

Til RÆMs medlemmer

Corona-smitte og smitteopsporing i Roskilde Ældre Motion

Hvilket ansvar har du?

Hvad skal du som medlem gøre?

I RÆM er mange mennesker samlet til de enkelte aktiviteter, og selv om vi alle er forsigtige og følger retningslinjerne, kan der opstå smitte og smittespredning blandt vores medlemmer. For hurtigt at kunne reagere og minimere smittespredningen er det vigtigt, at du som medlem orienterer din RÆM-leder om din situation, hvis du har mistanke om, at du kan være smittet med COVID-19. Dvs. du kontakter straks din leder - og inden du får et resultat af COVID-19-testen. Og efterfølgende skal du naturligvis løbende holde lederen orienteret om din situation.

Som RÆM-medlem og deltager i vores aktiviteter har du selv et væsentligt ansvar for at minimere risikoen. Du skal følge de kendte corona-retningslinjer - de vigtigste: Bliv hjemme, hvis du har mistanke om sygdom; Hold afstand; God håndhygiejne; Host og nys i lommetørklæder eller et ærme. Se RÆMs generelle retningslinjer på hjemmesiden - www.raem.dk

Før test:

Får du symptomer på COVID-19 (feber, ondt i halsen, ondt i muskler og hoste) skal du straks isolere dig fra andre. Du skal selv booke tid til en COVID-19-prøve på coronaprover.dk Og du skal kontakte mennesker i dine omgivelser og din RÆM-aktivitetsleder og orientere dem om mulig smitterisiko.

Efter negativ test:

Hvis din COVID-19-test er negativ, og du ikke længere har symptomer på Covid-19, behøver du ikke længere isolere dig, og RÆM-lederen informeres igen.

Efter positiv test:

Bliver du testet positiv, skal du straks kontakte din RÆM-leder og orientere om situationen.

En medarbejder fra Corona-opsporing, som er en enhed under Styrelsen for Patientsikkerhed, vil kontakte dig telefonisk og gennemgå retningslinjerne. Du bør ikke afvente opkaldet, men straks følge retningslinjerne for selvisolation.

Du skal overveje hvem du har været sammen med og orientere dem. Det kan blandt andre være:

- Personer, som du har haft direkte fysisk kontakt med (for eksempel kram eller håndtryk)
- Personer, du kan have hostet eller nyst i nærheden af, og
- Personer, som du har haft tæt ansigt-til-ansigt kontakt med.

I telefonsamtalen med Corona-opsporing vil du få nærmere retningslinjer og vejledning.

Er der mistanke om Covid-19-smitte hos et medlem, vil vedkommendes hold i RÆM blive indstillet, indtil der foreligger en negativ test. Ved positiv test vil nedlukningen af holdet (holdene) være af længere varighed.

Vi håber det ikke, men vi skal være forberedt på, at Covid-19-smitte kan forekomme blandt vores medlemmer. Derfor disse retningslinjer, og derfor har alle RÆM-ledere en handleplan i tilfælde af corona-smitte blandt vores medlemmer.

Hanne Bay Christensen er corona-ansvarlig i RÆM og vil i samarbejde med lederne koordinere smitteopsporing og information til medlemmerne. Tlf. 6166 9986, mail hanne26hans13@gmail.com

Nyttigt link og telefonnummer:

Sundhedsstyrelses hjemmeside: <https://www.sst.dk/da/corona>

Coronahotline: 70 20 02 33

**Motion i Roskilde Ældre Motion foregår i trygge rammer.
Vi er forsigtige og tager hensyn.**

Med venlig hilsen
Bestyrelsen
27. august 2020