



Liikuntatilat

– kuntosalit, ryhmäliikuntatilat, urheiluhallit, yms.

Espoon seudun ympäristöterveys
Ohje



LIIKUNTATILAT

21.9.2020

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	3
2	ILMOITUS JA ILMOITUSVELVOLLISUUS	3
3	HOITOLAITOKSEN TILAT	4
	3.1 Huoneiston sijoittaminen	4
	3.2 Tilan tarve	4
	3.3 Sisätilojen rakenteet ja turvallisuus	5
	3.4 Wc-, pesu- ja siivoustilat	5
	3.5 Henkilöstötilat	6
	3.6 Ilmanvaihto	6
	3.7 Talousvesi ja jätehuolto	6
	3.8 Ulkoalueet	7
4	RUUAN KÄSITTELY- JA/TAI VALMISTUSTILAT	7
5	OMAVALVONTA	7
6	LAINSÄÄDÄNTÖÄ JA MUITA OHJEITA	9
7	YHTEYSTIEDOT	9

1 JOHDANTO

Nämä ohjeet on ensisijaisesti tarkoitettu erilaisiin liikuntatiloihin, kuten kuntosaloihin, ryhmäliikuntatiloihin, urheiluhalleihin, sisäkatsomoihin yms.

Palvelun tarjoajat voivat olla kunnallisia tai yksityisiä sekä myös järjestöjen ja yleishyödyllisten yhteisöjen vastineetta tarjoamia palveluja.

Kunkin kohteen vaatimuksista tulee neuvotella tarkemmin terveystarkastajan kanssa jo suunnitteluvaiheessa.

Tässä ohjeessa ei käsitellä elintarvikehuoneiston vaatimuksia. Kahvilan, kioskin, lounasravintolan tms. elintarvikehuoneiston vaatimukset ja ilmoituskäsittely on kerrottu Espoon seudun ympäristöterveyden Tarjoilupaikkojen vaatimusten pääperiaatteet - ohjeessa.

2 ILMOITUS JA ILMOITUSVELVOLLISUUS

Terveysuojelulain mukainen ilmoitusvelvollisuus koskee kaikkia liikuntatiloja, kuntosaleja, ryhmäliikuntatiloja, joogasaleja ja näihin rinnastettavia toimintoja.

Toimijan on tehtävä liikuntatilan käyttöönotosta terveydensuojelulain 13 §:n mukainen ilmoitus 30 vrk ennen toiminnan aloittamista.

Ilmoitusvelvollisuus koskee myös sellaisia palveluntarjoajia, jotka tarjoavat palvelua vastineetta.

Ilmoitus on tehtävä myös toiminnan olennaisesta muuttumisesta, esimerkiksi tilojen huomattava lisäys, tilojen peruskorjaus tai aiemmin muussa käytössä olleen tilan ottaminen käyttöön (jolloin tulee tehdä käyttötarkoituksen muutos rakennusvalvontaan). Lisäksi toiminnanharjoittajan vaihtumisesta tulee ilmoittaa.

Ilmoituslomake on saatavilla Espoon seudun ympäristöterveyden toimipisteissä sekä ympäristöterveyden internet -sivuilla www.espoo.fi/ymparistoterveys > Lomakkeita.

Liikuntatilan käyttäjien käyttöön tarkoitetut yhteiset tilat, kuten puku-, wc-, pesu-, sauna- ja uima-allastilat, käsitellään toimintaan liittyvän ilmoituskäsittelyn yhteydessä toiminnan oheistiloina (merkitään samaan ilmoitukseen).

Mikäli toimintayksiköllä on oma vedenhankintajärjestelmä (kaivo tai veden otamo 50 henkilölle tai 10 m³/vrk), tulee siitä tehdä myös terveydensuojelulain mukainen ilmoitus.

Terveysuojelulain mukaisen ilmoituksen liitteeksi tulee toimittaa asema-, pohja- ja ilmanvaihtopiirustus sekä tarvittaessa selvitys talousveden laadusta.

Espoon seudun ympäristöterveys tarkastaa ilmoituksen ja lähettää todistuksen ilmoituksen käsittelystä sekä tekee tarvittaessa terveydensuojelulain 45 §:ssä

mainitun tarkastuksen. Ilmoitusten käsittelystä peritään maksu, joka määräytyy Espoon kaupungin hallituksen hyväksymän taksan perusteella:
<https://www.espoo.fi/ymparistoterveys> -->Valvontasuunnitelma ja maksutaksa.

Suunnitteluvaiheessa tulee hyvissä ajoin olla yhteydessä terveystarkastajan lisäksi muihin viranomaisiin, kuten sosiaaliviranomaisiin, rakennusvalvontaan (tilan uusi käyttötarkoitus) sekä palo- ja työsuojeluviranomaisiin.

