Mejrup 15.5.20

Corona regler og

klubbens fortolkninger på disse regler:

Kære alle i Mejrup Fodbold  
Denne beskrivelse er DBU’s Corona regler i venstre side af boksene og i højre side er det klubbens bestyrelses tolkninger og retningslinjer som skal efterleves den kommende tid.

Lige nu er det disse tolkninger og retningslinjer som vores spillere, forældre og trænere skal efterleve. Der vil den kommende tid helt sikker kommer revideringer og nye tiltag som vi skal forholde os til. Her er det utroligt vigtigt at alle retter sig efter bestyrelsen tolkninger og retningslinjer. Bestyrelsen vil hele tiden holde sig opdateret, men fra der kommer nye retningslinjer fra DBU til bestyrelsen har fået det gennemgået og sendt ud til alle vil der komme til at gå noget tid hvor de gamle beslutninger står ved magt.

Vi starter op mandag den 18.5.

De tekster som er markeret med rød tænker bestyrelsen der er de vigtigste som forældre og spillere får, men send gerne det hele ud.

**DBU skriver Mejrup Fodbold gør**

|  |  |
| --- | --- |
| **Guidelines for klubbens bestyrelse:**  **For at klubbens trænere, spillere og forældre kan føle sig trygge, skal følgende gælde:**  Klubben holder sig opdateret på relevante anbefalinger fra myndighederne og Fodboldens Corona-regler og sikrer, at klubbens aktiviteter lever op til disse. Klubben skal sikre tydelig skiltning med fodboldens Corona-regler på anlægget.  Fodboldaktiviteter igangsættes kun, såfremt klubbens bestyrelse er tryg ved, at aktiviteterne udøves med afsæt i Fodboldens Corona-regler.  Bestyrelsen skal beslutte, at aktiviteten kan opstartes og skal løbende følge og evaluere organiseringen og eksekveringen samt monitorere hvem der deltager i træningen  Bestyrelsen anbefales at lave forskudte træningstidspunkter således at større forsamlinger ved skifte undgås.  Klubhuse kan holdes åbent for administrativt arbejde. Der kan i begrænset omfang være adgang til enkelte toiletter. Sundhedsstyrelsens anbefalinger skal overholdes. Det er ejeren af faciliteten, som konkret beslutter, hvorvidt der tillades adgang til toiletter og klubhuse og evt. nærmere retningslinjer herfor.  Der skal sikres grundig rengøring af fælles kontaktpunkter og laves en plan for rengøring og desinfektion af kontaktpunkter såsom udendørs håndtag, vandhaner osv. Kontakt eventuelt kommunen herom. | Bestyrelsen i Mejrup fodbold vil hele tiden holde sig opdateret og videre formidle disse informationer sammen med bestyrelsen tolkninger af disse guidelines og retningslinjer.  Samtidig har bestyrelsen en forventning til at alle trænere og ledere i Mejrup fodbold vil gøre alt for at efterleve dette. Vi får sat skilte op ved indgange til banerne og på boldskuret.  Bestyrelsen har fuld tillid til at vi kan åbne Mejrup fodbold igen hvis alle trænere og ledere vil efterleve vores retningslinjer som er beskrevet nedenfor.  Bestyrelsen vil gennem dialog med diverse trænere og ledere vurdere på vores praksis og eventuelt revidere vores retningslinjer. Ved at dele spillerne op i hold kan vi følge hvem som kommer og ikke kommer.  Der er lavet en oversigt over hvornår de forskellige hold kan træne og hvilken bane de får til rådighed.  Kan ses i vedhæftede fil og på hjemmesiden.  Centeret er ikke åbent og der vil ikke være mulighed for gennemgang eller brug af toiletter. Hele centeret er lukket og låst.  Ved hvert skifte skal der sikres at træneren aftørrer kontakt punkter med sprit eller klud. Herved sikres det at der holdes en god hygiejne i boldskuret. |
