

## **Hej!**

Välkomna till Folkhälsans simskola i \_\_\_\_\_ simhall (skriv datum här)

Eleven har plats i gruppen: (namn på gruppen och tid)

### **Viktiga att veta inför simskolan:**

#### **Hygien**

Det är viktigt att alla elever duschar utan simdräkt före simskolan börjar.

Håret skall också duschas.

Långt hår bör fästas med gummisnodd, man kan också använda sim mössa.

Eleverna ska inte ha håret i ögonen då de simmar och dyker.

#### **Säkerhet**

Säkerheten är det viktigaste i simskolan och vi följer vissa säkerhetsregler.

I simskolan vid bassängen börjar vi ropa ut namnen på eleven och simläraren tar ansvaret över eleverna.

Kom efter ert barn i tid efter simskolan för att simläraren måste börja undervisningen med nästa grupp.

Det är absolut förbjudet att springa i simhallen, halkolyckor sker väldigt lätt.

Uppmana era barn att alltid gå långsamt i simhallen.

Alla bör följa instruktionerna gällande coronaviruset och säkerheten i simhallen.

Vi följer myndigheternas rekommendationer.

#### **Undervisning**

Under simskolan har eleverna möjlighet att få FSL:s simmärken.

Om ni fått en SIMBOK på en tidigare kurs så ge den till simläraren första träffen i simskolan.

Prata med er egen simlärare i simhallen ifall ni har några frågor om ert barns resultat i simskolan, eller om själva undervisningen om ni har andra frågor.

#### **Anmälning och föräldrar**

Säg vid simhallens kassa att ert barn ska vara med i simskolan.

Eleverna duschar på egen hand och träffar simläraren vid bassängen då simskolan börjar.

OBS! Föräldrarna får följa eleverna genom omklädningsrummet till bassängkanten (ta av er skor och strumpor).

Enligt simhallens regler måste ~~man~~ föräldrar betala normal simhallsavgift och byta om till simdräkt om föräldrar vill stanna på bassängområdet och se på undervisningen.

#### **Annat**

Vi önskar att alla elever använder simglasögon i simskolan men inte en dykarmask.

Elever ska gå på toaletten innan simskolan börjar

Se till att barnen inte fryser då simskolan börjar.

Det går bra att använda våtdräkt i simskolan.

Se till att våtdräkten sitter åt ordentligt så den värmer som den skall.

För stora våtdräkter är inte bra.

Sätt baddräkt under våtdräkten.

Bra att komma ihåg är att man inte kan visa sina sim kunskaper om man har våtdräkt på

OBS! Enligt simhallens regler måste alla som är över 7 år gå på sin egen sida, det betyder flickor på damsidan och pojkar på herrsidan i duschen/bastun.

### **Säkerheten och coronavirus**

Vi följer allmänna säkerhetsregler under hela vistelsen i simhallen:

- Håll 2 meters avstånd till andra i omklädningsrummet, duschrummet och vid bassängen.
- I simbassängen kommer vi inte hela tiden att kunna hålla säkerhetsavstånd inom den egna gruppen.
- Eleverna skall inte röra vid varandra men simläraren kan röra vid eleverna ifall simundervisningen eller säkerheten kräver det.
- Alla 12 år och över 12 år skall använda munskydd.
- Nys/hosta i armvecket.
- Använd handdesinfektion /tvätta händerna.
- Kom endast helt friska till simhallen.

### **Specialbehov**

Meddela simläraren på förhand ifall barnet har specialbehov eller något annat som behöver tänkas på i undervisningen tex sjukdomar/allergier/annat som kan påverka simningen.

### **Betalning**

Simskolan skall betalas före simskolan börjar.

Kontonummer: (kontonummer och mottagare)

Summa: (tex 50€, syskonrabatt 10€ för andra barnet)

Referensnummer: behövs inte, skriv barnets namn och simskola som meddelande

Som simlärare fungerar \_\_\_\_\_ och som lekledare \_\_\_\_\_.

Ta gärna kontakt ifall ni har några frågor. Vi hoppas att ni trivs i simskolan!

Hälsningar,

Namn

Sim ombud

Folkhälsan i \_\_\_\_\_

Epost/telefon