



## Leiðbeiningar fyrir stjórnendur íþróttafélaga

### Innihald leiðbeininga

1. Staðfest smit.....	2
2. Smitrakningarteymi hefur samband .....	2
3. Ábyrgð stjórnanda.....	2
4. Stuðningsteymi (ST).....	3
5. Aðgerðir.....	3
6. Smitrakning .....	3
7. Úrvinnsla og upplýsingagjöf til SRT .....	4
8. Fyrstu skilaboð til foreldra/forráðamanna/viðkomandi starfsfólks.....	4
9. Skilaboð fyrir sóttkví.....	4
<b>Bréf 1 – Ákvörðun um að hætta við æfingu.....</b>	<b>5</b>
<b>Bréf 2 –í sóttkví.....</b>	<b>6</b>

20. maí 2021

**Efni:** Ferli þegar upp kemur smit hjá barni fæddu 2005 og síðar í starfi íþróttafélags

Íþróttafélög fylgja gátlista um hvað þarf að gera ef upp kemur smit og vera í sambandi við sveitarfélag/stuðningsteymi sveitarfélags.

Mikilvægt er fyrir stjórnendur að hafa í huga að mögulega þarf að senda foreldrum/forráðamönnum barna í sóttkví nánari upplýsingar t.d. leiðbeiningar embættis landlæknis um sóttkví og börn í sóttkví<sup>1</sup>. Stjórnendur eru hvattir til að ítreka við sína starfsmenn mikilvægi þess að virkja covid appið, sem einfaldar og styttr smitakningu hjá smitakningarteymi.

### 1. Staðfest smit

Barn/starfsmaður greinist jákvæður í COVID-19 prófi, COVID göngudeild LSH hefur samband við foreldri/forráðamann/viðkomandi og kynnir honum niðurstöðuna. Sá smitaði fer í kjölfarið í einangrun og er í eftirfylgni hjá COVID göngudeild.

### 2. Smitrakningarteymi hefur samband

Starfsmaður smitakningarteymis almannavarna (SRT) hefur samband við þann smitaða og lætur stjórnanda íþróttafélags vita, SRT lætur vita hvort rekja þurfi smitið og frá hvaða degi.

SRT gefur upp T- númer og er notað sem heiti í Excel skjalinu. T-númer<sup>2</sup> er númerið á viðkomandi smiti og er hægt að vísa til í samskiptum varðandi þetta smit milli SRT, íþróttafélags og sveitarfélags/stuðningsteymis. Stjórnandi fyllir út excelskjal með upplýsingum um þá sem þurfa að fara í sóttkví. Ekki má breyta uppgefnum dálkum í excelskjalinu þar sem það er keyrt í gegnum fyrirfram skilgreindan gagnagrunn.

Mikilvægt er að netfang og símanúmer sé gefið upp í skjalinu þar sem það er notað til að koma skilaboðum frá SRT sem er **forsenda** þess að sóttkví geti verið stytt úr fjórtán dögum í sjö. Séu þessar upplýsingar ekki til staðar þá fær viðkomandi ekki boð um að koma í skimun á degi sjö.

Hafa ber í huga að það getur tekið einhverja klukkutíma fyrir smitakningarteymið að hafa samband.

### 3. Ábyrgð stjórnanda

Stjórnandinn er með mestu yfirsýnina og þekkir sína starfsemi best, hann ber því ábyrgð á að horft sé á heildarmyndina og fyllstu varúðar sé gætt. Mikilvægt er að taka fram að smitakning er samstarfsverkefni stjórnanda, stuðningsteymis sveitarfélagsins/sveitarfélags og SRT þar sem verkefnið getur verið umfangsmikið. Stjórnandinn og þjálfarinn vita hverjir mættu á æfingu og voru með á æfingunni, þá starfsfólk, aðstoðarfólk og þjálfarar. Ekki er hægt að útiloka að samskipti og athafnir þess smitaða utan æfingar geti einnig haft áhrif á niðurstöðu rakningar. Þar kemur stuðningsteymi sveitarfélags inn og upplýsir skólustjórnendur þeirra skóla þar sem börn þurfa að fara í sóttkví og barnsins sem þarf að fara í einangrun.

