

## Reglur KSÍ um sóttvarnir vegna COVID-19

13. ágúst 2020

### Almennt

Markmið þessara reglna er að tryggja að umgjörð leikja og æfinga í knattspyrnu verði með þeim hætti að hægt sé að halda áfram að leika knattspyrnu á Íslandi þrátt fyrir að COVID-19 sé enn við lýði í íslensku samfélagi og útlit fyrir að svo kunni að verða áfram næstu misseri.

Mikilvægasta vopn samfélagsins gegn COVID-19 eru þær almennu sóttvarnaraðgerðir sem embætti landlæknis og almannavarnir hafa kynnt ítarlega síðustu mánuðina. Þessar almennu aðgerðir eru hér með gerðar að skilyrði fyrir því að hægt sé að halda áfram iðkun knattspyrnu á Íslandi næstu misserin án þess að sífelld sé hætta á því að þurfa að skella öllu í lás á nokkurra vikna fresti.

Markmiðið er að lágmarka áhættuna á að þátttakendur í knattspyrnu (leikmenn, starfsmenn félaga og allir aðrir þátttakendur leiksins) smitist af COVID-19. Markmiðið er jafnframt og ekki síður að stöðva smit til annarra, ef einstaklingur innan félags sýkst þrátt fyrir fyrirbyggjandi aðgerðir. Mikilvægt er að öllum þátttakendum í knattspyrnu sé gert það ljóst að ekki er hægt að útrýma sýkingarhættu að öllu leyti.

Þessar reglur sem hér eru settar ná til keppnissvæða, æfingaaðstöðu, búningsaðstöðu, ferðalaga og síðast en ekki síst til mikilvægi almennrar aðgæslu allra þátttakenda í knattspyrnu á Íslandi (allra deilda meistaraflokka og 2. og 3. flokks karla og kvenna).

Reglur þessar fela í sér aðskilnað hópa eftir því sem nauðsyn krefur t.d. leikmanna/þjálfara frá almennum starfsmönnum félaga og ítarlegri aðskilnað fjölmiðla frá öðrum þátttakendum leiksins heldur en áður hefur verið fjallað um í leiðbeiningum KSÍ. Auk þess fela þessar ráðstafanir í sér ítarlegri leiðbeiningar um almenna sótthreinsun búningsklefa og búnaðar sem notaður er í keppni og á æfingum en áður hefur verið hér á landi.

Jafnframt er hér fjallað um ráðstafanir sem nauðsynlegar eru varðandi fjarlægðarmörk innan einstakra hópa, t.d. leikmanna, þjálfara og dómara. Sérstaklega er kveðið á um hámarksfjölda starfsfólks nauðsynlegra þjónustuaðila, t.d. starfsmenn mannvirkja, starfsmenn leikja og starfsmenn fjölmiðla.

Leikmaður sem sýkst hefur þarf eins og aðrir að halda sig í einangrun þar til liðnir eru a.m.k. 14 dagar frá greiningu/jákvæðu sýni (greiningarprófi) og að hann/hún hafi verið einkennalaus í a.m.k. 7 daga. Áður en að leikmaður getur hafið æfingar og keppni á ný þarf mat læknis til staðfestingar á að hann/hún sé leikfær samkvæmt fyrirbyggjandi leiðbeiningum. Aðrir leikmenn og starfsmenn hlutaðeigandi félags geta þurft að fara í sóttkví í allt að 14 daga.

## Svæðaskipting knattspyrnumannvirkja

Skipta ber knattspyrnumannvirki í þrjú svæði:

Svæði	Heiti svæðis	Hvað er innan svæðisins	Hverjir eru á svæðinu
1	Tæknisvæði	Leikvöllur Boðvangur Leikmannagangur Búningsklefar	Leikmenn Þjálfarar Liðslæknar Sjúkraþjálfarar Dómarar Sóttvarnarfulltrúar Boltasækjar Starfsmenn leiks Gæsla á svæði Sjónvarpsrétthafi Ljósmyndarar Fjölmíðlar
2	Áhorfendastúkur	Vinnuaðstaða fjölmiðla Stjórnherbergi leiks	Gæsla á svæði Eftirlitsmaður KSÍ Vallarþulur Stjórnandi leikklukku/LED-skilta Sjónvarpslýsendur Sjónvarpsrétthafi Fjölmíðlar Starfsmenn veitingasölu Stjórnarmenn félaga*
3	Ytra svæði	Ytra vinnusvæði sjónvarpsrétthafa Allar ytri girðingar mannvirkis	Inngangar áhorfenda Gæsla Tæknistjórn sjónvarpsrétthafa

Að hámarki mega vera 120 manns samtals innan svæða 1 og 2 á hverjum tíma (80 á svæði 1 og 40 á svæði 2). Tryggja skal að aðilar sem hafa aðgang að svæði 2 (skv. töflunni hér fyrir ofan) hafi engan aðgang að svæði 1.

