

# CORONA PROTOCOL

Helmondse Zwemvereniging LUTRA

BIJ GEBRUIK LACO SPORTCENTRUM HELMOND

VERSIE 2020.8 (21-juni-2020)



# Inhoud

Inhoud .....	2
1. Inleiding .....	4
2. Algemene richtlijnen .....	5
3. Randvoorwaarden voor openstelling .....	7
Annuleren/stoppen lessen .....	7
Vereiste afstand per doelgroep .....	7
Ouders/verzorgers & broertjes en zusjes .....	7
Verenigingslokaal .....	8
Routing in het zwembad .....	8
Omkleden .....	8
Douche- en toiletgebruik .....	9
Gebruik materialen en hygiëne .....	9
Wisselmomenten .....	9
Weekrooster .....	9
Wedstrijdbad .....	10
Doelgroepenbad .....	11
4. Aanvullende richtlijnen per activiteit .....	12
Alle Activiteiten .....	12
Presentielijst .....	12
Materialen .....	12
Doelgroepenbad CREZ Leszwemmen .....	12
Wedstrijdbad CREZ Diplomazwemmen .....	12
Wedstrijdbad CREZ Recreatief .....	12
Wedstrijdbad Wedstrijdzwemmen & Masters .....	13
Wedstrijdbad Synchronzwemmen .....	13
Wedstrijdbad/Doelgroepenbad Waterpolo .....	13
Bijzondere zwemmers .....	13
5. Routing in het zwembad .....	14
Routing in het zwembad .....	15
6. Instructeurs en vrijwilligers .....	16
Corona-Coördinator .....	16
Omgangsvormen en tips voor instructeurs/trainers .....	16
Gezondheidsklachten medewerkers .....	16
Testbeleid GGD Brabant Zuidoost .....	16
7. Communicatie .....	18

Manieren van communiceren .....	18
Website .....	18
Tips .....	18
8. Overtreden regels en richtlijnen .....	19
9. Wijzigingenblad .....	20
10. Bronnen en bijlagen .....	21

# 1. Inleiding

De COVID-19 / Corona pandemie heeft een grote impact op onze samenleving. Ook binnen onze zwemvereniging moeten we, nu er iets meer ruimte ontstaat om te sporten, verantwoord omgaan met de mogelijkheden en beperkingen om zodoende onszelf, onze omgeving en onze leden te beschermen tegen dit potentieel dodelijk virus.

Het ziet er naar uit dat we voorlopig moeten leven in de “anderhalve-meter samenleving” en in afwachting van groepsimmunitet (al dan niet ten gevolge van toekomstige vaccinatie) onze manier van omgang met elkaar hier moeten aanpassen.

Om onze leden toch de kans te geven om de mooie zwemsport te beoefenen en om onze jonge leden goed te leren zwemmen is het absoluut noodzakelijk om de (meest recente) RIVM-adviezen en de adviezen van de rijksoverheid nauwkeurig op te volgen. Alleen dan kunnen we op een veilige manier onze verenigingsactiviteiten laten plaatsvinden.

In dit protocol nemen wij jullie mee in de geldende maatregelen en adviezen, die we vanuit de richtlijnen van de overheid en de sportkoepels alsmede vanuit het zwembad (LACO) hebben ontvangen en hebben vertaald naar onze verenigings-situatie.

Enerzijds is dit protocol een leidraad om eenieder op dezelfde manier te laten bewegen, anderzijds is dit protocol directief en dienen de punten te allen tijde opgevolgd te worden.

## **Wijzigingen:**

Steeds wanneer de richtlijnen van de overheid of overige belanghebbende instanties worden aangepast, zal dit protocol worden herzien. Daarnaast zullen ook knelpunten die we gaandeweg tegenkomen waar mogelijk worden verbeterd.

Bij aanpassingen van het protocol zal dit opnieuw onder de kaderleden worden verspreid en zullen waar nodig aangepaste richtlijnen worden gecommuniceerd naar leden en ouders.

## **Verantwoordelijkheid:**

Het hoofdbestuur is eindverantwoordelijk voor de inhoud van dit Corona-protocol, maar het maken en onderhouden van een goed werkbaar en actueel protocol kan niet zonder input en feedback van commissies en instructeurs/trainers. Wij verzoeken iedereen dan ook om mee te denken en ons van feedback te voorzien. Al doende leert men.

## **Tot slot:**

Wij zijn ons ervan bewust dat de noodzakelijke maatregelen een grote impact hebben op de manier van omgang met elkaar en met onze leden. Dit zal ongetwijfeld een invloed hebben op de sfeer en gezelligheid binnen onze vereniging en minder plezier tijdens het lesgeven of het geven van trainingen. Iedereen zal echter ook begrijpen dat het op dit moment even niet anders kan.

Laten we er met z'n allen voor zorgen dat we samen en gezond uit de Corona-crisis komen zodat we wanneer het weer kan onze mooie vereniging weer in al haar facetten kunnen laten bloeien!

