

## Att tänka på vid uppstart av simskola

Många föreningar har nu möjlighet att starta upp sina simskolor igen, men med vissa restriktioner. Ofta är antalet personer i bassänger, och omklädningsrum begränsande, och föräldrar tillåts inte alls, eller bara på vissa ställen.

**Pandemilagen gäller i våra simhallar från och med dess införande 10 januari. Bland annat innebär det att varje person måste ha tillgång till 10m<sup>2</sup>.**

Se till att din förening har kunskap om hur många som får befinna sig i simhallen

- Hur många får vara i omklädningsrum, entré, läktare etc?
- Hur många får det vara i varje bassäng/del av bassäng?
- Se till att alla ledare och ev. föräldrar är medvetna om restriktionerna av antalet personer. Skicka mejl och sätt upp skyltar, samt möt upp i entrén första gångerna för att svara på frågor och undvika missförstånd.

Om föräldrar inte får vara i omklädningsrummet, kan det vara svårt för de barn som behöver hjälp med ombyte, och föreningarna har löst detta på lite olika sätt. Till exempel kan ledare/tränare/styrelse eller någon förälder vara med i omklädningsrummet som stöd och hjälp.

I och med att detta, vill vi ge er lite tips och råd för att detta ska fungera så bra som möjligt. Har ni frågor, så hör av er till er utvecklingskonsulent. Vi har försökt tänka utifrån barnets perspektiv, och för att det barnets upplevelse av simskolan ska vara enbart positiv.

- Informera föräldrarna om vad som gäller i just er simskola i god tid innan första tillfället, och se till att de pratar med sitt/sina barn om att en annan vuxen kommer att stötta vid ombyta.

- Uppmuntra föräldrarna att ta på barnet kläder som är lätta att ta av och på. "Onepice" eller mjukiskläder är bra. Strumpbyxor och tights är sämre.
- Se till att ni har en rutin för hur detta ska ske.
  - Var ska dessa ledare finnas, och på vilka tider?
  - Se till att det är samma ledare varje vecka, vid samma tid/grupp om möjligt
  - Hur många per omklädningsrum, och vilken tid har de på sig i omklädningsrummet?
- Se till att det finns minst 2 vuxna i närheten av barnen. Även om det bara kan vara 1 inne i omklädningsrummet. Tänk på att dessa alltid ska vara profilklädda för att förtydliga att dem arbetar för föreningsverksamheten.
  - Det är bra att det finns om en vuxen på väg in och/eller på väg ut i omklädningsrummet för att vara tillgänglig om något händer
- Utbilda de som ska vara med som stöd i omklädningsrummet, så de vet vad som gäller, och vad som förväntas av de, samt vad som faller utanför deras ansvarsområde.
- Ta registerutdrag på alla som har direkt och regelbunden kontakt med barn. Dvs. även de hjälper till innan och efter träning.



Svenska Simförbundet  
Heliosgatan 3  
120 30 Stockholm  
svensksimidrott.se

Andra föreningar har även anpassat sina verksamheter genom att:

- Simidrottarna byter om vid bassängkanten/på läktaren om möjligt
  - Föreningar har köpt in tält/skycken för att underlätta ombyte på andra ställen i simhallen och undvika trängsel i omklädningsrum.
  - Duschning genomförs hemma eller om det finns tillgängligt ute i simhallen. Kolla med simhallen om det är OK att simidrottarna duschar hemma innan träningen.
  - Se till att det är rent och snyggt på de ytor som ni, temporärt använder för ombyte.