



Sjukdomspolicy

1. Inledning

För oss i Falu Judoklubb är det viktigt att vi inte tränar när vi är sjuka. Detta för att minska risken för spridning av infektioner samt att minska riskerna det medför för individen att träna med en infektion i kroppen.

2. Mål

Vi skall inte utsätta oss själva för risker och hindra smittspridning i gruppen.

3. Syfte

Syftet med denna sjukdomspolicy är att beskriva Falu Judoklubbs ståndpunkt vad gäller sjukdom och träning samt ge riktlinjer som är lätta att följa.

4. Vi kommer inte till träningen om:

- Vi har feber
- Vi är snoriga
- Vi hostar
- Vi har halsont och svårt att svälja
- Vi eller familjemedlemmar under de senaste 48 timmarna har haft magsjuka eller kräkningar
- Vi har stannat hemma från skola eller jobb på grund av sjukdom

5. Skador

I fall som stäckningar, vrickningar eller frakturer under läkning följer vi läkare eller sjukgymnasts råd vad gäller träning.

6. Tränaransvar

Tränare har alltid rätt att ta av deltagare från mattan om de bedömer att sjukdom föreligger.