

Riktlinjer Covid-19 Selånger Bandy

Allmänt:

Samtliga spelare, ledare samt övriga anhöriga uppmanas att följa Riksidrottsförbundet och Folkhälsomyndighetens allmänna råd avseende att minska smittspridningen.

Generella rekommendationer att följa:

- Tvätta händerna ofta och noga med tvål och vatten.
- Hosta och nys i armvecket - Undvik att röra ansiktet med händerna.
- Använd social distansering.
- Besök inte människor i riskgrupper.
- Medicinsk egenkontroll.

Den som är sjuk, även med milda symtom, ska inte delta i aktiviteter alls, utan stanna hemma till och med två dagar efter tillfrisknande. Insjuknar man under idrottsaktivitet ska man gå hem direkt. Symtom att kontrollera är tex. feber, halsont, hosta, huvudvärk, illamående, diarré, muskelvärk (ej träningsvärk eller tidigare skada).

Respektive ledare ombesörjer en genomgång för samtliga spelare kring smittspridning, vikten av hygien, information kring regler, förhållningssätt och rutiner kopplade till Coronapandemin.

Transport till och från träning

Egen förflyttning till tränings- och matchanläggning. Spelare och ledare transporterar sig i egna bilar. Samåkning eller resa via kollektivtrafiken ska undvikas i möjligaste mån. För att öka den sociala distanseringen bör lagen undvika att anlända till tränings- och matchanläggning vid samma tidpunkt. Ser man att andra spelare är på väg in genom dörr eller grind, avvakta en stund för att undvika trängsel och köbildning.

Omklädningsrum och övriga lokaler

(Endast spelare, ledare ska vistas i omklädningsrummet.)

- Använd social distansering.
- Max ett lag per omklädningsrum och vid stora spelartrupper försök vistas i rummet i omgångar. Tex. genom att delar av laget kliver av isen tidigare för att minska trängsel.
- Tillbringa så lite tid som möjligt i omklädningsrum och övriga lokaler inomhus.
- Träningsgenomgångar och övriga samtal genomförs om möjligt utomhus. Alternativt i Selångerrummet för att kunna hålla större avstånd till varandra.
- Ombyte och dusch kan ske i omklädningsrummet så länge social distansering tillämpas.
- Varje spelare och ledare använder sina egna personliga tillbehör såsom handduk, hårborste, kam, deodorant etc.
- Selångerrummet och omklädningsrummen är endast till för spelare, ledare och övriga personer med uppdrag i föreningen.

Städning av omklädningsrum och duschar sker under vardagar 1-2 gånger per dag och på helgen 1 gång per dag.

Aktiviteter på isen (och övrigt utomhus)

- Social distansering gäller mellan varje spelare och ledare på vägen till och från isen samt vid samtliga genomgångar. Tränarna ansvarar för att detta följs.
- Varje spelare har sin personliga vattenflaska, INGA "allmänna" flaskor. Tränarna och domare använder egen vattenflaska och visselpipa.
- Inga handskakningar eller "highfive" utan handskar med spelare och domare före, under eller efter match.
- Anhöriga såsom föräldrar och syskon får befinna sig på läktaren vid bandyplanen när träning och match pågår under förutsättning att social distansering samt gällande riktlinjer angående antal personer vid allmänna sammankomster och offentliga tillställningar följs.

Resor seriematcher, poolspel och cuper

Styrelsen och Ungdomskommittén tittar just nu på olika möjligheter och återkommer närmare säsongen med riktlinjer.

Gemensam utrustning

Målvaktshandskar: Målvakterna spritar händer innan användning samt har egna innerhandskar.
Bröstplattor Målvakt: Sprayas med ytdesinfektion efter användning.
Matchkläder: Tvättas efter varje användning. Ledare i respektive lag ansvarar för att detta görs.

Publik och besökare

I samband med träning, match eller annan aktivitet inom bandyn tillämpar vi social distansering och följer gällande riktlinjer angående antal personer vid allmänna sammankomster och offentliga tillställningar.