

KORONAVIRUKSEN VAIKUTUS LIIKUNTAHARRASTUKSIIN

SUOMEN HALLITUS ON ANTANUT SUOSITUKSEN YLI 500 OSALLISTUJAN TAPAHTUMIEN PERUMISESTA. SITÄ PIENEMPIEN TAPAHTUMIEN TAI URHEILUHARJOITUSTEN PERUMISESTA EI AINAKAAN VIELÄ OLE ANNETTU SUOSITUSTA.

POMARKUN KUNTA SEURAA SUOMEN TERVEYSVIRANOMAISTEN OHJEISTUKSIA. TILANNE URHEILUHARJOITUSTEN PERUMISESTA VOI MUUTTUA NOPEASTI, JOTEN ON SYYTÄ SEURATA KUNNAN, VIRANOMAISTEN JA OMAN LAJILIITON TIEDOTUKSIA/ SUOSITUKSIA.

POMARKUN KUNTA SUOSITTAA, ETTÄ HARJOITUKSISSA SUOSITAAN SELLLAISIA HARJOITTEITA, JOTKA EIVÄT VAADI KONTAKTIA MUIHIN HARJOITTELIJOIHIN.

JOKAISEN LIIKUNNANHARRASTAJAN ON KUITENKIN SYYTÄ HUOLEHTIA HYVÄSTÄ KÄSIHYGIENIASTA JA MUIDEN HUOMIOON OTTAMISESTA. TEE AINAKIN NÄIN

- 1. JOS OLET VÄHÄNKIN SAIRAS, ÄLÄ MENE HARJOITUKSIIN TAI KUNTOSALILLE, VAAN JÄÄ KOTIIN.**
- 2. PESE KÄTESI HUOLELLISESTI SAIPPUALLA JA VEDELLÄ AINA ALOITTAESSASI HARJOITUKSET SEKÄ NIISTÄMISEN JA YSKIMISEN JÄLKEEN. YSKI JA AIVASTA PUHTAASEEN NENÄLIINAAN, JONKA LAITAT HETI ROSKAKORIIN. JOS NENÄLIINAA EI OLE SAATAVILLA YSKI HIHAAN – ÄLÄ KÄMMENEEN.**
- 3. VÄLTÄ TURHAA KASVOJEN KOSKETTELUA JA KÄTTELYÄ.**
- 4. JOS EPÄILET SAANEESI KORONAVIRUSTARTUNNAN, JÄÄ KOTIIN JA OTA PUHELIMETSE YHTEYTTÄ POMARKUN TERVEYSASEMALLE.**
- 5. JOKAISEN ON SYYTÄ KÄYTTÄÄ VAIN OMAA JUOMAPULLOAN JA LIIKUNTAVARSUTEITAAN EIKÄ LAINAILLA NIITÄ MUILTA.**