

Protocol verantwoord sporten

LET OP: alle wijzigingen in het protocol zijn in het oranje weergegeven.

Inleiding

Vanaf 29 april mogen kinderen tot en met 12 jaar en jeugd 13 tot en met 18 jaar, onder begeleiding, weer samen trainen in de buitenlucht. Volwassenen vanaf 19 jaar mogen vanaf 11 mei ook samen buiten trainen.

Het kabinet heeft de gemeenten opgeroepen om deze sportactiviteiten te faciliteren en te organiseren, voor de kinderen en jeugd onder begeleiding van buurtsportcoaches of het kader van sportaanbieders. Het is de bedoeling dat zoveel mogelijk kinderen, jongeren en volwassenen de kans krijgen mee te doen, dus ook niet-leden van een vereniging.

Met dit protocol willen de Vereniging Sport en Gemeenten, de Gemeente Leeuwarden en wij de sportverenigingen richting geven hoe te handelen en hen aandachtspunten aanreiken. Hierbij willen we zoveel mogelijk ruimte voor lokaal maatwerk bieden, uiteraard binnen de kaders van het kabinetsbeleid en de richtlijnen van het RIVM.

De gemeente is verantwoordelijk voor het handhaven van de noodverordening. Bij (herhaaldelijk) overtreden van de noodverordening zijn maatregelen mogelijk zoals het uitsluiten van deelname van (groepen van) personen tot zelfs het weer sluiten van de accommodatie. Degene die de sportactiviteiten organiseert en begeleidt heeft de verantwoordelijkheid voor de sportactiviteiten zelf en het handhaven van het protocol.

De bestuurlijke handhaving die voortvloeit uit de noodverordening en de lokale aanvullende richtlijnen, voorschriften en dergelijke zoals op 8 mei 2020 door de gemeente en bv SPORT gecommuniceerd, ligt 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.

Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

Houd u aan onderstaande maatregelen/voorschriften:

- 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 u de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- blijf thuis als iemand in uw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag u weer sporten en naar buiten;
- blijf thuis als iemand in uw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u 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 u het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) minimaal zeven dagen thuis na de uitslag van de test;
- blijf thuis zolang u in thuisisolatie bent, omdat u 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 uw huishouden, uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar;
- hoest en nies in uw elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- ga voordat u naar de club vertrekt thuis naar het toilet;
- was uw handen met water en zeep voor en na bezoek sportlocatie;
- douche thuis en niet op de sportlocatie;
- vermijd het aanraken van uw gezicht;
- schud geen handen;
- kom niet eerder dan tien minuten voor de sportactiviteit aan op de sportlocatie en ga direct daarna naar huis.

Voor sportaanbieders, bestuursleden en beheerders van sportaccommodaties en openbare ruimtes

Houd u aan onderstaande maatregelen/voorschriften:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodverordening is aangepast en van kracht is;
- wilt u 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 bv SPORT en/of controleer of dit bij de gemeente is toegestaan. Bekijk daarnaast welke faciliteiten en materialen u 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 u sportactiviteiten aan maar hebt u geen buitenruimte? Maak dan afspraken met bv SPORT en/of de beheerder/eigenaar van een niet-gemeentelijke buiten(sport)accommodatie en zorg dat u 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 uw locatie met uw 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

Houd u aan onderstaande maatregelen/voorschriften:

- 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 u 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 uw huisarts;
- bereid uw 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 uw 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 uw 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 u 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 groepsgrootte. 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 uw 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 uw elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- was uw handen met water en zeep na iedere training;
- blijf thuis als u de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- blijf thuis als iemand in uw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag u weer sporten en naar buiten;
- blijf thuis als iemand in uw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u 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 u het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) minimaal zeven dagen thuis na de uitslag van de test;
- blijf thuis zolang u in thuisisolatie bent, omdat u direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld.

