

Corona protocol ZvZ versie 26-05-2021



Alleen samen krijgen we corona er onder!

Hieronder volgt een overzicht van de richtlijnen en de maatregelen waaraan we ons als vereniging houden. Vanwege de onzekerheid en snelheid waarmee maatregelen rond corona veranderen, zal dit protocol regelmatig kunnen worden aangepast. Bovenaan het protocol staat steeds de datum van uitgifte.

We hebben geprobeerd deze zo kort en bondig op te schrijven. Het kan natuurlijk zijn dat niet alles duidelijk is. Als je vragen hebt kun je die stellen aan: Claudia van Lare (telefoonnummer 0615037173 of per e-mail: vanlare76@gmail.com)

Als vereniging houden we ons bij verenigingsactiviteiten als trainen, bijeenkomsten en wedstrijden aan de richtlijnen van het RIVM (bijlagen I, II en III), NOC*NSF, de zwembadbranche, en de KNZB (https://www.knzb.nl/vereniging_wedstrijdsport/wedstrijdsport/coronaprotocol_wedstrijdsport/).

Daarnaast houden we de richtlijnen aan van Zwembad De Kragge en de gemeente Zwartewaterland en de veiligheidsregio.

Trainingen en bijeenkomsten ZvZ in zwembad de Kragge (binnen):

- In zwembad de Kragge is gebruik van een mondkapje verplicht voor iedereen van 13 jaar en ouder vanaf het moment van binnenkomst tot en met het moment dat je omgekleed bent. Het mondkapje stop je in je tas op het moment dat je naar het zwembad loopt.
- In het zwembad mogen alleen trainers en zwemmers aanwezig zijn. Ouders dienen buiten in de auto, of op afstand van elkaar te wachten;
- De zwemmers worden opgehaald bij de deur en gaan als groep naar binnen. Bij binnenkomst worden de handen gedesinfecteerd. Zwemmers volgen de looprichtingen zoals aangegeven met de stickers op de vloer en aan de muur naar de kleedkamers. Na het omkleeden volgen de zwemmers de looprichting naar het zwembad;
- Na het zwemmen kan er niet worden gedoucht en wordt er zo snel mogelijk omgekleed om de ruimte vrij te maken voor andere groepen zwemmers. Zwemmers volgen de looprichtingen zoals aangegeven met de stickers op de vloer en aan de muur naar de kleedkamers en de uitgang. Vanaf het moment van aankleden tot het moment dat het gebouw van zwembad de Kragge wordt verlaten is gebruik van een mondkapje verplicht voor iedereen van 13 jaar en ouder;
- Voor, tijdens en na de trainingen wordt er 1,5m afstand tot de trainers gehouden. Zwemmers vanaf 18 jaar houden ook onderling afstand;
- Voor volwassenen (18 jaar en ouder) geldt een maximum van 30 personen (excl. personeel, instructeurs en trainers) per ruimte;
- Voor kinderen t/m 17 jaar is er geen maximum per ruimte;
- Voor gemengde groepen (kinderen samen met volwassenen) geldt eveneens een maximum van 30 personen per ruimte. Kinderen t/m 17 jaar houden in dat geval 1,5m afstand tot de zwemmers 18 jaar en ouder;

Aanvulling per 19 mei 2021

Trainingen, onderlinge wedstrijden en bijeenkomsten ZvZ in zwembad de Kragge (buiten):

- Afwijkend van het bovenstaande (regels voor binnen) geldt dat per 19 mei 2021 bij het zwemmen wanneer het dak open is, zwemmers tussen de 18 en 27 jaar onderling geen afstand hoeven te houden en er voor sporters tot 27 geen maximale groepsgrote is.

Verplicht gebruik van mondkapjes

Voor iedereen van 13 jaar of ouder geldt:

- Bij binnenkomst in het zwembad is het dragen van een mondkapje verplicht;
- Vanaf de kleedruimte in de richting van de zwemzaal (betreden van natte ruimte) geldt geen mondkapjesplicht voor zwemmers;
- Vanaf de kleedkamer in de richting van de zwemzaal (betreden van natte ruimte) is het dragen van een mondkapje wel verplicht voor ouders/begeleiders (let op: niet-zwemmers);
- Voor al het zwembadpersoneel, trainers, coaches en andere sportbegeleiders en officials geldt altijd een mondkapjesplicht, tenzij je actief meesport¹ (ook op de kant), dan hoeft je geen mondkapje op;

Een spatscherf (faceshield) bedekt de neus en mond niet volledig, en mag daarom niet worden gebruikt als alternatief voor een mondkapje.

