

Arrangementsmal for TINEstafetten

Innledning

TINEstafetten er et aktivitetstilbud for barn og unge i skoleregi. I henhold til Helsedirektoratets veileder for arrangører av kultur- og idrettsarrangementer, som skal følge reglene for antall deltakere og avstand, kan skolelignende fritids- eller ferietilbud gjennomføres selv om kravet til avstand ikke kan overholdes. TINEstafetten kan derfor gjennomføres nesten som normalt i 2022 uten antallsbegrensninger, men fremdeles med smittevernshensyn. Avhengig av smittesituasjonen kan det likevel være egne lokale regler og anbefalinger for antall barn og unge som kan delta på et idrettsarrangement utendørs, sjekk derfor med din lokale kommune om hva som gjelder i ditt område.

Arrangementsmalen er en veiledning for utarbeidelse av en arrangementsmanual for planlegging og gjennomføring av TINEstafetten. Formålet er å sørge for at arrangøren gjennomfører TINEstafetten på en forsvarlig måte som ivaretar smittevernet, forebygger spredning og beskytter både elever, lærere og arrangører.

Skoler/klubber/kretser/andre som gjennomfører TINEstafetten regnes som ansvarlig arrangør som må holde oversikt over hvem som er tilstede, og som sikrer at rådene om avstand og smittevern kan følges. Dette bidrar til å redusere sannsynligheten for smitte og rask smittesporing dersom det skulle bli nødvendig.

Til hjelp for å sikre godt smittevern ved gjennomføring av TINEstafetten kan dere benytte sjekklisten under. Dersom dere kan svare ut sjekklisten (med Ja i skjemaet), så kan dere anse dere for ferdige. For mere veiledning kan dere gå til kapitlene under sjekklisten.

Tiltak	Ivaretatt?
Arrangørens overordnede ansvar	Ja / Nei ?
Sørge for at ledere/frivillige/lærere er kjent med gjeldende smitteverntiltak	
Gjøre informasjon om gjeldende smitteverntiltak tilgjengelig via informasjonsplakater eller annet informasjonsmateriell	
Informere deltakere/foresatte om gjeldende smitteverntiltak.	
Sikre at det er tilstrekkelig med funksjonærer for å kunne ivareta anbefalte smitteverntiltak	
Hygienetiltak	
Sikre at det er nok såpe og tørkepapir tilgjengelig ved alle håndvaskstasjoner og toaletter	

Sikre at håndhygienemuligheter er tilgjengelig for deltakerne	
Henge opp plakater om håndvaskrutiner og hostehygiene	
Henge opp alkoholbasert desinfeksjon der håndvask ikke er tilgjengelig	
Redusert kontakt mellom personer	
Sikre at arealene tillater at avstandskravene kan ivaretas i forhold til antall deltakere	
Legge til rette for at trengsel kan unngås ved utlevering av utstyr, levering og henting, for eksempel ved å ha forskjellige oppmøtesteder eller oppmøtetider for de ulike gruppene.	
Informere om å begrense bruk av offentlig transport til og fra arrangementet/aktiviteten der det er mulig	
Renhold	
Gjennomgå lokale renholdsplaner med tanke på organisering, ansvar og ressursbehov, og gjøre tilpasninger der det er behov. Det bør legges en plan for hyppighet og metode for renhold	
Sørge for forsterket renhold av toaletter og hyppig berørte kontaktflater	
Legge til rette for rengjøring av utstyr (blant annet stafettpinner) mellom hvert heat der det er nødvendig	

I kapitlene under finner dere mer utfyllende veiledning for utarbeidelse av en arrangementsmanual.

Kapittel 1 Ansvarlig arrangørs ansvar

Lokal arrangør er ansvarlig for at TINEstafetten gjennomføres på en smittevern­faglig forsvarlig måte. Dette forutsetter god planlegging, opplæring, kommunikasjon og godt samarbeid mellom frivillige, lærere, elever og foresatte. Les mer i [Helsedirektoratets veileder for smittevern for idrett \(covid-19\)](#)

Kapittel 2 Verktøy for risikovurdering

Dersom du planlegger for TINEstafetten er det opp til deg som ansvarlig arrangør å avgjøre hvordan kravene til gjennomføring skal overholdes. Det er også opp til deg å avgjøre om det er forsvarlig å avholde arrangementet. Derfor er det viktig at du setter deg inn i gjeldende råd for smittevern. Helsedirektoratet har laget en tabell for risikovurdering ved planlegging for organisert aktivitet, som kan være til hjelp for arrangører. I vedlegg 1 finner du en justert versjon som kan benyttes for arrangører av TINEstafetten.

