

# Retningslinjer for korona smitteverntiltak - bredde -barn og ungdom

(Sist oppdatert: 13.Nov 2020)



## Hva kan vi gjøre for å hindre smitte i idretten?

Vi må alle gjøre en innsats nå for å sikre at vi kan holde basketballaktiviteter åpen for alle våre medlemmer. Vennligst les nøye gjennom klubbens rutiner for korona-smitteverntiltak slik at du forstår hva du skal gjøre for å hindre smittespredning av covid-19 og holder basketballaktiviteter i gang.

Ved gjentatte brudd på smittevernstiltakene beskrevet i NBBFs veileder, vil NBBF vurdere nedstengning av treninger, arrangement og serier.

## Smittevernskontakter i Asker Aliens (Asker Basketball Club)

### Klubbens smittevernsansvarlig

*Klubbens smittevernsansvarlig er ansvarlig for at NBBFs covid-19 veileder etterfølges i klubben. Personen er også NBBFs kontaktperson vedrørende covid-19rapportering. (Ref. NBBF Veileder for Gjenåpning av Basketballaktivitet)*

Klubbens smittevernsansvarlig er:

Gunn Berit Schutz

[GunnBeritSchutz@gmail.com](mailto:GunnBeritSchutz@gmail.com)

Tlf: 46682164

### Klubbens sportslig ansvarlig

*Hver klubb skal ha en sportslig ansvarlig som skal ha tilgang til alle deltakerlistene til klubben. (Ref. NBBF Veileder for Gjenåpning av Basketballaktivitet)*

Klubbens sportslig ansvarlig er:

Vigdis Hvaal

[vigdishvaal@hotmail.com](mailto:vigdishvaal@hotmail.com)

Tlf: 95200932

### Lagets smittevernsansvarlig / arrangementsansvarlig

Treneren til laget skal være smittevernsansvarlig/arrangementsansvarlig under trening og kamp aktivitet. Hvis ikke de er til stede skal ansvaret tildeles en person over 18 år som har fullført NIFs *Koronavettkurs* og forstår trenerens smittevernsansvar.

# Retningslinjer for korona smitteverntiltak - bredde -barn og ungdom

(Sist oppdatert: 13.Nov 2020)



## Hvem har ansvaret for hva?

### Norges Basketball Forbund (NBBF)

- har ansvar for å utarbeide egne koronavettregler for sin idrettsaktivitet.  
(ref NIF Koronavettkurs)

NBBF publiserer oppdatert korona informasjon som gjelder for basketballaktiviteten her:  
<https://www.basket.no/om-nbbf/koronatrusselen/>

### Idrettslag (Asker Aliens, ved stryket)

- har ansvar for at all aktivitet i idrettslaget skjer slik det står i særforbundenes koronavettregler og smittevernveileder for idretten. (ref NIF Koronavettkurs)

Styret skal sørge for dette ved å ivareta følgende punkter:

<b>Rutiner</b>	<i>Klubben har rutiner som sørger for at eksisterende smitteverntiltak ivaretas.</i>
<b>Opplæring</b>	<i>Nødvendig opplæring og informasjon om tiltakene formidles til trenere/instruktører, deltakere, foreldre/foresatte og frivillige i god tid før oppstart av aktivitet eller arrangement.</i>
<b>Informasjon</b>	Informasjon om anbefalte smitteverntiltak er tilgjengelig til alle, for eksempel ved å gjøre informasjon tilgjengelig og digitalt og ved å henge opp <a href="#">Norges idrettsforbunds</a> og <a href="#">Helsedirektoratets plakater</a> .
<b>Lister</b>	<i>Frammøtelister på treninger og arrangement er tilgjengelig.</i>
<b>Inndeling</b>	Tydelige retningslinjer for gruppeinndeling og arenainndeling er formidlet. Retningslinjene skal ivareta til enhver tid anbefalte smittevernråd.
<b>Arrangementsansvarlig</b>	<i>Klubben har en koronaansvarlig på arrangementer. Koronaansvarlig skal kontrollere antall tillatte personer til stede, ha kontaktopplysninger på alle til stede, sørge for at deltakerne holder avstand og generelt gjennomfører arrangementet i henhold til smittevernveileder for idretten.</i>

### Trenerne

*Har ansvar for å planlegge og gjennomføre aktivitet slik det står i retningslinjene.*

Se *Trenerens smittevernssjekkliste* for smittevernstiltak ved aktivitet.