Voor sporters

Houd u aan onderstaande maatregelen/voorschriften:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodverordening is aangepast en van kracht is;
- blijf thuis als u de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- blijf thuis als iemand in uw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag u weer sporten en naar buiten;
- blijf thuis als iemand in uw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u 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 u het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) minimaal zeven dagen thuis na de uitslag van de test;
- blijf thuis zolang u in thuisisolatie bent, omdat u 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 te begeven. Raadpleeg desnoods uw huisarts;
- bij de lessen waar leeftijdsgroepen zijn vermengd, gelden de regels die voor de categorie 13 jaar en ouder gelden;
- meld u tijdig aan voor de sportactiviteit of volg de afspraken van uw 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 u 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. U kunt ook niet douchen, zorg dat u 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 uw 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 uw eigen bidon gevuld mee om uit te drinken;
- verlaat direct na de sportactiviteit de sportlocatie.

Voor ouders en verzorgers

Houd u aan onderstaande maatregelen/voorschriften:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodverordening is aangepast en van kracht is;
- informeer uw kind(eren) over de algemene veiligheids- en hygiëneregels en dat ze altijd de aanwijzingen van de begeleiding opvolgen;
- stem met uw kind(eren) uw contactgegevens af zoals 06-nummer;
- meld uw kind(eren) tijdig aan voor de sportactiviteit of volg de afspraken van uw gemeente/ sportaanbieder, zodat de organisatie rekening kan houden met de toestroom;
- breng uw kind(eren) alleen naar de sportlocatie wanneer er een sportactiviteit voor uw kind(eren) gepland staat;
- breng uw kind(eren) niet naar de sportlocatie als uw kind (ook milde!) klachten heeft van neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid en/of koorts;
- breng uw kind(eren) niet naar de sportlocatie als iemand in uw huis koorts heeft (vanaf de 38 °C) en/ of benauwdheidsklachten. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag u uw kind(eren) weer laten sporten en naar buiten;
- breng uw kind(eren) niet naar de sportlocatie als iemand in uw 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 kan worden, moet uw kind thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- breng uw kind(eren) niet naar de sportlocatie als bij uw kind in de afgelopen 7 dagen het nieuwe coronavirus is vastgesteld (via een laboratoriumtest);
- breng uw kind(eren) niet naar de sportlocatie als uw kind in thuisisolatie is omdat hij/zij direct contact heeft gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld;
- wanneer uw kind(eren) niet zelf naar de sportlocatie kunnen reizen, zorg dan dat u als ouder/ verzorger alleen reist en alleen uw eigen kind(eren) wegbrengt;
- breng uw 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 u als ouder of verzorger als toeschouwer aanwezig bent op de sportlocatie. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training van uw 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.

BIJLAGE

Corona-coördinator

De rol van de Corona-coördinator staat duidelijk omschreven in het protocol, maar wie is dit dan? Denk bij de invulling vooral vanuit die rol, het is een nieuwe tijdelijke rol die iedereen die u daartoe geschikt acht in kan vullen: een vrijwilliger van een club of juist vanuit de wijk. Bekijk per locatie wie dit kan en wil doen. Benut het potentieel aan vrijwilligers die nu tijd hebben. Belangrijkste eigenschappen zijn dat iemand duidelijk is, maar geen boeman. U wilt de mensen niet tegen u in het harnas jagen, maar juist duidelijk en positief vertellen wat kan en niet kan.

Begeleider van het aanbod

U zoekt mensen die aanbod kunnen verzorgen dat in lijn is met het protocol. De klassieke trainer of instructeur is een logisch aangewezen persoon, maar denk ook hier breder. Er zijn vast talloze mensen die nu willen bijdragen. Wellicht is het handig om te werken met een centrale trainer die de oefenvormen maakt en een paar uitvoerders die de training daadwerkelijk verzorgen.

Denk ook eens aan de jeugd tussen 12-18 als uitvoerder. Wellicht kan u hen na een half uurtje scholing wel voor een (kleine)groep zetten.

Op www.sport.nl/corona komen links naar oefenvormen per sport. Ook zullen de bonden zelf hun achterban met oefenstof inspireren.

Overig

Schakel met andere partijen die sport aanbieden in de wijk om het speelschema af te stemmen en te zorgen voor spreiding, zowel qua locatie als qua doelgroepen. De buurtsportcoach is de aangewezen persoon voor deze coördinerende rol.