Wedstrijden bij een andere club:

Per 14 oktober 2020 zijn voor de duur van 4 weken (of voor zoveel langer als de overheid bepaalt) alle officiële wedstrijden buiten de eigen club voor jeugd en volwassen leden niet toegestaan

- We houden ons bij wedstrijden aan het wedstrijdprotocol van de organiserende vereniging.
- Als we naar wedstrijden gaan dan rijden we zoveel mogelijk samen, zolang er een verbod of beperking is op aanwezig publiek bij wedstrijden;
- Wanneer we meerijden met elkaar geldt voor alle personen van 13 jaar en ouder dat we een mondkapje opdoen in de auto wanneer we met personen uit verschillende huishoudens in een auto zitten. Wil je geen mondkapje dragen of wil je niet dat je kind een mondkapje draagt in de auto, dan haal en breng je je kind zelf naar de wedstrijd;
- De organiserende zwemvereniging kan gebruik van mondkapjes tijdens de wedstrijd verplicht stellen. Wil je als official of begeleider in dat geval geen mondkapje dragen of wil je dat je kind vanaf 13 jaar geen mondkapje zal dragen, dan kan helaas niet worden deelgenomen aan de wedstrijd;

¹ Onder "actief meesporten" wordt bij trainingen begrepen: fysiek actieve instructie van de trainer. Of de instructie van de trainer waarbij de zwemveiligheid vraagt om instructie zonder mondkapje. Bijvoorbeeld de instructie aan minioren waarbij het van belang is dat de minioren de trainers goed horen en zien.

(onderlinge) wedstrijden bij ZvZ: versie 26-05-2021

Vanaf 19 mei 2021 is het mogelijk om, met in achtname van de richtlijnen onderlinge wedstrijden te organiseren binnen de vereniging, met 27- zwemmers van de eigen vereniging. Het betreft wedstrijden in de buitenlucht. Op deze wedstrijden is onderstaand wedstrijd protocol van toepassing, met dien verstande dat geen bezoekende ploegen in het bad aanwezig zijn. Dit protocol maakt onlosmakelijk deel uit van het corona protocol van ZvZ zoals gepubliceerd op de website van ZvZ: <http://www.zvzwartsluis.nl/category/nieuws/> Vanwege de onzekerheid en snelheid waarmee maatregelen rond corona veranderen, zal dit protocol regelmatig kunnen worden aangepast. De laatste versie publiceren we op de website.

Om de (onderlinge) wedstrijd soepel te laten verlopen hebben we hierbij richtlijnen opgesteld voor de wedstrijd:

Vorbereiding / aankomst in het bad

- Wacht buiten bij je team voordat je naar binnen komt. Bij de deur is een toegangscontrole om er zeker van te zijn wie er in het bad aanwezig zijn;
- Trek je zwemkleding aan onder je kleding als je naar het zwembad komt. Bij binnenkomst is er geen gelegenheid om je om te kleden. Na het inzwemmen is er indien nodig gelegenheid om je wedstrijdbadpak/zwembroek aan te doen. Een kleedruimte wordt bij binnenkomst toegewezen;
- Desinfecteer je handen bij binnenkomst;
- Volg de looproute naar de zitplaatsen. De clubs hebben aangewezen zitplaatsen. Hier kun je je kleding uitrekken en klaarmaken voor het inzwemmen.

Publiek

Bij de wedstrijden is geen publiek aanwezig, zolang afstandsmaatregelen van de overheid gelden. In verband met de beperkte ruimte kunnen we geen publiek ontvangen. Gevraagd wordt om zoveel als mogelijk mee te rijden met ploegleiding en officials. Er is in het gebouw beperkt ruimte voor chauffeurs om te wachten gedurende de wedstrijd.

