



## Käsipalloliiton ohjeistus seuroille harjoittelun toteuttamiseen 1.6. alkaen

*Suomen Käsipalloliiton päivitetty ohjeistus perustuu valtioneuvoston, aluehallintoviraston ja Olympiakomitean ohjeistuksiin.*

[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.

Aluehallintovirastot ovat antaneet [19.5.2020 täsmentävät ohjeet](#) kokoontumisrajoituksiin ja niiden käytännön toteutukseen. Harjoittelun tulee tapahtua alle 50 hengen ryhmissä. 50 hengen rajoitus koskee kokonaisuudessaan kaikkia tapahtumaan osallistuvia pelaajia, valmentajia ja huoltojoukkoja.

Ohjeistus on tehty 20.5. ja on voimassa 1.6. alkaen toistaiseksi. Käsipalloliitto seuraa sekä myös edellyttää seuroja seuraamaan viranomaisten ja Olympiakomitean ohjeistuksia mahdollisten muutosten takia. Käsipalloliitto pidättää oikeudet muutoksiin.

### **Yleiset ohjeet:**

1. Ohjeet on käytävä läpi etukäteen koko ryhmän kanssa sekä huolehdittava, että lasten ja nuorten perheet saavat tiedon ohjeista etukäteen.

2. Kaikkia toimijoita kannustetaan noudattamaan Suomen hallituksen ([https://vnk.fi/artikkeli/-/asset\\_publisher/hallitus-linjasi-suunnitelmasta-koronakriisin-hallinnan-hybridistrategiaksi-ja-rajoitusten-vaiheittaisesta-purkamisesta](https://vnk.fi/artikkeli/-/asset_publisher/hallitus-linjasi-suunnitelmasta-koronakriisin-hallinnan-hybridistrategiaksi-ja-rajoitusten-vaiheittaisesta-purkamisesta)) sekä AVI:n (Aluehallintovirasto) linjauksia (<http://www.avi.fi/web/avi/useinkysytyt-kysymykset>).

3. Harjoitukseen ei pidä tulla, mikäli henkilöllä on pieniäkään sairauden oireita tai hän kuuluu Covid-19 viruksen kannalta johonkin riskiryhmään.

4. Jos epäillään Covid-19-tartuntaa, on noudatettava THL:n ohjeita: <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/ohjeita-kansalaisille-koronaviruksesta>

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 osallistuu harjoitteluun omalla vastuullaan ja tämä on tuotava esille pelaajien lisäksi myös pelaajien huoltajille ennen mahdollisen joukkueharjoittelun aloittamista.

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

## Harjoitustilanteeseen saapuminen, valmistautuminen ja poistuminen

9. Eri lähikontaktien määrä harjoitusmatkoilla pyritään pitämään mahdollisimman pienenä, autolla kuljettaessa harjoitusmatkoja samoissa autokunnissa suositellaan. Jalan, polkupyörällä tai muulla henkilökohtaisella kulkuneuvolla kulkeminen on aina hyvä vaihtoehto.

10. Osallistujat eivät käytä pukuhuone- tai muita sosiaalitylöitä, vaan saapuvat kentälle ja poistuvat kentältä suoraan harjoitusvarustuksessa.

11. Harjoitukseen ei saavuta ennen oman harjoitusvuoron alkua, eikä tilaan jäädä myöskään harjoituksen päätyttyä. Eri ryhmien harjoitusvuorojen väliin suositellaan vähintään 5 minuutin siirtymäaikaa.

12. Pallot desinfioidaan tarvittaessa ennen harjoituksen alkua ja harjoituksen jälkeen. Desinfiointiin kannattaa käyttää suihkupulloa ja sopivaa puhdistusainetta (esim. saippualliuos) tai desinfiointiliinoina. Kannattaa ensin kokeilla mikä desinfiointiaine toimii parhaiten pihkaiseen palloon.

13. Kaikkien osallistujien tulee pestä kädet ennen ja jälkeen tapahtuman harjoituspaikalla. Lisäksi suositellaan, että jokaisessa harjoituksessa joukkueella on käytössä ja helposti käytettävissä desinfiointiainetta käsien desinfiointiin.

## Harjoittelu

14. 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.

15. Harjoituksissa ei käytetä liivejä. Jos liivejä tai eri värisiä paitoja tarvitaan harjoituksen läpiviemiseksi, on varusteiden oltava pelaajien henkilökohtaisessa käytössä ja ne on pestävä kotona harjoitusten välissä.

16. Pelaajille suositellaan oman liisteripurkin käyttöä.

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 täyttämistä pelaaja vastaa itse. Niitä säilytetään harjoituksen ajan erillään muiden varusteista ja juomapullostani ei saa juoda kukaan muu henkilö.

20. Kaikkien osallistujien on huolehdittava omasta käsihygieniastaan, jonka lisäksi vältettävä ylävitosia, läpsyjä, halauksia.

21. Niistämistä, yskimistä, aivastamista kentällä on vältettävä. Sylkeminen kentällä on kokonaan kielletty. Jos on pakko yskiä tai aivastaa, se on tehtävä hihaan tai paidan sisään.

22. Niistäminen tapahtuu harjoitusalueen laidalla kertakäyttönenäliinaan ja tämän jälkeen kädet tulee pestä tai desinfioida. Käytetty nenäliina laitetaan aina jätepisteeseen. Harjoituksen järjestäjän on huolehdittava tarpeellisesta määrästä jättepisteitä kentän laidalla.

## 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.

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

## Leiritoiminnasta

Leirille saa osallistua vain täysin oireettomana.

Jos leirin aikana saa ylähengitystieoireita, tulee henkilö ohjata viranomaisohjeiden mukaan testaukseen/hoitoon, välttämällä 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 sänkyä, ruoka, juomaa tai peseytymismahdollisuuden. Tämä tehdään yhdessä leirikeskukseen kanssa.

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

## Muuta

Lisätietoa harjoitteluun löytyy Olympiakomitean sivuilta:

<https://www.olympiakomitea.fi/2020/05/15/ajankohtaista-tietoa-koronavirustilanteen-vaikutuksesta-urheiluun/>

Nämä ohjeet perustuvat sisäjoukkuepelien (futsal, koripallo, käsipallo, lentopallo, salibandy) yhdessä laadittuun ohjeistukseen, jota on muotoiltu lajikohtaisesti.