

# Leiðbeiningar fyrir sund- og baðstaði og baðstaði í náttúrunni vegna COVID-19

## Dregið úr hættu á COVID-19 kórónuveiru smiti



- Gæta vel að hreinlæti, þvo hendur reglulega með sápu og nota handspritt. Forðast snertingu við augu, nef og munn.



- Hósta og hnerra í krepptan olnboga eða í pappír þegar um kvefeinkenni er að ræða.



- Forðist náðið samneyti við einstaklinga með hósta og almenn kvefeinkenni.



- Sýna aðgát í umgengni við algenga snertifleti á fjölförnum stöðum, s.s. handrið, lyftuhnappa, snertiskjái, greiðsluposa og hurðahúna.



- Heilsa frekar með brosi en handabandi eða faðmlagi.

## Efnisyfirlit

1. Eftirfarandi á við um alla starfsemi/staði .....	3
2. Afgreiðsla og móttaka gesta – gátlisti.....	3
3. Fataskiptiklefar, inni og úti – gátlisti.....	4
4. Sturtur, þurrkaðstaða, salerni – gátlisti .....	4
5. Sundlaug og sundlaugarbakki – gátlisti .....	4
6. Baðstofur, eimböð og saunaböð – gátlisti.....	5
7. Heitir pottar, setlaugar og köld ker – gátlisti.....	5
8. Rennibrautir og leiksvæði barna – gátlisti .....	5
9. Klór og hreinsun sund- og baðstaða .....	5
10. Baðstaðir í náttúrunni – gátlisti .....	6
11. Fræðsla til starfsmanna sund- og baðstaða vegna COVID-19 .....	6
12. Ef eitthvað er óljóst .....	6
13. Frekari upplýsingar um COVID-19 .....	7
14. Viðaukar .....	7

## 1. Eftirfarandi á við um alla starfsemi/staði:

Skv. [reglugerð](#) um takmörkun á samkomum, er sund- og baðstöðum heimilt að hafa opið fyrir leyfilegum hámarksfjölda gesta skv. starfsleyfi (ef leyfilegur hámarksfjöldi er ekki skráður skal miða við þann fjölda sem fataskiptirými gerir ráð fyrir).

- Börn fædd **2006** og síðar eru undanþegin fjölda- og nálægðartakmörkun og grímuskyldu.

**Markmið leiðbeininganna er að hægja eins og unnt er á útbreiðslu COVID-19 sjúkdómsins og auðvelda smitakningu ef smit kemur upp.**

- Í hverju rými skulu ekki vera fleiri en að hámarki **500** manns og 1 metra nálægðartakmörk virt.

### Nánari upplýsingar:

1. Rekstraraðili tryggir að upplýsingaskilti almannavarna um ábyrgð gesta gagnvart eigin smitvörnum sé sýnilegt gestum á skjá eða á prenti.
2. Gestir mega ekki koma inn á sundstaði ef þeir:
  - a. Eru í sóttkví.
  - b. Eru í einangrun (einnig meðan beðið er niðurstöðu sýnatöku).
  - c. Eru með einkenni (kvef, hósta, hita, höfuðverk, beinverki, þreytu, kviðverki, niðurgang o.fl.).
3. Rekstraraðili þrífur samkvæmt venju og strýkur yfir skilgreinda snertifleti a.m.k. tvisvar á dag með sápulegi/sóttthreinsandi efni.
4. Rekstraraðili tryggir að fjöldi einstaklinga í hverju rými fari ekki yfir skilgreint hámark samkvæmt auglýsingu heilbrigðisráðuneytis á hverjum tíma.
5. Rekstraraðili tryggir eins og best verða má að hægt sé að virða 1 metra nándarmörk milli ótengdra aðila.
6. Rekstraraðili tryggir auðvelt aðgengi að handþvottaaðstöðu og handspritti.
7. Rekstraraðili tekur valkvæða þjónustu úr umferð ef hann telur sig ekki geta uppfyllt skilyrði um sóttvarnir. Dæmi: Hárþurrkur, rakstur, leiktæki, sólstólar, þjálfunarbúnaður, veitingasala.
8. Rekstraraðili tryggir að skráðar séu [upplýsingar um viðbrögð starfsmanna ef grunur vaknar um COVID-19 smit á starfsvæði](#).
9. Rekstraraðili hvetur starfsmenn og gesti til að hlaða niður smitakningarappi almannavarna.

