

Ohjeistus futsalharjoittelun toteuttamiseen sisäliikuntapaikoilla
1.6.2020 alkaen



PALLOLIITON OHJEISTUS VALLITSEVAAN TILANTEESEEN JA TURVALLISUUDEN VAHVISTAMISEEN FUTSALHARJOITTELUSSA (sisäliikuntatilat)



1. Noudata valtioneuvoston liikkumis- ja kokousrajoituksia (<https://valtioneuvosto.fi/tietoa-koronaviruksesta>) sekä THL:n ohjeistuksia (<https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19>).
2. Futsalia ei tule harjoitella, mikäli henkilöllä on pieniäkään sairauden oireita tai hän kuuluu COVID-19 -viruksen kannalta johonkin riskiryhmään.
3. Ohjeet on käytävä läpi etukäteen koko ryhmän kanssa sekä huolehdittava, että lasten ja nuorten perheet saavat tiedon ohjeista etukäteen.
4. Seuran järjestämään harjoitteluun ei pidä ketään pakottaa tai painostaa. Valinnan tulee aina olla yksilön itsensä tai yksilöiden itsensä tekemä organisaation (seura) sijaan.
5. Jokainen pelaaja, toimihenkilö ja valmentaja osallistuu harjoitteluun omalla vastuullaan. Tämä on tuotava esille pelaajien lisäksi myös pelaajien huoltajille ennen mahdollisen joukkueharjoittelun aloittamista.

PALLOLIITON OHJEISTUS VALLITSEVAAN TILANTEESEEN JA TURVALLISUUDEN VAHVISTAMISEEN FUTSALHARJOITTELUSSA (sisäliikuntatilat)



6. Lähikontaktien määrä harjoitusmatkoilla pyritään pitämään mahdollisimman pienenä.
7. Ohjatussa tapahtumassa on maksimissaan 50 osallistujaa (sisältää kaikki harjoitukseen osallistuvat henkilöt). Harjoittelutilassa/alueella ei ole toiminnan kannalta ei-välttämättömiä henkilöitä (mm. katsojat).
8. Osallistujat eivät käytä pukuhuone- tai muita sosiaalitylöjä, vaan saapuvat kentälle ja poistuvat kentältä suoraan harjoitusvarustuksessa.
9. Harjoitukseen ei saavuta ennen oman harjoitusvuoron alkua ja eri ryhmien harjoitusvuorojen väliin suositellaan vähintään 5 minuutin siirtymäaikaa. Harjoitusvuoro alkaa viisi minuuttia sali/kenttävuoron alettua ja päättyy 5 min ennen kenttävuoron päättymistä.
10. Harjoittelussa harjoitusryhmät pyritään pitämään mahdollisimman samoina, siten kun se kyseisessä toiminnassa on mahdollista.

PALLOLIITON OHJEISTUS VALLITSEVAAN TILANTEeseen JA TURVALLISUUDEN VAHVISTAMISEEN FUTSALHARJOITTELUSSA (sisäliikuntatilat)



11. Kaikkien osallistujien tulee pestä kädet ennen ja jälkeen tapahtuman kotona tai on käytettävä omaa desinfiointiainetta. Kaikkien osallistujien on huolehdittava omasta käsihygieniastaan, jonka lisäksi on vältettävä läpsyjä ja halauksia.
12. Harjoituksissa ei käytetä liivejä. Jos liivejä tai eri värisiä paitoja tarvitaan harjoituksen läpiviemiseksi, on varusteiden oltava pelaajien henkilökohtaisessa käytössä.
13. Merkkikartioita ja muita valmennuksen apuvälineitä käsittelee vain yksi henkilö.
14. Osallistujilla on mukana oma pyyhe ja oma tunnistettava juomapullo, jonka täyttämisestä pelaaja vastaa itse. Niitä säilytetään harjoituksen ajan erillään muiden varusteista ja juomapullostakaan ei saa juoda kukaan muu henkilö.

PALLOLIITON OHJEISTUS VALLITSEVAAN TILANTEESEEN JA TURVALLISUUDEN VAHVISTAMISEEN FUTSALHARJOITTELUSSA (sisäliikuntatilat)



15. Sylkeminen kentällä ja vaihtoaitiossa on kokonaan kielletty.
16. Niistämistä, yskimistä ja aivastamista kentällä on vältettävä. Jos joudut yskimään tai aivastamaan, yski / aivasta hihaasi tai paitasi sisään.
17. Jos epäilet covid-19-tartuntaa, toimi THL:n ohjeiden mukaan: <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/oireet-ja-hoito-koronavirus>

Nämä ohjeet perustuvat sisäjoukkuepelien (futsal, koripallo, käsipallo, lentopallo, salibandy) yhdessä laadittuun ohjeistukseen, jota on muotoiltu lajikohtaisesti.

Tämä ohjeistus on voimassa toistaiseksi ja voi muuttua viranomaisohjeistuksen tarkentuessa.



Lähdeluettelo ohjeistukseen



Lähteet



Valtioneuvoston ohjeistus: <https://valtioneuvosto.fi/tietoa-koronaviruksesta/rajoitukset-ja-suositukset>

THL:n yleinen COVID-19 -ohjeistus: <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19>

THL:n toimenpideohjeet tartuntaa epäiltäessä: <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/taudit-ja-torjunta/taudit-ja-taudinaiheuttajat-a-o/koronavirus-covid-19/toimenpideohje-epailtaessa-koronaviruksen-covid-19-aiheuttamaa-infektiota>

Aluehallintoviraston ohjeistus: <http://www.avi.fi/web/avi/usein-kysytyt-kysymykset>

Olympiakomitean ohjeistus: <https://www.olympiakomitea.fi/2020/05/15/ajankohtaista-tietoa-koronavirustilanteen-vaikutuksesta-urheiluun/>

Palloliiton ohjeistus: <https://www.palloliitto.fi/jalkapallouutiset/paivitetty-ohjeistus-harjoitusten-tumausten-ja-leirien-toteuttamiseen-16-alkaan>

Yski ja aivasta oikein



Yski ja aivasta hihaasi, niin laitat stopin tartunnoille.



Jos mahdollista, käytä kertakäyttöistä nenäliinaa.



Laita käytetty liina roskiin ja pese kädet saippualla.



 Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
www.thl.fi/yskimisohje