

# Åtgärder COVID-19 2020/2021



## Covid 19 sammanfattning

*Vi följer de generella råd utgivna av Folkhälsomyndigheten och de specifika rekommendationer framtagna av Svenska Ishockeyförbundet. Dessa har anpassats för, utifrån vår bedömning, att fungera tillsammans med vår verksamhet i de lokaler och ishallar vi har aktivitet. Allt för att skapa en så hälsosam och "normaliserad" miljö som möjligt där vi minimerar risken för spridning av COVID-19 med hänsyn och respekt för varandra.*

### Förkylning/sjukdomssymptom?

Känner någon av deltagarna förkylning-/sjukdomssymptom stanna hemma till du är frisk, du ska vara symptomfri minst 48 timmar. Vid upptäckt av symptom kommer förälder kontaktas och spelaren skickas hem. Glöm inte kontakta ledarna.

### Handhygien

Tvätta händerna ofta med tvål & vatten eller handsprit. Torka händerna med pappershandduk.

### Vattenflaska

Ta med egen vattenflaska. Viktigt prata med era barn och ungdomar om att inte dela vattenflaska med varandra. Märk vattenflaskan med namn.

### Ankomst till ishallen

Vi kommer till ishallen ombytta och klara 15 minuter före isträning börjar om inget annat är meddelat. Målvakter kan komma 30-40 minuter innan för egen uppvärmning och ombyte.

### Ingen utrustning i ishallen

Ingen utrustning förvaras i ishallen, om inget annat är meddelat. Målvakter har möjlighet att förvara utrustning i ishallen om den hängs upp på anvisad plats för tork efter varje pass.

### Svettiga träningskläder

Svettiga träningskläder tas hem och tvättas efter varje träningspass. Glöm inte att regelbundet också tvätta halsskydd och suspensoar.

### Omklädningsrum

Då omklädningsrum/WC används ansvarar alla för att god hygien upprätthålls och att det lämnas välstädat/avtorkat efter användning. Ta för vana att städa efter dig själv. Duschar gör vi hemma.

### Inga åskådare eller medresenärer

Personer som inte är aktiva får inte vistas i ishallen/omklädningsrum om inte nödvändigt.

### Efter avslutad träning

Efter avslutat träningspass lämnar man ishallen för hemfärd.

**Vi ska inte bara vara duktiga hockeyspelare utan vi ska även vara friska snygga, hela och rena.**

**Ta väl hand om er!**