Kapittel 3 Etabler en gjennomføringsplan

Hvis arrangør etter risikovurdering bestemmer seg for å gjennomføre TINEstafetten, bør klubben lage en gjennomføringsplan som reduserer risiko for smitte. Les mer i [Folkehelseinstituttets råd om gjennomføringsplan](#) om hva som bør være på plass og hva gjennomføringsplanen bør inneholde av tiltak og vurderinger.

Arrangøren må vurdere hvor funksjonærer som er nødvendig for å kunne gjennomføre aktiviteten og samtidig ivareta anbefalte smitteverntiltak, både ved ankomst/avreise, under aktiviteten og ved toalettbesøk. Aktiviteter som involverer barn eller personer med spesielle behov krever flere ressurser.

Kapittel 4 Antall deltakere

Det er gledelig at det kan arrangeres TINEstafett for **inntil 200 barn**. Antallet er avhengig av smittesituasjonen.

Funksjonærer som står for gjennomføringen av arrangementet inngår ikke i beregning av antall personer. Lærere, tilskuere, foresatte, og andre som er tilstede under arrangementet skal telles med i det totale antall personer.

En arrangør kan arrangere flere TINEstafetter.

Hvor mange arrangementer kan en arrangør ha?

En arrangør kan arrangere flere arrangementer under forutsetning at arrangementene er delt opp på geografisk separate lokasjoner eller til forskjellig tidspunkt (f.eks splittet på morgen og ettermiddag). Gjennomføring av flere arrangementer forutsetter tiltak som sikrer at det ikke kan forekomme smitte fra det ene til det andre arrangementet. Benevnelse av arrangementene skal underbygge og være klargjørende for alle at dette er ulike arrangementer, f.eks. TINE barneskole 6. klasse og TINE barneskole 7. trinn

Ved arrangementer med mange deltagere bør det vurderes å opprette dialog med kommunelegen for å avgjøre om det er smittevern faglig forsvarlig å gjennomføre arrangementet.

Les mer under [Folkehelseinstituttets råd og tiltak for arrangementer, samlinger og sommeraktiviteter](#).

Kapittel 5 Smitteforebyggende tiltak

Det gjøres mange tiltak i alle deler av samfunnet som til sammen begrenser smittespredningen. Det er viktig å bruke tiltak som er tilpasset TINEstafetten.

Formålet med rådene fra Helsedirektoratet er å redusere risiko for smitte med covid-19.

De tre hovedprinsippene for å bremse smittespredning er:

1. Syke personer skal ikke møte opp
2. God hånd- og hostehygiene og forsterket renhold
3. Holde minst en meters avstand og redusere kontakt mellom personer

Covid-19 smitter hovedsakelig via dråpe- og kontaktsmitte. Virusets spres i størst grad ved hoste og nysing – og mindre ved normal tale/snakking. Fordi viruset finnes i for eksempel spytt og snørr hos personer som er smittet, bør spyting unngås og håndhygiene bør utføres etter snyting eller tørking av snørr. Til tross for godt gjennomførte tiltak, kan likevel tilfeller av covid-19 og andre infeksjoner oppstå. Dersom smitteverntiltakene anbefalt i denne veilederen er gjennomført, vil smittespredningen likevel bli begrenset. Tiltakene i teksten nedenfor er en beskrivelse av smitteverntiltak som kan bidra til å redusere smitterisiko til et minimum.

Du kan lese mer om smitteforebyggende tiltak i [Helsedirektoratets veileder for smittevern for idrett](#).

Kapittel 5.1 Hvem kan delta og hvem kan ikke delta

Alle arrangører må på forhånd opplyse om at kun friske personer kan møte, både deltagere, trenere og ansatte.

Det aller viktigste smitteverntiltaket er at syke personer holder seg hjemme og at personer med selv milde luftveissymptomer eller andre symptomer ikke møter til aktiviteter.

I gjennomføringsplanen skal følgende beskrives tydelig:

1. Personer som kan delta
2. Personer som ikke kan delta
3. Ved oppstått sykdom under aktivitet

Arrangøren bør ha en plan for håndtering og oppfølging av mistenkt smittede, samt for rengjøring av rom eller toalett der den syke har oppholdt seg.

Kapittel 5.2 Tiltak for god hygiene

God hånd- og hostehygiene reduserer smitte ved alle luftveisinfeksjoner, også smitte med det nye koronaviruset. Disse tiltakene reduserer smitte via gjenstander og hender samt smitte ved hoste. Håndhygiene skal utføres hyppig av alle.

Utfør håndhygiene regelmessig, for eksempel før og etter aktiviteten, etter bruk av felles utstyr som berøres hyppig med hendene, når hendene er synlig skitne, etter toalettbesøk, etter kontakt med luftveissekret (for eksempel hosting/nysing i hendene) og før måltider.

