

## Reglur KSÍ um sóttvarnir vegna COVID-19

DRÖG – 6. 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 sýkist 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 og búningsklefar	Leikmenn, þjálfarar, liðslæknar, sjúkraþjálfarar, dómarar, boltasækjar, starfsmenn leiks (lágmarksmönnun heimaliðs) Gæsla á svæði (lágmarksmönnun) Sjónvarpsrétthafi (lágmarksmönnun) Ljósmyndarar (lágmarksmönnun)
2	Áhorfendasvæði	Áhorfendastúkur, fjölmiðlasvæði og stjórnherbergi	Hámarksfjöldi áhorfenda (í samræmi við fjöldatakmarkanir, 2 metra reglu – möguleiki á skiptingu í sóttvarnarsvæði). Gæsla á svæði – allar leiðir á milli svæðis 1 og 2 þarf að vakta sérstaklega. Vallarþulur og stjórnarndi leikklu/LED-skilta/risaskjá Sjónvarpslýsendur og aðrir starfsmenn rétthafa sem ekki þurfa nauðsynlega að vera á svæði 1 Fjölmiðlar (fjöldatakmarkanir)
3	Ytra svæði	Ytra vinnusvæði sjónvarpsrétthafa og allar ytri girðingar mannvirkis.	Allt nærsvæði mannvirkis sem ekki krefst mönnunar heimaliðs að öðru leiti en gæslu við alla innganga.

Að áhorfendum frátöldum mega að hámarki vera 100 manns (16 ára og eldri) samtals innan svæða 1 og 2 á hverjum tíma (80 á svæði 1 og 20 á svæði 2).

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. Aðalmarkmið töflunnar er að tryggja að fjöldi á hverjum tíma fari ekki yfir hámarksfjölda en helsta markmiðið er að tryggja þann hámarksfjölda sem er innan mannvirkis á meðan leikur fer fram. 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	
Þjálfarar				8	8	8	
Liðsstjórn			2	4	4	4	
Dómarar				4	4	4	
Boltasækjar				4	4	4	
Lyfjaeftirlit						2	2
Ljósmyndarar				3	3	3	
Starfsmenn leiks			4	4	4	4	4
Böruþegar				4	4	4	
Gæsla	2	2	2	3	3	3	4
Vallarstarfsmenn	4	4	4	2	2	2	4
Starfsmenn mannvirkis	2	2	2	2	2	2	2
Starfsmenn sjónvarpsrétthafa			4	4	4	4	4
<b>Alls á svæði 1</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>18</b>	<b>78</b>	<b>78</b>	<b>80</b>	<b>20</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	6	6	6	6
Stjórnherbergi				2	2	2	2
Starfsmenn heimaliðs			4	4	4	4	4
Fjölmiðlar				4	4	4	4
Sjónvarpsrétthafi			4	4	4	4	4
<b>Alls á svæði 2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>20</b>

## 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 er notkun á andlitsgrímum skilyrði. Notkun á andlitsgrímum er einnig 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.
  - II. Ef leikmenn koma til leiks í einkabílum ætti að huga að því að ekki sé sameinast í bíla.
  - 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 inngang amk tveimur klst áður en leikur hefst og ber þeim einstaklingum sem sinna þessum hlutverkum að hafa andlitsgrímu og hanska.
  - VI. Heimaliði ber að tryggja að sóttthreinsivökvi sé við alla innganga og skulu allir sem koma inn í mannvirki sóttthreinsa hendur.
2. Búningsklefar 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. Öllum er skylt að nota andlitsgrímur í búningsklefum.
  - IV. 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. Öllum nema leikmönnum, þjálfurum og dómurum ber skylda til að bera andlitsgrímur á leikmannagangi.
  - III. 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.

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).
  - IV. Leikmenn og dómarar skulu stilla sér upp fyrir framan áhorfendastúku eða myndavélar sjónvarpsrétthafa 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 varamannabekkin. Ef varamannabekkir eru gegnt áhorfendastúku þarf að tryggja að stólar séu til staðar svo allir hafi sæti.
  - II. Eingöngu fjórði dómari leiks hefur heimild til að vera á svæðinu á milli varamannabekkja.
  - III. Leikmönnum, þjálfurum og öðrum starfsmönnum liða er óheimilt að fagna mörkum með snertingu.
  - IV. Leikmönnum, þjálfurum, dómurum og öðrum starfsmönnum leiks er óheimilt að hrækja á leikflötinn og umhverfi hans. Markmönnum er óheimilt að hrækja í hanskana sína.
  - V. Sjónvarpsrétthafi skal hafa lágmarksmönnun á tæknisvæði (eingöngu tökumenn).
  - VI. Allir sem eru á tæknisvæði skulu bera andlitsgrímur fyrir leik og meðan á leik standur.
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. Öllum nema leikmönnum, þjálfurum og dómurum ber skylda til að bera andlitsgrímur í hálfleik.
  - IV. Að loknum hálfleik skulu liðin ganga út á leikvöll í sitthvoru lagi – fyrst heimalið og svo útilið.
9. Boltar og boltasækjar
  - I. Allir boltar sem notaðir eru í upphitun skulu sóttreinsaðir 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.
  - 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 bera andlitsgrímur allan tímann og notast við hanska.
  - V. Boltasækjar ættu að vera komnir á tæknisvæði (umhverfis leikvöllinn) amk 10 mínútum áður en lið ganga til leiks.
  - VI. Boltasækjar eiga að halda sig á tæknisvæðinu þar til leik lýkur.
  - VII. Boltasækjar eiga ekki að fara um leikmannagang.
  - VIII. 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.
  - IX. Boltasækjar eiga ekki að senda (henda eða sparka) eða rétta leikmönnum bolta á meðan á leik stendur. Leikmenn skulu sækja boltana sjálfir.
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.
  - IV. Öllum nema leikmönnum, þjálfurum og dómurum ber skylda til að bera andlitsgrímur á tæknisvæði þar til mannvirki hefur verið yfirgefið.
11. Leikslok (fjölmiðlar)
- I. Eingöngu sjónvarpsrétthafi hefur heimild til að taka viðtöl við leikmenn og þjálfara eftir að leik líkur.
  - II. 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.
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:

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

### Ef leikmaður eða annar einstaklingur innan félags 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 símaleiðis 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 sóttthreinsun 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. Það er á ábyrgð sóttvarnarfulltrúa heimaliðs að tryggja að leiðbeiningar séu aðgengilegar.

Sóttvarnarfulltrúi ber ábyrgð á því að sóttthreinsun búningsklefa, leikmannagangs og tæknisvæðis fari fram áður en lið mæta til leiks. Sé eftir því kallað (t.d. af sóttvarnarfulltrúa gestaliðs, fulltrúa KSÍ eða fulltrúa heilbrigðisyfirvalda) skal sóttvarnarfulltrúi leggja fram áætlun um framkvæmd sóttthreinsunar 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.

Sóttvarnarfulltrúi hefur heimild til að víkja einstaklingi / starfsmanni leiks / starfsmanni mannvirkis, sem ekki fer eftir þessum reglum, út úr mannvirki og útiloka viðkomandi frá þátttöku / störfum í leiknum.

## 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.

DRÖGG



## Fjölmiðlar

Starfsmenn fjölmiðla bera sjálfir ábyrgð á því að fylgja þeim almennu sóttvarnaraðgerðum sem hér að ofan eru nefndar. Sóttvarnarfulltrúi heimaliðs hefur heimild til að vísa frá starfsmanni fjölmiðils sem ekki fylgir þeim reglum sem hér eru settar.

Starfsmönnum fjölmiðla ber að kynna sér sóttvarnaraðgerðir 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 réttthafa) ber að hafa samband við heimalið (sóttvarnarfulltrúa eða fjölmiðlafulltrúa) tímanlega fyrir hvern leik og óska eftir að fá aðgang. Vinnuaðstaða fjölmiðla (annarra en réttthafa og ljósmyndara) á í öllum tilfellum að vera á áhorfendasvæði (svæði 2). 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 (annarra en réttthafa) 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 mannvirkid.

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).

Sjónvarpsrétthafinn þarf í öllum tilfellum að vera með sína aðstöðu gegnt aðalstúku. Starfsmenn sjónvarpsrétthafa eiga ekki, ef nokkur kostur er, ekki 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 áhorfendasvæði. Aðrir starfsmenn sjónvarpsrétthafa (lýsendur og aðrir myndatökumenn) hafa ekki aðgang að tæknisvæði (svæði 1).

Eingöngu sjónvarpsrétthafi hefur aðgang að þjálfurum og leikmönnum eftir leik til að taka viðtöl. Félögin verða 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. Sjónvarpsrétthafa 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.

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

DRÖGG

## 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 leikmenn, þjálfarar og aðrir starfsmenn liða nota andlitsgrímur. Heimilt er að leikmenn víki frá þessu skilyrði á meðan á æfingunni sjálfri stendur.

Notkun á líkamsræktaraðstöðu félaga skal lágörkuð eins og kostur er. Eingöngu fáir einstaklingar skulu nota slíka aðstöðu í senn og alltaf þannig að hægt sé að halda a.m.k. tveggja metra fjarlægð á milli einstaklinga. Sótthreinsa skal allan búnað bæði fyrir og eftir notkun.

Lágmarka skal eins og nokkur kostur er notkun búningaklefa 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 sóttthreinsivökvi sé aðgengilegur á öllum æfingum, bæði í búningaklefum, 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 sóttthreinsa 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) 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.

Öll aðstaða fyrir liðsfundi skal vera þannig útbúin að hægt sé að halda tveggja metra fjarlægð á milli einstaklinga. Andlitsgrímur skulu notaðar.

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. Í þessu felst m.a. að þessir aðilar ættu að forðast fjölmenna staði eins og verslanir, veitingastaði, bíóhús, skemmtistaði o.s.frv.

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

Leikmenn, þjálfarar, dómarar og aðrir starfsmenn liða skulu gæta að almennum sóttvörnum (2 metra regla, handþvottur og sóttþreinsun) 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.