

## Tippportlaste treeningute korraldamine siseruumides 5. maist COVID-19 perioodil

Vabariigi Valitsus kuulutas 12. märtsil 2020 korraldusega nr 76 „Eriolukorra väljakuulutamise Eesti Vabariigi haldusterritooriumil“ kogu Eesti Vabariigi territooriumil välja eriolukorra seoses COVID-19 pandeemilise levikuga maailmas ja sellest tingitud massilise nakatumise ohuga Eestis.

Vabariigi Valitsuse 5. mai korraldusega nr 143 lubatakse alates 5. maist 2020 siseruumides treenimine Kultuuriministeeriumi nõusolekul sportlastele, kes on vähemalt Eesti täiskasvanute koondise kandidaadid, kui on täidetud minimaalsed nõuded treeningute korraldamiseks. Täpsem info on antud järgnevas juhises.

Tuleb arvestada, et COVID-19 on viirus, mis levib inimeselt inimesele piisknakkuse kaudu, peamiselt kontaktis nakkusohtrliku inimesega, kellel on nakkusele iseloomulikud sümptomid. Viirus võib levida ka saastunud pindadelt. Saastunud pindadel soodsatel tingimustel säilib viirus kuni 3 päeva, kuid hävineb puhastamisel ja desinfitseerimisel.

Tippportlaste treeningutegevuse (edaspidi *tegevus*) korraldamise siseruumides kooskõlastab spordialaliit Kultuuriministeeriumiga. Selleks spordialaliit:

1. koostab nimekirja sportlastest, nende treeneritest ja taustajõududest, kellele soovitakse siseruumides treenimine tagada;
2. valib koos sportlaste, nende treenerite ja spordiklubidega välja maksimaalselt kaks spordiobjekti Eestis, kus siseruumides treenida;
3. lepib spordiobjekti omaniku või valdajaga kokku spordiobjekti kasutamise tingimused, et oleks tagatud allpool esitatud nõuete täitmine;
4. esitab sportlaste (alla 18-aastaste sportlaste puhul ka lapsevanema nõusoleku), nende treenerite ja taustajõudude nimekirja koos spordiobjekti omaniku nõusolekuga Kultuuriministeeriumile ja Eesti Olümpiakomiteele heaks kiitmiseks.

### Minimaalsed nõuded tippportlaste treeningute korraldamiseks siseruumides

- Tippportlaste all mõeldakse sportlast, kes on vähemalt Eesti täiskasvanute rahvuskoondise kandidaat.
- Kui täiskasvanute koondise kandidaat on alaealine, on tema tegevuses osalemine lubatud üksnes lapsevanema kirjalikul loal.
- Ühes rühmas võib olla kuni 10 inimest, sh treener, abipersonal jt ning soovituslik on järgida 2 + 2 reeglit (grupis tuleb teistega hoida vähemalt 2-meetrist vahet). Võistkonnaaladel võib grupi suurus olla rahvusvaheliste reeglite järgi suurem kui 10 inimest.
- Siseruumides peab tegevuse käigus olema ruumi suurus vähemalt 10 m<sup>2</sup> inimese kohta.
- Kõrge intensiivsusega või suuremate kiirustega tegevuste puhul (nt lõikude jooksmine) on inimestevaheline soovituslik distants 20 meetrit.
- Mitme rühma üheaegsel tegutsemisel tuleb territooriumil ja siseruumides korraldada tegevused ja liikumine nii, et rühmade omavahelist kokkupuutumist maksimaalselt vältida. Tuleb jälgida, et lähikontaktsete arv oleks võimalikult väike.
- Tegevusi tuleb korraldada viisil, mis aitab lähikontakte vältida.
- Isikukaitsevahendid peavad olema kättesaadavad. Sportlased kasutavad neid vajaduse korral eelkõige treeninguvälisel ajal, treenerid ja abipersonal vajaduse korral ka treeningu ajal.
- Desinfitseerimisvahendite olemasolu ja nende pideva kasutamise ühiskasutatavatel treeninguvahenditel tagab tegevuse korraldaja või rajatise haldaja.
- Ühiseid riietus- ja pesuruumi kasutatakse Terviseameti soovitude järgi piiratult (v.a tualettruumid). Täpsemat teavet leiab [siit](#).

- Praktilise tegevuse käigus kasutatakse võimaluse korral isiklike vahendeid. Vahendite järgmisele isikule või grupile kasutada andmisel tuleb need enne desinfitseerida.
- Ruumides peab olema tagatud ventilatsioon üldiste tingimuste järgi.
- Treeningutel osalejad peavad kasutama individuaalseid joogipudeleid.
- Vältida tuleb kätlemist, kallistamist jmt otseseid kontakte, et takistada piisknakkuse võimalikku edasikandumist.
- Tegevuste korraldaja jälgib, et isikud ei koguneks gruppidesse ega jääks tegevuste järel territooriumile.
- Tegevuste korraldaja vastutab selle eest, et riskirühmadesse kuuluvate isikute (eelkõige vanemaeliste ning krooniliste haiguste ja immuunpuudulikkusega inimeste) kokkupuude teiste isikutega oleks minimaalne.
- Haigusnähtudega isikud ei tohi tegevustes osaleda. Tegevuse korraldamise eest vastutaval isikul on õigus haigusnähtudega isik ja koroonanakatunuga kokku puutunud isik ära saata territooriumilt.
- Ka kõige tagasihoidlikumate haigusnähtude ilmnemisel ja/või olulise väsimuse puhul tuleb püsida kodus ja jälgida 2–3 päeva enda tervist (mõõta kehatemperatuuri) ning vajaduse korral konsulteerida perearstiga (kui seisund püsib, või halveneb).
- Tegevuse korraldamisel ja eriolukorra meetmete nõuete täitmise kohta lasub vastutus ürituse korraldajal. Eriolukorra meetme nõuetekohaselt täitmata jätmisel rakendatakse korrakaitseaduse § 28 lõikes 2 või 3 nimetatud haldussunnivahendeid. Sunniraha, mille eesmärk on kohustada liikumisvabaduse piirangut järgima ning ära hoida viiruse levikut, suurus on hädaolukorra seaduse § 47 kohaselt 2000 eurot. Sunniraha võib määrata korduvalt.

## Hügieeni ja puhtuse tagamise meetmed

- Siseruumide (sh tualettruumide) kasutamisel tagatakse ruumide koristamine ja desinfitseerimine Terviseameti soovitude järgi. Soovitused leiab [siit](#).
- Oluline on jälgida kätehügieeni: võimaluse korral pestakse käsi voolava sooja vee ja seebiga või kasutatakse desinfitseerimisvahendit. Käte desinfitseerimisvahendid tuleb paigutada liikumisteede nähtavasse kohta. Kätepesu juhendi leiab [siit](#).
- Piisknakkuse leviku tõkestamiseks kaetakse aevastades või köhides oma suu ja nina küünarvarre või salvrätikuga. Salvrätik ja teised isikukaitsevahendid visatakse kohe pärast kasutamist selleks ettenähtud tähistatud prügikasti ning pestakse käed.
- Võimalikud viirusega saastunud jäätmed (sh isikukaitsevahendid) tuleb hoiustada teistest jäätmetest eraldi ning käidelda 72 tunni möödudes tavajäätmetena.

Spordialaliit võib kehtestada eelnimetatud nõuetest rangemaid nõudeid, kui see aitab viiruse leviku tõkestamisele kaasa.

Eelnimetatud nõudeid tuleb täita kuni Vabariigi Valitsuse järgmiste korralduste avalikustamiseni