

Rekommendationer för kör- och musikverksamhet i coronatid

Körsången och körverksamheten är en viktig del av kyrkans liv och betyder mycket för körsångarna och för lyssnarna. Körsången är också en viktig del av gudstjänsten. Här får du tips på hur kör- och musikverksamheten kan komma igång igen.

Rekommendationerna har uppdaterats den 21 augusti efter Folkhälsomyndighetens rekommendationer för körverksamhet under covid-19.

Svenska kyrkans församlingar bedriver en omfattande körverksamhet med människor i olika åldrar och med körer i skilda kategorier och format. Många körer har under våren inte kunnat bedriva någon verksamhet. Andra körer har repeterat utomhus och tillämpat avstånd och lagom många deltagare.

Det finns också körer som har provat digitala redskap för sina övningar.

Inför omstart av kör- och musikverksamheten

Inför uppstart med fysiska körrepetitioner är det viktigt att tänka igenom hur övningarna arrangeras för att eliminera risken för smittspridning.

Det är i synnerhet angeläget att kunna komma igång med kör- och musikverksamheten för barn och unga så snart som möjligt och det är viktigt att hitta bra former för det.

Då körsångare hanterar luft långt ner från luftvägarna, finns en risk för att smitta sprids. Därför är det extra viktigt att skapa tydliga ramar runt verksamheten.

Rekommendationer för att körer i Svenska kyrkan ska kunna vara aktiva under coronapandemin:

- Bara friska symtomfria personer ska delta i kör- och musikverksamheten.
- Högst 50 personer får samlas vid samma tillfälle.
- Körverksamhet för personer som är 70 år och äldre eller som tillhör en riskgrupp bör helst undvikas om den inte sker digitalt. Det är däremot angeläget att hitta former för kontinuerlig kontakt under pandemin med de körmedlemmar som är över 70 år och/eller som tillhör någon riskgrupp.
- Det ska finnas goda möjligheter att tvätta händerna i anslutning till platsen där man övar.
- Ett avstånd på minst två meter mellan körmedlemmarna och mellan kör och körledare ska tillämpas.

Råd till dig som är körledare:

- Genomför aktiviteterna utomhus om det går.
- Om kören övar inomhus, överväg om kyrkan är en bättre lokal än församlingshemmet. Viktigt är att en ordentligt stor, väl ventilerad lokal användas.
- Gör en riskbedömning före genomförandet av sammankomst eller körövning för att utvärdera eventuella risker och för att kunna vidta åtgärder för att reducera eventuella risker. En mall för riskbedömning kan laddas ner på Folkhälsomyndighetens hemsida.
- Lokalerna ska städas kontinuerligt och noggrant.

- Se över ventilationskapacitet i lokalen.
- Gör markeringar på golvet eller i bänkarna som visar var människor ska stå för att hålla avståndet. Möblera om i lokalen så att människor inte står för nära varandra.
- Korta ner övningstillfället (högst två timmar).
- Överväg att dela in deltagarna i mindre grupper vid övning.
- Tillhandahåll individuella noter.
- Om instrument och mikrofoner används, ska de så långt det är möjligt inte delas och röras vid av andra än den som ska använda det. Om det inte går att undvika, bör handtvätt ske före och efter användning.

Vad gäller för olika typer av körer?

Om det handlar om en mindre kör eller ensemble, 10–20 personer, kan troligen hela kören öva samtidigt beroende på vilken lokal man använder – eller om övningen sker utomhus.

Om det är en större kör, överväg att dela in kören i grupper alternativt övning i större lokal – till exempel utspridda i kyrkan. Tänk på att kördeltagarna får vara max 50 personer.

Körsångare som är 70 år och äldre bör inte delta i körverksamhet med blandade åldrar under pandemin då det kan innebära större risk för smitta. Om körverksamhet med personer som är 70+ eller tillhör någon riskgrupp erbjuds, kan ett alternativ vara att sjunga utomhus om deltagarna håller ett avstånd på minst 2 meter till varandra. I mycket stora och välventilerade lokaler kan verksamheten möjligen också genomföras inomhus, då i små grupper med stora avstånd mellan deltagarna (Folkhälsomyndighetens rekommendationer 13 augusti 2020).

