



Suomen melontaja-soutuliitto ry

Seuratoiminnan toimintasuositukset kesälle 2020

Käsitelty SMSL:n seurawebinaarissa 16.5.2020



CRAFT 
FUNCTIONAL SPORTSWEAR



Lähteet



Suomen melontaja-soutuliitto ry

- AVI:
 - <http://www.avi.fi/web/avi/usein-kysytyt-kysymykset#C-uudet-1>
- Olympiakomitea:
 - <https://www.olympiakomitea.fi/2020/05/15/ajankohtaista-tietoa-koronavirustilanteen-vaikutuksesta-urheiluun/>
- Työterveyslaitos - siivous:
 - <https://hyvatyo.ttl.fi/koronavirus/ohje-siivoukseen>
- SMSL:
 - <https://www.melontajasoutuliitto.fi/turvallisuus/>
- STM
 - <https://stm.fi/stm-ohjeet-koronavirustilanteessa>
 - [STM:n ohjedokumentti](#)
- THL:
 - www.thl.fi
 - <https://thl.fi/fi/web/ymparistoterveys/vesi/koronavirus-ja-vesiturvallisuus>
- TUKES:
 - <https://tukes.fi/tuotteet-ja-palvelut/kuluttajille-tarjottavat-palvelut/palveluntarjoajan-velvollisuudet#vaarojen-tunnistaminen>
- Valtioneuvosto:
 - <https://valtioneuvosto.fi/tietoa-koronaviruksesta>



Suomen melontaja-soutuliitto ry

Perusperiaatteet

- Kaikissa toiminnoissa tulee noudattaa ajan tasaisia viranomaisohjeistuksia ja määräyksiä:
 - [Valtioneuvosto](#)
 - [THL](#)
 - [AVI](#)
- Korostamme jokaisen toimijan ja kansalaisen omaa vastuuta noudattaa viranomaisten määräyksiä, ohjeita ja suosituksia omassa toiminnassaan ja siten omalta osaltaan ehkäistä koronaviruksen leviämistä. (AVI)

Järjestäjän vastuu



Suomen melontaja-soutuliitto ry

- Järjestäjän [turvallisuussuunnitelma ja riskiarviointi](#) on päivitettävä vastaamaan uutta tilannetta
 - Ei unohdeta jo olemassa olevia turvallisuuteen liittyviä asioita!
 - Kuluttajaturvallisuuslain alainen toiminta (seuran ulkopuolisille järjestettävä toiminta): <https://tukes.fi/tuotteet-ja-palvelut/kuluttajille-tarjottavat-palvelut/palveluntarjoajan-velvollisuudet#vaarojen-tunnistaminen>
- Järjestäjän tulee arvioida jokaisen järjestämänsä tapahtuman riski-/hyötysuhdetta
- Järjestäjän tulee tehdä paikallinen toiminta turvallisiksi ja vallitseviin olosuhteisiin sopivaksi

Liikuntapaikkojen käyttö



Suomen melontaja-soutuliitto ry

- Ajankohtaiset ohjeet:

- <http://www.avi.fi/web/avi/usein-kysytyt-kysymykset#C-uudet-1>

Voiko koronavirus levitä uimaveden välityksellä?

Tämänhetkisen tiedon mukaan riski saada koronavirus SARS-CoV-2 luonnonvesissä uimisen välityksellä arvioidaan olevan alhainen. Riski liittyy lähinnä uimareiden lähikontakteissa tapahtuvaan leviämiseen, jos uimassa tai yleisellä uimarannalla on samaan aikaan koronavirusta levittävä henkilö. Virusta voi päätyä jätevesiin, jotka puhdistettuina johdetaan järvi-, joki- ja merivesiin. Jäteveden puhdistuskäsittelyt poistavat kuitenkin suuren osan viruksista eikä virus säily ympäristössä pitkään taudinaiheuttamiskykyisenä.

