

Oslo 5. mai 2020

### **Smittevern på alle travbaner for ponnitravet!**

Regelverk og retningslinjer for ponnitreninger-prøveløp -lisenskurs.  
Gjeldende fra 7. mai 2020

Det Norske Travselskap & Norsk Trav AS

Målsettingen er for å gjennomføre aktivitet på ponnitreninger -prøveløp -lisenskurs uten risiko for smitte.

### **Da er det din ansvarsbevissthet og innsats avgjørende!**

#### **Bestemmelser for smittevern.**

##### **Generelle regler og retningslinjer for alle aktive utøvere i travsporten**

Dette regelverket og retningslinjene vil kunne oppleves som unødvendig strenge og firkantet, men det er laget for at vi skal kunne avvikle aktivitet uten smitterisiko.

Med pågående korona-epidemi er hele samfunnet i en ekstraordinær situasjon, og travsporten må også bidra til å få koronasituasjonen under kontroll. Det er viktig at hver og én er sitt samfunnsansvar bevisst, og vi må alle bidra til å unngå å spre smitte mellom oss mennesker.

I denne perioden må vi venne oss til å anse travbanen som en ren «arbeidsplass». Den sosiale arenaen hvor vi sammen skal dele store sportslige opplevelser med våre kjære firbente venner kommer tilbake når koronapandemien er under kontroll.

Regelverket og retningslinjene vil kunne oppdateres underveis på bakgrunn av eventuelle endringer i rådene fra helsemyndighetene. I tillegg kan det være lokale restriksjoner ut over disse retningslinjene på den enkelte travbane.

#### **Det er viktig at vi kommer i gang med ponnitravet, likt med andre hesteaktiviteter.**

- Dette forutsetter at vi har smitteverntiltak i høysete.
- Her følger DNT`s sentrale retningslinjer for smittevern i ponniaktiviteter. I tillegg til dette kan det være lokale restriksjoner i den kommunen travforbundet holder til.
- Travforbundene/ponniutvalget er ansvarlig for å etterleve både nasjonale og lokale retningslinjer for sin aktivitet. Derfor kan det være at det enkelte travforbund/ponniutvalg må implementere ytterligere restriksjoner til sin aktivitet, alt etter hvilke lokale restriksjoner som finnes der den holder til.

### **Før du ankommer banen, les dette.**

- Det tillates maks 50 personer i arrangementet. Hold minst 1- meter avstand. Hvem som skal følge ponnien og ponnikusken skal meldes fra til ponniinstruktør/leder av ponniutvalg som har ansvaret for treningen/kurset. Dette må meldes i fra dagen før. Ponniinstruktør/leder for samlingen fører navnelister over personer som skal ankomme banens område. Det settes av eget boks området for disse. Kontaktperson for ditt distrikt er leder av ponniutvalget.
- Til ponnitrening og lisenskurs er det leder for arrangementet som setter en grense for hvor mange som kan være med en ponni og kusk. Vår anbefaling er en foresatt pr ponni og kusk.
- Transport til banen må foregå med så lav smitterisiko som mulig. Unngå fellestransporter og unødige stopp på veien til travbanen.
- Aktive utøvere skal begrense tiden som man er inne på banens område. Derfor anmodes aktive utøvere å komme til invitert klokkeslett og reise ved slutt. Det blir ingen sosial samling med bespisning.

### **På banen**

- Alle ponnitreninger –lisenskurs kan kun ha totalt 50 personer.
- Alle må ha eget utstyr.
- Alle som befinner seg i hesteringen skal holde minimum 1- meters avstand. Det er totalforbud mot gruppering av mennesker over 50 personer.
- Alle som oppholder seg i hesteringen er ansvarlig for å følge helsemyndighetenes råd for smittevern. Det henges opp plakater med viktig informasjon om dette.
- Når ditt kurs eller trening er avsluttet, forlater du stedet snarest mulig.

### **Det er ponniinstruktør/leder ved trening/lisenskurs som er ansvarlig for at smittevern blir overholdt**

- Den ansvarlige for trening/lisenskurs må påse at regler blir fulgt.
- Den ansvarlige kan bortvise personer som ikke overholder smittevernreglene
- Ansvarlig instruktør må være bevisst på sitt **helhetlige ansvar** ved avholdelse av trening/lisenskurs. Dette innebærer blant annet at ansvarlig instruktør selv vil være ansvarlig for at sanitære forhold, generelt renhold og desinfisering overholdes etter retningslinjene på den arenaen aktiviteten skal foregå på.
- Avholdelse av trening/lisenskurs skal ikke foregå samtidig som annen hesterelatert aktivitet på en travarena.
- I henhold til plakaten «Smittevern i stallen» (utviklet av norsk hestesport) ber vi ponniutvalget være ekstra oppmerksom på punkt 7., som omhandler sikkerhet. Ansvarlig instruktør bør nøye vurdere sikkerhetsmessige hensyn ved avholdelse av trening/lisenskurs.