Verplicht gebruik van mondkapjes

Voor iedereen van 13 jaar of ouder geldt:

- Bij binnenkomst in het zwembad is het dragen van een mondkapje verplicht;
- Vanaf de kleedruimte in de richting van de zwemzaal (betreden van natte ruimte) geldt geen mondkapjesplicht voor zwemmers;
- Vanaf de kleedkamer in de richting van de zwemzaal (betreden van natte ruimte) is het dragen van een mondkapje wel verplicht voor ouders/begeleiders (let op: niet-zwemmers);
- Voor al het zwembadpersoneel, trainers, coaches en andere sportbegeleiders en officials geldt altijd een mondkapjesplicht, tenzij je actief meesport² (ook op de kant), dan hoeft je geen mondkapje op;

Een spatscherm (faceshield) bedekt de neus en mond niet volledig, en mag daarom niet worden gebruikt als alternatief voor een mondkapje.

Registratie van aanwezigen

Zwemmers en officials zijn reeds geregistreerd doormiddel van de inschrijving. Coaches en eventuele chauffeurs dienen vooraf en apart aangemeld te worden (naam + telefoonnummer) bij inschrijving. Tevens geldt er een maximum voor het aantal coaches, te weten:

² Onder "actief meesporten" wordt bij wedstrijden begrepen: de activiteiten van de scheidsrechter en starter gedurende de wedstrijd. In de pauzes van de wedstrijd geldt ook voor de scheidsrechter en starter een mondkapjesplicht.

- 1 tot 5 deelnemers: 1 coach
- 6 tot 11 deelnemers: 2 coaches
- 12 tot 18 deelnemers: 3 coaches
- Vanaf 19 deelnemers: 4 coaches

Gezondheidsverklaring

Voor op staat dat we verwachten dat iedereen zich aan de basisregels houdt als hij of zij onze wedstrijden bezoekt. Bij klachten blijf je thuis, bij vastgestelde corona blijf je thuis, bij contact met een huisgenoot of gezinslid met corona waarmee je de afgelopen 10 dagen contact hebt gehad, blijf je thuis en ben je in quarantaine omdat je in contact bent geweest met een corona patiënt, of omdat je teruggekeerd bent uit "oranje of rood gebied" in het buitenland, dan blijf je thuis.

Vanuit de overheid moeten we voorafgaand aan een wedstrijd een gezondheidscheck doen. We gebruiken daarvoor de vragen die door het RIVM zijn opgesteld (BIJLAGE III). De bezoekende vereniging ontvangt deze vragenlijst bij inschrijving. We vragen de bezoekende verenigingen om bij aankomst op de wedstrijd voor binnenkomst de ingevulde verklaring aan de wedstrijdcoördinator af te geven.

Lokale corona coördinator

Vanuit de organisatie zal bij elke wedstrijd een corona coördinator aanwezig zijn. De corona coördinator ziet toe op een goed verloop van de wedstrijd waarbij alle Corona richtlijnen en maatregelen worden gerespecteerd.

Juryvergadering

De juryvergadering vindt plaats in de droge ruimte en wordt beperkt tot een bespreking van de meest noodzakelijke punten. De jury kan de zwemzaal betreden nadat de zwemmers en coaches een plek hebben gevonden in het zwembad. De toiletten in de hal zijn bedoeld voor de officials en de coaches. De officials betreden de zwemzaal nadat het inzwemmen is beëindigd en de zwemmers op hun plek zitten.

Looproutes

Tijdens de wedstrijd blijven de zwemmers zoveel mogelijk bij hun ploeg en zoveel mogelijk zitten. De warming-up vindt plaats bij de ploeg en er wordt op aangegeven van de wedstrijdorganisatie (bij onderlinge wedstrijd: coach) richting de startblokken gelopen.

Bad verlaten na race

Na afloop van een race verlaten de zwemmers, nadat de laatste zwemmer van de race heeft aangetikt, het water via baan 1 voordat de nieuwe serie start.

Wisselmoment tijdens wedstrijd

Zwemmers kunnen geen schoeisel/kleding meenemen naar de start.

Na elke serie is er een wisselmoment.

Tijdens dit wisselmoment dienen de officials op/bij hun stoel plaats te nemen. Zodra de officials op/bij hun stoel zijn kunnen de zwemmers naar de startblokken.

Pauze

Tijdens de pauze blijven de zwemmers zoveel mogelijk bij hun ploeg en zoveel mogelijk zitten. Dit geeft de officials de mogelijkheid om kort te pauzeren en gebruik te kunnen maken van het toilet bij de ingang.

