



Corona riktlinjer för sportslig verksamhet för barn och ungdom, junior och seniorverksamhet i Strömsbro IF.

Allmänt

För lagen gäller samma rutiner och föreskrifter oaktat om den sportsliga verksamheten bedriver träning, träningsmatch, tävlingsmatch eller allmänna sammankomster.

Generella direktiv

1. Spelare och ledare samt övriga uppmanas att följa RF och folkhälsomyndighetens allmänna råd avseende att minska smittspridningen.
2. Generella rekommendationer att följa.
 - Tvätta händerna noga med tvål och vatten
 - Hosta i armvecket
 - Undvik att röra ansiktet med händerna
 - Använd social distansering om **minst 1 m**
 - Besök inte människor i riskgrupper

Medicinsk egenkontroll

1. Den som är sjuk, även med milda symtom under mindre än ett dygn, ska inte delta i aktiviteter alls, utan stanna hemma fram till att man varit symptomfri minst två dagar. Insjuknar man under idrottsaktivitet ska man gå hem direkt. **Uppmana till test.**

Symtom att kontrollera är t.ex. kroppstemperatur över 37,5, halsont, hosta, huvudvärk, illamående, diarré, muskelvärk (ej träningsvärk eller tidigare skada) och om någon annan närstående i familjen uppvisat ovanstående symtom.

Lagansvarig

Varje lag bör utse en ansvarig samordnare (kontaktperson) för de frågor och riktlinjer som gäller covid-19. Varje lag skall utse antingen en lagledare eller huvudtränare som vid meningsskiljaktigheter har mandat och beslutsrätten att agera utifrån dessa riktlinjer för att minska spridningen. Det kan handla om att vid behov, avvisa tränare/spelare vid misstänkt eller konstaterad smitta. Detta görs med stöd av smittskyddslagen.

Tester

Alla som uppvisat symptom längre än ett dygn enligt ovan skall genomgå test för att konstatera eventuell smitta innan återgång till föreningsaktiviteten. Om spelare/ledare som uppvisar symptom vägrar test eller karantän, så ska föreningens corona ansvarige lagledare/huvudtränare ha rätt att avvisa personen tillfälligt från föreningens aktiviteter enligt karantäntiden 14 dagar inkl 2 feberfria dagar.

Vid positivt coronatest gäller:

1. För individen: Vid bekräftad covid-19 är 7 dagar i karantän, förutsatt att de 2 senaste dagarna varit feberfria och att personen upplever allmän förbättring. Alltså OK att återgå till jobb, skola etc efter 8 dygn även om det finns lite kvarvarande hosta, snuva tex. (Samma förhållningsregler som för samhället i övrigt.)

För laget: 14 dagars pausad av verksamheten från det datum laget senast hade fysisk kontakt med den smittade individen. Vid ett konstaterat positivt fall i laget där spelaren varit i kontakt med någon annan i laget eller deltagit i gemensam träning, ska hela laget testas.

De som testats negativt ska genomgå ny test 3-5 dagar efter det första testet/provet.

Spelare/Elever som testats negativt ska inte heller träna på gym eller liknande under kommande vecka. Uteträning och löpning går bra att göra.

Vid negativt coronatest gäller:

1. För individen: stanna hemma tills du känner dig frisk, pigg och inte har någon feber.

2. Laget kan fortsätta sin verksamhet så länge som det inte finns några positiva coronatest.

Hela föreningen

Skulle mer än 50% av antalet lag i en förening, innefatta minst en konstaterat smittad per lag, så skall hela föreningens verksamhet pausas i 14 dagar med omedelbar verkan från när detta kommit till föreningssamordnarens kännedom.

Hushåll med konstaterad smitta

Om spelare/ledare har en konstaterat smittad person inom sitt hushåll, så uppmanas man till test från femte dagen smittan konstaterades inom hushållet. Innan redovisat testresultat och eventuell konstaterad smitta skall individen stanna hemma under en karantän på 7 dagar inklusive minst 2 feberfria dagar samt allmän förbättring". Vid positivt test inom hushållet gäller karantänsregeln om 14 dagar frånvaro från idrotten. Såvida det inte finns särskilda skäl till att hålla individen borta längre än så, t.ex. uppvisar tydliga symtom förutom feber på Covid-19.

Inställda matcher

Föreningarna skall utifrån bästa förmåga försöka att genomföra matcher så länge det inte finns konstaterad smitta inom laget och därmed en pågående 14 dagars pausad verksamhet.

Finns det individer som har symptom men som inte konstaterats smittade, ska dessa spelare inte närvara vid föreningens aktiviteter enligt ovan men matcherna skall ändå genomföras så länge bortfallet av individer inte omöjliggör genomförandet av matchen utifrån att det är för få spelare tillgängliga.

Individen/Individerna ska genomgå testning snarast möjligt för att säkerställa att smitta inte finns inom laget.

Genomgångar/ kommunikation

1. Respektive ledare ombesörjer en genomgång för samtliga spelare kring smittspridning, vikten av hygien, information kring regler, förhållningssätt och rutiner kopplade till Coronapandemin.
2. Vid tränargenomgång ska spelarna ha **1 m** utrymme mellan varandra. Tränarna bör använda stor taktiktafla eller ha genomgången i mindre grupper

Förflyttning till träningsanläggning

1. Spelare och ledare transporterar sig i egna bilar alternativt cykel. Samåkning eller resa via kollektivtrafiken ska undvikas i möjligaste mån.
2. Spelare och ledare bör undvika att anlända till träningsanläggning vid samma tidpunkt.

