

Koronaveiler Lervik IF



KORONAVIRUS



Retningslinjer fra myndighetene

NB!! Personer som ikke får delta i eller fysisk tilrettelegge for aktiviteter:

-Personer som er smittet av korona, sitter i karantene eller som har symptomer på luftveisinfeksjon, som feber, sår hals, rennende nese, hoste eller nedsatt allmenntilstand.

-Personer som ikke følger de instruksjoner idrettslaget gir for utøvelse av aktiviteten.

Ved tilrettelegging og utøvelse av aktivitet gjelder følgende:

- Det må sikres at deltakerne til enhver tid holder minst 2 meters avstand, og det ikke er mer enn 5 personer som deltar i en gruppe.(4 barn/unge under 18år + 1 voksen over 18år.)
- Aktivitet med fysisk nærkontakt er ikke tillatt.
- Ved aktiviteter for barn og unge, skal det være en voksenperson til stede som kan sørge for at aktiviteten utøves i samsvar med anbefalinger fra offentlige helsemyndigheter.
- Det skal ikke brukes fellesgarderober/fellesdusjer.
- Deltakerne skal ikke dele utstyr der det er nødvendig med håndkontakt med utstyret (f.eks. baller eller treningsmanualer).
- Det skal være gode hygienerutiner i forbindelse med aktiviteten, f.eks. god tilgang på Antibac og rutiner for grundig vask av hender, klær og idrettsutstyr før og etter aktiviteten.
- Aktiviteten bør utøves på en forsiktig og skånsom måte for å unngå skader.
- Deltakerne bør oppfordres til å benytte alternativer til kollektivtransport i forbindelse med reise til og fra idrettsaktiviteten.



Koronaveileder



Fotballens koronavettregler

Anbefalingene gjelder for all aktivitet på en fotballbane -både egeninitiert og klubborganisert

- Det bør være en voksenperson til stede per gruppe ved all fotballbaneaktivitet for barn og unge under 18 år.
- Ikke flere enn fem personer per gruppe. Fire spillere + en trener/leder/voksen
- Alltid to meters avstand eller mer, både innad i gruppen og til eventuelle andre grupper. Det gjelder også ved oppmøte og inndeling av grupper.
- Det er ikke tillatt med aktiviteter hvor spillerne kjemper om ballen eller på annen måte er i fysisk nærkontakt med hverandre
- Husk at ballen er en potensiell smittekilde og må rengjøres med såpe før og etter bruk
- Ikke ta på ballen med hendene
- Unngå heading
- Kjegler og annet utstyr bør håndteres av en og samme person gjennom hele aktiviteten
- Felles garderober skal ikke benyttes
- Husk gode hygienerutiner i forbindelse med aktiviteten, god tilgang på Antibac og rutiner for grundig vask av hender, før og etter aktiviteten.



FOTBALLENS KORONAVETTREGLER



Det bør være en voksenperson til stede per gruppe.



Ikke være flere enn fem per gruppe; Fire spillere + en trener/leder/voksen



Alltid to meters avstand eller mer



Det er ikke tillatt med aktiviteter hvor spillerne kjemper om ballen eller på annen måte er i fysisk nærkontakt med hverandre



Husk at ballen er en potensiell smittekilde og må rengjøres med såpe før og etter bruk



Ikke ta på ballen med hendene og unngå heading



Kjeggler og annet utstyr bør håndteres av en og samme person gjennom hele aktiviteten



Felles garderober skal ikke benyttes.



Husk gode hygienerutiner i forbindelse med aktiviteten, god tilgang på Antibac og rutiner for grundig vask av hender, før og etter aktiviteten.

