



## **Föreningens riktlinjer med anledning av Covid 19 som börjar gälla från och med den 3 april 2020**

En arbetsgrupp inom styrelsen för Göta Traneberg har genomfört en riskbedömning i syfte att minska smittspridningsrisken av Covid-19. Följande beskrivna åtgärder och aktiviteter gäller från och med nu för GötaTranebergs föreningsverksamhet. Dessa åtgärder och aktiviteter kan komma att ändras då utvärdering sker löpande och ifall föreningen erhåller nya riktlinjer.

### **Riskreducerande åtgärder riktat till spelare, ledare och föräldrar samt övriga besökare**

1. Spelare ska, så långt det är möjligt, ta med sig utrustningen hem för att byta om hemma innan träning. De spelare som inte har möjlighet till skjuts eller kommer direkt från skolan och på så vis inte har möjlighet att byta om hemma, ska meddela det till av lagen utsedd tränare eller ledare i god tid innan varje träningspass. Absolut senast kl 14 samma dag.
2. Spelare som ska träna lämnas och tas emot utomhus vid huvudingången till B-Hallen utanför caféet tidigast 30 minuter innan utsatt tid för ett träningspass. Här kommer dessutom bänkar att ställas ut under taket för spelare att sätta på sig skridskor och eventuell övrig utrustning under tak.
3. De spelare som får tillåtelse att byta om i omklädningsrummen kommer anvisas plats i utsett omklädningsrum av ledare. Inga spelare väljer själva var de ska sitta eller när de har tillträde till omklädningsrummen, det sköter lagens ledare.
4. Efter avslutad träning ska spelare avlägsna sig från lokalerna så fort det är möjligt och absolut senast 20 minuter efter avslutad träning. Det innebär liksom tidigare att spelare inte duschar i omklädningsrum. lämna området utan att uppehålla er för vare sig mindre eller större samlingar.
5. Vissa lag har större ledarstab än andra samt att vissa av lagen har stora spelartrupper. Varje lags ledarstab planerar för att tillsätta så få ledare som möjligt att närvara vid varje träningspass men tillräckligt många för att hantera den mängd barn och ungdomar som ingår i träningen. Alltså, anpassa staben vid varje tillfälle.
6. Föräldrar och övriga besökare får inte vistas inomhus i föreningens lokaler eller övriga inomhusytor i Stora Mossens ishallar. Det innebär att endast spelare och utsedda ledare får vistas inne i lokalerna tillsvidare
7. Ledare (tränare, lagledare, materialare) för respektive lag har ansvar för att tillse att punkten 1 till 5 efterföljs.
8. Föreningens Open Ice ställs in tillsvidare.
9. 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.
10. Ingång till B-hallen sker endast via glasdörren invid caféet. Det kommer vara låst mellan A och B-hallen och övriga ingångar.
11. Caféets entrédörr in mot B-hallen kommer att hållas stängd dörren stängd. Entré in till caféet sker genom dörr mot fotbollsplanen.



Med hänsyn till rådande omständigheter är all träning, oavsett art och omfattning, från och med nu frivillig. Det finns med andra ord inga krav på spelares närvaro och inga närvarorapporter mer än för LOK-stöd får antecknas.

### **Riskreducerande åtgärder riktat till ledare och spelare**

1. Ledare (tränare, lagledare, materialare) för respektive lag har ansvar för att tillse att åtgärderna efterföljs.
2. Ledare och tränare ser löpande över träningsmoment och anpassar dessa efter de allmänna råden från Folkhälsomyndigheten, storlek på lokal. Ishockey är en kontaktsport och vi ser därför att de övningar ni planerar sker med så få kontakter mellan spelare som möjligt. Utgå från individuell träning, så som teknikträning. Träningspass får inte överstiga 2 (två) timmar.
3. Om luftvägssymtom uppvisas ska personen omedelbart lämna lokalen.
4. Handtvätt enligt Folkhälsomyndighetens rekommendationer ska ske före och efter träning.
5. Spelare ska undvika närkontakt och därför placeras på för den av ledaren utmärkt plats i omklädningsrummen. När det gäller spelarbåsen ska spelare inte sitta närmare en med en meters avstånd från varandra. Helst ska spelarbåsen inte användas.
6. Vid avslutat ispass, där väntande nästa lag ska kliva på isen ska gå genom entrén in till B-hallen vid glasdörren närmast caféet. Lag som avslutat sitt träningspass i B-hallen lämnar hallen genom dörren mellan spelarbåsen som leder in till korridoren mot omklädningsrummen. Lag som lämnar och lag som går på isen ska genomföra denna passering samtidigt så att vi inte riskerar större samlingar i omklädningsrumkorridoren eller i ishallen.
7. Endast sju personer får samtidigt visas inne i föreningens gymlokal och endast under 1 timme.
8. Dela inte vattenflaskor och liknande som kan överföra saliv.
9. Se till att det finns möjlighet att torka av utrustning som används av flera, exempelvis gymutrustning, efter varje persons användning.
10. Se till att det finns möjlighet till handtvätt eller handsprit och uppmana till god handhygien. Föreningen tillhandahåller detta till respektive lag.