## 2. Afgreiðsla og móttaka gesta – gátlisti

1. Upplýsingaskilti almannavarna um eigin smitvarnir skal vera aðgengilegt gestum.
2. Handþvottaaðstaða og/eða handspritt aðgengilegt gestum og starfsmönnum.
3. Rekstraraðilar taka valkvæða þjónustu úr umferð ef ekki er hægt að uppfylla skilyrði sóttvarna vegna þeirra, það er strjúka yfir búnað með sápulegi/sóttthreinsandi efni eftir hverja notkun. Dæmi: Veitingasala og vatnsbrunnur. Hvetja gesti til að hafa eigin drykki meðferðis í stað þess að hafa opinn drykkjarbrunn.
4. Starfsmenn þrifa og sóttthreinsa skilgreinda snertifleti með sápulegi/sóttthreinsandi efni eins oft og þurfa þykir. Dæmi: Inngönguhlið, handföng, handrið, hurðarhúnar, posar.

### 3. Fataskiptiklefar, inni og úti – gátlisti

1. Tryggja þarf 1 metra nándarmörk milli ótengdra einstaklinga.
2. Upplýsingaskilti almannavarna um eigin smitvarnir skal vera aðgengilegt gestum.
3. Handþvottaaðstaða og/eða handspritt skal vera aðgengilegt gestum og starfsmönnum.
4. Taka má hárburkur, baðvogir og aðra valkvæða þjónustu úr umferð ef ekki er hægt að beita fullnægjandi sóttvarnaráðstöfunum, það er að strjúka yfir búnaðinn með sápulegi/sóttthreinsandi efni að lokinni hverri notkun.
5. Svæði þrifið samkvæmt hefðbundnum verklagsreglum.
6. Skilgreindir snertifletir þrifnir og sóttthreinsaðir með sápulegi/sóttthreinsandi efni eins oft og þurfa þykir og a.m.k. á 30 mín. fresti þegar aðsókn er mikil. Dæmi: Hurðarhúnar, handrið, handföng, kranar, skáphöldur, skiptiborð og stólar ungbarna, bekkir, borð.

### 4. Sturtur, þurrkaðstaða, salerni – gátlisti

1. Tryggja þarf 1 metra nándarmörk á milli ótengdra aðila.
2. Upplýsingaskilti almannavarna um eigin smitvarnir skal vera aðgengilegt gestum.
3. Handþvottaaðstaða og/eða handspritt skal vera aðgengilegt gestum og starfsmönnum.
4. Taka má valkvæða þjónustu úr umferð ef ekki er hægt að beita fullnægjandi sóttvarnaráðstöfunum, það er að strjúka yfir búnaðinn með sápulegi/sóttthreinsandi efni að lokinni hverri notkun. Dæmi: Þeytivinda fyrir sundfatnað.
5. Svæði þrifið samkvæmt verklagsreglum.
6. Strokið yfir skilgreinda snertifleti með sápulegi/sóttthreinsandi efni eins oft og þurfa þykir og a.m.k. á 30 mín. fresti þegar aðsókn er mikil. Dæmi: Hurðarhúnar, handrið, handföng, kranar, salernissetur, vaskar.