## 2. Algemene richtlijnen

De basis van dit protocol is gestoeld op de richtlijnen van de overheid en sportkoepels. Hieronder zetten wij de basisregels uiteen die voor iedereen van toepassing zijn:

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- 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 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 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot 14 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) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld;
- Blijf thuis als 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;
- Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar<sup>1</sup> onderling);
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- Ga voordat je van huis vertrekt, thuis naar het toilet;
- Doe thuis je zwemkleding aan onder je gewone kleding;
- Was voorafgaand aan en na het zwembadbezoek je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden;
- Was de handen met water en zeep als je handen mogelijk besmet zijn: na het aanraken van objecten waar veel mensen aanzitten (deurknoppen, pinapparaten, afstandsbediening, etc); na een toiletbezoek; na hoesten of niezen in de handen; na het snuiten van de neus;
- Douche thuis voor het zwemmen;
- Vermijd het aanraken van je gezicht;
- Schud geen handen;
- Kom (als sporter) alleen op de afgesproken tijden en verlaat na de activiteit de accommodatie zo spoedig mogelijk via de routing naar de uitgang

*Bronnen: NOC\*NSF Protocol verantwoord sporten versie 3 & Protocol Verantwoord Zwemmen versie 1.6*

*1) Deze leeftijdsgrens komt uit het Protocol Verantwoord Zwemmen versie 1.6. De leeftijdsgrenzen van het laatst gepubliceerde Protocol Verantwoord Zwemmen zijn van toepassing.*

Aan voorgaande richtlijnen willen wij graag de volgende algemene punten toevoegen:

- Behoor je zelf tot een risicogroep met betrekking tot je eigen gezondheid, maak dan voor jezelf een afweging of het verstandig is om te komen;
- Spreek elkaar aan op het moment dat iemand per ongeluk te dichtbij komt;
- Zorg dat er zo min mogelijk speeksel in het water komt;
- Hou je aan de voorgestelde routings-adviezen op de zwemlocatie;
- Volg altijd de instructies op van het zwembadpersoneel en onze medewerkers

### 3. Randvoorwaarden voor openstelling

Naast de in het vorige hoofdstuk genoemde algemene richtlijnen voor verantwoord sporten, zijn er natuurlijk per sport en zelfs per vereniging extra richtlijnen nodig die wat specifiek zijn voor onze situatie. Hieronder worden de aanvullende richtlijnen die onze vereniging hanteert uiteengezet.

#### Annuleren/stoppen lessen

We dienen er te allen tijde voor te zorgen dat het aantal personen in de zwemzaal niet te groot wordt, omdat voldoende afstand houden dan niet goed mogelijk is. Daarom zijn de volgende punten essentieel:

- De les of training kan door de coördinator op elk moment worden gestopt/afgezegd, als blijkt dat het te druk is/wordt.
- Direct na het eerste verzoek van onze medewerkers dienen leden/ouders/verzorgers de zwemzaal en het pand te verlaten.
- Wanneer vanuit LACO het verzoek tot staken van een activiteit komt, dienen wij hier direct gehoor aan te geven.

#### Vereiste afstand per doelgroep

De toegang tot het zwembad wordt enkel verleend op het moment dat de richtlijnen strikt worden nageleefd. Te allen tijde is het kunnen bewaren van de 1.5 meter afstand tussen personen de stelregel. Vanuit de brancheorganisaties zijn de volgende richtlijnen met betrekking tot afstand bewaren opgesteld:

Ouder en kind zwemmen	1.5 meter afstand tussen koppels (ouder + kind = koppel)
Zwemlessen en schoolzwemmen t/m 12 jaar <sup>1</sup>	1.5 meter afstand tussen instructeurs en kinderen Kinderen onderling hoeven geen 1.5 meter afstand te bewaren, maar probeer niet noodzakelijke aanrakingen te voorkomen (zwemmen is geen contactsport!)
Zwemlessen vanaf 13 jaar <sup>1</sup>	1.5 meter afstand onderling en met instructeur
Groepsactiviteiten	1.5 meter afstand onderling en met instructeur/trainer
Banenzwemmen	1.5 meter afstand onderling
Recreatief zwemmen	1.5 meter afstand onderling

1) De leeftijdsgrenzen zijn afgeleid uit het Protocol Verantwoord Zwemmen versie 1.6. De leeftijdsgrenzen in het laatst gepubliceerde Protocol Verantwoord Zwemmen zijn van toepassing.

Voor de accommodatie is er geen voorgeschreven maximaal aantal personen. Bij het aantal personen is het uitgangspunt dat iedereen te allen tijde de 1.5 meter afstand kan bewaren tot zijn mede-zwemmers en/of instructeurs/trainers.

Daarom kijken we per activiteit (zwemles, wedstrijdsport, banen zwemmen) en leeftijd (volgens de leeftijdsgrenzen beschreven in de op dat moment geldende versie van het Protocol Verantwoord Zwemmen) hoe groot de groep zwemmers kan zijn en het aantal trainers/instructeurs waarbij we uitgaan van de 1.5 meter afstand regels.

#### Ouders/verzorgers & broertjes en zusjes

- Daar waar redelijkerwijs verwacht kan worden dat een zwemmer zich zelfstandig door het zwembad kan bewegen en zelfstandig kan omkleden, is het ook de bedoeling dat de zwemmer zonder begeleiding van de ouder of verzorger naar binnen gaat en de ouder niet aanwezig is in de kleedruimte tijdens het omkleden. Ouder wacht buiten het gebouw (op het buitenterrein op afstand of in de eigen auto)
- Per gezin mag (indien strikt noodzakelijk) slechts 1 volwassen begeleider mee naar het zwembad komen
- Niet zwemmende broertjes en zusjes mogen niet meekomen naar het zwembad

- Zwemmende broertjes en zusjes die omwille van andere zwemtijden of omdat er in het andere bad wordt gezwommen niet gelijktijdig omkleden, mogen niet aanwezig zijn in de kleedlokalen terwijl het wel zwemmende kind omkleed.
- De tribune blijft tijdens de lessen en trainingen gesloten voor ouders en/of begeleiders.
- Ouders/verzorgers mogen niet in de zwemzaal komen tenzij aangevraagd via email en overlegd met coördinator. Kinderen die niet zelfstandig het zwembad in kunnen worden bij de ingang van de zwemzaal overgedragen.