\*Heimilt er að veita 10 aðilum frá hvoru félagi sem þátt tekur í leiknum aðgang að áhorfendasvæði. Þetta gætu t.d. verið stjórnarmenn viðkomandi félaga, leikmenn úr æfingahópi sem ekki eru á leikskýrslu eða aðrir aðilar. Þessir aðilar skulu rúmast innan svæðis 2 og ekki undir nokkrum kringumstæðum hafa aðgang að tæknisvæði (svæði 1).

Leikdegi er skipt niður í tímaglugga (um það bil 2 klst. hver gluggi) og taflan hér fyrir neðan sýnir hversu margir mega vera á hverju svæði innan hvers tímaglugga. Markmið töflunnar er að tryggja að fjöldi á hverjum tíma fari ekki yfir hámarksfjölda. Í töflunni er leiktími settur kl. 15:30 sem dæmi.

Öllum undirbúningi mannvirkis og leikvallar þarf að vera lokið vel tímanlega áður en leikmenn (keppnislið) mæta til leiks.

Svæði 1	Setup	Setup	Setup	Event start	Kick-off	Leikslok	Event end
Hópur	08:00	10:00	12:00	14:00	15:30	17:30	19:00
Leikmenn				36	36	36	
Liðsstjórn			4	14	14	14	
Dómarar				4	4	4	
Sóttvarnarfulltrúi	1	1	1	1	1	1	1
Boltasækjar				4	4	4	
Lyfjaeftirlit						1	1
Ljósmyndarar				3	3	3	
Starfsmenn leiks			2	2	2	2	2
Böruþer				4	4		
Gæsla	2	2	2	3	3	3	3
Vallarstarfsmenn	4	4	4	2	2	2	4
Starfsmenn mannvirkis	2	2	4	2	2	2	2
Starfsmenn sjónvarpsrétthafa			4	4	4	4	4
Fjölmiðlar						4	
<b>Alls á svæði 1</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>21</b>	<b>79</b>	<b>79</b>	<b>80</b>	<b>17</b>

Svæði 2	Setup	Setup	Setup	Event start	Kick-off	Leikslok	Event end
Hópur	08:00	10:00	12:00	14:00	15:30	17:30	19:00
Gæsla	2	2	2	5	5	5	6
Sóttvarnarfulltrúi			1	1	1	1	
Stjórnherbergi				2	2	2	2
Starfsmenn heimaliðs			4	4	3	3	4
Eftirlitsmaður KSÍ				1	1	1	
Fjölmiðlar				4	4	4	4
Sjónvarpsrétthafi			4	4	4	4	4
Stjórnarmenn félaga					20	20	
<b>Alls á svæði 2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>11</b>	<b>21</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>20</b>

## Áhorfendur

Skv. ákvörðun sóttvarnarlæknis er óheimilt að vera með áhorfendur á leikjum.