| **Klubbens anbefales at:**  Udarbejde plan og organisering for gennemførelse af fodboldaktiviteter, derunder at der er en Corona-ansvarlig på anlægget.  Etablere et trænerforum, hvor koordinering sikres mellem bestyrelsen og trænere/frivillige.  Sikre, at der ikke kan gøres brug af klubbens bade- og omklædningsfaciliteter. | Ud fra punkterne som kommer i de næste afsnit, kommer der en plan for vores organisering.  For hvert hold vil den voksen/træneren som står for træningen være Corona ansvarlig, som sikre at holdet overholder retningslinjerne. De første dage vil der være en fra bestyrelsen på banerne. Skulle man have spørgsmål skal man endelig ringe til en fra bestyrelsen.  Vi vil bruge vores Facebook gruppe for trænere som platform for koordinering og dialog omkring dagligdagen og evaluering.  Vi snakker med Mejrup Hallen og sikre at der ikke bliver åbnet for hallen. Samtidig vil vi skrive ud at alle skal møde omklædt. |
| **Før træning:**  Sundhedsmyndighedernes anbefalinger følges.  Spillere og frivillige i en risikogruppe skal være ekstra opmærksomme ift. genstart af træning.  Alle møder omklædt til tiden (ikke før) og går direkte til deres træningsgruppe.  Hvis børn afleveres af deres forældre, skal dette ske uden for anlægget, da der ikke må være tilskuere på anlægget.  Kun træneren har adgang til boldrum og skal alene tage bolde og kegler ud.  Der vælges bolde og kegler, som kun må bruges at den enkelte gruppe.  Bruges der overtræksveste, skal disse vakses efter brug.  Der må trænes i grupper af maksimum 10 personer inklusive voksen/træner.  Drikkedunke skal medbringes fyldte hjemmefra og må ikke deles med andre.  Alle spillere og trænere vasker hænder/spritter hænder af, inden de går til træning. Det anbefales, at der i klubben er mulighed for at spritte hænder af. Der bør ikke være fælles håndklæder. | I Mejrup Fodbold vil vi gøre alt for at efterleve retningslinjerne.  Er man i risikogruppen skal man selv være særlig opmærksom på symptomer og egen hygiejne.  Alle møder direkte ind på det område, som de har fået anvist. Husk at holde jer orienteret via FB, Kluboffice og mails.  Dette skal vores trænere være opmærksomme på, da forældre på anlægget kan gøre at vi må have færre på vores hold for at kunne overholde retningslinjerne. Dette er vigtigt at vi får kommunikeret ud til vores forældre.  Vi skal på alle tider sikre at træneren er den eneste som kommer i boldrummet og de eneste redskaber vi kan bruge, er kegler og bolde.  Vi sikre at hvert hold får bolde og kegler tildelt og I skal sikre at det kun er jeres hold der bruger disse redskaber under træningen.  Træningsveste er gemt væk indtil videre.  Disse grupper skal træner teamet stå for at få lavet og ud fra tildelte træningstider skal de sikre at spilleren ved hvor de skal møde ind og befinde sig.  Alle medbringer selv en fyldt drikkedunk og sørger for at de kun selv drikker af den.  Vi har købt sprit til alle hold og det skal være sammen med bolde og kegler. Så kan dette sprit tages med ud til træning. |
| **Under træning:**  De enkelte grupper skal holdes separate og må ikke blande sig med hinanden under træning.  Der skal altid være en træner eller voksen til stede pr. gruppe.  Under træning er det kun den ansvarlige, der må flytte kegler og mål.  Det anbefales, at hovedstød begrænses mest muligt.  Det anbefales, at boldkontakt med hænderne begrænses mest muligt med undtagelse af målmanden, der skal bruge EGNE handsker, som skal være vasket af før træning.  Det anbefales, at træningen tilrettelægges, så man kun har sporadisk kropskontakt.  Der må ikke skiftes ud i grupper under træning. | Vi skal sikre at hver gruppe er for sig selv, ikke samles for fælles information. Hver gruppe leder skal vide hvad der skal laves. Så træningen kan køre uden at andre blandes ind i det.  Vi skal dele spillerne op i mindre grupper og derfor har vi brug for en voksen pr. gruppe.  Det er kun den voksne der røre keglerne og flytter dem rundt for at sikrer at der ikke smittes ved at flere røre ved de samme kegler og mål.  Via øvelserne sikrer vi dette.  Vi må godt lave skudøvelser. Men ikke andre øvelser hvor vi bruger hænderne. Derved sikre vi at hænderne ikke bruges ret meget.  Det skal vi sikre via øvelserne og snakke om at kropskontakt skal holdes på et minimum. Der kan godt spilles kampe internt på gruppen. Her kan det anbefales at man laver et stort område til at spille i så kropskontakt mindskes.  Vi skal beholde spillerne i grupperne gennem træningen selv om der er skæve antal i grupperne.  Opdeling af grupperne skal ske inden træningen via FB, Kampklar eller andre medie. |