## Verenigingslokaal

- Het verenigingslokaal blijft gesloten voor ouders en leden. Kaderleden hebben op functioneel niveau toegang tot de verenigingsruimte.
- We gebruiken de verenigingsruimte dus niet om te kletsen, maar enkel voor het pakken van materialen of drinken en voor administratieve handelingen.
- Communicatie met ouders/verzorgers/leden gaat alleen via email of via de telefoon. Dus niet in het verenigingslokaal.

## Routing in het zwembad

In hoofdstuk 6 wordt de routing specifiek voor LACO Sportcentrum Helmond besproken. De algehele richtlijnen waar de routing in het gebouw en in de zwemzaal aan moet voldoen is samen te vatten in de volgende punten:

- De route van aankomst en vertrek in het zwembad dient duidelijk zichtbaar te zijn;
- Na afloop van het zwemmen wordt iedereen verzocht de badinrichting zo spoedig mogelijk te verlaten en naar huis te gaan;
- In de badinrichting zijn 1.5 meter zones en routes aangegeven, waarbij “kruisend verkeer” tot een minimum wordt beperkt;
- Enkel leden die deel gaan nemen aan een zwemactiviteit en de instructeurs/trainers/ondersteunende vrijwilligers mogen de accommodatie betreden.

De verantwoordelijkheid voor het maken en onderhouden van de routing ligt bij LACO. Wij dienen hierin de richtlijnen van LACO op te volgen en aanpassingen direct door te voeren.

## Omkleden

- Bij aankomst in het zwembad hebben zwemmers/leden de badkleding al aan onder de gewone kleding;
- Het uittrekken van de gewone kleding moet op de volgende locaties:
  - Wedstrijdbad:
    - ✦ Kleding uittrekken moet op de tribune van het wedstrijdbad
    - ✦ Alle kleding in eigen tas doen en zodra de instructeur aangegeven heeft dat we gaan starten verlaten we de tribune rechtsaf richting materialenhok en zo richting de bankjes aan de raamzijde (tegen de klok in)
    - ✦ We zetten de tas op de bankjes aan de raamzijde neer (met voldoende tussenruimte). Ouders die toestemming hebben om mee te komen dienen ook via het zwembad en kleedlokaal 1 (vaders) of 4 (moeders) direct richting uitgang te gaan (dus dienen schoenen uit te trekken of hoezen over de schoenen aan te trekken).
  - Doelgroepenbad:
    - ✦ Kleding uit trekken kan in het golfslagbad net vóór het betreden van het doelgroepenbad.
    - ✦ Kleding in eigen tas doen en deze meegeven aan ouder (indien niet zelfstandig) OF meenemen naar zwemzaal en plaatsen op de rand aan de kant van het golfslagbad.
    - ✦ Begeleidende ouders gaan via ruimte met de kleedcabines naast het golfslagbad richting uitgang.



- Aankleden na afloop van de activiteit:
  - De voorkeur heeft het om snel af te drogen en met bijvoorbeeld een badjas naar de auto te gaan. We beseffen ons dat dit echter lang niet altijd mogelijk is.
  - Zo kort mogelijk aanwezig in kleedruimte.
  - Er dient altijd een afstand van 1.5 meter tussen de verschillende personen in dezelfde omkleedruimte te zijn.
    - ✦ Personen uit eenzelfde huishouden tellen als één, waartussen geen anderhalve meter afstand noodzakelijk is. Andere personen dienen onderling uiteraard wel 1.5 meter afstand te houden.
  - Bij drukte in omkleedruimtes (geen mogelijkheid 1.5 meter te bewaren): Wachten in de zwemzaal/doucheruimte
  - Specifiek voor het **wedstrijdbad**:
    - ✦ Kleedlokaal 1 en 2 voor heren (1 evt met ouders, 2 zonder ouders)
    - ✦ Kleedlokaal 3 en 4 voor dames (3 zonder ouders, 4 evt met ouders)
    - ✦ In principe geen ouder aanwezig om te helpen, tenzij het omwille van de leeftijd van de zwemmer redelijkerwijs onmogelijk is om zelfstandig aan te kleden alleen in kleedlokaal 1 (jongens) en 4 (meisjes).
  - Specifiek voor het **doelgroepenbad**:
    - ✦ Wisselcabines bij Golfslagbad zijn beschikbaar voor zowel jongens als meisjes eventueel met 1 ouder om te helpen
  - Zwembad verlaten via de lange schoolgang en zo richting de uitgang
- Er mag geen kleding in de omkleedruimtes/wisselcabines blijven hangen.

### Douche- en toiletgebruik

- Zwemmers en overige leden of begeleiders worden verzocht voorafgaand aan het zwembadbezoek thuis naar het toilet te gaan;
- Na gebruik van het toilet dient deze te worden gedesinfecteerd (water spuit LACO is beschikbaar, schoonmaakmiddelen zijn beschikbaar);
- Na het zwemmen kan er gebruik worden gemaakt van de douchefaciliteiten, mits de geldende 1.5 meterregels in acht worden genomen. De duur van het douchen is beperkt, opdat de accommodatie zo snel mogelijk verlaten wordt.

