



SKÁKSAMBAND STOFNAÐ 1925 ÍSLANDS

Reglur Skáksambands Íslands vegna Covid-19

Settar upphaflega 20. ágúst, 2020

Uppfærðar 12. janúar 2021

1. Markmið

Markmið þessara reglna er að tryggja að umgjörð á æfingum og keppni verði með þeim hætti að hægt sé að halda úti skákstarfi á Íslandi þrátt fyrir tilvist COVID-19 í íslensku samfélagi og útlit fyrir að svo kunnir að verða áfram. Mikilvægasta vopn samfélagsins gegn COVID-19 eru þær almennu sóttvarnaraðgerðir sem sóttvarnalæknir, embætti landlæknis og almannavarnir hafa kynnt ítarlega síðustu mánuðina.

Markmiðið er að lágmarka hættuna á að þátttakendur (iðkendur, starfsmenn félaga, dómarmar, þjálfarar og allt annað aðstoðarfólk) smitist af COVID-19. Markmiðið er jafnframt og ekki síður að lágmarka smit til annarra, ef einstaklingur innan félags sýkst þrátt fyrir fyrirbyggjandi aðgerðir. Mikilvægt er að öllum iðkendum og aðstoðarfólki sé gert það ljóst að ekki er hægt að útrýma sýkingarhættu að öllu leyti.

Þessar reglur sem hér eru settar ná til keppnissvæða, æfingaaðstöðu, ferðalaga og síðast en ekki síst til almennrar aðgátar allra þátttakenda sem fæddir eru árið 2004 eða fyrr. Reglur þessar fela í sér aðskilnað hópa eftir því sem nauðsyn krefur, þar með talinn ítarlegri aðskilnað fjölmiðla frá öðrum þátttakendum. Auk þess fela þessar ráðstafanir í sér ítarlegri leiðbeiningar um almenna sóttthreinsun skákbúnaðar 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.

Þátttakandi 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 leikmaður getur hafið æfingar og keppni á ný þarf mat læknis til staðfestingar á að hann/hún sé leikfær samkvæmt fyrirbyggjandi leiðbeiningum.

2. Almennt

Einstök félög bera ábyrgð á að farið sé eftir sóttvarnareglum sem eru í gildi hverju sinni með öryggi og velferð skákmanna og starfsfólks að leiðarljósi. Áhersla er lögð á gott upplýsingaflæði til félagsmanna, þjálfara og starfsfólks um stöðu mála, úrræði og stuðning sem í boði er.

Fjöldatakmörkun kveður á um að fleiri en 50 einstaklingar megi ekki koma saman, hvort sem er í opinberum rýmum eða einkarýmum. Ef skákmenn og starfsfólk eru fleiri en 50 þarf að skipta skákstað upp í hólf og tryggja að enginn samgangur (blöndun) sé á milli hólfra. Auðvelt aðgengi að handþvottaaðstöðu og handspritti þarf að vera til staðar. Hvert skilgreint hólf þarf að vera greinilega aðskilið. Þau þurfa að hafa eigin inngang og útgang og enginn samgangur er heimilaður á milli hólfra. Salerni þurfa að vera aðskilin fyrir hvert hólf.

Mælt er með að starfsmenn starfi innan eins hólfis. Ef ekki er hægt að koma öðru við geta þeir farið milli svæða en gæti þá sérstaklega að sóttvörnum.

Til að hægt sé að halda nándarmörk þarf að tryggja að of margir safnist ekki saman í sameiginlegum rýmum.

Fjöldatakmörkun **eða grímunotkun** tekur ekki til barna sem eru fædd árið 2005 og síðar í hverju félagi skal vera til staðar viðbragðsáætlun ef upp kemur smit eða grunur um slíkt. Um öll svæði gildir að skákmenn, þjálfarar og annað starfsfólk á ekki að koma inn á svæði ef þau:

- a. Eru í sóttkví.
- b. Eru í einangrun (einnig meðan beðið er niðurstöðu sýnatöku).
- c. Hafa verið í einangrun vegna COVID-19 smits og ekki eru liðnir 14 dagar frá útskrift.
- d. Eru með einkenni (kvef, hósta, hita, höfuðverk, bein- eða vöðvaverki, þreytu).

