



# Protocol verantwoord sporten kinderen t/m 12 jaar en jeugd 13 t/m 18 jaar

Vanaf 29 april mogen kinderen t/m 12 jaar en jeugd 13 t/m 18 jaar, onder begeleiding, weer samen trainen in de buitenlucht. Het kabinet heeft de gemeenten opgeroepen om deze sportactiviteiten te faciliteren en te organiseren, altijd onder begeleiding van buurtsportcoaches of het kader van sportaanbieders. Het is de bedoeling dat zoveel mogelijk kinderen en jongeren de kans krijgen mee te doen.

Met dit protocol wil de Watersportvereniging Heeg (WSH) aangeven hoe we dit binnen de WSH willen doen, gebaseerd op het protocol van NOC\*NSF en aangepast naar de situatie van de WSH, uiteraard binnen de kaders van het kabinetsbeleid en de richtlijnen van het RIVM.

De in dit document bedoelde sportactiviteiten en het gebruik van onze sportaccommodatie “het Sylhûs” zijn mogelijk op basis van de per 29 april geldende noodverordeningen. 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. Om te zorgen dat de jeugd kan blijven sporten, is het dus van belang dat wij ons allen aan dit protocol houden.

Bij activiteiten die de WSH organiseert en begeleidt heeft de WSH de verantwoordelijkheid voor de sportactiviteiten zelf en het handhaven van het protocol. De WSH maakt met de gemeente afspraken over hoe de eerste lijn van handhaving het WSH terrein vorm en inhoud moet krijgen. De bestuurlijke handhaving die voortvloeit uit de noodverordening ligt zoals gezegd 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.

In dit document wordt ingegaan op de verantwoordelijkheid voor de verschillende betrokken doelgroepen:

1. Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen
2. Het WSH bestuur
3. De organiserende commissie
4. Trainers, begeleiders en vrijwilligers
5. De sporters
6. Ouders en verzorgers

Als bijlage een in een plattegrond opgenomen van het WSH-terrein en haar omgeving.

Lees alle voor jou relevante hoofdstukken aandachtig door, alvorens weer actief te zijn voor of bij de WSH. Laten we met zijn allen weer veilig genieten van de watersport !!!

Het WSH bestuur

**Noot: Mogelijk worden er nog aanpassingen gedaan in dit document.**

**Op [WSHeeg.nl](https://www.wsheeg.nl) vind je altijd de meest actuele versie van het sportprotocol.**

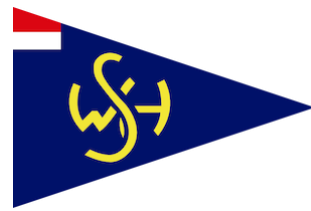


# 1. Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

## Onderstaande maatregelen gelden voor iedereen:

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop
- Blijf thuis als je 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;
- Blijft 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;
- Houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden. Deze regel geldt alleen niet voor kinderen tot en met 12 jaar met hun eigen leeftijdsgenoten;
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- Ga voordat je naar de WSH vertrekt thuis naar het toilet;
- Was voor je WSH-activiteit thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden;
- Was je handen met water en zeep voor en na bezoek van de WSH;
- Douche thuis, want de kleedkamers van de WSH zijn gesloten
- Vermijd zoveel mogelijk het aanraken van je gezicht;
- Schud geen handen;
- Kom niet eerder dan 5 minuten voor de geplande sportactiviteit aan bij het Sylhûs en ga direct na je sportactiviteiten en het opruimen van je boot weer naar huis.

