

Tarkistuslista urheilutoimintaan

Lista käydään läpi ennen harjoitustilanteen alkua valmentajan/vastuuhenkilön johdolla.

Terveydentilan tarkistus

Harjoitustilanteeseen osallistujalla ei ole, eikä viimeisen 3 päivän aikana ole ollut, jotain alla olevaa oiretta:

| | |
|----------------------------|-----------|
| Kurkkukipu | Kyllä/ Ei |
| Nuha | Kyllä/ Ei |
| Yskä | Kyllä/ Ei |
| Kuume | Kyllä/ Ei |
| Haju- tai makuaistin puute | Kyllä/ Ei |
| Ripuli | Kyllä/ Ei |
| Lihaskipu | Kyllä/Ei |
| Päänsärky | Kyllä/Ei |

Mahdollisen altistumisen kartoitus

Oletteko hiljattain ollut COVID-testissä tai oletteko jonossa testiin? KYLLÄ / EI

Lähikontakti varmistetun koronaviruskantajan tai vahvan epäilyn kanssa 10 vrk sisällä ennen oireiden alkua: KYLLÄ/EI

Tapaaminen hiljattain korkean riskin alueelta Suomeen palanneen henkilön kanssa ja mahdollinen altistuminen koronavirukselle: KYLLÄ/EI

Jos vastaus johonkin yllä olevista kysymyksistä on kyllä, ei kyseinen urheilija osallistu harjoittelutoimintaan.

Ryhmän vastuuhenkilö säilyttää kaikkien harjoitukseen/urheilutoimintaan osallistuneiden nimilistan 10 vrk sekä kuittaa, että tarkistuslista on ollut harjoituksessa käytössä.