<https://thl.fi/fi/web/ymparistoterveys/vesi/koronavirus-ja-vesiturvallisuus>

Lähikontaktien määritelmä (THL)



Suomen melontaja-soutuliitto ry

- **COVID-19-tapauksen saaneen lähikontaktit**

- Yli 15 minuuttia kestävä kohtaaminen kasvojen alle 2 metrin etäisyydellä
- Fyysinen kontakti
- Suojautumaton kontakti COVID-19-tapauksen eritteisiin esimerkiksi yskökset
- Oleskelu suljetussa tilassa yli 15 minuuttia, esimerkiksi sama talous, luokkahuone, työ-, kokous- tai -odotustila (suuressa tilassa rajaus lähellä oleskelleisiin)
- Lentokoneessa matkustaminen kahden rivin etäisyydellä COVID-19-tapauksesta
- COVID-19-tapausta ilman asianmukaista suojautumista (kirurginen suu-nenäsuojus tai hengityksensuojain FFP2 tai FFP3) hoitanut henkilökunta ja COVID-19-näytteitä käsitellyt laboratoriohenkilökunta (katso kohta **Kontaktit sosiaali- ja terveydenhuollon toimintayksiköissä**)

- **Muut kontaktit (pienen riskin altistuminen)**

- Alle 15 minuuttia kestävä kohtaaminen kasvojen alle 2 metrin etäisyydellä
- Oleskelu suljetussa tilassa alle 15 minuuttia esimerkiksi matkustaminen bussissa tai junassa
- COVID-19-tapausta asianmukaisesti suojautuneena hoitanut henkilökunta ja COVID-19-näytteitä käsitellyt laboratoriohenkilökunta (katso kohta **Kontaktit sosiaali- ja terveydenhuollon toimintayksiköissä**)

[Lähde: THL:n sivut](#)

Seuratoiminta 31.5.2020 asti



Suomen melonta-
ja soutuliitto ry

- Seurojen harjoitustoiminta järjestetään 31.5.2020 asti ulkoliikuntapaikoilla lähikontakteja välttämällä. Harjoitustoiminnan tulee tapahtua alle 10 hengen ryhmissä.
- **Kilpailuja tai muita avoimia yli 10 hengen yleisötilaisuudeksi muodostuvia tapahtumia ei saa järjestää 31.5.2020 asti.**
- Harjoitustoiminnassa on kiinnitettävä erityistä huomiota käsihygieniaan. Kädet on pestävä huolellisesti ennen ja jälkeen harjoituksen. Käsidesiä on suositeltavaa olla saatavilla harjoituksen aikana.
- Urheilukilpailut ja -sarjat voidaan käynnistää erityisjärjestelyin 1.6. alkaen.
- Seurojen harjoitustoimintaa voi järjestää sisäliikuntapaikoilla 1.6. alkaen lähikontakteja välttämällä. Ulko- ja sisäliikuntapaikoilla harjoitustoiminnan tulee tapahtua alle 50 hengen ryhmissä.

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

Seurojen tilat 31.5.2020 asti



Suomen melontaja-soutuliitto ry

- Luokaa käytänteet oman seuranne hygieniatason ja siivouksen tehostamiseksi kesän ajalle
- Ei suositella sisäharjoitustilojen laajamittaista käyttöä
- Ohjeet voimassa 31.5. saakka:
 - <https://www.melontajasoutuliitto.fi/?x2112655=2117150>



Suomen melontaja-soutuliitto ry

Toimintasuositukset 1.6. alkaen voimassa toistaiseksi



CRAFT 
FUNCTIONAL SPORTSWEAR



Yksilön vastuu ja vapaaehtoisuus



Suomen melonta-
ja soutuiliitto ry

Yleisötilaisuuteen, yleiseen kokoontumiseen tai julkiseen tilaan ei saa tulla oireisena

Koronavirus aiheuttaa hengitystieinfektion, jonka oireita voivat olla mm. yskä, kurkkukipu, kuume, hengenahdistus, lihaskivut, vatsaoireet ja päänsärky

(<https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/taudit-ja-torjunta/taudit-ja-taudinaiheuttajat-a-o/koronavirus-covid-19>). Yleisötilaisuuteen, yleiseen kokoontumiseen tai julkiseen tilaan, jossa on muita henkilöitä samanaikaisesti paikalla, ei saa tulla jos on mitään sairastumiseen viittaavia oireita.

[STM:n ohjedokumentti](#) 15.5.2020

- Jokainen tekee päätöksiä itsensä ja muiden turvaamiseksi
- Vapaaehtoisuus osallistua – muistetaan toiminnan tavoite/arvot
- Matala kynnyks pois jäämiselle

Siivous

Koronavirus tarttuu ensisijaisesti pisaratartuntana, kun sairastunut yskii tai aivastaa. On mahdollista, että virus tarttuu myös kosketuksen kautta. Koronavirukset eivät säily pitkiä aikoja ilmassa tai pinnoilla.

