



Corona-tiltak i HALDEN SKIKLUBB

Oppdatert 13.03.2020

Idrettsforbundet: - All idrettsaktivitet avlyses med umiddelbar virkning

<http://orientering.no/nyheter/idrettsforbundet-all-idrettsaktivitet-avlyses-med-umiddelbar-virkning/>

All idrettsaktivitet avlyses med umiddelbar virkning. Høiås vil være stengt for publikum frem til påske! Dette kan selvfølgelig forlenges, i dette tilfelle kommer mer informasjon her. Høiåsmarka derimot er åpen! Grill og bålplasser er det bare å bruke. Ta gjerne pausen og matpakka utenfor hytta, men husk å vis hensyn og hold avstand om andre også oppholder seg der. God tur!

Halden Skiklubb er i dialog med lokale myndigheter, O-forbundet og andre idrettslag, og følger med på tilgjengelig informasjon. **Generelt oppfordrer vi alle til å følge med på Helsenorge sine informasjonssider:**

<https://helsenorge.no/sykdom/infeksjon-og-betennelse/sporsmal-og-svar-om-koronaviruset-og-sykdommen-covid-19>

samt å følge Folkehelseinstituttet og Helsedirektoratet sine råd for vern mot smitte (se bilde i bunn).

Dette innebærer også de ting hver enkelt kan gjøre for å forebygge:

- Om du tror det er en risiko for at du kan være smittet, se kommunens info om testing og karantene.
- Personer som har vært på reise må før de kommer på trening vurdere om det er behov for karantene.
- Hvis noen er usikre på om de har vært i kontakt med noen som er smittet, ta kontakt med lege.
- De som er syke eller føler seg uvel holder seg hjemme.
- Er en i husstanden din i karantene/isolasjon, ønsker vi også at du er hjemme.
- Dersom du er i en risikogruppe ber vi deg vurdere om du heller skulle ha vært hjemme.
- Det er også lov å trene alene eller i små grupper.
- Ingen deler drikkeflaske, kopp eller bestikk
- Vi oppfordrer alle til å ha med seg en personlig hånddesinfeksjon

Spesifikt med hensyn til Høiås:

- Høiåshytta og garderobene holdes stengt både på torsdag og søndag frem til påske.
- Garderoben på Høiås og badstua er ikke i bruk.
- Alle oppfordres til bruk av såpe og holde fornuftig avstand til andre.
- Høiåsområdet og turløyper er åpen, men det oppfordres til å holde avstand.

Spesifikt med hensyn til treninger (UFO & Elite):

- Helsedirektoratet har besluttet forbud mot Idrettsarrangementer og organisert idrettsaktivitet både innendørs og utendørs
- Ingen deltagelse på egentrening ved svake sykdomstegn eller mer.
- Egentrening utendørs gjennomføres.
- Ingen direkte kontakt – ingen hilsning med kroppskontakt.
- Samlinger og deltagelse i konkurranser vurderes fortløpende. Råd fra myndighetene følges – og helse settes alltid først.

Spesifikt med hensyn til Barneidretten:

- Helsedirektoratet har besluttet forbud mot Idrettsarrangementer og organisert idrettsaktivitet både innendørs og utendørs
- Ingen deltagelse på egentrening ved svake sykdomstegn eller mer – både hos barn og foreldre
- Ingen direkte kontakt – ingen hilsning med kroppskontakt.

Spesifikt med hensyn til arrangement:

- Helsedirektoratet har besluttet forbud mot Idrettsarrangementer og organisert idrettsaktivitet både innendørs og utendørs – dette gjelder minimum til 26.03, men kan bli forlenget.
- Dersom Halden O-meeting gjennomføres vil det bli med sterkt redusert tilbud og tiltak for å unngå smitte.
- For andre arrangement og lokale tirsdagsløp er vi i dialog med andre Østfoldklubber og forbund. Informasjon om tiltak kommer tidligst 27.03.

Halden SK vurderer situasjonen fortløpende, og tiltakene gjelder inntil annen informasjon publiseres.



Spørsmål/kontakt:

Leder	Bjørn Axel Gran	hsk@haldensk.no	90955295
Høiås	Bård Moum	hytta@haldensk.no	48125401
Halden O-meeting	Gudmund Jenssen	kag@haldensk.no	99101693
O-gruppe	Anja Wingstedt	orientering@haldensk.no	45882878
UFO	Lene Engen Sandvik	ufo@haldensk.no	90669728
Barneidrettsgruppa	Magnus Nordbrøden	barneidrett@haldensk.no	98288635