



## Handlingsplan Tomas Holmström Hockeyskola 2020

Folkhälsomyndigheten (FHM), Riksidrottsförbundet (RF), Svenska Ishockeyförbundet (SIF) och Piteå Hockey Club (PHC) tycker att fysisk aktivitet för barn och ungdomar är bra.

Vi kommer genomföra Tomas Holmström Hockeyskola 2020 under vecka 32 och vi har gjort vissa anpassningar på grund av rådande läge med COVID-19. Vår målsättning med denna vecka är att erbjuda alla deltagare högsta kvalitet, bra utvecklande och roliga dagar tillsammans både på och utanför isen.

Nedan finner ni de aktiva insatser som vi väljer under nuvarande förutsättningar med rekommendationer från Folkhälsomyndigheten (FHM), Riksidrottsförbundet (RF) och Svenska Ishockeyförbundet (SIF). **Om dessa rekommendationer förändras kommer vi att omvärdera vår handlingsplan.**

### ÅTBERBUD VID SJUKDOM

Det kommer vara extremt viktigt för oss att alla som deltar är symptomfria och därför reserverar vi rätten att skicka hem någon som uppvisar symptom under veckan. Vi känner dock att vi bör kompensera er vid ett sådant tillfälle och återbetala 300 kronor per dag man inte deltar under veckan.

### ALLA SKALL VARA SYMPTOMFRIA

Känner man symptom måste man stanna hemma. Upplever vi något av ledarteamen att någon uppvisar symptom kommer vi att ta kontakt med föräldrarna och skicka hem personen. Man skall också stanna hemma 48 timmar efter att åter blivit symptomfri.

### LEDARNA

All personal, instruktörer och gruppleddare har fått instruktioner och vet vilka åtgärder som krävs för att denna handlingsplan ska fungera.

### GOD HANDHYGIEN

Alla måste tvätta händerna noga och ha god handhygien. I varje omklädningsrum finns tvål och vatten där man kan tvätta sina händer och det är ledarnas ansvar att samtliga tvättar sina händer. Det kommer att finnas ett antal stationer runt om i arenan med handsprit.

### OMKLÄDNINGSRUM

För att erbjuda en tryggare miljö i omklädningsrummen har vi valt att minska antalet deltagare per grupp samt erbjuda varje grupp 2 omklädningsrum. Varje spelare får således en större egen yta att byta om på. Varje omklädningsrum har egna duschar och toalett. Det innebär färre personer per duschrum. Det är viktigt att alla spelare håller sig i sitt omklädningsrum och inte vistas i andras omklädningsrum.



### **TVÄTTA KLÄDERNA HEMMA**

Deltagarna tar med sig sina svettiga träningskläder hem efter avslutad träningsdag. Tidigare år har dessa kläder hängts upp på tork i omklädningsrummet, men detta år ska alla deltagare ta med sitt underställ hem varje dag. Ishockeyskydden man har på sig under ispassen får lämnas kvar i omklädningsrummet.

### **EGNA VATTENFLASKOR**

Vattenflaskorna ska tydligt märkas med deltagarens namn före ankomst. Det är inte tillåtet att låna flaska från annan deltagare.

### **FYSTRÄNING**

Fysträning och andra aktiviteter kommer att i möjligaste mån förläggas utomhus.

### **MATSERVERING**

Vi ser över mattiderna för att minska risken att flera grupper vistas i serveringslokalen samtidigt.

### **FÖRÄLDRAR OCH ÅSKÅDARE**

Vi har bestämt att inga föräldrar och andra åskådare är tillåtna i arenan. Detta innebär även att vi inte kommer ha någon kiosk öppen i hallen.

\*Föräldrar och andra anhöriga har inte access till omklädningsrummen i arenan under hockeyskolan.

\*Föräldrar och andra anhöriga lämnar och hämtar deltagarna utomhus och undviker att komma in i arenan.

Vid frågor kontakta Piteå Hockey via Fredde Lindgren 070-322 70 93.

Med hopp om en rolig och innehållsrik hockeykola 2020!

Piteå Hockey Club