3 LIKUNTATILAT

3.1 Huoneiston sijoittaminen

Liikuntatilaa sijoitettaessa alueelle tulee ottaa huomioon kaavamääräykset ja tilojen rakennustekninen käyttötarkoitus. Rakennusvalvontaviranomainen voi vaatia käyttötarkoituksen muutosilmoituksen, jos tilan käyttötarkoitus muuttuu.

Liikuntatilan sijoittamisessa tulee myös huomioida, ettei toiminnan huolto- ja asiointiliikenne aiheuta kohtuutonta häiriötä lähiympäristön asukkaille. Lisäksi tulee huomioida toiminnan aiheuttama melu tilasta tai huoneistosta toiseen (musiikki, painot, ryhmäliikunta yms.).

3.2 Tilan tarve

Tilaa on varattava riittävästi sekä liikuntaan että sen oheistiloihin. Suunnitteluvaiheessa tulee ottaa huomioon tilantarve myös mm. oleskelua, puhdistusta, pyykinhuoltoa, tarvikkeiden ja välineiden säilytystä varten sekä tarvittaessa lasten hoitotiloihin. Ilmanvaihto on tärkeässä asemassa liikuntatiloja suunniteltaessa.

Seuraavassa on lista asioista, jotka on mm. syytä huomioida tilan tarvetta arvioitaessa:

- tilojen riittävyys ja tarkoituksenmukaisuus
- toimintojen jakautuminen huoneistossa
- pintojen kunto ja puhdistettavuus sekä tarvittaessa desinfioitavuus (tilat, välineet, laitteet jne.)
- puhdistusta helpottavia ratkaisuja tulee huomioida esim. kenkätelineet sisäänkäynnin yhteyteen
- kumimatot tulee olla sisätiloihin tarkoitettuja
- riittävästi wc-tiloja naisille ja miehille sekä asianmukaiset pukujä pesutilat
- siivousvälineiden säilytykseen ja huoltoon siivousvälinetila(t) ja riittävä varustus. Siivouspyyhkeiden puhdistus tulisi olla koneellinen
- tarvittava määrä varastotilaa wc- ja käsipyyhepapereille ym. tarvittavalle toiminnan luonne ja laajuus huomioiden
- tarvittaessa asianmukaiset pyykin käsittelytilat (koneellinen pesu ja kuivaus, säilytyskalusteet puhtaalle ja likaiselle pyykille)
- tavaran vastaanottotilat
- tarvittaessa lastenhoito tilat

- henkilökunnan sosiaalilat pukukaappeineen
- vesipiste juomaveden saantia varten
- toimistotila
- Kumista/muovista valmistettuihin tuotteisiin (lähinnä esineet kuten kumista valmistetut kahvat esim. työkaluissa) soveltuu PAH-rajoitus (lisätietoa Tukesilta).
- pihan toiminnot, kuten liikenne, pintavesien käsittely, lumen käsittely, jätehuolto yms.
- Ulkoalueet tulisi suunnitella niin, että liikkuminen on turvallista ja valaistus on riittävä. Piha-alueen pintamateriaalin tulee olla mahdollisimman vähän pölyävää ainesta.

3.3 Sisätilojen rakenteet ja turvallisuus

Tilat tulee suunnitella siten, että ne ovat helposti puhtaana pidettäviä. Korkealla sijaitsevia, hankalasti puhdistettavia tasoja tulee välttää (pukukaapit: kotelointi).

Sisätiloissa ei saa olla vaarallisia rakenteita. Suunnittelussa on huomioitava mm. mahdollisten portaiden turvallisuus, pintojen liukkaus (mm. peseytymis- ja saunatilat), vaaraa aiheuttavat terävät kulmat ja ovien aukeamissuunnat. Sähkölaitteiden turvallisuus on myös huomioitava. Kynnyksiä tulee välttää. Valaistuksen tulee olla riittävä, myös luonnonvalon saanti tulee varmistaa.

Materiaalien valinnassa ja tilojen sijoittelussa tulee huomioida ääneneristysasiat ja ehkäistä liiallinen jälkikaiunta. Rakenteissa tulee suosia vähäpäästöisiä materiaaleja. Allergisoivia ja myrkyllisiä kasveja tulee välttää.

Sisäilman lämpötilan tulee lämmityskaudella olla vähintään +20 °C. Lattiapinnan keskiarvolämpötilan tulee olla vähintään +19 °C. Vastaavasti kesällä lämpötilan ei tulisi kohota yli +30 °C. Auringonsäteilyn lämmittävää vaikutusta voidaan parhaiten ehkäistä ikkunan ulkopuolisella suojauksella (esim. markiisit).

