



Koronahåndboka

Protokoll Mjøndalen IF fotball

Koronahåndboka er en veiledning som skal hjelpe klubbene til både å forstå og drive aktivitet på en forsvarlig måte under koronapandemien. Klubbene og alle som organiserer fotballaktivitet i Norge skal sette seg godt inn i innholdet for å ivareta smittevernet, forebygger spredning og beskytte både spillere, trenere, lagledere, frivillige og foresatte.

Håndboka har i tillegg til tekstinnhold også linker til kildene som danner grunnlaget for denne og verktøy som klubbene kan velge å bruke som inspirasjon i sin hverdag.

Fotballens koronavettregler

1. Føler du deg syk, bli hjemme
2. En gruppe skal være fast over tid, anbefalt minimum en uke, og ha maks 20 spillere
3. Det bør være en leder til stede per gruppe som påser at aktiviteten er i henhold til fotballens koronavettregler.
4. Ballen, kjepler og annet utstyr skal rengjøres jevnlig
5. Bruk av garderober er tillatt, forutsatt forsterket renhold av kontaktflater
6. Husk gode rutiner for håndhygiene
7. Barn og unge under 20 år kan kjempe om ballen, så lenge det er innad i faste grupper.
8. Alltid minst en meters avstand så lenge vi ikke spiller fotball.
9. Unngå unødvendig nærkontakt i form av high fives, jubling i klynge osv.
10. Endringer av faste treningsgrupper kan gjennomføres etter et opphold i aktivitet på minst to dager.

Klubben som sjef

Klubben er ansvarlig for at aktiviteter gjennomføres på en smittevern­faglig måte. Det er viktig at klubben har noen elementer på plass for å tilrettelegge trygg og god organisert aktivitet.

1. Klubben skal holde seg oppdatert på relevante anbefalinger fra offentlige helsemyndigheter og fotballens koronavettregler, og tilrettelegge aktiviteten i samsvar med dette.
2. Det skal ikke utøves fotballaktivitet med mindre man er trygg på at aktiviteten kan utøves i samsvar med fotballens koronavettregler.
3. Styret skal ha et vedtak på at aktiviteten starter opp, og bør kontinuerlig evaluere organisering og gjennomføring.

Treningsgjennomføring

Det er behov for noen presiseringer av våre koronavettregler. Det er viktig å understreke at vi i den kommende perioden i hovedsak skal gjennomføre treninger i egen klubb. Treninger og varianter av samlinger på tvers av klubber bør unngås

Generelt om trening i klubb

- Treningsgruppene er anbefalt på maks 20 personer. Viktig å presisere at gruppen er utøvere. Ledere, trenere kommer i tillegg. ***I MIF er vi p.t ikke rigide på 20 personer da dette er en anbefaling, vi har grupper i klubben som er større. Men er man gjennomgående over 20 møtende på trening skal treningsgruppa deles. Merk, her kan det komme en endring.***
- Alle personer på trening skal registreres med navn, telefonnummer og tidspunkt for mulig smittesporing ***Alle som deltar på trening MÅ være påmeldt i Spond.***
- Gruppene bør være de samme i minimum en uke. Rullering mellom ulike grupper i klubb er greit. Forutsetningen er da at det går to dager mellom treningene.
- Det er mulig å ha spillere med ulik alder i gruppene. Gruppene skal være faste.
- Seniorlag med blandet alder, over og under 20 år, kan trene samtidig, men i faste grupper og bare de til og med 19 år kan trene med kontakt. Det er altså mulig å organisere en treningsøkt for hele gruppen med 1 m avstand mellom spillerne, men ha deler av økten splittet og hvor de under 20 år kan spille med kontakt.
- Klubbene bør så langt det er mulig beholde de samme gruppene i Telenor Xtra og lignende tilbud, som i klubbens ordinære treningsgrupper. Prinsippet er å begrense antall «fritidsgrupper» barna deltar på.
- Utover aktive utøvere bør antall trenere/ledere holdes på et minimum pr. gruppe for å gjennomføre aktiviteten i henhold til Fotballens koronavettregler.
- Foreldre bør ikke være til stede ved treningsfeltet. ***MIF oppfordrer foreldre til å ikke møte på trening. Hvis noen må av spesielle hensyn, maks en foresatt pr spiller. Foresatt melder sin ankomst på trening i Spond eller registrerer seg via qr kode.***
- Avgjørende å ha godt smittevern før – etter, og gjennom hele treningsøkten. ***Håndvask før og etter trening.***

Treninger og aktivitet i klubb og mellom klubber

- Noen klubber har flere skoler som sitt nedslagsområde. Klubbens aktive kommer fra flere skoler. Det vil være umulig å hindre at barn da vil måtte delta i flere grupper. De kan komme fra ulike grupper i sine skoler, via f.eks. våre Telenor Xtra tilbud og videre til klubbens treningsgruppe. Det er greit, men skal begrenses så langt som mulig. Prinsippet er igjen å begrense antall «fritidsgrupper» et barn deltar i.