### Utøverne og utøvernes foresatte/verger

*Utøverne og utøvernes foresatte/verger har ansvar for at enkeltutøveren følger de krav og retningslinjer som er gjeldende for aktiviteten.*

Se *Utøverens/Foresattes smittevernssjekkliste* for smittevernstiltak ved aktivitet.

# Retningslinjer for korona smitteverntiltak - bredde -barn og ungdom

(Sist oppdatert: 13.Nov 2020)



## Sjekkliste smittevernstiltak Klubbens smittevernssjekkliste

Koronatiltak – Klubbens smittevernssjekkliste	Gjennomført	Merknad
Smittevernsansvarlig er utpekt <b>Navn:</b> Gunn Berit Schutz <b>Epost:</b> <a href="mailto:GunnBeritSchutz@gmail.com">GunnBeritSchutz@gmail.com</a> <b>Tlf:</b> 46682164	01.09.2020	Vedtatt styremøte 01.09.2020
Sportslig ansvarlig er utpekt <b>Navn:</b> Vigdis Hvaal <b>Epost:</b> <a href="mailto:vigdishvaal@hotmail.com">vigdishvaal@hotmail.com</a> <b>Tlf:</b> 95200932	01.09.2020	Vedtatt styremøte 01.09.2020
Styret har fullført Idrettens <i>koronavettkurs</i> <a href="https://www.idrettsforbundet.no/tema/koronavirus/koronavettkurs/">https://www.idrettsforbundet.no/tema/koronavirus/koronavettkurs/</a>	04.09.2020	
Klubben har rutiner som sørger for at eksisterende smitteverntiltak ivaretas.	01.09.2020	Ref <i>Retningslinjer for Korona smitteverntiltak - bredde -barn og ungdom</i>
Klubben har system for rapportering av deltagelse på aktivitet	01.09.2020	Spond
Klubben har sendt informasjon om generelle anbefalinger for å forebygge smitte, kravene i NBBF veileder og klubbens smitteverntiltak til alle som skal delta i aktiviteten.	02.09.2020	Spond, Nettsiden, Facebook grupper
Klubben har hengt opp plakater eller lignende med informasjon om hvordan man kan forebygge smitte (rettet mot spillere og/eller andre)	03.09.2009	Håndteres hovedsakelig av halleier (kommunen eller skolen) Digitalt via Spond, nettsiden og facebook grupper
Desinfeksjonsmiddel er gjort tilgjengelig for alle lag for bruk før, under og etter trening. <input type="checkbox"/> Kontakt Sarah Slinning (98121044) for henting av desinfeksjonsmiddel <input type="checkbox"/> Overflater desinifiseringsutsyr leveres ut til alle lag	04.09.2020	Hånd desinifisering utlevert under trenermøte

# Retningslinjer for korona smitteverntiltak - bredde -barn og ungdom

(Sist oppdatert: 13.Nov 2020)



