

HANDLINGSPLAN BHC Hockeycamp 2020, Covid-19

Folkhälsomyndigheten (FHM), Riksidrottsförbundet (RF), Svenska Ishockeyförbundet (SIF) och Bålsta hockeyclub tycker att fysisk aktivitet för barn och ungdomar är bra.

Folkhälsomyndigheten meddelade den 18 maj att idrottsskolor, ungdomsläger och liknande kan genomföras med deltagare födda 2002 och senare. Myndigheten ger följande rekommendationer kring läger:

- Genomför träningen och aktiviteterna utomhus om det går.
- När det är möjligt, dela in deltagarna i mindre grupper.
- Öka avståndet mellan sovplatser och sittplatser i matsalen och andra utrymmen om det är möjligt.
- Minimera antalet aktiviteter som samlar många personer, till exempel vid avslutningar eller föreställningar för föräldrar och besökare.
- Se till att det finns möjlighet att tvätta händerna ofta.
- Stanna hemma vid sjukdom, även vid lindriga symtom.
- Se till att det finns möjligheter att ta sig hem för de som insjuknar.

Den som ansvarar för lägerverksamheten måste se till att minska risken för smittspridning och bör [göra en riskbedömning](#) inför olika aktiviteter.

Vi kommer genomföra hockeycampen 2020 men har gjort vissa anpassningar på grund av rådande läge med Covid -19. Vår målsättning med dessa veckor är att erbjuda alla deltagarna högsta kvalitet, bra utvecklande och roliga dagar tillsammans både på och utanför isen.

Vi uppmanar deltagarna och föräldrar/anhöriga att ta hänsyn och följa de allmänna rekommendationer som råder i landet.

Nedan finner ni de aktiva insatser som vi väljer under nuvarande förutsättningar med rekommendationer från Folkhälsomyndigheten (FHM), Riksidrottsförbundet (RF) och Svenska Ishockeyförbundet (SIF).

ÅTERBUD VID SJUKDOM

Det kommer vara extremt viktigt för oss att alla som deltar är symtomfria och därför reserverar vi rätten att skicka hem någon som uppvisar symtom under veckan. Om fallet uppstår att vi behöver skicka hem någon kommer vi kontakta föräldern och höra hur vi löser hemtransport, vi kommer ha begränsat med resurser att skjutsa hem någon utan vi kommer avsätta ett utrymme där personen får vistas tills dess att förälder kommer alternativt att personen tar sig hem själv.

KRAV PÅ ATT VARA SYMTOMFRI

Känner man av symtom, måste man stanna hemma. Upplever vi att någon deltagare uppvisar symtom, kommer vi ta kontakt med föräldrarna och skicka hem personen. Man ska också stanna hemma 48 timmar efteråt.

LEDARNA

All personal, instruktörer och gruppleddare har fått instruktioner och vilka åtgärder som krävs för denna handlingsplan skall fungera.

SCHEMAT

Vi försöker schemalägga aktiviteterna så de olika grupperna inte träffas på samma ställen. När en grupp är på is har andra grupperna annan aktivitet i annan lokal alt. utomhus. Vi kommer att minimera fritiden mellan passen. Vi har medvetet skapat ett schema där det inte finns mycket utrymme för fritid. Det gör vi för att minska risken för smittspridning.

OMKLÄDNINGSRUM

För att erbjuda en tryggare omklädningsrumsmiljö har vi valt att erbjuda varje grupp 2 st omklädningsrum. Varje spelare får således en större egen yta att byta om på. Varje omklädningsrum kommer ha sina egna duschar och toalett. Det innebär färre personer per dusch.

EGNA VATTENFLASKOR

Vattenflaskorna ska tydligt märkas med deltagarens namn och skall ske innan ankomst. Det är ej tillåtet att "låna" flaskor från annan deltagare.

TAR HEM OCH TVÄTTAR KLÄDERNA

Deltagarna tar med sig sina svettiga träningskläder hem efter varje dags slut. Vanligtvis hänger man upp dessa kläder på tork i omklädningsrummet, men under denna camp ska alla deltagare ta med sig underställ hem efter varje dag. Ishockeyskydderna man har på sig under ispassen får lämnas kvar i omklädningsrummet.

GOD HANDHYGIEN

Alla måste tvätta händerna noga och ha god handhygien. I varje omklädningsrum finns tvål och vatten, där man kan tvätta sina händer och det är ledarnas ansvar att alla deltagare tvättar händerna

TRÄNINGSUPPLÄGG PÅ IS

Vi kommer minska moment med närkamper. Vi kommer att spela ishockey, men i den mån vi kan kommer vi att minska närkontakten mellan deltagarna. Exempel på det är färre kampövningar, och mer fokus på övningar med individuell teknik och taktik.

FYSTRÄNING

Fysträning och andra aktiviteter som går att genomföra utomhus kommer vi att flytta ut.

MATSERVERING

Vi ser över mattiderna i schemat vilket innebär mindre risk att vistas i lokalen samtidigt som andra grupper. Varje grupp kommer hela tiden vara separerad från de andra grupperna. Detta för att minska risken för smittspridning.

FÖRÄLDRAR/ÅSKÅDARE

Är tyvärr inte välkomna in i hallen eller i omklädningsrummen.