### Gebruik materialen en hygiëne

- Maak gebruik van de handenwas- en desinfectiemogelijkheden bij binnenkomst in het zwembad;
- Beperk het gebruik van zwemmaterialen zo veel mogelijk tot 1 persoon;
- Desinfecteer materialen waar dit nodig is;
- De omkleedruimtes worden regelmatig gedesinfecteerd.

### Wisselmomenten

- De komende en vertrekkende groepen dienen gescheiden te blijven van elkaar.
- Waar mogelijk wordt een korte pauze ingebouwd tussen de verschillende lessen/groepen.

### Weekrooster

Onze vereniging heeft deels gelijke en opeenvolgende uren met andere verenigingen. Om piekmomenten te beperken tijdens de wisselingen, hebben we waar mogelijk pauze-momenten ingelast zodat de zwemmers van de vereniging die klaar zijn eerst de ruimte kunnen verlaten alvorens een andere vereniging start. Resultaat hiervan is dat de trainings/lestijden soms tijdelijk veranderd zijn en dat sommigen iets korter zijn.

In de volgende paragrafen staat in detail het overzicht van de activiteiten per 21-juni-2020. Alleen bij veranderingen in start- en/of eindtijd van dagdelen zullen de tabellen in dit protocol worden ge-update. Het actuele activiteitenrooster wordt op de website gepubliceerd.

## Wedstrijdbad

Weekdag	Start Tijd	Eind Tijd	duur (min)	Discipline	Activiteit
Maandag	20:40	21:25	45	POLO	Waterpolo-Sen
	21:25	22:10	45	POLO	Waterpolo-Sen
Dinsdag	18:00	18:30	30	WZ	niet in gebruik
	21:40	22:25	45	MST	Masters
Woensdag	17:45	18:45	60	SZ	Synchroonzwemmen
	18:45	19:30	45	POLO	Waterpolo-Jgd
	19:30	20:30	60	POLO	Waterpolo-Sen
	20:30	21:10	40	CREZ	Recreatief
	21:10	21:50	40	CREZ	Recreatief
Donderdag	18:00	18:55	55	WZ	Wedstrijdzwemmen
Vrijdag	20:40	21:25	45	MST	Masters
Zaterdag	08:10	09:05	55	WZ	Wedstrijdzwemmen
	09:05	10:00	40	WZ	Wedstrijdzwemmen
	10:05	10:45	40	CREZ	Diplomazwemmen
	10:45	11:25	40	CREZ	Diplomazwemmen
	11:25	12:05	40	CREZ	Diplomazwemmen
	12:05	13:00	55	POLO	Waterpolo-Jgd

## Doelgroepenbad

Weekdag	Start Tijd	Eind Tijd	duur (min)	Discipline	Activiteit
Woensdag	20:00	20:30	30	CREZ	niet in gebruik
Zaterdag	09:00	09:30	30	CREZ	Zwemles - Geh
	09:30	10:00	30	CREZ	Zwemles - Geh
	10:05	10:45	40	CREZ	Zwemles
	10:45	11:25	40	CREZ	Zwemles
	11:25	12:05	40	CREZ	Zwemles
	12:05	13:00	55	POLO	Waterpolo-Jgd

## 4. Aanvullende richtlijnen per activiteit

De algemene richtlijnen en randvoorwaarden voor openstelling zoals genoemd in hoofdstuk 2 en hoofdstuk 3 zijn van toepassing op alle activiteiten binnen onze vereniging. Voor de verschillende activiteiten zijn aanvullende richtlijnen en adviezen opgesteld die hier bovenop komen.

De hieronder weergegeven richtlijnen per activiteit vormen de kaders waarbinnen de commissies vrij zijn om verdere invulling te geven aan de manier van lesgeven en training geven.

### Alle Activiteiten

Pas na signaal trainer/instructeur/coördinator toegang tot de zwemzaal.

#### Presentielijst

De instructeur/trainer moet bij elke activiteit een presentielijst van kader en zwemmers invullen. Zodoende is er een overzicht van het aantal personen dat aanwezig is. Tevens staat dan in ieder geval geregistreerd, wie op welke tijd in het zwembad aanwezig is geweest.

#### Materialen

Gebruik van verenigings-materialen (bv zwemplank, pull-boy, bal) is toegestaan, bij voorkeur alleen voor persoonlijk gebruik. Voor het doorgeven aan een andere zwemmer en na gebruik schoonmaken door spoelen met chloorwater.

### Doelgroepenbad CREZ Leszwemmen

- Probeer de groepen zo klein mogelijk te houden, waar mogelijk opsplitsen in kleinere groepjes.
- Er zijn geen ouders/verzorgers aanwezig in de zwemzaal tijdens de lessen.
- Bewaar als instructeur 1.5 meter afstand tot de kinderen en andere instructeurs (lesgeven in het water door assistenten kan, mits de 1.5 meter afstand in acht wordt genomen)
  - Dus niet meebewegen bij aanleren beenslag in drijfsteun
  - Dus niet kinderen in het diepe laten springen met daarbij de kans dat je een kind moet opvangen
  - Over het diepe zwemmen: gebruik flexibeam/slurf om contact te maken als nodig
- Rol van assistenten:
  - Hou in water ook anderhalve meter afstand tot de kinderen; dus geen direct contact
  - Waar mogelijk werken met subgroepjes/splitsen

### Wedstrijdbad CREZ Diplomazwemmen

- Kinderen zwemmen continue in dezelfde baan, niet switchen tussen banen tijdens de lessen.
  - Te overwegen is eenrichtingsverkeer: in baan 1 heen, in baan 2 terug etc.
- Gebruik materialen mogelijk, maar zo veel mogelijk individueel
  - Gebruik van wak, zeil met gat en matten mogelijk
  - Spullen dienen gespoeld te worden met zwemwater voor en na gebruik (chloor)
- Bij voorkeur opdrachten van 2 of een veelvoud van 2 aantal banen
  - Zo min mogelijk over de kant teruglopen
- Bepaal per opdracht of het noodzakelijk is dat kinderen tussendoor (voor een uitleg) uit het water klimmen. Waar mogelijk in het water laten en vanaf kant aan kinderen in het water de uitleg geven.
- De groepen dienen voor het gehele zwemmoment hetzelfde te blijven.

