

SKÄRPTE RIKTLINJER – COVID19

SKULTORPS RYTTARSÄLLSKAP OCH JUTAGÅRDEN INFORMERAR

Med anledning av den ökade smittspridningen av covid-19 samt utökade restriktioner i Västra Götaland har Skultorps Ryttarsällskap tillsammans med Jutagården kommit fram till följande förhållningsregler.

Vi har gjort en riskanalys och utifrån våra förutsättningar har vi bestämt att vi kan fortsätta ha ridlektioner för samtliga av våra elever under förutsättning att alla som vistas på Jutagården följer våra nya skärpta riktlinjer.

KÄNN EFTER VARJE DAG INNAN DU TAR BESLUTET ATT ÅKA TILL RIDSKOLAN

- Ta det säkra före det osäkra och stanna alltid hemma vid minsta känsla av att du är sjuk.
- Får du snabbt övergående symtom som tex att du känner dig lite hängig men redan nästa dag är bättre ska du stanna hemma minst 48 h för säkerhetsskull.
- Är du sjuk med symtom som tex snuva, hosta och /eller feber får du inte komma till ridskolan. Du ska stanna hemma minst 48 h efter att du tillfrisknat.
- Har du tagit prov stannar du hemma i väntan på ditt provsvar.
- Har du testats positiv för covid-19 ska du vara hemma i minst 7 dygn räknat från den dagen du fick symtom. Du behöver dessutom ha varit feberfri och mått bra i minst 48 h.
- Om man bor i samma hushåll som en smittad person (sannolikt eller konstaterat) ombeds man stanna hemma, även om man själv är symtomfri. Efter att den sjuka personen tillfrisknat ombeds man stanna hemma ytterligare 48 h.

RIDELEV SOM SKA VISTAS PÅ RIDSKOLAN

- Ridelever är endast välkomna till anläggningen i samband med sin ridlektion. Personer som tillhör någon riskgrupp måste själva bedöma lämpligheten i att vistas på anläggningen.
- I vanliga fall förordar vi mycket stalltid men just nu, får vi uppmana till att man vistas kortare tid på ridskolan. Vi önskar att man kommer tidigast 30 min före sin ridlektion och stannar max 25 min efter så att man inte behöver vistas i stallet samtidigt som efterföljande grupp.
- Kom ombytta och färdiga till ridskolan, nyttja endast toaletter och omklädningsrum om ni absolut måste. Max 1 person i taget i omklädningsrummet.
- Tvätta händerna ofta, använd gärna handsprit.
- Medtag gärna egen handsprit tex i din ryktlåda, eller utrustningsväska.
- Håll avstånd till varandra på hela anläggningen, minst en hästlängd.
- Undvik trängsel i sadelkammaren – 1 person i taget, undvik köbildning utanför.
- Medtag gärna egna borstar och egen ridutrustning. (Tänk som vanligt på att bara ha dem på Jutagården för att skydda hästarna ifrån smitta.)
- Ridlektionerna kan även fortsättningsvis, trots att vi nu är inne i november, genomföras utomhus. Ta alltid med kläder för detta så du är redo för det.
- Rengör sadel och träs efter användning. Tyglar, ovansidan sadel samt stigläder och sadelgordsstroppar. Använd varmt vatten och sadeltvål samt gärna sprit.
- Är ni flera elever som ska rida samma häst så rengörs utrustningen i ridhuset innan man lämnar över hästen till nästa elev.
- Du får ha med max en medhjälpare eller anhörig med till ridskolan. Om du inte har det så är det viktigt att du har uppdaterade telefonnummer på Horsemanager så vi snabbt kan ringa om det skulle hända dig något.

