

## Velkommen til onsdagstur!

Vi er veldig glade for at vi kan starte opp med onsdagsturer i DNT Vansjø havskajakk igjen. For at turene skal kunne være trygge for deltakerne og turlederne er det viktig at alle følger smittevernreglene våre.

Alle turlederne våre har gjennomgått DNTs smittevernkurs. Turlederen har ansvar for at regler og retningslinjer følges. Om deltakere ikke følger turlederens anmodninger kan vedkommende bli bedt om å forlate turgruppa.

Alle påmeldinger til onsdagsturer vil nå foregå på DNT Vansjø sine hjemmesider. Påmelding er obligatorisk før turstart. Turene legges ut i god tid, og det linkes til de på Facebook. Dere som ikke er på Facebook må følge med på hjemmesidene. Det settes et tak på 20 deltagere inkludert turledere.

### Generelle retningslinjer

- Det er veldig viktig at alle som deltar har en god allmenntilstand og er friske.
- Alle må ha med egen antibac eller tilsvarende
- Turen eller aktiviteten skal gjennomføres på en varsom måte for å unngå skader. Gruppen skal ha fokus på å unngå situasjoner som potensielt kan føre til behov for hjelp fra helse- eller beredskapsressurser.
- Det er ikke anledning til deltakelse dersom du er smittet/mistenk smittet av korona, har symptomer på smitte, som mild luftveisinfeksjon, hoste, feber, sår hals, tungpustethet, feber eller nedsatt almenntilstand.
- På våre turer må myndighetenes retningslinjer følges av alle deltakere; vi må holde minst en meters avstand til hverandre og være nøye med håndhygiene.
- Må vi hjelpe hverandre med å bære kajaker opp/ned fra bilene skal det brukes antibac både før og etter bæring
- Alle som ikke tilhører samme smitteenhet/husstand, kan ikke oppholde seg nærmere hverandre enn 1 meter.

### Mat og utstyr

- Alle må medbringe nødvendig personlig utstyr og det skal ikke deles på utstyr i gruppen.
- Hver enkelt deltaker må ha med det den trenger av mat og drikke. Det skal ikke tilberedes felles måltider.
- I den grad det trengs biltransport skal reglene opprettholdes i bilen også, om man ikke er i samme husstand.
- Utover det, så håper vi å se mange av dere på tur etterhvert 😊

Velkommen!