

# Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

Wij adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren.

- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop
- officiële wedstrijden en competities zijn tot 1 september niet mogelijk. Onderlinge (club) trainingswedstrijdjes/potjes zijn mogelijk in eigen teamverband en binnen de club. Hierbij dient de anderhalve meter maatregel in acht genomen te worden. Het nadrukkelijke doel is primair om te sporten en te bewegen;
- blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot veertien dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD);
- blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) minimaal zeven dagen thuis na de uitslag van de test;
- blijf thuis zolang je in thuisisolatie bent, omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld;
- ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- hanteer RIVM richtlijnen ten aanzien van de woonsituatie bij specifieke aandoeningen, zoals bijvoorbeeld fysieke of verstandelijke beperkingen. Deze zijn leidend in de stap naar sporten/ bewegen;
- houd anderhalve meter (twee armlengtes) afstand van ieder 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;
- douche thuis en niet op de sportlocatie;



- vermijd het aanraken van je gezicht;
- schud geen handen;
- kom niet eerder dan tien minuten voor de sportactiviteit aan op de sportlocatie en ga direct daarna naar huis.

### **Hoe kun je de sport ook op een sociaal veilige manier aanbieden**

Om sportverenigingen op weg te helpen, hebben we [hier](#) een aantal tips geformuleerd om sport ook in deze tijd ook op een sociaal veilige manier aan te bieden.



## Voor gemeenten

### We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodverordening is aangepast en van kracht is;
- informeer alle sportaanbieders in jouw gemeente over de versoepelde maatregelen. Dit betekent het aanschrijven van binnensport- en buitensportaanbieders, sportondernemers en andere organisaties die sportactiviteiten aanbieden;
- denk na over hoe je de beschikbare ruimte optimaal kan benutten. Hoe kunnen zoveel mogelijk mensen verantwoord sporten en bewegen in de buitenruimte en op de sportaccommodaties. Denk daarbij ook aan de binnensportverenigingen: hoe kunnen die naar buiten? Maak ruimte voor kwetsbare groepen en aangepaste sporten;
- bespreek met sportaanbieders/beheerders/exploitanten hoe je de toestroom en deelname op de accommodatie kan reguleren. Maak desgewenst afspraken over maximale aantallen en laat bezettingsschema's opstellen, zodat de accommodatie niet 'te druk' wordt en onnodige vervoersbewegingen uitblijven;
- inventariseer welke plannen er voor sportactiviteiten bij de aanbieders zijn. Maak daarbij onderscheid tussen de doelgroepen tot en met 12, 13 tot en met 18 jaar en 19+ en de verschillende voorwaarden die voor die groepen gelden (tot en met 18 jaar onder begeleiding);
- stel een team met vaste contactpersonen van sportaanbieders samen waarmee je snel kunt communiceren;
- spreek met sportaanbieders af dat zij melden wanneer ze hun locatie(s) open gaan stellen voor activiteiten. Gemeenten kunnen hier extra maatregelen voor eisen;
- maak samen met binnensportaanbieders en ondernemende sportaanbieders afspraken over de mogelijkheden voor (georganiseerde) sportactiviteiten/trainingen in de buitenlucht, en op welke (sport)locaties sportactiviteiten zijn toegestaan;
- bespreek met jouw buurtsportcoaches welke rol en mogelijkheden zij zien om georganiseerde sportactiviteiten voor in het bijzonder jeugd en jongeren in de buitenlucht te organiseren. Ook gericht op niet-leden, zodat ook zij kunnen sporten;
- bespreek met sportaanbieders of er mogelijkheden zijn om sportactiviteiten aan te bieden voor niet-leden of om niet-leden te integreren bij de bestaande groepen. Buurtsportcoaches kunnen hierbij ondersteuning bieden;



