



Webinar Genåbning – hvordan?

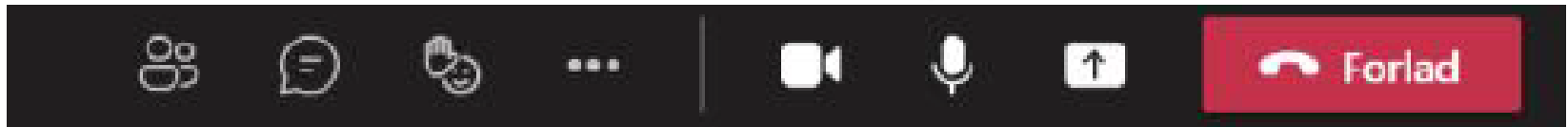
19. april

(slides opdateret 20. april)

Velkommen til webinar

Praktiske oplysninger for at vi alle får en god oplevelse 😊

- Husk at mute din mikrofon
- Du slår lyden til og fra ved at klikke her



- Ønsker du at stille et spørgsmål skriver du det i chatten og ordstyreren vil give dig ordet, når det passer. Du finder chatten ved at klikke her.

- Generelt
- Rammer
- Spørgsmål
- **INSPIRATION fra Havdrup GF og LG gymnastik**
 - *Hvordan får vi samlet op på trænere og medlemmer?*
 - *Opgaven med at organisere træning under retningslinjer*
 - *Planer for den nye sæson på den anden side af sommerferien*
 - *Afslutning af sæson 20-21*
- Opsamling og tak for i dag

Generelt

Som aktiv har man selv et ansvar

- Isolation ved symptomer
- Hygiejne med fokus på hosteetikette, håndhygiejne og rene kontaktpunkter
- Kontaktreduktion med fokus på afstand
- Forsamlingsforbud



	nu	21. april	6. maj	21. maj	11. juni	1. aug
inde	5	10	25	50	100	Afskaffes
ude	10	50	75	100	Afskaffes	Afskaffes

- max. 50 (inkl. trænere)
- ingen tilskuere
- Halvtag/overdækning er ok
- Zoneopdeling er ok
- Mundbind på idrætsanlæg



Indendørs kulturinstitutioner og idrætsfaciliteter

Krav om mundbind eller visir. Restriktioner, fx afstand og antal.

BØRN OG UNGE **under** 18 år

- Max. 25 (inkl. trænere)
- "nødvendige voksne" er ok
- zoneopdeling er ok (min. en træner pr. zone)
- Mundbind på idrætsanlæg

VOKSNE **fyldt** 70 år

- max. 10 (inkl. trænere)
- Coronapas
- Zoneopdeling er ok
- Mundbind på idrætsanlæg

Retningslinjerne for indendørsidrætten ligner dem, vi kender fra tidligere.

Træning - INDENDØRS

FØR

- Dialog med kommunen
 - lokale retningslinjer
 - lokalestørrelse
 - bad og omklædning
 - håndsprit
 - rengøring
 - skiltning
- Dialog med foreningens trænere
 - **holdtyper**
 - viden om regler
 - klare opgaver
 - frivillige/hjælpere?
 - **opstarts fokus**
- Information til de aktive
 - **børn og unge u. 18**
 - **ældre fyldt 70**
 - adfærd (mundbind)
 - sårbar?

UNDER

- indgang (mundbind)
- omklædning
- evt. zoner/grupper
- afsprit/vask hænder
- **velkomst**
- deltagerliste
- om muligt 2 m. afstand
- minimér ansigt til ansigt
- minimér kropskontakt
- afsprit hænder
- redskaber holdes rene
- ved symptomer:
 - send medlem hjem
 - orientér bestyrelsen

EFTER

- evaluering af træningen med trænere og hjælpere
- dialog med aktive
 - feedback på adfærd
 - sygdom og smitteopsporing
- Erfaringsudveksling på tværs af hold

**Gør jeres medlemmer klar,
at de skal kontakte jer, hvis de er testet positiv.**

1. Vær klar på rollefordelingen i foreningen
 1. Talsperson i bestyrelsen
 2. Trænerens rolle
2. Få evt. et godt råd hos **Styrelsen for patientsikkerhed** (smitteopsporingsenheden) på telefon: 32 32 05 11
3. Skriv til de medlemmer, som det smittede medlem har været i tæt kontakt med (nævn IKKE navne (GDPR))

Hent yderligere inspiration på DIFs hjemmeside:

<https://www.dif.dk/da/forening/nyheder/nyheder/2020/10/coronasmitte-s-i-s-klubben>

HVAD ER MØDER

- Bestyrelsesmøder
- Instruktørsamlinger
- Forældremøder

HVORDAN

- Virtuelt
- Ved fysiske møder: se det generelle forbud

Generalforsamlinger

Opfordring til at afvente lempelser i forsamlingsforbuddet.



	nu	21. april	6. maj	21. maj	11. juni	1. aug
inde	5	10	25	50	100	Afskaffes
ude	10	50	75	100	Afskaffes	Afskaffes

Spørgsmål



Havdrup GF

v/ formand Betina Stenemann

1.100 medlemmer og 77 frivillige

Pointer:

- Har tilbudt online og udendørs træning
- Løbende kontakt med trænere og holdledere
- Opfordring til at trænere står i kontakt med de aktive
- Forlænger sæsonen
- Forsætter ude med voksenhold
- Er gået forrest som formand med
- Planlægger udendørs opvisning