### Wedstrijdbad CREZ Recreatief

- Recreatief zwemmen voor volwassenen

- Voorkeur: eenrichtingsverkeer per baan (een groep heeft 2 banen en zwemt in baan 1 heen, baan 2 terug)
- Alternatief: verwijder lijn tussen 2 banen, zodat het te allen tijde mogelijk is voldoende afstand te bewaren

### Wedstrijdbad Wedstrijdzwemmen & Masters

- Eenrichtingsverkeer in de baan: in baan 1 heen, in baan 2 terug etc.
- Zo veel mogelijk even aantal banen zwemmen, waardoor minder beweging van trainer langs de badrand
- Breedetraining is mogelijk, mits steeds anderhalve meter tussen de leden aanwezig is.
- Zwemmers dienen een eigen bidon, voorzien van naam, met drinken mee te nemen. **Dus thuis vullen.**
- Persoonlijke hulpmiddelen moeten van naam voorzien zijn.

### Wedstrijdbad Synchronzwemmen

- In deze periode trainen er alleen meisjes/dames bij synchronzwemmen. Vanwege het aantal dames in de groep, zijn 2 kleedruimtes niet voldoende en zal deze groep volgens een indeling gebruik maken van kleedkamers 1 t/m 4.

### Wedstrijdbad/Doelgroepenbad Waterpolo

- Materialen buiten het zwemwater (pionnen, tjoek of een waterpolo goal) worden door de trainer(s) na gebruik schoongemaakt.
- Tijdens de waterpolo trainingen worden er banen gezwommen in combinatie met het afwerken van waterpolo specifieke oefeningen.

### Bijzondere zwemmers

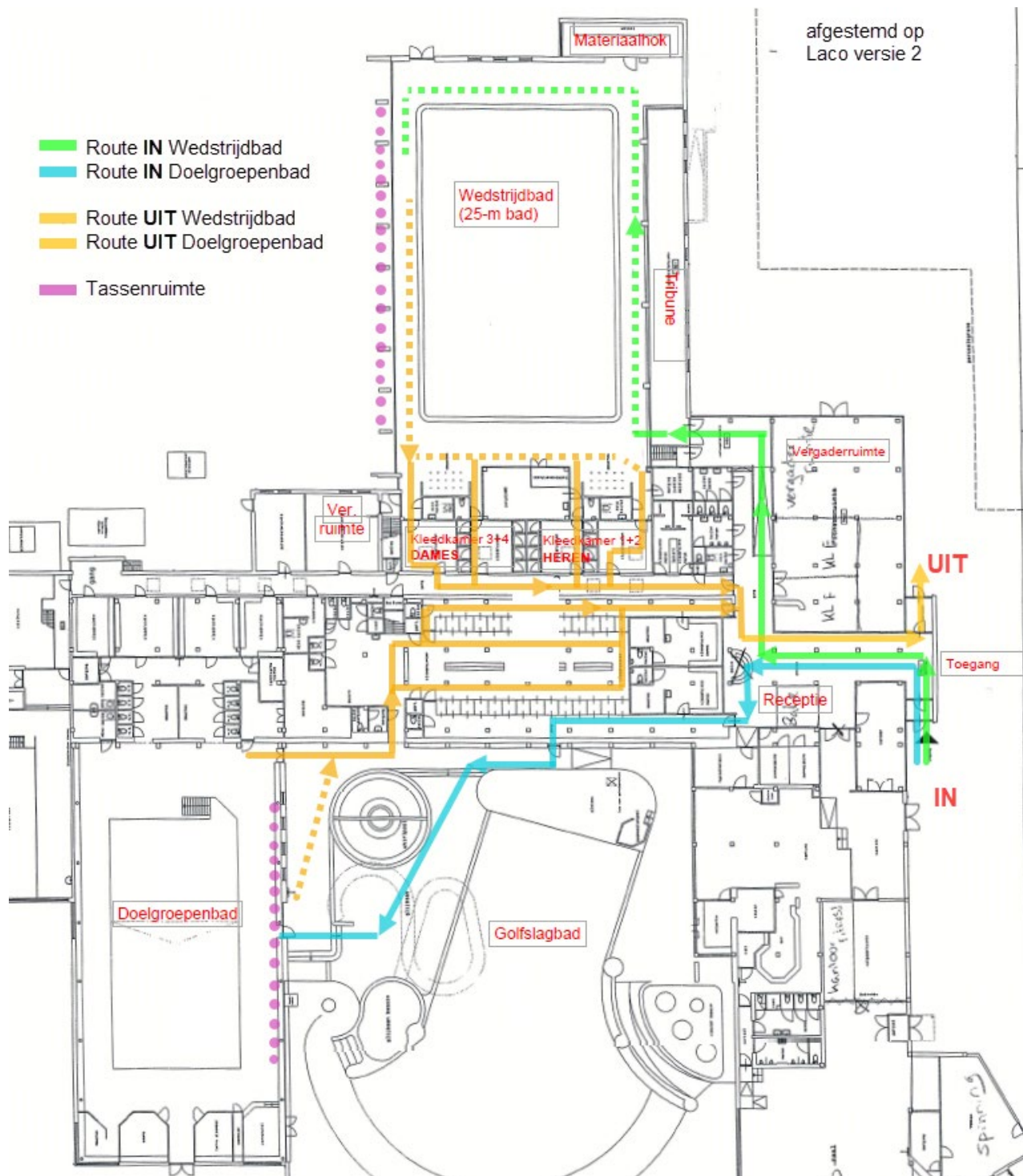
Sommige leden hebben net wat meer aandacht nodig dan anderen of hebben omwille van motorische danwel cognitieve/emotionele beperkingen meer behoefte aan lichamelijk contact/tactiele feedback. Dit kan nu uiteraard niet.

