidsaktiviteter for barn gjennomføres inkludert det av **voksenstøtte** som må til for å gjennomføre aktiviteten. Dersom barnet har behov for hjelp fra foresatte, så kan foresatte følge sitt barn til trening/fritidsaktivitet og hjelpe barnet. Dette innebærer eksempelvis å hjelpe barnet i garderoben i forkant av svømmetreningen eller hjelpe på med hockeyutstyr el. Man skal holde **god avstand** til andre barn og voksne og følge smittevernreglene.
3. Det anmodes om at færrest mulig personer oppholder seg i treningslokaler og anlegg for å gi plass for utøvere og trenere. Det kan være **spesielle behov** hvor foreldre må være med, eks hjelpetrener for svært små barn eller sårbare barn og unge, avklares med trenerne/instruktører.
4. Målet er at færrest mulig møtes. Er det situasjoner hos barn med spesielle behov, må dette vurderes individuelt, men man henstilles til at flest mulig følger hovedregelen. Ved flere voksne til stede, påse avstand på 2 m og tilgang til håndvask/ håndsprit. Ved selv milde symptomer/sykdom må man bli hjemme.
5. Eksempelvis skal babysvømming, babysang, åpen barnehage for barn osv. gjennomføres med foreldre naturlig nok til stede. Dette er arenaer for bla. Integrering og forebygging blant de voksne, men skal i denne perioden ikke være en sosial arena.
6. Det skal **ikke** arrangeres kamper, cuper, stevner, turneringer og lignende for barn og unge under 20 år.
7. Det oppfordres til å minimere tilstedeværelse og annet sosialt opphold av personer som ikke er direkte knyttet til treningsaktiviteten. Foresatte må unngå å samle seg i grupper i foajeer/ inngangspartier ved lokaler og idrettsanlegg mens barna trener.

8. Arrangementer innendørs er forbudt jf. § 7 i forskrift om forebygging av koronasmitte, Nordre Follo kommune.
9. Det er en sterk anbefaling fra Kommuneoverlegen at Cafe/ kiosk i forbindelse med trening- og fritidsaktiviteter ikke holdes åpen.

Idrettsanlegg og svømmehaller

1. Alle idrettsanlegg i Nordre Follo skal KUN benyttes til organisert trening for barn og unge under 20 år. Smitteverntiltak skal gjennomføres.
2. Skolesvømming, svømmekurs og svømmetrening for barn og unge under 20 år og svømming for profesjonelle utøvere skal gjennomføres.
3. Det skal ikke foregå aktivitet for voksne på steder som er åpne for barn og unge. Styrkerom skal holdes stengt.
4. Arrangementer utendørs kan ha inntil 200 deltakere med smittetiltak. Deltagere som ikke er i samme husstand, skal kunne holde minst 1 meters avstand. Ansvarlig arrangør skal sørge for at arrangementet gjennomføres i henhold til smittevernreglene.
5. Toppidrett har egne retningslinjer.

Følgende unntak gjelder:

6. Rehabilitering, habilitering og opptrening som tilbys individuelt eller i mindre grupper med arrangør.
7. Annen individuell behandling der det kan bestilles time og hvor bad er en del av behandlingen.
8. Steder det pågår aktiviteter for **toppidrett og profesjonelle kulturaktører**

Lovdata

[Forskrift om forebygging av koronasmitte, Nordre Follo kommune, Viken](#)

Utarbeidet av Kommuneoverlegen og Folkehelse, Idrett og friluftsliv i Nordre Follo kommune.