



Spørgsmål og svar pr. 29. december 2020

COVID-SMITTE I KLUBBEN	2
SOCIALE AKTIVITETER.....	2
IDRÆTTENS REJSEFORSIKRING	3
MUNDBIND.....	3
TRÆNING, stævner mv. – kommuner MED særlige restriktioner	4
TRÆNING – kommuner UDEN særlige restriktioner	Fejl! Bogmærke er ikke defineret.
TURNERINGER OG STÆVNER	7
CAMPS & LEJRE	10
PROFESSIONEL IDRÆT	10
UDDANNELSE OG KURSER	11
FLERE INFORMATIONER	12
SKEMA: Indrejse til Danmark for udenlandske Idrætsudøvere	14

Spørgsmål	Svar
<h2 style="color: red; margin: 0;">COVID-SMITTE I KLUBBEN</h2>	
<p>Hvad gør vi, hvis et medlem bliver konstateret smittet med COVID19?</p>	<p>Det afhænger af, hvor tæt den smittede har været på sine holdkammerater, hvornår kontakten har været der, og hvor længe den har været.</p> <p>Hvor mange, der skal i karantæne, når en person bliver testet positiv for COVID-19 afhænger af, om der er tale om nære kontakter eller ej.</p> <p>Nære kontakter er fx familiemedlemmer, man bor sammen med, eller personer, som man har opholdt sig tættere end en meter af i mere end 15 minutter m.m. I idrætssammenhæng vil det altså typisk være holdkammerater, trænere mv.</p> <p>Sædvanligvis vil den corona-smittede ifm. den positive test blive informeret om, hvem de skal kontakte mhp. test og karantæne.</p> <p>Er man holdkammerater og har trænet sammen, men uden at høre til de nære kontakter, kan det være en god idé at opfordre til, at de bliver testet for corona.</p> <p>Ud fra et forsigtighedsprincip kan det også overvejes, om træningsaktiviteter for potentielt smittede skal indstilles, indtil der er kommet klarhed over situationen.</p> <p>Styrelsen for patientsikkerhed – kan kontaktes, hvis I har brug for råd og vejledning i forbindelse med COVID19-smitte.</p> <p>Se også Sundhedsstyrelsens vejledning ifm. corona-smitte, som man bør følge.</p>
<h2 style="color: red; margin: 0;">SOCIALE AKTIVITETER</h2>	
<p>Må vi afholde sociale aktiviteter i forbindelse med idrætsaktiviteter?</p>	<p>Frem til foreløbig den 28. februar 2021 bør alle sociale aktiviteter i forbindelse med idrætsaktiviteter aflyses. Dette gælder juleafslutninger, fester, fællesspisning, klubaftener mv., og anbefalingen</p>

	omfatter både sociale aktiviteter før og efter idrætsaktiviteter, ligesom det også gælder for selvstændige arrangementer.
IDRÆTTENS REJSEFORSIKRING	
Dækker Idrættens rejseforsikring rejser inden for Danmarks grænser (nationalt)?	Nej, Idrættens rejseforsikring dækker kun rejser udenfor Danmark. Læs mere her
Hvordan er vi dækket af Idrættens rejseforsikring ved rejser til udlandet? (afbestillingsforsikring, dækning ved rejser til "røde" lande i Udenrigsministeriets rejsevejledning max dækningssum mv.)	Få det fulde overblik over, hvordan I er dækket af Idrættens rejseforsikring på deres hjemmeside
Dækker Idrættens rejseforsikring rejser til lande, som Udenrigsministeriet fraråder ikke-nødvendige rejser til?	Som udgangspunkt er atleter, trænere mv. IKKE dækket af Idrættens rejseforsikring ved COVID19-relateret sygdom, ligesom afbestillingsforsikringen heller ikke dækker, hvis man køber rejser til et land, som UM fraråder rejser til. Bemærk, at der er aftalt særlige forsikringsforhold for forbund, der skal deltage i OL kvalifikationsstævner eller deltagelse ved senior VM, EM og NM. Kontakt enten Anders Young Rasmussen på ayr@dif.dk eller Søren Simonsen på ss@dif.dk for nærmere info.
MUNDBIND	
Hvornår skal der bæres mundbind i forbindelse med træning?	Frem til foreløbig den 28. februar 2021 skal der skal bæres mundbind i offentligt tilgængelige steder indendørs – også idrætsfaciliteter. Kravet om mundbind gælder for alle på 12 år og derover, fra man træder ind i bygningen, og til man træder ind i omklædningsrummet.