In situaties waardoor we hierbij tegen problemen aanlopen zullen we met ouders/begeleiders in gesprek gaan om te kijken naar mogelijke oplossingen. De richtlijn van 1.5 meter afstand zal hierbij niet worden losgelaten, hetgeen helaas kan resulteren tot het tijdelijk niet kunnen laten zwemmen van het betreffende lid.

## 5. Routing in het zwembad

Scheiden van de bezoekersstromen is noodzakelijk om het aantal contactmomenten te beperken en anderhalve meter afstand van elkaar te kunnen houden. LACO heeft in het zwembad zo veel mogelijk eenrichtingsverkeer toegepast.

LET OP: LACO beheert de route en kan te allen tijde beslissen de routing aan te passen. De hieronder weergegeven kaart is dan ook informatief. De route-aanwijzingen in het zwembad zijn leidend.



## Routing in het zwembad

- GROEN/ Wedstrijdbad
  - Eenrichtingsverkeer zwembad IN naar Wedstrijdbad
  - Toegangsdeur links gebruiken
  - In zaal wedstrijdbad tevens eenrichtingverkeer voor zwemmers (stippelijlijn)
- BLAUW / Doelgroepenbad
  - Eenrichtingsverkeer zwembad IN naar Doelgroepenbad
  - Toegangsdeur links gebruiken
- GEEL
  - Eenrichtingsverkeer zwembad UIT
  - Toegangsdeur rechts gebruiken (dus van binnenkant gezien de linkse deur)
  - Doelgroepenbad:
    - ✦ Na brengen gebouw verlaten door linkse gang in kleedruimte golfslagbad
    - ✦ Bij omkleden gebouw verlaten door linkse gang van kleedruimtes golfslagbad
  - Wedstrijdbad:
    - ✦ Zonder omkleden: Heren via kleedlokaal 1, dames via kleedlokaal 4
    - ✦ Omkleden HEREN: Kleedlokaal 1 en 2
    - ✦ Omkleden DAMES: Kleedlokaal 3 en 4
- Let goed op in de centrale hal van het zwembad, in verband met kruisend verkeer
- In de centrale hal staat een desinfectiepaal
- Waar mogelijk: Medewerker Lutra is in de centrale hal of buiten (indien weer het toelaat) aanwezig om de eerste weken aanwijzingen te geven aan binnenkomende leden en ouders/verzorgers
  - Daarbij zoveel mogelijk stimuleren tot zelfstandigheid (ouders weer naar buiten)
  - Wijzen op noodcommunicatie (telefoonnummer ouder in tas kind, verzoeken 06-nummer door te geven aan de coördinatoren van Leszwemmen of Diplomazwemmen).
  - De looproutes gelden voor iedereen: ook trainers en instructeurs!
  - Bij geval van evacueren geldt het bedrijfsnoodplan onverminderd. De Corona-looproutes vervallen dan.

## 6. Instructeurs en vrijwilligers

### Corona-Coördinator

- Voor de gehele vereniging is er een hoofd corona-coördinator aangesteld
- De verantwoordelijkheid voor het aanstellen van de dienstdoende corona-coördinator per activiteit ligt bij de verschillende commissiebesturen.
- Per commissie zijn er daarnaast één of twee corona-coördinatoren. De verschillende corona-coördinatoren hebben onderling overleg (WhatsApp groep) om snel punten af te stemmen en elkaar van de meest recente informatie te voorzien. De corona-coördinator stemt vervolgens verder af met de overige belanghebbenden per commissie.
- Daar waar er sprake is van lessen/trainingen in 2 baden, kunnen er meerdere dienstdoende coördinatoren gelijktijdig in het gebouw zijn.
- De aangestelde Corona-coördinator dient in hoge mate op de hoogte te zijn van de inhoud van het meest recente Corona-protocol van onze vereniging en zorg te dragen voor het correct naleven van het protocol.
- De Corona-coördinator dient het hoofdbestuur direct te informeren op momenten dat naleving (door drukte, door fouten in het protocol, door nieuwe inzichten vanuit LACO, etc) van het protocol niet mogelijk blijkt te zijn. Dit zodat er snel actie kan worden ondernomen en waar nodig het protocol kan worden verbeterd/herzien.
- De dienstdoende corona-coördinator is bekend bij alle zwemmers en indien nodig duidelijk herkenbaar (dit geldt met name voor het leszwemmen en diplomazwemmen).
- Bezwaren tegen beslissingen/aanwijzingen van de dienstdoende coördinator dienen schriftelijk ingediend te worden (geen discussie rond het zwembad).
- De dienstdoende corona-coördinator is verantwoordelijk voor de aansturing van “helpende handen” waaronder medewerkers en ouders die helpen met de routing en opvang. Ook deze “helpende handen” zullen duidelijk herkenbaar zijn.

