

SMITTEVERNPLAN

NM 2021



TRONDHEIM





GRANÅSEN

Versjon 05 –06.01.2021

1. INNLEDNING

NM på ski 2021 skal arrangeres med et innhold og med en smittevernplan, som vi mener skal ivareta lokalbefolkningen i Trondheim og alle som er direkte involvert i arrangementet på en trygg og god måte. Vi følger de retningslinjer som til enhver tid er gjeldende fra lokale smittevernsmyndigheter og Norges Skiforbund (heretter NSF).

Per nå er det gitt anledning til å arrangere utendørsarrangement med en kohort på 200 personer som vil bli inndelt etter følgende plan og fargekode:

<p>RØD: Løpere</p> 	<p>GRØNN: Ledere/trenere/smørere/Service</p> 
<p>MØRK BLÅ: Presse</p> 	<p>LYS BLÅ: Arrangør/teknisk innleide</p> 

Disse gruppene får tildelt vester med farger som beskrevet over. Disse skal brukes under hele arrangementet bortsett fra løpere under selve konkurransen.

- Totalt per konkurransedag tillates 200 løpere og servicepersonell å delta.
- Arrangør, presse og teknisk personell kommer i tillegg til disse 200.

Ingen av øvelsene i mesterskapet innebærer nærkontakt.

Kohortene vil holdes fullstendig adskilt fra hverandre med minimum 2 meters avstand på alle punkter i arenaområdet. Unntaket er arrangør/teknisk personell som vil ha tilgang til sine funksjonsområder.

Samtlige personer vil i størst mulig grad oppholde seg utendørs, og det legges opp til at det alltid vil være minimum 1 meters avstand mellom samtlige personer også innad i kohortene.

2. ORGANISERING

-Kohort 1, løpere (RØD)

Den største gruppen under arrangementet vil være langrennsløpere fra regionlag og det norske landslaget. Denne gruppen er gjennom hele året underlagt et ganske strengt regime hva angår smitteverntiltak. Herunder håndhygiene, bruk av Antibac, lav terskel for isolering ved mistanke om sykdom og med enda lavere terskel for å trekke seg fra konkurranser ved sykdom / mistanke om sykdom. Sann sett er dette personer som ikke trenger annen oppfølging enn de retningslinjer for smittevern som Norges Skiforbund selv har utarbeidet, i

kombinasjon med god kjennskap til de retningslinjer vi legger frem i denne smittevernplanen. Løperne pålegges å bruke røde vester bortsett fra under selve løpet.

-Kohort 2, Ledere/Trenere/Smørere/service (GRØNN)

Dette er den sportslige supportdelen av arrangementet, som kommer fra hele Norge. Det opprettes egne langesoner hvor smørere kan overlevere ski til utøvere og coachingsoner hvor trenere kan snakke med utøvere. Disse områdene vil ha fysiske sperrer med 2 meter avstand. Denne kohorten pålegges å bruke grønne vester under hele arrangementet. Antall ledere/trenere/smørere som gis tilgang til arenaen er fastsatt av NSF og fordelt pr krets/team/lag. Samtlige krets/team/lag henstilles om ikke å sende flere ledere til Trondheim enn det antallet som er akkreditert på arena.

-Kohort 3, Presse (MØRK BLÅ)

Norske pressefolk, bortsett fra NRK. De vil ha tilgang til pressesenter i Arenabygg, samt start og målområde adskilt fra løpere med gjerde som sikrer minimum 2 meters avstand. Ingen intervjuer kan være i mer enn 15 minutter. De vil ha egen parkering og adgang til stadion i.h.t kart. Denne kohorten pålegges å bruke mørkeblå vester under hele arrangementet. I pressesenteret vil det være tilgjengelig et begrenset antall arbeidsplasser med minimum 2 meters avstand. Tilreisende presse oppfordres til å unngå unødvendig bruk av arbeidsplassene i pressesenteret, og så langt som mulig benytte andre (individuelle) arbeidsplasser, for eksempel på eget hotellrom.

-Kohort 4, Arrangør (LYS BLÅ)

- **Frivillige** – I all hovedsak er dette frivillige med lokal tilknytning. Frivillige vil bli delt inn i kohorter med armbånd som viser hvilken kohort de tilhører som 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.