## Trenerens smittevernssjekkliste

Koronatiltak - trenerens smittevernssjekkliste	
<input type="checkbox"/>	Jeg har fullført Idrettens <i>koronavettkurs</i> <a href="https://www.idrettsforbundet.no/tema/koronavirus/koronavettkurs/">https://www.idrettsforbundet.no/tema/koronavirus/koronavettkurs/</a>
<input type="checkbox"/>	Jeg forholder meg til klubbens retningslinjer og NBBF sin veileder for covid-19 smittevern tiltak.
<input type="checkbox"/>	Jeg kontakter klubbens smittevernansvarlig <b>UMIDDELBART</b> for å rapportere bekreftet covid-19 smitte hos meg eller i min husstand/nærkontakt og følger deretter klubbens råd og rutiner.
<input type="checkbox"/>	Jeg forstår at jeg er smittevernsansvarlig under aktiviteter som mitt lag delta på i regi av klubben. Hvis jeg ikke kan være til stede skal jeg tildele ansvar til en annen person.
<input type="checkbox"/>	Jeg er oppdatert om egne smittevernsregler som gjelder for hallen/stedet der aktivitet skal holdes. <b>NB! Noen haller har ekstra tiltak. Følg alltid vaktmesterens råd ved hver enkelt hall.</b>
<input type="checkbox"/>	Mitt lags aktiviteter er registrert som arrangement i lagets Spond gruppe med maks 20 plasser per aktivitet.
<input type="checkbox"/>	All oppmøte på trening/arrangement bekreftes/avkreftes i Spond
<input type="checkbox"/>	Jeg unngår om mulig, bruk av offentlig transport til og fra treningen.
<input type="checkbox"/>	Jeg holder meg hjemme om jeg føler meg syk eller i risikogrupper- alltid
<input type="checkbox"/>	Jeg praktiserer god hygiene før, under og etter trening - alltid
<input type="checkbox"/>	Jeg og mitt lag unngår nærkontakt og holder 1-meters avstand regelen under aktivitet. <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Vi fraviker det kun under spillsituasjoner i treningssammenheng, der det er nødvendig for å utføre idretten.</li></ul>
<input type="checkbox"/>	Jeg sørger for at mitt lags treningsgruppe er fast over tid. <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Treningsgruppene skal i størst mulig grad være de samme, men spillere kan delta på tvers av grupper, lag og idretter. NB! Egne regler for deltagelse i BLNO treningsgrupper!</li></ul>
<input type="checkbox"/>	Jeg tillater ikke at andre personer tilknyttet treningsgruppen, er til stede under mitt lags trening.
<input type="checkbox"/>	Jeg sørger for at mitt lag forstår at 1-meters regelen gjelder også i garderobes og dusj.
<input type="checkbox"/>	Jeg sørger for at overflater i garderobes og dusj er vasket/desinfisert etter mitt lags bruk. (Benker, vask, dørhåndtak, toalett og flater man naturlig tar på) <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Klubben sørger for at vaske/desinfiserings utstyr er tilgjengelig for lagene.</li></ul>
<input type="checkbox"/>	Jeg sørger for at felles utstyret som brukes under mine treninger er vasket/desinfisert etter bruk.

# Retningslinjer for korona smitteverntiltak - bredde -barn og ungdom

(Sist oppdatert: 13.Nov 2020)



## Koronatiltak - trenerens smittevernssjekkliste

- Jeg sender hjem utøvere som ankommer mine aktiviteter med covid-19 relaterte symptomer.
  - Utøveren kan ikke delta i klubbens aktiviteter før 2 dager etter at de er symptomfrie.
  - Typiske symptomer på pollenallergi (kjent pollenallergi, rennende nese med klart neseseekret, rennende/kløende øyne) skal ikke regnes som covid-19 symptomer relatert i denne sammenheng
- Jeg sørger for at utøvere som rapporterer følgende tilfelle til meg IKKE deltar på mine aktiviteter:
  - Utøveren har tatt covid-19 test og venter på svar
  - En person i husstanden/nærkontakt til utøveren er bekreftet smittet med covid-19
  - Utøveren selv er bekreftet smittet med covid-19
- Jeg kontakter klubbens smittevernansvarlig for å bekrefte at mistenkt eller påvist smitte på mitt lag er rapportert til klubben og følger deretter klubbens råd og rutiner.
  - NB! For utøvere som har luftveisinfeksjoner og testes uten å ha vært i nærheten av personer med påvist covid-19, trengs det IKKE rapporteres til klubben.

# Retningslinjer for korona smitteverntiltak - bredde -barn og ungdom

(Sist oppdatert: 13.Nov 2020)



