



Information med anledning av coronaviruset

Ramviks IF följer [Folkhälsomyndighetens](#), [Riksidrottsförbundets](#) och [Svenska Handbollförbundets](#) riktlinjer gällande träning och tävling. Från och med den 14 juni är träningsmatcher tillåtna i alla åldrar. Folkhälsomyndigheten uppdaterar sina rekommendationer, [RF har tagit fram råd till idrottsrörelsen](#) och Svenska Handbollförbundet har tagit fram [rekommendationer för träningsmatcher](#).

Även tävlingsmatcher och cuper tillåts i alla åldrar från och med den 14 juni och idrottsföreningarna har fortsättningsvis skyldighet att verka för minskad spridning av covid-19. Det innebär bland annat att arrangörer som planerar en tävling, cup eller match ska vidta lämpliga åtgärder för minskad smittspridning. Folkhälsomyndighetens bedömning är att risken för smittspridning vid idrottsaktiviteter främst uppstår i samband med trängsel och folksamlingar. I dagsläget tillåts inte större publik, eftersom begränsningen med ett maxantal på 50 deltagare vid allmänna sammankomster och offentliga tillställningar fortfarande gäller. Folkhälsomyndighetens allmänna råd för idrotten är att om möjligt hålla träningar och andra idrottsaktiviteter utomhus och begränsa antalet åskådare för att undvika att trängsel uppstår.

Det innebär att utomhusträning är att föredra men att kollektiv handbollsträning inomhus är möjlig och ett alternativ givet att riktlinjerna om förebyggande smittskyddsåtgärder följs. [Information om förutsättningarna för inomhusidrotter](#) finns på Svenska Handbollförbundet webb.

Folkhälsomyndigheten konstaterar "att det är viktigt att barn och ungdomar fortsätter att röra på sig. Risken för smittspridning inom barn- och ungdomsidrotten är liten under förutsättning att myndighetens råd följs i övrigt. Det är viktigt att: bara friska symtomfria personer deltar i aktiviteterna, det finns goda möjligheter att tvätta händerna, trängsel mellan människor undviks".

Ramviks IF gör bedömningen att möjligheten till inomhusträning styrs av att man följer de generella råden för att minska risken för smittspridning samt Ramviks IFs egna riktlinjer gällande våra handbollsträningar. Observera också att vid inomhusträning får antalet personer i hallen inte överstiga 50.



Riktlinjer för Ramviks IFs inomhusträningar

- Aktiva som inte är fullt friska stannar hemma och ledare har rätt att skicka hem sjuka barn. Har man sjukdom hemma med **bekräftad covid-19** så stannar även friska aktiva hemma från träning.
- Se till att det finns möjlighet till handtvätt eller handsprit och uppmana till god handhygien. Tvätta händer före och efter träning.
- Ombyte hemma. Undvik att duscha och byta om i hallen.
- Dela inte vattenflaska, deltagare uppmanas att ta med egen vattenflaska.
- Minska risken för trängsel före och efter träningspass.
- Undvik trängsel t.ex. vid entréer, omklädningsrum etc.
- Träning får bedrivas i lokaler i samma anläggning som spelytan. Deltagarna i de olika träningsgrupperna ska dock iakttä försiktighet och behålla social distansering. Deltagare i den väntande träningsgruppen **väntar på läktaren**.
- Träningsgruppen lämnar spelytan och angränsande ytor efter träningen, innan deltagare i den väntande träningsgruppen får beträda spelytan och angränsande ytor.
- Anhöriga bör ej vänta / uppehålla sig i anläggningen om inte de tillhör en annan träningsgrupp.

Tävlingsverksamheten

Uppdaterad information om tävlingsverksamhet framöver och vilka konsekvenser pandemin fått för serier finns hos [Svenska Handbollförbundet](#) samt regionalt hos [Västernorrlands och Jämtlands Läns Handbollförbund](#).

Var uppmärksam på ny information

[Svenska Handbollförbundet](#) och [Västernorrlands och Jämtlands Läns Handbollförbund](#) fattar löpande beslut utifrån Folkhälsomyndighetens och Riksidrottsförbundets ställningstaganden som påverkar Ramviks IFs verksamhet på såväl elit- som ungdomssidan. Var observant på snabba förändringar och ny information. Har du frågor riktade till Ramviks IF med anledning av coronaviruset så kan du vända dig till ordf. Hans Rosengren alt. Sektions ordf. Kenneth Nyhlén.

Den som vill ställa frågor om egna eller barns sjukvårdssymptom kan ringa 1177 och den som mer allmänt har frågor om smittskydd och annan fakta kring coronaviruset kan ringa det nationella informationsnumret 113 13.