

Veileder:

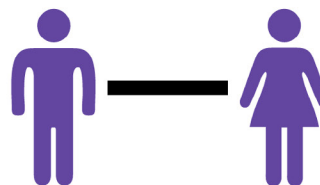
Smittevern for musikkøvelser



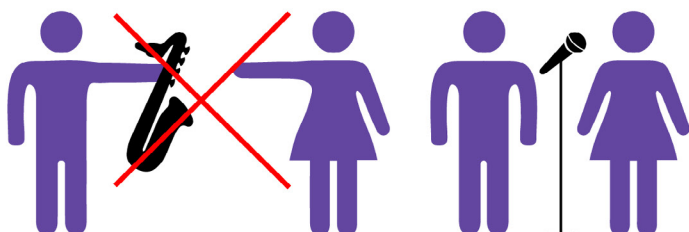
Smittevern for musikkøvelser



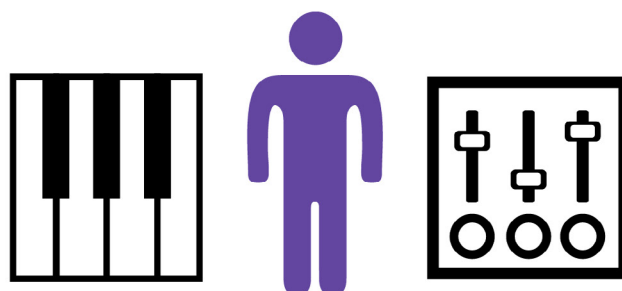
Syke personer skal
ikke delta på musikkøvelser



Ingen fysisk nærkontakt
mellom personer



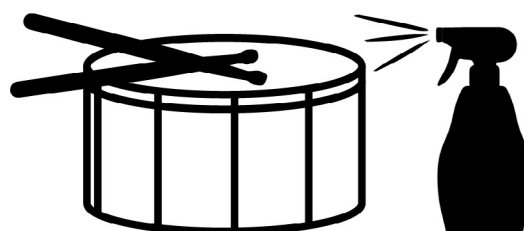
Begrens felles bruk av
instrumenter, utstyr og
mikrofoner



Bli enige om hvem som skal
benytte felles utstyr som piano
og miksepult



Husk god håndhygiene
og oppsamling av kondens



Delt utstyr som piano, miksere og
slagverksutstyr må rengjøres ved
behov

- ✓ Følg med på gjeldende begrensning for gruppestørrelser
- ✓ Sett deg inn i smittemåte og symptomer
- ✓ Bruk øvingslokaler som har nok plass

Smitteforebyggende tiltak

Musikk er en universell uttrykksform på tvers av språk, kjønn og alder, som spiller en stor rolle i de flestes liv. Når de største og avgjørende begivenhetene i livet passerer, er musikk en selvfølgelig del av markeringen, og viktig for å styrke samhørighet, glede og trøst. For utøverne er musikk et uttrykk og en aktivitet som skaper mestring og samhold og som motiverer til stadig å søke nye høyder. For publikum, en kilde til av- og påkobling og til felles opplevelser.

Etter nedstengingen av kulturaktivitet som følge av koronautbruddet, ble det frivillige musikklivet avskåret fra effektive og gode fellesøvelser. Fellesøvinger kan imidlertid gjennomføres samtidig som smittevernet ivaretas, noe som er viktig både for utøvernes del og for å kunne gi publikum tilgang til levende musikk.

Musikkøvelser er viktig for å ivareta det sosiale, gi samhold og inspirasjon. Det er fullt mulig å gjennomføre musikkøvelser selv om musikerne holder avstand og følger de øvrige smittevernfnaglige rådene som foreligger.

For å begrense smitte under en kontrollert gjennomføring av øvinger, finnes det en rekke tiltak som kan settes i verk for å redusere smitterisiko.

Formålet med rådene er å begrense og forsinke utbrudd av Covid-19 som kan oppstå under musikkøvelser.

Alle tiltak må baseres på Helsedirektoratet og Folkehelseinstituttets til enhver tid gjeldende restriksjoner og anbefalinger.

