



Protocol Covid-19 verantwoord sporten

Handbalvereniging Fidelitas

Opgesteld : Bestuur HV Fidelitas
Versie : 2.0
Datum : 16-09-2020



Verantwoord sporten COVID-19

Hieronder volgt een korte samenvatting van de belangrijkste regels om verantwoord te kunnen sporten volgens de geldende Corona-maatregelen.

Gedrag van de spelers.

Iedereen van 18 jaar of ouders houdt, behalve tijdens het spelen van een wedstrijd, ten alle tijden 1,5 meter afstand. Dit geldt ook tijdens de rust en in de kleedkamer. Dit kan betekenen dat niet iedereen van het team tegelijk in de kleedkamer kan omkleden of kan douchen. Kijk dan of je gebruik kunt maken van meerdere kleedkamers of kleedt je in kleine groepjes om. Voor thuisspelende teams raden wij aan om zo veel mogelijk in wedstrijdleding aangekleed op het sportpark aan te komen. Op de wisselbank wordt aangeraden om zoveel mogelijk afstand te houden.

Iedereen onder de 13 jaar hoeft geen afstand te houden. Iedereen onder de 18 jaar houdt wel afstand van iedereen boven de 18 jaar.

Tijdens de wedstrijd zijn de yell en het geven van high-fives verboden.

Neem je eigen bidon mee of gebruik steeds dezelfde bidon, die je niet met iemand deelt.

Het advies is om na de rust, in de tweede helft van de wedstrijd, beide teams op dezelfde helft als in de eerste helft te laten spelen. Als beide teams dit niet fijn vinden, mag er geruild worden, maar wordt aangeraden de wisselbank wel te desinfecteren.

Gedrag van het publiek.

Het is verboden in de publieke ruimte of in een besloten plaats in groepsverband te zingen of te schreeuwen. Het is daarom niet toegestaan om:

Een yell, aanmoedingskreet o.i.d. uit te voeren.

Een clublied te zingen.

Overwinningsmomenten te vieren.

High fives te geven.

Het publiek dient 1,5 meter afstand tot elkaar, het speelveld, de wisselzone en de wisselbanken en de spelers te bewaren. Het publiek kan hiervoor vanaf de balustrade bij de kantine de wedstrijd volgen of vanaf de grasstrook rond het wedstrijdveld.



Voor trainers, begeleiders en vrijwilligers

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- kom, voor zover dat kan, zoveel mogelijk met eigen vervoer naar de accommodatie waar je training gaat geven;
- ga voorafgaand aan de training na bij de kinderen of zij of hun gezinsleden geen klachten hebben of een gezinslid recent positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19);
- wijs kinderen op het belang van handen wassen en laat kinderen geen handen schudden;
- help de kinderen om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt;
- houd 1,5 meter afstand met al je kinderen en/of mede-trainers (geen lichamelijk contact);
- weet bij voorkeur wie er aanwezig zijn bij de training/activiteit, zowel leden als niet-leden;
- volg de gebruikelijke voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen;
- laat kinderen niet eerder toe dan 10 minuten voor de starttijd van de training/activiteit. De kinderen moeten na afloop direct vertrekken;
- laat kinderen gefaseerd het sportveld betreden en verlaten. Wijs ze erop dat ze na de training direct naar huis gaan;
- hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- was of desinfecteer je handen na iedere training;
- blijf thuis als je een van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- blijf thuis als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact.



Voor sporters

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- blijf thuis als je een van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (vanaf 38 C°);
- blijf thuis als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten. 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 u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- meld je tijdig aan voor de sportactiviteit of volg de afspraken van je gemeente/sportaanbieder, zodat de organisatie rekening kan houden met de toestroom;
- kom alleen naar de sportlocatie wanneer er voor jou een sportactiviteit gepland staat;
- reis alleen of kom met één persoon uit jouw huishouden;
- kom zoveel mogelijk zelf en op eigen gelegenheid naar de sportlocatie;
- kom in sportkleding naar de sportlocatie. Zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest;
- kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de sportactiviteit naar de sportlocatie en wacht op aanvang op de daarvoor aangewezen plek;
- volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, buurtsportcoaches en bestuursleden;
- gebruik zoveel mogelijk alleen eigen materialen. Als er gedeelde materialen gebruikt worden, rouleer deze niet en desinfecteer de materialen direct na gebruik met water en zeep of reinigingsdoekjes
- neem je eigen bidon gevuld mee om uit te drinken;
- verlaat direct na de sportactiviteit de sportlocatie.



Voor ouders en verzorgers

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- informeer uw kinderen over de algemene veiligheids- en hygiëneregels en dat ze altijd de aanwijzingen van de begeleiding opvolgen;
- stem met je kind je contactgegevens af zoals 06-nummer;
- meld je kind(eren) tijdig aan voor de sportactiviteit of volg de afspraken van je gemeente/sportaanbieder, zodat de organisatie rekening kan houden met de toestroom;
- breng je kind(eren) alleen naar de sportlocatie wanneer er een sportactiviteit voor jouw kind(eren) gepland staat;
- breng je kind(eren) niet naar de sportlocatie als je kind klachten heeft van neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid en/of koorts;
- breng je kind(eren) niet naar de sportlocatie als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten;
- breng je kind(eren) niet naar de sportlocatie als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat uw kind tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet uw kind thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- reis alleen met jouw kind(eren) of kom met personen uit jouw huishouden;
- breng je kind(eren) zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de sportlocatie;
- kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de sportactiviteit op de sportlocatie;
- volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, begeleiders en bestuursleden;
- direct na de sportactiviteit halen de ouder/verzorger de kinderen op van de sportlocatie/afgesproken plek. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is.