## Utøverens/Foresattes smittevernssjekkliste

Koronatiltak - Utøverens/Foresattes smittevernssjekkliste	
<input type="checkbox"/>	Jeg har fullført Idrettens <i>koronavettkurs</i> <a href="https://www.idrettsforbundet.no/tema/koronavirus/koronavettkurs/">https://www.idrettsforbundet.no/tema/koronavirus/koronavettkurs/</a> NB! Kurset er for utøvere fra 13 år og oppover og foreldre eller foresatte til utøvere opp til 12 år. Foresatte må legge inn egne barn i sin profil i Min idrett for at utøvere på 13-14 år skal kunne ta kurset. Kurset tar ca 10 minutter å gjennomføre.
<input type="checkbox"/>	Jeg forholder meg til klubbens retningslinjer og NBBFs veileder for covid-19 smittevern tiltak.
<input type="checkbox"/>	Jeg kontakter klubbens smittevernansvarlig <b>UMIDDELBART</b> for å rapportere bekreftet covid-19 smitte hos meg eller i min husstand/nærkontakt og følger deretter klubbens råd og rutiner.
<input type="checkbox"/>	Jeg har opprettet en Spondbruger og blitt medlem av lagets Spondgruppe slik at jeg kan motta oppdateringer om retningslinjer.
<input type="checkbox"/>	Jeg melder meg på/av alle mine lags aktiviteter via Spond.
<input type="checkbox"/>	Jeg unngår om mulig, bruk av offentlig transport til og fra treningen.
<input type="checkbox"/>	Jeg holder meg hjemme om: <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Jeg føler meg syk eller i risikogrupper- alltid</li><li><input type="checkbox"/> En person i min husstand er bekreftet smittet med covid-19</li><li><input type="checkbox"/> Jeg er bekreftet smittet med covid-19</li><li><input type="checkbox"/> Jeg har covid-19 relaterte symptomer.<ul style="list-style-type: none"><li>○ Jeg delta IKKE i klubbens aktiviteter før 2 dager etter at jeg er symptomfrie.</li><li>○ Typiske symptomer på pollenallergi (kjent pollenallergi, rennende nese med klart neseseekret, rennende/kløende øyne) skal ikke regnes som covid-19 symptomer relatert i denne sammenheng</li></ul></li></ul>
<input type="checkbox"/>	Jeg kommer på aktivitet ferdig skiftet i rent treningstøy og med egen drikkeflaske
<input type="checkbox"/>	Jeg praktiserer god hygiene før, under og etter trening - alltid
<input type="checkbox"/>	Jeg unngår nærkontakt og holder 1-metersavstandsregelen under aktivitet. <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Vi fraviker det kun under spillsituasjoner i treningssammenheng, der det er nødvendig for å utføre idretten.</li></ul>
<input type="checkbox"/>	Jeg sørger for at jeg forstår reglene for deltagelse på flere lag i klubben, eller flere idrettsklubber. <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Treningsgruppene skal i størst mulig grad være de samme, men spillere kan delta på tvers av grupper, lag og idretter. NB! Egne regler for deltagelse i BLNO treningsgrupper!</li></ul>
<input type="checkbox"/>	Jeg opprettholder 1-meters regelen i garderobes og dusj.
<input type="checkbox"/>	Jeg sørger for at utstyret mitt som brukes under mine treninger er vasket/desinfisert etter bruk. (for eks, Ball, treningsstrikk osv)

# Retningslinjer for korona smitteverntiltak - bredde -barn og ungdom

(Sist oppdatert: 13.Nov 2020)



## Rutiner

### Smitteforebyggende tiltak

Smittevernets tre kjernepunkter

- A. Om du føler deg syk –hold deg hjemme –alltid.
- B. God hygiene skal praktiseres før, under og etter trening –alltid.
- C. Hold avstand og unngå nærkontakt –alltid.

Personer som er i karantene/isolasjon kan selvfølgelig ikke delta på aktivitet.

### Hygienetiltak

Midlertidig tiltak (12.11.20):

- Bruk av munnbind for voksne innført i Asker kommune**
  - **Voksne over 20 år må bruke munnbind i hallene (gjelder innendørs på offentlig sted i Asker kommune).**
  - **Barn og ungdom under 20 år under organisert trening eller organiserte fritidsaktiviteter trenger ikke bruke munnbind.**
- Alle som deltar i aktiviteten, skal hyppig desinfisere hendene sine.
  - ved ankomst til hallen
  - -i forkant av selve treningen
  - -når man forlater gulvet i etterkant av treningen
  - -når man forlater hallen
- Håndhilsning, klemming, «feiring» og annen unødvendig fysisk kontakt skal unngås.
- Det skal hostes i albuekroken eller i et papir som kastes (med påfølgende håndvask).

### Frammøtelister på treninger og lagarrangement

- Frammøtelister på treninger og lagarrangement skal administreres via Spond
  - Alle lag har en tildelt Spond gruppe.
  - Om det er problem med å sette opp arrangement, ta kontakt med Sarah Slinning (post@askeraliens.com)
- Klubbens medlemsansvarlig og sportslig ansvarlig har tilgang til alle klubbens Spond grupper og deltager lister for aktiviteter.

