

## Folkehelseinstituttets anbefalte smitteverntiltak ved nærkontakt innen toppidrett

For å redusere risikoen for smittespredning ved en åpning for nærkontakt innen toppidrett, foreslås følgende:

1. Åpne for toppidrett, som innebærer et begrenset antall deltakere
2. Sette inn risikoreduserende tiltak for å unngå en eventuell spredning av smitte fra idretten og ut i samfunnet

Toppidrettsutøvere og deres støtteapparat har ansvar for at toppidretten følger anbefalte smitteverntiltak og dermed bidrar til å redusere risikoen for å bringe smitte videre.

Toppidrettsutøvere som bedriver idrett der normal trening innebærer nærkontakt må være ekstra aktsomme for smitte. Utenom idretten, anbefaler helsemyndighetene at utøverne følger de tre hovedprinsippene for å bremse smittespredning (syke personer skal holde seg hjemme, god hygiene og redusert kontakt mellom personer).

I tillegg anbefales følgende smittereduserende tiltak for toppidrett som ikke kan overholde 1 meters kravet, for å redusere smittespredning ut i samfunnet:

- Unngå samvær med personer som er syke
- Begrense antall nærkontakter
- Unngå steder der mange samles, f.eks. kollektivtrafikk og kjøpesenter, eller gå dit når det er færre personer og mer plass
- Be om tilrettelegging for hjemmekontor eller fjernundervisning dersom du har arbeid eller studier i tillegg til idretten
- Dine nærmeste bør være særlig nøye med å følge generelle råd om avstand og hånd- og hostehygiene

Dersom en utøver innen idretter med behov for nærkontakt reiser utenfor Norge, vil karanteneregler for innreise til Norge gjelde for utøveren som for den øvrige befolkningen.

Dersom det åpnes for nærkontakt innen toppidrett, bør NIF sørge for oppfølging og støtte til særforbundene i deres arbeid med å utarbeide og implementere smitteverntiltak.

Det anbefales at NFFs skisserte kontroll for etterlevelse av smitteverntiltakene gjelder for all toppidrett. Dette innebærer jevnlig rapportering fra medisinsk ansvarlig til NIF eller særforbund, at medisinsk ansvarlig er jevnlig tilstede på feltet for å følge gruppen og at det stilles krav til dokumentasjon på opplæring og egenrapportering.

Det er viktig å kommunisere at det ved økt smittespredning vil kunne bli nødvendig å justere smitteverntiltakene.