Hätäpoistumisteiden tarpeesta tulee olla yhteydessä pelastusviranomaiseen.

3.4 WC-, pesu- ja siivoustilat

Pukutilojen yhteydessä on syytä olla wc ja suihkutilat. Lisäksi yleisten tilojen yhteydessä tulee olla riittävästi wc-tiloja. Käsienpesupisteet tulee varustaa pesuaineannostelijalla ja käsipyyhepaperitelineellä. Siivouksen helpottamiseksi kaikissa wc-tiloissa on suositeltavaa olla lattiakaivo.

Siivousvälineille ja -aineille on oltava asianmukainen lukittava siivousvälineetila, jossa on vesipiste, kaatoallas, lattiakaivo, kuivauspatteri, koneellinen poistoilmanvaihto ja teline(et) (pitkävartisille siivousvälineille) ja hyllytilaa siivouksessa käytettäville välineille ja aineille. Imurille ja wc- ja käsipyyhepaperueille

sekä tarvittaessa siivousvaunulle ja lattianhoitokoneelle tulee varata riittävästi säilytystilaa.

3.5 Henkilöstötilat

Henkilöstön sosiaalitilat tulee varata työsuojeluviranomaisten ohjeiden mukaisesti mm. wc-, peseytymis-, pukeutumis- ja taukotila sekä pukukaapit. Vaki-
tuisten ja sijaisten määrä tulee huomioida mm. pukukaappien vaatimaa tilaa ja määrää arvioitaessa.

Keittiöhenkilökunnalle on oltava omien ja työvaatteiden säilytystä varten erilliset säilytystilat (esim. kaksiosainen pukukaappi). Valmistuskeittiön keittiöhenkilökunnalle on lisäksi oltava oma wc, joka ei avaudu suoraan elintarvikkeiden kä-sittelytiloihin.

Henkilökunnan tiloja suunniteltaessa tulee huomioida, että henkilökunnan eväitä ei saa säilyttää valmistuskeittiön tiloissa. Tätä varten henkilökunnan tiloihin tulee sijoittaa jääkaappi.

3.6 Ilmanvaihto

Liikuntatiloissa tulee olla riittävä koneellinen tulo- ja poistoilmanvaihto tai vähintään koneellinen poistoilmanvaihto ja raitisilmaventtiilit. Huomiota tulee kiinnittää myös tuloilman sisäänoton sijoituspaikkaan (kaukana epäpuhtaista lähteistä).

Ilmavaihdon on täytettävä STM:n asetuksen 545/2015 sekä Suomen rakentamismääräyskokoelman vaatimukset. Ilmanvaihtojärjestelmän ilmavirtauksen tulee olla riittävä suhteessa huoneistoa käyttävien henkilöiden määrään. Vaatimukset voivat vaihdella tilakohtaisesti, esimerkiksi ulkoilmavirta tulee olla 15 – 30 dm³ /s / hlö riippuen siitä, onko kyseessä kevyt (jooga) vai keskiraskas (tennis) vai raskas liikunta (salibandy, koripallo, kuntosalien ryhmäliikuntatilat). Opas ilmanvaihdon mitoitukseen muissa kuin asuinrakennuksissa 30.9.2019.

Ilmanvaihdon tulee olla päällä toiminta-aikana. Ilmanvaihtoa suunniteltaessa tulee varmistaa, että tilojen ilma vaihtuu riittävästi myös ovien ollessa kiinni.

Ilmanvaihto ei saa aiheuttaa vetoisuutta tai häiritsevää melua. Tuloilman epäpuhtaudet tulee poistaa mahdollisimman hyvin.

Ilmanvaihtokanavien ja -laitteistojen puhdistuksesta tulee huolehtia.

Sisäilmassa ei saa toistuvasti esiintyä aistinvaraisesti tunnistettavaa tupakan-savua, joka on kulkeutunut asuntoon tai muuhun oleskelutilaan ulkoa tai muualta rakennuksesta.

3.7 Talousvesi ja jätehuolto

Huoneisto on liitettävä yleiseen vesijohto- ja viemäriverkostoon. Jos yleistä vesijohto- ja viemäriverkostoa ei alueella ole, tulee vesihuoltoon liittyvistä

asioista ottaa yhteyttä terveystarkastajaan. Talousveden laatu tulee tutkituttaa ja jätevesijärjestelmän soveltuvuus selvittää suunnittelun alussa.