- Ansvarlig instruktør/leder må særlig merke seg eventuelle lokale restriksjoner og regler for aktivitet, og sørge for å etterleve disse.

### Trenerstaller på banens område

- Permanente trenerstaller er stengt for personer som er med på aktivitet innenfor ponnitravet. Det skal ikke oppstalles tilreisende ponnier i permanente trenerstaller på banen.

### Travbanen sørger for gode fasiliteter i henhold til smittevern

- Jevnlig renhold av sanitæranlegg
- Hånddesinfeksjon og gode håndvaskfasiliteter
- Jevnlig renhold av utstyr på banen, i være seg koster, spader og så videre

## Vaner som forebygger **smitte**



### Papirlommetørkle

foran munn og nese beskytter andre når du hoster eller nyser. Kast lommetørkleet etter bruk. Vask så hendene.

**Bruk albukroken**  
når du må hoste eller nyse og ikke har papirlommetørkle tilgjengelig.



### Vask hendene

ofte og grundig, spesielt når du har vært ute blant folk.

**Hånddesinfeksjon**  
med alkoholholdige midler er et godt alternativ når håndvask ikke er mulig, for eksempel på reise.



# NORSK HESTESPORT

## SMITTEFOREBYGGING I STALLEN

### 1. TA ANSVAR OG VÆR ET FORBILDE

FØLG ALLTID MYNDIGHETENES RÅD OG RETNINGSLINJER, OG HOLD DEG OPPDATERT PÅ DET SOM SKJER I SAMFUNNET. VI KAN ALLE BIDRA TIL Å REDUSERE SPREDNING AV SMITTE.

### 2. HESTEVELFERD

VI MÅ NÅ UTØVE VÅRT ANSVAR FOR HESTENES VELFERD PÅ EN NOE ANNEN MÅTE ENN VÅNLIG, MEN ANSVARET ER DER LIKE FULLT. HESTENS GRUNNLEGGENDE BEHOV FOR FØR, LY, STELL OG BEVEGELSE MÅ TILFREDSSTILLES.

### 3. BEGRENNS ADGANG TIL STALLEN

NÅ SKAL VI UNNGÅ AT FLERE MENNESKER SAMLES. BEGRENNS DERFOR ADGANGEN TIL STALLEN SLIK AT KUN DE SOM ER NØDVENDIGE FOR HESTENES VE OG VEL KAN KOMME INN.

### 4. STALLENS TURNUSORDNING

LAG EN TURNUSORDNING I STALLEN FOR FORING, UTSLIPP, STELL OG TRENING. DA KAN MAN UNNGÅ AT MANGE OPPHOLDER SEG I STALLEN SAMTIDIG. MAN SKAL MAN HOLDE MINIMUM 2 METERS AVSTAND TIL ANDRE MENNESKER.

### 5. PLANLEGG GODT OG VÆR EN KOORDINATOR

GOD PLANLEGGING OG KOORDINERING ER VIKTIG SLIK AT HESTEN DIN KAN IVARETAS PÅ BESTE MÅTE SELV OM DU SELV IKKE KAN STILLE OPP. HA EN SKRIFTLIG PLAN OVER DAGLIG STELL, TRENING OG FORING AV DIN HEST, SLIK AT ANDRE KAN IVARETA HESTEN OM DU SKULLE BLI SYK.

### 6. TENK FREMOVER

SØRG FOR Å HA NOK FLIS, FØR OG ANDRE NØDVENDIGHETER TILGJENGELIG, I TILFELLE DU SELV IKKE KAN MØTE I STALLEN.

### 7. EKSTRA FOKUS PÅ SIKKERHET

ALL OMGANG MED HEST REPRESENTERER EN VISS RISIKO FOR Å BLI SKADET. HUSK AT HELSEVESENEN I DISSE DAGER ER STERKT BELASTET. GJØR DERFOR ALLTID EN GRUNDIG RISIKOVURDERING OVER DE AKTIVITETER DU PLANLEGGER.

### 8. HA GOD HYGIENE – BÅDE FOR DEG SELV OG STALLEN

HENDENE VÅRE ER DET PERFEKTE TRANSPORTMIDDELET FOR VIRUS OG BAKTERIER, TA DERFOR JEVLIG EN GOD HÅNDVASK MED SÅPE OG VARMT VANN. FOR Å ØDELEGGE KORONAVIRUSET MÅ VIRUSET VÆRE I KONTAKT MED SÅPE I MINIMUM 20 SEKUNDER. HA EGNET DESINFEKSJONSMIDLER TILGJENGELIG I STALLEN OG SØRG FOR JEVLIG RENHOLD AV DØRHÅNDTAK, KRANER, TOALETTER OG ANDRE UTSATTE SMITTEPUNKTER.

### 9. VÆR EN GOD VENN

VÆR POSITIV OG HJELPSOM OVENFOR DE SOM DU HAR RUNDT DEG. BRUK DIGITALE PLATTFORMER OG SOSIALE MEDIER TIL Å HOLDE KONTAKT MED VENNER, KOLLEGAER OG FAMILIE.



