



LNM Salibandy

Ohjeistus harjoittelun toteuttamiseen 1.6. alkaen.

Valtioneuvoston periaatepäätöksen 6.5.2020 mukaisesti urheilukilpailut ja -sarjat voidaan käynnistää 1.6.2020 alkaen erityisjärjestelyin, mikä mahdollistaa lajin- ja pelinomaisen harjoittelun käynnistämisen ulko- ja sisäliikuntapaikoilla. Harjoittelun tulee tapahtua **alle 50 hengen ryhmissä**.

Alle koostettu Salibandyliiton päivitetty ohjeistus perustuu valtioneuvoston, aluehallintaviraston ja Olympiakomitean ohjeistuksiin. Lisäksi ohjeistusta on laadittu yhdessä muiden joukkuepelien kanssa.

Ohjeistus on voimassa toistaiseksi 1.6. alkaen. Salibandyliitto seuraa sekä myös edellyttää seuroja seuraamaan viranomaisten ja Olympiakomitean ohjeistuksia mahdollisten muutosten takia.

Yleiset ohjeet:

1. Ohjeet on käytävä läpi etukäteen koko ryhmän kanssa sekä huolehdittava, että lasten perheet saavat tiedon ohjeista etukäteen.
2. Noudata [Suomen hallituksen](#) sekä [AVI:n](#) (Aluehallintavirasto) linjauksia.
3. Harjoittelua ei tule tehdä, mikäli henkilöllä on pieniäkään sairauden oireita tai hän kuuluu Covid-19 viruksen kannalta johonkin riskiryhmään.
4. Jos epäilet Covid-19-tartuntaa, toimi [THL:n ohjeiden mukaan](#).
5. Suositellaan kaikkea mahdollista liikkumista samaan perheeseen/ruokakuntaan kuuluvien kesken.
6. **Seuran järjestämään harjoitteluun ei pidä ketään yksilöä pakottaa tai painostaa.** Valinnan tulee aina olla yksilön itsensä tai yksilöiden itsensä tekemä organisaation (seura) sijaan.
7. **Jokainen pelaaja, toimihenkilö ja valmentaja osallistuvat harjoitteluun omalla vastuullaan ja tämä on tuotava esille pelaajien lisäksi myös pelaajien huoltajille ennen mahdollisen lajiharjoittelun aloittamista.**

8. Erityisen tärkeätä on huomioida lasten perheet ja tiedottaa heidän huoltajilleen, jotta ketään riskiryhmään kuuluvaa henkilöä ei altisteta.

9. Harjoittelussa harjoitusryhmät pyritään pitämään mahdollisimman samoina, siten kun se kyseisessä toiminnassa on mahdollista.

Harjoitustilanteeseen saapuminen, valmistautuminen ja poistuminen

10. Eri lähikontaktien määrä harjoitusmatkoilla pyritään pitämään mahdollisuuksien mukaan pienenä, autolla kuljettaessa harjoitusmatkat tehdään lähtökohtaisesti samoissa autokunnissa. Jalan, polkupyörällä tai muuten henkilökohtaisella kulkeminen on aina hyvä vaihtoehto.

11. Osallistujat eivät käytä pukuhuone- tai muita sosiaalitiloja, vaan saapuvat kentälle ja poistuvat kentältä suoraan harjoitusvarustuksessa. Salin/kentän puolella voi viimeistellä harjoitusasustuksen.

12. Harjoitukseen ei saavuta ennen oman harjoitusvuoron alkua, eikä tilaan jäädä myöskään harjoituksen päätyttyä. Eri ryhmien harjoitusvuorojen väliin suositellaan vähintään 5 minuutin siirtymäaikaa. Harjoitusvuoro alkaa viisi minuuttia sali/kenttävuoron alettua, ja päättyy 5 min ennen kenttävuoron päättymistä.

13. Pallot desinfioidaan tarvittaessa ennen harjoituksen alkua ja harjoituksen jälkeen. Desinfointiin kannattaa käyttää suihkupulloa ja sopivaa puhdistusainetta (esim. saippualiuos) tai desinfiointiliinoja.

14. Kaikkien osallistujien tulee pestä kädet ennen ja jälkeen tapahtuman kotona tai harjoituspaikalla tai on käytettävä desinfiointiainetta ennen ja jälkeen harjoitusten. Lisäksi suositellaan, että jokaisessa harjoituksessa joukkueella on käytössä desinfiointiainetta käsien desinfointiin.

