

RF-SISU Uppland

**Info ang. Folkhälsomyndighetens
lokala allmänna råd för Uppsala
län fr.o.m. 19 oktober 2020**





Allmänna råd till idrottsföreningar

14 juni 2020 till och med 30 juni 2021 – föreskrifter om allmänna råd

Alla verksamheter i Sverige, bland annat

- skapa utrymme för att undvika trängsel
- håll digitala möten

Personligt ansvar

- hålla avstånd till varandra på idrottsplatser, badhus, gym och andra träningslokaler och undvik att byta om i allmänna omklädningsrum

Föreningar

- skjut upp årsmöten eller genomför den digitalt

Idrottsföreningar

För att undvika spridning av covid-19 bör idrottsföreningar

1. när det är möjligt hålla träningar och andra idrottsaktiviteter utomhus, och
2. begränsa antalet åskådare eller på annat sätt undvik trängsel.



Allmänna råd vid lokala utbrott av covid-19

Vid lokala utbrott av covid-19 kan Folkhälsomyndigheten, efter samråd med smittskyddsläkaren i regionen, besluta att ett eller flera av följande allmänna råd ska gälla i en region eller i en del av regionen under en begränsad tid.

Var och en som vistas i regionen eller i regiondelen bör

1. undvika att resa med kollektivtrafik eller andra allmänna färdmedel,
2. avstå från att göra onödiga resor såväl inom som utom regionen eller regiondelen,
3. avstå från att besöka personer i riskgrupper och personer som bor i särskilda boendeformer för äldre,
4. avstå från att vistas i inomhusmiljöer där människor samlas som butiker, köpcentrum, museer, bibliotek, badhus och gym, med undantag för nödvändiga besök i exempelvis livsmedelsbutiker och apotek,
5. avstå från att delta i exempelvis möten, konserter, föreställningar, idrottsträningar, matcher och tävlingar,
6. avstå från att besöka serveringsställen som barer, restauranger och caféer, och
7. om möjligt, undvika att ha fysisk kontakt med andra personer än de som man bor med.

Med undantag från vad som sägs i punkten 5 kan idrottsträningar genomföras för barn och ungdomar födda 2005 eller senare.

Fortsättning - allmänna råd vid lokala utbrott av covid-19

Verksamheter vid lokala utbrott av covid-19

Alla verksamheter i regionen eller i regiondelen bör vidta åtgärder så att var och en ska kunna följa de allmänna råden vid lokala utbrott av covid-19. Detta kan exempelvis innebära att

1. verksamheten minimerar antalet besökare vid samma tidpunkt,
2. öppettiderna anpassas, och
3. verksamheten erbjuder digitala alternativ.

Arbetsplatser vid lokala utbrott av covid-19

Arbetsgivare bör vidta åtgärder för att anställda ska kunna följa de allmänna råden vid lokala utbrott av covid-19. Sådana åtgärder kan vara att

1. uppmana personalen att arbeta hemifrån,
2. erbjuda utökade förutsättningar att arbeta hemifrån, och
3. tjänsteresor, konferenser och andra fysiska möten skjuts upp.



Allmänna råd i region Uppsala 19 oktober – 3 november

Var och en som vistas i regionen eller i regiondelen bör

1. undvika att resa med kollektivtrafik eller andra allmänna färdmedel, och
2. om möjligt, undvika att ha fysisk kontakt med andra personer än de som man bor med.

Alla verksamheter i regionen eller i regiondelen bör vidta åtgärder så att var och en ska kunna följa de allmänna råden vid lokala utbrott av covid19. Detta kan exempelvis innebära att

1. verksamheten minimerar antalet besökare vid samma tidpunkt,
2. öppettiderna anpassas, och
3. verksamheten erbjuder digitala alternativ.

Arbetsgivare bör vidta åtgärder för att anställda ska kunna följa de allmänna råden vid lokala utbrott av covid-19. Sådana åtgärder kan vara att

1. uppmana personalen att arbeta hemifrån,
2. erbjuda utökade förutsättningar att arbeta hemifrån, och
3. tjänsteresor, konferenser och andra fysiska möten skjuts upp.



Vad innebär detta för idrotten i region Uppsala 19 oktober – 3 november?

Idrottsverksamhet som bedrivs enligt de allmänna råd som gäller i hela landet kan fortsätta som tidigare med följande tillägg:

- Idrotter där nära fysisk kontakt är en väsentlig del av idrotten, som exempelvis många kampsporter, bör skjuta fram tävlingar och ändra upplägg och innehåll i träning så att nära fysisk kontakt undviks till dess att nya allmänna råd gäller i region Uppsala.
- Idrottsutövare, ledare och domare ska, i den mån det är möjligt, undvika att använda kollektivtrafik i samband med sitt idrottsutövande.
- Idrottsverksamheter ska i den mån det möjligt genomföras utomhus.
- Idrottare, ledare och domare som reser till eller från Uppsala ska överväga risken för smittspridning inför deltagande i idrottsevenemanget.
- Verksamheter ska skjutas fram eller ställas inom det inte får betydande konsekvenser.

RF uppmanar förbund och föreningar att skapa goda möjligheter för föreningar, idrottsutövare, ledare och domare att göra kloka val av för att minska risken för smittspridning utan att det får ekonomiska eller idrottsliga konsekvenser.

