

Mallipohja urheiluseuroille koronavirusepidemian aikaiseen harjoitus- ja kilpailutapahtumaohjeistuksiin

Ohjeistukset ovat suuntaa antavia, ja epidemian tilanne vaikuttaa ohjeistuksiin.

Alueellinen koronakoordinaatiotyöryhmä sekä kuntien, aluehallinnon ja valtion viranomaiset antavat omia ohjeistuksiaan, suosituksia ja rajoituksia, joiden pohjalta urheiluseurojen tulee tehdä tarvittavat muutokset omiin ohjeistuksiinsa.

Myös eri lajiliittojen antamat ohjeistukset ja suositukset tulee huomioida ohjeistuksissa, ja niiden seurannan vastuu on seuroilla.

Ohje pelaajalle sekä huoltajalle

- Tule harjoitukseen ainoastaan täysin terveenä. Jää kotiin lepäämään jos sinulla on lieviäkin oireita.
- Pese kädet hyvin (= saippuapesu 30 sekuntia) ennen harjoitustilaan siirtymistä ja pois lähtiessäsi. Jos yskit tai aivastat, tee se kyynärpäähän, hihaan tai paperiliinaan ja käy pesemässä kätesi tämän jälkeen. Niistä harjoitusalueen ulkopuolella.
- Tilat, joissa käsienpesumahdollisuudet ovat rajoitetut (esim. pelimatkat), on urheilijalla oltava oma käsien desinfiointiaine mukana.
- Saavu harjoitukseen valmiiksi treenivaatteissa ja vain hieman ennen harjoitusten alkua. Muista turvavälit, myös pukuhuoneissa. Pidä vähintään 2 metrin etäisyys muihin paikalla olijoihin. Pukuhuoneissa oleskelee kerrallaan vain yksi joukkue/ryhmä.
- Vältä turhia lähikontakteja kaikissa tilanteissa mm. tervehtimisessä, tsemppiläpsyissä tai muissa tilanteissa. Tästä syystä myös vanhemmat välttävät turhaa oleskelua harjoitustiloissa.
- Muista täyttää omalla nimellä varustettu juomapullosi jo kotona. Juomapullo on vain omaan käyttöön, älä lainaa juomapullosi toisille.
- Pelimatkoilla jokainen urheilija vastaa omista henkilökohtaisista varusteistaan, niiden pakkaamisesta ja kuljettamisesta. Käsien pesuun tulee kiinnittää pelimatkoilla myös erityistä huomiota; ennen ja jälkeen pelin sekä ennen ruokailua.
- Jos olet matkustanut korkean tartuntariskin maissa, pidäthän omaehtoisen kymmenen vuorokauden karanteenin ennen kuin osallistut toimintaan.
- Mikäli odotat koronatestiin pääsyä tai testin tulosta, jää kotiin. Ilmoita todetusta tartunnasta viivytyksettä myös valmentajalle.
- Jokainen urheilija kuin myös toimihenkilö ja valmentaja osallistuu toimintaan omalla vastuullaan.

Ohje valmentajalle

- **Jokainen urheilija kuin myös toimihenkilö ja valmentaja osallistuu toimintaan omalla vastuullaan – kerro tämä myös huoltajille!**
- Huolehdi, että kaikki saapuvat harjoitussaliin täysin terveinä ja pestyin käsin. Jos havaitset pelaajallasi oireita, lähetä lapsi/nuori kotiin lepäämään.
- Käytä apunasi tarkistuslistaa, jossa käydään viruksen oireet ja altistumistilanteet läpi. Kirjaa myös harjoitustilanteeseen osallistuneet henkilöt ylös. Nämä tiedot on säilytettävä 10 vuorokautta tapahtuman jälkeen. Listan avulla mahdollinen altistuneiden tavoittaminen on helpompaa.
- Niistäminen tapahtuu harjoitusalueen laidalla kertakäyttönenäliinaan ja sen jälkeen kädet pestään ennen harjoitukseen palaamista.
- Joukkueen varusteissa on hyvä olla käsipyyhkeitä sekä käsien desinfiointiainetta, vaikka näitä jokaisen tulisikin huolehtia henkilökohtaisiin tavaroihin.
- Harjoitukset pidetään omalla ryhmällä eikä ryhmiä sekoiteta. Tämä koskee kokonaisten ryhmien yhdistelyä.
- Käy urheilijoille suunnatut ohjeet läpi yhdessä ryhmäsi kanssa.
- Harjoituksissa tulee välttää toisten ryhmien kohtaamista: sovi tähän liittyen esim. 5 min joustosta edeltävän ja seuraavaan vuoroon tulevan valmentajan kanssa.
- **Kilpailumatkoille ryhmän kanssa matkustavat vain välttämättömät henkilöt.** Kilpailumatkoilla noudatetaan samoja varotoimenpiteitä kuin harjoitusolosuhteissa.

