

## Vän i Umeås riktlinjer utifrån läget med Covid-19 (uppdaterade)

### Vi ställer inte in – vi ställer om!

Utgångspunkten är förstås vår värdegrund och verksamhetsidé. Det betyder att vår verksamhet är kanske viktigare än någonsin och behövs. Vi vill därför söka olika lösningar och möjliggöra möten mellan människor, och fortsätta vara ansvarsfulla för att minska smittspridning.

Vän i Umeå ska vara öppet, tryggt och välkomnande för våra deltagare, och kan också bidra aktivt med att hjälpa till med information om samhällets rekommendationer.

Vi följer noga Folkhälsomyndighetens (FHM) föreskrifter och allmänna råd, och därtill följer vi andra myndigheter och organisationer riktlinjer som är relevanta för vår verksamhet. Det gäller t.ex. Riksidrottsförbundets (RF) råd. Situationen i samhället kan förändras, vi följer myndigheters bedömningar av smittspridningen i Umeå-området och vi kan behöva uppdatera dessa riktlinjer.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2020/april/nya-allmanna-rad-hall-avstand-och-ta-personligt-ansvar>

### Läge och bakgrund

#### FHM:s rekommendationer

För att motverka spridningen av covid-19 i Sverige krävs att man alltid stannar hemma när man har symtom, att man är noggrann med handhygien och att alla håller avstånd till varandra. Syftet är att motverka spridningen av covid-19 och framför allt att skydda de mest sårbara, riskgrupper och äldre.

Alla verksamheter i Sverige är skyldiga att, utifrån Folkhälsomyndighetens rekommendationer, vidta åtgärder för att minska risken för smittspridning. Det kan vara att informera allmänheten, undvika att flera personer samlas, markera avstånd i exempelvis köer och erbjuda möjlighet till handtvätt med tvål och vatten.

FHM:s allmänna råd innebär i korthet att det tillåtna antalet deltagare vid allmänna sammankomster och offentliga tillställningar i nuläget är begränsat till 50 personer.

Vän i Umeå ska alltså inte ordna aktiviteter som inte kan genomföras enligt ovanstående regler och rekommendationer.

#### Samhället i övrigt, folkhälsa med mera

Gällande fysisk aktivitet och idrott så skriver FHM i sina allmänna råd (2 april):

*"Fysisk aktivitet är bra för folkhälsan och det är viktigt att idrott och träning kan fortsätta."*



Olika samhällsfunktioner som bibliotek och badhus hålls öppna, och samhället tillåter även gym, caféer och restauranger att hålla öppna men förstås vidta nödvändiga försiktighetsåtgärder

## Riktlinjer för Vän i Umeå

### Kommunikation

Vi ska ha tydlig information på hemsida och Facebook-sida om våra riktlinjer (på "lätt" svenska), samt vad som gäller för enskilda arrangemang. Grunden är dessa riktlinjer som omarbetas för ändamålet.

### Alla pågående och nya aktiviteter ska vara godkända av personalen

Alla aktiviteter som sker i Vän i Umeås namn och verksamhet ska vara godkända av personalen. Då kan personalen bedöma om det är lämpligt, om det finns behov av stöd och extra ledare, eller särskilda åtgärder och information. Personalen kan här ta stöd av FHM:s riskbedömningsverktyg.

### Ledare

Inga ledare ska känna press och förväntningar på att delta och genomföra aktiviteter. Ledare ska få stöd och hjälp, och måste känna till information och vägledning för sitt agerande och bedömningar.

### Deltagare

Ska få tydlig information på förhand om vilka riktlinjer som gäller för aktiviteten:

- Hur aktiviteten genomförs så att deltagaren själv kan bedöma risknivå beroende på om man tillhör riskgrupper (t.ex. fika, bilresor)
- Vilka försiktighetsåtgärder som arrangören vidtagit
- Vilka villkor och beteenden som gäller för deltagare, som annars måste lämna aktiviteten (gällande symptom, hälsa på andra, hålla distans)

### Inga större inomhusaktiviteter

Vän i Umeå är mycket försiktig med aktiviteter som ordnas inomhus, och det betyder att vi tills vidare inte ordnar:

- Träning och idrottsaktiviteter inomhus som innebär kroppskontakt
- Arrangemang och möten som kan komma att överstiga 25 personer (lämplig och stor lokal)
- Språkcaféer fram till sommaren

Inomhusaktiviteter som vi således kan ha är möten för fasta grupper (styrelsen, programgrupp etc.), samt öppna externa aktiviteter och möten men där vara restriktiva med antal personer (ca 6-8 st).

### Digitala aktiviteter

Vi erbjuder under denna period så mycket som möjligt gällande digitala möten. Vi erbjuder ledare och deltagare stöd och support i användning.

### Utomhusaktiviteter

För utomhusaktiviteter gäller grundregeln att de flesta aktiviteter kan genomföras, på villkor att vi kan säkra FHMs rekommendationer, tydlig kommunikation och med försiktighetsåtgärder enligt ovan för ledare och medlemmar.

Vi kan därför ordna arrangemang med begränsning att deltagandet inklusive publik med god marginal inte riskerar överstiga 50 personer, och att vi respekterar social distans och undviker trängsel.

För följande aktiviteter gäller:

- Fotboll, löpning och brännboll och annan idrott enligt FHM och Riksidrottsförbundets rekommendationer vilket i korthet innebär träning, men inte match eller tävlingar för vuxna (över 18 år). Ledargruppen för beachvolley får i samråd med personalen bedöma om och när den aktiviteten kan ordnas. Om tvättmöjligheter saknas i samband med kontaktsport ska det finnas handsprit före och efter aktiviteten.
- Vandringar och utflykter upp till 40 personer. Vid fler än ca 10 personer, ska vi dela in i grupper med max 8 personer där en "kontaktperson" för gruppen utses, med uppgift att påminna om riktlinjer samt att informera aktivitetsansvarig vid problem med dessa.
- Cykelskola kan genomföra i mindre grupp med max 8 personer (4 deltagare + 4 ledare), med stor aktsamhet och specifika riktlinjer.

### Biltransporter

Vi bör vara särskilt försiktiga gällande arrangemang som kräver biltransporter, där vi före sommaren helt avstår från att ordna sådana aktiviteter. Om det finns särskilda skäl och behov för enskilda personer kan vi hjälpa till, men då undvika att resa med fler än 3 personer från olika hem i vanlig personbil.

-----

### BESLUT

Dessa riktlinjer är beslutade av föreningens ordförande i samarbete med personalgrupp, och efter samråd med styrelsen.

Umeå 2020-05-14

Staffan Norin, ordförande

-----

### Underlag

FHM allmänna råd från 1 april:

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2020/april/nya-allmanna-rad-hall-avstand-och-ta-personligt-ansvar>