### Omgangsvormen en tips voor instructeurs/trainers

- Bewaar ook binnen de relationele sfeer (familie, partners) de 1.5 meter afstand. Ouders en leden zijn niet altijd van onderlinge relaties op de hoogte en dit kan reacties oproepen.
- Spreek van tevoren goed af wie waar gaat staan tijdens de les en tijdens instructie-momenten.
- Draag samen zorg voor het juist gebruik van materialen. Ruim je eigen materialen op na gebruik.
- Enkel medewerkers die omwille van de uit te oefenen taak noodzakelijk zijn in de zwemzaal mogen zich daar begeven. Voor secretariële taken, officialtaken (wedstrijd) etc blijft gelden: Blijf thuis (werken).
- Het gebruik van een mondkapje is toegestaan, naar eigen inzicht en voorkeur. Hier dien je echter zelf voor te zorgen.

### Gezondheidsklachten medewerkers

Wij doen nadrukkelijk een beroep op de eigen verantwoordelijkheid van onze medewerkers. Ook voor hen geldt natuurlijk: Bij klachten, blijf thuis.

Aangezien er uiteraard te allen tijde voldoende instructeurs/trainers aan de banen dienen te staan, verzoeken wij nadrukkelijk om bij klachten direct melding te maken via de communicatiemiddelen (de diverse WhatsApp groepen) die binnen de instructeurs/trainers gebruikt worden om aan elkaar af te melden. Dit zodat we waar nodig tijdig vervanging kunnen proberen te regelen.

Ben je 24 uur klachtenvrij en kun je dus weer komen, laat dit ook even weten.

### Testbeleid GGD Brabant Zuidoost

Binnen GGD BZO bestaat er voor jeugdtrainers de mogelijkheid om een Corona-test\* te ondergaan. Hier zijn uiteraard voorwaarden aan verbonden.



Wie komt hiervoor in aanmerking?

- Jeugdtrainers die in aanmerking komen met groepen kinderen EN
- Langer dan 24 uur klachten hebben van hoesten en/of neusverkoudheid en/of koorts

Aanmelden hiervoor dient door de jeugdtrainer zelf gedaan te worden en kan via de GGD (telefoonnummer: 088 0031 111). Het is dus niet de bedoeling om zonder afspraak naar een GGD-testlocatie te gaan.

Meer (en de meest actuele informatie):

<https://www.ggdbzo.nl/partners/Zorgaanbieders/Paginas/Coronatest-voor-zorgmedewerkers.aspx>

*\* Let op: de test bepaalt of je op DIT MOMENT besmettelijk bent en bepaalt niet of je een Corona-infectie hebt gehad. De test geeft ook geen zekerheid dat je in de toekomst niet alsnog Corona kunt oplopen.*

## 7. Communicatie

Alles is anders op dit moment. Dat vergt een hoge mate van flexibiliteit en aanpassingsvermogen, zowel voor vrijwilligers, leden als ouders en verzorgers. Het is onvermijdelijk dat er hier en daar onduidelijkheid zal ontstaan over de maatregelen en de uitvoering hiervan.

Het streven van onze vereniging is om door goede communicatie richting alle betrokkenen zo veel mogelijk duidelijkheid te verschaffen en waar mogelijk verduidelijking te geven.

### Manieren van communiceren

De meest veilige manier van communiceren is digitaal. In tegenstelling tot computervirussen verspreidt het Corona-virus zich gelukkig namelijk niet via de digitale snelweg. Wij zullen dan ook veel gebruik maken van nieuwsbrieven richting leden, aangevuld door mededelingen via de verschillende Whatsapp-groepen voor onze vrijwilligers. Daarnaast zijn video conference-info-momenten mogelijk.

Het verenigingslokaal blijft voorlopig gesloten voor leden en ouders/verzorgers. Contact met ouders aan de badrand zal ook tot een minimum beperkt moeten blijven. Grote vragen dienen digitaal gesteld en beantwoord te worden.

### Website

Op onze website zal een pagina worden ingericht waar te allen tijde de actuele maatregelen te vinden zijn, zodat dit voor ouders en verzorgers direct en snel terug te vinden is.

Naast de maatregelen zullen hier ook de aangepaste zwemtijden worden gepubliceerd.

De Corona-pagina op onze website is te bereiken via: [www.lutrahelmond.nl/corona](http://www.lutrahelmond.nl/corona)

### Tips

- Informeer kinderen over de maatregelen bij de eerste lessen en trainingen en zorg dat ze de aanwijzingen van de kaderleden te allen tijde opvolgen
- Verzoek aan ouders/verzorgers om:
  - tijdens de lessen en trainingen telefonisch bereikbaar te zijn op het bij ons bekende 06-nummer.
  - een briefje met ouderlijke 06-nummers in de tas van het kind te bewaren en aan de buitenkant van de tas een label te hangen met de vóór en achternaam van het kind
  - te zorgen dat de contactgegevens in de ledenadministratie actueel zijn. Aanpassen kan via een mail naar [ledenadministratie@lutrahelmond.nl](mailto:ledenadministratie@lutrahelmond.nl)
  - niet te vroeg te komen
  - duidelijk met het kind af te spreken hoe te handelen na afloop van de zwemles
  - kinderen te stimuleren om zelfstandig en zonder begeleiding om te kleden. Oefen dit zo nodig thuis alvast een keer.
  - Kinderen (en leden zelf) makkelijke kleren aan te laten doen. Dit beperkt de omkleedduur.