## Iedereen neemt de gebruikelijke hygiëne maatregelen in acht;



## 2. Het WSH bestuur

### Het bestuur voert onderstaande maatregelen uit:

- Stemt voorafgaand aan de geplande sportactiviteiten af met de organiserende commissie, of deze is toegestaan, op de wijze zoals deze gepland is;
- Wijst voor iedere activiteit een coördinator aan die aanspreekpunt is voor de locatie en voor de gemeente;
- Stelt voor iedere activiteit op het WSH terrein corona-verantwoordelijken (minimaal 1) aan, waarvan er altijd minimaal één herkenbaar aanwezig is met een oranje hesje;
- Hangt de hygiëneregels op bij de ingang van de sportaccommodatie én bij de sportvelden binnen de accommodatie;
- Zorgt er met een duidelijke aanrijdroute van auto's en fietsen voor dat trainers en sporters de accommodatie op een veilige manier kunnen betreden;
- Zorgt 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 1,5 meter onderlinge afstand in acht;
- Communiceert de regels van de WSH met de leden en hun ouders via de eigen communicatiemiddelen. En controleert of deze zichtbaar aanwezig zijn op de accommodatie;
- Houdt het "Sylhûs", inclusief kleedkamers en andere ruimtes vooralsnog gesloten. Alleen het toilet aan de buitenzijde van het gebouw mag in uitzonderlijke gevallen worden gebruikt. Een corona-verantwoordelijke zal de toilet dan van het slot halen en zorgen dat na gebruik de gebruiker de klink, toiletbril, doorspoelknop en evt. het gebruikte kraantje afveegt met een desinfectie doekje en doet daarna de toiletdeur weer op slot;
- Zorgt waar nodig voor persoonlijke hygiënemiddelen en schoonmaakmiddelen voor materialen (water en zeep en voldoende papieren handdoekjes);
- Schaft de benodigde persoonlijke beschermingsmiddelen voor de trainers/instructeurs aan;
- Stemt af met medegebruikers van het Sylhûs (Stichting Friesche Tjottervlott (SFT) en Vereniging van Eigenaren (VvE)) over dit protocol en het naleven daarvan.
- Zorgt dat ten allen tijde EHBO materialen beschikbaar zijn en deze niet achter slot en grendel zitten;



### 3. De organiserende commissie

#### Het organiserende commissie voert onderstaande maatregelen uit:

- Instrueert trainers/instructeurs over de wijze waarop ze op een verantwoorde en veilige manier sportaanbod kunnen uitvoeren, conform dit protocol;
- instrueert trainers/instructeurs dat ze sporters bij overtreding van de regels moeten aanspreken op ongewenst gedrag en bij het niet aanpassen van hun gedrag, worden uitgesloten van verdere deelname aan de sportactiviteit;
- Verstrekt de persoonlijke beschermingsmiddelen voor de trainers/instructeurs en geeft instructie hoe deze te gebruiken conform dit protocol;
- Stelt één of meerdere herkenbare coronaverantwoordelijke(n) aan en zorgt ervoor dat er altijd minimaal één persoon herkenbaar aanwezig is met een oranje vestje tijdens het sporten op het water;



## 4. Trainers, begeleiders en vrijwilligers

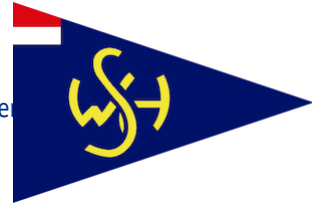
### Trainers, begeleiders en vrijwilligers voeren de volgende maatregelen uit:

#### Vorbereiding

- Kom, voor zover dat kan, zoveel mogelijk met eigen vervoer naar de accommodatie waar je training gaat geven;
- Vermenging van de leeftijdsgroepen kinderen t/m 12 jaar en jeugd van 13 t/m 18 jaar is op geen enkel moment toegestaan;
- Maak groepen van ongeveer 10, maar maximaal 15 kinderen. Communiceer vooraf aan de kinderen in welke groep zij zitten, op welk tijdstip zij worden verwacht en dat zijn maximaal 5 minuten van tevoren aanwezig mogen zijn en bij aankomst verzamelen op de verzamelplaats, rekening houdend met 1,5 meter afstand, waar een instructeur aangeeft wanneer zijn hun bootje uit de loods mogen halen;
- Bereid je training goed voor. Voor 13 t/m 18 geldt houdt 1,5 meter afstand ook onderling;
- Pas de training aan naar het niveau van de kinderen en de werkelijke windkracht op het meer, zodat het risico dat een rescue actie nodig is, tot een minimum wordt beperkt;

