



JÄÄKIEKKOLIITON ETELÄISEN ALUEEN KORONA-OHJEISTUKSET

OHJEISTUKSET OVAT VOIMASSA TOISTAISEKSI 3.5.2021 ALKAEN JA KOHDISTUVAT
VUONNA 2001 JA SITÄ MYÖHEMMIN SYNTYNEISIIN HARRASTAJIIN

HARJOITUSTAPAHTUMAN JÄRJESTÄMINEN



HARJOITUSTAPAHTUMAN JÄRJESTÄMINEN

- Tilat avataan vain varattuja vuoroja varten, ei avoimelle käytölle
- Vain välttämättömät joukkueen toimihenkilöt voivat osallistua harjoitustapahtumaan (valmentajat, huoltaja(t), joukkueenjohtaja).
- **Joukkueen pelaajat ja toimihenkilöt jaetaan tarvittavaan määrään erillisiä harjoitusryhmiä, joita tulee olla minimissään kaksi niin, että lähikontaktien määrä saadaan minimoitua**
- Harjoitusryhmän kokoonpano on vakiintunut. **Harjoitusryhmän kokoonpanoa määritellessä on huomioitava turvavälien säilyminen koko harjoitustapahtuman ajan.**
- Paikallaolo perustuu ennakoilmoittautumiseen.
 - **Pelaajat ja joukkueen toimihenkilöt eivät saa liikkua harjoitusryhmien / eri joukkueiden / eri ikäluokkien välillä.**
 - **Mahdollisia poissaolevia pelaajia ei korvata muilla pelaajilla muista harjoitusryhmistä.**



HARJOITUSTAPAHTUMAN JÄRJESTÄMINEN

- Läsnaolijoista 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 toimi-, tai **muuta** henkilöä ei saa hallilla olla. **Läsnaolijoiden kirjaamisella ja pienryhmiin jakamisella helpotetaan jäljittäjien työtä mahdollisissa altistumistilanteissa sekä pyritään siihen ettei koko joukkue joudu karanteeniin.**
- 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.



ESIMERKKEJÄ HARJOITUSTAPAHTUMAN JÄRJESTÄMISEEN

- **Harjoitusryhmän kokoonpano on vakiintunut. Paikallaolo perustuu ennakoilmoittautumiseen.**
- **Pelaajat ja joukkueen toimihenkilöt eivät saa liikkua harjoitusryhmien / eri joukkueiden / eri ikäluokkien välillä.**
- **Mahdollisia poissaolevia pelaajia ei korvata muilla pelaajilla muista harjoitusryhmistä.**
 - Esim. harjoitusryhmiä ei voi nimetä / niiden koostumusta vaihtaa joka harjoitustapahtumaan.
 - Esim. nk. ”Try out” –jäitä ei voi järjestää, koska tällöin pelaajat liikkuvat eri harjoitusryhmien ja jopa eri seurojen harjoitusryhmien välillä ja kontaktien määrä kasvaa
- **Joukkueen pelaajat ja toimihenkilöt jaetaan tarvittavaan määrään erillisiä harjoitusryhmiä, joita tulee olla minimissään kaksi niin, että lähikontaktien määrä saadaan minimoitua**
 - Esim. Joukkueessa on 30 pelaajaa ja 4 valmentajaa.
 - Joukkue jaetaan 15 + 2 ja 15 + 2 ryhmiin ja ryhmät harjoittelevat omilla alueillaan niin, etteivät ryhmät sekoitu keskenään.
 - Joukkue jaetaan 10+1, 10+1 ja 10+2 ryhmiin ja ryhmät harjoittelevat omilla alueillaan niin, etteivät ryhmät sekoitu keskenään.
- **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.**
 - Esim. Ryhmät pelaavat pienpelejä omilla alueillaan tai jos ryhmä pelaa koko kentällä, toinen ryhmä on sillä aikaa vaihtoaitiossa. Ryhmien välillä ei voi pelata.



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 **ei ole sallittua**.
- 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 **kaikilta** toimihenkilöiltä koko harjoitustapahtuman ajan. **Valmentajille suositellaan vahvasti kasvomaskin käyttöä harjoitustapahtuman yhteydessä myös 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 joukkuetoiminnasta 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 roskiin. 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 käyttämiseksi. 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 hikipyyhe. 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 niistämyhygieniasta 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>

