



## Generella riktlinjer Skirö AIK Ungdomsverksamhet 2020

### Generella direktiv under träning, match och poolspel.

1. Föreningen uppmanar alla ledare, spelare och vårdnadshavare att följa RF, SBF och Folkhälsomyndighetens allmänna råd avseende att minska smittspridningen.
2. Generella rekommendationer:
  - Tvätta händerna noga med tvål och vatten, använd handsprit.
3.
  - Hosta i armvecket.
  - Undvik att röra ansiktet med händerna.
  - Använd social distansering om minst 1 m.
  - Besök inte människor i riskgrupper.

Den som är sjuk, även med milda symtom, skall inte delta i några aktiviteter utan stanna hemma till och med två dagar efter tillfrisknande. Insjuknar man under idrottsaktivitet ska man gå hem direkt.

Symtom att kontrollera är t.ex. kroppstemperatur över 37,5, halsont, hosta, huvudvärk, illamående, diarré, muskelvärk (ej träningsvärk eller tidigare skada).

Om någon annan närstående i familjen uppvisat ovanstående symptom skall man ej delta i några aktiviteter.

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

Vid tränargenomgång ska spelarna ha 1 m utrymme mellan varandra.

Tränarna bör använda stor taktiktavla eller ha genomgången i mindre grupper.

### Omklädningsrum och övriga lokaler

Endast spelare, ledare och personal med direkt koppling till laget skall vistas i omklädningsrummet. Städning sker morgon eller kväll. Och vid behov.

### Dusch och ombyte.

- Samtliga spelare använder egen handduk.
- Varje spelare använder sina egna personliga tillbehör såsom hårborste, kam, deodorant etc.
- Det är viktigt att vi följer de riktlinjer Arenabolaget anger för våra omklädningsrum.  
Ex tillgång till omklädningsrum 30 minuter före och 30 minuter efter träningstid.

### Toaletter

- Användandet av toaletterna i träningsanläggningen ska minimeras Obligatoriskt att tvätta händerna med tvål och vatten efter varje toalettbesök.
- Endast pappershanddukar eller annat engångsmaterial får användas



## Isen spelare, ledare och funktionärer

- Spelarna och ledarna går ut och in till arenan med minst 1 m mellanrum i separat uppmärkt ingång och utgång för lagen.
- Social distansering gäller mellan varje spelare och ledare runt avbytarbås.
- Varje spelare har sin personliga vattenflaska, INGA "allmänna" flaskor
- Vid genomgång ska spelarna ha 1 m utrymme mellan varandra.
- Tränarna bör använda stor taktiktavla eller ha genomgången i mindre grupper.
- Tränarna använder egen vattenflaska.
- Inga handskakningar eller "highfive" med spelare/domare före, under eller efter match.
- Samtliga spelare och ledare från aktuell match lämnar arenan innan nästkommande match beträder arenan.

## Föreningens åtagande (Isen - spelare, ledare och funktionärer)

Föreningen ansvarar för att in passage och ut passage genomförs endast genom spelaringång.

Föreningen ansvarar för att inga obehöriga passera igenom spelaringången som bara avser passage för spelare, ledare samt funktionärer.

## Publik och besökare

På grund av rådande coronarestriktioner kring idrottsevenemang och tillställningar måste vi alltid bedöma rådande läge lokalt och de föreskrifter som finns för vår region.

Följ de restriktioner som Arenabolaget föreskriver.

För tillfället gäller max 300 åskådare på sittplats. Under träning kan föräldrar tillåtas men då skall "Social distansering" följas och inga föräldrar får vistas vid avbytarbås, endast på sittplats.

## Matcher/Träningsmatcher/Poolspel

### Självskattningsformulär

Lagledare skall i god tid före kontakta matchansvarig ledare med information att alla i laget har fyllt i självskattningsformuläret och att ingen spelar påvisar symtom.

Vid någon form av påvisad symtom skall varje lagledare agera utefter de föreskrifter som Svenska Bandyförbundet ålägger oss, samt följa de riktlinjer och föreskrifter folkhälsomyndigheten ålägger oss för minskad smittspridning.

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 t.ex. kroppstemperatur över 37,5, halsont, hosta, huvudvärk, illamående, diarré, muskelsmärta (ej träningsvärk eller tidigare skada) och om någon annan närstående i familjen uppvisat ovanstående symptom.

Arrangerande föreningen upprättar utrymme för eventuell insjuknad spelare ledare eller övrig personal i väntan på sjukvård eller direkt transport till hemmet/boende.



2020-2021

Poolspel yngre åldrar använder sig av en lagrapport som även är en kvittens på att alla deltagare är symptomfria och friska utefter den bedömningen som gäller. Det är alltså lagledarens ansvar att alla spelare är friska och symptomfria. Detta skall meddelas alla lag som deltar vid poolspel.

## Lagrapport

Lagrapport lämnas till sekretariat minst 60 före match till sekretariat av person som snabbt lämnar och tar sig ut från arenan.

## Funktionärer

Funktionärer ska bära gul väst för att kunna urskiljas, eller plastficka med "funktionär".

## Arenabolaget

Arenabolaget ansvarar för städning och att desinfektionsmedel finns.

## Allmänna råd

För att minimera smittspridning bör all uppvärmning, fritid, och tid mellan matcher speglas av social distansering. Det är också viktigt att ledare, spelare och funktionärer hjälper till med att minimera all social kontakt mellan lagen.