

# Plan van Aanpak HiBa '95

Verantwoord sporten



## Algemene uitgangspunten

- **blijf thuis bij klachten en laat je testen;**
- **pas hygiëne toe;**
- **houd 1,5 meter afstand;**
- **werk zoveel mogelijk thuis;**
- **vermijd drukte.**
- **het is (bovendien) verboden in de publieke ruimte of in een besloten plaats in groepsverband te zingen of te schreeuwen.**

## Inleiding

Per 1 juli is het kabinet voor Nederland van een 'intelligente lockdown' naar 'ruimte met regels' gegaan. Deze stap is per 10 augustus weer enigszins aangescherpt. Tijdens deze zomer loopt het aantal bewezen besmettingen weer op en met de aanpassingen van 10 augustus streeft het kabinet ernaar die toename te beperken zodat nieuwe landelijke maatregelen uit kunnen blijven. Naast de landelijke aanscherpingen is het nu ook mogelijk dat er regionaal dan wel per gemeente extra maatregelen worden opgelegd.

Voor ons als sportvereniging betekent dit dat we weer mogen samenkomen om te sporten maar we moeten ons dan wel aan de regels houden. De algemene regels gelden te allen tijde. Daarnaast heeft de overheid de volgende, voor ons relevante, regels vastgesteld:

### **Je mag niet 'samenkomen' tenzij je**

- maatregelen treft waarmee de stromen van de personen die samenkomen worden gescheiden, (ook voor sanitaire voorzieningen), en je
- hygiënemaatregelen treft waarmee de verspreiding wordt tegengegaan, en je
- maatregelen treft waardoor de aanwezigen 1,5 meter afstand tot elkaar kunnen houden en ervoor wordt gezorgd dat aanwezigen daadwerkelijk 1,5 meter afstand houden tot de dichtstbijzijnde persoon, TENZIJ het om uitzonderingen op die 1,5 m gaat, en je
- ervoor zorgt dat wie een zitplaats of afgebakende locatie is toegewezen, daarvan gebruik maakt, en je
- in binnensportaccommodaties bij minder dan 100 mensen de aanwezigen een plaats aanwijst.

### **Uitzonderingen op de 1,5 m**

- personen die een gezamenlijk huishouden vormen onderling;
- de afstand tot kinderen tot en met 12 jaar: dus onderling geen afstand en ook van deze kinderen tot leden van andere leeftijdsgroepen;
- personen t/m 17 jaar alleen onderling;

## Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

### Voor een ieder geldt:

- Blijf thuis als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot 10 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven tot 10 dagen na het laatste contact.
- Houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar).
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
- Ga voordat je naar de club vertrekt thuis naar het toilet.
- Was je handen met water en zeep voor en na bezoek sportlocatie, minimaal 20 seconden.
- Douche thuis en niet op de sportlocatie.
- Vermijd het aanraken van je gezicht.
- Schud geen handen.
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor de sportactiviteit aan op de sportlocatie en ga na afloop direct naar huis.

## Richtlijnen tbv veiligheid- en hygiëneregels voor de sport

- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen;
- ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak: dit geldt voor iedereen;
- *sporters kunnen worden geweigerd of naar huis worden gestuurd* tijdens de training bij (vermoeden) van klachten, zoals neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, of koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak;
- ben je 18 jaar of ouder, dan moet je tot iedereen behalve tot kinderen t/m 12 jaar een afstand bewaren van minimaal 1,5 m. En behalve kinderen t/m 12 jaar mag niemand dichterbij dan 1,5 meter bij jou komen;
- ben je ouder dan 12 en jonger dan 18, dan hoeft je geen afstand te houden tot iedereen jonger dan 18 jaar, maar wel minstens 1,5 m tot personen van 18 jaar en ouder. Deze laatste groep (18 jaar en ouder) mag ook niet dichterbij dan 1,5 meter bij jou komen;
- ben je jonger dan 13 jaar? Dan hoeft je tot niemand afstand te houden. En iedereen mag dichterbij dan 1,5 m bij jou komen;
- tijdens het sporten gelden deze regels niet waar dat de sportbeoefening in de weg staat;
- vermijd drukte;
- was vaak je handen met water en zeep, juist ook voor en na bezoek sportlocatie;
- schud geen handen;
- neem de gebruikelijke veiligheids- en hygiëneregels voor iedereen in acht;

## Belangrijke aanvullende informatie

- EHBO-materialen bevinden zich in de EHBO-koffer in de gymzaal
- Een AED is in geval van nood beschikbaar in de gymzaal
- Bij het betreden en verlaten van de sportlocatie dient elke persoon zijn handen te desinfecteren.
- Trainers en (mede)gebruikers van onze locatie hebben wij geïnstrueerd middels dit plan van aanpak over de voorwaarden verantwoord sporten.
- Onze sportlocatie is voorzien van herkenbare Covid-19 communicatiemiddelen
- het plan van aanpak is inzichtelijk op de accommodatie
- Er wordt gebruik gemaakt van de looproutes binnen de locatie.
- Deuren worden zoveel als mogelijk open gelaten zodat fysiek contact met handvaten, klinken en deuren zoveel als mogelijk wordt beperkt/voorkomen.

### Registratie van aanwezigheid

HiBa '95 registreert de volgende gegevens\* van iedere aanwezige:

- Volledige naam
- Telefoonnummer of e-mailadres
- Datum en tijdstip aankomst
- Toestemming.

Deze informatie is mogelijk achteraf nodig als er een coronabesmetting wordt geconstateerd.

Deze registratie blijft in ons bezit, tot vernietiging.

*\* Deze gegevens mogen uitsluitend verwerkt en bewaard worden voor de uitvoering van een eventueel bron- en contactonderzoek door de GGD, uitsluitend door de regionale GGD worden opgevraagd en maximaal 14 dagen bewaard blijven. Daarna worden ze vernietigt door HiBa '95.*

Hygiëne- en gebruiksregels hangen zichtbaar bij de entree van de accommodatie en worden bij binnen bij relevante ruimtes (b.v. toiletten) herhaald; De route van aankomst, binnenkomst en vertrek in/uit de accommodatie is van buiten duidelijk zichtbaar

### Aanspreekpunten HiBa '95:

Sport accommodatie verantwoordelijke namens HiBa '95:

Annerie Saarloos ([pietenannerie@outlook.com](mailto:pietenannerie@outlook.com) | 06-50651849)

Corona-coördinator namens HiBa '95:

Ralph Blokpoel ([rblokpoel@outlook.com](mailto:rblokpoel@outlook.com) | 06-55131604)

# Aanwezigheidslijst

Datum: \_\_\_\_\_



**HiBa '95**

Naam	Contactgegevens	Tijdstip aankomst	Toestemming
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja
			Ja

## Toestemming:

Ik verleen mijn toestemming om de door mij opgegeven persoonsgegevens te registreren en te bewaren voor maximaal 14 dagen na de bovenaan dit formulier vermelde datum.

Deze gegevens mogen uitsluitend verwerkt en bewaard worden voor de uitvoering van een eventueel bron- en contactonderzoek door de GGD en uitsluitend door de regionale GGD worden opgevraagd.

Dit formulier bevat vertrouwelijke gegevens en zal daarom zeer zorgvuldig worden gehanteerd.

HiBa '95 bewaart dit formulier niet langer dan 14 dagen en zal toezien op een volledige en niet herleidbare vernietiging.