3. Grundvallarsmitgát

- Almenn handhreinsun, þ.e. handþvottur eða notkun handspritts (ef handþvottur er ekki mögulegur) eftir snertingu við mengað yfirborð og áður en unnið er með matvæli.
- Gæta hreinlætis við hósta og hnerra með því að halda fyrir vitin á meðan hóstað er með bréfpurrku, sem er hent strax að notkun lokinni í rusl og hendur þvegnar á eftir. Annars hósta og hnerra í olnbogabót.
- Vönduð þrif og sótthreinsun á yfirborði sem oft er snert.
- Forðist sameiginlega snertifleti á fjölförnum stöðum.
- Virðið gildandi fjölda- og fjarlægðartakmarkanir.
- Forðist snertingu t.d. með handabandi.

Einkenni COVID-19:	Ef leikmaður eða annar einstaklingur innan félags, eða fjölskyldur þeirra, fær einkenni sem geta bent til COVID-19:
<ul style="list-style-type: none"> • Hiti • Hósti • Andþyngsli • Hálssærindi • Slappleiki • Bein- og vöðvaverkir • Skyndileg breyting eða tap á bragð- og lyktarskyni 	<ul style="list-style-type: none"> • Viðkomandi skal halda sig heima og alls ekki mæta á æfingasvæði eða keppnisstað • 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 án þess að hringja fyrst. • Heilbrigðisstarfsfólk veitir ráðleggingar um næstu skref

4. Þrif

Umhverfi skal þrifið vandlega því smitefnið frá þeim sem eru hugsanlega sýktir getur borist á yfirborð í umhverfinu. Einnig er margt annað smitefni sem getur borist milli manna og því er mikilvægt að allir gæti að hreinlæti. Sameiginleg rými, snertifletir og salerni skulu þriffin a.m.k. daglega (umhverfisspritt 85%, bleiklórblanda 500-1000 ppm, Virkon 1%).

5. Búnaður

Sameiginlegur búnaður skal þrifinn á milli umferða sem og fyrir og eftir æfingar eða keppni.

6. Áhorfendur

Óheimilt er að hafa áhorfendur á meðan keppni/æfingu stendur

7. Veitingar

Mótshaldarar ættu ekki að útvega veitingar fyrir starfsfólk eða keppendur. Allar veitingar sem teknar eru í mannvirkin ættu að vera í lokuðum umbúðum. Óheimilt er að deila drykkjarílátum eða mataráhöldum með öðrum einstaklingum.

8. Gátlisti fyrir æfingar

- Eingöngu skákmenn og þjálfarar hafa aðgang að æfingum, nefndir hér þátttakendur. Þjálfarar skulu virða eins metra regluna við aðra þátttakendur ella nota andlitsgrímu ef ekki er hægt að virða fjarlægðarmörkin. **Skákmenn skulu nota andlitsgrímu ef nánd við aðra skákmenn varir 30 mínútur eða lengur og ekki hægt að virða 1 metra fjarlægð.**
- Aðrir starfsmenn skulu ekki vera inni í sal á æfingatíma. Sé það nauðsynlegt skulu þeir nota andlitsgrímu ef ekki er mögulegt að halda 1 metra fjarlægð frá þátttakendum.
- Þátttakendum er óheimilt að nota aðra félagsaðstöðu, s.s. eldhús eða aðra sameiginlega aðstöðu. Liðsfundir skulu fara fram í sal á æfingatíma eða með fjarfundabúnaði. Ef nauðsynlegt er að nýta fundaraðstöðu skal fara að almennum reglum um 1 metra fjarlægð milli aðila.
- Þátttakendur skulu spritta hendur fyrir og eftir æfingar og sama á við um allan búnað. Sameiginlegir snertifletir skulu sótthreinsaðir á milli æfinga og/eða funda. Fækka skal sameiginlegum snertiflötum í skáksölum eins og hægt er.