Siivouksessa käytetään heikosti emäksistä yleispuhdistusainetta. Saniteettitiloissa siivousta voi tehostaa käyttämällä desinfiointiainetta. Noudatetaan Työterveyslaitoksen siivousohjeita.

- Pyyhitään kosketuspinnat, kuten ovenkahvat, käsinojat, tasot ja pöydät, valokatkaisijat ja hanat vähintään päivittäin, mielellään kahdesti päivässä. Sellaisessa ympäristössä, jossa kävijöitä on runsaasti, suositellaan puhdistamista 2–4 tunnin välein.
- Yhteiskäytössä olevien tietokoneiden ja päätteiden tai muiden välineiden käyttöä vältetään tai ne puhdistetaan aina käyttäjien välillä.



Suomen melontaja-soutuliitto ry

Hygieniasta (Olympiakomitea)



Suomen melonta-
ja soutuliitto ry

- Harjoitustiloissa tulee suorittaa päivittäinen siivous ja säännöllinen tuuletus.
- Kosketuspinnat (mm. oven kahvat) desinfioidaan säännöllisesti.
- Suositetaan omia harjoitusvälineitä.
- Yhteiset harjoitusvälineet puhdistetaan desinfiointiliinoilla ennen ja jälkeen käytön.
- Yhteisiä pukeutumis- ja suihkutiloja ei suositella käytettäväksi.
- Kaikki harjoitustilojen käyttäjät sitoutuvat huolelliseen hygieniaan.

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

Hygieniasta - jatkuu



Suomen melontaja-soutuliitto ry

Suosituksia:

- Puhdistusaineet, desinfiointiaineet ja käsidesit saataville
 - Tarpeen mukainen käyttö, esim. kajakit voidaan pyyhkiä puhdistusaineella, ja kosketuspinnat ja WC:t desinfioida.
- Paperipyyhkeet tai kertakäyttöiset siivousliinat
- Roskakorien riittävyys ja tyhjennys
- Vesipesun mahdollisuus
- Hanskojen käyttö yhteisissä tiloissa suositeltavaa
- Mikäli WC:n tms. tilojen hygieniasta ei voida varmistua, niitä ei tule käyttää
- Hyvät ohjeet pintojen puhdistukseen löydät ja kaksi diaa aiemmin.
 - <https://hyvatyo.ttl.fi/koronavirus/ohje-siivoukseen>

Henkilökohtainen hygienia (OK)



Suomen melonta-
ja soutuiliitto ry

- Pese kätesi saippualla (20 s) säännöllisesti ja aina ennen harjoitusta ja sen jälkeen.
- Käytä käsihuuhdetta silloin kun et voi pestä käsiäsi.
- Yskäise ja aivasta olkavarteesi.
- Jos sinun täytyy niistää tai sylkeä, tee se kertakäyttönenäliinaan ja pese kätesi.
- Älä koskettele silmiä, nenää tai suuta, ellet ole juuri pesseyt käsiäsi.
- Desinfioi mobiililaitteesi pinnat säännöllisesti.
- Käytä vain omia pyyhkeitä ja juomapulloja sekä suosi omia harjoitteluvälineitä.
- Vältä sairastuneita. Vaihda matkustaessa tarvittaessa istumapaikkaa.
- Käytä kasvomaskia lentomatkoilla.
- Kasvomaskia voi käyttää isoissa väkijoukoissa, joissa lähikontaktien välttäminen ei ole mahdollista. Kasvomaskisuositukset päivitetään viranomaisten päivitettyä kansalliset suositukset.

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



Suomen melonta-
ja soutuliitto ry

Riskiryhmään kuuluvat

Riskiryhmään kuuluvien suositellaan epidemian aikana välttämään lähikontakteja, eikä yleisötilaisuuksiin, yleisiin kokoontumisiin tai julkisissa tiloissa järjestettävään toimintaan osallistumista voida siten myöskään suositella. Jos osallistuminen on välttämätöntä, tulee tässä ohjeessa tarkoitettuja turvaetäisyyksiä ja hygieniasuosituksia noudattaa.