Bruk av treningsareal

- Det er mulig for flere grupper à 20 personer å oppholde seg på samme treningsareal samtidig. Det er da en forutsetning at treningsarealet er av en slik art at gruppene kan holdes adskilt under hele økten. Klubbene gis et selvstendig ansvar for å organisere dette.
Alle lag forlater treningsarealet umiddelbart etter kamp/trening.

Bruk av Mjøndalshallen

- De som skal inn til trening benytter hovedinngangen.
- De som skal ut fra trening benytter bakdøra.
- I hallen så møter man kort tid(5 min) før trening man blander seg ikke mer andre grupper. Vi synes det er bedre at man møtes inne i hallen og står spredt enn å samles i en klynge utenfor å gå samlet inn.
- Alle forlater anleggene rett etter trening.
- Vi ønsker ikke foresatte på trening. Hvis foresatt må følge sitt barn skal denne oppholde seg på tribunen og registrere seg med qr kode.
- Ingen foreldre utover trenere/lagleder skal være nede i hallen. Avlevering/henting av barn skjer utenfor hallen.
- Garderober benyttes ikke.
- Alle som deltar på trening må være påmeldt i Spond. Mtp evt smittesporing

Kampgjennomføring – kamper, cuper og turneringer er p.t ikke tillatt

Fra og med 1.august er det lov til å gjennomføre kamper i barne- og ungdomsfotballen i Norge forutsatt at de skjer innenfor rammene som beskrives her. Det er gitt særlig unntak fra regelen om avstand for barn og ungdom i kamp.

Deltakerne skal alltid forholde seg til:

- Syke personer skal holde seg hjemme
- God hånd- og hostehygiene og forsterket renhold
- Holde minst en meters avstand og redusere kontakt mellom personer utenfor kampen også på innbytterbenken og ved reise til og fra.

Viktige definisjoner og presiseringer

23.4.2021

- Med kamper menes treningskamper, seriekamper og cupkamper som avholdes enkeltvis.

Viktig hovedprinsipp: Fotballen følger sine 18 kretsgrenser, som nasjonalt sett er mer finmasket enn 11 idrettskretser. Det begrenser reising. Med det følger disse vilkår for klubber og lag:

- Klubber deltar i ordinært seriespill i sin tilhørende fotballkrets.
- Turneringer og treningskamper kan gjennomføres innenfor rammen av sin tilhørende idrettskrets*
- Regionale- og interkretsserier må gjennomføres innenfor rammen av idrettskrets**
- Nasjonale serier må gjennomføres innenfor rammen av idrettskrets***

(*) For klubber/lag i NFF Oslo og NFF Hålogaland gjelder fotballkretsens grenser

(**) For klubber/lag i NFF Oslo og NFF Hålogaland gjelder fotballkretsens grenser.

(***) Lag (med samtlige spillere) fra NFF Oslo som spiller kamper innenfor Viken IK vil være forhindret fra å spille kamper mot øvrige lag som spiller kamper i NFF Oslo.

Det totale antall personer på fotballanlegget samtidig, skal ikke overstige 200 stk, dette gjelder spillere og publikum. Trenere, ledere, dommere og andre funksjonærer som står for gjennomføringen av kampene regnes ikke som en del av deltakerantallet.

Med banen menes kamparealet og innbyttersonene, se regler for baneinndeling.

Med anlegget menes summen av baner, innbyttersoner, publikumssoner, garderober, kiosk o.l som har samme adresse.

Arrangørklubbens ansvar

- Arrangørklubben er overordnet ansvarlig for at gjennomføringen av kampene er i tråd med Koronahåndboksens kapittel for kampgjennomføring.
- Det totale antall personer på fotballanlegget samtidig, skal ikke overstige 200 stk, dette gjelder spillere og publikum. Trenere, ledere, dommere og andre funksjonærer som står for gjennomføringen av kampen regnes ikke som en del av deltakerantallet. **MIF har ansvar for dette via banefordelingen.**
- Det kan avvikles flere kamper samtidig på samme fotballanlegg, men de skal være separate, og de skal være tydelig adskilt fra hverandre med minimum 2 m inklusiv innbyttersoner og publikumssoner, se regler for baneinndeling. **Vi har 3 adskilte kampbaner på Vassenga. 11`er og 9`er kamper spiller på bane A/B, 7`er kamper på felt L, 5`er kamper på felt J og 3`er kamper på felt I. Innbyttersoner og publikumssoner merkes i utgangspunktet opp med maskin. Hvis det ikke er merket til kamp må lagleder/kampvert merke med kjegler. Ved kamper i hallen skal publikum være på tribunen og kun spillere og trenere nede i hallen.**
- Bruk av garderober er tillatt, forutsatt forsterket renhold av kontaktflater. **Vi benytter som utgangspunkt ikke garderober til trening og til hjemmekamper. Bortelag som kommer langveisfra tilbys garderobe.**

Lagleder avklarer dette i forkant og melder inn til baneoppsettansvarlig som merker garderobe. Garderobene rengjøres daglig.