Stjórnandi sér til þess að koma á tengingu við SRT, sé tenging ekki komin á nú þegar. Stjórnandi aðstoðar SRT við að rekja ferðir og samskipti þess smitaða inni á staðnum. Hann ber einnig ábyrgð á allri upplýsingagjöf til SRT og miðlun upplýsinga frá SRT til þeirra sem vinna að smitakningu með honum. Fylla þarf út excelskjal í samráði við þann smitaða með upplýsingum um einstaklinga sem hafa verið í tengslum við hann og eru þar af leiðandi mögulega smitaðir. Stjórnandi skal vera í sambandi við þá einstaklinga sem mögulega eru smitaðir til að geta staðfest atburðarásina og rekja ferðir enn frekar.

<sup>1</sup> <https://www.landlaeknir.is/um-embattid/greinar/grein/item43362/Born-i-sottkvi-%E2%80%93-leidbeiningar-og-tillogur-til-forradamanna>

<sup>2</sup> T númer er númer sem hverri jákvæðri niðurstöðu úr COVID-19 prófi er gefið. Númerið er síðan m.a. notað í smitakningu á viðkomandi smiti til að aðgreina það frá öðrum tilfellum. Engir tveir einstaklingar sem hafa greinst jákvæðir í COVID-19 prófi fá sama T-númerið enda er hér um að ræða raðnúmer.

Stjórnandi í samvinnu við stuðningsteymi/sveitarfélag ber einnig ábyrgð að upplýsa foreldra/forráðamenn um stöðu mála og næstu skref. Neðst í þessu skjali er að finna sniðmát að bréfum til foreldra fyrir mismunandi skilaboð til þeirra.

#### 4. Stuðningsteymi (ST)

Eins og fram kemur í kaflanum hér að framan er ábyrgðin á smitrakningu á hendi stjórnanda í samstarfi við SRT og ST. Hlutverk ST er að vera stuðningur við stjórnandann í smitrakningu og passa upp á samræmingu á milli tilvika og að farið sé eftir meginreglum smitrakningar. Smitrakning getur bæði verið tímafrek og umfangsmikil en mikilvægt að hún taki ekki of langan tíma.

#### 5. Aðgerðir

Sé talið að tilvikið sem tengist uppkomnu smiti sé strax í upphafi það umfangsmikið og að mörg vafamál séu varðandi umgengni og/eða samneyti þess smitaða þá er engin áhætta tekin heldur er svæðinu lokað tímabundið með því að senda hópinn heim strax.

Stjórnandi getur tekið ákvörðun um að hætta við æfingu ef grunur er um að rakning muni ná til hópsins.

Hér að neðan er sniðmát að bréfi til að senda heim til foreldra þegar ákvörðun um að senda hópinn heim liggur fyrir. Mikilvægt er að hvetja forsjáraðila til að hafa hægt um sig og vera meðvitúð um ástæður þess að lokað sé, þá að það sé vegna þess að upp hafi komið smit vegna COVID-19 og verið sé að greina stöðuna betur.

Ef til þess kemur að barn þarf að fara í sóttkví, þurfa allir á heimilinu að fara í sóttkví með viðkomandi nema þeir fari annað. Skiptir þá ekki máli hvort sá sem er skipað í sóttkví er barn eða fullorðinn.

- Aðilar á heimilinu sem ekki hafa verið útsettir fyrir smiti skulu ekki vera á heimilinu með einstaklingi sem er í sóttkví. Heimilismenn sem voru útsettir fyrir smiti á sama tíma geta verið í sóttkví saman á sama stað.
- Ef einstaklingar sem ekki hafa verið útsettir vilja ekki eða geta ekki farið af heimilinu eiga þeir að vera í sóttkví með hinum.

Frekari upplýsingar eru að finna inn á Covid.is [hér](#).

#### 6. Smitrakning

Stjórnandi hefur það hlutverk eins og áður hefur komið fram að aðstoða SRT við að rekja ferðir og samskipti þess smitaða t.d. með því að leita eftir frásögnum annarra starfsmanna. Í þeirri vinnu nýtur hann ráðgjafar og stuðnings ST sem felur meðal annars í sér greiningarvinnu, kanna aðstæður á starfsstaðnum, samskipti þess smitaða, samskipti við aðra sem mögulega voru á tilgreindu sóttvarnsvæði/hólfi og eða í tengslum við hinn smitaða svo eitthvað sé nefnt.

Í smitrakningu<sup>3</sup> er bæði horft til hvort sá smitaði, hér eftir kallaður A, sé með einkenni eða einkennalaus og getur það haft áhrif á afturvirkni sóttkvíar. Hvert tilvik fyrir sig er háð mati SRT með aðstoð sóttvarnalæknis en meginreglan er eftirfarandi:

- Miðað er við 24 klst. áður en A fékk fyrstu einkenni óháð því hvenær smitið var staðfest í sýnatöku.
- Ef A er einkennalaus er tímabil sóttkvíar metin hverju sinni.