[STM:n ohjedokumentti](#) 15.5.2020

- Riskiryhmiin kuuluvia ei suositella osallistuvan ohjattuun toimintaan toistaiseksi
- Omatoiminen harrastaminen tai vajan turvallinen käyttö mahdollista
- Jos mahdollista, seura voi miettiä paikallisia käytänteitä esimerkiksi siirtämällä osan kalustosta vain riskiryhmien käytettäväksi.
- Riskiryhmään kuuluvan osallistuminen henkilön oman päätöksen takana
 - Järjestäjän vastuu tuoda esiin tapahtuman luonne ja mahdolliset riskitekijät



Suomen melontaja-soutuliitto ry

Tarpeettomia fyysisiä kontakteja tulee välttää

Koronavirus tarttuu ensisijaisesti pisaratartuntana (<https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/taudit-ja-torjunta/taudit-ja-taudinaiheuttajat-a-o/koronavirus-covid-19>). Tartuntojen torjumiseksi tarpeettomia fyysisiä kontakteja tulee välttää.

- Lähikontaktien välttämiseksi turvavälien ylläpitämisen mahdollisuus yleisötilaisuuksissa, yleisissä kokoontumisissa ja julkisissa tiloissa tulee turvata: henkilömäärä tulee rajata siten, että henkilöiden väliin jää vähintään 1–2 m.
- Tilanteissa, joissa saattaa syntyä jonoja tulee ihmisiä muistuttaa ja auttaa turvavälien pitämisessä. Turvavälien ylläpitoa voidaan varmistaa esimerkiksi riittävällä opastavalla henkilökunnalla, etäisyysopasteilla ja ehkäisemällä pitkien jonojen syntyä osallistujien saapumis- ja jakautumisjärjestelyin.
- Pisaratartunnan riski on herkästi tavanomaista suurempi esimerkiksi yhteislaulu- ja ryhmäliikuntatilanteissa, joten näissä ja vastaavissa tilanteissa turvavälien merkitystä on korostettava.

[STM:n ohjedokumentti](#) 15.5.2020



Suomen melontaja-soutuliitto ry

Seuratoiminnan yksityiskohtia



CRAFT 
FUNCTIONAL SPORTSWEAR



Yleistä



Suomen melontaja-soutuliitto ry

- Huomioikaa, että seuroilla on järjestäjinä vastuu toiminnan turvallisuudesta.
- Osallistujien, ohjaajien, kouluttajien ja tuomareiden vapaaehtoista osallistumista on kunnioitettava.
- Osallistujien ilmoittautumisten peruutusehdot joustaviksi.
 - Rahojen palauttaminen riskiryhmille.
 - Sairauden vuoksi peruuttaminen mahdollista ilman lääkärintodistusta.
 - Jonotuskäytännöt, kurssimaksun siirtäminen.

Melonnan peruskurssit



Suomen melontaja-soutuliitto ry

- Voidaan järjestää uudenaikaisin toimintatavoin
- Lähikontaktien välttäminen:
 - ei sisällä tapahtuvaa opetusta
 - Riittävät turvavälit opetustilanteissa (kajakien tai muun välineistön sijoittelu)
- Ei yleistä pukutilojen käyttöä
- Kaluston desinfiointi jokaisen käytön jälkeen ja kurssin jälkeen.
 - Käytetään järjestäjän kalustoa.
 - Kalusto voidaan pestä / desinfioida tai varata kurssin ajan kurssilaisen henkilökohtaiseen käyttöön.
- Pelastautumisharjoitus
 - Pelastautumisharjoitus kuuluu kurssin sisältöön.
 - Meloja 1 –taitotodistuksen suorituksesi riittää, kun kaataa kajakin ja ui sen kanssa rantaan.
 - voidaan järjestää jos kaikki osapuolet suostuvat TAI
 - osallistujat ovat samasta taloudesta tai muuten läheisiä.
 - Tarvittaessa on järjestettävä erillinen harjoitustilaisuus myöhemmin.

Seurojen ohjatut retket



Suomen melontaja-soutuliitto ry

- Lähikontakteja vältettävä
 - Esim. makkaranpaisto iltanuotiolla tai saunomista
- Vaatteiden vaihto ja muut oheistoiminnan voidaan järjestää siten, että lähikontaktit minimoidaan.
- Osallistujilla voi olla omat välineet, tai voidaan käyttää lainavälineitä.
- Yhteiskäyttövälineet pestään / desinfioidaan.
- Yhteismajoituksia vältettävä ja yhteisruokailua vältettävä
- Kuljetuksissa vältettävä pitkäaikaisia lähikontakteja
 - Suositaan lähiretkeilyä, jossa autokuljetuksia ei tarvita
 - Yhteiskuljetukset oman harkinnan mukaan