Ohje turnaus- tai kilpailujärjestelyihin

- Tapahtumiin tullaan vain täysin terveenä. Tämän nojalla on oikeus puuttua oireilevan henkilön paikallaoloon myös yleisössä.
- Kaikki tapahtumaan saapuvat henkilöt ohjataan ensisijaisesti pesemään kätensä huolellisesti tai vaihtoehtoisesti desinfioimaan kätensä. Varmista ennen tapahtuman alkua, että tämä on mahdollista.
- Tapahtumassa joukkueet/ ryhmät käyttävät omia puku- ja pesutiloja. Jos tämä ei onnistu, informoi tästä etukäteen. Vierasjoukkueilla/ ryhmillä tulee olla aina etusija pukuhuoneen käyttöön.
- Joukkueiden välisiä, pelin tai kilpailutilanteen ulkopuolista kanssakäymistä tulee välttää (tervehtiminen, vierailu pukuhuoneessa tms.)
- Tapahtumiin osallistuneet henkilöt (urheilijat, valmentaja, joukkueenjohtaja, toimitsijat ja huoltajat) kirjataan ottelujärjestäjän toimesta sähköisiin pöytäkirjoihin, tiedostoihin tai tarvittaessa paperisiin pöytäkirjoihin. Nämä tiedot on säilytettävä 10 vuorokautta tapahtuman jälkeen. Näiden avulla mahdollinen altistuneiden tavoittaminen on helpompaa.
- Kenttäalueelle kuuluvat vain pelin/ urheilusuorituksen kannalta välttämättömät henkilöt, turvavälejä noudattaen. Yleisö ei missään vaiheessa saa tulla kenttäalueelle eikä urheilija vastaavasti saa siirtyä kenttäalueelta katsomoon.
- Tapahtuman jälkeen ei kätellä urheiluvälineet desinfioidaan jokaisen ottelun/suorituksen jälkeen. Mikäli tapahtumassa/joukkueella on yli tunnin tauko, on suositeltavaa poistua tapahtumapaikalta täksi ajaksi. Poista yhteiset tuomaripillit ja muistuta urheilijoita omien pillien mukaan ottamisesta.
- Yleisön osalta huolehditaan turvaväleistä ja huomioidaan alueelliset kokoontumisrajoitukset. Yleisö on omalla rajatulla katsomoalueella, mikäli tällaista ei ole mahdollista järjestää, katsojia ei voida päästää paikalle. Tiloissa vältetään jonottamista saavuttaessa ja sieltä poistuttaessa. Henkilölistausta ei yleisöstä tietosuojan nojalla voida kerätä. Suosittelemme Koronavilkku-sovelluksen lataamista.
- Tapahtuman järjestäjä merkitsee katsomoon istumapaikat väljästi, huolehtien riittävästä etäisyydestä = 2 metriä
- Kanttiinin järjestäminen ei nykysuosittelun nojalla ole suositeltavaa. **Tapahtuman järjestäjän vastuulla on huolehtia, että jonotilanteita ei synny** myynti- tai tuotteiden nauttimistilanteissa.

Turnauskutsun mallipohja (joukkueille hyödynnettäväksi)

- Tervetuloa turnaukseen *paikan nimi*! Korona-tilanteen johdosta, tässä tarkempia ohjeita turnauksen järjestelyihin liittyen.
- Jokaiselle joukkueelle on omat erilliset pukuhuoneet.
- Jokainen joukkue toimittaa luettelon turnaukseen saapuvista henkilöistä, (esim. urheilijat, huoltajat, kuljettajat yms. toimihenkilöt) Tätä listaa säilytetään 10 ajan.
- Urheilijat ovat väliajat omassa pukuhuoneessaan tai mahdollisen pitkän tauon aikana siirtyvät ulos. Huoltajat / katsojat siirtyvät välittömästi katsomoon, missä on osoitettu käytettävät penkkirivit / istumapaikat. Jos turnauksessa on kanttiini, tulee jonotusta välttää ja säilyttää 2 metrin turvavälit sekä kanttiinissa asioidessa että virvokkeita nautittaessa.
- Käsihygieniasta huolehditaan pesten kädet ennen ja jälkeen tapahtuman. Joukkueet varaavat omat käsidesit ja yleisölle on saliin tultaessa käsidesiä tarjolla.
- Lämmittelyvaiheessa käytettävät urheiluvälineet desinfioidaan lämmittelyn jälkeen.
- Riittävä turvaväljen säilytys on tärkeintä tartuntojen välttämiseksi. Suosittelemme kaikille katsojille ja toimihenkilöille Koronavilkku –sovelluksen lataamista. Kasvomaskisuosituksen ollessa voimassa, katsomossa tulee käyttää kasvomaskia. Jokainen huolehtii itse kasvomaskin hankkimisesta.
- Saapuessanne turnauspaikalle, soita puh. xxx-xxxxxxx, jolloin ohjaamme pelaajanne pukuhuoneeseen ja muut huoltajat tai katsojat omille paikoilleen. Näin vältämme turhia kohtaamisia.

Todettu koronatapaus joukkueessa tai pelitapahtumassa

- Noudata terveydenhuoltoviranomaisten ohjeita
- Todettu koronatapaus tulee ilmoittaa omalle valmentajalle viipymättä ja valmentaja on yhteydessä oman seuran Korona-yhdyshenkilöön
- *seuran koronayhdyshenkilön nimi ja yhteystiedot*, joka huolehtii ilmoittamisesta ottelutapahtuman järjestäjälle sekä lajiliittoon.