Þegar tímabil sem miða á við í rakningu liggur fyrir þarf að rekja ferðir og samskipti A, m.a. út frá eftirfarandi:

---

<sup>3</sup> Smitrakning er umfangsmikil aðgerð til að rekja smit, það er að rannsaka hverjir hafa hugsanlega verið útsettir fyrir sýktum einstakling. Smitrakningarteymi tekur ákvörðun í hverju tilfelli fyrir sig hverjir þurfa að fara í sóttkví.

- Miðað er við ef B er innan 2 metra í meira en 15 mínútur með A þá skal B fara í sóttkví frá útsetningu<sup>4</sup> fyrir smiti.
- Einnig er horft til þess ef fólk er í nánnum samskiptum í lengri tíma innan sama hóls þar sem erfitt er að fullyrða að viðkomandi hafi ekki verið innan 2 metra frá A og margir sameiginlegir snertifletir eru.
- Það getur kallað á sóttkví eigi einstaklingar í ítrekuðum samskiptum yfir daginn með 2 metra fjarlægð þó það sé ekki lengur en 15 mínútur í senn.
- Fór A á milli hólfra? Tímalengd viðveru í hverju hólfri og mögulegir snertifletir.
- Eru reglubundin þrif á snertiflötum eða ekki? Taka fram hversu oft á dag/viku.

Mikilvægt er að hafa í huga að rakning er alltaf mat á aðstæðum, mikilvægt er að eiga góð samskipti við A og leggja áherslu á að sú staða sem upp er komin er ekki á ábyrgð hans né honum að kenna.

## 7. Úrvinnsla og upplýsingagjöf til SRT

Stjórnandi ber ábyrgð á úrvinnslu gagna og upplýsingagjöf til SRT. Upplýsingum til SRT er miðlað með tölvupósti á smittrakningarteymið sem inniheldur excelskjál sem viðhengi:

- Stjórnandi skal að lokinni rakningu skrá í excelskjalið og upplýsir um þá sem hafa verið í samskiptum við hinn smitaða frá X degi samkvæmt þeirra bestu vitund. ST leiðbeinir um skráningu í skjalið eftir þörfum.
- Ef starfsmaður er skráður í skjalið skal skrá nafn, kennitölu, símanúmer, netfang og samneyti starfsmanns við þann smitaða.
- Ef barn er skráð í skjalið skal skrá nafn og kennitölu ásamt nafni, kennitölu og símanúmeri foreldri/forráðamanns sem og netfang. Einnig samneyti barns við þann smitaða.
- Stjórnandi skal síðan senda excelskjalið útfyllt á SRT á smittrakningarteymið og setja T-númerið í efni (subject). Mikilvægt er að stjórnandi skrái einnig sitt nafn, símanúmer og netfang í skjalið til að auðvelda frekari samskipti.

Í skjalinu sem stjórnandi sendir á SRT eru tillögur hans um það hverjir eigi að fara í sóttkví en SRT tekur alltaf endanlega ákvörðun um sóttkví. Aðilum sem þurfa að fara í sóttkví geta stýtt sóttkví með því að fara í sýnatöku eftir 7 daga. Viðkomandi fá strikamerki í gsm í síma foreldra/forráðamanns/starfsmanns sem framvísa þarf við sýnatöku.

## 8. Fyrstu skilaboð til foreldra/forráðamanna/viðkomandi starfsfólks

Skilaboð til foreldra/forráðamanna og viðkomandi starfsfólks þurfa að berast eins fljótt og mögulegt er. Hér fyrir neðan eru sniðmát að bréfum til foreldra/forráðamanna sem eiga við um mismunandi aðstæður.

## 9. Skilaboð fyrir sóttkví

Ef ákvörðun um sóttkví liggur fyrir strax í upphafi og enginn vafi er á hverjir eru útsettir fyrir smiti ber stjórnandi ábyrgð á að foreldrum/forráðamönnum sé tilkynnt um að viðkomandi sé kominn í sóttkví. Mikilvægt er að senda með tölvupóstinum nánari upplýsingar til foreldra um sóttkví barns.

---

<sup>4</sup> Einstaklingur sem hefur umgengist veikan einstakling með COVID-19 hefur verið útsettur. Með því er átt við að hafa verið innan við 2 metra frá veikum einstaklingi meðan hann var með hósta eða hnerra, eða hafa snert hann, sofist í sama rúmi, dvalið í sama húsnæði eða verið í sama farartæki. Einkenni COVID-19 koma fram innan 14 daga frá smiti, svo aðeins þeir sem hafa verið útsettir innan 14 daga eru álitnir í hættu á að veikjast.