Seurojen harjoitukset



Suomen melontaja-soutuliitto ry

- Lähikontakteja vältettävä
- Vaatteiden vaihto ja muut oheistoiminnan voidaan järjestää siten, että lähikontaktit minimoidaan.
- Osallistujilla voi olla omat välineet, tai voidaan käyttää lainavälineitä.
- Yhteiskäyttövälineet voidaan pestä / desinfioida.
- Soveltuvien osien Olympiakomitean ohjeistus:
 - <https://www.olympiakomitea.fi/2020/05/15/ajankohtaista-tietoa-koronavirustilanteen-vaikutuksesta-urheiluun/>

Muu seurojen järjestämä toiminta



Suomen melontaja-soutuliitto ry

- Kuluttajaturvallisuuslain alainen toiminta
 - seuran ulkopuolisille järjestettävä toiminta sekä välinevuokraus:
 - <https://tukes.fi/tuotteet-ja-palvelut/kuluttajille-tarjottavat-palvelut/palveluntarjoajan-velvollisuudet#vaarojen-tunnistaminen>
 - [AVI](#)

Muut koulutukset

(esim. ohjaaja-/opaskurssit)



- Voidaan järjestää uudenlaisin toimintatavoin
- Lähikontaktien välttäminen:
 - ei sisätiloissa tapahtuvaa opetusta, voidaan järjestää esim. etäopetuksena
 - Riittävät turvavälit opetustilanteissa (kajakkien tai muun välineistön sijoittelu)
- Ei yleistä pukutilojen käyttöä
- Jos käytetään järjestäjän kalustoa
 - Kaluston desinfiointi jokaisen käytön jälkeen ja kurssin jälkeen
 - Kalusto voidaan pestä / desinfioida tai varata kurssin ajan kurssilaisen henkilökohtaiseen käyttöön.
- Pelastautumisharjoitus voidaan järjestää jos
 - kaikki osapuolet suostuvat tai
 - osallistujat ovat samasta taloudesta tai muuten läheisiä.
 - Tarvittaessa on järjestettävä erillinen tilaisuus myöhemmin kesällä.

Liiton leirit



Suomen melontaja-soutuliitto ry

- Soudun suurleiriä ei järjestetä alkuperäisessä aikataulussa
 - Keskustelu järjestäjän kanssa kesken
 - Vaihtoehtoinen ajankohta elokuun alkupuolella
- Melonnan suurleiri järjestetään kokoontumisrajoitusten puitteissa ja ajankohta ilmoitetaan mahdollisimman pian.
- Urheiluopistot avaamassa ovia kesän aikana erityisjärjestelyin

Vielä selvitettäviä asioita

- Kilpailutoiminnan kokonaisuus
- Kirkkovenetoiminta
- Kanoottipoolo



Suomen melontaja-soutuliitto ry

Yhteenveto



Suomen melontaja-soutuliitto ry

Seuratoiminta 1.6. alkaen:

1. Kokoontumisrajoitusten kunnioittaminen
2. Hygienia-asiat kuntoon
3. Lähikontaktien välttäminen
4. Riskiryhmien erityisjärjestelyt ja suojaaminen
5. Vapaaehtoisuusperiaate osallistumisessa

Terveellisesti – Turvallisesti - Yhdessä

Lähteet



Suomen melontaja-soutuliitto ry

- AVI:
 - <http://www.avi.fi/web/avi/usein-kysytyt-kysymykset#C-uudet-1>
- Olympiakomitea:
 - <https://www.olympiakomitea.fi/2020/05/15/ajankohtaista-tietoa-koronavirustilanteen-vaikutuksesta-urheiluun/>
- Työterveyslaitos - siivous:
 - <https://hyvatyo.ttl.fi/koronavirus/ohje-siivoukseen>
- SMSL:
 - <https://www.melontajasoutuliitto.fi/turvallisuus/>
- STM
 - <https://stm.fi/stm-ohjeet-koronavirustilanteessa>
 - [STM:n ohjedokumentti](#)
- THL:
 - www.thl.fi
 - <https://thl.fi/fi/web/ymparistoterveys/vesi/koronavirus-ja-vesiturvallisuus>
- TUKES:
 - <https://tukes.fi/tuotteet-ja-palvelut/kuluttajille-tarjottavat-palvelut/palveluntarjoajan-velvollisuudet#vaarojen-tunnistaminen>
- Valtioneuvosto:
 - <https://valtioneuvosto.fi/tietoa-koronaviruksesta>