



OULUNSALON PALLO RY

KILPA- JA HARRASTETOIMINTA KÄYNNISTYY ASTEITTAIN

Ohjeet joukkueille pienryhmäharjoitteluun 5.5.2020

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. Jalkapalloa ei tule harjoitella, mikäli henkilöllä on pieniäkään sairauden oireita.
3. Ohjatussa tapahtumassa on maksimissaan 10 osallistujaa, joista vähintään 1 on valmentaja/ohjaaja.
4. Pienryhmäharjoittelun tulee tapahtua ulkotiloissa.
5. Harjoituksissa pyritään välttämään osioita, joissa pelaajat joutuvat lähikontaktiin. Henkilöiden väliset etäisyydet säilyvät vähintään kahdessa (2) metrissä koko tapahtuman ajan.
6. Pienryhmäharjoituksissa pyritään noudattamaan etäisyyssääntöä ja muita terveyden kannalta tärkeitä ohjeita koko tapahtuman ajan.
7. Yhdessä harjoitteleva pienryhmä säilyy samana mahdollisimman pitkään tapahtumasta toiseen (kunnes kokojoukkueharjoittelu sallitaan).
8. Osallistujat eivät käytä pukuhuone- tai muita sosiaaliloja, vaan saapuvat kentälle ja poistuvat kentältä suoraan harjoitusvarustuksessa. Lähikontaktien välttäminen harjoituksiin kulkemisessa on myös huomioitava.
9. Harjoituksiin ei saavuta ennen oman harjoitusvuoron alkua ja eri ryhmien harjoitusvuorojen väliin suositellaan vähintään 5 minuutin siirtymäaikaa. Harjoitusvuoro alkaa viisi minuuttia kenttävuoron alettua, ja päättyy 5 min ennen kenttävuoron päättymistä.
10. **Kaikkien osallistujien tulee pestä kädet ennen ja jälkeen tapahtuman kotona.** *Joukkueiden tulee huolehtia käsidesi mahdollisuus ennen tapahtumaa. Käsidesi on oltava saatavilla koko tapahtuman ajan.*
11. Harjoituksissa palloja käsitellään lähtökohtaisesti vain jaloin (pääpeliä vältettävä sekä pallon koskettamista paljain käsin).
12. Harjoituksissa ei käytetä liivejä. Merkkikartioita ja muita valmennuksen apuvälineitä käsittelee vain yksi henkilö.
13. Mikäli oma juomapullo on mukana, siitä ei saa juoda kukaan muu henkilö.
14. Sylkemistä kentällä tulee välttää.
15. Jos joudut yskimään tai aivastamaan, yski / aivasta hihaasi tai paitasi sisään.
16. Harjoittelua koskevat palaverit pidetään etäyhteydellä.
17. Ohjeet on käytävä läpi etukäteen koko ryhmän kanssa.
18. Jos epäilet covid-19-tartuntaa, toimi THL:n ohjeiden mukaan: <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/ohjeita-kansalaisille-koronaviruksesta>

Muuta huomioitavaa:

- Seuratoimintaan ei pidä osallistua, jos vanhempi tai lapsi kokee tartuntariskin itselleen tai perheelle liian suureksi.
- Seuran harjoituksiin ei saa osallistua, jos henkilöllä on hengitystieinfektion oireita.
- Tietoa seuratoiminnassa mahdollisesti tapahtuvista koronatartunnoista seurataan yhdessä THL:n kanssa.
- Paluu harjoitteluun mahdollisen infektion jälkeen
 - Huomioidaan taudinkuvan pitkä ja muuttuva luonne



TIEDOTE JOUKKUEILLE 5.5.2020 klo 2000

2/2

OsPan kilpa- ja harrastetoiminta käynnistyy vasta, kun Oulun kaupunki ilmoittaa Oulunsalon tekonurmen ja Oulunsalon Pitkäkankaan luonnonnurmen kenttävuorot.

Tämän hetken tilanteen mukaan normaali toiminta voi käynnistyä 1.6.2020 erityisjärjestelyin.

10 hengen kokoontumisrajoitus on voimassa toukokuun loppuun asti.

Kesäkuun alusta kokoontumisrajoitus on 50 henkeä.

Suurten, yli 500 hengen yleisötilaisuuksien järjestäminen on hallituksen linjauksella kielletty 31.7.2020 asti.

Suomessa koronavirusepidemian kasvu on pysähtynyt rajoitustoimien ja hygieniakäyttäytymisen selvän parantumisen kautta.

Vaikka epidemia on tällä hetkellä suvantovaiheessa, on edelleen olemassa uhka sen kiihtymisestä uudelleen.

Hallituksen toimilla on pyritty ja pyritään estämään viruksen leviämistä yhteiskunnassa, turvaamaan terveydenhuollon kantokyky ja suojelemaan erityisesti riskiryhmiin kuuluvia ihmisiä.

Tavoitteena on, että hybridistrategian avulla epidemiaa onnistutaan tehokkaasti hillitsemään niin, että se haittaa mahdollisimman vähän ihmisiä, yrityksiä, yhteiskuntaa ja perusoikeuksien toteutumista.

Tämä on seuran viides ja viimeinen tiedote COVID-19 asiasta toistaiseksi.

ME OLEMME



YHDESSÄ.

OULUNSALON PALLO RY

Ari Venninen
puheenjohtaja

Janne Siipola
varapuheenjohtaja

Oulunsalon Pallo ry.
Tuohikuja 6
90460 OULUNSALO
www.oulunsalonpallo.fi

#emmekiusaa

 <https://fi-fi.facebook.com/oulunsalonpallo/>

 <https://www.instagram.com/oulunsalonpallo/>