HUSK Å SE [FOTBALL.NO](https://fotball.no) FOR SISTE ANBEFALINGER

STERKERE SAMMEN



Koronaveileder

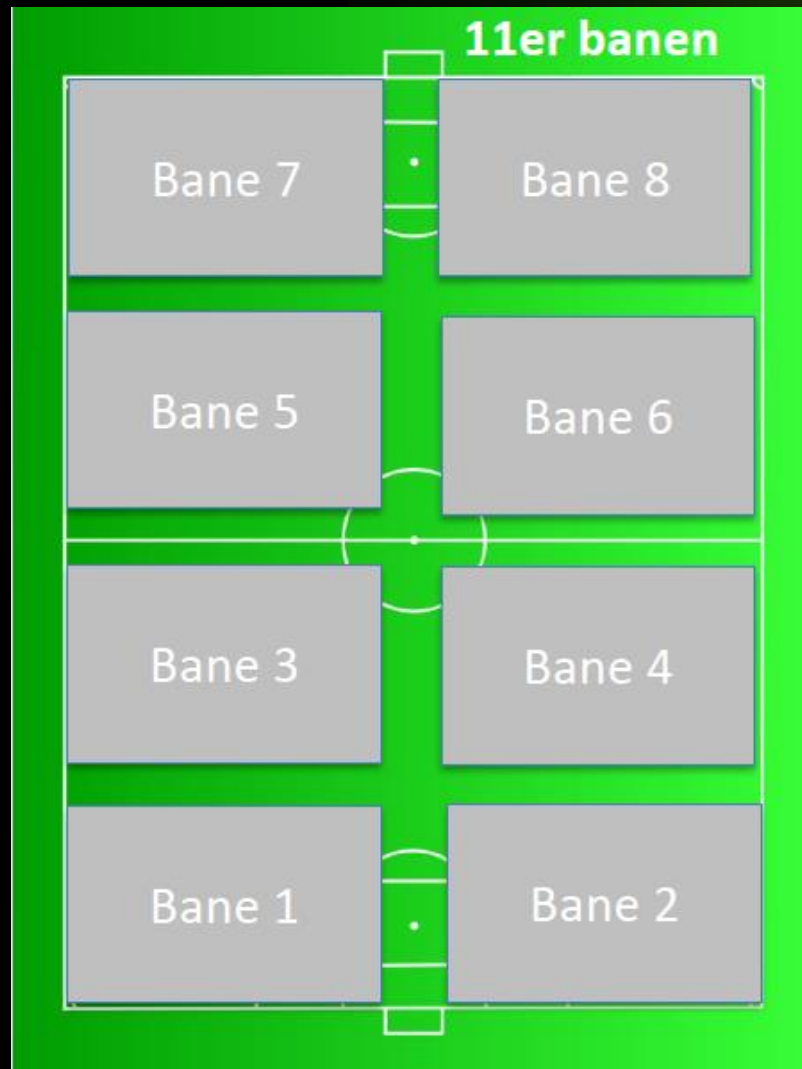
Praktisk gjennomføring

- Trenerne overtar ansvaret for spilleren når spilleren er på banen. Transport til og fra trening er eget ansvar.
- Trenere deler opp årgangen i gruppen og gir gjerne beskjed hvordan de har delt inn før spillere møter til trening slik at spillere er klare over det før økta starter.
- Foreldrene skal gjøres kjent med retningslinjene.
- Vi er avhengig av foreldrehjelp som vakter pr. gruppe for å kunne gjennomføre aktivitet for barn og unge under 18 år.
- Vi har valgt å ha 30 min opphold mellom treningsslutt og treningsstart, for å kunne rydde og vaske det som må vaskes. Det skal ikke oppstå klynger!
- Du skal ikke møte på banen mer enn 10 min før oppsatt trening. Du skal forlate banen senest 10 min etter endt trening. DETTE ER VIKTIG!!
- Alle ballene og kjeglene skal vaskes etter hver trening. Det vil bli satt frem vaskemidler i ballbua. Engangshansker skal på for den som vasker. De ligger tilgjengelig. En fast person henter ut utstyret fra ballbua. 1 om gangen i bua.
- Foreldrene som venter og som må overvære treningen (de yngste årgangene) skal spre seg rundt banen, vi samles ikke i klynger.
- Trening er frivillig, det vil si at en ikke skal føre noe oppmøte i disse koronatidene. En del barn og voksne har muligens nærmeste familie i risikogruppen. De skal ikke føle på at de må på trening for å få kryss i boka.



Koronaveileder

Baneinndeling



11er banen:
Maks. 32 spillere + 8 ledere



Koronaveileder



Andre aktiviteter (kamp)

Dette kommer vi tilbake til når det blir aktuelt. Enn så lenge er all aktivitet hvor det er kamp om ballen forbudt.



Koronaveileder



Reaksjoner ved brudd på retningslinjer

- Klubben kan iverksette tiltak som å stoppe treninger for en årgang dersom det viser seg at ledere på årgangen ikke følger de retningslinjene som er satt av myndighetene.
- Klubben har rett til å sende spillere hjem som bevisst er ute etter å «ødelegge».
- Klubben har mandat til å stenge anlegget igjen for organisert trening dersom rapportene fra årgangene forteller at det er meget utfordrende til å etterleve retningslinjer som er satt.



Koronaveileder



KORONAVIRUS

Mer info?
www.fhi.no



Spørsmål?
www.helsenorge.no