- **Teknisk innleide (LYS BLÅ)** – Dette er profesjonelle leverandører av varer og tjenester som trengs for å gjennomføre arrangementet. Dette er blant annet NRK, sjåførere, tidtakere, speaker, arenaprodusent o.l. Disse kommer i all hovedsak fra andre steder i Norge. Denne kohorten pålegges å bruke lyseblå vester under hele arrangementet med armbånd i den fargen som tilhører det området de skal jobbe. For eksempel skal tidtakerfirma som må jobbe i målområdet og på stadion ha på seg rødt armbånd.

Arrangøren bygger sine smitteverntiltak på følgende **prinsipper**:

1. Unngå at syke personer kommer i kontakt med friske ved god informasjon til alle i arrangementet, fysiske sperrer/begrensninger og raske melderutiner ved sykdom
2. Holde fysisk avstand på minimum 1 meter mellom enkeltpersoner og 2 meter mellom kohorter
3. Begrense antall mennesker på samme sted/område til kohorter og smågrupper
4. God informasjon om håndhygiene, korrekte hosterutiner og begrense hånd til ansikt kontakt
5. Sikre hyppig renhold av alle fellesområder/flater på oppholdsrom, arena, etc. Se vedlagte vaskeplan.

6. Sørge for effektive rutiner for identifisering av smitte via obligatorisk testing av alle som kommer fra land som Norge krever test og karantene for
7. Ha god beredskap og kapasitet på isolasjon, smittesporing og smittesanering i samarbeid med lokale smittevern myndigheter.
8. Praktisere tydelige konsekvenser for enkeltpersoner og grupper ved brudd på smitteverntreglene/protokollen, som for eksempel beslaglegging av akkreditering og utvisning fra arrangementet.

Munnbind skal brukes av alle personer som oppholder seg i arrangementsområdet unntatt når man spiser eller i løypa under oppvarming, trening eller konkurranse. 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.

Påbud:

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 skal brukes av funksjonærer ved overlevering av ski i egen sone, i tillegg skal de anvende hansker eller engangshansker.
4. Munnbind skal brukes av funksjonærer i målområdet, i tillegg skal de anvende hansker eller engangshansker ved håndtering av materiell.
5. Munnbind skal brukes av premieutdelere, i tillegg skal de anvende hansker eller engangshansker.
6. Munnbind skal brukes innendørs med unntak av når man spiser.
7. Vi oppfordrer alle til å bruke munnbind til enhver tid, foruten utøvere under oppvarming og konkurranse.

Internkontroll i anlegget:

Hver gang man entrer et bygg eller en annen kohort (for de som av oppgavemessige årsaker må gå imellom flere kohorter) så må vedkommende scannes inn med en QR kode og på samme måte scannes ut når de forlater området. Dette for å ha fullstendig kontroll ved en eventuell smittesporing.

3. OPPLÆRING FRIVILLIGE

Før vi gjennomfører arrangementet skal alle frivillige gjennom en minimumsopplæring der det blir gitt råd og anbefalinger for hvordan arrangementet kan gjennomføres i tråd med de generelle anbefalingene for forebygging av smitte og den enkelte sin opptreden. Herunder skal opplæring i bruk av munnbind og engangshansker også gis. Alle frivillige pålegges å gjennomføre NIF sitt koronavettkurs:

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

De frivillige som jobber i førstelinje, og av den grunn trenger å anvende smittevernustyr som hansker og desinfeksjonsmidler, vil få egen opplæring på dette. Denne opplæringen vil

bli gitt av arrangementslege eller delegert myndighet. I forbindelse med denne opplæringen vil vi blant annet legge vekt på de prinsipper som ble listet opp i punkt 2 ovenfor. Alle frivillige som har kjent forkjølelseslignende symptomer dagene før eller samme dagen som de skal engasjeres som frivillig under arrangementet, skal melde fra om dette til sin nærmeste leder og holde seg hjemme. Vedkommende skal ikke engasjeres under NM på ski i Granåsen som frivillig.

4. OPPLÆRING TEKNISK INNLEIDE

Alle teknisk innleide som har kjent forkjølelseslignende symptomer dagene før eller samme dagen som de skal engasjeres under arrangementet, skal melde fra om dette til leder av NM og holde seg hjemme eller på hotellrommet. Vedkommende skal ikke engasjeres under arrangementet. Det betyr at alle leverandører må ha en «back-up» løsning til alle funksjoner / roller og kunne erstatte disse dersom forkjølelseslignende symptomer skulle inntreffe tett på arrangementet. Alle teknisk innleide skal sette seg inn i arrangementets smittevernplan, som sendes de ulike aktørene minimum 3 uker før arrangementet starter..

