



SAMMANFATTNING AV RIKTLINJER FÖR DOMARE SOM DÖMER MATCHER I LÄGRE SERIER OCH I JUNIORSERIER UNDER VIRUSEPIDEMIN

Detta är en sammanfattning av dokumentet "Korona ohjeistus alemmat sarjat ja juniorit". Dokumentet som är på finska innehåller mera detaljer samt t.ex. länkar till instruktioner från hälsomyndigheter.

I denna 1.7 uppdaterade versionen har det gjorts lindringar i rekommendationerna för vissa begränsningar. De viktigaste ändringarna gäller resor till matcherna samt praxis vid matchtillfällen. Om virussituationen börjar sprida sig starkare på nytt återinförs tidigare rekommendationer.

1. ALLMÄNT

- De domare som tillhör riskgrupper definierade av hälsomyndigheterna rekommenderas att vara särskilt försiktiga när de deltar i domarverksamheten och beakta den lokala sjukdomssituationen.
- Domarna rekommenderas bära med sig personlig handdesinficering
- Varje domare har sin personliga dricksflaska, som måste tvättas efter varje match. Att dricka ur en annan domares eller ett lags dricksflaska är förbjudet.
- Resor till matchplatsen rekommenderas göras så normalt som möjligt. Vid resor med kollektiv trafik bör handhygien beaktas och undvika att röra onödiga ytor. Eventuell sittplats rekommenderas att väljas så att man använder varannan sittplats och allmänt beaktande av säkerhetsavstånd.

2. FÖRE MATCH

- Följ allmänna rekommendationer (handhygien, säkerhetsavstånd, hosta, undvika kontakt etc.)
- Följ ditt eget hälsotillstånd / bedömning av situationen på match dagen – **även med minsta symptom / sjukdom, delta aldrig i matcher**
- **I fall domaren har avvikande iakttagelser om eget hälsotillstånd, måste domaren meddela omedelbart till regionens domarexpert. Domaren är skyldig att hitta en ersättare för sig själv**

3. ANKOMST / AVRESA FRÅN MATCHPLATSEN

- Särskilt på planer där många matcher spelas är det tillrådligt att undvika att komma onödigt tidigt till planen. Dock skall man anlända till matchen enligt givna tidtabeller.
- Lämna matchplatsen så snart som möjligt. Korta, högst 15 min långa matchfeedback av domargranskaren kan ges utomhus eller i omklädningsrummet var tillräckliga säkerhetsavstånd uppfylls. Längre matchfeedback av domargranskaren ordnas senare via distans.

4. OMKLÄDNINGSRUM

- Användning av omklädningsrum undviks
 - ✓ om dessa används, skall du vistas så kort tid som möjligt i rummet
 - ✓ tillträde till omklädningsrummet endast för domarna
 - ✓ omklädningsrummen lämnas i snyggt skick och allt skräp (tejp etc.) läggs i skräpkorg
- Domarna klär på sig utrustningen hemma och tvättar sig hemma efter matchen vid mån av möjlighet
- Tvätta eller desinficera händerna när du kommer in i omklädningsrummet

5. SÄKERHETSAVSTÅND OCH HYGIEN PÅ MATCHPLATSEN

- Separata uppvärmningsområden för avbytare så att avbytare inte korsar varandras väg framför andra lagets tekniska område (bakom och /eller uppvärmning i egen kortsida)



- Kontroll av spelarnas utrustning utförs vid mån av möjlighet utomhus, genom att observera säkerhetsavstånden. Spelaren presenterar sin utrustning för domaren på ett säkerhetsavstånd. Vid spelarbyten görs detta enligt samma princip.
- Slantsinglingen utförs med säkerhetsavstånd. I denna deltar endast domaren och lagens kaptener.

6. VERKSAMHET PÅ PLANEN

- Endast spelare, domare och nödvändiga lagfunktionärer vid planen. Föräldrar till juniorer och andra åskådare i skild läktare eller utanför planområdet
- Introduktion av spelare och domare möjligt men inga handskakningar före eller efter matchen
- Placering av nödvändig personal (resultatservice, speaker, bollflickor / pojkar, etc.) med hänsyn till säkerhetsavstånd
- Undvik att spotta
- Om möjligt, undvik att röra ansiktet med händerna. Torka svett i ärmen eller i ett svettband
- Efter matchen slutat skall båda lagen lämna planen så snabbt som möjligt och bibehålla säkerhetsavstånd.
- **Vid brott mot dessa instruktioner ingrips huvudsakligen muntligen**

7. IDENTIFIERAT CORONAFALL I LAGET

- Handla ansvarsfullt i enlighet med hälsomyndighetens anvisningar
- Hälsomyndigheternas åtgärder måste informeras till regionens domarexpert

8. ALLMÄNNA REKOMMENDATIONER

Allmänna rekommendationer för att lindra spridningen i samhället

- Tvätta händerna regelbundet och noggrant med tvål och vatten
- Hosta i armvecket
- Undvik att röra ansiktet med händerna
- Sträva efter att alltid upprätthålla säkerhetsavståndet på 1-2 meter