### Gruppe inndeling og arenainndeling

Midlertidig tiltak (12.11.20):

- Alle fritidsaktiviteter for voksne avlyses.**
- Det er ikke tillatt med samlinger med andre eller flere deltakere enn de som vanligvis deltar i aktiviteten eller på annet sted enn der aktiviteten vanligvis gjennomføres.**

Treningsgruppen skal bestå av maksimalt 20 utøvere, ekskludert gruppens trenere.

# Retningslinjer for korona smitteverntiltak - bredde -barn og ungdom

(Sist oppdatert: 13.Nov 2020)



- ~~Det er mulig for flere grupper á 20 personer á oppholde seg på samme treningsareal dersom gruppene holdes adskilt og de enkeltvis og samlet kan overholde smittevernrådene.~~
- OBS! Noen haller har egne regler om antall personer i hallen, det må sjekkes før man begynner aktiviteten.
- Treningsgruppene skal da holdes likt over tid.
- Ungdom som trener med BLNO lag må vente 48 timer etter de har trent med en bredde lag før de kan delta på BLNO trening.

## Hjemmekamp, turnering og treningskamper (Midlertidig stengt)

Midlertidig tiltak (Asker kommune 13.11.20)

- ~~Det er ikke tillatt á organisere eller gjennomføre kamper, cuper, stevner, turneringer o.l. for barn og unge under 20 ár.~~
- ~~Alle fritidsaktiviteter for voksne avlyses~~

~~Under kamp, turnering og treningskamper der Asker Aliens lag er hjemmelag eller ansvarlig for arrangementet má det tildeles en arrangementsansvarlig som sørge for følgende tiltak:~~

- ~~Det totale antall personer i hallen/arenaen samtidig, skal ikke overstige 50 stk, dette gjelder spillere og publikum.~~
  - ~~Trenere som er páskrevet kampskjema, dommere, sekretariatet og funksjonærer som står for gjennomføringen av kampene regnes ikke som en del av deltakerantallet. Offentlige myndigheters krav til offisielle reglementer skal etterleves fullt ut.~~
- ~~Alle deltakere/tilskuere má opprettholde 1 metersregelen til enhver tid.~~
- ~~Desinfiseringsmidler og informasjonsplakater er til stede.~~
- ~~Det skal føres deltakerlister av samtlige personer som er til stede under arrangementet. Arrangør skal slette listene etter 10 dager.~~

## Desinfisering/vask av overflater og utstyr

- Overflater i garderobe skal vaskes/desinfiseres etter hver gruppes bruk.
  - Benker, vask, dørhåndtak, toalett og flater man naturlig tar pá.
  - Klubben sørger for at vaske/desinfiserings utstyr er tilgjengelig for lagene.
- Utstyret som brukes under treningen skal vaskes/desinfiseres etter bruk.
  - Kjegler, baller, benker og eventuelt annet utstyr man tar pá.
  - Ikke kurv eller annet inventar i hallen som f. eks dørhåndtak, trappegelender, døråpner etc.
- Ved større arrangement utarbeides det egen sjekklister for ekstra overflaterenhold.



# Retningslinjer for korona smitteverntiltak - bredde -barn og ungdom

(Sist oppdatert: 13.Nov 2020)



## Formidling av smitteverns informasjon

- Klubbens retningslinjer for koronasmitteverntiltak publiseres på klubbens nettside ([www.askeraliens.com](http://www.askeraliens.com)).
- Klubbens smittevernsansvarlig skal formidle informasjon angående endring av smitteverntiltak og smitte tilfelle via klubbens kommunikasjonskanal, Spond.
- Deltagere (trenerne/utøverne/foresatte) skal sørge for at de har en Spond profil tilknyttet deres lags Spond gruppe.
  - o <https://www.spond.com/welcome>