5. OPPLÆRING LØPERE/TRENERE

Alle løpere / trenere som har kjent forkjølelseslignende symptomer i dagene før eller samme dagen som de skal delta på NM 2021, skal melde fra om dette til leder av NM 2021. Vedkommende skal naturlig nok ikke delta i arrangementet. Alle løpere / trenere skal sette seg inn i arrangementets smittevernplan, som sendes de ulike aktørene minimum 3 uker før arrangementet starter. Trenere og smørere har ikke tilgang til startområdet, men det blir gitt adgang til en langesone for ski/utstyr samt coachingsoner i løypa.

6. UTENLANDSKE LØPERE

Utøvere fra andre nasjoner enn Norge tillates ikke deltakelse. Unntaket er utenlandske utøvere med norsk bostedsadresse og som går for norsk klubb.

7. OVERNATTING- OG SPISESTEDER

Vi vil be om en skriftlig bekreftelse på at retningslinjer innen smittevern blir fulgt på overnattingsstedene og de stedene hvor løpere, trenere og teknisk innleid personell serveres mat.

Deltagende lag og utøvere, samt tilreisende media, har selv ansvar for å bestille og organisere sin egen overnatting. Vi innhenter før ankomst detaljert informasjon om ankomst-/avreisedag, bosted, romfordeling mv fra samtlige løpere og ledere. Det utarbeides et informasjonsskriv til løpere, ledere og andre tilreisende med relevante smitteverntiltak i forhold til bosted, måltider mv. Se vedlegg til denne planen.

Når det gjelder teknisk gjennomføringspersonell som ankommer utenfra Trondheim, gjelder følgende:

- Siwi Data (tidtakerleverandør), 3 personer ankommet fra Italia. Disse gjennomfører innreisekarantene i hht covid-19-forskriftens § 5 i 10 dager på hytte i Meråker etter

avtale med kommunelegen i Værnesregionen. De ankom Værnes/Meråker 3. januar og Covid 19 testes (PCR-test) ved ankomst og etter 10 dager. De innkvarteres på enkeltrom på Scandic Lerkendal under mesterskapet.

- Teknisk gjennomføringspersonell fra NSF innkvarteres på Scandic Lerkendal. Personell fra NSF arrangement er testet (PCR-test) før ankomst Trondheim.
- NRK produksjon har egen smittevernplan med rutiner for sitt personell.

All personinformasjon (navnelister m.v.) lagres med tanke på smittesporing i vårt datasystem i 20 dager etter arrangementsslutt, men slettes deretter i hht GDPR-reglene.

8. BESPISNING FRIVILLIGE/TEKNISK INNLEIDE/PRESSE

Det blir ikke etablert eget serveringsted for frivillige i Granåsen. Frivillige/teknisk innleide/presse får utdelt matpakke/bagett på oppgitt punkt i sin kohort og seksjonsledere henter innpakkede matpakker for å redusere kontaktpunkter og ansamlinger. Tilreisende personell som overnatter oppfordres til å spise øvrige måltider på sitt hotell og ikke besøke andre restauranter/serveringssteder i Trondheim.

9. SEKRETARIAT

Rennkontor blir et viktig punkt i frontlinjen mellom arrangør og ledere. Dette tenkes etablert ved hovedinngangen i Arena helsebygget slik at ledere kan få tilgang til rennkontoret fra en egen inngang, separat fra arrangør / øvrige frivillige / teknisk innleide med unntak av SIVI data

10. DUSJ

Det tilrettelegges ikke for dusjing i Granåsen. Løpere skal dusje på hotell eller hjemme.

11. TOALETTER

Toalett løpere, teknisk innleide og frivillige

I lokalene i Granåsen vil det bli separate toaletter for løpere / trenere, teknisk innleide og for de frivillige. Det vil bli hengt opp en egen instruks på hvordan man skal anvende / forlate toalettene, som settes av til frivillige, teknisk innleide og løpere / trenere.

Instruksen vil være:

- Dørhandtak inn / ut av toalett, knapp til nedspyling og toalettring skal rengjøres og berøres med antibac-serviett under og etter bruk. Husk håndvask!

