|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| Förvaltning eller nämnd eller enhet |  | |
| **Idrott och fritid 27 mars** |
|  |

# Rekommendationer angående idrott och träningsanläggningar med anledning av covid-19

Fysisk aktivitet är bra för folkhälsan, idrott och träning ska därför fortsätta, anser Folkhälsomyndigheten. 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.

Under rådande situation städas det extra ute våra anläggningar med mer avtorkning av handtag, wc och duschutrymmen. Städ anpassas också efter varje anläggnings behov.

## Råd för sammankomster under 50 deltagare

* 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.
* Begränsa om möjligt antalet deltagare i aktiviteterna.
* Minska moment med närkontakt, gör andra övningar istället.
* Om möjligt byta om hemma före och efter aktiviteter.
* Dela inte vattenflaskor, munskydd och liknande som kan överföra saliv.
* Alla uppmanas till god handhygien.
* Undvik trängsel t.ex. vid insläpp av publik på läktare och vid försäljning.
* Personer över 70 år bör undvika offentliga miljöer och minska sociala kontakter och ska därför inte delta i gruppaktiviteter inomhus.
* Om ni kan, ha gärna er aktivitet utomhus istället. Det innebär betydligt mindre smittspridningsrisk.

## 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.

## Riskanalys Covid-19 för sammankomster under 50 deltagare

Du som arrangör av verksamheten ska göra en riskbedömning enligt riskbedömningsverktyget på folkhälsomyndighetens sida eller enligt nedanmall.

Förening/arrangör: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

År-Mån-Dag: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Anläggning: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Som stöd till dig som hyr har vi tagit bort spärrtiden på fem dagar kostnadsfri avbokning så att du som har bokat kan avboka din sammankomst ända fram till tillfället utan kostnad. Vi har även tagit fram denna blankett som du kan dela ut om du bokar för andra ledare och behöver säkerställa att de gjort en riskanalys.

Kommer internationella deltagare att delta? Ja/Nej

Kommer det delta personer i riskgrupp (+70 år/ luftvägsbesvär)? Ja/Nej

Kommer ni vara inomhus? Ja/Nej

Kommer ni ha nära kontakt? Ja/Nej

Kommer ni ha er sammankomst i mer än 1 timme? Ja/Nej

Om du svarat ja på två eller fler av frågorna så vidta åtgärder för att säkerställa er sammankomst alternativt ställ in eller omboka. Kom ihåg att det är du som arrangör som har ansvaret för att inte sprida smittan eller utsätta andra för fara. Kom ihåg att säkerställa så att deltagarna kan hålla god handhygien.

För mer information <https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/information-till-arrangorer-av-evenemang/>

Du kan även läsa mer om kommunens allmänna information om covid-19

<https://www.uppsala.se/stod-och-omsorg/kris-och-sakerhet/information-om-coronaviruset-covid-19/>

Tack för att du hjälper till att hindra smittspridningen!

Med vänliga hälsningar,

Idrott och fritid