



Til trenere i Snøgg Fotball

Klubben har, som dere vet, gitt klarsignal til å starte treninger. Noen er allerede i gang. Alle treninger i koronatiden er helt frivillig både for spillere og trenere, og det skal ikke utøves press for å møte på trening og heller ikke ha noen konsekvenser å ikke møte. Klubben har nå utarbeidet rutiner og retningslinjer for fotballaktivitet og alle trenere er forpliktet til å sette seg inn i og sørge for at disse så langt som mulig blir overholdt. Disse er godkjent av lokal smittevernmyndighet.

De tre viktigste hovedområdene er følgende:

- **Syke personer skal holde seg hjemme**

Dersom noen møter på trening med symptomer på luftveisinfeksjon som feber, sår hals, hoste eller rennende nese skal de fjernes fra de andre og sendes hjem. Spillere skal heller ikke møte på trening dersom noen i nærmeste familie har påvist covid 19.

- **God hånd- og hostehygiene og forsterket renhold**

Sørg for antibac tilgjengelig som brukes før, under og etter trening. All håndtering av utstyr knyttet til aktivitet, ikke baller, skal kun skje av ansvarlig for aktiviteten. Førstehjelpsutstyr skal følge den ansvarlige for aktiviteten. Se egne rutiner for vask av utstyr vedlagt.

- **Holde minst en meters avstand og redusere kontakt mellom personer**

Selv om det er tillatt å spille mot hverandre, er det fortsatt en-metersregelen som gjelder før og etter trening og i pauser. Dette er for å redusere kontaktpunkter mest mulig.

Lagene MÅ sørge for at både oppmøte og avslutning av øktene gjøres innenfor reglene om avstander. Dette er den delen av treningsøkta som det er størst risiko for at man kommer for nær hverandre.

- Det laget som avslutter en økt skal avslutte presist og raskest mulig komme seg av banen og forlate området.
- Det laget som skal begynne en økt har ansvar for å gjennomføre oppmøte og venting i henhold til reglene om avstand.
- Ingen møter til trening før 5 minutter før oppstart.

En viktig huskeregel er at det er nasjonale og lokale helsemyndigheter som vedtar hvilke regler som gjelder i forhold til smittevern. Det er på bakgrunn av disse NFF har utarbeidet sine retningslinjer og at klubben nå kan starte fotballaktivitet. Ingen i klubben, hverken ledelsen eller trenere kan ta smittevernfaglige avgjørelser. Uansett hvilke personlige meninger den enkelte måtte ha (for eksempel en-metersregelen), er klubbens og treneres oppgave å organisere fotballaktivitet på best mulig måte, slik at reglene etterlevs. Samtidig vet vi at når barn samles, vil det være vanskelig å unngå nærkontakt, men det er viktig at trenere, så langt råd er, bidrar til å redusere kontaktpunkter i størst mulig grad.

Klubben har laget et baneoppsett som ivaretar retningslinjene for smittevern. Alle ledere, trenere, spillere og foreldre SKAL forholde seg til baneoppsettet. Det er ikke rom for endringer internt. (Justeringer av oppsettet gjøres av styret eller administrasjonen dersom det oppstår behov for det)

Vedlagt finner dere rutiner for gjennomføring av øktene. Ved spørsmål ta kontakt med Ola Wårås, tlf nr. 40213200.



1) Sørg for god informasjon til foreldre:

- Det er viktig at foreldre er trygge på at Snøgg ivaretar smittevernet og at det er trygt for alle å sende barna på trening. Gjennomfør foreldremøte (for eksempel som en samling før trening) og send ut klubbens informasjonsskriv til foreldre + plakaten med fotballens koronavettregler. Disse finner du på flere språk på fotball.no. Det er kun infoskriv som sendes ut. De andre dokumentene kan foreldre finne på klubbens hjemmeside og offentlige facebookprofil, dersom de ønsker mer informasjon, men informer foreldre om hvor de kan finne disse dokumentene.
- Be alle foreldre ta en gjennomgang med barna om hvilke regler som gjelder.
- Sørg for at foreldre med annet språk enn norsk får nødvendig informasjon. Be om hjelp om nødvendig.

2) Sørg for god informasjon til spillere om hvilke regler som gjelder.

Tydeliggjør at en-metersregelen fortsatt gjelder før og etter trening og i pauser. Dette er antakeligvis det som er vanskeligst å overholde og trenere må være spesielt oppmerksomme på dette.

3) Alle utøvere skal være registrert på hver trening slik at man vet hvem som har vært på treninger, dersom det blir behov for smittesporing. Treneren har et ansvar for å oppbevare denne informasjonen dersom vi blir kontaktet av kommunehelsetjenesten ved smittesporing.

