

För att vi ska kunna fortsätta med träning och spel i hallen, vill vi påminna om de riktlinjer vi i HA 74 har satt för att förhindra smittspridning av Covid-19.

### **VIKTIGT att man vid minsta sjukdomssymtom INTE tränar, utan stannar hemma!**

Alla ledare och spelare ska sprita sina händer när de kommer till hallen. Handsprit finns i omklädningsrummet och i ishallen.

Samling ska ske så nära inpå träning som det går, helst 30 minuter innan isträning och 15 minuter innan fys. Om det är möjligt, sker ombyte utanför hallen.

Man ska inte vara i ishallen mer än när man tränar, Ledarna ska se till att träningsgrupperna inte möts i spelargången. Med andra ord håll avstånd.

Ingen dusch efter träning i ishallen (om det inte kan ske på ett smittsäkert sätt).

Efter träning byter man skyndsamt om och åker hem.

Omklädningsrummen besöks endast av ledare, materialare och spelare. Detta för att minska flödet av folk i omklädningsrummen gäller också korridoren. Lämning/hämtning av spelare sker utanför hallen. Att var på läktaren är ok så länge man håller avstånd.

Situationen inom hockeyn är ansträngd på många håll och vi ser även utbrott på flera håll och i flera serier.

### **Vi måste alla hjälpas åt att minska smittan**

#### **Stanna hemma vid symptom**

#### **Håll avstånd**

#### **Tvätta händerna ofta och noggrant**

Skottrummet och gymmet får användas men max 3 spelare åt gången.

Alla lag måste sprita av omklädningsrum och bås innan och efter aktivitet. Med ytdesinfektion och papper.(Detta kommer vaktmästarna se till att det finns.) Ansvarig ledare ser till att det blir gjort.

Varje lag inom verksamheten måste säkerställa att vi följer Svenska hockeyförbundets verksamhetsprotokoll. Gås igenom med spelare och ledare så fort som möjligt. Samlad info <https://www.swehockey.se/Covid-19/>

När vi spelar matcher så har vi tillgång till fotbollens omklädningsrum, och vi ska nyttja detta till motståndarna för att minska risken för smittspridning. I pauserna har dom tillgång till 4 eller 5. Hemma laget byter om i 2 och 3 detta för att inte behöva mötas i spelargången. Om det bara spelas en match på helgen kan motståndarna ha 4 eller 5.

HA 74 vill även betona följande:

- Det är av oerhört stor betydelse att alla gör sitt yttersta för att vi förhålla sig till de här nya åtgärderna. Om vi inte gör det så kommer verksamheten att stängas ner.
- Det är så klart även viktigt att alla fortsätter att följa Folkhälsomyndighetens och Svenska Ishockeyförbundets riktlinjer.

#### **Om du har symtom men inte testats för Covid-19**

Då stannar man hemma 7dgr och minst 2 symptomfria dagar innan man åter vänder i träning

#### **Om du har testats negativt för Covid-19**

Då stannar man hemma tills man är pigg och symptomfri.

#### **Om du har testats positivt för Covid-1**

Då stannar man hemma 7dgr och minst 2 symptomfria dagar innan man åter vänder i träning

Hockeyskolan får endast en förälder vara på läktaren.