	Der skal ikke skal bæres mundbind under selve træningen.
Skal en træner, dommer, officials mv. bære mundbind under kamp/træning mv.?	Kravet om mundbind gælder IKKE deltagere under selve idrætsaktiviteten dvs. udøvere, trænere, officials, dommere mv. fritages under aktiviteten.
Hvad er reglerne for mundbind ved bustransport arrangeret af et forbund/klub?	Der gælder samme regler som for offentlig trafik. I offentlig transport gælder kravet om mundbind alle passagerer over 12 år. Læs bekendtgørelsen her
Skal man bære mundbind i tutter/idrætsfaciliteter med servering?	I klubhuse, hvor der drives café, restauration mv., skal man naturligvis overholde de retningslinjer, der gælder for dén branche. idrætsforeninger med servering er også omfattet. Af kravet om mundbind på serveringssteder (ved gang, ikke når man sidder ned), Læs nærmere i bekendtgørelsen her
TRÆNING, stævner mv. - alle kommuner	
For alle idrætsforeninger gælder følgende restriktioner frem til den 17. januar 2021:	<ul style="list-style-type: none"> • Al indendørs idræt lukkes ned • Udendørs idræt kan fortsat gennemføres, når de øvrige retningslinjer følges • Forsamlingsforbuddet om max 10 personer gælder alle uanset alder • Professionel idræt er fortsat undtaget • Tilladelsen til 500 tilskuere inkl. deltagere gælder kun udendørs, ikke indendørs
Er professionel og eliteidræt omfattet af nedlukningen?	Nej, professionel og eliteidrætten er undtaget fra nedlukningen og må derfor fortsat gerne træne og konkurrere.
Må vi træne indendørs, hvis vi ejer vores egne lokaler, holder os inden for den gældende forsamlingsforbud og sikrer, at der ikke er adgang for offentligheden?	Nej, DIF anbefaler, at alle idrætsforeninger - uanset ejerhold - nedlukker al indendørs træning i de kommuner med særlige restriktioner.

Må et medlem bosat i en af de berørte kommuner tage til træning i en forening, der ligger i en kommune, der ikke er omfattet af de særlige restriktioner?	Kun hvis der er tale om udendørstræning Kun hvis der er tale om udendørstræning
Kan vi flytte vores indendørs træning til en kommune, der ikke er underlagt de nye restriktioner?	Nej, myndighederne har gjort det klart, at man tager sine restriktioner fra sin hjemkommune med sig, når man krydser en kommunegrænse.
Tæller en træner med i forsamlingsforbuddet på 10?	Ja, forsamlingsforbuddet omfatter alle, der er til stede, dvs. både udøvere, trænere evt. forældre mv.
Må vi fortsat træne i grupper af max 10 personer inkl. træner, hvis vi træner udendørs?	Ja, det er fortsat muligt at træne i mindre grupper på max 10 personer inkl. træner, hvis træningen finder sted udendørs (forudsat at der er adgang til faciliteten).
Er det rigtigt forstået, at vi godt må arrangere udendørs træning for flere grupper af max 10 personer samtidig?	<p>Ja, det er fortsat muligt at overholde det gældende forsamlingsforbud, hvis I træner udendørs i mindre grupper på max 10 personer inkl. træner. Vi anbefaler, at man i videst mulige omfang afvikler den udendørs træning i faste træningsgrupper på max 10 personer inkl. træner.</p> <p>I skal sikre, at I overholder følgende:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hver gruppe max er på 10 personer inkl. træner • Der skal være tilstrækkelig afstand mellem grupperne - gerne mindst 2 meters afstand. • I skal sørge for at afgrænse den ene træningszone fra den anden. Anvend fx kegler, toppe, snor, kridt eller anden tydelig markering. • Der skal <u>altid være</u> en træner eller anden ansvarlig til stede ved afvikling af idrætsaktiviteter. Husk, at vedkommende tæller med i det samlede antal på max 10 personer.