De fem pilarene for å bremse smittespredning under musikkøvelser er:

- Syke personer skal ikke delta på musikkøvelser
- God hygiene
- Ingen fysisk nærkontakt mellom personer
- Vær aktsom ved sambruk av instrumenter og utstyr
- Øvingslokalet må være egnet: Nok plass til utøvere og utstyr

Oppdatering 4. juni inneholder blant annet:

- Anbefaling om tid mellom bytte av blåseinstrumenter som blir delt mellom flere personer.
- Anbefaling om å loggføre plassering av utøvere under øvelsen, med hensyn til eventuell senere smittesporing.
- Nytt punkt om barne- og ungdomsaktivitet til og med 20 år om unntak fra avstandsbestemmelse etter visse vilkår, samt sommeraktiviteter og samlinger med

overnatting for barn og unge.

Oppdatering 10. juni inneholder:

- Anbefalinger ved sambruk og deling av utstyr.

Syke personer skal ikke delta på musikkøvelser

Deltakere på musikkøvelser må gjøre seg kjent med [smittemåte](#) og [symptomer](#) slik det er forklart på Folkehelseinstituttets nettsider.

Det oppfordres til at alle utøvere tar i bruk appen [Smittestopp](#) for å motta et varsel på SMS dersom de har vært i nærkontakt med koronasmittede.

God hygiene

Det må etableres gode hygienetiltak i forbindelse med øvelsene, slik at [rådene om håndhygiene](#) kan la seg gjennomføre i umiddelbar nærhet til der det skal synges eller spilles.

Lokalene må ha en plan for renhold fra byggeier, som viser hyppighet og øvrige rengjøringsrutiner.

Folkehelseinstituttet har gitt anbefalinger for rengjøring av ulike type elementer som gulv, bord og utstyr.

- Sikre tilgang på forsvarlig vasking av hender, herunder nok såpe og tørkepapir ved alle håndvasker og toaletter.
- Ha alkoholbasert desinfeksjon tilgjengelig.
- Rengjøring av pianotangenter, slagverksutstyr og andre flater som oppbevares i øvingsrommet og som skal benyttes under øvelsen.
- Det må sikres forsvarlig håndtering av kondens fra blåseinstrumenter.

Ingen fysisk nærkontakt mellom personer

Det er som hovedregel ikke anledning til å organisere musikkaktivitet hvor fysisk nærkontakt er uunngåelig, og/eller hvor det vil være vanskelig å overholde krav om forsvarlig avstand til enhver tid under øvelser eller aktivitet (det er gjort visse unntak for barn og unge inntil 20 år, se eget punkt).

- Lokalet må tømmes helt før ny gruppe kan oppsøke rommet.
- Ingen felles rigging. Stoler og utstyr må settes fram i forkant av øvelsen.

- Reduser muligheten for kontakt som kan oppstå ved trengsel, ved å planlegge pauseaktivitet og på vei inn og ut av øvelsen.
- Del inn øvingslokalet i soner, slik at det er lett å holde avstand.
- Ingen felles servering av mat og drikke.

Vær aktsom ved sambruk av instrumenter og utstyr

Det kan ikke gjennomføres aktiviteter som innebærer risiko for smittespredning på grunn av felles bruk av utstyr og instrumenter.

- Instrumenter og musikkutstyr bør så langt det er mulig ikke deles og ikke berøres av andre enn den som skal benytte det. Noter, nettbrett, kabler, drillstav, buer, strenger, harpiks, blyanter eller plekter bør som hovedregel ikke deles med andre.
- Hvis felles utstyr må benyttes av flere anbefales håndvask før og etter bruk.
- Dersom aktiviteten er avhengig av at det benyttes felles eller delt utstyr, må deltakere oppfordres til å ikke ta seg til ansiktet så lenge aktiviteten pågår.
- Deling av utstyr som innebærer svært tett kontakt med ansikt eller hender (drill-stav, hansker, slagverk, stikker, køller mv.) bør begrenses.
- Utstyr som har vært benyttet av flere må vurderes rengjort etter bruk (mellom hver økt).
- Vær aktsom ved bruk av mikrofoner og vindhetter til disse.
- For blåseinstrumenter som skal skifte bruker, er Folkehelseinstituttets vurdering at det bør ha gått 3 dager etter et bytte av instrument før det kan tas i bruk av en annen person. Det er viktig å fjerne, vaske og tørke spytt så godt det lar seg gjøre.
- Bli enige om hvem som skal benytte eller betjene delt utstyr som piano, trommesett, sanganlegg, miksepult og lignende.
- Rigging og flytting av utstyr som stoler, pauker og slagverksutstyr bør planlegges på forhånd.