## Æfing felld niður

### Bréf 1 – Ákvörðun um að hætta við æfingu

Tilkynning send eftir hefðbundnum leiðum til foreldra/forráðamanna sem mögulega tengjast þeim smitaða.

Kæru **xxxxx** foreldrar/forráðamenn barna í **xxx**

Okkur þykir leitt að tilkynna að upp hefur komið COVID-19 smit hjá starfsmanni/barni í **flokki/hóp/deild**. Til að gæta fyllsta öryggis og varúðar eruð þið vinsamlega beðin/n um að hafa börn heima í á meðan unnið er að frekari smitakningu í skólanum. Nánari upplýsingar um hvenær kennsla hefst að nýju verða sendar út um leið og þær liggja fyrir.

Í ljósi þess að mögulegt smit vegna COVID-19 er til staðar þá hvetjum við alla á heimillinu að fara varlega þar til frekari upplýsingar berast.

**Hagnýtar upplýsingar um sóttkví o.fl. er að finna [hér](#) inni á covid.is og netspjall covid.is ef e-h spurningar vakna.**

Þið getið að sjálfsögðu leitað til okkar ef eitthvað er óljóst eða viljið koma einhverju á framfæri

Kær kveðja,

Nafn

Starfsheiti

xxx@xxx.is - Sími xxx-xxxx

## sóttkví - Sniðmát

### Bréf 2 –í sóttkví.

Tilkynning send eftir hefðbundnum leiðum til foreldra/forráðamanna sem voru í úrvinnslusóttkví.

Kæru foreldrar/forráðamenn barna í xxx.

Kortlagning smitleiða er lokið og þykir okkur leitt að tilkynna ykkur að það er krafa smittrakningarteymis almannavarna og sóttvarnalæknis að börn í hóp/flokki/deild fari í sóttkví frá og með xxx þar sem þau voru útsett fyrir smiti vegna COVID-19. Þið munið fá nánari upplýsingar frá smittrakningarteymi almannavarna og sóttvarnalækni á næstu dögum sem og sms með strikamerki sem þið þurfið að framsýna í sýnatökunni.

Ef til þess kemur að barn þarf að fara í sóttkví, þurfa allir á heimilinu að fara í sóttkví með viðkomandi nema þeir fari annað. Skiptir þá ekki máli hvort sá sem er skipað í sóttkví er barn eða fullorðinn. Athugið að heimilismenn í sóttkví með barni geta ekki sótt skóla eða vinnu og þurfa að fylgja reglum um sóttkví. Samkvæmt verklagi smittrakningarteymis þá er barnið skráð formlega í sóttkví en forráðamaður sem er með barninu er ekki skráður í sóttkví. Foreldrar geta sótt vottorð vegna barns í sóttkví á heilsuvera.is (einnig hægt að senda beiðni á mottaka@landlaeknir.is, ef þið eruð ekki með rafræn skilríki). Aðrir á heimili sem velja að vera áfram á heimilinu eru í sjálfskipaðri sóttkví fá ekki vottorð vegna þess.

Mikilvægt er þið kynnið ykkur meðfylgjandi leiðbeiningar um hvað felst í sóttkví. Ekki er hægt að útiloka að einkenni gætu komið upp hjá þér eða fjölskyldu þinni á meðan þið eru í sóttkví. Við hvetjum ykkur til að fara tafarlaust í sýnatöku ef einkenna verður vart. Einkennasýnatöku er hægt að panta á heilsuvera.is. Ekki hika við að hafa samband við heilsugæslu, netspjallið á Heilsuvera.is eða vaktsíma 1700 ef eitthvað er óljóst.

Farið varlega, virðið þær reglur sem gilda og kynnið ykkur vel allar leiðbeiningar sem eru aðgengilegar á vef embættis landlæknis og á www.covid.is en þar er einnig netspjall fyrir almennar spurningar (ekki um heilsufar).

Hagnýtar upplýsingar um sóttkví o.fl. er að finna hér inni á covid.is , við bendum einnig á netspjall covid.is ef spurningar vakna.

Þið getið að sjálfsögðu leitað til okkar ef eitthvað er óljóst eða viljið koma einhverju á framfæri.

Kær kveðja,

Nafn

Starfsheiti

xxx@xxx.is - Sími xxx-xxxx