<p>Må en træner stå for aktiviteter i flere grupper af 10 personer på samme tid?</p>	<p>Nej, i Kulturministeriets retningslinjer justerede retningslinjer er gruppebegrebet blevet skærpet, så det nu tydeligt fremgår, at en gruppe/hold ikke må underopdeles i flere grupper, der træner samtidig.</p> <p>En træner må ligeledes ikke facilitere, kommunikere eller på anden måde være i kontakt med flere hold, der er til stede samtidig.</p>
<p>Hvor stor afstand skal der være mellem udøverne?</p>	<p>Hvis det er muligt, holdes to meters afstand ved aktiviteter i bevægelse eller ved fysiske anstrengelser. Ellers er det 1 meter.</p> <p>I situationer hvor det er vanskeligt eller umuligt at overholde den anbefalede afstand til andre, er det vigtigt, at foreningen overvejer tiltag, der kan reducere varigheden eller antallet af kontakter, særlig ansigt-til-ansigt-kontakt – for både medlemmer, ansatte og frivillige.</p> <p>Samtidig er det vigtigt at være ekstra opmærksom på hygiejne-anbefalingerne.</p>
<p>Hvad er reglerne for inddeling af træningszoner?</p>	<p>Anbefalingen er, at der er mindst 2 meter mellem hver træningszone med max 10 personer i hver inkl. træner, tilskuere, forældre mv.</p> <p>Det er derfor muligt at inddele store baner i mindre zoner. Her anvendes kegler, toppe, snor, kridt eller anden tydelig markering, som klart afgrænser banen/zonen. Det er vigtigt, at gruppeinddelingen er effektivt adskilt.</p>
<p>Skal der være en træner til stede under aktiviteterne?</p>	<p>Voksne må gerne selvtræne. Men der bør være en træner/frivillige ved aktiviteter for børn og unge</p>
<p>Skal der tages særligt hensyn til mødetider mv.?</p>	<p>For at sikre, at det gældende forsamlingsforbud på 10 overholdes, er det vigtigt, at det sikres, at grupperne ikke "flettes". Dette kan bl.a. sikres ved at sørge for, at:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alle tager hjem umiddelbart efter træningen • Der lægges en tidsmargin på fx 15-20 min. ind mellem hver træning, så grupperne ikke mødes.
<p>Må vi bruges fælles bolde?</p>	<p>Ja, der må bruges fælles bolde i idrætten. Bolde og øvrige kontaktpunkter som redskaber, mål og kegler</p>

	<p>bør rengøres ofte og afsprittes før og efter aktivitet samt så hyppigt som muligt under aktiviteten.</p> <p>Det gælder om at bruge sin sunde fornuft og skele til, hvad der ellers er af rammer for hygiejne generelt ift. corona.</p>
Kan vi bruge vores fast monterede redskaber?	Ja, hvis I sikrer særskilt opmærksomhed på rengøring af fælles kontaktflader, dvs. de skal rengøres ofte og afsprittes før og efter aktivitet samt så hyppigt som muligt under aktiviteten.
Hvad med medlemmer i særlige risikogrupper - kan/bør de deltage i idrætsaktiviteter?	<p>Man kan være i særlig risiko for smitte, og for at blive alvorligt syg med COVID-19, hvis man tilhører en af de særlige risikogrupper (se coronasmitte.dk).</p> <p>Sundhedsmyndighederne anbefaler, at folk i de særlige risikogrupper gør en ekstra stor indsats for at beskytte dem selv mod smitte. Der opfordres til, at den enkelte person kontakter sin læge for råd og vejledning.</p>
Kan man flytte sine kampe fra en af de 17 kommuner til en kommune uden for hovedstaden - fx ved at bytte hjemmebane?	Nej, det fraråder DIF, da vi mener, at det vil stride mod intentionen i de restriktioner, myndighederne har indført.
Kan vi deltage i planlagte stævneaktiviteter i en kommune, der ikke er omfattet af de nye restriktioner?	Nej – DIF anbefaler, at man følger sundhedsmyndighederne logik, dvs. det man ikke må i egen kommune, må man heller ikke andre kommuner.
<p>TURNERINGER OG STÆVNER - kommuner UDEN særlige restriktioner</p>	
Må vi arrangere turneringer, stævner og konkurrencer?	Ja, hvis det kan ske inden for forsamlingsforbuddets rammer, og de generelle sundhedsmæssige anbefalinger kan efterleves.

