



JÄÄKIEKKOLIITON ETELÄISEN ALUEEN KORONA-OHJEISTUKSET

OHJEISTUKSET OVAT VOIMASSA TOISTAISEKSI 1.2.2021 ALKAEN

HARJOITUSTAPAHTUMAN JÄRJESTÄMINEN



HARJOITUSTAPAHTUMAN JÄRJESTÄMINEN

- Harjoitusryhmän kokoonpano on vakiintunut. Paikallaolo perustuu ennakoilmoittautumiseen. **Pelaajat ja joukkueen toimihenkilöt eivät saa liikkua harjoitusryhmien / eri joukkueiden / eri ikäluokkien välillä.** Tilat avataan vain varattuja vuoroja varten eikä avoimelle käytölle. Vain välttämättömät joukkueen toimihenkilöt voivat osallistua harjoitustapahtumaan (valmentajat, huoltaja(t), joukkueenjohtaja).
- Harjoitusryhmän koko on max. 12 henkilöä (esim. 1 valmentaja + 1 maalivahti + 10 kenttäpelaajaa). Yhteen jäävuoroon voi osallistua kaksi harjoitusryhmää, joiden tulee toimia eri kenttäpäädyissä.
 - Harjoitusryhmän kokoonpano on vakiintunut. Mahdollisia poissaolevia pelaajia **ei korvata** muilla pelaajilla muista harjoitusryhmistä.
- Läsnäolijoista tulee pitää tarkkaa kirjaa. Pelaajien tulee ennakoilmoittautua harjoituksiin. Harjoitustapahtumassa läsnäolot merkataan valmentajan tai muun toimihenkilön toimesta, ja tieto harjoituksissa paikallaolijoista pitää olla myös seuralla. Yhtään ylimääräistä pelaajaa tai toimihenkilöä ei saa hallilla olla.
- Harjoitustapahtuma toteutetaan tavalla, jossa lähikontaktit voidaan välttää tai ne vähenevät merkittävästi. Pelaaminen tai muu vastaava toiminta on sallittua, mutta harjoitusryhmät eivät saa sekoittua missään vaiheessa, eivätkä eri harjoitusryhmät saa pelata toisiaan vastaan.
- Ryhmäkoon valvonnasta sekä muiden ohjeiden valvonnasta **vastaa toiminnan järjestäjä.**
- Harrastukseen saattajat, kuten vanhemmat, eivät tule sisätiloihin. Mikäli pienemmille harrastajille pitää pukea luistimet jalkaan tehdään se hallin ulkopuolella.



HARJOITUSTAPAHTUMAN JÄRJESTÄMINEN

- **Jäähalliin ei saa mennä ennen kuin kaikki edellisen ryhmän pelaajat ja toimihenkilöt ovat poistuneet.** Mikäli mahdollista niin hallille tullaan ja poistutaan eri kulkureittiä pitkin. Sopikaa siirtymisistä harjoitustilaan ja sieltä pois etukäteen yhdessä teitä edeltävän ja teidän jälkeen tulevan ryhmän kanssa.
- **Otteluita, kilpailuita, turnauksia tai muita tapahtumia ei järjestetä** eikä lasten ja nuorten toiminnassa matkusteta tapahtumiin, otteluihin ja kilpailuihin oman alueen (sairaanhoidopiiri) ulkopuolelle. Kaikki pelit, turnaukset, pelimatkat, pelitällit ym. eri seurojen välillä tai seuran sisällä eri harjoitusryhmien ja ikäluokkien välillä niin omalla alueella kuin matkustamalla muualle Suomeen on **kielletty**.
- Oheisharjoitukset ovat erillisiä harjoitustapahtumia, joissa noudatetaan samoja ohjeistuksia kuin on noudatettu jäähallien ollessa suljettuina.
- Toiminnassa noudatetaan viranomaisten määräyksiä, ja liikunnan osalta lisäksi Olympiakomitean antamia terveysturvallisuusohjeita turvaetäisyyksistä, käsihygieniasta ja kasvomaskien käytämisestä.
- Toimihenkilöt ja 12 vuotta täyttäneet pelaajat käyttävät kasvomaskia, mikäli henkilöllä ei ole terveydellistä estettä kasvomaskin käyttämiselle. Kasvomaskin käyttöä edellytetään muulloin paitsi urheilusuoritusten aikana. Kasvomaskin käyttöä edellytetään toimihenkilöiltä koko harjoitustapahtuman ajan. Valmentajilta ei edellytetä kasvomaskin käyttöä jäällä. Kahden metrin turvaetäisyys pyritään pitämään aina, kun mahdollista.



