

## Svensk dragkamps riktlinjer för aktiviteter med anledning av Coronapandemin

### Allmänt

Med anledning av pågående spridning av covid-19 har svenska myndigheter infört olika beslut och anvisningar när det gäller utövande av idrott i olika former.

Syftet med alla nya regler och råd är att minimera riskerna för spridning av covid-19 och därför är det viktigt att dessa instruktioner följs. Svensk Dragkamp agerar i enlighet med dessa riktlinjer och rekommendationer. Polisen har infört tillfälliga ändringar i ordningslagen i enlighet med regeringens beslut att begränsa allmänna sammankomster och offentliga tillställningar. Läs mer på polisens hemsida <https://polisen.se/aktuellt/nyheter/2020/mars/ytterligare-begransade-mojligheter-till-allmanna-sammankomster-och-tillstallningar/>.

FHM (Folkhälsomyndigheten) har lämnat ett antal råd till RF (Riksidrottsförbundet) som finns på länken

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/verksamheter/information-till-idrotts--och-traningsanlaggningar/>

**OBSERVERA ATT SVENSKA MYNDIGHETER MED KORT FRAMFÖRHÅLLNING KAN ÄNDRA ALLA REGLER OCH RIKTLINJER! DET ÄR AV STÖRSTA VIKT ATT VARA UPPDATERAD!**

### Träning

Vid träning gäller bland annat

- 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,
- då dragkamp medför att deltagare har klister i händerna är det av största vikt att man inte kliar sig i ögon/näsa/mun och inte heller rör vid andra människor,
- se till att det finns möjlighet till handtvätt eller handsprit och uppmana till god handhygien,
- skyltar med uppmaning att hålla avstånd, minst 1,5 meter mellan varandra,
- träning kan genomföras under förutsättning att de utgår från de föreskrifter och de rekommendationer som FHM tagit fram.

## Svensk dragkamps riktlinjer för aktiviteter med anledning av Coronapandemin

### Tävling

Enligt tidigare styrelsebeslut är alla förbundstävlingar (SM, elit) inom Svensk Dragkamp inställda under 2020.

Allmänna sammankomster och offentliga tävlingar med fler än 50 deltagare får ej genomföras enligt regeringens beslut 2020-03-27. När det gäller tävling räknas normalt inte tävlande och nödvändiga funktionärer. Det innebär för Svensk Dragkamp att tävlingar kan genomföras på alla nivåer om tävlingen genomförs utan publik. Fr.o.m. 2020-06-14 är tävlingsverksamhet tillåten på alla nivåer under förutsättning att FHM:s riktlinjer följs.

För tävlingar som ordnas lokalt ska FHM:s verktyg för riskbedömning användas. Det finns på följande länk:

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/verksamheter/information-till-arrangorer-av-evenemang/>

Det är också mycket viktigt att (förutom vad som anges vid träning)

- matcher och tävlingar kan genomföras under förutsättning att de utgår från den föreskrift och de rekommendationer som FHM tagit fram,
- funktionärer bör om möjligt tas från närliggande områden för att minimera resande,
- det bör också finnas extra funktionärer att tillgå om någon börjar uppvisa sjukdomssymptom,
- genomgångar med funktionärer och ledare ska i första hand genomföras utomhus, annars i rymliga lokaler utan risk för trängsel,
- ingen samling vid inmarsch vid match,
- inga inledande ceremonier där handskakningar förekommer,
- inga avslutande prisceremonier där handskakningar förekommer, tack sker på minst 1,5 meters avstånd, ev. priser bör utlämnas genom sekretariatet eller sändas med post,
- minst 5 meter mellan lagens tält,
- trängsel mellan deltagande personer ska undvikas,
- skyltar/avspärningar för att undvika närvaro av publik,
- utse ansvarig funktionär som bevakar ev. obehörig publik,
- vid marknadsföring av tävlingarna på t.ex. hemsida tydligt ange att publik inklusive föräldrar, barn och andra anhöriga inte tillåts,
- ingen allmän servering bör ordnas, deltagare ska själva medföra det de önskar förtära,
- gemensamma ytor som till exempel toaletter ska städas ofta,
- håll god ordning och tillräckliga avstånd på parkeringen – vilket är en god regel för både smittspridning och säkerhet,
- vid deltagande i tävling utanför Sverige ska UD:s reserekommendationer följas. Svensk Dragkamp rekommenderar dock att tills vidare inte delta i tävlingar utomlands.

## Svensk dragkamps riktlinjer för aktiviteter med anledning av Coronapandemin

### Läger

Folkhälsomyndigheten har angett att lägerverksamheter för barn och ungdomar (födda 2002 eller senare) kan hållas i mindre grupper och genomföras i närområdet.

Vid genomförande av läger, tänk bland annat på det här:

- Genomför träningen och aktiviteterna utomhus om det går,
- när det är möjligt, dela in deltagarna i mindre grupper,
- öka avståndet mellan sovplatser, sittplatser i matsalen och andra utrymmen om det är möjligt,
- se till att det finns möjlighet att tvätta händerna ofta,
- stanna hemma vid sjukdom, även vid lindriga symtom,
- se till att det finns möjligheter att ta sig hem för de som insjuknar.

Svensk Dragkamp kommer löpande att uppdatera detta dokument om ändringar sker i myndigheternas beslut, riktlinjer och rekommendationer.