4) Skriv en evaluering hver 14. dag med sjekklista som utgangspunkt.

Det kan sendes en evaluering av egne treningsøkter til e-post: dagligleder@sksnogg-fotball.no

Evalueringen skal inneholde en kortfattet status rundt

- Antall deltagere (spillere/trenere/bane-vakter)
- Erfaringer bra/mindre bra
- Avvik og avvikshåndtering ifm smittevern
- Eventuelle mangler av utstyr
- Generelle tilbakemeldinger

5) Alle lag skal ha en korona-ansvarlig som også er banevakt

Korona-ansvarlig rekrutteres fra foreldregruppa av trenere, og har følgende oppgaver:

- Bistå trenere ved en eventuell skade-situasjon
- Dersom nødvendig ift. smittevernet: Bidra til at andre personer som IKKE tilhører laget som trener, henvises til andre flater. De skal ikke inn på baneflaten.
- Bidra til at reglene overholdes.
- Hjelp sitt lag med vask av baller og håndsprit.
- Hjelp sitt lag med evt. vask av kjepler/utstyr underveis.
- Personen med ansvaret skal være godt synlig og denne kan ha på seg refleksvest og hansker.
- Vaske flater, dørhåndtak og evt. andre kontaktpunkter jevnlig. (Ikke nødvendig å vaske mål)
- Ved anledning, følge med på treningene og gi tilbakemelding direkte til trenere om det oppdages avvik underveis.
- Vester kan deles ut til spillere som beholder den samme vesten og vasker den selv.



Dersom det oppdages smitte er det ønskelig, men ikke påkrevd, at laget samt styret og evt. administrasjonen i klubben blir informert. Det er Kommunehelsetjenesten som har ansvar for oppfølging rundt covid-19-tilfeller og for å beslutte nødvendige tiltak. Kommunehelsetjenesten definerer hvem som er nærkontakter til den syke og som derfor skal i karantene (smitteoppsporing), og om det er behov for informasjon til andre. Hvis det skulle bli behov for ytterligere tiltak er det kommunehelsetjenestens oppgave å vurdere og eventuelt gi pålegg om dette.

RUTINE FOR SMITTEVERN FØR, UNDER OG ETTER TRENING

Før trening:

- Trenerne møter opp i god tid før trening for å organisere økta og sette ut utstyr, og ta i mot spillere.
- Det laget som har første trening er ansvarlig for å ta ut nødvendig utstyr som skal brukes på banen. Bruk engangshansker.
- Dette utstyret (kjegler/paddehatter/markører etc) skal vaskes med såpe og vann før det plasseres ut på banen. En person bør ta seg av dette og det kan brukes engangshansker
- Vask Sport:
 - Bruk utekran ved toalett. Vaskeutstyr, antibac og engangshansker er i materialrommet og kan legges i lagsbag.
- Vask Lisleherad
 - Vannpost i den lille bua ved bakken nedenfor skolen, ned mot banen. Såpe og svamper taes med fra materiallageret på Sport. Antibac og engangshansker hentes i materialrommet på sport og kan legges i lagsbag.
- Alle baller skal vaskes med såpe og vann ved vaskestasjonen før de entrer treningsfeltet.
- Alle hender skal påføres håndsprit/antibac ved vaskestasjonen før de entrer treningsfeltet. Det er kun koronaansvarlig eller treneren som skal ta i antibacflaska.
- Oppmøteplass på Sport er på tildelt banehalvdel. HUSK AVSTAND! En voksenperson skal møte spillere.
- Inngang på Sport er hovedinngangen. Utgang er ved garderoben.
- Garderober er stengt.

Under trening:

- Kjegler og annet utstyr bør håndteres av en og samme person gjennom hele aktiviteten.
- Det må være en plan for hva som gjøres ved en evt. skadesituasjon. Det skal være en ansvarlig person ved en skade og det kan være et definert sted utenfor banen hvor den skadede tas hånd om.
- Ved nødvendig do-besøk må doen vaskes etterpå.

Etter trening:

- Dersom det kommer lag etter «dere» så kan utstyret stå igjen og nytt lag overtar ansvaret for dette. Husk å bruke engangshansker når der flytter på utstyret. Baller må vaskes etter hver økt.
- Dersom utstyr må flyttes på skal dette gjøres av trenerne/støtteapparat og det kan brukes engangshansker som kastes etter dette bruket.
- Det siste laget som trener har ansvaret for å vaske alt utstyr med såpe og vann.
- Husk gode hygienerutiner i forbindelse med aktiviteten.