



Information til alle medlemmer

Der har været to tilfælde af COVID-19 i Trekanten

Kære medlemmer i Trekanten

I hele perioden fra COVID-19 pandemien ramte landet til i sidste uge, har vi i Trekanten ikke haft et eneste smittetilfælde i klubben. I sidste uge fik vi desværre vores første to tilfælde trods de omfattende og indtil nu meget virkningsfulde forebyggende foranstaltninger, som vi hele tiden har haft, og på trods af, at vi hele tiden har fulgt myndighedernes krav til punkt og prikke.

Holdene, som de to smittede har været på, blev omgående lukket ned. Alle fægttere og trænere på de pågældende hold har fået besked enten direkte i en mail eller på deres Facebookgruppe, da de i sundhedsmæssig forstand regnes som nære kontakter og derfor nu skal isolere sig og blive testet.

Det betyder også, at hvis du **ikke** har fået en besked nu, så er du **ikke** nær kontakt til nogen af de smittede.

Det er rigtig uheldigt, at situationen er opstået, selv om alle har fulgt alle gældende retningslinjer. Vi er også kede af alt det besvær, det giver for jer og jeres familier. I dette informationsbrev kan I læse mere om de foranstaltninger, der nu træder i kraft på de nedlukkede hold. I kan også læse om, hvad vi har af forebyggende foranstaltninger på de hold, som ikke er berørt af de to COVID-19 tilfælde. Og vores tanker går selvfølgelig også i høj grad til de to uheldige smittede.

Når sådan en situation opstår, kan mange spørgsmål melde sig. Skriv derfor meget gerne til mig på formand@trekanten.org, hvis I har spørgsmål, kommentarer eller brug for mere information. Jeg lover jer alle svar hurtigst muligt.

Mange hilsner og tanker
- ikke mindst til alle berørte i klubben.

Lene Jensen
Formand, Fægteklubben Trekanten

Smitteopsporing i Trekanten

Hvem regnes som nære kontakter?

Når nogen i en sportsklub som vores er smittet, har myndighederne klare definitioner på, hvem der regnes som nære kontakter. Det gør nemlig alle, der har trænet på et indendørs hold, hvor der har været en smittet tilstede. Selv om fægtning ikke er en sport, hvor vi er helt tæt på hinanden, så følger vi i Trekanten sundhedsmyndighedernes regler. Det gør vi for alles sikkerheds skyld: For tænk, hvis der nu er flere på holdet, der er smittede, og som uden at vide det kommer til at give smitten videre...

Her er en pjece, der fortæller om hvordan du skal forholde dig, hvis du er en nær kontakt:

<https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/Test/Naer-kontakt-pjece.ashx>



Hvad skal jeg gøre, hvis jeg selv eller mit barn regnes som nær kontakt?

Alle, der regnes som nære kontakter, skal gå i selvisolation og PCR-testes to gange – nemlig på 4. dagen og 6. dagen efter at I har været udsat for mulig smitte.

Det betyder, at nogen af jer skal testes søndag d. 2. maj + tirsdag d. 4. maj og andre mandag d. 3. maj + onsdag d. 5. maj. I har allerede fået besked om, hvem der skal testes hvornår. Ellers skriv til mig, så kan jeg svare på det.

Hvorfor skal man PCR-testes både på 4. dagen og 6. dagen?

Det skal man, for at der kan igangsættes hurtig smitteopsporing, da mange allerede vil teste positiv på 4. dagen efter smitte. Faktisk er kun det fordi, de nære kontakter blev testet på 4. dagen, at vi så hurtigt blev klar over, at der var to smittede.

Testen på 6. dagen er den afgørende test. Hvis du heller ikke på 6. dagen testes positiv, betyder det, at du kan vende tilbage din dagligdag som hidtil.

Hvad hvis jeg er smittet?