Hjemmelagets ansvar

- Alle på banen skal registreres med navn, telefonnummer og tidspunkt.
- Hjemmelaget ved kampvert, er ansvarlig for å ha oversikt over publikum med kontaktinfo. **Lagleder/kampvert med ansvar for dette. Anbefaler at hjemmelagets tilskuere registreres i Spond og motstander leverer liste til hjemmelag ved ankomst eller digitalt. Vi kjører også her som utgangspunkt maks 1 tilskuer pr spiller på hjemmekamp.**
- Det skal informeres om hvorfor det føres lister.
- Ved behov skal denne oversikten kunne fremvises kommunehelsetjenesten som har ansvar for oppfølging rundt covid-19-tilfeller og for å beslutte nødvendige tiltak
- Tydelig kommunikasjon i forkant av kamp med bortelaget om oppmøtetidspunkt, kamptidspunkt, antallet personer og rutiner for føring av lister. **Lagleders ansvar.**
- Hjemmelaget ved kampvert, er ansvarlig for at det lages tre særlige avmerkinger i tilknytning til banen, som tydelig viser, hvor trenere, innbyttere og potensielt publikum skal oppholde seg, se regler for baneinndeling
- Det er lov med publikum på kampene, men publikum skal forholde seg til en publikumsone som ikke er i konflikt med lagene som gjennomfører kampene og kunne overholde avstandsreglene. **Kampvert følger opp.**
- Det anbefales at antallet personer som deltar på en kamp holdes på et minimumref. det totale antallet personer på anlegget samtidig. **Maks en tilskuer pr spiller.**
- Hjemmelaget ved kampvert, er ansvarlig for å tilrettelegge for at avstandskrav og smittevern kan følges under hele kampen.
- Oppvarmning for innbyttere kan foregå i de oppmerkede innbyttersonene eller bak eget mål. Evt. på et oppmerket område. Innbytterne må ikke kunne oppfattes som en del av et annet lag.
- Bruk av garderober er tillatt, forutsatt forsterket renhold av kontaktflater. **Se tidligere kommentar vedrørende bruk av garderober.**
- Dersom det skal avvikles flere kamper etter hverandre på samme bane skal nye lag eller personer tilhørende disse ikke komme inn på banen, før tidligere lag har forlatt banen. **Lagleder/trener med ansvar for oppfølging.**
- Fair play hilsen gjennomføres uten håndtrykk.

Bortelagets ansvar

- Oppvarmning for innbyttere kan foregå i de oppmerkede innbyttersonene eller bak eget mål. Evt. på et oppmerket område. Innbytterne må ikke kunne oppfattes som en del av et annet lag.
- Det anbefales at bortelaget reiser ferdig skiftet.
- Dersom det skal avvikles flere kamper etter hverandre på samme bane skal nye lag eller personer tilhørende disse ikke komme inn på banen, før tidligere lag har forlatt banen.
- Alle på banen skal registreres med navn, telefonnummer og tidspunkt. Som eksempel i kamprapporten i FIKS eller egne lister. Det anbefales, selv om

ansvaret ligger hos hjemmelaget, at bortelaget har oversikt og kontroll på egne spillere, trenere, ledere og publikum.

- Tydelig kommunikasjon i forkant av kamp med hjemmelaget om oppmøtetidspunkt, kamptidspunkt, antallet personer og rutiner for føring av lister.
- Fair play hilsen gjennomføres uten håndtrykk.

Dommerens ansvar

- Melde forfall til hjemmelaget ved sykdom, eller kretsen der kretsen er de som har satt opp dommer.
- Oppfordre lagene til å unngå unødvendig nærkontakt ved stopp i spillet.
- Kontroller at nødvendige soner er oppmerket, se regler for baneinndeling.
- Bytter bør skje ved det respektive lags innbyttersone.
- Under kampen gjelder vanlige regler.

Kiosk

Vi gjennomfører ikke kiosksalg ved våre hjemmekamper. Men vi åpner for at dette kan endres.

- Det er lov med åpen kiosk gitt at man følger retningslinjene til FHI for serveringssteder, vi har presisert de mest relevante punktene
- Øvre antall personer tillat i kiosken avgjøres av størrelsen på lokalet
- Det skal være mulig å holde minst en meters avstand
- Unngå trengsel ved inngang, utgang, kassen, bord, toalett og ellers i lokalet
- Det må være mulig å gjennomføre god håndhygiene ved behov
- Gode hygienerutiner er forutsatt
- Hyppig brukte kontaktflater må rengjøres regelmessig
- Buffetservering er ikke tillatt

Annet

- Toalettene på Vassenga åpnes. Daglig renhold utføres.
- Bruken av Consto stadion minimeres. Klubben har drift av ett a-lag som lever under strenge smittevernshensyn. Det ønskes færrest mulig brukere av stadion for den kommende perioden. A-lag og treninger for akademilagene + oppsatte kamper fra krets er det som prioriteres. Deretter treninger for andre lag ved spesielle hensyn som manglende plass eller vær som gjør at kapasiteten på Vassenga er begrenset.