9. Gátlisti fyrir keppni/mót

- Sótthreinsa skal borð og skáksett fyrir og eftir mót og a.m.k. tvisvar á dag.
- Auðvelt aðgengi að handþvottaðstöðu og handspritti þarf að vera til staðar
- Starfsmenn móta skulu vera eins fáir og hægt er. Starfsmenn skulu í öllum tilfellum halda minnst tveggja metra fjarlægð frá þátttakendum, sé það ekki framkvæmanlegt ber starfsmönnum að hafa andlitsgrímur.
- Dómarar skulu fylgja 2 metra reglu eins og hægt er og reyna að komast hjá allri líkamlegri snertingu við búnað og annað fólk. Skákmenn skulu virða 2 metra reglu gagnvart dómurum ef kostur er.
- Tryggja skal gott loft og loftað reglulega út yfir daginn.
- Eftir leik skulu skákmenn yfirgefa keppnisstað fljótt og örugglega hver í sínu lagi og forðast samgang. Leikmenn liða skulu hvorki heilsast fyrir né eftir skákir með snertingu.

10. Sóttvarnafulltrúi

Hvert félag skal skipa sérstakan **sóttvarnafulltrúa** sem ber ábyrgð á því að farið sé eftir þeim reglum sem nefndar eru í þessu skjali. Það er jafnframt á ábyrgð sóttvarnafulltrúa að tryggja að allir aðilar viðkomandi félags séu upplýstir um þessar reglur. Sóttvarnafulltrúi skal tryggja að iðkendur, þjálfarar og allir starfsmenn þekki til almennra sóttvarnaraðgerða og að þeim sé fylgt. Sóttvarnafulltrúi ber einnig ábyrgð á því að allir fyrrnefndir aðilar þekki til helstu einkenna COVID-19. Iðkendum eða aðstoðarfólki sem finnur fyrir einkennum er óheimilt að umgangast liðsfélaga sína eða annað aðstoðarfólk. Sóttvarnafulltrúa ber að tryggja að þessu sé fylgt undantekningarlaust.

11. Ef grunur um veikindi

Ef þig grunur að þú sért smituð/-aður ættirðu að halda þig heima og hafa samband símleiðis við heilsugæslu, Læknavaktina utan opnunartíma heilsugæslunnar í s. 1700 eða í gegnum netspjall á heilsuvera.is. Heilbrigðisstarfsfólk mun svara og ráðleggja hver næstu skref ættu að vera. Ekki á að mæta á læknavaktina eða heilsugæslustöð án þess að fá fyrirsmæli um það frá heilbrigðisstarfsfólki símleiðis eða í netspjalli.

Ef þig grunur að einhver í nærumhverfi þínu sé smituð/-aður ættirðu að gæta þess að eiga ekki í nánú samneyti við viðkomandi. Ráðleggið viðkomandi að hafa samband við heilsugæsluna, Læknavaktina í s. 1700 eða heilsuvera.is til að fá ráðleggingar um hvernig bregðast eigi við.

12. Daglegt líf utan æfinga og keppni

Iðkendur, þjálfarar, dómarar eða annað aðstoðarfólk sem á erindi á fjölmenna staði skal alltaf halda a.m.k. tveggja metra fjarlægð frá öðrum og bera andlitsgrímu ef ekki er hægt að tryggja eins metra fjarlægð.

Iðkendur, þjálfarar, dómarar og annað aðstoðarfólk skal gæta að almennum sóttvörnum (1 metra regla, handþvottur og sótthreinsun) á heimili sínu, 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. Ekki skal mæta á heilbrigðisstofnun heldur hringja á

undan í heilsugæslu en á Læknavakt utan dagvinnutíma (1700), láta vita og gera ráðstafanir fyrir sýnatöku. Iðkandi, þjálfari, dómari og annað aðstoðarfólk 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 iðkendur geta hafið æfingar og keppni á ný þarf mat læknis til staðfestingar á að hann/hún sé leikfær samkvæmt fyrirbyggjandi leiðbeiningum. Aðrir iðkendur og starfsmenn hlutaðeigandi félags geta þurft að fara í sóttkví í allt að 14 daga.

13. Ef eitthvað er óljóst

Ábyrgðaraðili þessara leiðbeininga er: Gunnar Björnsson, gunnar@skaksamband.is, sími: 820 6533.

Sóttvarnafulltrúi Skáksambands Íslands er: Jóhanna Björg Jóhannsdóttir, jbj10@hi.is, 864 4872.