## Framkvæmd leiks

1. Koma liða á leikvöll
  - I. Tryggja þarf tveggja metra bil á milli allra einstaklinga í rútum. Sé ekki hægt að halda tveimur metrum á milli einstaklinga í einni rútu skal notast við aukarútur eftir þörfum. Notkun á andlitsgrímum er skilyrði ef áætlað er að rútuferð taki meira en 30 mínútur hvort sem hægt sé að halda tveimur metrum á milli einstaklinga eða ekki. Tryggja þarf sóttthreinsun á rútum áður en haldið er af stað. Handspritt skal vera aðgengilegt við inngang í rútur.
  - II. Ef leikmenn koma til leiks í einkabílum ætti að huga að því að ekki sé sameinast í bíla. Ef bílar eru samnýttir ætti að lágmarka fjölda í bíl til að tryggja fjarlægð (fer eftir stærð bíla) og nota andlitsgrímur.
  - III. Forráðamenn liða þurfa að tryggja að leiðir skarist ekki við komu á leikstað. Mikilvægt er að það sé rætt tímanlega hvenær lið mæti á leikstað og að allir fylgi tímaáætlun.
  - IV. Ef kostur er ættu lið að nota sitthvorn innganginn inn í mannvirki.
  - V. Heimaliði ber að hafa gæslu við alla innganga amk tveimur klst áður en leikur hefst og ber þeim einstaklingum sem sinna þessum hlutverkum að nota andlitsgrímu.
  - VI. Heimaliði ber að tryggja að sóttthreinsivökvi sé við alla innganga og skulu allir sem koma inn í mannvirki sóttthreinsa hendur.
2. Búningsklefar og salernisaðstaða liða og dómara
  - I. Tryggja skal að hægt sé að halda tveimur metrum á milli allra einstaklinga innan búningsklefa. Ef stærð búningsklefa býður ekki upp á að allir leikmenn hafi þar aðstöðu og að tveggja metra fjarlægð sé tryggð skal dreifa hvoru liði á fleiri en einn búningsklefa. Ef ekki er hægt að tryggja fjarlægðarmörk í einum klefa og ekki er hægt að dreifa hvoru liði á fleiri en einn klefa skulu aldrei vera fleiri leikmenn inn í klefanum á hverjum tíma en svo að hægt sé að tryggja að tveir metrar séu á milli einstaklinga.
  - II. Lágmarka skal þann tíma sem eytt er í búningsklefum og ættu leikmenn ekki að dvelja lengur en 30-40 mínútur innan búningsklefa fyrir eða eftir leiki.
  - III. Heimaliði ber að tryggja að sóttthreinsivökvi sé í búningsklefum.
3. Leikmannagangur
  - I. Tryggja skal að alltaf sé hægt að halda tveggja metra fjarlægð milli einstaklinga á leikmannagangi (við komu á leikvöll, fyrir og í upphitun, þegar gengið er til leiks, í hálfleik og eftir leik).
  - II. Heimaliði ber að tryggja að sóttthreinsivökvi sé á leikmannagangi.
4. Upphitun
  - I. Tryggja skal að hægt sé að halda tveggja metra fjarlægð milli allra einstaklinga nema leikmanna sama liðs á meðan á upphitun stendur.
  - II. Öllum nema leikmönnum, þjálfurum og dómurum ber skylda til að bera andlitsgrímur á meðan á upphitun stendur.
  - III. Tryggja skal að allur búnaður liða sem notaður er í upphitun sé sóttthreinsaður bæði áður en upphitun hefst og við lok upphitunar.

- IV. Tryggja skal að sér svæði sé afmarkað fyrir upphitun dómara.
5. Skoðun á búnaði leikmanna
  - I. Skoðun á búnaði skal fara fram fyrir framan búningsklefa hvors liðs þegar gengið er til leiks.
  - II. Dómari sem framkvæmir skoðun skal bera andlitsgrímu á meðan skoðun fer fram.
6. Gengið til leiks
  - I. Liðin ganga út á leikvöll í sitthvoru lagi – fyrst heimalið og svo útilið.
  - II. Ekki skal notast við lukkukrakka.
  - III. Ekki er leyfilegt að taka neinar liðsmyndir (ljósmyndarar mega eingöngu vera á afmörkuðu svæði fyrir aftan hvort mark). Ljósmyndurum ber að virða tveggja metra nálægðarviðmið í öllum sínum störfum.
  - IV. Leikmenn og dómarar skulu stilla sér upp fyrir framan áhorfendastúku með tveggja metra bili.
  - V. Leikmönnum er óheimilt að heilsast fyrir leiki en þess í stað er hvatt til stutts klapps meðan leikmenn eru kynntir (eins og verið hefur í sumar).
  - VI. Þegar hlutkesti er kastað skulu leikmenn og dómarar ávallt halda tveggja metra fjarlægð hver frá öðrum.
7. Tæknisvæði / Boðvangur / Leiktími
  - I. Heimaliði ber að tryggja að allir sem sitja á varamannabekkjum geti haldið þar tveggja metra bili á milli einstaklinga. Ef varamannabekkir eru við áhorfendastúku er hægt að nota hluta af sætum í stúkunni til að stækka varamannabekkinn. Ef varamannabekkir eru gegnt áhorfendastúku þarf að tryggja að stólar séu til staðar svo allir hafi sæti.
  - II. Ef ekki er hægt að tryggja tveggja metra nálægðarmörk skulu þeir aðilar sem sitja þéttar saman nota andlitsgrímur.
  - III. Eingöngu fjórði dómari leiks hefur heimild til að vera á svæðinu á milli varamannabekkjanna.
  - IV. Leikmönnum, þjálfurum og öðrum starfsmönnum liða er óheimilt að fagna mörkum með snertingu.
  - V. Leikmönnum, þjálfurum, dómurum og öðrum starfsmönnum leiks er óheimilt að hrækja, eða snýta sér á leikflötinn og umhverfi hans. Markmönnum er óheimilt að hrækja í hanskana sína.
  - VI. Sjónvarpsrétthafi skal hafa lágmarksmönnun á tæknisvæði (eingöngu tókumenn). Starfsmönnum sjónvarpsrétthafa ber að virða tveggja metra nálægðarviðmið í öllum sínum störfum.
8. Hálfleikur
  - I. Halda skal tveggja metra bili á milli allra einstaklinga þegar gengið er af leikvelli. Sama gildir þegar gengið er til leiks aftur eftir hálfleik.
  - II. Halda skal tveggja metra bili á milli allra einstaklinga á leikmannagangi og í búningsklefum
  - III. Að loknum hálfleik skulu liðin ganga út á leikvöll í sitthvoru lagi – fyrst heimalið og svo útilið.