<p>Må dommere og officials være gennemgående og deltage i flere grupper under turneringer?</p>	<p>Ja, så længe det sker inden for rammerne af forsamlingsforbuddet.</p>
<p>Må vi - inden for samme turnering og på samme tidspunkt - afvikle flere grupper inden for det gældende forsamlingsforbud på samme idrætsanlæg, hvis vi sørger for tydelig og effektiv adskillelse af de enkelte grupper?</p>	<p>Nej, der må som udgangspunkt ikke afvikles en enkeltstående konkurrence, turnering eller stævne, hvor flere personer end det gældende forsamlingsforbud er samlet på samme sted samtidigt.</p> <p>I særlige tilfælde må der dog gerne afholdes arrangementer med flere deltagere end det gældende forsamlingsforbud, så længe der aldrig er samlet flere deltagere end det gældende forsamlingsforbud samme sted på samme tid.</p> <p>Der må således gerne arrangeres tidsforskudte arrangementer med flere end det gældende forsamlingsforbud så længe, at der på intet tidspunkt er mere end forsamlingsforbuddet til stede samtidig.</p> <p>Det vil også være muligt at afholde arrangementer med flere end det gældende forsamlingsforbud, hvis arrangementet afholdes med en betydelig geografisk spredning mellem deltagerne sådan, at de ikke befinder sig på samme sted samtidig. Det vil fx omfatte kapsejladser på havet, hvor deltagerne sejler i mindre grupper med betydelig afstand mellem bådene.</p> <p>Det vil også omfatte golfturneringer, orienteringsløb og lignende udendørs arrangementer med stor geografisk spredning mellem de enkelte deltagere eller mellem mindre grupper af deltagere.</p> <p>Det kræver dog, at den geografiske spredning kan opretholdes gennem hele arrangementet, dvs. også ved start- og målområdet, hvor der max. må være deltagere svarende til det gældende forsamlingsforbud til stede samtidig.</p>

<p>Må vi have publikum ved turneringer o. lign. (idrætsbegivenheder)?</p>	<p>Der må være siddende publikum til idrætsbegivenheder som fx stævner og turneringer, hvis følgende retningslinjer bliver overholdt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Der må være max 500 forsamlet inkl. spillere, udøvere, trænere, dommere, officials mv. • Alle tilskuere skal have en fast plads under hele arrangementet. • Tilskuere må kun forlade deres plads for at benytte toilettet eller for helt kortvarigt at hente forplejning i en bar, på et bord eller lignende. • Indtagelse af forplejning skal foregå på tilskuernes faste plads. Tilskuere kan dog benytte cafeterier eller restauranter i idrætsfaciliteterne, hvis de er offentlig tilgængelige. • Der skal være min. en meter mellem pladserne, og der skal være mindst 2 m² areal pr. publikum. <p>Arrangøren bør ved hjælp af frivillige og/eller ansatte sikre styring af publikumsstrømme og fx undgå omfattende køer ved indgange, toiletter mv.</p> <p>Reglerne er de samme for både indendørs- og udendørs turneringer.</p> <p>Bemærk, at der er særlige retningslinjer for siddende publikum, som skal overholdes – se alle retningslinjerne for publikum her.</p>

<p>Hvordan er reglerne for indrejse til Danmark for udenlandske idrætsudøvere fx i forbindelse med et idrætsarrangement?</p>	<p>Politiet er udøvende myndighed på området, hvorfor deres anvisninger altid er gældende.</p> <p>Inden en udenlandsk Idrætsudøver indrejser til Danmark, skal der foretages følgende vurderinger:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kommer udøveren fra et åbent land eller et karantæneland • er vedkommende ansat i en dansk klub eller skal udøveren deltage i enkelt event eller konkurrence <p>Se regler og anbefalinger i skemaet bagerst i dette dokument</p>
---	---