| **Efter træning:**  Alle forlader træningen lige efter den er slut. Anlægget skal forlades alene, ikke i grupper. Trænerne skal være særlig opmærksomme ved skiftet mellem træningshold.  Træneren vasker alle rekvisitter af med vand og sæbe.  Hvis en spiller eller en leder får syntomer på sygdom, og får konstateret Covid19 skal klubben, trænere og medspillere orienteres om dette. | Vi skal huske at snakke med spillerne om at de skal gå lige hjem og ikke samles og spille videre.  Vi har opsat en vask ved boldskuret så der kan vaskes bolde og kegler med vand og sæbe. Vi opfordrer trænerne til at tage en klud og håndklæde med for at kunne vaske og tørre af. Der er sæbe i boldskuret eller ved vasken.  Vi skal have givet alle besked om at klubben skal vide hvis et medlem konstateres med Covic19. Så vi kan skrive ud til holdet. |
| **Ved sygdom:**  Personer med symptomer på COVID-19 bør ikke møde til træning. Personer må først møde til træning igen 48 timer efter symptomerne er ophørt. Personer hvis familie har symptomer eller er smittede, skal følge sundhedsstyrelsens anbefalinger for ”nære kontakter” | Vi skal have denne info ud til spillere og forældre så alle ved hvordan de skal forholde sig.  Trænerne skal være særlig opmærksomme på dette. |
| **Træningsprogrammer:**  DBU og DBU Bredde udsender træningsprogrammer til trænere og klubber, som er tilpasset de nuværende retningslinjer fra sundhedsmyndighederne. | Vi skal have disse øvelser ud til alle trænere så vores trænere kan blive inspireret til hvordan øvelserne kan være i disse tider.  FCM har også lagt deres øvelser ud på deres hjemmeside og de er tilrettet Corona tiden. |
| **Retningslinjer til antal træningsgrupper og spillere pr. bane:**  Alle træningssessioner skal iagttage forsamlingsforbuddet. Der må ikke være flere end [pr. 7. maj] 10 personer forsamlet i forbindelse med aktiviteten. Hvis man udnytter større arealer, hvor flere end 10 kan træne i forskellige grupper på det samlede areal samtidigt, må grupperne ikke samles, ej heller selv om de kan opretholde mere end 2 meters afstand.   * 11-mands bane =10 personer (spillere og trænere) 105x68 m * 8-mands bane = 10 personer (spillere og trænere) 68x52,5 m * 5-mands bane = 10 personer (spillere og trænere) 40x30 m   Banerne skal være tydelig afmærket og minimum afstand på 2 meter mellem hver bane – dette gælder hele vejen rundt. Det er vigtigt, at der er tilstrækkelig stor afstand mellem banerne til, at grupper på forskellige baner ikke kommer i nærheden af hinanden, så der ikke er risiko for at bryde reglerne om forsamlingsforbuddet. Det er den enkelte forening, der selv sørger for at vurdere og har ansvaret for at etablere tilstrækkelig afstand.  Ved at afmærke flest muligt 5-mandsbaner, kan klubben altså få flere spillere i gang med at træne under retningslinjerne.  Det er tilladt at opdele en 11 mandsbane i fire 5-mandsbaner. Dette gælder også kunstgræsbaner. Hvis der er flere grupper af maksimalt 10 personer til stede på det samme idrætsanlæg, skal man sikre, at der er tilstrækkelig afstand mellem grupperne, så de ikke udgør én samlet gruppe. Anbefalingen er, at der er mindst 2 meter mellem hver bane. Til afmærkning kan anvendes kegler, toppe, snor, kridt eller anden tydelig markering, som klart afgrænser banen/zonen.  Der må ikke opholde sig personer i rummet mellem banerne eller andre steder rundt om banerne. Der må derfor ikke være tilskuere på anlægget, da anlægget så kan opfattes som et stort område med for mange mennesker forsamlet. |  |