

Infoskriv frivillige NM-VEKA 2021, smittevern



Hei, og velkommen som frivillig til NM-VEKA langrenn, kombinert og skiskyting. Vi setter stor pris på at nettopp du ønsker å være frivillig i vårt arrangement.

Vi skal arrangere et mesterskap i midten av en pandemi, og det er derfor en del viktig informasjon vi ber deg om å sette deg inn i. Dette er viktig for at alle skal inneha samme informasjon, og for at arrangementet skal bli avholdt på aller best smittevernmessig måte. Alle må sette seg inn i mesterskapets smittevernplan, da spesielt for området du skal være frivillig i. Arbeidslederen din skal sette deg inn i de viktigste punktene i forkant av mesterskapet.

Du vil få utdelt akkreditering og en vest (lyseblå) som skal brukes til enhver tid når du er i anlegget; det vil si fra du parkerer bilen til du setter deg i bilen igjen. Dette for å vise at du tilhører kohort «frivillig». Akkrediteringen er personlig, og ved feil bruk kan denne inndras og du må forlate arrangementet.

I tillegg til denne vesten vil du få utlevert et armbånd som viser hvilken kohort du tilhører. Denne blir retningsgivende for oppmøtested og tilganger i arena. For eksempel vil frivillige på stadion bli tildelt rødt armbånd for å vise at de kan bevege seg sammen med de som har rød vest, men med gjeldende avstandsregler. Det er egen parkering for frivillige og egne toaletter i ditt område. Disse er også fargekodet. Merk egne instruksjoner ved toalettbesøk beskrevet i smittevernplanen.

Viktige punkt:

- Vi oppfordrer frivillige til selvpålagt begrensning av nærkontakter de siste 10 dagene før NM-VEKA og i tiden NM-VEKA pågår.
- Har du forkjølelsesliknende symptomer dagene før eller samme dagen som du skal engasjeres som frivillig under arrangementet, skal du melde fra om dette til din nærmeste leder og holde deg hjemme.
- Vi oppfordrer alle til å **ikke** bruke kollektiv transport. Det er egne parkeringsplasser for de frivillige.
- Hver gang man kommer til sin sone eller entrer en ny sone, dersom dette er nødvendig (bygg eller utendørs), må man registrere seg via QR-kode, og på samme måte registrere seg ut når man forlater sonen. Dette for å lette eventuell smittesporing.
- Alle frivillige skal sette seg inn i arrangementet sin smittevernplan. Denne vil bli videreformidlet av seksjonsleder.

- Merk deg spesielt smittevernet som gjelder i ditt område/sone.
- Alle frivillige skal ta idrettens smittevernkurs. Dette vil bli fulgt opp av seksjonsleder. Dersom du har problemer med å gjennomføre det på egenhånd kan seksjonsleder hjelpe deg med det. Link til smittevernkurset: <https://www.idrettsforbundet.no/tema/koronavirus/koronavettkurs/>
- Vi skal til enhver tid holde 1 meter mellom enkeltpersoner, og 2 meter mellom kohorter.
- Munnbind skal brukes av alle personer som oppholder seg i arrangementsområdet hvor man ikke med sikkerhet kan overholde minimum 1 meter avstand i en kontakt med andre som varer i mer enn 2 min. Enkelte vil være pålagt å bruke munnbind i gitte situasjoner. Se hvilke under. Det er viktig at munnbind brukes riktig og en instruks publiseres på hjemmeside. Engangshansker skal byttes hyppig. Hansker alene er falsk trygghet, de har en ca 30 % "lekkasje" av mikrober, begge veier. Så skal hansker brukes må hendene uansett vaskes/sprites både før og etter bruk av hvert hanskepar.
- Det vil ikke være etablert et eget serveringssted for frivillige. Du vil få utlevert mat/drikke fra seksjonsleder.
- Det er ikke åpent for publikum. Det betyr og at vi som frivillige ikke kan oppholde oss på tribuner når vi eventuelt har pause.

Påbud om bruk av munnbind:

Munnbind skal brukes av alle personer som oppholder seg i arrangementsområdet hvor man ikke med sikkerhet kan overholde minimum 1 meter avstand i en kontakt med andre som varer i mer enn 2 min. Det er viktig at munnbind brukes riktig og informasjon publiseres på hjemmeside.

1. Munnbind skal brukes av vakter ved inngangene til de ulike kohortene.
2. Munnbind skal brukes i startområde av funksjonærer som «starter» og de som har eventuell kontakt ved overlevering av materiell, i tillegg nyttes hansker eller engangshansker.
3. Munnbind og hansker eller engangshansker skal brukes av funksjonærer om gjennomfører visitasjon av våpen under innskyting og etter målgang.
4. Munnbind skal brukes av funksjonærer ved overlevering av ski i egen sone, i tillegg skal de anvende hansker eller engangshansker.
5. Munnbind skal brukes av funksjonærer i målområdet, i tillegg skal de anvende hansker eller engangshansker ved håndtering av materiell.
6. Munnbind skal brukes av premieutdelere, i tillegg skal de anvende hansker eller engangshansker.
7. Munnbind skal brukes innendørs med unntak av når man spiser.
8. Vi oppfordrer alle til å bruke munnbind til enhver tid, foruten utøvere under oppvarming og konkurranse.

Dersom du er pålagt bruk av smittevernutstyr som hansker og desinfeksjonsmidler, vil du få egen opplæring på dette. Denne opplæringen vil bli gitt av arrangementslege eller delegert myndighet.