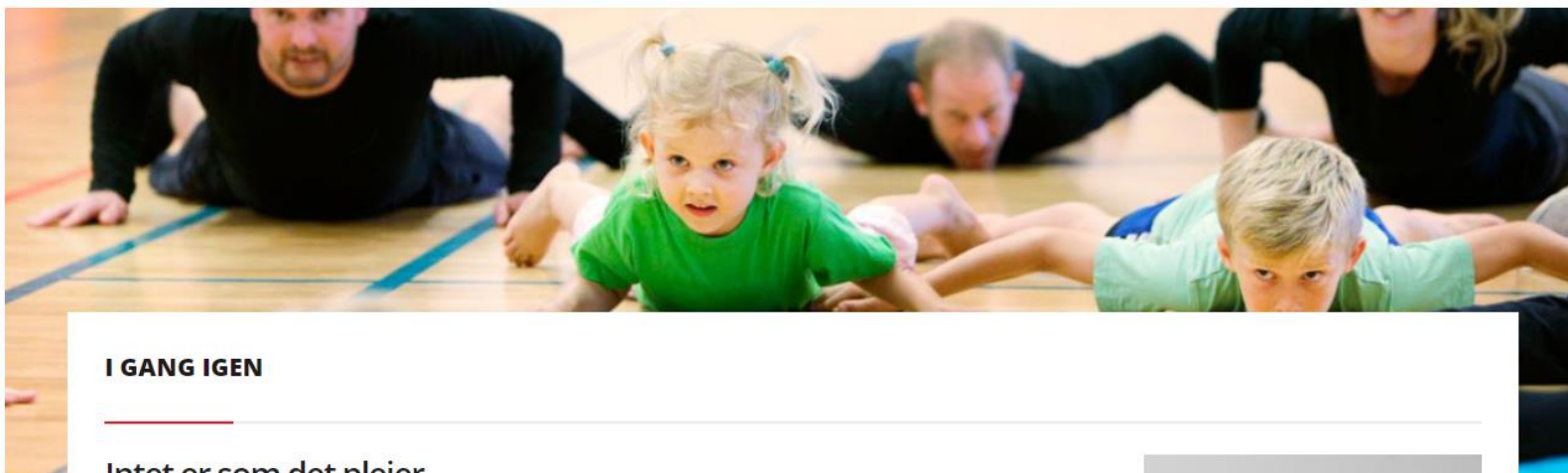
LG gymnastik

v/ sportschef Amanda Virklund

4.100 medlemmer, 160 trænere og 6 ansatte

Pointer:

- Har tilbudt online og udendørs træning på alle hold
- Løbende kontakt med cheftrænere skaber "ja-hat"
- Fokus på den forskel man som træner gør for de aktive
- Forlænger sæsonen
- Praktik vedr. rengøring uddelegeret til hvert hold
- Planlægger afslutningsarrangement for trænere og medlemmer



I GANG IGEN

Intet er som det plejer

Uanset om din forening har været i gang med træning online og udendørs, da det blev muligt, eller om I har været kravlet i vinterhi, så kigger vi nu frem mod igen at måtte træne indendørs. Intet er som det plejer og det kræver opmærksomhed og stillingtagen.

På siden her har vi samlet inspiration til, hvordan man kommer godt i gang efter en noget anderledes sæson 20/21.

Gode råd til genåbningen

DIF har samlet en række gode råd og anbefalinger.



Betina Juul Nielsen
Udviklingskonsulent

2058 3446

CORONA RETNINGSLINJER

På denne side kan du læse om de gældende Corona retningslinjer for foreninger, udøvere, kursister, undervisere, trænere, instruktører og værtsforeninger. Vi har fremhævet særlige fokusområder, så du lettere får et overblikket over, hvordan vi sikrer trygge oplevelser til alle i foreningerne og i GymDanmark. På [dif.dk](#) kan du læse retningslinjerne for idræt generelt.

NETOP NU

I gang igen

Find inspiration til genåbningen i vores lille genstarts-univers:

- genstarts-TO DO-liste
- konkrete idéer
- gode råd til trænere

Læs mere



GENERELT

INDENDØRS TRÆNING

UDENDØRS TRÆNING

INDTAGELSE

SommerBoost

6. juni kl. 14.30-16.00

Online sommerfest

- Fest-kasse
- Konkurrencer
- Op af sofaen med Lindy Aldahl fra Rigtige mænd (DR)
- Fælles dans med årets forening 2020



Vil I vide mere

GymDanmark (træning, kurser mm.):

<https://gymdanmark.dk/covid-19-retningslinjer/>

DIF (råd og vejledning):

<https://www.dif.dk/da/forening/raad-og-viden-om-idraetsudvikling/corona>

Sundhedsstyrelsen (meget overskuelig forside):

<https://www.sst.dk/da/corona>

Hent plakat her: <https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Forebyg-smitte-mod-coronasmitte>

Video om hvordan Corona smitter: <https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Film-Hvordan-smitter-ny-coronavirus>

Coronasmitte.dk (godt overblik):

<https://coronasmitte.dk/>

Kontakt os

Råd, retningslinjer og inspiration



HOVEDSTAD

Betina

bjn@gymdanmark.dk



SJÆLLAND

Elisabeth

ere@gymdanmark.dk

FYN & SYD

Kontakt øvrige

konsulenter



MIDT & NORD

Tenna

tng@gymdanmark.dk



FITNESS

Sanne

sho@gymdanmark.dk

Ved spørgsmål om konkurrencer mv. så skriv til:
sport@gymdanmark.dk



Tak for i dag

www.gymdanmark.dk