Kleedkamer- en toiletgebruik

Om gebruik van kleedkamers te beperken, wordt het aangeraden zoveel mogelijk al thuis om te kleden. Officials hebben bij binnenkomst de witte officialkleding al aan en coaches komen ook

zoveel mogelijk in tenue het zwembad binnen. Zwemmers doen waar mogelijk al badkleding aan onder hun kleding. De kleedkamers en toiletten zijn wel geopend tijdens het inzwemmen en tijdens en na de wedstrijd.

Na de wedstrijd

Na afloop van de wedstrijd is douchen niet toegestaan. Zodra een zwemmer zijn laatste afstand heeft gezwommen, gaat de zwemmer direct naar de kleedkamers en vervolgens naar huis.

I Basisregels:

Heb je klachten?
Blijf thuis.
Laat je testen.

Ben je ook besmet of heb je hoest? Dan moeten alle huisgenoten thuisblijven.

Werk thuis, tenzij het niet anders kan.

Houd 1,5 meter afstand.

Vermijd drukke plekken.

Was vaak je handen en nies in je elleboog.

Veiligheidsregio's nemen extra regionale maatregelen. Kijk voor actuele informatie op de website van de gemeente waarin je woont of die je bezoekt.

alleen samen krijgen we corona onder controle

Meer informatie:
rijksoverheid.nl/coronavirus
of bel 0800-1351

Gebruik van mondkapjes

Iedereen vanaf 13 jaar wordt geadviseerd een mondkapje te dragen in publieke binnenruimtes. Daarnaast zijn mondkapjes op bepaalde plaatsen verplicht.



Waar draag ik een mondkapje?

Mondkapjes zijn verplicht in:

- Openbaar vervoer
- Touringcars
- Vliegtuigen

Mondkapjes worden dringend aangeraden in:

- Publieke binnenruimtes, zoals winkels, supermarkten, musea, bibliotheken, bioscopen, theaters, restaurants en benzinestations.



Welke mondkapjes zijn geschikt?

- Gebruik een niet-medisch mondkapje
- Het is ook mogelijk om zelf een mondkapje te maken. Kijk op: rijksoverheid.nl/mondkapjes



Zo gebruik je een mondkapje:

Gebruik alleen niet-medische mondkapjes.

Raak het mondkapje alleen met schone handen aan.

Pak het mondkapje alleen vast bij de elastieken.

Zorg dat je neus, mond en kin bedekt zijn.

Houd het mondkapje zo veel mogelijk op.

Raak het mondkapje zo min mogelijk aan.



Was mondkapjes van stof op 60 graden, liefst na elk gebruik.



Wegwerpmondkapje? Gooi deze weg bij het restafval.

Meer informatie over mondkapjes vind je op: rijksoverheid.nl/mondkapjes

Houd je altijd aan de basisregels:

Heb je klachten?

 Blijf thuis.

 Laat je testen.

Ben je ook benauwd en/of heb je hoorts? Dan moeten alle huisgenoten thuisblijven.



Werk thuis, tenzij het niet anders kan.



Houd 1,5 meter afstand.



Vermijd drukke plekken.



Was vaak je handen.



Hoest en nies in je elleboog.



Draag een mondkapje in publieke binnenruimtes.

alleen samen krijgen we
corona onder controle

Meer informatie:
rijksoverheid.nl/coronavirus
of bel 0800-1351

Bijlage III gezondheidscheck:



Rijksoverheid

Check: Stel uw bezoeker de volgende vragen:

Had je een of meerdere van deze klachten in de afgelopen 24 uur?



Hoesten



Verkoudheids-
klachten



Verhoging of
koorts



Benauwdheid



Reuk- en/of smaak-
verlies

Heb je op dit moment een
huisgenoot met koorts en/of
benauwdheidsklachten?



Heb je het nieuwe coronavirus
gehad en is dit de afgelopen
7 dagen vastgesteld (in een lab)?



Heb je een huisgenoot /gezinslid
met het nieuwe coronavirus en
heb je in de afgelopen 10 dagen
contact met hem/haar gehad
terwijl hij/zij nog klachten had?

10 dagen



Ben je in quarantaine omdat je:
- direct contact had met iemand waarbij
het nieuwe coronavirus is vastgesteld?
- terug bent gekomen uit een COVID-19-
risicogebied*?



Indien een van de vragen met ja beantwoord wordt,
maak dan geen afspraak of annuleer de afspraak



coronavirus

*Voor de risicogebieden zie: www.wijsopreis.nl | Meer informatie rivm.nl/covid19