Hvis du er smittet, vil vi bede dig skrive til os på formand@trekanten.org, så vi kan få et overblik over smittesituationen i klubben. Vi behandler alle informationer med største diskretion, men vi har brug for at kunne informere de andre på holdet. Dit navn bliver ikke offentliggjort, hvis du er smittet. Kun hvis du selv ønsker at være offentlig omkring din smitte, vil dit navn blive nævnt i klubregi.

Hvornår starter de berørte hold igen?

De berørte fleurethold forventes genstartet onsdag d. 5. maj eller fredag d. 7. maj. Hold jer orienteret i jeres Facebookgrupper.

Det berørte kårdehold forventes genstartet torsdag d. 6. maj. Hold jer orienteret i jeres Facebookgruppe.

For at kunne starte igen, er det et krav fra Trekantens side, at du medbringer en negativ Coronatest fra henholdsvis d. 4. maj (hvis du fægter fleuret) og d. 5. maj (hvis du fægter kårde).

Hvis du går på et af de berørte hold og vælger ikke at blive testet, må du starte på dit fægtehold igen fra mandag d. 10. maj.

Hvad med de øvrige hold i Trekanten?

Følgende hold er ikke lukket ned og fortsætter uændret:

Fægterne på nedenstående hold er ikke nære kontakter til nogen af de to smittede.

- Sabel B&U-holdet om mandagen i Ryparken
- Søndags B&U-holdet i Ryparken
- Familiefægtning i Ryparken (starter igen søndag d. 9. maj)
- Voksenbegynderholdet om mandagen i Ryparken (voksenidrætten genåbner d. 6. maj)
- Voksenholdet om mandagen og torsdagen i Ryparken (voksenidrætten genåbner d. 6. maj)* og **
- Seniorfægtning onsdag formiddag i Ryparken (genåbner, når I får besked fra Kim)**

* På voksenholdet er forudgående tilmelding nødvendig <https://book.trekanten.org/>

** Det forventes, at det bliver et myndighedskrav at indendørs voksenidræt kræver Corona-pas.



Det gør vi i Trekanten for at hindre smitteudbrud

I Trekanten har vi en lang række foranstaltninger for at hindre smitteudbrud

Lige siden den første dag med COVID-19 i landet, har vi haft helt klare regler for afvikling af træningen, så risikoen for at sprede smitte i klubben minimeres. De er jævnligt blevet tilrettet efter myndighedernes retningslinjer, og vi gør altid vores yderste for at gøre træningen i klubben så sikker som overhovedet mulig. Vi opfordrer i øvrigt til at følge regeringens retningslinjer om jævnlig testning og brug af smittestop app'en.

Her er et overblik over de retningslinjer, der gælder for nuværende. Retningslinjerne er baseret på regeringens, Danmarks Idrætsforbunds og Københavns Kommunes retningslinjer

Træningsafvikling

1. Vi har håndsprit til rådighed i alle klubbens lokaler.
2. Vi følger regeringens forsamlingsforbud.
3. Alle over 12 år bærer mundbind alle andre steder end på fægtesalen og i styrketræningslokalet.
4. Der er altid mindst 4 m² pr. person.
5. Træningen planlægges, så der er 2 meter mellem fægterne, når de ikke fægter kamp.
6. Fægterne mindes om at holde afstand i pauser og i sociale situationer.
7. Lokalerne inddeles i sektioner, hvis der er behov for det.
8. Alle fægtere skal have eget udstyr eller leje udstyr af klubben, så de har deres eget sæt.
9. Hvis der alligevel bruges klubudstyr, lægges det i karantæne i 72 timer med dato på.
10. Hvis der en sjælden gang benyttes fælles udstyr, som berøres med hænderne, spritter alle hænder før og efter aktiviteten. Udstyret enten rengøres eller lægges i karantæne i 72 timer efter brug. Dette gælder også ved polterarrangementer og lignende.
11. Det forventes, at Coronapas bliver et regeringskrav på voksenholdene, når de genåbner.

