

Hygiejne og sundhedsadfærd i idrætscentrene


I FOLKESUNDHEDENS TJENESTE

Direktør Jakob Sander, Vejen Idrætscenter.

- **Formålet** er at komme i gang, så vi bekæmper inaktivitet, ensomhed og mental ubalance igennem træning. Dette sker bedst i **fællesskab**, med andre.
- Vi vil bruge den erfaring vi allerede har hentet ved kickstart af små hold UDE med AFSTAND.
- Efter 16 dage og med mere end 100 hold pr. uge er det gået over al forventning – både for brugere og instruktører.

Egenkontrol

- **Klare retningslinjer** med få punkter – som alle kan forstå = køkkenbordsperspektiv.
- **Online booking** af mange flere aktiviteter – Svømmehalsbaner, Springhal, bordtennis mv. for enkelt brugere.
- Lokale med **SUPER rengøring** – før og efter – til sårbare brugere. (Body and mind)



Har du husket at vaske dig med sæbe - uden badetøj? Og om igen efter evt. toiletbesøg!

Did you remember to wash yourself with soap - before you put on your bathing suit? And again after visiting the toilets!

Beim Duschen bitte Badesachen ausziehen und Seife benutzen.
Nach dem Toiletten-besuch, bitte Vorgang wiederholen!

هل تذكرتي أن تغسلي نفسك بالصابون قبل ارتداء ثوب السباحة؟ و أيضا بعد زيارة دورة المياه؟

FÅ REGLER - overalt

UDE / INDE – VÅDT / TØRT – HOLD / ALENE

Ved start af indendørs træning kan følgende være et krav (hal, sal, svømmehal, fitness, omklædning)

1. Maks. én person pr. 4 kvm.
Styres via adgangssystem / personale / opslag og egenkontrol.
2. Omklædning altid med 1 meters afstand og 2 meters afstand ved træning.
3. Rengøring af alle kontaktflader med sprit **før brug**. (også efter)
4. Ved holdtræning indendørs vil der minimum være **15 min. mellem alle hold** til udluftning, rengøring og for at undgå kø situation på vej ud og ind.

Evt. brug af sauna er udelukkende som tørsauna og med afstandskrav 1 meter

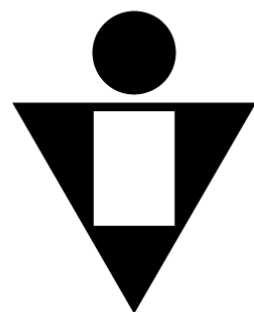
Krav om bemanning i hele åbningstiden. Vi inddrager Sundhedsmotivatorer, trænere, frivillige og medarbejdere.



Kommunens årlige myndighedskontrol af hygiejne ved svømmebade kan i covid-19 perioden udvides og ændres til:

- ”Svømmebade, indendørs idrætsanlæg, klubhuse og fitnesscentre kontrolleres løbende og minimum hvert kvartal af kommunen m.h.t. daglig hygiejne, rengøring, skiltning og udarbejdet **egenkontrol**”. 😊 😞 😊 😞
- **Alle er ansvarlig for renholdelse af kontaktflader før brug.**
- Toilet og omklædning - Afstandskrav kan betyde, at hele kapaciteten af brusere ikke kan bruges samtidigt. Alle kabineomklædninger er åbne.
- Nye skilte med hygiejneregler – bør overvejes.





Vejen Idrætscenter



Jakob Sander

Tlf. 40 40 09 55 · js@vejenic.dk