

RÅD OCH RIKTLINJER

INOMHUSSÄSONGEN 2020/21



Riktlinjerna är skapade 21 augusti utifrån den nuvarande samhällssituationen, de kan ändras.
Besök volleyboll.se för uppdaterad information.

ALLAS ANSVAR

Allmänt

Detta dokument omfattar alla volleyboll- och beachvolleyaktiviteter under inomhussäsongen 2020/21. Svenska Volleybollförbundet följer rekommendationer från myndigheter och är beredda att agera utifrån dessa. Alla som deltar i aktiviteter förväntas följa såväl myndigheternas råd och riktlinjer som innehållet i detta dokument. Det sker nya uppdateringar kontinuerligt, varför både arrangör och deltagare ska hålla sig uppdaterade. Senaste versionen av detta dokument finns alltid på volleyboll.se.

Om dokumentet

Svenska Volleybollförbundets fokus är att bidra till att minska smittspridningen av coronaviruset och att på ett ansvarsfullt sätt genomföra aktiviteter under rådande omständigheter. För att det ska vara möjligt krävs att alla, både arrangörer av aktiviteter och deltagare i dessa, tar sitt ansvar.

Dokumentet är uppdelat i två delar. Du som är arrangör ska läsa igenom hela dokumentet. Du som är deltagare (spelare, domare, funktionär, ledare, förälder till minderårig) ska läsa igenom delen ”För deltagare”.

FÖR DELTAGARE

Med deltagare avses spelare, domare, funktionär, ledare, förälder till minderårig samt andra som är nödvändiga för en aktivitets genomförande.

Folkhälsomyndighetens allmänna råd till idrotten

Folkhälsomyndighetens allmänna råd för att minska smittspridning ska alltid följas av alla som deltar i en volleybollaktivitet.

- Du som är sjuk, även med milda symtom, ska inte delta i aktiviteter. Stanna hemma tills du är helt frisk och ytterligare två dagar. Då smittar du ingen annan.
- Om du insjuknar under en idrottsaktivitet ska du gå hem direkt.
- Dela inte vattenflaskor, munskydd och liknande som kan överföra saliv.
- Torka av utrustning som används av flera efter användning.
- Tvätta händerna noga med tvål och vatten. Handsprit är ett alternativ om du inte har tillgång till vatten.
- Håll ett avstånd till andra människor. Undvik att byta om i allmänna omklädningsrum.

Volleybollförbundets riktlinjer

- Deltagarna i en aktivitet är skyldiga att följa arrangörens direktiv och ska kontrollera eventuella lokala riktlinjer.
- Begränsa dina kontakter före, under, efter aktiviteten. Var noga med social distansering och undvik onödig fysisk kontakt.
- Undvik att använda omklädningsrum eller andra små rum för samlingar eller taktikgenomgångar.
- Dela inte visselpipor eller vattenflaskor.
- Undvik resor med kollektivtrafik till och från en aktivitet.
- Endast de som är nödvändiga för aktivitetens genomförande får befinna sig i hall/lokal/område.
- Deltagare som inväntar sin aktivitets starttid hänvisas att vänta utanför hall/lokal/område.
- Deltagare som avslutat sin aktivitet ska snarast lämna hall/lokal/område.

FÖR ARRANGÖREN

Med arrangör avses förening eller annan aktör som bjuder in till en volleyboll- eller beachvolleyaktivitet (så som träning, match, cup, workshop eller möte).

Riskbedömning

Arrangören ansvarar för sin aktivitet och måste minimera risken för att corona sprids. Alla arrangörer ska vidta försiktighetsåtgärder och göra en riskbedömning med hjälp av [Folkhälsomyndighetens riskbedömningsverktyg](#) innan aktiviteterna arrangeras. Mejla riskbedömningen till tl@volleyboll.se.

Folkhälsomyndighetens allmänna råd till idrotten

Folkhälsomyndighetens allmänna råd för att minska smittspridning ska alltid följas av alla som deltar i en aktivitet. Det är arrangörens skyldighet att informera deltagare om myndigheternas riktlinjer och lokala föreskrifter.

- Den som är sjuk, även med milda symtom, ska inte delta i aktiviteter alls, utan stanna hemma till och med två dagar efter tillfrisknande. Insjuknar man under idrottsaktivitet ska man gå hem direkt.
- Personer över 70 år bör undvika offentliga miljöer och minska sociala kontakter och ska därför inte delta i gruppaktiviteter inomhus.
- Uppmana till att om möjligt byta om hemma före och efter aktiviteter.
- Dela inte vattenflaskor, munskydd och liknande som kan överföra saliv.
- Se till att det finns möjlighet att torka av utrustning som används av flera.
- Se till att det finns möjlighet till handtvätt eller handsprit.
- Skylta tydligt om råden att stanna hemma vid sjukdom och hålla god handhygien.
- Matcher, träningsmatcher och tävlingar kan genomföras under förutsättning att de utgår från den föreskrift och de rekommendationer som myndigheten tagit fram.
- Begränsa om möjligt antalet deltagare i aktiviteterna.

Volleybollförbundets riktlinjer

Vi uppmanar alla som arrangerar aktiviteter att ta fram egna riktlinjer anpassade efter lokala förutsättningar och föreskrifter.

Allmänt

- Endast de som är nödvändiga för aktivitetens genomförande får befinna sig i hall/lokal/område.
- En idrottsaktivitet som anordnas på en tydligt avgränsad arena och utan publik är inte en offentlig tillställning och berörs därmed inte av begränsningen av max 50 personer. Vid osäkerhet, rådgör med den lokala polismyndigheten.
- Se över moment som innebär trängsel (avbytarbänk, sekretariat, kiosk, mingelyta, entré, korridorer).

Träning och match

- Undvik att använda omklädningsrum för exempelvis ombyte, dusch eller taktikgenomgång.
- Uppmana deltagarna att tvätta händer före och efter träning och match.
- Uppmana deltagarna att undvika kramar, high-fives och annan onödig kroppskontakt.
- Uppmana deltagarna att inte dela utrustning så som visselpipa, vattenflaska och svetthandduk.
- Upprätta närvarolista över alla som deltar i en aktivitet för att möjliggöra eventuell smittspårning.
- Grupp eller lag som inväntar sin aktivitets starttid hänvisas att vänta utanför hall/lokal/område.
- Grupp eller lag som avslutat sin aktivitet ska snarast lämna hall/lokal/område.

Möten/utbildningar

- Om möjligt, genomför möten/utbildningar digitalt.
- Vid fysiska möten/utbildningar ska Folkhälsomyndighetens allmänna råd följas.