

Viimeisimmän suosituksen mukaiset koronaohjeistukset liikuntatiloihin ja uimahalleihin.

Ohjeistus liikuntatiloihin

1. Liikuntatiloihin saa tulla vain täysin terveenä
2. Kasvomaskien käyttöä suositellaan liikuntatilojen aula- ja yleisissä tiloissa oleskellessa
3. Pese kädet hallille tullessa vedellä ja saippualla
4. Saavu hallille vain hieman ennen harjoituksesi alkamista ja mene liikuntatilaan vasta edellisen ryhmän poistuttua
5. Pidä etäisyyttä mahdollisuuksien mukaan 1-2 m
6. Yski hihaan tai paperiin, jonka laitat välittömästi roskakoriin
7. Välineitä käytettäessä suositellaan omien käsineiden käyttöä, jotka pestään jokaisen käyttökerran jälkeen
8. Käytettyjen välineiden desinfiointi käytön jälkeen
9. Poistu liikuntatilasta välittömästi harjoituksen päätyttyä
10. Pese kädet vedellä ja saippualla harjoituksien jälkeen
11. Valmentajat: Pitäkää kirjaa ohjatuissa harjoituksissa käyneistä mahdollisen altistumisen jäljittämisen helpottamiseksi
12. Suosittelemme myös koronavilkun käyttöön ottamista
13. Ottakaa yhteyttä terveydenhuoltoon, mikäli koronatartunnan saanut henkilö on ollut harjoituksissa. Yhteystiedot ja toimintaohjeet: loimaa.fi > sosiaali- ja terveystiedot > tietoa asiakkaille > korona tietoa
14. Noudattakaa myös lajiliittojen ohjeistuksia koronaepidemiaan liittyen

Noudatamme poikkeusjärjestelyjen osalta AVI:n, STM:n ja VSSHP:n ohjeita sekä Suomen Uimaopetus- ja Hengenpelastusliiton suosituksia.

<https://www.avi.fi/web/avi/tiedotteet-2020>

<https://stm.fi/stm-koronavirustiedotteet>

<https://www.vsshp.fi/fi/sairaanhoitopiiri/media-tiedotteet-viestinta/tiedotteet/Sivut/default.aspx>

Ohjeistus uimahalliin

- Kasvomaskien käyttöä suositellaan asiakkaille uimahallien aula- ja yleisissä tiloissa sekä pukutiloissa alueellisen suosituksen mukaan. Tarkemmat ohjeet kasvomaskien käytöstä: [Kasvomaskien käyttö uimahallissa](#)
- Jää kipeänä kotiin, uimahalliin ei edes vähäisissä oireissa, uimahalliin vasta vähintään kahden oireettoman päivän jälkeen. Jos sairastut kesken uimahallikäynnin, sinun tulee lähteä välittömästi kotiin. Sairastumisesta on syytä informoida henkilökuntaa.
- Nauti uimisesta yksin tai läheistesi kanssa, mutta pidä riittävä turvaväli muihin uimahallin asiakkaisiin ja työntekijöihin koko uimahallivierailun ajan.
- Noudata uimahallin normaaleja peseytymisohjeita ja huolehdi käsihygieniasta, erityisesti WC-tiloissa ja ennen uima-altaalle menoa.
- Henkilökunta ohjeistaa tarvittaessa tarkemmin. Noudata henkilökunnan ohjeita ja muista myös henkilökuntaa lähestyessäsi turvavälit.

Suomen Uimaopetus ja Hengenpelastusliitto

https://www.suh.fi/toiminta/allasturvallisuus/covid-19_ja_uimahallien_turvallisuus