

Covid-19 information

Uppdaterad 7 januari 2021

För att stoppa den snabba smittspridningen i landet har regeringen fram till den 24 januari infört skärpta åtgärder som bland annat innebär att kommunala anläggningar som idrottshallar hålls stängda förutom för elitidrott. Skånes Handbollförbund har tillsammans med Svenska Handbollförbundet och Riksidrottsförbundet tydliggjort sina riktlinjer genom att uppmanera att börja träna i mindre grupper utomhus. OV Helsingborg väljer att följa dessa riktlinjer vilket innebär att fram till 24 januari uppmanar vi våra lag ned till och med åldersklass 2011 att träna utomhus, fast i mindre grupper om max 8 personer.

Nedan finner ni riktlinjer:

Vid träning tänk på att:

- *Håll avstånd*
- *Undvik övningar med kroppskontakt*
- *Dela inte utrustning med varandra, boll räknas inte som utrustning*
- *Undvik gemensamma omklädningsrum*
- *Res till och från aktiviteten individuellt*
- *Åtta personer per grupp är normerande*
- *Grupperna bör vara så homogena som möjligt från tillfälle till tillfälle*

Allmänna råd gäller som tidigare:

- *Stanna hemma vid minsta symptom*
- *Var noga med handhygien*
- *Byt om hemma*
- *Dela ej vattenflaskor och handdukar*
- *Håll möten digitalt*

Tänk på att:

- *Leta ej efter kreativa "lösningar"*
- *Använd försiktighetsprincipen*

Länken nedan finner ni tips från Skånes HF på vad man som lag kan göra under den fortsatta tiden som dessa restriktioner gäller.

<http://skanskhandboll.se/2020/11/05/10-tips-under-pausen/>

Med vänlig hälsning
OV Helsingborg