

# Protocol van zwemvereniging Scheldestroom voor een veilig en verantwoord gebruik van het zwembad De Eenhoorn in verband met het covid 19 virus.

Versie: 15-10-2020

## **Algemene veiligheid en hygiëneregels voor iedereen (op basis van richtlijnen RIVM):**

- 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 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven 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 coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een test) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld.
- Blijft 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 en jongeren tot 18 jaar onderling en kinderen tot en met 12 jaar tot volwassenen).
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
- Ga voordat je van huis vertrekt, thuis naar het toilet.
- 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, niezen in de handen; na het snuiten van de neus.
- Vermijd het aanraken van je gezicht.
- Schud geen handen.
- Zingen en schreeuwen is niet toegestaan.

## **Specifieke maatregelen voor onze zwemmers (basis is het KNZB protocol verantwoord zwemmen):**

- De basisregels m.b.t. de 1,5 meter-norm zijn:
- Kinderen t/m 12 jaar (t/m geboortjaar 2008) hoeven onderling en tot volwassenen geen 1,5m afstand te houden. Ook leden van 1 huishouden hoeven dat niet;
- Jongeren van 13 t/m 17 jaar (geboortjaar 2007 t/m 2003) hoeven onderling geen 1,5m afstand meer te houden, maar wel tot volwassenen;
- Volwassenen (18 jaar geboortjaar 2002 en ouder) dienen te allen tijde 1,5m afstand tot elkaar te houden.
- Kom zoveel mogelijk alleen op het zwembad (ouders gelieve buiten te blijven)
- Kom met persoonlijk vervoer of met personen uit jouw huishouden., te voet, met de fiets of auto.
- Kom op tijd naar de zwemtraining 1<sup>e</sup> uur (jongeren 18.25 uur en 2<sup>e</sup> uur ouderen 19.10 uur aanwezig op het zwembad (ruimte naast de badmeester post),
- Volg altijd de aanwijzingen van de daartoe bevoegde personen op.
- Ga voorafgaand aan het zwembadbezoek thuis naar het toilet.
- Trek thuis je badkleding aan.
- Beperk de aanrakingen met deuren, hekken, bankjes e.d. tot het noodzakelijke minimum.

- Beperk gebruik van niet noodzakelijke ruimten in de accommodatie.
- Douche thuis voor en na het zwemmen.
- Verlaat direct na het zwemmen de accommodatie zo spoedig mogelijk via de route naar de aangewezen uitgang. Het zwembad dient uiterlijk om 19:55 leeg te zijn. De kleedkamers dienen om 20:15 leeg te zijn.
- 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 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven 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.
- Blijft 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.

### **Groepsactiviteiten (hieronder valt ook verenigingszwemmen).**

- Ten aller tijde dient de 1,5 meter-norm in acht genomen te worden voor volwassenen onderling en van 13 tot 18-jarigen ten opzichte van volwassenen en volwassenen onderling.

### **Regels op het zwembad (op basis van de richtlijnen in het zwembad De Eenhoorn);**

- Zorg dat je op de hoogte bent van de geldende regels door de badinrichting vastgesteld en dat deze nageleefd worden.
- Een coronaverantwoordelijke is zoveel mogelijk aanwezig (trainer of bestuurslid) deze persoon is op de hoogte van de geldende regels/kaders. Ook adviseert hij/zij medewerkers en vrijwilligers bij het eventueel aanpassen van het (coronaproef) sport- of lesaanbod.
- Kinderen t/m 12 jaar( t/m geboortjaar 2008) hoeven onderling en tot volwassenen geen 1,5m afstand te houden en kunnen gezamenlijk naar binnen.
- Jongeren van 13 t/m 17 jaar (geboortjaar 2007 t/m 2003) hoeven onderling geen 1,5m afstand meer te houden, maar wel tot volwassenen en kunnen gezamenlijk naar binnen.
- Volwassenen (18 jaar geboortjaar 2002 en ouder) dienen te allen tijde 1,5m afstand tot elkaar te houden en gaan gefaseerd als laatste groep naar binnen.
- Bij aankomst op het zwembad zoveel mogelijk rechts houden en bij binnenkomst de handen desinfecteren (middelen zijn aanwezig bij de ingang van het zwembad).
- Loop direct naar de open ruimte naast de badmeesterpost (aangegeven met pijlen) doe hier de schoenen uit en stop deze in een plastic zak.
- Kinderen t/m 12 jaar( t/m geboortjaar 2008): loop naar de gele bankjes aan de lange zijde en doe hier de bovenkleding uit en stop het in je zwem tas en plaats deze op de zitbank;
- Jongeren van 13 t/m 17 jaar (geboortjaar 2007 t/m 2003): loop naar de gele ban achter de startblokken en doe hier de bovenkleding uit en stop het in je zwem tas en plaats deze op de zitbank;
- Volwassenen (18 jaar geboortjaar 2002 en ouder): loop naar een beschikbare vrije markering aan de lange zijde van het zwembad en doe hier de bovenkleding uit en stop het in je zwem tas en plaats deze op de zitbank achter de startblokken zodat de jongeren in het water liggen. Let op! Niet meer dan 6 personen achter de startblokken en altijd 1,5 meter afstand bewaren. Alle markeringen bezet? Wacht tot een markering vrij komt voordat je de zwemzaal binnen gaat.
- Op het teken van de trainer ga je naar de baan waarin je bent ingedeeld (zorg dat je weet in welke baan je zwemt zie het publicatiebord).
- Indien de training is afgelopen houden we steeds allemaal 1,5 m afstand van elkaar.

- Na afloop van de training neem je de zwem tas en schoenen mee naar de omkleedruimte jongens en meisjes tot en met 17 jaar (geboortjaar 2003) moeten omkleden in de groepskleedkamers dames en heren 18 jaar en ouder (geboortjaar 2002) moeten omkleden in de kleedhokjes.
- Indien je omgekleed bent let je weer op de 1,5m afstand en verlaat je zo spoedig mogelijk het zwembad via de looproute die is aangegeven. (zoveel mogelijk rechts houden).
- De foyer en de douches zullen tot nader order gesloten zijn.
- Registratie van aanwezigen loopt bij Scheldestroom via Inschrijflijst op het bad.
- De zwembadbodem wordt standaard in het 1<sup>e</sup> uur op 1,2m gezet, het 2<sup>e</sup> uur gaat de bodem naar 1,5m diepte.
- Zwemmers van het tweede uur zijn alleen welkom na aanmelden via [frans@scheldestroom.com](mailto:frans@scheldestroom.com) en na bevestiging van de inschrijving.
- Onderling wisselen van toegekende dagen is niet toegestaan.
- Bij twee keer NO SHOW wordt de toegekende dag ingetrokken en is zwemmen voorlopig niet mogelijk.
- Indien een zwemmer van 18 jaar of ouder in een baan ingedeeld is geldt de regel van maximaal 4 zwemmers per baan.
- Het aantal van 30 zwemmers mag nooit overschreden worden indien zwemmers van 18 jaar of ouder aanwezig zijn. Trainers zijn gekwalificeerd als personeel en komen bovenop de 30 zwemmers.

**Na goedkeuring van dit protocol door de toezichthoudende instanties zal;**

- Zullen de geldende regels gecommuniceerd met de trainers, zwemmers, ouders via de eigen communicatiemiddelen (website en nieuwsbrief).
- Trainers/instructeurs krijgen de instructie dat zij zwemmers moeten aanspreken op ongewenst gedrag bij overtreding van de regels.
- Medewerkers en vrijwilligers zullen instructie krijgen dat zij zwemmers moeten helpen bij het naleven van de regels.