#### Bij aankomst op het WSH terrein:

- Zorg dat de loods zo ver leeg is, dat kinderen zelf hun boot kunnen pakken, eventueel geholpen door 1 instructeur en laat de kinderen daarna zo snel mogelijk hun boot optuigen;
- Laat kinderen niet eerder toe dan 5 minuten voor de starttijd van de training/activiteit. De kinderen moeten na afloop direct vertrekken;
- Kinderen die door hun ouders worden gebracht, worden bij het rood-witte paaltje tegen gehouden (of indien ze op de fiets komen bij de overgang van de passantenhaven naar het WSH-terrein) door een Corona-verantwoordelijke. De kinderen worden op de parkeerplaats afgezet en daar ook opgehaald door de ouders. De ouders betreden dus in principe niet het WSH-terrein.
- Ouders die een boot op een trailer brengen, nemen de aanrijd route, koppelen de aanhangwagen of trailer af van de auto en verlaten vervolgens direct het WSH terrein via de terugrijd route.
- Laat kinderen gefaseerd hun boot uit de loods halen, waarbij instructeurs en kinderen van 13 t/m 18 jaar 1,5 meter afstand kunnen houden. Wijs de kinderen erop dat ze na de training en opruimen van hun boot direct naar huis gaan;
- Zorg dat er geen toeschouwers zijn bij de les/training zijn, tenzij dat dat in specifieke gevallen noodzakelijk is;
- Wijs ieder kind aan op welke plek ze hun bootje op moeten tuigen, om zo 1,5 meter afstand in acht te kunnen nemen en zorg dat iedereen zo veel mogelijk zijn eigen boot op- en aftuigt, eventueel onder mondelinge instructie van een instructeur.



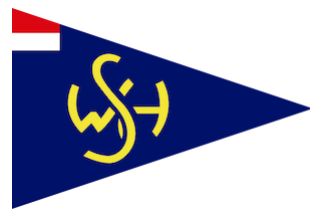
- Voor kinderen die niet zelfstandig hun boot kunnen op- of aftuigen, kan een instructeur helpen onder de volgende voorwaarden
  - Instructeurs worden ingedeeld zodat iedere instructeur zo min mogelijk kinderen moet helpen
  - Instructeurs dragen handschoenen (die evt. verstrekt zijn door de WSH), die na iedere hulp aan een kind worden gereinigd met desinfecterende handgel of zeep, alvorens het volgende kind te helpen;

#### **Instructie bij aanvang van de activiteit:**

- Geef duidelijke instructie of kinderen na het optuigen verzamelen voor een gezamenlijke instructie (waarbij kinderen van 13 t/m 18 jaar 1,5 meter afstand moeten houden) of direct hun bootje te water laten, eventueel geholpen door 1 instructeur
- Maak vooraf (gedrags)regels aan kinderen duidelijk, met name voor de groep 13 t/m 18 jarigen waarbij tijdens het sporten 1,5 meter afstand moet worden gehouden;
- 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, hoesten en niezen in de elleboog en laat kinderen geen handen schudden;

#### **Tijdens de activiteit**

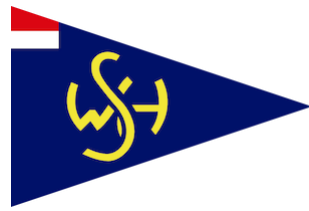
- Help de kinderen om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt;
- Houd 1,5 meter afstand met al je kinderen en/of mede-trainers (geen lichamelijk contact);
- Zit met maximaal 1 persoon in een begeleidingsboot;
- Op de berenboot of de ambtenaar is naast de schipper maximaal 1 andere persoon aanwezig;
- Draag (wegwerp)handschoenen tijdens het opscheppen van de soep. De soep wordt opgediend in wegwerp soepkommen met wegwerp lepels. Deze worden na gebruik door de soephouder (met handschoenen aan) verzameld in een vuilniszak. Deze maatregel wordt pas na enige weken ingevoerd, indien het bestuur in samenspraak met de jeugdcommissie heeft besloten dat iedereen de andere maatregelen goed naleeft en dat dit veilig kan worden uitgevoerd;
- was of desinfecteer je handen na iedere training;