MEDHJÄLPARE TILL RIDELEV

- Det får vara högst en medhjälpare per ryttare. Personer som tillhör någon riskgrupp måste själva bedöma lämpligheten i att vistas på anläggningen.
- Alla medhjälpare är också införstådda med förhållningsreglerna som gäller ridelever i ovanstående stycke.
- Ryttare som är i behov av hjälp i stallet kan ha med sin medhjälpare in i stallet under förutsättning att denne också håller sig till angivna förhållningsregler. Medhjälparen vistas bara i stallet om och när ryttaren behöver hjälp.
- Medhjälpare får sitta på läktaren och titta på lektionen, under förutsättning att man håller minst en hästlängds avstånd till närmsta person samt sitter på anvisade platser. Ingen övrig publik får finnas på läktaren. Ingång till läktaren sker via cafeteria, utgång genom port mitt på kortsidan av ridhuset.
- Medhjälparen bör hjälpa ryttaren med exempelvis uppsittning, sadelgjord, stigläder, jack etc. Detta för att vi ridlärare inte skall utsättas för onödigt mycket närkontakter.
- Någon medhjälpare bör hjälpa till att mocka i ridhuset under pågående lektion. Om medhjälpare står i hörnet nere i ridhuset håll en hästlängds avstånd.

STÄDRUTINER

Under förra terminen utökade vi våra städrutiner. Städschema sitter i ridhuset och på toalettdörren så du lätt kan se när det är dags för din eller ditt barns städdag. Ni som har städning pratar ihop er så det sker på ett säkert sätt ur smittskyddssynpunkt.

CAFETERIAN

Cafeterian är stängd. Bara öppen för dem som behöver gå in och värma mat.

TEMADAGAR

Gällande temadagarna så håller vi på och försöker hitta alternativa lösningar. För miljöträning - onsdag 4/11 är den fysiska clinicen inställd. Vi undersöker möjligheten ifall vi kan webbsända den istället. Mer info till de som anmält sig kommer inom kort. Träningarna i grupp i samband med clinicen genomförs som planerat med ovanstående förhållningsregler.

JUTAHOPPET

Jutahoppet på tisdag 10/11 är en träningsform och kommer troligtvis att genomföras med ökade restriktioner. Håll utkik efter mer information om detta.

SLUTLIGEN

Till sist vill vi poängtera att saker kan ändras snabbt. Ovanstående förhållningsregler gäller tillsvidare. Vi hoppas på förståelse och att alla tar ansvar, ser till att själva vara smitt- och symptomfria så att vi alla kan känna oss trygga med att besöka Jutagården.

Mvh SRS och Jutagården

INFORMATION SOM LIGGER TILL GRUND FÖR VÅRA FÖRHÅLLNINGSGREGLER:

- Folkhälsomyndigheten:
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2020/oktober/beslut-om-skarpta-allmanna-rad-i-stockholms-lan-vastra-gotalands-lan-och-ostergotlands-lan/> Publicerad 20-10-30

- Frågor och svar till VGRfokus och Västra Götalandsregionen som sammanställts och kontrollerats av Smittskydd Västra Götaland
<https://varfokus.se/2020/10/fragor-och-svar-om-skarpta-rad/> Publicerad 20-10-30

Fråga: "Undvik träning-Vad betyder det? Kan man inte träna ute? Om ja, i grupp med avstånd eller bara enskilt? Hur ser ni på ridundervisning i grupp för vuxna, bör man undvika det också?"

Svar: "I alla gruppaktiviteter kommer människor samman. Man får se på varje aktivitet för sig, använda sunt förnuft och fundera på om det går att genomföra aktiviteten på ett säkert sätt hela vägen, från hemmet till man är hemma igen.

Även om själva ridningen eller andra aktiviteter görs på säkert avstånd kan det uppstå trängsel i exempelvis stallet, på vägen till och från aktiviteten och i andra sammanhang.

Utomhus sker betydligt mindre smitta. Man kan göra saker tillsammans utomhus men använt sunt förnuft."

- Svenska Ridsportförbundet:
<https://www.ridsport.se/forening/foreningochcovid19/> Publicerad 20-10-29