Huoneistossa on oltava riittävästi jätteiden keräämiseen tarkoitettuja astioita. Jäteastiat tulee tyhjentää päivittäin ja pestä säännöllisesti.

Kiinteistön jätteenkeräyspisteen ja jäteastioiden puhtaudesta tulee huolehtia. Jätehuoltotiloja suunniteltaessa tulee huomioida pääkaupunkiseudun yleiset jätehuoltomääräykset (lisätietoa www.hsy.fi).

3.8 Ulkoalueet

Ulkoalueilla tulee olla riittävä valaistus ja piha-alueen pintamateriaalin tulee olla mahdollisimman vähän pölyävää ainesta.

Ulkoalueet tulee suunnitella helppokulkuiseksi. Liikkuminen tulisi olla turvallista myös apuvälineiden kanssa kuten esim. pyörätuolilla tai rollaattorilla.

Piha-alueella tulee välttää myrkyllisiä tai piikkisiä kasveja.

4 ELINTARVIKKEIDEN KÄSITTELY- JA/TAI VALMISTUSTILAT

Elintarvikehuoneiston suunnittelussa voi käyttää apuna Espoon seudun ympäristöterveyden Tarjoilupaikkojen vaatimusten pääperiaatteet -ohjetta, joka on saatavilla internetissä www.espoo.fi/ymparistoterveys sekä Espoon seudun ympäristöterveyden toimipisteistä (yhteystiedot jäljempänä).

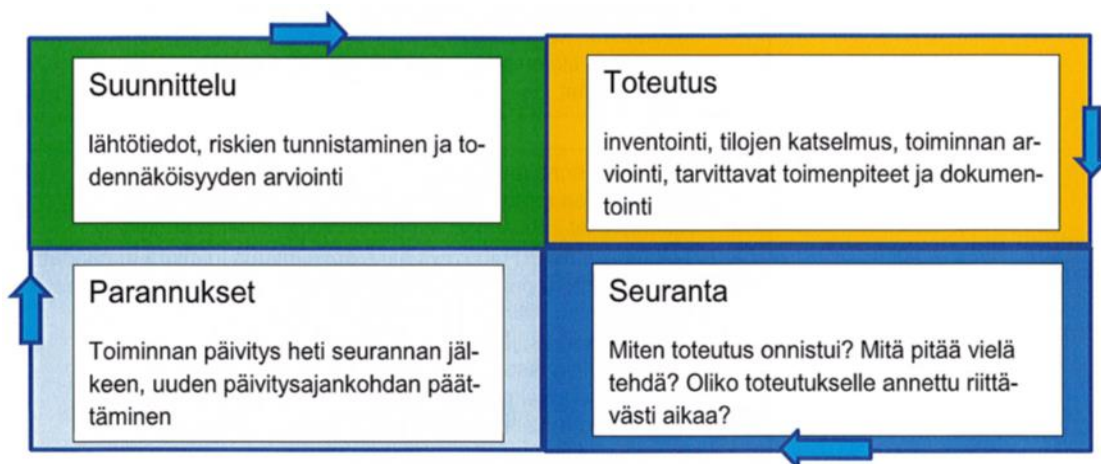
Elintarvikehuoneistosta tulee tehdä elintarvikelain 13 § mukainen ilmoitus viimeistään neljä viikkoa ennen toiminnan aloittamista. Elintarvikelain mukaisesta ilmoitus käsitellään erikseen liikuntatilan ilmoituksesta. Ilmoituslomake on saatavilla Espoon seudun ympäristöterveyden toimipisteissä sekä ympäristöterveyden internet -sivuilla www.espoo.fi/ymparistoterveys > Lomakkeita.

5 OMAVALVONTA

Toiminnanharjoittajalla on velvollisuus tunnistaa toimintansa terveystriskit ja järjestää toimintansa siten, että terveyshaitat estetään mahdollisuuksien mukaan. Toiminnanharjoittajan tulee voida esittää, miten toimintaan vaikuttavat riskit on tunnistettu, miten niiden vakavuus on arvioitu ja mitä riskien hallintakeinoja toiminnanharjoittaja ja työntekijät ovat ottaneet käyttöön. Tätä tarkoitusta varten toiminnanharjoittajan on hyvä laatia omavalvontasuunnitelma.

Toimivalla omavalvonnalla voidaan ehkäistä terveyshaittoja havaitsemalla puutteita sisäympäristössä tai toimintatavoissa ja korjaamalla oma-aloitteisesti havaitut puutteet.