- maak afspraken met sportaanbieders over hoe de eerste lijn van handhaving op sportaccommodaties vorm en inhoud moet krijgen. De bestuurlijke handhaving die voortvloeit uit de noodverordening ligt natuurlijk in handen van het lokaal gezag, maar voorkomen moet worden dat dit gezag daadwerkelijk moet optreden. Een gezamenlijk optrekken in de handhaving van maatregelen heeft de voorkeur, zodat er veilig kan worden gesport zonder gezondheidsrisico's. Betrek hierbij ook eventuele andere organisaties die al actief zijn in de wijken;
- maak afspraken tussen het lokaal gezag en de contactpersonen van sportaanbieders op de locatie hoe wordt opgetreden bij (herhaaldelijk) overtreden van maatregelen. Spreek ook goed af welke sancties daarop kunnen volgen, zoals het uitsluiten van deelname van (groepen van) personen tot zelfs het weer sluiten van de accommodatie;
- stem samen met de sportaanbieder één contactpersoon af voor het gebruik van de sportlocatie. Het uitgangspunt hierbij is dat de groepen niet gemengd mogen worden tijdens de wisseling van groepen op de locatie. Dit kan door bijvoorbeeld te werken met variabele timeslots, waarbij groepen op verschillende tijden wisselen. Zorg daarbij ook voor voldoende wisseltijd zodat de toevoer en afvoer van sporters zo gedoseerd mogelijk kan verlopen;
- maak afspraken met sportaanbieders en buurtsportcoaches of en in hoeverre voor een geleidelijke invoering van het gefaseerd openstellen van locaties wordt gekozen;
- maak financiële afspraken of tref regelingen voor de productie/aanpassing van affiches, routing, bewegwijzering, e.d. en voor de eventuele inzet van verkeersregelaars en andere logistieke maatregelen;
- houd handenwasgelegenheid en toiletten open en maak deze regelmatig schoon, minimaal één keer per dag;
- zorg voor bereikbaarheid van EHBO-faciliteiten/AED;
- maak in uw gemeente duidelijk kenbaar en zichtbaar hoe niet georganiseerde en anders georganiseerde sport in de openbare ruimte kan plaatsvinden. Stem dit af met de noodverordening en de daarin genoemde aantallen voor maximale groeps grootte;
- wat betreft clubhuizen/sportkantines/verenigings-horeca wordt onderzocht in hoeverre zij met de later geldende richtlijnen die voor de horeca gelden mee kunnen doen.

## Voor sportaanbieders, bestuursleden en beheerders van sportaccommodaties en openbare ruimtes

### We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodverordening is aangepast en van kracht is;



- wil je in de openbare ruimte sportactiviteiten organiseren voor kinderen tot en met 12 jaar en jeugd van 13 tot en met 18 jaar (dus niet op een bestaande sportaccommodatie), meld dit bij de gemeente en/of controleer of dit bij de gemeente is toegestaan. Bekijk daarnaast welke faciliteiten en materialen je mag gebruiken;
- voor volwassenen vanaf 19 jaar is het toegestaan om met of zonder begeleiding in hardloop-, wiel- en andere sportgroepjes in de openbare ruimte te trainen. Vermijd daarbij de drukte;
- bied je sportactiviteiten aan maar heb je geen buitenruimte? Maak dan afspraken met de beheerder/eigenaar van een buiten(sport)accommodatie en zorg dat je op de hoogte bent van de regels die voor die accommodatie zijn vastgesteld;
- stel op de accommodatie of openbare ruimte een coördinator aan die aanspreekpunt is voor de locatie en voor de gemeente;
- zorg dat ten allen tijde EHBO-materialen en een AED beschikbaar zijn en deze niet achter slot en grendel zitten;
- houd handenwasgelegenheid en toiletten open en maak deze regelmatig schoon, minimaal één keer per dag;
- stel ook corona-verantwoordelijken aan waarvan er altijd één herkenbaar aanwezig is (bijvoorbeeld met hesje);
- neem de gebruikelijke hygiënemaatregelen in acht;
- instrueer trainers/instructeurs over de wijze waarop ze op een verantwoorde en veilige manier sportaanbod kunnen uitvoeren;
- denk na of het nodig is dat activiteiten voorbereid worden en indien nodig onder begeleiding plaatsvinden;
- laat de sport plaatsvinden volgens een bezettingsschema;
- houd er in de planning rekening mee dat er geen grote groepen mensen op de locatie ontstaan door voldoende tijd tussen de activiteiten te plannen en groepen niet allemaal tegelijk te laten starten;
- communiceer de regels van je locatie met je trainers, sporters en hun ouders via de eigen communicatiemiddelen. En controleer of ze zichtbaar aanwezig zijn op de accommodatie;
- instrueer trainers/instructeurs dat ze sporters bij overtreding van de regels moeten aanspreken op ongewenst gedrag;
- hang de hygiëneregels op bij de ingang van de sportaccommodatie én bij de sportvelden binnen de accommodatie;