9. Boltar og boltasækjar (þegar við á)
- I. Allir boltar sem notaðir eru í upphitun skulu sótthreinsaðir áður en upphitun hefst en einnig um leið og upphitun líkur.
  - II. Á meðan á leik stendur skulu boltar sótthreinsaðir í hvert skipti sem þeir fara úr leik eða eins og kostur er.
  - III. Stilla skal upp að lágmarki 10 boltum í kringum leikvöllinn á meðan á leik stendur – auk þess bolta sem notaður er við upphaf leiks.
  - IV. Boltasækjar (hámark 4) skulu í öllum sínum störfum virða tveggja metra nálægðarviðmið.
  - V. Boltasækjar skulu vera 16 ára eða eldri.
  - VI. Boltasækjar ættu að vera komnir á tæknisvæði (umhverfis leikvöllinn) amk 10 mínútum áður en lið ganga til leiks.
  - VII. Boltasækjar eiga að halda sig á tæknisvæðinu þar til leik lýkur.
  - VIII. Boltasækjar eiga ekki að fara um leikmannagang.
  - IX. Boltasækjar bera ábyrgð á því að þegar bolti fer úr leik sé honum stillt upp á sama stað og sá bolti var sem notaður var í staðinn.
  - X. Boltasækjar eiga ekki að senda (henda eða sparka) eða rétta leikmönnum bolta á meðan á leik stendur. Leikmenn skulu án undantekninga sækja boltana sjálfir.
  - XI. Sóttvarnarfulltrúa ber að tryggja að boltasækjar séu upplýstir um sóttvarnarreglur og að eftir þeim sé farið.
10. Leikslok (almennt)
- I. Ekki er heimilt að takast í hendur í leikslok.
  - II. Halda skal tveggja metra bili á milli allra einstaklinga þegar gengið er af leikvelli. Sama gildir um leikmannagang, búningsklefa og þegar mannvirki er yfirgefið.
  - III. Ef leikmenn og dómara nota sturtur að loknum leik skal tryggja að haldið sé tveggja metra bili á milli allra einstaklinga. Um fjölda einstaklinga í búningsklefum og nálægðarviðmið er vísað til 2. kafla hér fyrir ofan (um búningsaðstöðu og salernisaðstöðu liða og dómara)
  - IV. Öllum nema leikmönnum, þjálfurum og dómurum ber skylda til að bera andlitsgrímur á tæknisvæði þar til mannvirki hefur verið yfirgefið.
  - V. Ef leikmenn nota vallarsvæði eftir leik ber að tryggja að tveggja metra nálægðarmörk séu virt og að fjölmiðlum sé tryggt svigrúm til að taka viðtöl.
11. Leikslok (fjölmiðlar)
- I. Ef lið hafa kost á ætti að setja upp rafrænan fjölmiðlafund þar sem fjölmiðlar hafa tök á að spyrja þjálfara og einn leikmann um leikinn.
  - II. Nánar er fjallað um fjölmiðla og takmarkanir vegna þeirra í sér kafla um fjölmiðla.
12. Lyfjaeftirlit
- I. Tryggja þarf að aðstaða fyrir lyfjaeftirlit sé fyrir hendi en mikilvægt er að leitað sé allra leiða til að hægt sé að halda tveggja metra fjarlægð á milli einstaklinga.
  - II. Allir sem koma inn í aðstöðu lyfjaeftirlits eiga að bera andlitsgrímur.
  - III. Heimalið ber ábyrgð á að aðstaða lyfjaeftirlits sé sótthreinsuð með sama hætti og búningsklefar.

