

Til deltakere NM junior

Velkommen til NM junior! Vi gleder oss til å ta imot dere til et sportslig bra og trygt arrangement.

Norsk Bridgeforbund står som ansvarlig arrangør, og Trondheim Ungdomsbridge og NBF Midt-Trøndelag er med-arrangører. Vi har lagt forholdene til rette for et trygt arrangement – DU sørger for at ingen blir smittet.



**Det er viktig at du leser dette skrivet nøye og følger alt!**

### **Disse kan IKKE møte:**

- Ingen personer med smitte, eller personer som er i karantene kan møte opp (selvfølgelig!)
- Ingen med feber og/eller luftveissymptomer (sår hals, forkjølelse, hoste, tungpust)
- Ingen med magesmerter eller løs mage uten kjent årsak, uvanlig slapphet, nedsatt smak eller luktesans, muskelsmerter, uvanlige leddsmerter kan møte opp. Følg med på [FHIs liste over symptomer på Covid-19](#) som kan oppdateres med nye symptom.

### **Disse bør ikke møte uten ekstra vurdering om risiko for seg selv eller andre:**

- Personer med underliggende sykdom bør **ha rådført seg med fastlege**
- Personer som i skole, jobb eller privat har jevnlig kontakt med personer i risikogruppen

### **Vanlige smittevernregler følges:**

- Håndvask før man går inn i lokalet.
- Ingen spillere må ta seg selv i ansiktet uten håndvask/desinfeksjon etterpå
- Desinfeksjon av alle flater (bord, armlener, dørhåndtak etc) før og etter bruk

### **Tiltak for smittebegrensning og smittesporing under mesterskapet:**

- Kom i god tid slik at det ikke oppstår kø i dør eller garderobe
- Hold deg til din gruppe (makker/klubbmedlemmer), og ikke vær i kontakt med flere personer enn nødvendig før, under og etter spilling.
- Hold 1 meters avstand til andre både under spilling og kveldsarrangement
- Desinfeksjon av alle flater (bord, armlener, dørhåndtak etc) før og etter bruk.
- Ikke skift til neste runde før beskjed er gitt

Om du eller makker ikke kan møte pga. f. eks. en forkjølelse, er det viktig at dere gir beskjed så raskt som mulig.

Det er svært viktig at dere respekterer reglene for hvem som kan/ikke kan møte til mesterskapet. Er du i tvil, så er det ingen tvil – da kan du dessverre ikke møte.

Ta dette eksempelet: Svein Spiller blir forkjølet på mandag, og løper til den lokale teststasjonen for å teste for covid-19. Testresultatet er heldigvis negativt. Svein hoster fremdeles litt når fredagen kommer, og lurer på om det er greit å reise.

**Svar:** Nei. Svein kan ikke reise til NM junior. Dessverre. Selv om han ikke har covid-19, kan han fremdeles smitte andre med sin forkjølelse, og det vil ha store konsekvenser. Se for dere hva som skjer: Etter mesterskapet får 8 spillere luftveissymptomer etter å ha blitt smittet av Svein. Alle disse 8 må da testes for covid-19 og være hjemme fra skole/jobb inntil testresultatet foreligger. Det kan ta 3 dager. Så fordi Svein reiste til Trondheim, er det 24 arbeids/skoledager som går tapt for andre.

Vi skjønner at det er kjedelig å gå glipp av NM junior pga. litt snue, men i år er det dessverre tilfellet. Så vær nøye med håndhygienen i ukene før mesterskapet, så dere holder dere friske!

**Velkommen til et trygt mesterskap!**

Hilsen Kristin Linnigard (Trondheim Ungdomsbridge), Per Heide (NBF Midt-Trøndelag), Inger Hjellemarken (NBF Midt-Trøndelag), Kjell Helmersen (Bridgehuset Trondheim) og Marianne Harding (Norsk Bridgeforbund)