Utenfor alle toaletter blir det satt opp egne stasjoner med antibac-servietter, tørre servietter og antibac-spray.

12. TILTAK FRIVILLIGE I FØRSTELINJE

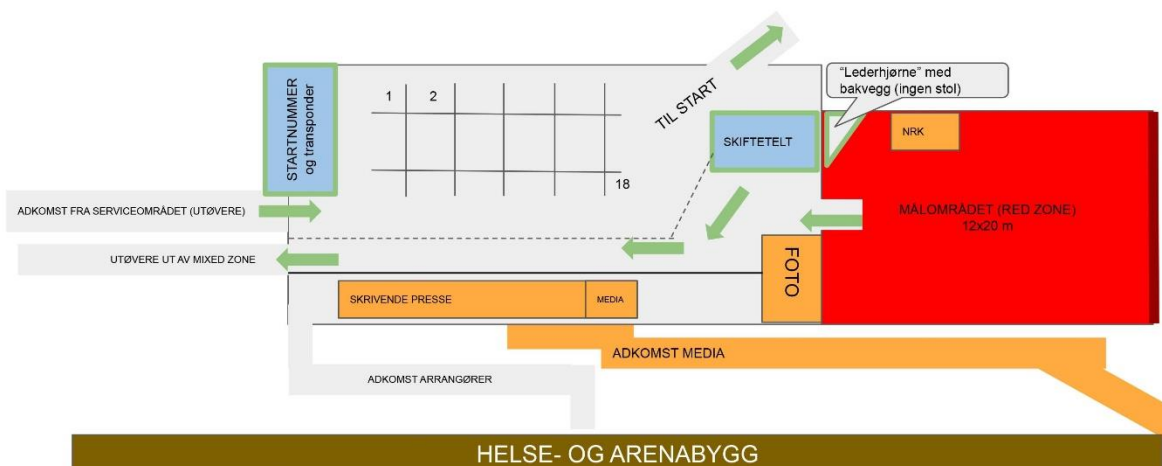
Dette er frivillige som kommer i områder som kommer tettest på løpere og følgende tiltak settes inn:

Start/mål område og mixed sone

Alle skal minimum holde 1 meter avstand til alle funksjonærer og løpere. I tillegg skal starter og de som har eventuell kontakt ved overlevering av materiell nytte munnbind, hansker eller engangshansker. Det vil være adskilte soner i start område som sikrer minimum 2 meters avstand mellom alle kohorter.

- Ingen kryssing av løper, støtteapparat og presse.
- Dobbelt gjerde mellom løper, presse og service.
- Klær og utstyr ivaretas av den enkelte løper, det vil ikke være plastposer for klær.
- Strengte retningslinjer for adgang til startområdet.
- Løper tar selv på brikke og startnummer.
- Presse i egen korridor i mixed sone, fysisk adskilt fra løpere med doble gjerder på 2 meters avstand.
- Ingen tilgang for ledere/trenere/smørere i start- og målområdet.
- Løper, støtteapparat og presse skilles med dobbelt gjerde.
- Ingen løperdrikke
- Klær og utstyr ivaretas av den enkelte løper
- Akkreditering med strenge retningslinjer for adgang i mixed sone.

MIXED ZONE NM 2021



Overlevering av ski

Det etableres en egen sone for overlevering av ski nedenfor gamle kommentatorbygget og oppe ved knausen. Disse passes på av våre frivillige slik at støtteapparat og løpere ikke krysser sonene.

Reglene er:

- Minimum 2 meter avstand mellom kohorter.
- Alle skal anvende hansker eller engangshansker.
- Skiene skal løperne selv ta av og bringes tilbake til overleveringssted.
- Ski leveres ut og leveres tilbake på overleveringssted.

- Utdeling av startnummer og startbrikker

Startvester og startbrikker skal løperne ta på og av selv og legges på anvist oppsamlingspunkt i målområdet. Startnummer og brikke henter løperne i startområdet. Funksjonærer skal holde minimum 1 meter avstand til løpere. I tillegg skal de anvende hansker eller engangshansker ved håndtering av materiell.

Sekretariatet – rennkontor

skal minimum holde 1 meter avstand til løpere / trenere. I tillegg skal de anvende hansker eller engangshansker. Her etableres pleksiglass mellom løper / trener og funksjonærer. I tillegg etableres et køsystem med merking / kjegler i bakken med påskrift «1 meter – HOLD AVSTAND».