## Sóttvarnarfulltrúi og sóttvarnaraðgerðir

Hverju félagi verður gert að skipa sérstakan sóttvarnarfulltrúa sem ber ábyrgð á því að farið sé eftir þeim reglum sem nefndar eru í þessu skjali. Það er jafnframt á ábyrgð sóttvarnarfulltrúa að tryggja að allir aðilar viðkomandi félagsins séu meðvitaðir um þessar reglur. Sóttvarnarfulltrúi skal tryggja að leikmenn, þjálfarar og allir aðrir starfsmenn liða þekki til almennra sóttvarnaraðgerða og að þeim sé fylgt. Sóttvarnarfulltrúi ber einnig ábyrgð á því að allir fyrrnefndir aðilar þekki til helstu einkenna COVID-19.

Leikmanni eða starfsmanni liðs, sem finnur fyrir einkennum, er óheimilt að umgangast liðsfélaga sína eða starfsmenn liðsins. Sóttvarnarfulltrúa ber að tryggja að þessu sé fylgt án nokkurra undantekninga.

Sóttvarnarfulltrúi skal ekki hafa önnur hlutverk í tengslum við framkvæmd leikja.

### Einkenni COVID-19:

- Hósti
- Hiti
- Andþyngsli
- Hálssærindi
- Slappleiki
- Bein- og vöðvaverkir
- Skyndileg breyting eða tap á bragð- og lyktarskyni

### Ef leikmaður eða annar einstaklingur innan félags, eða fjölskyldur þeirra, fær einkenni sem geta bent til COVID-19:

- Viðkomandi skal halda sig heima og alls ekki mæta á æfingasvæði eða leikvang
- Hafa skal samband við heilsugæslu símleiðis eða í gegnum netspjall á heilsuvera.is eða við Læknavaktina í síma 1700 svo unnt sé að framkvæma próf fyrir COVID-19 án tafar.
- Það er mjög mikilvægt að fara ekki í eigin persónu á heilsugæslu eða Læknavaktina.
- Heilbrigðisstarfsfólk veitir ráðleggingar um næstu skref

Skýrar leiðbeiningar um sótthreinsun skulu vera aðgengilegar eins víða í mannvirki og kostur er. Notast skal við veggspjöld sem aðgengileg eru á covid.is (<https://www.covid.is/veggspjold>). Veggspjöld skulu vera sýnileg í búningsklefum, á leikmannagangi, í starfsmannaaðstöðu, í áhorfendasvæði og alls staðar annars staðar í mannvirki þar sem einhver umgangur fólks er. Veggspjöld sem minna á tveggja metra nálægðarviðmið skulu vera sérstaklega áberandi á öllum þessum stöðum. Það er á ábyrgð sóttvarnarfulltrúa heimaliðs að tryggja að leiðbeiningar séu aðgengilegar.

Sóttvarnarfulltrúi ber ábyrgð á því að sótthreinsun búningsklefa, leikmannagangs og tæknisvæðis fari fram áður en lið mæta til leiks. Salernisaðstöðu skal sótthreinsa daglega og þar skal einnig tryggja góða aðstöðu til handhrensunar. Sé eftir því kallað (t.d. af sóttvarnarfulltrúa gestaliðs, fulltrúa KSÍ eða fulltrúa heilbrigðisyfirvalda) skal sóttvarnarfulltrúi leggja fram áætlun um framkvæmd sótthreinsunar og staðfestingu á að hún hafi farið fram.

Sóttvarnarfulltrúi ber ábyrgð á að allar hurðir séu opnar eins og kostur er til að lágmarka þörf á snertingu við hurðarhúna.

Öll notkun á æfingabúnaði (öðrum en þeim sem nauðsynlegur er í upphitun) er óheimil. Sóttvarnarfulltrúar bera ábyrgð á því að þessu sé fylgt.