Harjoittelu

15. Yhdessä harjoitteluryhmässä on maksimissaan viranomaismääräysten mukaan 50 henkilöä (sisältää kaikki harjoitukseen osallistuvat henkilöt). Muutoin harjoittelussa ei ole osallistujamääräkohtaisia rajoituksia, mutta kaikessa toiminnassa vältetään toimintatapoja, jotka lisäävät tartuntariskiä.

16. Harjoituksissa ei käytetä liivejä. Jos liivejä tai eri värisiä paitoja tarvitaan harjoituksen läpiviemiseksi, on varusteiden oltava pelaajien henkilökohtaisessa käytössä.

17. Merkkikartioita ja muita valmennuksen apuvälineitä käsittelee vain yksi henkilö.
18. Harjoittelutilassa/alueella ei ole toiminnan kannalta ei-välttämättömiä henkilöitä (mm. katsojat).
19. Osallistujilla on mukana oma pyyhe ja oma tunnistettava juomapullo, jonka täyttämisestä pelaaja vastaa itse. Niitä säilytetään harjoituksen ajan erillään muiden varusteista ja juomapullosta ei saa juoda kukaan muu henkilö. Lisäksi on syytä huomioida, että maila on henkilökohtainen.
20. Kaikkien osallistujien on huolehdittava omasta käsihygieniastaan, jonka lisäksi vältettävä yläfemmoja, läpsyjä, halauksia.
21. Niistämistä, yskimistä, aivastamista kentällä on vältettävä. Sylkeminen kentällä ja vaihtoaitiossa on kokonaan kielletty.
22. Jos joudut yskimään tai aivastamaan, yski / aivasta hihaasi tai paitasi sisään.
23. Niistäminen tapahtuu harjoitusalueen laidalla kertakäyttönenäliinaan ja tämän jälkeen kädet tulee pestä tai desinfioida. Käytetty nenäliina laitetaan aina jätepisteeseen. Harjoituksen järjestäjän on huolehdittava tarpeellisesta määrästä jätepisteitä kentän laidalla.

Muuta

24. Lisätietoa harjoitteluun löytyy Olympiakomitean sivuilta [täältä](#).
25. Nämä ohjeet perustuvat sisäjoukkuepelien (futsal, koripallo, käsipallo, lentopallo, salibandy) yhdessä laadittuun ohjeistukseen, jota on muotoiltu lajikohtaisesti.
26. Tämä ohjeistus on voimassa toistaiseksi ja voi muuttua viranomaisohjeistuksen tarkentuessa.

Joukkueen mahdollinen altistus ja karanteeni

Jos joukkueen jäsenellä ilmenee koronavirusinfektioon viittavia oireita, edellisenä 1-2 päivänä lähikontaktissa olleet asettavat itsensä karanteeniin, kunnes testitulos on selvillä. Jos tulos on negatiivinen, altistuneiden karanteeni voidaan lopettaa.

Jos koronavirustesti on positiivinen, tartuntatautilain mukaisesti alueen tartuntataudeista vastaava lääkäri tekee epidemioiden selvitystä ja tartunnan jäljittämistä ja määrittää karanteeniin asetettavat henkilöt. Karanteeniaika on viruksen itämisaika eli 14 vrk.

LNM salibandyjoukkueet pitävät yllä harjoituspäiväkirjaa toistaiseksi, jotta mahdolliset altistukset pystytään jäljittämään jälkikäteenkin.

Leiritoiminnasta

Leirille saa osallistua vain täysin oireettomana.

Jos leirin aikana saa ylähengitystieoireita, tulee henkilö ohjata viranomaisohjeiden mukaan testaukseen/hoitoon, välttämättä kontakteja muihin henkilöihin. Leiriä edeltävästi tulee miettiä sairastuneen pelaajan evakointisuunnitelma: minne pelaaja ohjataan odottamaan kuljetusta, miten kuljetetaan pois leiriltä huomioiden sen, että sairastunut pelaaja voi tarvita sänkypaikan, ruoka, juomaa tai peseytymismahdollisuuden. Tämä tehdään yhdessä leirikeskuksen kanssa.

Leirin aikana toimitaan kokoontumisrajoituksen mukaisesti siten, että ryhmä majoittuu, ruokailee ja harjoittelee yhdessä välttämättä kosketusta muiden samassa leirikeskuksessa toimivien ryhmien kanssa.