Øvingslokalet må være egnet: Nok plass til utøvere og utstyr

De generelle smittevernbestemmelsene gjelder i øvingslokalet enten dere spiller eller har pause. Husk god hygiene, og hold avstand mellom utøverne.

- I forkant av bruk av et nytt lokale eller opptreden på nye steder skal det gjennomføres en praktisk gjennomgang for å sikre at smittevernet blir tilstrekkelig ivaretatt.
- Bruk oversiktlige lokaler som er lett tilgjengelige, og der alle er på samme plan (ikke benytt trappeløsninger), og store nok til å følge avstandsbestemmelsene.
- Bruk av skolebygg i skoletiden må følge aktuelle bestemmelser om smittevern i undervisning.

- Følg med på myndighetenes krav til avstand, gruppestørrelser og maks antall deltakere. Endringer kan komme på kort varsel.
- Følg veiledende anbefaling til romstørrelse for ulike gruppestørrelser. For øvingsrom som er mindre enn 25 m² er kravet at det skal være mulig å kunne holde minimum 1 meters avstand mellom hver person.

Anbefalte minste romstørrelser for ulike gruppestørrelser:

Beregnes med en buffer + 3 m² pr utøver (helst 1,5 meter mellom hver utøver til siden, 2 meter til neste utøver foran). Merk: Bufferen er veiledende, og satt for å sikre nok plass til utstyr (backline og slagverksrigg), og samtidig kunne holde tilstrekkelig avstand mellom utøverne. Dette må vurderes utfra aktuell situasjon, og tilpasses utstyrsmengde og behov.

Gruppe	Buffer	+ 3 m² pr utøver	Sum m²
5	10 m ²	15 m ²	25 m ²
15	20 m ²	45 m ²	65 m ²
30	30 m ²	90 m ²	120 m ²
> 31	30 m ²	antall x 3 m ² + buffer	m ²

Særlig ansvar for tilrettelegger

De som tilrettelegger for musikkøvelser skal holde seg oppdatert på relevante anbefalinger fra offentlige helsemyndigheter og Norsk musikkråd og tilrettelegge aktiviteten i samsvar med dette.

Det kan ikke arrangeres for eksempel konserter, stevner eller mesterskap som samler flere enn antallsbegrensningene. Alle typer musikkaktivitet må gjøres på en måte som sikrer at Helsedirektoratets gjeldende anbefaling om samling av personer og samling i grupper overholdes.

Ikke gjennomfør musikkaktivitet med mindre du er helt trygg på at aktiviteten ikke bidrar til økt smitterisiko og at den kan utøves i samsvar med anbefalingene. I motsatt fall, skal aktiviteten umiddelbart avbrytes.

Fra 7. mai er denne grensen på 50 personer. For arrangementer (som konserter) gjelder 50 publikummere i tillegg til utøvere og arrangører. Fra 15. juni vil antall personer som kan delta på et publikumsarrangement økes til 200 personer. For konserter og andre arrangementer, se Smittevernveileder for konserter og arrangementer under covid-19-utbruddet.¹

- Alle som skal delta på øvelse må informeres om hvilke regler som gjelder for antall personer, avstand til hverandre, og hvordan man opptrer i øvingslokalet i forkant av oppmøte på øvelsen.

