

# QUICKGUIDE

## TIL UDFORMNING AF EGNE RETNINGSLINJER UNDER FASE 3 (PR. 8. JUNI 2020)

Foreningsidrætten kan langt om længe sættes i gang. I den forbindelse er der en række ting, I bør forholde jer til. Vi har samlet de væsentligste her.

- **Sygdom?** Gør det klart for klubbens medlemmer, at de ikke må møde op, hvis de har symptomer på sygdom.
- **Husk afstand:** Sørg for, at der er min. 4m<sup>2</sup> gulvareal pr. person – og hvis det er muligt, så hold to meters afstand under træningen (en meter i det offentlige rum).
- **Forsamlingsforbud:** Overhold til enhver tid forsamlingsforbuddet (pr. 8. juni: 50 pers.) og vær opmærksom på, at også trænere, dommere, forældre og andre tilskuere tæller med i det samlede antal på max 50.
- **Når fysisk kontakt ikke kan undgås:** Hvilke tiltag kan I indføre, som kan minimere varigheden af kontakt ansigt-til-ansigt?
- **Rengøring:** Sørg for hyppig rengøring, særligt af kontaktpunkter som fx dørhåndtag, fælles træningsremedier, omklædningsrum, toiletter, klublokale mv. Dette er et særligt opmærksomhedspunkt for jer, der har egne faciliteter (husk også køkkener, frokoststuer mv.).
- **Hygiejne:** Lav særlige regler for håndhygiejne fx håndvask ved ankomst og afgang fra træning. Sørg desuden for, at der er håndsprit tilgængelig. Brugere I fx fælles måtter, så lav klare aftaler om fx afspritning før og efter adgang på måtter, brug af fælles redskaber mv.
- **Voksentilstedeværelse:** Der skal tilknyttes en voksen ved hold for børn og unge. De skal hjælpe med at sikre særlig fokus på at forebygge opbygning af tætte forsamlinger.
- **Turneringer:** Vær opmærksom på, at forsamlingsforbuddet også gælder for turneringer, hvor det samlede antal turneringsdeltagere ikke må overskride 50 personer (inkl. dommere, officials, træner mv.). Se også DIF's retningslinjer.

**HUSK også til enhver tid at orientere i jeres forbunds specifikke retningslinjer**