- Premieutdelere –

Premier settes på et eget utstillingsbord for å unngå kontaktpunkter. Utøver tar selv med sin premie på podiet. Eksterne seremonideltakere (ordførere, skipresident [etc.](#)) skal minimum holde 2 meter avstand til løpere under hele premieseremonien.

Ved eventuell fotografering, skal premieutdelere og løpere på podiet foregå med minst 1 meters avstand. Premieutdeler vil bli utstyrt med hansker eller engangshansker ifm. premieseremonien og vil bli orientert om avstandsreglene.

13. MATERIELL - SMITTEVERNSUTSTYR

Vi har kommet frem til at det er følgende materiell som er mest hensiktsmessig å anvende til vårt bruk:

- Rengjøringservietter med 70% etylalkohol
- Tørre rengjøringservietter
- Engangshansker (UVEX U-fite Lite) i str. Fra medium størrelse til XL.
- Hånddesinfeksjon, som kan brukes uten vann

Øremerkede folk fra vårt frivilligapparat vil sørge for at alle stasjoner vil bli etterfylt med såpe på såpedispensere på de ulike toalettene samt materiell nevnt ovenfor. Frivillige, teknisk innleide og løpere / trenere skal gjøres kjent med hvor disse stasjonene er plassert.

14. PUBLIKUM

Det vil ikke åpnes for publikum.

Våre frivillige løypevakter vil patruljere langs løypa utenfor stadionområdet og sørge for at det ikke er ansamlinger av mennesker og at retningslinjer ift. sosiale distanse overholdes. Våre retningslinjer og vår kommunikasjon mot publikum og andre involvert vil i så fall være i tråd med de retningslinjer som til enhver tid er gjeldende fra myndighetene.

Alle konkurransene vil bli sendt direkte på TV, slik at alle vil få med seg hva som skjer uten at de fysisk trenger å være til stede. I tillegg vil vi lage et opplegg med våre interne kommunikasjonsfolk, som dekker alt det spennende som skjer bak kamera. Dette vil bli presentert / lagt ut på våre digitale flater.

15. PROGRAM

Opprinnelig program for NM 2021 i Trondheim er slik:

Lørdag 16.01:

Sprint klassisk kvinner
Sprint klassisk menn

Søndag 17.01:

Skiathlon 7,5+7,5 km kvinner
Skiathlon 15+15 km menn

Mandag 18.01:

5 km klassisk kvinner
10 km klassisk menn
Para

Tirsdag 19.01

10 km fristil kvinner
15 km fristil menn
Para

Endringer kan forekomme.

16. MØTER

16.1 Lagledermøtet (TCM)

Under lagledermøtet vil alle retningslinjer knyttet til smittevern og løpernes opptreden før start, under løpene og etter målgang bli utførlig presisert. Herunder også eventuelle sanksjoner ved brudd på retningslinjene for smittevern gitt av arrangør.

På lagledermøtet vil alle konkurransene blir gjennomgått i ett og samme møte. Dette for å begrense antall møtepunkter og unødvendig sosial kontakt.

Lagledermøtet blir gjennomført digitalt via Teams.

16.2 Planleggingsmøter med frivillige, ledere og teknisk innleide.

Møter med frivillige eller såkalt kick-off-møter, vil bli holdt i lokaler som er egnet ift. smittevern. Vi vil vurdere fortløpende verdien av å gjennomføre slike møter/kick off opp imot risiko for smittespredning.

Møter i organisasjonskomite gjennomføres iht til gjeldende smittevernsregler. Vi oppfordrer til at noen av planleggingsmøtene i planleggingsperioden vil foregå digitalt via Zoom eller Teams. Dette for å unngå unødvendig sosial kontakt. Befaringer foregår utendørs, der retningslinjene til sosial distanse vil bli fulgt opp og etterlevd. Møter med teknisk innleide dagen før arrangementet setter i gang (15.01), vil foregå utendørs.

17. ANTALL DELTAKERE I KONKURANSENE

Antall deltakere i konkurransen vil bestemmes i samråd med Norges Skiforbund og være i henhold til gjeldende regler som myndighetene har fastsatt for toppidretten. Per nå er dette 90 herrer og 55 kvinner per konkurransedag. Det vil også bli arrangert NM for parautøvere med totalt inntil 10 utøvere.