- zorg op de accommodatie/het terrein voor een duidelijke routing zodat personen elkaar zo min mogelijk passeren bij het betreden of verlaten van de accommodatie. Houd de anderhalve meter onderlinge afstand in acht;
- zorg er met een duidelijke aanrijdroute van auto's en fietsen voor dat trainers en sporters de accommodatie op een veilige manier kunnen betreden;
- wat betreft clubhuizen/sportkantines/verenigings-horeca wordt onderzocht in hoeverre zij met de later geldende richtlijnen die voor de horeca gelden mee kunnen doen;
- zorg dat sportmaterialen op het sportveld beschikbaar zijn voor trainers en sporters;
- zorg waar nodig voor persoonlijke hygiënemiddelen en schoonmaakmiddelen voor materialen (water en zeep en voldoende papieren handdoekjes);
- stem met de (mede)gebruikers van de accommodatie af op welke wijze het protocol op de diverse locaties van de sportaccommodatie moet worden uitgevoerd.

## Voor trainers, begeleiders en vrijwilligers

### We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodverordening is aangepast en van kracht is;
- kom, voor zover dat kan, zoveel mogelijk met eigen vervoer naar de accommodatie waar je training gaat geven;
- trainers, begeleiders en vrijwilligers van boven 70 jaar en uit risicogroepen dienen zelf hun risico te analyseren of zij zich op buiten sportparken of in de openbare ruimte in groepen kunnen begeven. Raadpleeg desnoods je huisarts;
- bereid je training goed voor. Voor de groepen 13 tot en met 18 jaar en 19+ geldt: houd anderhalve meter afstand, ook onderling;
- zorg dat er in de leeftijdsgroepen 13 tot en met 18 en 19+ zo min mogelijk materialen gedeeld moeten worden;
- tracht bij je lessen vermenging van de leeftijdsgroepen kinderen tot en met 12 jaar, jeugd van 13 tot en met 18 jaar en 19+ te voorkomen;
- gebruik bij je lessen waar leeftijdsgroepen zijn vermengd de regels die voor de categorie 13 jaar en ouder gelden;



- zorg dat de training zoveel mogelijk met vaste groepen wordt ingevuld en dat de samenstelling van deze groepen zo min mogelijk wijzigt;
- zorg dat de training klaar staat zodat je meteen kunt beginnen. Laat sporters in daartoe afgebakende ruimtes trainen;
- maak vooraf (gedrags)regels aan sporters duidelijk, met name voor de leeftijdsgroepen 13 tot en met 18 jaar en 19+ waarbij tijdens het sporten anderhalve meter afstand moet worden gehouden;
- denk voor de groepen 13 tot en met 18 jaar en 19+ vooraf na over de sportactiviteiten in relatie tot de groeps grootte. Zorg dat er anderhalve meter afstand gehouden kan worden ook tijdens de activiteiten;
- wijs sporters op het belang van handen wassen en schud geen handen;
- help de sporters om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt;
- houd anderhalve meter afstand met al je sporters 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 sporters niet eerder toe dan tien minuten voor de starttijd van de training/activiteit. De sporters moeten na afloop direct vertrekken;
- laat sporters gefaseerd het sportveld betreden en verlaten;
- zorg dat er geen toeschouwers zijn bij de les/training, tenzij dat in specifieke gevallen noodzakelijk is;
- hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- was je handen met water en zeep na iedere training;
- blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot veertien dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD);



- blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) minimaal zeven dagen thuis na de uitslag van de test;
- blijf thuis zolang je in thuisisolatie bent, omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld.