## Rapportering av covid-19 smitte til klubben

### Deltakere med bare covid-19 relaterte symptomer og ingen kontakt med smitte (mistenkt covid-19)

- Deltakere* = Deltakere i klubbens aktiviteter (dvs. treneren/ utøveren/ foresatte/ styremedlem/ lagstøtte)
- Deltakere med covid-19 relaterte symptomer (luftveisinfeksjoner) skal holde seg hjemme og ikke delta i klubbens aktiviteter før 2 dager etter at deltakeren er symptomfri.
  - o Typiske symptomer på pollen allergi (kjent pollenallergi, rennende nese med klart neseseeret, rennende/kløende øyne) skal ikke regnes som covid-19 symptomer relatert i denne sammenheng.
- Treneren skal sende hjem utøvere som kommer på trening/arrangement med covid-19 relaterte symptomer.
- Deltakeren med **symptomer som testes uten å ha vært i nærheten av personer med bekreftet covid-19, trenger IKKE å rapportere til klubben**. Deltakeren skal ikke delta i klubbens aktiviteter inntil testen er bekreftet negativt. Hvis testen bekreftes positivt, skal deltakeren følger rutine for *Deltakere med bekreftet covid-19 smitte*.

### Deltakere med bekreftet covid-19 smitte blant husstanden/nærkontakter (sannsynlig covid-19)

- Deltakere* = Deltakere i klubbens aktiviteter (dvs. treneren/ utøveren/ foresatte/ styremedlem/ lagstøtte)
- Deltakere med **bekreftet covid-19 smitte blant husstanden/nærkontakter skal rapporteres UMIDDELBART til klubbens smittevernsansvarlig**.
- Deltakere med bekreftet covid-19 smitte blant husstanden/nærkontakter skal testes for covid-19 smitte.
- Testresultat for deltakere med bekreftet covid-19 smitte blant husstanden/nærkontakt skal rapporteres til klubbens smittevernsansvarlig**.
- Deltakere med bekreftet covid-19 smitte blant husstanden/nærkontakter SKAL IKKE DELTA i klubbens aktiviteter inntil testen er bekreftet negativt. Hvis testen bekreftes positivt, skal deltakeren følger rutine for *Deltakere med bekreftet covid-19 smitte*.
- Klubbens smittevernsansvarlig bekrefter hvilke rutiner skal da følges etter dagens råd fra FHI; NIF og NBBF.

# Retningslinjer for korona smitteverntiltak - bredde -barn og ungdom

(Sist oppdatert: 13.Nov 2020)



- Klubben følger da Folkehelseinstituttets gjeldende råd til nærkontakter som er husstandsmedlemmer eller lignende.

## Deltakere med bekreftet covid-19 smitte (bekreftet covid-19)

- Deltakere* = Deltakere i klubbens aktiviteter (dvs. treneren/ utøveren/ foresatte/ styremedlem/ lagstøtte)
- Deltakere med bekreftet covid-19 smitte **skal rapportere UMIDDELBART til klubbens smittevernsansvarlig.**
- Klubbens smittevernsansvarlig bekrefter til deltakeren hvilke rutiner skal da følges etter dagens råd fra FHI; NIF og NBBF.
- Deltakeren med bekreftet covid-19 smitte skal IKKE delta på aktivitet i regi av klubben.
- Deltakeren skal være i isolasjon og følges opp av helse- og omsorgstjenesten.
  - Det er helse- og omsorgstjenesten som beslutter hvem som skal være i isolasjon etter råd gitt av Folkehelseinstituttet.
- Klubbens smittevernsansvarlig rapporterer/informerer videre ved smittetilfelle i klubben ved å:
  - Ta kontakt med kommunehelsetjenesten ved smittetilfelle for;
    - Å forsikre at denne er kjent med personens relasjon til klubben/laget.
    - Å søke veiledning med hensyn til konsekvenser/råd med hensyn til klubbens aktivitet.
  - Rapporterer smittetilfellet til NBBF ved sportssjef, som igjen rapporterer til NIF
    - Rapportering til NBBF epost til: [brent@basket.no](mailto:brent@basket.no)
  - Informerer klubbens spillere, -trenere og -støtteapparat om smittetilfellet (ikke hvem som er smittet).
- Deltakerens lag/aktivitetsgruppe skal i samråd med klubbens smittevernsansvarlig da følge Folkehelseinstituttets råd om karantene for nærkontakter,
  - **NB! Pr 13. August skal hele laget i karantene i 10 dager dersom en spiller får påvist covid-19.**
  - Ref FHI  
<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/testing-og-oppfolging-av-smittede/definisjoner-av-mistenkte-og-bekreftede-tilfeller-med-koronavirus-coronavir/>
- Dersom flere spillere i et lag får påvist covid-19 skal lagets treninger suspenderes inntil lokal helsemyndighet gir klarsignal for gjenopptak av aktiviteten.