18. KONTROLL/SMITTEVERN

Vi vil opprette en ny rolle / kategori i vårt frivilligkorps. Benevnelsen vil bli «Smittevern». Disse utstyres med egne vester som markerer deres rolle og mandat. Disse skal være kjent med arrangementets smittevernplan og tiltakene. Deres oppdrag blir å følge opp både løpere, trenere, frivillige og de teknisk innleide. Avvik skal umiddelbart rapporteres til arrangementsansvarlig for NM 2021. Det vil være minimum 4 smittevernledere på plass under hele arrangementsdagene i Granåsen. En av oppgavene, i tillegg til ovennevnte, blir å sørge for at løpere som kommer i mål henvises ut av mix-sone så raskt som mulig, slik at man ikke får en opphopning av løpere etter målgang og at disse overholder retningslinjene ift. sosial distanse. En av smittevernlederne vil ha ansvar for oppfølging av det som skjer ute langs løypene sammen med en av de mobile enhetene.

19. TRANSPORT

Alle tilreisende (teknisk innleide og løpere / trenere) skal forflytte seg med egne transportmidler både til og fra arenaen. Det vil ikke bli satt opp fellestransport. Dette for å unngå unødvendige ansamlinger av mennesker i fullpakkede busser / minibusser. Egne parkeringsplasser vil bli tildelt til hver kohort. I informasjonen til løpere og støtteapparat vil det bli oppfordret til **ikke** å benytte offentlig transport i Trondheim.

Vi vil utarbeide en akkrediteringsliste med personlige ID-kort for de som har adgang til Granåsen under oppriggingsdagene i forkant av arrangementet, under arrangementet og nedrigging etter gjennomført konkurranse tirsdag 19.01. På denne måten vet vi hvem til

enhver tid befinner seg i anlegget. Akkrediteringskortene vil ha fargekoder som viser hvilken kohort du tilhører og alle vil ha vest med tilsvarende farge.

Vi vil opparbeide flytkart slik at vi sikrer at utøvere/ledere ikke oppholder seg i samme område. Rennkontor vil bli organisert på en slik måte at utøvere/ledere kan få tilgang til rommet fra en annen inngang enn frivillige/teknisk innleide slik av vi enkelt kan overholde smittevernstiltakene.

20. HÅNTERING AV SMITTETILFELLER

- Arrangøren har tilgjengelig Antigen hurtigtest (Abbott) for eventuell bruk i situasjoner hvor det er relevant og fordelaktig med et raskt prøvesvar.
- Eventuell øvrig testing (PCR) gjøres gjennom kommunens system
- Ved positiv test skal smittevernansvarlig, rennlege og kommuneoverlege informeres umiddelbart.
- Kommuneoverlege er ansvarlig for å avgjøre grad av tiltak herunder karantene og isolasjon. Øvrige involverte parter, herunder arrangør, ledere, utøvere og forbund underlegges vedtak og pålegg fra kommuneoverlege.
- Kommuneoverlege er ansvarlig for smittesporing og Trondheim kommune har egen enhet for smittesporing som gjennomfører dette arbeidet. Arrangøren har tilgjengelig dedikert personell som kan bistå kommuneoverlegen etter behov, og slik at unødvendig arbeidsbelastning for kommuneoverlegen kan unngås. Arrangøren besitter kontaktinfo til samtlige involverte i arrangementet og vil bidra med formidling av nødvendig informasjon ved et eventuelt smittetilfelle.
- Arrangøren har, i samarbeid med kommunelege, tilgjengelig dedikert hotell/bosted for eventuelle personer som tester positivt og skal isoleres etter anvisning fra kommuneoverlege fra den kommune de oppholder seg i.

21. SMITTEVERNTEAM HOS ARRANGØR

Leder organisasjonskomiteen: Arne Otto Vedvik (90067657/arneotto@sylandventure.no)
Smittevernskoordinator: Øyvind Sandbakk tlf 911 87-691

Ansvarlig smittevernmateriell: Yvonne Aune, tlf 93285379
NSF: Øystein Lunde (92447076/ oystein.lunde@skiforbundet.no)

VEDLEGG:

- Informasjonsskriv til tilreisende utøvere, trenere og media
- Informasjonsskriv til frivillige