



Hej!

Med anledning av de nya restriktionerna som Folkhälsomyndigheten presenterade idag 2020-10-29 för Region Stockholm där Södertälje Kommun och därmed Södertälje Simsällskap ingår vill vi härmed presentera hur vi agerar i förhållande till dessa.

Södertälje Simsällskap kommer fortsätta att:

- jobba hemifrån i den mån det går
- genomföra en så stor del som möjligt av idrottsaktiviteterna utomhus
- undvika onödiga resor
- uppmana besökare att sprida ut sig om man behöver närvara vid träningarna
- ta bort alla samlingar på land i simskola och teknikskola och starta direkt i vattnet
- uppmana de som kan att komma nyduschade direkt till träningarna hemifrån
- ta bort uppvärmningarna för tävlingssimmare och starta direkt med vattenaktivitet

Dessutom kommer vi hantera de närmsta veckornas restriktioner med start idag 29 oktober fram till 19 november på följande sätt.

Uppmaning till alla medlemmar och medföljande att:

- Undvika att följa med in i anläggningen
- Vänta utanför anläggningen på era aktiva
- Max en medföljande för hjälp i omklädningsrum vid behov, undvik trängsel i duschrum

## **Info per verksamhet gällandes from 2020-10-29 till och med 2020-11-19 eller till dess nya direktiv kommer:**

### **Simskola, Teknikskola**

Verksamheten fortsätter som vanligt på ordinarie tider enligt de nya rekommendationerna för aktiva födda 2005 och senare.

### **Familjesim, Minisim**

Verksamheten i dessa grupper skjuts upp närmsta veckorna och motsvarande tidsperiod blir inestående till nästa termin.

### **Ungdom Träning, Ungdom simskola**

Vi kommer se över träningstider och bassängutrymme och återkommer inom kort med mer info.

### **Tävlingssimmare**

Vi kommer se över träningstider och bassängutrymme och återkommer inom kort med mer info.

### **Vuxensim, Vuxencrawl, Masters simning,**

Verksamheten i dessa grupper skjuts upp närmsta veckorna och motsvarande tidsperiod blir inestående till nästa termin.



## **Parasim**

Vi kommer se över träningsmöjligheter beroende på ålder och grupptillhörighet och eventuella extra riktlinjer och återkommer inom kort med mer info.

## **Simhopp**

Verksamheten fortsätter som vanligt på ordinarie tider enligt de nya rekommendationerna för aktiva födda 2005 och senare.

## **Simhopp Mästerskap**

Vi kommer se över träningstider och bassängutrymme och återkommer inom kort med mer info.

## **Masters simhopp**

Verksamheten i denna grupp skjuts upp närmsta veckorna och motsvarande tidsperiod blir inestående till nästa termin.

## **Vattenpolo**

Verksamheten fortsätter som vanligt på ordinarie tider enligt de nya rekommendationerna för aktiva födda 2005 och senare men vi kommer göra justeringar i träningsupplägget och minska den fysiska kontakten mellan aktiva.

## **Ledare**

Respektive verksamhetsansvarige kommer kontakta er inom kort med information om verksamheten framåt.

Vidare fortsätter vi att påminna om de allmänna råden om att undvika smittspridning från 1177 och Folkhälsomyndigheten:

Stanna hemma när du har symtom som påminner om förkylning eller influensa. Det gäller även om symtomen bara är lindriga. Stanna hemma tills du är frisk och ytterligare två dagar. Det gäller både vuxna och barn.

## **Länkar**

<https://www.rf.se/coronavirusetochidrottsrorelsen/>

<https://www.1177.se/sjukdomar--besvar/infektioner/ovanliga-infektioner/covid-19-coronavirus/>

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittykydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/>

Med vänlig hälsning/

Andreas Jonerholm med anställda  
Klubbchef

Johan Cyréus med styrelse  
Ordförande