Lokalen

Så länge det går, överväg att öva utomhus. Församlingshemmets eller kyrkans vägg kan ge akustiskt stöd. Finns det möjlighet att samarbeta med till exempel idrottsföreningar – idrottsarenor som har utskjutande tak och väggar?

Överväg också om till exempel församlingshem eller församlingslokaler är lämpliga för just körövning, eller om kyrkan är en bättre lokal. Ventilation kan eventuellt vara en försvårande faktor i mindre lokaler. Kyrkan kan vara en bättre lokal förutsatt att kyrkolokalen är dimensionerad för körens eller gruppens storlek och att avstånd om två meter kan hållas.

Barn och unga

Svenska kyrkans verksamheter med barn och unga påverkas under den tid då det nya coronaviruset sprids i Sverige. Det kan handla om att det inte går att genomföra kör- och musikverksamhet som planerat eller att läger och samlingar ställs in.

Kör- och musikverksamheten med barn och unga är särskilt viktig och att den kan ges förutsättningar att bedrivas under rådande omständigheter.

Tänk på detta när det gäller barn och unga:

- Det är viktigt att nationella riktlinjer kring virushantering följs samt att inte bidra till ökad oro, samtidigt som det är viktigt att ta frågor som väcks kring rädsla och sårbarhet på allvar.

- Tydlig kommunikation med föräldrar och barn och ungdomar är viktig så att eventuella missförstånd och oro undviks.
- Oavsett beslut om att starta igen eller att dröja med uppstart, är det viktigt att kontakten och stödet till barn- och unga finns kvar. Barn och unga är en dokumenterat utsatt grupp kring våld, övergrepp och psykisk ohälsa särskilt i tider då den sociala kretsen minskar.
- Det är viktigt att nå ut till unga målgrupper om den löpande verksamhet som sker. Genom de digitala lösningarna kan det finnas möjlighet att nå fler barn och unga än vi annars gör.

Körsång i gudstjänst

Körsången är en viktig del i gudstjänsten och vid andra tillfällen i kyrkans verksamhet. Tänk på att kören vid framträdanden också bör ha ett avstånd mellan medlemmarna på minst två meter och att församlingen ska sitta på ett längre avstånd från den första körraden. Det kan också vara relevant att tänka på att inte hela kören framträder då den totala mängden människor som får samlas är 50. Ett sätt att hantera det kan vara att 4–8 personer framträder och att olika grupper av kören framträder vid olika tillfällen.

Vi är medvetna om att det i olika regioner kan göras olika bedömningar beroende på hur Folkhälsomyndighetens senaste rekommendationer tolkas. Rekommendationer från Svenska kyrkan på nationell nivå är att följa Folkhälsomyndighetens rekommendationer om högst 50 personer.

Folkhälsomyndighetens rekommendationer för arrangörer av verksamheter och evenemang

Det är allas ansvar att hindra spridningen av sjukdomen covid-19.

Åtgärder för att förhindra smittspridning kan till exempel vara att verksamheten

1. sätter upp information till medlemmar, personal, kunder och andra besökare,
2. markerar avstånd på golvet,
3. möblerar om eller på annat sätt skapar utrymme för att undvika trängsel,
4. håller digitala möten,
5. erbjuder möjlighet att tvätta händerna med tvål och vatten och erbjuder handsprit, samt
6. undviker att flera personer samlas, särskilt i trånga lokaler.

Folkhälsomyndigheten ansvarar för allmänna råd inom verksamhetsområdet smittskydd. Råden gäller fram till 31 december 2020.

Folkhälsomyndigheten har också konkreta nedladdningsbara redskap, information, affischer, mallar för riskbedömning med mera som kan användas i olika verksamheter.