

## Anbefalte smitteverntiltak i skiskoler

Skiskoleleder plikter å være oppdatert og etterfølge gjeldende retningslinjer fra Folkehelseinstituttet og kommunale/regionale bestemmelser. Skiskoleleder og den enkelte instruktør er ansvarlig for å organisere skiskolen og instruksjonen på en slik måte at man begrenser smittespredningen i samfunnet. Instruktører med symptomer på covid-smitte skal ikke møte i skiskolen.



### Smittesporing

Vi anbefaler at alle elever smittescreenes etter FHI standard ved påmelding, og blir avvist dersom de ikke oppfyller gjeldende kriterier. Alle elever i skiskolen registreres med fullt navn, telefonnummer og tidsrom for instruksjon. Ved gruppeundervisning skal det være lister som viser gruppeinndelingen. Man bør benytte faste grupper og tilstrebe å unngå flytting basert på ferdighet.

### Hygienetiltak

Det bør være tilgjengelig håndsprit for instruktører og elever i skiskolen. Man bør unngå å bruke felles vester med mindre de kan vaskes mellom hvert bruk. Alt utstyr som benyttes skal desinfiseres mellom hver gruppe. Ved nærkontakt med elever bør man bytte hansker mellom hver gruppe/elev.

### Kontaktreduserende tiltak

Det overordnede målet med kontaktreduserende tiltak er å begrense nærkontakt og antall kontakter. Det er to hovedtilnærminger for å minske kontakt mellom elever i en gruppe og instruktør i en skiskole:

#### 1. Overholde avstand til andre

Redusert kontakt med andre vil minske risiko for smitte fra personer som ikke vet at de er smittsomme. Skiskolen bør tilstrebe å unngå tilfeldig smitte fra andre i anlegget ved å unngå overfylte møteplasser ved oppstart. For å unngå større forsamlinger bør oppmøtetidspunkt for ulike grupper forskyves. Det vil være viktig at alle overholder retningslinjene for avstand i heiskøen. Det anbefales at ingen elever tar heis med tilfeldige personer i anlegget. Det bør være minst en ledig plass mellom elever i stolheisen og man går en og en i t-krok. Personer som tilhører samme kohort vil kunne ta heisen sammen.

#### 2. Overholde avstand instruktør - elever

Som skiinstruktør vil det i mange tilfeller være behov for nærkontakt når eleven skal lære å ta heisen, når eleven faller og ikke klarer å reise seg eller når eleven trenger fysisk støtte under skikjøring. Man bør tilstrebe å unngå fysisk holding av elever, ved for eksempel å bruke staur.

*Den Norske Skiskole  
v/Utdanningskomiteen*

Skjema for screening kan lastes ned her: <https://tinyurl.com/DNSscreen>