



Coronastrategi

Sim-SM 2021  
Halmstad



# Coronastrategi Sim-SM 2021

Under SIM SM 2021 förhåller vi oss till de direktiv och regler som finns utfärdat av Folkhälsomyndigheten och övriga statliga myndigheter.

Vid symtom och vid smitta följer vi det regelverk som Folkhälsomyndigheten har satt upp.

*"Alla som är 6 år eller äldre och har symtom på covid-19 bör boka självprovtagning. Provet visar om du har en pågående covid-19-infektion".*

(1177.se/regionhalland)

Om du varit i nära kontakt med en person som påvisats med positiv COVID-19, agera enligt nedan:

- Var särskilt uppmärksam på symtom.
- Stanna hemma.
- Om du har varit **ansikte-mot-ansikte inom 2 meter inomhus i mer än 15 minuter** med någon som har varit smittsam SKA du **boka tid för egenprovtagning** via 1177.se även om du inte har symtom.
- Ofta ska du även ta ett andra test. Dessa skall då tas fem dagar efter det första testet. Det är viktigt att ha ett andra test, även om det första testet var negativ.
- Även om ditt första test är negativt måste du fortsätta vara i isolerad tills du fått svar på 2 testet.

Även om du har vaccinerats rekommenderar hälsovårdsmyndigheterna att du, som nära kontakt, testas på samma sätt som om du inte hade vaccinerats. Om du utvecklar symtom på COVID-19 inom 14 dagar efter att du utsatts för infektion bör du följa rekommendationerna för nära kontakt och isolera dig.

**Om du varit i nära kontakt med en smittad person kan du avstå från att isolera dig OM du uppfyller två kriterier, och är symtomfri:**

- Om Du är fullvaccinerad och det har gått 2 veckor efter sista vaccinationen.
- Har haft bekräftad COVID -19 (med PCR) de senaste 6 månaderna.



# Coronastrategi Sim-SM 2021

## Om Du får symtom:

- Stanna hemma/på hotellet, uppsök någon av de testcentraler som finns i Halmstad för provtagning. Boka tid på 1177. [Lämna prov för covid-19 - 1177 Vårdguiden](#)
- Håll dig isolerad till att provsvar erhålls.
- Vid positivt svar skall tävlingsbyrån informeras, för att kunna informera de som kan ha blivit utsatta för smitta.
- Vid positivt svar skall även eventuell rumskamrat testa sig, samt isolera sig, samt följa de riktlinjer som gäller.

Med anledning av de få dagar som tävlingen pågår, så är sannolikheten för att få tävla eller närvara vid tävlingen som övrig ackrediterad, efter att symtom uppstår, mycket liten.

Oavsett tävlande eller övrig ackrediterad på arenan, är du välkommen tillbaka på arenan när följande 2 punkter inträffar:

- Om provsvar är negativt.
- När du är symtomfri.

Om du är vaccinerad gäller rekommendationer enligt ovan.

Om Du testat positivt för COVID-19 de senaste 6 månaderna dvs (efter 30 december 2020), behöver du inte testa dig, men du skall stanna hemma/på hotellet tills att du är symtomfri.



# Coronastrategi Sim-SM 2021

## När ska du UTAN symtom ta prov

- Om/när du bor tillsammans med någon som har konstaterad COVID-19.
- Om Du har haft nära kontakt med en smittad person, det vill säga:
  - Inom 2 meter i mer än 15 minuter under samma dag som personen fick symtom, eller de 48 timmarna innan symtom uppstod.

### Tillvägagångssätt

- Stanna hemma/på hotellet, uppsök någon av de testcentraler som finns i Halmstad för provtagning. Boka direkt tid på 1177, [Lämna prov för covid-19 - 1177 Vårdguiden](#)
- Håll dig isolerad till att provsvar erhålls.
- Vid positivt svar skall tävlingsbyrån informeras, för att kunna informera de som kan ha blivit utsatta för smitta.
- Vid positivt svar skall även eventuell rumskamrat testa sig, samt isolera sig, samt följa de riktlinjer som gäller.
- Om negativt första prov, skall även prov tas dag 5 efter att den smittade personen provtog sig, Du skall vara fortsatt isolerad tills att andra prov tagits.
- Stanna hemma i minst 7 dagar från arbete och skola.

Följande gäller inte Om Du är fullvaccinerad, dvs dos 2 för minst 2 veckor sedan, alternativt haft konstaterad COVID -19 de senaste 6 månaderna och är symtomfri.



# Coronastrategi Sim-SM 2021

## Till Er simklubbar !

- Hur tar Du dig till tävlingen? Så få som möjligt i samma fordon, minimerar risken för eventuell smittspridning.
- Försök hålla en bubbla för era deltagare, ju färre i varje bubbla – desto bättre. Killar för sig tjejer för sig. Håll samma bubbla alla dagar, dygnet runt.
- I det fall om någon får symtom, som bekräftas med COVID, behöver färre isoleras om Ni har hållit avstånd till varandra.
- Om en deltagare/tränare får symtom, är det bra om denna person kan isoleras på eget rum, för att minimera risken att hen smittar sin rumskompis.
- Isolering görs till dess att negativt provsvar erhålls.

Dessa riktlinjer införs för att om någon får bekräftad COVID, kommer ALLA som varit i nära kontakt med denna person, alternativt delat rum, att stängas av i väntan på provsvar. Närbkontakten med personen räknas från 48 timmar innan den som blivit smittad fick symtom. Du som utsatts, provtar dig då enligt info på tidigare sidor.



## Coronastrategi Sim-SM 2021

### Tillsammans minskar vi smittspridning

- Stanna hemma/på hotellet om du har symtom, boka provtagning via 1177.
- Isolera dig till dess att svar inkommer , därefter agerar du utefter de rutiner som gäller för positivt alternativt negativt svar.
  - Om negativt svar, kan du återkomma till arenan när du är symtomfri, inte annars.
  - Vid positivt svar fortsätter du vara isolerad enligt gällande rekommendationer.
  - Vid positivt svar skall du även meddela tävlingsbyrån, telefon xxxxxxxxxxxx.
- Tvätta händerna och var noga med hygien. Dela inte utrustning med någon annan.
- Håll avstånd.
- Undvik nya kontakter under tävlingsdagarna, (utanför arenan).



# Coronastrategi Sim-SM 2021

## Referenser

Folkhälsomyndighetens föreskrifter och allmänna råd om allas ansvar att förhindra smitta av covid-19

[Nationella allmänna råd och rekommendationer för att minska spridningen av covid-19 — Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](#)

Testa dig för COVID 19

[Testa dig för covid-19 — Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](#)

Övergripande information om Covid -19

[Covid-19 — Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](#)

Regionala riktlinjer Region Halland

[Självprovtagning covid-19 Halland - 1177 Vårdguiden](#)

Aktuellt i Region Halland

[Aktuellt om coronaviruset \(covid-19\) - Region Hallan](#)

Covid-19, information och förhållningsregler till hushållskontakter

[Covid-19 - patientinformation till hushållskontakter på svenska.pdf | Vårdgivarguiden \(vardgivarguiden.se\)](#)





Vi önskar alla en rolig tävling