Ábyrgðaraðili leiks getur eftir tilmæli frá sóttvarnarfulltrúa vísað aðila sem reglur þessar taka til út úr mannvirki og útilokað viðkomandi frá viðveru á leikvangi eða æfingasvæði.

## Veitingar

Heimaliði er óheimilt að útvega veitingar (drykki og mat) fyrir gestalið, dómara og fjölmiðla. Tryggja skal að allar veitingar sem þessir aðilar bera með sér inn í mannvirkið, séu í lokuðum umbúðum.

Óheimilt er að deila drykkjarílátum (vatnsbrúsar) eða mataráhöldum með öðrum einstaklingum. Sóttvarnarfulltrúa ber að tryggja að leikmenn séu allir með sína eigin vatnsbrúsa og ef nauðsyn krefur að merkja þá með nafni leikmanna. Dómarar bera sjálfir ábyrgð á því að vera með vatnsbrúsa og ættu ekki undir neinum kringumstæðum að taka við drykkjarílátum frá leikmönnum, starfsmönnum liða eða starfsmönnum leiks.



## Fjölmiðlar

Starfsmenn fjölmiðla bera sjálfir ábyrgð á því að fylgja þeim almennu sóttvarnaðgerðum sem hér að ofan eru nefndar. Ábyrgðaraðili leiks getur eftir tilmæli frá sóttvarnarfulltrúa vísað aðila sem reglur þessar taka til út úr mannvirki og útilokað viðkomandi frá viðveru á leikvangi eða æfingasvæði.

Starfsmönnum fjölmiðla ber að kynna sér sóttvarnaðgerðir á sínu vinnusvæði á hverjum leikvelli. Sóttvarnarfulltrúi heimaliðs er ábyrgur fyrir því að fjölmiðlar hafi aðgang að upplýsingum sem þeir þurfa til að geta fylgt þeim reglum sem hér eru settar og hvernig þær eru útfærðar á hverjum leikvelli.

Takmarkaður fjöldi kemst fyrir í aðstöðu skrifandi blaðamanna á hverjum leikvangi. Miðlar með textalýsingu eru í forgangi þar (fotbolti.net, mbl.is, visir.is). Öllum starfsmönnum fjölmiðla ber að virða 2 metra fjarlægðarmörk og að bera andlitsgrímu.

Starfsmönnum fjölmiðla (annarra en rétthafa) ber að hafa samband við heimalið (sóttvarnarfulltrúa eða fjölmiðlafulltrúa) tímanlega fyrir hvern leik og óska eftir að fá aðgang. Vinnuaðstaða fjölmiðla (annarra en rétthafa og ljósmyndara) á í öllum tilfellum að vera á áhorfendasvæði (svæði 2A). Sóttvarnarfulltrúi heimaliðs ber ábyrgð á að tryggja aðgengi að aðstöðunni og þegar þangað er komið eiga starfsmenn fjölmiðla að halda sig þar þangað til leik er lokið og forðast almennt svæði áhorfenda. Starfsmenn fjölmiðla, sem starfa innan áhorfendasvæði (svæði 2A) hafa ekki undir nokkrum kringumstæðum aðgang að tæknisvæði (svæði 1).

Það er á ábyrgð sóttvarnarfulltrúa heimaliðs og fjölmiðlafulltrúa heimaliðs (ef starfandi) að tryggja að fjöldi fjölmiðlamanna á hverju svæði fari ekki yfir þann hámarksfjölda sem tilgreindur er í töflunni hér að ofan.

Ljósmyndarar hafa aðgang að svæði 1 en ef nokkur kostur er ættu þeir ekki að nota sama inngang og liðin. Ef þeir nota sama inngang skal tryggja að leiðir ljósmyndara og leikmanna skarist ekki þegar komið er inn í mannvirkið.

Vinnusvæði ljósmyndara á meðan á upphitun og leik stendur er eingöngu á afmörkuðu svæði við enda leikvallar. Ljósmyndarar mega ekki færa sig á milli enda á meðan á leik stendur og ættu aldrei að ganga í gegnum tæknisvæði/boðvang. Ljósmyndarar hafa ekki heimild til að fara inn á svæði 2 (áhorfendasvæði) þegar þeir eru komnir inn á tæknisvæðið (svæði 1).