HARJOITUSTAPAHTUMAAN OSALLISTUMINEN



HARJOITUSTAPAHTUMAAN OSALLISTUMINEN

1) Tärkein kaikista: Vain terveenä hallille & ihmisten ilmoille

Pienetkin hengitystieinfektion oireet tarkoittavat poisjääntiä harjoituksista ja joukkue toiminnasta ja myös muiden ihmiskontaktien välttämistä. Toimintaohjeet ja mahdollisen ohjauksen koronatestiin saa terveydenhuollosta.

2) Huolehditaan hyvästä käsihygieniasta

Käsien pesu saippualla (tai käsidesillä, jos saippuapesu ei ole mahdollista) usein, erityisesti vessakäynnin yhteydessä.

Vältetään koskettelemasta nenää suuta tai kasvoja ja tarpeettomasti ovenkahvoja, kaiteita tai muita julkisten paikkojen pintoja.

Vältetään kättelyä, ylävitosia ja nyrkkitervehdyksiä (ilman hanskoja)

Viranomaisohjeet



HARJOITUSTAPAHTUMAAN OSALLISTUMINEN

3) Yskitään ja aivastetaan oikein

Suuntaaminen hihaan tai kertakäyttöiseen käsipyyhkeeseen, joka laitetaan käytön jälkeen suoraan roskeen. Kädet pestään yskimisen jälkeen.

Viranomaisohjeet

4) Maskien käyttö ja turvaväleistä huolehtiminen

Toimihenkilöt ja 12 vuotta täyttäneet pelaajat käyttävät kasvomaskia, mikäli henkilöllä ei ole terveydellistä estettä kasvomaskin käyttämiselle. Kasvomaskin käyttöä edellytetään muulloin paitsi urheilusuoritusten aikana. Kasvomaskin käyttöä edellytetään toimihenkilöiltä **koko harjoitustapahtuman ajan**. Valmentajilta ei edellytetä kasvomaskin käyttöä jäällä. Kahden metrin turvaetäisyys pyritään pitämään aina, kun mahdollista.

5) Harjoitukseen saavutaan ja poistutaan ripeästi. Puku- ja pesuhuonetiloja ei käytetä tai niiden käyttö on hyvin rajattua. Varusteet puetaan kotona. Maalivahdit voivat pukea tarvittaessa varusteet pukukopissa. Luistimet voi pukea hallin tiloissa mikäli pelaaja osaa pukea ne itse, muutoin luistimet puetaan esimerkiksi kotona tai hallin ulkopuolella.

Mikäli pukukoppeja on välttämätöntä käyttää pyritään pitämään henkilömäärä kopissa mahdollisimman pienenä ja turvavälit min. 2m. **Hallilla ei käydä suihkussa.**

6) Hallille saavuttaessa ja poistuttaessa kädet pestään saippualla (20 sek) – kun käsien saippuapesu ei ole mahdollista, käytetään käsihuuhdetta (käsidesi).



HARJOITUSTAPAHTUMAAN OSALLISTUMINEN

- 7) Harjoitukseen varataan oma nimikoitu juomapullo ja jokaiselle oma hikipytyhe. Juomapullot täytetään jokaisen pelaajan toimesta. Jokainen myös huolehtii itse muista varusteistaan.
- 8) Vaihtopenkillä vältetään vierekkäin istumista. Harjoituksissa kannattaa ottaa käyttöön molemmat vaihtopenkit, näin minimoidaan lähikontaktit.
- 9) Harjoituksessa huolehditaan yskimis-, aivastamis- ja niistämishygieniasta ja asia käydään joukkueen kanssa läpi. Sylkeminen ei ole sallittua.
- 10) Paita, sukat ja mahdolliset housupussit pestään korkeassa lämpötilassa (60 C°) mahdollisemman usein. Varusteiden kuivatuksesta huolehtiminen on tärkeää.
- 11) Huolehditaan yleisten tilojen hygieniasta, vaikka siivous ei kuuluisikaan joukkueen vastuulle.



LÄHTEET JA LISÄTIETOA



LÄHTEET JA LISÄTIETOA

- <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/tarttuminen-ja-suojautuminen-koronavirus>
- <https://www.hel.fi/helsinki/korona-fi/koronaneuvonta/voimassa-olevat-suositukset-ja-rajoitukset>
- <https://www.olympiakomitea.fi/2021/01/21/ajankohtaista-tietoa-koronavirustilanteen-vaikutuksesta-urheiluun/>
- <http://www.finhockey.fi/index.php/ajankohtaista/koronavirus/item/5661-koronaohjeet-mielessa-myos-kevatkaudella-vain-terveena-hallille-hygieniaan-erityishuomiota-till-ishallen-endast-nar-man-ar-frisk-god-hygien-tas-om-hand>

