

JOOGATERAPIAYHDISTYS

KORONAOHJEISTUS TOPELIASSA PIDETTÄVILLE TUNNEILLE

Topelian joogasalissa henkilömäärää rajoitetaan korona-aikana siten, että paikalle voi tulla enintään 10 joogaajaa ohjaajan lisäksi.

Olet tervetullut joogatunnille, jos olet saanut kaksi koronarokotusta tai sairastanut covidin kuuden kuukauden sisällä. Älä kuitenkaan osallistu, jos sinulla on flunssaoireita, akuutteja vatsaoireita tai muita koronatartuntaan viittaavia oireita.

Käytä maskia tullessasi Topeliaan, liikkeessasi tilassa ja poistuessasi. Harjoituksen aikana maskin käyttö on vapaaehtoista. Varaa mukaasi myös muovipussi käytettyjä maskeja varten. Pese kätesi huolellisesti THL:n ohjeiden mukaan kotoa lähtiessäsi, saavuttuasi Topeliaan ja tunnin jälkeen. Aivasta ja yski kertakäyttöiseen nenäliinaan tai hihaan. Vältä lähikontaktia kaikissa Topelian tiloissa. Nyt emme halaile, emmekä kätele.

Voit ottaa tunnille oman joogamaton tai käytä omaa suurta pyyhettä salin joogamaton päällä ja puhdistamatto käytön jälkeen. Salissa on tätä varten puhdistusainetta.

Ohjaaja huolehtii osallistujien turvallisuudesta ja riittävästä turvaväleistä tunnin aikana. Ohjaaja huolehtii myös, että tilassa on saatavilla maskeja henkilöille, joilla syystä tai toisesta ei ole mukana omaa maskia. Maskit ovat tarjolla eteistilassa, jossa on myös kannellinen roska-astia käytettyjä maskeja varten. Käytetyt maskit suljetaan hygieenisesti roska-astiassa olevaan muovipussiin, jonka ohjaaja vie taloyhtiön roskasäiliöön.

Tunnin jälkeen ohjaaja pyyhkii desinfiointiaineella ovien kahvat, portaikon kaiteen ja muut kosketuspinnat.