Toimiva omavalvonta sisältää neljä osa-aluetta, jotka ovat keskenään jatkuvassa ja itseään korjaavassa prosessissa (kuva1: lähde Valviran ohje 12/2018)



Kuva 1 Omavalvontamalli

Toiminnanharjoittajan on hyvä laatia kirjallinen omavalvontasuunnitelma, jotta se on kaikkien luettavissa, käytettävissä ja hyödynnettävissä toiminnan ylläpitämisessä sekä kehittämisessä. Omavalvontasuunnitelmassa kuvataan toimintaa, toiminnan riskitekijöitä sekä riskitekijöiden ennaltaehkäisyä. Omavalvontasuunnitelma voi sisältää esimerkiksi seuraavia asioita:

- 1) Toiminnan kuvaus ja tilat
 - Tiloissa tarjottava toiminta/palvelu
 - Toiminta-ajat
 - Henkilömäärät
 - WC- ja vesipisteiden määrät
 - Siivous- ja pyykkihuolto
 - Pintojen desinfiointi
- 2) Tilojen terveydelliset olosuhteet
 - Fysikaaliset, kemialliset, biologiset
- 3) Toiminnan riskitekijät
 - Sijainti ja ympäristö
 - Toiminnot joihin sisältyy terveystoiminta
 - Herkät väestö- ja riskiryhmät
 - Toiminnassa ja tiloissa tapahtuvat muutokset
 - Huoneiston korjaustarpeet
 - Pintojen ja tilojen helposti puhtaana pidettävyys
 - Haittaeläimet
- 4) Riskitekijöiden ennaltaehkäisy
 - Ajantasainen selvitys rakennuksen kunnosta
 - Ajantasaiset käyttäjäkyselyt (ml. mahdolliset sisäilmakyselyt)
 - Toiminta ja tilojen riittävyys sekä soveltuvuus toimintaan nähden
 - Henkilökunnan perehdytys ja ajantasaiset työ- ja toimintaohjeet
 - Sidosryhmien välinen yhteistyö ja viestintä
 - Tilojen siisteys, järjestys ja hygieenisuus
 - Siivoussuunnitelma ja toteutumisen seuranta
 - Huoltosuunnitelmat kiinteistöön ja teknisiin laitteisiin liittyen
 - Ilmanvaihtolaiteiden nuohous ja puhdistus
 - Tilojen korjaukset / toimivuus

- Toiminnassa käytettävien laitteiden toimivuuden seuranta
- Sisäilmaongelmissa toimiminen ja milloin on syytä epäillä sisäilmaongelmaa
- Epidemioihin ja muihin häiriötilanteisiin varautuminen
- Haittaeläimien torjunta

Dokumentaatio kuuluu omavalvontaan. Omavalvontaan sisältyy terveydellisiin olosuhteisiin liittyvien ilmoitusten ja toimenpiteiden kirjaaminen ja dokumenttien säilyttäminen. Kirjaaminen on myös omavalvonnan kehittämisen edellytys.

6 LAINSÄÄDÄNTÖÄ JA MUITA OHJEITA

Terveydensuojelulaki (763/1994)

Terveydensuojeluasetus (1280/1994)

Valvira: Terveydensuojelun valvontaohjeisto, Kokoontumis- ja majoitushuoneistot 23.9.2010

Opas ilmanvaihdon mitoitukseen muissa kuin asuinrakennuksissa 2019 FIN-VAC

Ympäristöministeriön asetus uuden rakennuksen sisäilmastosta ja ilmanvaihdosta 1009/2017

Sosiaali- ja terveysministeriön asetus asunnon ja muun oleskelutilan terveydellisistä olosuhteista sekä ulkopuolisten asiantuntijoiden pätevyysvaatimuksista (545/2015)

Asumisterveysasetuksen soveltamisohje 8/2016

Sisäasiainministeriön asetus ilmanvaihtokanavien ja -laitteistojen puhdistamisesta 802/2001

Ympäristöministeriön asetus rakennuksen ääniympäristöstä 796/2017

Elintarvikelaki (23/2006, muutos 352/2011)

Maa- ja metsätalousministeriön asetus ilmoitettujen elintarvikehuoneistojen elintarvikehygieniasta (1367/2011)

Sosiaali- ja terveysministeriön asetus talousveden laatuvaatimuksista ja valvontatutkimuksista 1352/2015 tai 401/2001

Ympäristöministeriön asetus asuin-, majoitus- ja työtiloista 1008/2017

7 YHTEYSTIEDOT

Espoon seudun ympäristöterveys

PL 210

02070 ESPOON KAUPUNKI

käyntiosoite: Pihatörmä 1 C (Espoo) ja Ervastintie 2 (Kirkkonummi)

asiakaspalvelu 043 826 6263

terveydensuojelu@espoo.fi

www.espoo.fi/ymparistoterveys