## Aktiviteter vi vanligvis har rutiner for, men som er vanskeligere nå i disse korona-tider

Det har kommet et ønske fra FAU om at jeg som rektor skal lage en veileder for elev- og foreldreaktiviteter utenom skoletid ut ifra gjeldende smittevernregler.

For meg er det da viktig å ha i mente at dere som foreldre har forskjellige måter dere praktisere de til enhver tid gjeldende smittevernregler. Jeg vil derfor prøve å lage en veileder som inkluderer og gjør det trygt for alle.

Anbefaling fra [regjeringen](https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/-hold-dere-hjemme-ha-minst-mulig-sosial-kontakt/id2783763/) som kom 25/11-2020:

* Anbefaling om at alle i de kommende ukene i størst mulig grad må holde seg hjemme og begrense sosial kontakt med andre mennesker.
* Begrensingen om at man ikke bør ha flere enn fem gjester, gjelder ikke for barnehage- eller barneskolekohorter.
* Grense på inntil 20 personer på private sammenkomster på offentlige steder og i leide lokaler.

## [**FHI**](https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/barn-og-unge/?term=&h=1)Oppdatert 03.11.2020

## **Lek og samvær på fritiden**

For private sammenkomster bør man prøve å begrense antallet slik at det ikke er flere enn 20 personer til stede. Det gjelder både for sammenkomster inne og ute, barn og voksne inkludert. For eksempel kan det være nødvendig å dele en klasse i to for at det ikke skal bli for mange barn og voksne tilstede samtidig. Risikoen for smitte er mindre utendørs enn innendørs, og ved lek i mindre grupper. Ved offentlige arrangement (for eksempel når skolen arrangerer sammenkomst), gjelder andre råd, og en hel kohort kan samles selv om det overstiger 20 personer.

For å begrense smittespredning er det viktig å opprettholde de generelle smittereduserende tiltakene til enhver tid, også når barn og ungdom er sammen på fritiden.  Det vil si:

1. Syke personer holder seg hjemme
2. God hånd- og hostehygiene
3. Redusert kontakt mellom personer som ikke er i samme husstand (eller tilsvarende nære)

Disse rådene gjelder også for de voksne som eventuelt deltar sammen med barnet/ungdommen.

# Vennegrupper:

Det er viktig for klassemiljøet at barna også treffes på fritiden. Vennegruppene har som mål å inkludere alle barna slik at de blir bedre kjent med hverandre. I tillegg har dette vært en arena hvor dere voksne kan bli bedre kjent med barna.

Skolens anbefaling er at dere har vennegrupper, men at dere har de utendørs. Barna i en klasse kan være sammen i større grupper enn 5, men for å gjøre det mulig for dere voksne å være med på en trygg måte, vil vi anbefale dere deler klassen i minst to grupper, og at dere utendørs. Da kan det være med flere voksne, og dere voksne kan holde god avstand. Det er viktig at dere holder dere oppdatert på til enhver tid gjeldende smitteråd. De kan endre seg begge veier.

Noen trinn har laget små vennegrupper denne høsten, mens andre har valgt å samle hele klassen til en skogstur. Hvordan dere organiserer dette er opp til hvert trinn. Det er i alle fall viktig at dere vet at det finnes noen foreldre i hver vennegruppe som kan ta ansvar for å arrangere ett utetreff.

Eksempler på utetreff:

* Finn en plass hvor barna kan spille ball og andre uteaktiviteter
* Gå en tur til en fin plass hvor dere kan tenne bål og grille noe godt (hver tar med sin mat)
* Er ikke gruppen for stor kan det være gøy å være på en lekeplass. Skolegården er ledig på ettermiddagstid og i helger.
* For de større barna kan mørkegjemsel være gøy
* Hvis det kommer snø etter hvert, er aking alltid en vinner
* Det er bare å slippe kreativiteten løs

Jeg vil ellers oppfordre til at barna får leke sammen på fritiden, og at dere prøver å følge med slik at alle blir inkludert.

# Foreldrenettverk:

Skolen anbefaler at dere ikke gjennomfører foreldrenettverk slik situasjonen er nå. Vi håper at vi kan starte opp med slike grupper utover våren.