Rengøring og udluftning

1. Alle kontaktpunkter rengøres efter hvert hold.
2. Fægtesalen fejes med den store moppe mellem hver træning.
3. Vi husker fægterne på ikke at røre ved ting, hvis det ikke er nødvendigt.
4. Der laves gennemtræk og luftes ud i 5-10 minutter mellem hvert hold.
5. Træningen stoppes derfor 5 minutter tidligere end normalt ...
6. – og næste hold har først adgang til salen, når det foregående hold er færdige med at gøre rent.
7. Derudover udføres den professionelle rengøring af rengøringsfirmaet som normalt.



I tilfælde af symptomer og smitte med COVID-19:

1. Hvis du selv er blevet konstateret smittet, skal du straks give klubbens formand

(formand@trekanten.org) eller din træner besked om det. Du må ikke træne i klubben.

I tilfælde af smitte hos et medlem eller en træner lukkes vedkommendes hold omgående ned, og alle øvrige på holdet orienteres om smitten – dog ikke med oplysning om den smittedes navn, medmindre vedkommende selv ønsker at offentliggøre det. Trænere og alle medlemmer på holdet skal PCR-testet på 4. dag og 6. dag efter sidste kontakt med den smittede eller alternativt at gå i karantæne i 10 dage. Når trænerne har fået svar på deres test, genåbnes holdet for dem, hvor COVID-19 ikke er påvist. Hvis du ikke bliver testet, må du først starte efter 10 dage.

2. Hvis et familiemedlem er smittet, skal du blive hjemme fra træning, indtil du selv ved, om du er smittet eller ej.

Hvis det smittede familiemedlem har opholdt sig i klubben, skal formanden straks kontaktes.

Hvis familiemedlemmet, der er smittet, er i isolation, må du gerne træne, når det ved PCR-test på 4. dag og 6. dag er konstateret, at du ikke selv er smittet. Ellers vil vi gerne bede dig blive hjemme fra træning, indtil vedkommende er konstateret rask.

3. Hvis din kæreste, en klassekammerat, ven eller andre i din omgangskreds er smittet, skal du blive hjemme fra træning, indtil du selv har fået svar på, om du er smittet eller ej.

Du behøver ikke give formanden eller træneren besked om, at en fra din omgangskreds er smittet. Når du efter PCR-test på 4. dag og 6. dag ved, at du ikke er smittet, må du gerne træne igen.

4. Hvis et familiemedlem, kæreste, klassekammerat, ven eller andre i din meget nære omgangskreds har symptomer på COVID-19, skal du blive hjemme fra træning, indtil vedkommende har fået svar på, om de er smittet eller ej.

Hvis en test viser, at vedkommende ikke er smittet, må du gerne komme til træning igen. Hvis testen derimod viser, at vedkommende er smittet, skal du blive hjemme, indtil du ved en PCR-test på 4. dagen og 6. dagen har fået svar på, om du selv er smittet.

Find din Facebookgruppe

Vi bruger Facebook som platform for kommunikationen i Trekanten. Derfor er det en god ide at finde og blive medlem af den gruppe, som du hører til i. Her har du en oversigt over grupperne:

FKT B&U – søndag	For fægterne på Familiefægtning og søndags B&U-holdet
FKT B&U – DGI-byen	For fægterne på B&U-holdet i DGI-byen
FKT B&U Kårde – Torsdag	For fægterne på B&U-holdet på kårde i Ryparken kl. 16-18
FKT B&U – forældre	For B&U-talentholdet og dem, der fægter B&U-stævner
FKT Monday/Thursday	For voksenholdene om aftenen mandag og torsdag
FKT Adult Beginner	For voksenbegynderholdet om mandagen kl. 17.30-19
Olympisk Kraftcenter	Lukket gruppe for klubbens elitefægttere

Hvis du er i tvivl om, hvor du hører til, så skriv til Malte på mtm@trekanten.org.