¹ <https://www.konsertarrangor.no/koronaviruset/2020/smittevernveileder-for-konserter-og-arrangementer-under-covid-19-utbruddet/>

- Ved aktiviteter for barn og unge, skal en voksenperson være tilstede og sørge for at aktiviteten utøves i samsvar med anbefalingene.
- Ha dialog med medlemmer i risikogruppen og ta hensyn til behov for tilrettelegging.
- Begrens andre møter som krever fysisk oppmøte og benytt videokonferanser når det er mulig.
- Velg en smittevernansvarlig i hvert enkelt ensemble. Det må føres løpende oversikt over hvilke personer som har deltatt. For å forenkle eventuell smittesporing, bør hver utøvers plassering loggføres slik at det er enkelt å identifisere hvilke utøvere som har hatt nærkontakt² med en som er bekreftet syk med covid-19.

Gjeldende myndighetskrav med 1 meter avstand innendørs er pr definisjon nærkontakt etter 15 minutter. Opprettholdes 2 meter avstand mellom hver utøver, vil det begrense antall personer som må tas ut i karantene hvis smitte blir påvist etter øvelsen har funnet sted.

Musikk- og korøvelser eller andre lignende kulturaktiviteter er ikke omfattet av forbudet i Covid-19-forskriften §13 bokstav a. Forbudet i bestemmelsen gjelder kulturarrangementer hvor personer fysisk møtes. En naturlig forståelse av ordet "kulturarrangement" tilsier at forbudet er ment å ramme forestillinger og lignende hvor det legges til rette for at mennesker møtes, som for eksempel konserter, teaterforestillinger og danseforestillinger.

Selv om musikkøvelser og andre lignende aktiviteter ikke omfattes av forbudet i Covid-19-forskriften § 13 bokstav a, må slike aktiviteter følge de til enhver tid gjeldende anbefalinger om avstand mellom personer og samling av personer i grupper jf. forskriften § 4.

Særskilt om aktiviteter for barn og unge

Fritidsaktiviteter for barn og unge (til og med 20 år) der avstand på 1 meter er til hinder for å utøve aktiviteten kan fravike regelen om minst 1 meter avstand og ha normal kontakt under aktiviteten.³ Dette gjelder kun mens aktiviteten pågår, og ikke i forbindelse med eksempelvis pauser eller forflytninger. Dette er relevant for dans, drill-treninger og barnekor. Unntaket gjelder kun øvelser og ikke arrangementer. For konkurranser og andre arrangementer er 1 meters avstand mellom utøverne forskriftsfestet.

Arrangementer av lengre varighet med dagtilbud flere dager etter hverandre eller opphold med overnatting (som sommerleir, sommerskoler, sommerkurs og andre ferieaktiviteter) kan gjennomføres etter visse vilkår, se nærmere informasjon og risikovurdering fra FHI.⁴

² Definert som mindre enn 2 meters avstand i mer enn 15 minutter sammenhengende <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/helsepersonell/definisjoner-av-mistenkte-og-bekreftede-tilfeller-med-koronavirus-coronavir/>

³ <https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/smittevern-for-idrett-covid-19/smitteforebyggende-tiltak/reduisert-kontakt-mellom-personer>

⁴ <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/rad-og-informasjon-til-andre-sektorer-og-yrkesgrupper/anbefalinger-ved--store-arrangementer-knyttet-til-koronasmitte-i-norge/#arrangementer-og-sommeraktiviteter-for-barn-og-unge-av-lengre-varighet>

Om veilederen

Denne veilederen er utformet som følge av forskrift av 27. mars 2020 om smitteverntiltak mv. ved koronautbruddet (Covid-19-forskriften), som har et forbud mot enkelte kultur- og idrettsarrangementer mv. hvor personer fysisk møtes (§ 13). Veilederen er senest oppdatert 10. juni.

Formålet med forskriften er å begrense spredning av koronaviruset i befolkningen, og dermed begrense antall mennesker som møtes fysisk. Denne veiledningen har til hensikt å etablere de nødvendige kjøreregler for at organisert musikkaktivitet kan gjennomføres i tråd med dette.