Viðtöl við leikmenn og þjálfara að leik loknum takmarkast við þann fjölda fjölmiðlamanna (bæði rétthafa og annarra fjölmiðla) sem rúmast innan tæknisvæðis (svæði 1) skv. töflu hér fyrir ofan. Sé svigrúm til að veita öðrum fjölmiðlum en rétthafa, aðgang að leikmönnum og þjálfurum í leikslok til að taka viðtöl, er það heimilt. Ávallt skal þó tryggja að rétthafi hafi forgang á að taka viðtöl. Starfsmenn fjölmiðla sem starfa á svæði 2 er ekki heimilt að taka viðtöl á tæknisvæði (svæði 1) að leik loknum. Fjölmiðlar sem óska eftir að taka viðtöl eftir leiki verða að óska eftir því sérstaklega með góðum fyrirvara fyrir leik. Beiðni um að taka viðtöl skal send á sóttvarnarfulltrúa heimaliðs og/eða fjölmiðlafulltrúa heimaliðs (ef hann er starfandi). Sóttvarnarfulltrúi og fjölmiðlafulltrúi bera ábyrgð á því að fjöldi starfsmanna fjölmiðla sé ekki meiri en tilgreindur er í töflu hér fyrir ofan.

Sóttvarnarfulltrúa heimaliðs ber að tryggja að viðtalssvæði á leikvangi sé þannig útbúið/skipulagt að halda megi 2 metra fjarlægð milli fjölmiðlamanns og viðmælanda. Fjölmiðlamenn á viðtalssvæði leikvangs verða að tryggja að þeirra búnaður geri þeim kleift að taka viðtal með 2 metra fjarlægð frá viðmælanda. Starfsmönnum þeirra fjölmiðla sem taka viðtöl ber að tryggja að þeir sem taka viðtöl (tökumaður og fréttamaður) séu eingöngu í þeim hlutverkum og að tökumaður sé með andlitsgrímu á meðan á viðtölum stendur.

Starfsmenn sjónvarpsrétthafa og starfsmenn annarra fjölmiðla sem taka viðtöl eiga ekki, ef nokkur kostur er, að nota sama inngang og liðin. Sjónvarpsrétthafi skal manna starfsemi sína með eins fáum starfsmönnum og kostur er. Ef um beina útsendingu er að ræða hafa eingöngu myndatökumenn heimild til að vera á tæknisvæði (svæði 1). Myndatökumenn sem starfa á tæknisvæði skulu bera andlitsgrímur á meðan þeir eru innan svæðisins. Starfsmenn sjónvarpsrétthafa sem starfa á tæknisvæði (skv. ofangreindu) ættu ekki undir neinum kringumstæðum að fara inn á svæði 2. Aðrir starfsmenn sjónvarpsrétthafa (lýsendur og aðrir myndatökumenn) hafa ekki aðgang að tæknisvæði (svæði 1).

Sjónvarpsrétthafa sem og öðrum fjölmiðlum sem stafa á leikjum ber að tryggja að starfsmenn á þeirra vegum hafi ekki sýnt nein einkenni COVID-19 þegar þeir koma til starfa á knattspyrnuleik. Ef starfsmaður fjölmiðils hefur sýnt einhver þeirra einkenna sem tengjast COVID-19 á hann/hún ekki undir neinum kringumstæðum að starfa við leik.

Leikmönnum og þjálfurum sem fara í viðtöl hjá fjölmiðlum utan leikja- og æfingatíma er skylt að virða tveggja metra nálægðarviðmið í slíkum viðtölum. Starfsmönnum fjölmiðla sem taka slík viðtöl ber að tryggja að hægt sé að framkvæma þau miðað við þessi skilyrði. Félög ættu að leitast eftir því að verða við beiðnum fjölmiðla um viðtöl utan æfinga og keppni eins og kostur er.

## Æfingar

Mikilvægasta vörnin gegn COVID-19 í tengslum við knattspyrnuæfingar er að farið sé eftir tilmælum heilbrigðisyfirvalda eins og nokkur kostur er. Þó að undanþága sé veitt frá því að tveggja metra reglunni sé fylgt í keppni er það sérstaklega mikilvægt að henni sé framfylgt eins og kostur er á æfingum. Lágmarka skal þann fjölda sem viðstaddur er æfingu. Eingöngu leikmenn, þjálfarar og sjúkrateymi ættu að hafa aðgang að æfingum og ber sóttvarnarfulltrúa að tryggja að enginn óviðkomandi sé viðstaddur æfingar. Félög skulu skoða möguleika á að skipta leikmönnum í hópa eins og kostur er og æfa á sitthvorum tímanum þar sem því verður við komið.