Omklädningsrum och övriga lokaler

1. Instruktioner gällande Corona ska sättas upp i vid inpassering till anläggningen och dess omklädningsrum.
2. Använd social distansering om minst **1 m**.
3. Endast spelare, ledare och personal med direkt koppling till laget ska vistas i omklädningsrummet.
4. Städning sker morgon och kväll samt kontinuerligt under tiden aktivitet pågår.
5. **Omklädningsrum** minst **1 meters** mellanrum till varje plats. Om utrymme inte finns för **1 meters** mellanrum mellan varje spelare/ledare så behövs ytterligare omklädningsrum. Om lag har flera omklädningsrum ska ledare vara i ett separat rum
6. Inga bord utanför omklädningsrum med t.ex. tejp, dricka och frukt, får förekomma. "Rena korridorer".

Dusch och ombyte

1. Samtliga spelare använder egen handduk.
2. Varje spelare använder sina egna personliga tillbehör såsom hårborste, kam, deodorant etc.

Spelarbåsen

1. Spelarna och ledarna går ut till isen/spelarbåsen med minst **1 m** mellanrum alternativt går ut i olika omgångar.
2. Social distansering gäller mellan varje spelare och ledare i spelarbåsen.
3. Varje spelare har sin personliga vattenflaska, INGA "allmänna" flaskor
4. Inga handdukar ska finnas i båset, spelarna använder pappershanddukar eller liknande. Undantag är målvakterna som kan ha handduken på respektive målbur.
5. Vid tränargenomgång ska spelarna ha **1 m** utrymme mellan varandra. Tränarna bör använda stor taktiktavla eller ha genomgången i mindre grupper.
6. Tränarna använder egen vattenflaska och visselpipa.
7. Spelarna och ledarna går av isen/spelplanen till omklädningsrummet med minst **1 m** mellanrum alternativt lämnar isen vid olika tidpunkter.
8. Inga handskakningar eller "highfive" med spelare/domare före, under eller efter match
9. **Tack för match** lagen ställer upp på respektive blålinje/planhalva och höjer klubban till "Tack för matchen"
10. Hemmalaget lämnar isen/planen först vid periodpaus
- 11: Efter match lämnar det förlorande laget arenan först om man använder samma in och utgång.
12. Domarna avbryter inte en match utan anmäler ev. avsteg från Corona-bestämmelserna.
13. Föräldrar bör inte vara i arenan vid träningar gäller till nytt beslut i den frågan kommer.

Egen buss

1. Samtliga spelare och ledare i bussen ska ha ett eget två-sitssäte vardera.
2. Handsprit ska finnas tillgängligt på bussen.
3. Toaletten ska användas så lite som möjligt.
4. Tvål, vatten och handsprit ska finnas på toaletten.
5. Inga handdukar ska användas utan endast pappersservetter eller liknande.
6. I övrigt gäller distansering i bussen och vid av och påstigning.
7. Samtliga spelare och ledare går med 1 m mellanrum vid inlastning av utrustning till omklädningsrummet.

Vid användande av föreningens **MINIBUSSAR** skall försiktighetsåtgärder vidtas.

Personer som umgås utanför idrotten bör således åka i samma buss och sitta på samma sätesrad.

Undvik att byta platser utan ha "din" plats i bussen. Efter användandet ansvarar hyrande lag för att bussen spritas på säten, handtag och andra beröringsytor.

Utrustning för detta kommer finnas i bussarna

Ett förtydligande till det när det gäller publik.

Ett förtydligande för ungdomsidrott U-9 till U-16 är att efter avstämning med SIF så kan föreningen/ni ta in publik upp till 300 personer alltså samma regler som för junior/senior idrott.

I klartext betyder det att ni måste göra en ansökan hos polisen om att få ta in publik.

Junior/Senior idrotten får ha upp till 300 personer i publik.

För att ni ska få ta in publik måste ni söka tillstånd hos polisen och få det godkänt, se vägledning nedan.

Direktiv SIF:

Om en idrottsklubb/förening vill ha publik på sina tränings- alternativt tävlingsmatcher gäller följande:

1. Klubben skickar in, **"anmälan om idrottsarrangemang"**, till Polismyndigheten i respektive region.
2. Klubben erhåller i retur, **"bevis om anmälan"**, där det bland annat framgår tillåtet antal besökare i aktuell arenan.
3. I enlighet med rådande förordning så får max 300 stycken besökare vistas i arenan samtidigt.
4. I ovannämnd siffra ingår inte spelare, ledare, domare, sekretariatet, ismaskinsförare etc.
5. **Föreningen ska ha publikvärdar med väst på alla matcher.**

Om en klubb/förening inte vill/kan ha publik i samband med träning, alternativt tävlingsmatch gäller följande:

1. Max 50 stycken personer får vistas i arenan samtidigt i enlighet med Folkhälsomyndighetens direktiv.
2. I ovannämnd siffra ingår spelare, ledare, domare, sekretariatet, ismaskinsförare etc.

Om en klubb/förening vill försäkra sig om att obehöriga inte beträder arenan är det enkelt att låsa samtliga ingångar. I det fall en klubb/förening misslyckas med att hålla obehöriga borta från arena vidtalas domarna som då inte kommer att starta matchen förens obehöriga personer lämnat arenan.

Ni får sen inför matcherna kontakta motståndarna och stämma av hur biljetterna ska fördelas.

Ni kan ju välja att inte ta emot motståndarnas föräldrar/supportrar.

Om ni ska ha publik på matcherna med åskådare från bägge lagen tänk då på att de ska släppas in i arenan genom separata ingångar och hållas frånskilda på läktaren.

2020-10-31 Strömsbro IF