### 5. Sundlaug og sundlaugarbakki – gátlisti

1. Tryggja þarf 1 metra nándarmörk milli ótengdra aðila.
2. Starfsmenn áætla hámark gesta á hverri braut þannig að á einhverjum brautum sé hægt að fylgja 1 metra reglu um nándarmörk.
3. Upplýsingaskilti almannavarna um eigin smitvarnir sé aðgengilegt gestum.
4. Taka má valkvæða þjónustu úr umferð ef ekki er hægt að beita fullnægjandi sóttvarnaráðstöfunum, það er að strjúka yfir búnaðinn með sápulegi/sóttthreinsandi efni að lokinni hverri notkun. Dæmi: Sólstólar, legubekkir, boltar og önnur leiktæki, þjálfunarbúnaður.
5. Strokið yfir skilgreinda snertifleti með sápulegi/sóttthreinsandi efni eins oft og þurfa þykir og a.m.k. á 30 mín. fresti þegar aðsókn er mikil. Dæmi: Hurðarhúnar, handrið, handföng, skyldubúnaður, kranar.

## 6. Baðstofur, eimböð og saunaböð – gátlisti

1. Reiknað hámark fjölda gesta í baðstofu/eimbaði/saunabaði liggja fyrir þannig að það sé hægt að tryggja 1 metra nándarmörk milli ótengdra aðila. Upplýsingar um fjölda á þessum stöðum þurfa að vera aðgengilegar gestum.
2. Taka má valkvæða þjónustu úr umferð ef ekki er hægt að beita fullnægjandi sóttvarnaráðstöfunum, það er að strjúka yfir búnaðinn með sápulegi/sóttþreinsandi efni að lokinni hverri notkun. Dæmi: Jógadýnur, nuddrúllur.
3. Svæði þrifið samkvæmt verklagsreglum.
4. Strokið yfir skilgreinda snertifleti með sápulegi/sóttþreinsandi efni eins oft og þurfa þykir og a.m.k. á 30 mín. fresti þegar aðsókn er mikil. Dæmi: Hurðarhúnar, handrið, handföng, kranar, bekkir.

## 7. Heitir pottar, setlaugar og köld ker – gátlisti

1. Reiknað hámark fjölda gesta í pottum, köldum kerjum og setlaugum liggja fyrir þannig að það sé hægt að tryggja 1 metra nándarmörk milli ótengdra aðila. Upplýsingar um fjölda í þessum laugum þurfa að vera aðgengilegar gestum.
2. Vatn í köldum kerjum/pottum skal vera sóttþreinsað með klór (nota má klórtöflur) og fylgst skal með gæðum vatnsins reglulega yfir daginn.
3. Taka má valkvæða þjónustu úr umferð ef ekki er hægt að beita fullnægjandi sóttvarnaráðstöfunum, það er að strjúka yfir búnaðinn með sápulegi/sóttþreinsandi efni að lokinni hverri notkun. Dæmi: Leiktæki og þjálfunarbúnaður.
4. Svæði þrifið samkvæmt verklagsreglum.
5. Strokið yfir skilgreinda snertifleti með sápulegi/sóttþreinsandi efni eins oft og þurfa þykir og a.m.k. á 30 mín. fresti þegar aðsókn er mikil. Dæmi: Handrið, handföng.

## 8. Rennibrautir og leiksvæði barna – gátlisti

1. Tryggja þarf 1 metra nándarmörk milli ótengdra einstaklinga.
2. Taka má valkvæða þjónustu úr umferð ef ekki er hægt að beita fullnægjandi sóttvarnaráðstöfunum, það er að strjúka yfir búnaðinn með sápulegi/sóttþreinsandi efni að lokinni hverri notkun. Dæmi: Boltar, dýnur, barnaleikföng.
3. Svæði þrifið samkvæmt verklagsreglum.
4. Strokið yfir skilgreinda snertifleti með sápulegi/sóttþreinsandi efni eins oft og þurfa þykir og a.m.k. á 30 mín. fresti þegar aðsókn er mikil. Dæmi: Handrið, handföng.

## 9. Klór og hreinsun sund- og baðstaða

1. Gæta skal vel að klórmagni og tryggja að það fari ekki undir viðmiðunargildi og betra að það sé nærri hámarksgildi samkvæmt reglugerð.
2. Hafa aðstöðu til handþvotta og að handspritt sé aðgengilegt.