Vid genomförandet av denna riskbedömning har Styrelsen för Göta Traneberg tagit del av och utgått från Regeringens rekommendationer angående idrott och träningsanläggningar med anledning av covid-19. Dessa rekommendationer går att läsa under nedanstående länkar.

### **Regeringens rekommendationer angående idrott och träningsanläggningar med anledning av covid-19**

Regeringen har på Folkhälsomyndighetens rekommendationer tillfälligt förbjudit allmänna sammankomster och offentliga tillställningar över 50 personer. Arrangemang med färre deltagare får genomföras, men bör utföras på ett sätt som minimerar risken för smittspridning.

Folkhälsomyndigheten anser att fysisk aktivitet är bra för folkhälsan, idrott och träning därför fortsätta, anser. Träningar, matcher eller lokala cuper behöver inte ställas in med anledning av epidemin, och gym, simhallar och idrottshallar kan hålla öppet. *Däremot kan aktiviteterna behöva anpassas för att minimera riskerna för smittspridning.*

<https://www.rf.se/Nyheter/Allanyheter/braattfolkhsomyndighetentydliggorsinaradtillidrotten/>

### **Folkhälsomyndighetens vägledning**

<https://www.folkhsomyndigheten.se/smittydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/information-till-arrangorer-av-evenemang/>

### **Nya allmänna råd om allas ansvar att förhindra smitta av Covid – 19 m.m. HSLF-FS 2020:12**

<https://www.folkhsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/h/hslf-fs-202012/>

### **Idrotts- och träningsanläggningar**

<https://www.folkhsomyndigheten.se/smittydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/information-till-idrotts--och-traningsanlaggningar/>

### **Det här gäller för träningsmatcher**

<https://www.folkhsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2020/april/det-har-galler-for-traningsmatcher/>

### **Riskbedömning**

Arrangören av verksamheten ska göra en riskbedömning enligt riskbedömningsverktyget nedan och anpassa evenemanget utifrån resultatet.

<https://www.folkhsomyndigheten.se/contentassets/e5185243fa404598a08d4b62f7616249/riskbedomning-evenemang-sammankomster.pdf>



**Folkhälsomyndigheten har härutöver skickat nedanstående information till Riksidrottsförbundet:**

#### **Generella råd**

- 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.
- Personer över 70 år bör undvika offentliga miljöer och minska sociala kontakter och ska därför inte delta i gruppaktiviteter inomhus.
- Minska moment med närkontakt, gör andra övningar istället.
- Uppmana till att om möjligt byta om hemma före och efter aktiviteter.
- Dela inte vattenflaskor, munskydd och liknande som kan överföra saliv.
- Se till att det finns möjlighet att torka av utrustning som används av flera, exempelvis gymutrustning, efter varje persons användning.
- Se till att det finns möjlighet till handtvätt eller handsprit och uppmana till god handhygien.
- Undvik trängsel t.ex. vid insläpp av publik på läktare och vid försäljning.

#### **Inomhusaktiviteter**

- Begränsa om möjligt antalet deltagare i aktiviteterna.
- Se till att det finns tydlig skyltning av råden om att stanna hemma vid sjukdom och att ha god handhygien.
- Städa oftare toaletter och ytor som många tar i.

#### **Utomhusaktiviteter**

- Fysisk aktivitet utomhus uppmuntras och innebär betydligt mindre smittspridningsrisk.

#### **Aktiviteter för äldre**

- Det är viktigt för hälsan att äldre fortsätter röra sig trots uppmaningen om social distansering. Fysisk aktivitet och promenader utomhus rekommenderas.

#### **Cuper, tävlingar och matcher**

- Överväg att ställa in om det innebär deltagande från andra länder eller andra delar av Sverige. Lokala arrangemang kan genomföras som vanligt.
- Arrangören av verksamheten ska ta hänsyn till råden ovan samt göra en riskbedömning.