Á öllum æfingum skulu þjálfarar og aðrir starfsmenn liða nota andlitsgrímur. Leikmenn ættu ekki að nota andlitsgrímur á æfingum.

Notkun á líkamsræktaraðstöðu félaga skal lágörkuð. fjöldi sem getur notað slíka aðstöðu í senn takmarkast af tveggja metra nálægðarviðmiðum og öll notkun á aðstöðunni verður að vera þannig að alltaf sé hægt að halda a.m.k. tveggja metra fjarlægð á milli einstaklinga. Sótthreinsa skal allan búnað bæði fyrir og eftir notkun.

Lágmarka skal notkun búningsklefa í tengslum við æfingar og í öllum tilfellum skal halda tveggja metra fjarlægð á milli einstaklinga.

Þátttakendum í æfingum er óheimilt að nota aðra félagsaðstöðu, s.s. eldhús og aðra sameiginlega aðstöðu.

Sóttvarnarfulltrúi skal tryggja að sótthreinsivökvi sé aðgengilegur á öllum æfingum, bæði í búningsklefum, á æfingasvæðinu sjálfu sem og á öllum öðrum stöðum innan félagssvæðis þar sem leikmenn eða aðrir sem að æfingunni koma fara um.

Sótthreinsa skal allan æfingabúnað áður en æfing hefst og eftir að henni lýkur. Jafnframt skal sótthreinsa búnað eins og kostur er á meðan á æfingu stendur, sérstaklega þann búnað sem fleiri en einn einstaklingur notar.

Óheimilt er að deila drykkjarílátum (vatnsbrúsar) eða öðrum búnaði með öðrum einstaklingum. Sóttvarnarfulltrúa ber að tryggja að leikmenn séu allir með sína eigin vatnsbrúsa og merkja þá með nafni leikmanna.

Öll aðstaða fyrir liðsfundi skal vera þannig útbúin að tveggja metra fjarlægð sé á milli einstaklinga.

Starfsmenn mannvirkja skulu án undantekningar nota andlitsgrímur á meðan á æfingum stendur og halda tveggja metra fjarlægð frá leikmönnum, þjálfurum og öðrum starfsmönnum liða á meðan þeir eru innan veggja mannvirkisins.

## Daglegt líf / heimili leikmanna, þjálfara og annarra starfsmanna liða utan æfinga- og keppnissvæða

Ef okkur á að takast að halda áfram knattspyrnuíðkun þurfum við að sameinast um að þátttakendur í íþróttinni lágmarki aðra þætti daglegs lífs sem snúa að öðru en heimilislífi og vinnu. Leikmenn, þjálfarar, dómarar og aðrir starfsmenn liða skulu því lágmarka samskipti við aðra eins og kostur er. Þetta á sérstaklega við um leikmenn. Í þessu felst m.a. að þessir aðilar ættu almennt að forðast fjölmenna staði eins og veislur, verslanir, veitingastaði, kvikmyndahús, skemmtistaði, bari o.s.frv.

Leikmenn ættu að kynna sér reglur um heimkomusmitgát og sóttkví í heimahúsi og fylgja þeim eins og hægt er til að vernda fjölskyldur sínar, vinnufélaga og aðra leikmenn. Þeir sem geta unnið í fjarvinnu að fullu eða að hluta ættu að ræða við vinnuveitendur sína um slíkt fyrirkomulag.

Leikmaður, þjálfari, dómari eða annar starfsmaður liðs sem á erindi á fjölmenna staði skal ávallt halda a.m.k. tveggja metra fjarlægð frá öðrum einstaklingum og bera andlitsgrímu ef það er ekki hægt.

Leikmenn, þjálfarar, dómarar og aðrir starfsmenn liða skulu gæta að almennum sóttvörnum (2 metra regla, handþvottur og sótthreinsun) á heimilum sínum, á vinnustað og hvar sem þeir eru á meðal fólks. Ef einstaklingur innan heimilis þessara aðila fær einhver einkenni sem bent geta til COVID-19 ætti viðkomandi án tafar að einangra sig þar til framkvæmt hefur verið veirupróf og niðurstaða liggur fyrir.