3. Nægar birgðir þurfa að vera til staðar af handspritti og sápulegi/sóttþreinsandi efni til þrifa á skyldubúnaði og snertiflötum.
4. Almennum verklagsreglum er að öðru leyti fylgt við þrif og eftirlit með sund- og baðstöðum.

## 10. Baðstaðir í náttúrunni – gátlisti

ATH! Baðvatn á baðstöðum í náttúrunni er ekki sóttþreinsað með sama hætti og baðvatn á sund- og baðstöðum (klór) og því er einstaklingum með undirliggjandi sjúkdóma ráðlagt að varast slík böð. Almennungur fer á baðstaði í náttúrunni á eigin ábyrgð, kröfur til hreinleika baðvatns á slíkum stöðum er mun lakara en á sund- og baðstöðum (nánar í [reglugerð um baðstaði í náttúrunni](#)).

1. Reglur þessar eiga við baðstaði í náttúrunni sem hafa skilgreint starfsleyfi og rekstraraðili er skilgreindur (1. og 2. flokkur).
2. Sveitarfélögum er heimilt að loka baðstöðum í náttúrunni (3. flokkur) ef ekki er talið kleift að virða sóttvarnaráðstafanir.
3. Baðstaðir í náttúrunni mega ekki taka á móti fleiri gestum á hverjum tíma heldur en ákvörðun heilbrigðisráðuneytis um hámarksfjölda einstaklinga í sama rými segir til um. Börn fædd 2006 og síðar eru ekki talin með í gestafjölda.
4. Gestir baðstaða í náttúrunni eru ábyrgir fyrir eigin smitgát og virða 1 metra regluna eins og frekast er unnt. Börn fædd 2006 og síðar eru undanþegin.
5. Takmarka skal samneyti á milli aðskildra ferðahópa eins og unnt er.
6. Upplýsingaskilti almannavarna um eigin smitvarnir sé aðgengilegt gestum.

## 11. Fræðsla til starfsmanna sund- og baðstaða vegna COVID-19

Eftirfarandi upplýsingar um COVID-19 má finna á [www.covid.is](http://www.covid.is):

1. Hvaða veira það er sem veldur COVID-19.
2. Helstu smitleiðir veirunnar á milli manna.
3. Það sem hægt er að gera til að varna því að smit berist á milli manna á sund- og baðstöðum.
4. Fyrstu viðbrögð starfsmanna ef grunur vaknar um smit innan vinnustaðar.
5. [Leiðbeiningar](#) um það ferli sem fer í gang þegar upp kemur COVID-19 smit.
6. [Leiðbeiningar](#) til framlínustarfsmanna í atvinnulífinu.
7. Hvar hægt er að finna frekari upplýsingar um COVID-19.

## 12. Ef eitthvað er óljóst

Vinsamlega sendið fyrirspurnir á eftirfarandi netfang:

[svl@landlaeknir.is](mailto:svl@landlaeknir.is)

Heilbrigðiseftirlit sveitarfélagsins gefur einnig upplýsingar en það veitir starfsleyfi og sinnir reglubundnu eftirliti með sund- og baðstöðum.

## 13. Frekari upplýsingar um COVID-19

- [landlaeknir.is](http://landlaeknir.is)
- [covid.is](http://covid.is)

## 14. Viðaukar

1. [Lög um hollustuhætti og mengunarvarnir nr. 7/1998](#)
2. [Reglugerð um hollustuhætti á sund- og baðstöðum nr. 814/2010](#)
3. [Reglugerð um baðstaði í náttúrunni nr. 460/2015](#)
4. [Rannsókn um áhrif klórs á kórónaveiru](#)
5. [Leiðbeiningar til framlínustarfsmanna í atvinnulífinu. Hér má finna leiðbeiningar um þrif á vinnustöðum og farartækjum til fólksflutninga í COVID-19 faraldri](#)
6. [Starfsleyfisskilyrði fyrir sund- og baðstaði \(2017\). Umhverfisstofnun og heilbrigðiseftirlit sveitarfélaga](#)
7. [Önnur starfsleyfisskilyrði. Umhverfisstofnun](#)