CAMPS & LEJRE

<p>Kan vi afholde planlagte camps i efteråret?</p>	<p>Nej, de nye corona-restriktioner gør desværre ikke dette muligt.</p> <p>Den eneste undtagelse fra dette er camps målrettet socialt udsatte børn og unge op til 21 år. Her gælder et forsamlingsforbud på 50 inkl. trænere mv. Læs mere i §3, nr. 6 i bekendtgørelsen</p>
---	---

PROFESSIONEL IDRÆT

<p>Kan vi tilmelde vores atleter til stævner i udlandet - også i lande, som Udenrigsministeriet fraråder ikke-nødvendige rejser til?</p>	<p>Svaret er ja, mener DIF.</p> <p>Det er dog vigtigt at understrege, at atleter, trænere mv som udgangspunkt IKKE vil være dækket af Idrættens rejseforsikring ved COVID19-relateret sygdom, ligesom afbestillingsforsikringen heller ikke dækker, hvis man køber rejser til et land, som UM fraråder rejser til.</p> <p>Bemærk, at der gælder dog særlige regler for OL-forbund. Se yderligere info om Idrættens rejseforsikring længere oppe i dokumentet.</p>
---	---

<p>Hvilke atleter betragtes som professionelle?</p>	<p>Definitionen på en professionel udøver er, at den pågældende dyrker idræt på højeste nationale seniorniveau inden for en DIF-ankendt idrætsgren.</p> <p>Dette er en ændring i bekendtgørelsen, som udvider definitionen betydeligt. [Se §14, stk 4 i bekendtgørelsen om forbud mod store forsamlinger].</p>
<p>Hvordan definerer man "øverste nationale niveau"</p>	<p>Ved Danske mesterskaber uden formelle kvalifikationskrav for deltagelse, anbefaler DIF, at det enkelte forbund indfører kvalifikationskrav, så kun atleter fra det absolutte øverste nationale niveau deltager. Ved tvivlsspørgsmål bedes forbundet rette henvendelse til corona@dif.dk.</p>
<p>Kan atleterne stille op ved nationale konkurrencer efter hjemkomst?</p>	<p>DIF anbefaler, at alle rejsedeltagere efter hjemkomst får foretaget en COVID-19-test. Hvis denne er negativ, kan atleterne stille op i konkurrencer nationalt. Ved en positiv test, eller hvis man ikke får foretaget en test, bør man gå i hjemmekarantæne i 14 dage jf. retningslinjerne fra myndighederne.</p>
<p>Skal atleterne testes inden afrejse - og/eller ved hjemkomst?</p>	<p>DIF anbefaler - i tråd med UM rejseråd for erhvervsrejser - at alle rejsedeltagere til lukkede lande/karantænelande testes for COVID-19 ved hjemkomst. Derudover henviser DIF til myndighedernes anbefalinger i forhold til, hvornår test er nødvendigt – og til at holde sig orienteret om myndighedernes anbefalinger i de lande, der rejses til.</p>
<p>Hvad med sub-eliten og breddemotionister - kan deres rejser betegnes som nødvendige?</p>	<p>Nej, ikke til karantænelande. Hvis landet er defineret som åbent, er det en konkret vurdering af vigtigheden fra forbundets side, som skal lægges til grund.</p>
<h2 style="color: red; margin: 0;">UDDANNELSE OG KURSER</h2>	
<p>Må vi afholde kurser og seminarer med workshops?</p>	<p>Ja, men kun op til 10 personer i alt.</p> <p>Hvis seminaret er en idræts- eller en foreningsaktivitet uden overnatning, kan der afholdes workshops for 50 personer, hvis der er tale om børn og unge op til 21 år.</p>

