**Corona riktlinjer för sportslig verksamhet för barn och ungdomsishockeyn** (uppdaterade 2020-08-11)

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

-Obligatoriskt att tvätta händerna med tvål och vatten efter varje toalettbesök

Medicinsk egenkontroll

1. 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, muskelvärk (ej träningsvärk eller tidigare skada) och om någon annan närstående i familjen uppvisat ovanstående symptom.

Genomgångar

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

Egen förflyttning till tränings/matchanläggning

1. Spelare och ledare transporterar sig i egna bilar alternativt cykel. Samåkning eller resa via kollektivtrafiken ska undvikas i möjligaste mån.

Omklädningsrum och övriga lokaler

1. **Använd social distansering om minst 1 m.**
2. **Endast spelare, ledare och personal med direkt koppling till laget ska vistas i omklädningsrummet.**
3. Städning sker morgon och kväll samt kontinuerligt under tiden aktivitet pågår.
4. Samtliga spelare använder egen handduk eller duschar hemma.
5. Varje spelare använder sina egna personliga tillbehör såsom hårborste, kam, deodorant etc.

Isen/spelarbåsen

1. Spelarna och ledarna går till och från isen/spelarbåsen med minst 1 m mellanrum alternativt går ut i olika omgångar.
2. Social distansering 1 m gäller mellan varje spelare och ledare i spelarbåsen och vid tränargenomgångar. Tränarna bör använda en stor taktiktavla eller ha genomgång i mindre grupper
3. Varje spelare har sin personliga välmärkta vattenflaska*, INGEN delar eller lånar av någon annan.*
4. Inga handskakningar eller ”highfive” med spelare/domare före, under eller efter match och träning.

Publik och besökare

Utifrån föreskriften om max 50 personer vid allmänna sammankomster och offentliga tillställningar rekommenderar Svenska Ishockeyförbundet, för att efterleva föreskriften, att ingen **publik tillåts i samband med träning, match eller annan aktivitet inom ishockeyn. Endast aktiva och nödvändiga funktionärer medverkar vid aktiviteter.**

Sammanfattning

Stanna hemma vid minsta symtom och i minst 48 h efter tillfrisknande. Följ FHM allmänna rekommendationer och råd.

Ledare kommer ha en genomgång och informera alla spelare om dom nya förhållningsreglerna. Alla föräldrar pratar med sina barn om reglerna innan första träningen och kontinuerligt under säsongen.

Social distansering om minst 1 m gäller överallt utom i aktiv träning. I korridorer, omklädningsrum, av och på isen, i spelarbåsen och vid tränargenomgångar på och utanför isen.

Ingen publik tillåts i samband med träning, matcher eller annan aktivitet inom ishockeyn. Endast aktiva spelare, ledare och nödvändiga funktionären medverkar.

Endast spelare och ledare med direkt koppling till laget får vistas i omklädningsrummet.

Detta innebär att ni föräldrar, anhöriga, syskon m.m inte går in i arenan. Lämna era barn vid entrén, eller en bit ifrån om det är många människor vid dörrarna. Ledare kommer finnas på plats för att hjälpa barnen vid varje träning och match.

Om möjligt lämnar ni era barn ombytta och klara, ledare på plats hjälper barnen som behöver hjälp. Hjälp era barn att öva på att klä på och av sig, hålla reda på utrustning och knyta skridskor.

Vi kommer avsätta tid någon träning där vi går igenom och över på att ta på utrustningen korrekt.

Barnen får inte dela vattenflaskor, handdukar eller annat med varandra. Märk vattenflaskor väl! Märk klubbor, skydd m.m så barnen ( & ledare ) enkelt kan hålla reda på utrustningen.