

Hva er forsvarlig fritidstilbud ved gult nivå i barnehager og skoler?

Dato: 31.8.2020

Kilde: Helsedirektoratet og <https://helsenorge.no/koronavirus/barnehager-og-skoler>

Lek og samvær på fritiden

- Det er en fordel at barna i hovedsak er sammen med de samme barna som de er i kohort (gruppe) med i barnehagen, på skolen eller i organiserte fritidsaktiviteter. Begrens lek med mange andre barn enn disse. Samvær med barn utenom disse gruppene bør være barn fra eget lokalmiljø.
- Det er ikke nødvendig at barn som leker sammen får beskjed om å holde avstand. Det samme gjelder for barn som er sammen på skolen og i idrett, eller andre som regnes som barnets nære venner. Barn kan holde avstand til andre som ikke er i disse gruppene. Det likevel viktig at vi fortsatt følger smittevernrådene
- Ungdom kan også ha noen få venner/kontakter som de ikke behøver å holde avstand til, som regnes som deres nære kontakter. Denne kretsen bør ikke bli for stor, og til andre bør de holde minst én meters avstand. Det betyr også at man fortsatt skal unngå klemmer og håndhilsing.
- Søskene kan omgås som normalt, dette gjelder også barn fra skilte familier som har flere hjem.

For lek og samvær har vi følgende anbefalinger:

- Det er bedre å leke ute enn inne
- Lekeplasser med mange barn samtidig bør unngås
- Vask hender ofte, både før, under og etter lek, og ha god hostehygiene
- Håndhilsing, klemming og annen fysisk kontakt bør unngås
- Barn og unge med symptomer på luftveisinfeksjon holdes hjemme og bør ikke være sammen med andre barn og ungdommer utenfor familien. Dette gjelder også ved milde symptomer
- For barn med skilte foreldre bør det tilstrebes at barnet kan være i ett av hjemmene til barnet er symptomfri, og foreldre oppfordres til å samarbeide slik at smittevernrådene blir fulgt.
- Barn og ungdom som er i hjemmeisolasjon eller hjemmekarantene skal ikke omgås barn og ungdom utenfor husstanden.

Idrett og andre organiserte fritidsaktiviteter

- Aktiviteter bør først og fremst foregå med barn fra samme lokalmiljø. Det er fornuftig å begrense antall fritidsaktiviteter dersom det innebærer deltakelse i mange ulike grupper
- Barn og unge under 20 år kan delta i idrett og trene som normalt, både innendørs og utendørs. Det er gitt unntak fra 1-meterskravet ved konkurranser der alle deltakerne er under 20 år og aktiviteten ikke kan utføres som normalt hvis en skal overholde avstandskravet til enhver tid. Det betyr at kamper og andre konkurransesituasjoner for barne- og ungdomsidretten kan gjennomføres, men innenfor de respektive idrettskretsenes eller -regionenes grenser
- Kravet til én meters avstand kan også fravikes for barn og unge under 20 år som deltar på sommerskole, sommerleir, aktivitetsleir, kulturskole, leirskole, skoleavslutning og andre skolelignende fritids- eller ferietilbud, samt de som står for arrangementet
- Anbefalingen om gruppestørrelse på maksimalt 20 personer opprettholdes, men flere slike grupper på 20 personer kan samles. Dette forutsetter at gruppene holdes adskilt og at de enkeltvis og samlet kan overholde smittevern rådene
- Idrettslag/foreninger bør, der det er mulig, inndele deltakerne i faste grupper og fortrinnsvis samle deltakere som omgås i andre sammenhenger, for eksempel ved å sette sammen grupper fra samme lokalmiljø, skolekrets eller lignende
- Barn og unge som driver lagidrett og andre idretter som ikke har vedvarende/langvarig nærkontakt, kan utføre aktiviteten med normal kontakt mellom utøverne så fremt man overholder anbefalingene om gruppestørrelse og faste grupper (inntil 20 personer). Det betyr at idretter som fotball og håndball kan gjennomføres med kontakt for barn og unge
- Idretter med tett en-til-en-kontakt mellom utøverne, slik som kampsport, bryting, pardans og tilsvarende, kan gjennomføre treninger for barn og unge så lenge antall treningspartnere begrenses til et fåtall faste partnere
- Alle garderober kan brukes med en meters avstand mellom hvert skap. Det er viktig at det tilrettelegges for minst en meters avstand mellom de som oppholder seg i garderobene og ved dusjing, samt at toalettkapasiteten er tilstrekkelig med hensyn til antall personer
- For å unngå store grupper, kan barn og unge oppmuntres til å møte opp til aktiviteten presis og forlate aktiviteten med en gang den er ferdig

Barnebursdager

Bursdagsfeiring er mulig så lenge man følger smittevern rådene:

- Ingen syke kan komme, selv ikke ved milde symptomer på luftveisinfeksjon. Dette gjelder også barn og unge som er i karantene eller isolasjon
- Håndvask eller hånddesinfeksjon skal være lett tilgjengelig. Hender bør rengjøres ved ankomst, før spising og når besøket er over
- De inviterte bør fortrinnsvis være fra de samme gruppene (kohortene) som barnet er i på skolen/i barnehagen/organisert fritidsaktivitet. For ungdommer bør det være andre fra samme gruppe/klasse på skolen
- Man kan ikke ha flere enn 20 personer samlet så lenge bursdagen feires hjemme/på et privat sted
- Barn kan leke sammen og omgås slik de gjør i barnehage/skole, men unngå unødvendig nærkontakt, som for eksempel klemming og håndhilsing

- Voksne, både arrangører og eventuelle ledsagere bør holde avstand til andre barn og voksne samt følge vanlige smittevernråd
- Feiringen bør helst skje utendørs. Ved innendørs feiring er det særlig viktig å ha god nok plass slik at alle som ikke er i samme gruppe/kohort kan holde anbefalt avstand
- Mat bør serveres ferdig i porsjoner, også kake. Husk rene hender hos både de som serverer og de som spiser.

På vegne av kommuneoverlegeforum/smittevernlegene i Hallingdal



Torpomoen 27, 3579 Torpo

Epost: mhvh@hallingdal.no

www.mhvh.no