

**Fr.o.m. den 14 december 2020** gäller nya nationella föreskrifter och allmänna råd beslutade av Folkhälsomyndigheten. Dessa ersätter tidigare lokalt gällande allmänna råd. Föreskrifterna och råden riktar sig mot såväl enskilda som verksamheter. Svenska Fotbollförbundet har idag uppdaterat sina riktlinjer för svensk fotboll och där inkluderas ju även den skånska fotbollen.

Vi har nedan sammanställt ändringarna och markerat dessa med röd text (svarttext innebär att texten var den samma i riktlinjerna innan dagens uppdatering):

### **DISTRIKTSSERIER, CUPER OCH TRÄNINGSMATCHER:**

Matcher, inklusive träningsmatcher, och tävlingar för spelare födda 2004 och tidigare (16 år och äldre) **ska tills vidare inte genomföras**.<sup>(3)</sup>

Enstaka matcher för spelare födda 2005 <sup>(2)</sup> och senare får genomföras och matcherna ska om möjligt <sup>(4)</sup> spelas utomhus. Ett lag bör inte genomföra mer än en match per vecka och lag bör bara möta lag från samma region. Seriespel, cuper och sammandrag **ska undvikas**.

(2) = Folkhälsomyndigheten har inte aviserat att födelseåret – som anges hänga samman med skillnaden grundskola/gymnasieskola – kommer att ändras vid årsskiftet 2020/2021.

(3) = Undantaget för yrkesidrott är i praktiken endast tillämpligt på förbundstävlingarnivå.

(4) = Futsalmatcher anses i normalfallet inte kunna genomföras utomhus.

### **TRÄNINGSVERSAMHET:**

För representationslag (trupper) i de högsta serierna som omfattas av undantaget avseende yrkesmässig idrott (OBOS Damallsvenskan, Elitettan, Allsvenskan, Superettan och Ettan, liksom SFL och delar av RFL samt kval till dessa serier) samt för barn och unga födda 2005 och senare (15 år och yngre) bör sedvanlig fotbollsträningsverksamhet, utifrån vad varje förening själv bestämmer, tills vidare kunna genomföras som planerat och i enlighet med Folkhälsomyndighetens rekommendationer angående idrott, som innebär bl.a. följande:

- Fysisk aktivitet är bra för folkhälsan, idrott och träning ska därför fortsätta.
- Aktiviteterna kan behöva anpassas för att minimera riskerna för smittspridning.
- Den som är sjuk, även med milda symtom, ska inte delta i aktiviteter alls, utan stanna hemma till och med två dagar efter tillfrisknande. Vid bekräftad Covid-19 ska det dessutom ha gått minst sju dygn med symtomfrihet innan återgång till fysisk aktivitet, i syfte att minimera smittrisk och minska risken för hjärtmuskelinflammation.<sup>(8)</sup> Insjuknar man under idrottsaktivitet ska man gå hem direkt.

(8) = Den som haft svårare Covid-19, t.ex. varit sängliggande i minst en vecka, bör också genomgå hjärtscreening innan återgång. Personer som bor tillsammans med någon som konstaterats vara smittad av covid-19 ska följa ansvarig läkares förhållningsregler, se

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2020/oktober/personer-som-bor-med-smittade-av-covid-19-ska-betraktas-som-mojliga-fall/>

### Träningsverksamhet forts.

- Aktivitet utomhus uppmuntras och innebär betydligt mindre smittspridningsrisk.
- Uppmana till att om möjligt byta om hemma före och efter aktiviteter, och undvik trängsel om ombyte sker tillsammans med andra.
- Dela inte vattenflaskor, handdukar, kläder etc..
- Se till att det finns möjlighet till handtvätt eller handsprit och uppmana till god handhygien (tvätta händerna ofta och undvik att ta dig i ansiktet).
- Se till att ha en god hygien på idrottsanläggningen, inklusive att så ofta som möjligt torka av ytor och material som många rör med händerna.

Förening bör begränsa antalet personer i och kring träningen och även där undanbe sig publik, t.ex. föräldrar (se ovan om genomförande av matcharrangemang).<sup>(9)</sup>

(9) = Notera att förordningens förbud gäller allmänna sammankomster och offentliga tillställningar, vilket en fotbollsträning inte är i lagens mening.

För de som är födda 2004 och tidigare (16 år och äldre), och som inte omfattas av undantaget avseende yrkesmässig idrott, kan viss gemensam träning bedrivas. I enlighet med Folkhälsomyndighetens allmänna råd rekommenderar SvFF förening att tillse att deltagarna:

- kan hålla avstånd till varandra (förutom den närkontakt som är en naturlig del av spelet),
- inte delar utrustning med varandra,
- när det är möjligt genomför aktiviteten utomhus,
- undviker gemensamma omklädningsrum,
- reser till och från aktiviteten individuellt, och
- utför aktiviteten i mindre grupper.

Om träning bedrivs inomhus – t.ex. futsal – är SvFF:s rekommendation att hänsyn tas till träningslokalens storlek, där högst tio spelare (åtta utespelare och två målvakter) i en fullstor idrottshall är ett riktmärke. Lag som består av många spelare bör delas upp i mindre grupper. Grupperna bör inte blandas och individuella övningar är att föredra.

I övrigt så gäller tidigare riktlinjer från Skånes FF / SvFF. SvFF:s riktlinjer i sin helhet finner du på <http://www.skaneboll.se/riktlinjer-covid19> .

