



Handleplan for Lavias genåbning efter corona

HANDLEPLAN FORVarmtvandsgymnastik

(afdelingens navn)

Nedenstående er regler, som er lavet af svømmehallen:

Der vil fremadrettet være en del ændringer i forhold til "normale" omstændigheder. Nogle af reglerne er midlertidige og nogle bliver permanente, der kommer et skriv mere, når efterårssæsonen starter d. 3/8.20.

De gængse regler for personlig hygiejne skal, som altid, overholdes, ligesom du ikke må benytte bassinet, hvis du er snottet, har mistanke om at du er syg/ved at blive syg eller du har sår.

:

		AFDELINGENS PLAN
Ankomst til træning	(tid, sted)-husk evt. egne redskaber Hvem gør hvad? - opsætning bane, borde, skiver, sprit etc.	<ul style="list-style-type: none">• Der er muligheder for at desinficere hænder, så snart man kommer ind ad døren på Sundbyvang og igen når man kommer ind i svømmehallen.• Afsprit hænder inden du tager en tøjkurv. (Sprit er i omklædning/baderum)• Aftør bænken med desinficerende servietter før og efter du sætter dig på bænken. (Servietter er i omklædningsrum) Sid evt. på dit håndklæde.• Afsprit tøjkurven når du er færdig med den.• Klorvand er lige så desinficerende som håndsprit, så der er ikke yderlige risiko ved at svømme, såfremt du tager hensyn.
Selve træningen	Konkret plan for Omklædning og badning Hvem spiller sammen med hvem Hvordan overholder vi i videst muligt omfang afstandskravene. Hvem er ansvarlig for tilrettelæggelsen? Hvem afspritter redskaber og vandrette overflader, og	<ul style="list-style-type: none">• Hold den anbefalede afstand på mindst 1 m. Både i omklædningsrum og baderum.• Hold gerne mindst 2 m afstand i terapibassinet.• Max 10 personer i vandet ad gangen.• Der er samme regler i en svømmehal, som ude i samfundet. Tag derfor samme hensyn, som du ville gøre alle andre steder.• Er der for mange som er færdige med at klæde om, men er ens respektive vandtid ikke startet endnu, må man gerne liste ud i hallen og sætte sig på en stol. Tag hensyn til at der er nogen i vandet, som ikke skal forstyrres.• Omklædningstid før og efter bassinbesøg, skal effektiviseres, således at man kommer hurtigst muligt videre. Undlad derfor at bruge for lang tid



Handleplan for Lavias genåbning efter corona

	hvor tit gør vi det?	på bad/omklædning, efter man har været i bassinet.
Andet		<p>Personlige hjælpemidler:</p> <ul style="list-style-type: none">• Elkørestole og andre transportmidler skal fremadrettet stilles på gangen, så snart man er placeret på en af terapibassinets badestole/badebårer/rollatorer mv. Dette for at skabe mere frirum i omklædningsrum og for at forøge hygiejnen i og omkring bassinets omgivelser.• Terapibassinet har krykkestokke som skal bruges. <p>Opbevaring af værdisager:</p> <ul style="list-style-type: none">• Værdisager skal fremadrettet lægges i en ren 4l frysepose. Med værdisager menes der mobil, penge, nøgler, smykker og evt. medicin. (Fryseposer er i omklædningsrummet) Håndtasker/rygsække/bæreposer/kurve mv, må ikke tages med ind til terapibassinet. <p>Forbehold:</p> <ul style="list-style-type: none">• Der kan ske justeringer af regler.• Charlotte og Flemming vil tage pænt imod alle inden de kommer ind i omklædningsrummet, for at være sikre på at alle har forstået forbeholdene og for at svare på evt. spørgsmål.• Ring til Charlotte/Flemming på 3533 3340, hvis du er i tvivl