**Corona riktlinjer för sportslig verksamhet för barn och ungdomsishockeyn, junior och seniorverksamhet i Region Norr.**

**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

**Medicinsk egenkontroll**

1. Den som är sjuk, även med milda symtom under mindre än ett dygn, ska inte delta i aktiviteter alls, utan stanna hemma fram till att man varit symptomfri minst två dagar. Insjuknar man under idrottsaktivitet ska man gå hem direkt. **Vi uppmanar till att test utförs så snart som möjligt.**

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.

**Lokalt ansvarig**

Vännäs HC har i styrelsen utsett respektive lagledare som ansvarig samordnare (kontaktperson) för de frågor och riktlinjer som gäller covid-19. Lagledaren har vid meningsskiljaktigheter mandat och beslutsrätten att agera utifrån dessa riktlinjer för att minska spridningen. Det kan handla om att vid behov, avvisa tränare/spelare vid misstänkt eller konstaterad smitta. Detta görs med stöd av smittskyddslagen.

**Tester**

Alla som uppvisat symptom längre än ett dygn enligt ovan skall genomgå test för att konstatera eventuell smitta innan återgång till föreningsaktiviteten. Om spelare/ledare som uppvisar symptom vägrar test eller karantän, så ska föreningens corona ansvarige lagledare/huvudtränare ha rätt att avvisa personen tillfälligt från föreningens aktiviteter enligt karantäntiden 14 dagar inkl 2 feberfria dagar.

***Vid positivt coronatest gäller:***
1. För individen: Vid bekräftad covid-19 är 7 dagar I karantän, förutsatt att de 2 senaste dagarna varit feberfria och att personen upplever allmän förbättring. Alltså OK att återgå till jobb, skola etc efter 8 dygn även om det finns lite kvarvarande hosta, snuva tex. (Samma förhållningsregler som för samhället I övrigt.)

 **För laget:** 14 dagars pausad av verksamheten från det datum laget senast hade fysisk kontakt med den smittade individen. Vid ett konstaterat positivt fall I laget där spelaren varit I kontakt med någon annan i laget eller deltagit i gemensam träning, ska hela laget testas.

De som testats negativt ska genomgå ny test 3-5 dagar efter det första testet/provet.

Spelare/Elever som testats negativt ska inte heller träna på gym eller liknande under kommande vecka. Uteträning och löpning går bra att göra.

***Vid negativt coronatest gäller:***
1. För individen: stanna hemma tills du känner dig frisk, pigg och inte har någon feber.

2. Laget kan fortsätta sin verksamhet så länge som det inte finns några positiva coronatest.

***Hela föreningen***

Skulle mer än 50% av antalet lag i en förening, innefatta minst en konstaterat smittad per lag, så skall hela föreningens verksamhet pausas i 14 dagar med omedelbar verkan från när detta kommit till föreningssamordnarens kännedom. Föreningssamordnare är Ordförande och Vice Ordförande.

**Hushåll med konstaterad smitta**

Om spelare/ledare har en konstaterat smittad person inom sitt hushåll, så uppmanas man till test från femte dagen smittan konstaterades inom hushållet. Innan redovisat testresult och eventuell konstaterad smitta skall individen stanna hemma under en karantän på 7 dagar inklusive minst 2 feberfria dagar samt allmän förbättring”. Såvida det inte finns särskilda skäl till att hålla individen borta längre än så, t.ex. uppvisar tydliga symtom förutom feber på Covid-19.