Musikkøvelser er ikke et kulturarrangement i alminnelig forstand, men er en organisert kulturaktivitet hvor personer fysisk må møtes for å kunne spille og synge sammen. For at dette skal gjennomføres på en så trygg måte og i henhold til de smitteverntiltakene som foreligger, er denne veilederen vurdert og godkjent av Helsedirektoratet⁵.

I Covid-19-forskriften § 4 forutsettes det at Helsedirektoratet gir anbefalinger om fysisk avstand som skal holdes mellom mennesker og begrensninger på antall personer som kan samles i en gruppe. Denne veilederen kan kun anvendes innenfor den til enhver tid gjeldende begrensningen på antall deltakere i en gruppe som Helsedirektoratet har satt.

Selv om Covid-19-forskriften ikke skulle være til hinder for at musikere møtes utendørs for å øve fysisk sammen, all den tid de overholder retningslinjene som foreligger for befolkningen ellers, gjelder denne veiledningen for øvelser og opptredener både innendørs og utendørs, og omhandler alle former for samspill og musisering uavhengig av sjanger eller musikkuttrykk.

Veilederen er utarbeidet av Norsk musikkråd i samarbeid med representanter fra band, kor, korps og orkestre.

⁵ <https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/koronavirus/idrett-kultur-fornyelsesparker-og-frivillige-organisasjoner#musikkovelsler-kan-gjennomfores-dersom-smittevernregler-overholdes>

Versjonshistorikk:

30.04.20:

- Satt inn Helsedirektoratets referanse til veilederen.
- I relasjon til 17. mai, kan musikkorps som øver utendørs, samle hele korpset.
- Endret avstand mellom personer fra minst 2 meter til minst 1 meter iht ny vurdering fra Helsedirektoratet
- Musikkøvelser kan gjennomføres med inntil 30 personer med minst 1 meter mellom hver person. Inndeling i grupper på 5 personer med 4 meter mellom hver gruppe er ikke lenger nødvendig.
- Fra 7. mai kan det gjennomføres arrangementer som samler inntil 50 personer.
- Desinfisering av pianotangenter mv. endret til rengjøring.
- Anbefalt minste romstørrelse endret fra 4 m² til 3 m² pr person.
- Presisert at smittevernansvarlig har ansvar for å føre oversikt over hvem som deltar.

04.06.20:

- Satt inn referanse til Folkehelseinstituttets anbefaling for rengjøring av ulike type flater.
- Anbefaling om tid mellom bytte av blåseinstrumenter som blir delt mellom flere personer.
- Supplerende forklaring til tabell over anbefalt minste romstørrelser.
- Satt inn referanse til Smittevernveileder for konserter og arrangementer under covid-19-utbruddet.
- For anbefaling om minste romstørrelser er det presisert at øvingsrom mindre enn 25 m² er kravet at det skal være mulig å kunne holde minimum 1 meters avstand mellom hver person.
- Fra 15. juni kan det gjennomføres arrangementer med inntil 200 personer.
- Anbefaling om å loggføre plassering av utøvere under øvelsen, med hensyn til eventuell senere smittesporing.
- Nytt punkt om barne- og ungdomsaktivitet til og med 19 år om unntak fra avstandsbestemmelse etter visse vilkår. Iht. bestemmelse for barneidretten gult tiltaksnivå, denne er av Folkehelseinstituttet vurdert allment gjeldende ved barn og unges fritidsaktivitet der avstand på 1 meter vil være til hinder for å utføre aktiviteten
- Henvist til Folkehelseinstituttets nærmere anbefaling for sommeraktiviteter og samlinger med overnatting for barn og unge.

10.06.20:

- Nye bestemmelser for sambruk og deling av utstyr. Ingen sambruk endret til at vær aktsom ved sambruk av utstyr og instrumenter, med de råd som kommer frem av punkt 2.4 i Smittevern for idrett. Punktene er tatt inn i veilederen for Musikkøvelser i samråd med Folkehelseinstituttet og Kulturdepartementet
- Lagt til forklarende avsnitt om avstand og nærkontakt hvis smitte blir påvist etter øvelsen har funnet sted.
- Endret alderstrinn til og med 20 år for avstandsbestemmelse om barne- og ungdomsaktivitet.