

## Pyhäjärven kaupungin ohjeistus liikuntatilojen käyttäjille



### 1. Tulethan ainoastaan terveenä harjoituksiin!

Pienetkin hengitystieinfektion oireet tarkoittavat poisjääntiä harjoituksista ja joukkue toiminnasta sekä myös muiden ihmiskontaktien välttämistä.

### 2. Suosittelemme käyttämään kasvomaskia liikuntatilojen pukuhuoneissa ja muissa tiloissa.

Tämä suositus koskee ensisijassa **vain 12 vuotta täyttäneitä**. Liikkuessa emme käytä maskia. THL:n ohjeistuksen mukaisesti maskia ei tule käyttää, jos se vaikeuttaa kohtuuttomasti hengitystä tai on muita terveyteen liittyviä syitä, jotka estävät maskin käytön.

### 3. Muistathan pestä kätesi saippualla AINA liikuntatiloihin tullessa ja sieltä lähtiessä.

Toimintaa järjestävä taho vastaa välineiden asianmukaisesta desinfioinnista ryhmien välillä.

### 4. Harjoituksiin saavutaan ja poistutaan ripeästi. Muuta oleskelua liikuntatiloissa tulee välttää kaikissa tilanteissa.

Vanhempien ja huoltajien oleskelu liikuntatiloissa vain välttämättömissä tilanteissa.

### 5. Pukuhuoneissa tulee huolehtia oikein mitoitetuista turvaväleistä (1-2 metriä).

### 6. Harjoituksissa jokaisella tulee olla oma nimikoitu juomapullonsa.

### 7. Suihkussa käynti hoidetaan joko ripeästi hallilla tai mahdollisuuksien mukaan vasta kotona.

### 8. Edellä mainittujen ohjeiden lisäksi hallilla noudatetaan viranomaisohjeita sekä THL:n yleisiä koronaohjeistuksia:

<https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/tarttuminen-ja-suojautuminen-koronavirus>

**Mukavia treenejä! Pidetään toisistamme huolta.**