

# Koronaohjeet Sisu-Seikkailuun osallistuville

## Erityisohjeet virustartuntojen ehkäisemiseksi

Sisu-Seikkailu 2020 toteutetaan THL:n ja Opetus- ja kulttuuriministeriön (OKM) ohjeita noudattaen. Erityisjärjestelyillä pyritään minimoimaan koronavirustartuntojen mahdollisuus tapahtumassa.

Pyydämme sinua osallistujana noudattamaan seuraavia turvallisuusohjeita:

**Tule tapahtumaan vain terveenä.** Voit siirtää osallistumisesi seuraavan vuoden tapahtumaan ilman lääkärintodistusta aina tapahtuma-aamuun klo 8 saakka. Siirtoon riittää ilmoitus sähköpostiin [sisuseikkailu@gmail.com](mailto:sisuseikkailu@gmail.com). Siirrosta veloitetaan 15 euron siirtomaksu.

**Muista turvaväli 1-2 m.** Huolehtimalla fyysisestä etäisyydestä toimitsijoihin ja muihin osallistujiin autat pienentämään virustartuntojen riskiä. Tapahtumakeskukseen saapuminen, materiaalien jako ja lähdöt järjestetään porrastetusti ruuhkien välttämiseksi, mutta muistathan itse huomioida turvavälit erityisesti lähtötilanteessa ja tapahtumakeskuksessa asioidessasi. Siirtymissä oikean puoleinen liikenne.

**Huolehdi hyvästä käsihygieniasta.** Tapahtumakeskukseen sekä tiettyihin pisteisiin reitin varrella järjestetään käsidesiä. Pidä huoli hyvästä käsihygieniasta ennen maastoon lähtöä, maastosta palaamisen jälkeen sekä wc-käyntien yhteydessä. Noudatathan toimitsijoiden ohjeita ja desinfioi kätesi erityisesti ennen ja jälkeen yhteiskäytössä olevien välineiden käsittelyä.

**Muista yskiä oikein.** Jos yskä tai aivastus yllättää, peitä suusi ja nenäsi kertakäyttöisellä nenäliinalla tai hihallasi. Muista pestä tai desinfioida kätesi.

### **Riskiryhmiin kuuluvien on itse arvioitava paikanpäälle tulo.**

Tapahtuma-alueelle Kontiolahden liikuntahallille ei suositella ottamaan mukaan katsojia tai huoltajia. Sisu-Seikkailua voi seurata etänä GPS-seurannan avulla tai tapahtuma-aamuna julkaistavan katsojaoppaan mukaisissa paikoissa. Pyri viettämään tapahtumapaikalla mahdollisimman lyhyt aika. Saavu paikalle kapteeninkirjeessä mainittujen saapumisaikojen puitteissa. Pyri poistumaan heti pesun ja mahdollisen arvontapalkinnon haun jälkeen.

Liikuntakeskuksen wc- ja suihkutiloja siivotaan ja desinfioidaan tapahtuman aikana. Tartuntojen välttämiseksi tapahtumapaikalla ei ole kahvilaa, tulostauluja tai kuulutusta. Ruokailua ei ole.

Pyri suorituksen aikana välttämään kasvojen koskettamista. Seikkaillessa vältä fyysistä kontaktia ja ruuhkia. Pyri leimaamaan koskettamatta leimasimeen ja siirry välittömästi pois rastin luota leimattuasi.