



Corona riktlinjer landslagsläger hösten 2020

Allmänt

Riktlinjerna utgår från Folkhälsomyndighetens rekommendationer och kan förändras utifrån förändringar hos dem eller andra myndigheter. SBF (Svenska Bandyförbundet) och respektive landslagsledning har ett gemensamt ansvar att hålla sig uppdaterade om eventuella förändringar och att följa de förordningar, råd och rekommendationer som finns.

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

Vid behov upprätta tydligt ansvar för utökade städrutiner, påfyllnad av tvål/handsprit och pappershanddukar med kommun eller annan anläggningsförvaltare.

Medicinsk egenkontroll

1. Den som är sjuk inför läger, även med milda symtom, ska inte resa med alls, utan stanna hemma till och med två dagar efter tillfrisknande.
2. I de fall spelare/ledare uppvisar symtom isoleras denne/dessa omgående från övriga gruppen.
3. 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 symptom.
4. SBF:s självskattnings blankett bifogas.

Genomgångar

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 taktikavla eller ha genomgången i mindre grupper
3. Munskydd skall användas vid genomgångar / teoripass, spelaren medtager ett antal egna munskydd



Dusch och ombyte

1. Samtliga spelare använder egen handduk.
2. Varje spelare använder sina egna personliga tillbehör såsom hårborste, kam, deodorant etc.
3. Städning skall ske morgon och kväll samt kontinuerligt under tiden aktivitet pågår.

Toaletter

1. Användandet av toaletterna i träningsanläggningen ska minimeras
2. Obligatoriskt att tvätta händerna med tvål och vatten efter varje toalettbesök
3. Endast pappershanddukar eller annat engångsmaterial får användas
4. Städning sker morgon och kväll samt kontinuerligt under tiden aktivitet pågår.

Publik och besökare

1. Utifrån den i dagsläget gällande föreskriften om max 50 personer vid allmänna sammankomster och offentliga tillställningar.

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 skall ske morgon och kväll samt kontinuerligt under tiden aktivitet pågår.

Isen/spelarbåsen

1. Spelarna och ledarna går ut till isen/spelarbåsen med minst 1 m mellanrum alternativt går ut i olika omgångar.
2. Varje spelare har sin personliga vattenflaska, *INGA* "allmänna" flaskor
3. Vid tränargenomgång ska spelarna ha 1 m utrymme mellan varandra. Tränarna bör använda stor taktiktavla eller ha genomgången i mindre grupper.
4. Tränarna använder egen vattenflaska och visselpipa.
5. Spelarna och ledarna går av isen till omklädningsrummet med minst 1 m mellanrum alternativt lämnar isen vid olika tidpunkter.

Egenansvar / föräldrar ansvar

1. Självskattningsformulär skall ifyllas varje dag
2. Vid eventuell sjukdom är det föräldrars ansvar som gäller för snarast hemtransport
3. Egen handsprit medtages och nyttjas ofta



Självskattningsformulär för spelare och personal

Ska fyllas i och rapporteras till ansvarig ledare varje lägerdag.

Namn:

• Kroppstemperatur: _____

OBS: egen termometer medtages

- Halsont: Ja__ Nej__
- Hosta: Ja__ Nej__
- Huvudvärk: Ja__ Nej__
- Illamående: Ja__ Nej__
- Diarré: Ja__ Nej__
- Muskelvärk:* Ja__ Nej__
- Andra symptom: Ja__ Nej__

I så fall beskriv symptomen:

.....

.....

*Avser ej träningsvärk eller tidigare skada

Om din kroppstemperatur är över 37,5 grader eller om du har svarat ja på någon av frågorna får du inte anlända till arenan eller lagets samling utan att först fått ett godkännande av landslagsledningen.