## 8. Overtreden regels en richtlijnen

Alles valt of staat met het naleven van de richtlijnen. Zowel door LACO als externe instanties kan er controle plaats vinden (bij sportverenigingen in Helmond zijn reeds BOA's voor controle langs geweest). Wij zijn als vereniging verantwoordelijk voor de handhaving van de richtlijnen op de momenten dat wij gebruik maken van de faciliteiten.

Bij overtreding van de richtlijnen (wat in veel gevallen wellicht niet eens bewust zal gebeuren) dient degene die de overtreding waarneemt direct degene die de overtreding begaat hierover aan te spreken. Over het algemeen zal dit leiden tot een correctie van het gedrag.

In gevallen waar overtredingen willens en wetens en/of herhaaldelijk optreden dient deze persoon (of personen) direct te worden gesommeerd om het pand te verlaten. Eventueel kan hiervoor om hulp van het personeel van LACO worden gevraagd.

Te allen tijde zijn de bepalingen zoals benoemd in het veiligheidsprotocol voor verenigingen, het LACO bedrijfsnoodplan, en het huishoudelijk reglement en statuten van onze vereniging van toepassing op ieder lid (en begeleiders van leden) van onze vereniging. In de statuten zijn in artikel 11 bepalingen opgenomen omtrent overtreding van regels en ontzetting uit de vereniging.

## 9. Wijzigingenblad

Datum	Bladzijde	Versienr.	Onderwerp/omschrijving wijziging
18-mei-2020	2020.6	10	In doelgroepenbad de activiteit Waterpolo 12:05-13:00u toegevoegd
1-juni-2020	2020.7	12	bij Wedstrijdbad Wedstrijdzwemmen & Masters de regels voor het gebruik van verenigings-materialen (zwemplank, pull-boy) beschreven
		12	bij Wedstrijdbad Waterpolo - aanpassing bij gebruik van materialen buiten het zwemwater - weggehaald dat keeper niet in goal mag, omdat balcontact is toegestaan - beschreven dat waterpolo specifieke oefeningen zijn toegestaan; oefeningen zijn niet meer beperkt tot alleen maar individuele oefeningen
		12	bij Doelgroepenbad Waterpolo - aanpassing bij ophalen/opruimen en gebruiken van materialen - Keeper mag in goal, omdat balcontact is toegestaan - beschreven dat waterpolo specifieke oefeningen zijn toegestaan; oefeningen zijn niet meer beperkt tot alleen maar individuele oefeningen
		21	bij Bronnen en bijlagen Referentie naar Protocol Verantwoord Zwemmen ge-update naar versie 1.3 15-mei-2020
21-juni-2020	2020.8		In deze update een aantal beschrijvingen algemener gemaakt, zodat toekomstige wijzigingen mbt 1.5 meterregels meegenomen worden. Verruiming mbt gebruik douches verwerkt Beschrijving schoonmaken door vereniging zelf aangepast Uitgangspunt blijft: het verantwoord aanbieden van zwemmen onder voorwaarde van de geldende 1.5 meterregels
		5	bij Algemene Richtlijnen: verruiming omschrijving douchen, voetnoot mbt 1.5 meterregels en leeftijdsgrens (toekomst bestendig)
		7	bij Vereiste afstand per doelgroep: voetnoot mbt 1.5 meterregels en leeftijdsgrens (toekomst bestendig) aanpassing in de uitleg en bepaling van groepsgrootte
		9	bij Gebruik materialen en hygiene kleedruimtes niet meer schoonmaken voor elk gebruik
		9	bij Weekrooster Alle mogelijk dagdelen beschreven die door de vereniging gereserveerd zijn
		12, 13	bij Aanvullend richtlijnen per activiteit de algemene richtlijnen in paragraaf Alle Activiteiten gezet diverse per activiteit specifieke toelichtende beschrijvingen verwijderd
		18	bij Omgangsvormen en tips voor instructeurs/trainers tekst mbt meenemen spullen verwijderd
		21	bij Bronnen en bijlagen Referentie Gemeente Helmond: protocol verantwoord sporten ge-update naar versie 3, 29- mei-2020 Referentie naar Protocol Verantwoord Zwemmen ge-update naar versie 1.6 15 juni 2020

## 10. Bronnen en bijlagen

- NOC\*NSF: Protocol verantwoord sporten (versie 3)
- Gemeente Helmond: protocol verantwoord sporten (versie 3: 29 mei 2020)
- Samenwerkende partijen zwembadbranche: Protocol verantwoord zwemmen (versie 1.6: 15 juni 2020)
- GGD Brabant zuidoost: Website pagina coronatest voor jeugdleiders (<https://www.ggdbzo.nl/partners/Zorgaanbieders/Paginas/Coronatest-voorhttps://www.ggdbzo.nl/partners/Zorgaanbieders/Paginas/Coronatest-voor-zorgmedewerkers.aspxzorgmedewerkers.aspx>; geraadpleegd op 9 mei 2020)
- Rijksoverheid Richtlijnen coronavirus (<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirushttps://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19covid-19>)
- Aangeleverde informatie LACO
- Helmondse Watervrienden: Corona protocol HWV versie 1\_0 12052020