# Retningslinjer for korona smitteverntiltak - bredde -barn og ungdom

(Sist oppdatert: 13.Nov 2020)



---

## Definisjoner

Definisjoner er tatt fra Folkehelseinstitutt sin Koronavirus – temaside.

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/testing-og-oppfolging-av-smittede/definisjoner-av-mistenkte-og-bekreftede-tilfeller-med-koronavirus-coronavir/>

### Mistenkt covid-19

Med mistenkt tilfelle av covid-19 menes en person som fyller følgende kliniske kriterier: akutt luftveisinfeksjon og ett eller flere av følgende symptomer; feber, hoste, tungpustethet, tap av smak- eller luktesans, eller vurdert av lege som mistenkt covid-19.

### Sannsynlig covid-19

Nærkontakt til bekreftet tilfelle av covid-19 som fyller kliniske kriterier på covid-19. Kategorien benyttes kun når det ikke er mulig å gjennomføre testing, eller testsvaret er forsinket og sannsynligheten for smitte er stor.

Et sannsynlig tilfelle bør isoleres tilsvarende et bekreftet tilfelle. Husstandsmedlemmer og tilsvarende bør settes i karantene, men det er ikke nødvendig med smitteoppsporing av andre nærkontakter.

### Bekreftet covid-19

Med bekreftet tilfelle menes personer som har fått påvist covid-19 ved PCR-test.

### Nærkontakt

Fra 13.08.20 skal alle nærkontakter i karantene, og det skilles ikke lenger på type nærkontakt.

Med nærkontakter menes personer som har hatt tett kontakt med en person som er bekreftet syk med covid-19, fra 48 timer før vedkommende fikk de første symptomene (for asymptomatiske; fra 48 timer før prøvetaking), og til personen er avisolert.

Alle nærkontakter skal i karantene. Det kan likevel i noen situasjoner være nyttig å skille mellom "husstandsmedlemmer og tilsvarende nære kontakter", og "andre nærkontakter". Den som er ansvarlig for smitteoppsporingen, avgjør hvilken kategori den enkelte nærkontakt hører hjemme i etter en helhetsvurdering av smitterisiko.

Smitterisikoen påvirkes mest av mengde og grad av fysisk nærhet. I tillegg har det betydning om den smittede hoster eller nyser mye, om man deler på et lite luftvolum innendørs, og om kontakten er i den mest smittsomme perioden tidlig i sykdomsforløpet.

### Husstandsmedlem eller tilsvarende nær kontakt

- Bor i samme husstand.
- Har hatt tilsvarende omfattende eller fysisk nær kontakt som i en husstand (eksempel kan være kjæreste, nærmeste kolleger i kontorfellesskap, samme kohort i barnehage eller skole til og med 4. trinn).
- Har pleiet den som er bekreftet smittet eller hatt tilsvarende nær fysisk kontakt, uten å ha brukt anbefalt beskyttelsesutstyr.

# Retningslinjer for korona smitteverntiltak - bredde -barn og ungdom

(Sist oppdatert: 13.Nov 2020)



---

## Andre nærkontakter

- Innendørs: mindre enn 2 meters avstand i mer enn 15 minutter sammenhengende med en person som er bekreftet syk med covid-19.
- Ute: mindre enn 2 meters avstand i mer enn 15 minutter sammenhengende, ansikt til ansikt, med en person som er bekreftet syk med covid-19.
- Har hatt direkte fysisk kontakt med (for eksempel ved håndhilsing) en som er bekreftet syk med covid-19 (gjelder ikke dersom anbefalt beskyttelsesutstyr er brukt).

## Referanser

*NBBF Korona-situasjon*

<https://www.basket.no/om-nbbf/koronatrusselen/>

*Norges Idrettsforbund – Koronavirus*

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/koronavirus/>

*Idrettens koronavettkurs*

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/koronavirus/koronavettkurs/>

*Covid-19: Veileder i smittevern for idrett (covid-19)*

<https://www.fhi.no/publ/2020/veileder-smittevern-idrett/>