

FC Raahen

KORONA-AJAN HARJOITTELUN OHJEISTUS 1.6.2020 alk. Päivitetty 27.5.2020

Alla olevat FC Raahen ohjeistukset koskien harjoittelua 1.6.2020 alkaen pohjautuvat Palloliiton ja AVI:n ohjeistuksiin. Ohjeistus koskee kaikkia FC Raahen ikäluokkia (4-vuotiaat ja vanhemmat)

(https://www.palloliitto.fi/sites/default/files/Palloliitto/ohjeistus_jalkapalloharjoittelun_toteuttamiseen_1.6.2020_alkaen.pdf)

Huomioidaan että ohjeet voivat päivittyä. Seuran virallinen tiedotus tapahtuu joukkueenjohtajien Whatsapp-ketjun ja valmentajien sähköpostilistan kautta. Jojo on lisäksi vastuussa tiedottamaan sekä valmentajat että pelaajat erikseen.

Ohjeistusta on tärkeä noudattaa, sillä esimerkiksi koko joukkuetta koskevan koronaepäilyn johdosta tulee kahden viikon joukkueharjoittelutauko ja karanteeni. Huomioikaa ikäluokkakohtaiset tarkennukset ohjeen loppuosassa.

Yleiset ohjeet:

- Jalkapalloa ei tule harjoitella, mikäli henkilöllä on pieniäkään sairauden oireita tai hän kuuluu COVID-19 -viruksen kannalta johonkin riskiryhmään.
- Ohjeet on käytävä läpi etukäteen koko ryhmän kanssa sekä huolehdittava, että lasten ja nuorten perheet saavat tiedon ohjeista etukäteen.
- Seuran järjestämään harjoitteluun ei pidä ketään pakottaa tai painostaa. Valinnan tulee aina olla yksilön itsensä tai yksilöiden itsensä tekemä organisaation (seura) sijaan.
- Jokainen pelaaja, toimihenkilö ja valmentaja osallistuu harjoitteluun omalla vastuullaan. Tämä on tuotava esille pelaajien lisäksi myös pelaajien huoltajille ennen mahdollisen joukkueharjoittelun aloittamista.
- Lähikontaktien määrä harjoitusmatkoilla pyritään pitämään mahdollisimman pienenä.
- Ohjatussa tapahtumassa on maksimissaan 50 osallistujaa (sisältää kaikki harjoitukseen osallistuvat henkilöt).
- Osallistujat eivät käytä pukuhuone- tai muita sosiaalitiloja, vaan saapuvat kentälle ja poistuvat kentältä suoraan harjoitusvarustuksessa.
- 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.
- Harjoittelussa harjoitusryhmät pyritään pitämään mahdollisimman samoina, siten kun se kyseisessä toiminnassa on mahdollista.
- Kaikkien osallistujien tulee pestä kädet ennen ja jälkeen tapahtuman kotona tai on käytettävä omaa desinfiointiainetta.
- Harjoituksissa ei käytetä liivejä. Jos liivejä tai eri värisiä paitoja tarvitaan harjoituksen läpiviemiseksi, on varusteiden oltava pelaajien henkilökohtaisessa käytössä.
- Merkkikartioita ja muita valmennuksen apuvälineitä käsittelee vain yksi henkilö.
- Mikäli oma juomapullo on mukana, siitä ei saa juoda kukaan muu henkilö.
- Sylkemistä kentällä tulee välttää.
- Jos joudut yskimään tai aivastamaan, yski / aivasta hihaasi tai paitasi sisään.
- Jos epäilet covid-19-tartuntaa, toimi THL:n ohjeiden mukaan: <https://thl.fi/fi/web/infektioaudit-jarokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/oireet-ja-hoito-koronavirus>