## 5. De sporters

### Sporters voren de volgende maatregelen uit:

- Houdt je aan de algemene afgekondigde Corona Maatregelen zoals ook opgenomen in het hoofdstuk “Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen”
- Meld je tijdig aan en af voor de geplande activiteit, zodat de WSH rekening kan houden met het aantal deelnemers;
- Kom alleen naar het WSH terrein 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 het WSH terrein;
- Volg altijd de aanwijzingen op van de WSH vrijwilligers die de activiteit helpen organiseren;
- Sporters van 13 t/m 18 jaar moeten 1,5 meter afstand houden tot alle andere personen (behalve personen uit eigen huishouden), dus ook tot trainers en andere sporters. Bij sporters t/m 12 jaar is deze afstandsbeperking onderling niet aan de orde;
- Kom in sportkleding naar de sportlocatie, de kleedkamers zijn gesloten. Je kunt ook niet douchen, zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest;
- Neem je eigen eten en bidon gevuld mee om uit te drinken;
- Kom niet eerder dan 5 minuten voor aanvang van de sportactiviteit naar het WSH terrein en wacht bij aankomst op de verzamelplek, tot een instructeur aangeeft dat je je bootje mag halen, of je naar een instructieplek te mag. Indien je eerder bent, wacht je op de parkeerplaats voor het rood-witte paaltje;
- Pak zelf je eigen bootje uit de loods, indien nodig zal een instructeur je daarbij helpen. Zet daarna je bootje op de plek die door een instructeur wordt aangewezen, zodat je 1,5 meter afstand kunt houden bij het optuigen. Tuig daarna je bootje zo snel mogelijk op en ga naar de voorbespreking of laat je bootje te water, afhankelijk van de instructie van je instructeur.
- Tuig zoveel mogelijk zelfstandig en alleen je eigen bootje op. Indien nodig, kun je daarbij hulp vragen van een instructeur (dus niet één van de andere kinderen). Deze probeert zoveel mogelijk advies te geven, zodat je zelf je bootje kunt optuigen en helpt alleen fysiek indien dit echt nodig is, met handschoenen aan. Daarna reinigt hij zijn handschoenen met desinfecterende zeep of handgel.
- Verlaat direct na de sportactiviteit het WSH-terrein.

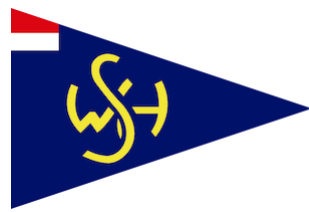


## 6. Ouders en verzorgers

### Ouders en verzorgers voeren de volgende maatregelen uit:

- 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 tijdig aan en af voor de geplande activiteit, zodat de WSH rekening kan houden met het aantal deelnemers;
- Breng je kind(eren) alleen naar het WSH terrein wanneer er een sportactiviteit voor jouw kind(eren) gepland staat, indien je meer dan 5 minuten te vroeg bent, wacht je op het parkeerterrein voor het rood-witte paaltje;
- Breng je kind(eren) niet naar het Sylhûs 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;
- Indien je toch moet meereizen met je kinderen, reis dan alleen met jouw kind(eren) of kom met personen uit jouw huishouden;
- Laat je kind(eren) zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar het WSH terrein gaan;
- Als ouder/verzorger/begeleider heb je geen toegang tot het WSH terrein. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de sportactiviteit van jouw kind(eren). Je kunt je kind afzetten en ophalen op het parkeerterrein voor het rood-witte paaltje, of indien u op de fiets komt bij de overgang van de passantenhaven naar het WSH terrein;
- Ouders die een boot op een trailer brengen, nemen de aanrijd route, koppelen de aanhangwagen of trailer af van de auto en verlaten vervolgens direct het WSH terrein via de terugrijd route;
- Kom niet eerder dan 5 minuten voor aanvang van de sportactiviteit bij het Sylhûs;
- Volg altijd de aanwijzingen op van de WSH vrijwilligers;
- Als ondersteuning noodzakelijk is bij de sportactiviteit, is het toegestaan dat één ouder/verzorger op de sportlocatie aanwezig is. Voor deze persoon geldt ook dat het daar geldende protocol nageleefd moet worden;
- dDirect na de sportactiviteit halen de ouder/verzorger de kinderen op, op de parkeerplaats voor het rood-witte





paaltje. Wacht zoveel mogelijk in de auto tot uw kind komt, of indien u buiten de auto wacht houdt u 1,5 meter afstand. Indien u ook een trailer op komt halen, komt uw kind zelf naar de parkeerplaats om u te vertellen dat de trailer gereed staat om op te halen. U kunt dan met uw kind de trailer ophalen via de aanrijd route, de aanhangwagen of trailer aan de auto koppelen en vervolgens direct het WSH terrein verlaten via de terugrijd route;

## Bijlage: Plattegrond