Arrangør bør tilrettelegge for god håndhygiene. Tilgjengelighet og plassering av håndhygienefasiliteter er viktig for etterlevelse av rådene. Fasilitetene bør være godt synlige og tilgjengelige der hyppig kontakt mellom mennesker finner sted. Eksempler på områder der det er viktig å ha mulighet for håndvask/tilgjengelig hånddesinfeksjonsmiddel er:

- Fellesområder (toaletter, mv.)
- Andre områder med mye aktivitet og der det er mange felles kontaktpunkter

Annet

- Håndhilsing, klemming og unødvendig fysisk kontakt bør unngås i den grad det er mulig.
- Unngå å berøre ansiktet.

- Host i albuekroken eller i et papir som kastes. Vask hendene etterpå.
- Unngå spyting og snyting under aktiviteten.
- Unngå deling av drikkeflasker og mat.

Arrangøren skal lage en beskrivelse for følgende punkter/områder:

- Tilstrekkelig tilgang til toaletter
- Tilretteleggelse for god håndhygiene.
- Renholdsplaner som omhandler rutiner for renhold, organisering, ressursbehov og ansvar for å sikre at godt renhold ivaretas.
- Forsterket renhold på utsatte områder som toaletter, vaskeservanter og dørhåndtak skal ha forsterket renhold
- Forsterket renhold av stoler og andre gjenstander som ofte berøres
- Tømming av søppel (regelmessig)
- Rengjøring av utstyr som benyttes av flere

Kapittel 5.3 Redusert kontakt mellom personer

Arrangøren skal nedfelle tiltak som sikrer reduisert kontakt mellom personer. Unngå store heat og sørg for at det ikke befinner seg for mange personer på banen av gangen. Sett gjerne opp oppmøtetidspunkter for klassene.

Fysisk kontakt og stafett

TINEstafetten omfattes av Helsedirektoratets veileder for smittevern for idrett (covid-19) og fysisk kontakt på arrangement.

Det betyr at det er mulig å løpe stafett i heat og veksle med stafettpinne.

Kapittel 5.3.1 Behov for nærhet og omsorg.

Lærere og andre som må trøste skal vaske hendene etter kos og trøsting

Kapittel 5.3.2 Unngå trengsel

Det er viktig at arrangør planlegger for å unngå trengsel i alle faser av gjennomføringen av TINEstafetten. Arrangøren må beskrive hvordan det skal unngås trengsel og nærkontakt i følgende situasjoner:

- a. Transport
- b. Oppmøte og avslutning av dagen
- c. Utdeling av utstyr
- e. Toalettbehov

Kapittel 5.4 Sikre nødvendig opplæring

Arrangøren må passe på at alle involverte får grundig og nødvendig opplæring og beskrive hvordan dette skal sikres. Opplæring og kompetanse skaper trygge ansvarlige trenere som ivaretar smittevern. Viktige tiltak vil være at:

- arrangøren av TINEstafetten samles for å planlegge gjennomføring som sikrer smittevern
- de ansvarlige samles for å sikre forståelse av aktivitet som ivaretar smittevernhensyn og hva som skal til for å sikre en positiv opplevelse for deltakerne.

Kapittel 5.5 Kiosk

Vi anbefaler ikke kiosk under TINEstafetten. Hvis arrangør allikevel velger å tilby kiosk er det viktig å tenke over følgende

- Sikre avstand mellom barna
- Hvordan sikre selgere?
- Sett opp hånddesinfeksjon
- Forsterket renhold på hyppig berørte punkter
- Kontantløs/kontaktløs betaling

Lykke til med planleggingen av TINEstafetten

VEDLEGG 1 - Tabell for risikovurdering ved planlegging av organisert aktivitet

Risikofaktor	Vurdering	Risikoreduserende tiltak
Innendørs eller utendørs aktiviteter	Det er større smitterisiko ved innendørs aktiviteter enn utendørs	<ul style="list-style-type: none"> Økt fokus på hygiene- og andre smittereduserende tiltak Vurdere å redusere antallet deltakere
Antall funksjonærer	For få funksjonærer øker risiko for smitte	<ul style="list-style-type: none"> Øke antall funksjonærer
Antall deltagere	<p>Et stort antall deltagere øker risiko for smitte</p> <ul style="list-style-type: none"> Arrangementer på offentlig sted: tillatt maks xxxx 	<ul style="list-style-type: none"> Begrense antall deltagere
Transport	Transport til og fra arrangementer er ofte forbundet med smitterisiko på grunn av tett kontakt	<ul style="list-style-type: none"> Begrense bruk av offentlig transport/felles transport der det er mulig Tilrettelegge for minst 1 meters avstand ved felles transport

Tabellen er utarbeidet av Helsedirektoratet med et par tillegg/justeringer for TINEstafetten