	<p>Et forbundsseminar skal dog som udgangspunkt være målrettet foreningerne, f.eks. trænere, bestyrelsesmedlemmer mv.</p>
<p>Må vi afholde kurser med eksterne deltagere?</p>	<p>Hvis I overholder det gældende forsamlingsforbud, må I gerne afholde kurser.</p> <p>Hvis et møde med fordel kan gennemføres digitalt, så anbefaler vi det, ligesom vi opfordrer til at opholde sig udendørs så vidt det er muligt – evt. noget af tiden.</p> <p>Hvis det er nødvendigt at mødes fysisk, så bør følgende overholdes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lokalet bør være tilstrækkelig stort til, at alle deltagere kan sidde med minimum en meters afstand • Husk at vaske hænder eller brug håndsprit, inden du går ind i mødelokalet • Vær opmærksom på at vejen til og ind i et større lokale også udgør en risiko for smittespredning. • Undgå at give hånd eller have fysisk kontakt, når I mødes – og følg sundhedsmyndighedernes generelle anbefalinger • Der bør sikres 2 meters afstand mellem underviser og forreste række af tilhørere, (mens det er tilstrækkeligt med 1 meters afstand mellem tilhørerne, hvis disse ikke synger eller lign.).
<p>Må vi afholde kurser og seminarer med workshops?</p>	<p>Ja, men kun op til 10 personer i alt.</p>
<p>FLERE INFORMATIONER</p>	
<p>Hvor kan jeg finde yderligere information?</p>	<p>Vi står alle i en helt særlig situation omkring corona – også myndighederne. Derfor er det ikke alle spørgsmål, der findes konkrete svar på. Helt generelt skal man følge myndighedernes påbud, retningslinjer og råd.</p>

	<p>Derudover kan man finde yderligere information her:</p> <ul style="list-style-type: none">• Myndighedernes råd og retningslinjer findes på www.coronasmitte.dk• Udenrigsministeriets rejsevejledninger• På DIF's hjemmeside findes ved at scrolle lidt ned på forsiden af www.dif.dk en række nyheder og information om corona og idræt• Styrelsen for patientsikkerhed – kan kontaktes, hvis I har brug for råd og vejledning i forbindelse med COVID19-smitte• Derudover gives der svar på en række spørgsmål på www.dif.dk/corona
--	---



SKEMA: Indrejse til Danmark for udenlandske Idrætsudøvere

Åbne lande: Personer med bopæl i et land, der er kategoriseret som 'åbent' (gult) i [Udenrigsministeriets rejsevejledninger](#) kan frit rejse ind i Danmark. Se også [politiets Q&A](#) vedr. indrejse til DK

Karantænelande: Lande, der er kategoriseret med orange eller rød i [Udenrigsministeriets rejsevejledninger](#) er pt. per definition 'karantænelande' (orange). Personer med bopæl i et karantæneland må rejse ind i Danmark med et anerkendelsesværdigt formål. Se også [politiets Q&A](#) vedr. indrejse til DK

DIF anbefaler alle at følge Udenrigsministeriets rejsevejledninger. Anbefalingerne og restriktionerne kan ændre sig time for time, og alle opfordres derfor til at orientere sig i gældende rejsevejledninger på Udenrigsministeriets hjemmeside, www.um.dk eller ved at downloade deres app 'Rejseklar'. Vi opfordrer desuden til at tjekke [politiets Q&A](#) for at sikre sig, at man har den rette legitimation og evt. dokumentation med ved indrejse. Vær desuden opmærksom på, at man ikke kan indhente forhåndsgodkendelse hos politiet.

	Landestatus	Ansættelses-Forhold	Indrejserestriktioner	Anbefaling
Eks. 1	Åbent land	Ansæt i dansk klub	Ingen restriktioner - fri indrejse	
Eks. 2	Åbent land	Udøver skal deltage i en event/turnering.	Ingen restriktioner - fri indrejse	
Eks. 3	Karantæneland	Ansæt i en dansk klub	Ingen restriktioner, da vedkommende har et anerkendelsesværdigt formål med sit besøg.	Medbring relevant dokumentation på rejsen. Det er eks. gyldig ansættelseskontrakt, suppleret med seneste lønseddel.
Eks. 4	Karantæneland	Udøver skal deltage i en event/turnering.	Muligvis restriktioner – konkret vurdering om der er tale om et	Deltagelse i idrætsaktiviteter anses som udgangspunkt ikke



			anerkendelsesværdigt formål.	<p>som et anerkendelsesværdigt formål.</p> <p>Det anbefales derfor, at man som forbund - inden man inviterer udøvere til DK - kontakter myndighederne med henblik på nærmere afklaring.</p> <p>Vær opmærksom på, at politiet ikke giver forhåndsgodkendelser.</p>
--	--	--	------------------------------	---