

Uppdaterade restriktioner

Den 29 september togs en rad restriktioner som påverkar idrotten bort. Vi har här nedan uppdaterad med de restriktioner som gäller från och med den 29 september.

Pandemin är inte över. Vi måste fortsatt vara ansvarsfulla och du som inte är fullvaccinerad behöver vara extra försiktig. Alla restriktioner med hur många vi får vistas på träning och tävling är nu borta men vi måste alla fortsätta att följa vissa restriktioner.

Restriktioner för samtliga:

- **Tvätta händerna eller använd handsprit ofta.**
- **Om du misstänker att du har covid-19 bör du stanna hemma och undvika kontakter med andra människor.**

För alla icke fullvaccinerade gäller följande råd från Folkhälsomyndigheten:

www.folkhalsomyndigheten.se

- Du som inte är fullvaccinerad mot covid-19 bör ta särskild hänsyn till personer i riskgrupp och personer som är 70 år och äldre. Du bör vidta försiktighetsåtgärder för att undvika att du själv blir smittad och för att undvika spridning av covid-19.
- Du bör därför, när det är möjligt: hålla avstånd till andra människor, och särskilt undvika nära kontakter med personer i riskgrupp och personer som är 70 år och äldre.
- Dessa råd gäller inte för personer under 18 år eller för personer som av medicinska skäl rekommenderats att inte vaccinera sig mot covid-19.

"IFK Växjö ska vara Sveriges sundaste friidrottsförening!"

Gemenskap Engagemang Samarbete Ödmjukhet Hållbarhet