## Voor sporters

### We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodverordening is aangepast en van kracht is;
- blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot veertien dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD);
- blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) minimaal zeven dagen thuis na de uitslag van de test;
- blijf thuis zolang je in thuisisolatie bent, omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld;
- sporters boven 70 jaar en uit risicogroepen dienen zelf hun risico te analyseren of zij op buiten sportparken of in de openbare ruimte zich in groepen kunnen begeven. Raadpleeg desnoods je huisarts;
- bij de lessen waar leeftijdsgroepen zijn vermengd, gelden de regels die voor de categorie 13 jaar en ouder gelden;
- meld je tijdig aan voor de sportactiviteit of volg de afspraken van je gemeente/sportaanbieder, zodat de organisatie rekening kan houden met de toestroom;
- voor volwassenen vanaf 19 jaar is het toegestaan om met of zonder begeleiding in hardloop-, wiel- en andere sportgroepjes in de openbare ruimte te trainen. Hanteer hierbij de voorwaarden zoals opgenomen in de lokale noodverordening. Vermijd daarbij de drukte;
- kom alleen naar de sportlocatie wanneer er voor jou een sportactiviteit gepland staat;





- kom zoveel mogelijk lopend of met de fiets naar de sportlocatie en vermijd waar mogelijk gebruik van het OV;
- houd met reizen naar de sportlocatie rekening met de [richtlijnen verkeer & vervoer](#) van de Rijksoverheid;



kom in sportkleding naar de sportlocatie. Eventueel aanwezige kleedkamers zijn gesloten. Je kunt ook niet douchen, zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest;

- kom niet eerder dan tien 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; blijf bij je eigen trainingsgroep indien er meerdere trainingsgroepen op de sportlocatie actief zijn;
- laat sporters vanaf 13 jaar anderhalve meter afstand houden tot alle andere personen (behalve personen uit eigen huishouden), dus ook tot trainers en andere sporters. Bij sporters tot en met 12 jaar is deze afstandsbeperking onderling niet aan de orde;
- gebruik zoveel mogelijk alleen eigen materialen. Het reinigen van een voetbal en dergelijke is niet nodig. Materialen die veel met handen worden aangeraakt direct na de trainingssessie reinigen 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:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodverordening is aangepast en van kracht is;
- informeer je 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 (ook milde!) 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 je kind tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je kind thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- breng je kind(eren) niet naar de sportlocatie als bij je kind in de afgelopen 7 dagen het nieuwe coronavirus is vastgesteld (via een laboratoriumtest);
- breng je kind(eren) niet naar de sportlocatie als je kind in thuisisolatie is omdat hij/zij direct contact heeft gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld;
- wanneer je kind(eren) niet zelf naar de sportlocatie kunnen reizen zorg dan dat je als ouder/ verzorger alleen reist en alleen je eigen kind(eren) wegbrengt;
- breng je kind(eren) zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de sportlocatie;
- kom niet eerder dan tien minuten voor aanvang van de sportactiviteit op de sportlocatie;
- volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers, begeleiders en bestuursleden;

het is niet de bedoeling dat je als ouder of verzorger als toeschouwer aanwezig bent op de sportlocatie. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training van jouw kind(eren);



- als ondersteuning noodzakelijk is bij de sportactiviteit en/of toiletgang, is het toegestaan om één ouder/verzorger op de sportlocatie aanwezig te laten zijn. Voor deze persoon geldt ook dat het daar geldende protocol nageleefd moet worden;
- 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.

