

Covid-19 information

Uppdaterad 2 mars 2021

OV Helsingborg har varit tydliga med att följa FHM, RF, Skånes HF och Helsingborgs stads rekommendationer. Vi har nu fått ytterligare förtydligande vad som gäller för personer som har sjukdomsfall i hemmet.

Av Region Skånes förhållningsreglerna följer att det först ska ha gått 7 dagar sedan din familjemedlem eller annan i hushållet med konstaterad Covid-19 blev provtagen. När dessa dagar har gått kan du återgå till arbetet eller skolan om du fortsatt är symtomfri. Har du tagit ett PCR-prov måste du dock invänta provsvaret innan du gör så. Därefter rekommenderas du att under ytterligare 7 dagar fortsätta vara uppmärksam på symtom och avstå från fritidsaktiviteter.

Detta innebär att om en spelare/ledare har Covid-19 fall i hemmet så är man välkommen att träna igen när 14 dagar har gått efter första sjukdagen för den aktuella sjuka personen.

För de som är födda 2002 eller senare, kan idrotta inomhus om anpassningar har gjorts för att minska risken för smittspridning. Det är fortfarande viktigt att man byter om hemma, ingen samåkning, dela inte vattenflaska mm. Träning ska också genomföras i mindre grupper. Starta upp i mindre omfattning och delade grupper så mycket som möjligt. Personer födda 2001 och tidigare ska fortsatt undvika att träna i större grupper och avstå från att idrotta inomhus.

Tillsvidare gäller följande:

- All skånsk tävlingsverksamhet är stängt tillsvidare.
- Födda -01 och äldre pausar inomhusträning men uppmuntras att träna utomhus i mindre grupper
- Födda -02 och yngre kan träna inomhus men inte spela match. Dock gäller:
 - Dela upp träningsgruppen i grupper med max 8 personer i varje grupp. Jätteviktigt att dessa mindre grupper är intakta hela träningen och gärna i flera träningar i rad
 - Dela upp träningsytan i t.ex. 4 stationer så att träningsgrupperna ej är på samma yta.
 - Inga föräldrar eller åskådare får närvara i hallen under träningen
 - Minimera fysisk kontakt
 - Undvik kollektivtrafik
 - Den som är sjuk – även med mycket milda symtom – ska inte delta. Insjuknar man under idrottsaktivitet ska man gå hem direkt.
 - Inget gemensamt ombyte eller dusch.
 - Dela inte vattenflaskor, munskydd eller liknande som kan överföra saliv.
 - Se till att det finns möjlighet att torka av utrustning som används av flera efter varje persons användning.
 - God kapacitet för tillfredställande handhygien, antingen handtvätt med tvål och rinnande vatten eller om det inte går se till att ha tillgång till handsprit.
 - Undvik all trängsel vid entréer, omklädningsrum etc.
 - Spelare och ledare **VÄNTAR UTANFÖR** hallen tills tränande lag lämnat planen. Se till att det inte några stora sammankomster eller köer in och ut från planen.

Med vänlig hälsning
OV Helsingborg