



## Protocol verantwoord sporten bij Refleks

Versie 10 juni 2021

Sinds 5 juni is er eindelijk weer hetgeen toegestaan wat we allemaal het leukste vinden, en dat is natuurlijk partijtje spelen. Voor de jeugd is het zelfs toegestaan om weer competitie te spelen. Deze mogelijkheid is dan ook door het KNKV direct aangepakt en heeft een verkorte competitie ingepland in juni.

Natuurlijk zijn de bekende basisregels van toepassing buiten het veld. Wij verzoeken dan ook deze zolang het nog moet te respecteren. Op wedstrijddagen zal er een corona coördinator aanwezig zijn om een aantal regels te handhaven rondom het veld en waar nodig bezoekers op weg te helpen.

Als bestuur is er besloten om de maand juni nog geen kantine verkoop te faciliteren of het terras te openen. Dit heeft te maken met het feit dat er teveel regels aan vast hangen om dit binnen de regels te faciliteren. Wel zijn de AED, EHBO koffer, toiletten en kleedkamers bereikbaar.

Zijn er vragen omtrent regels of wat er wel of niet mag, neem dan contact op met de eindverantwoordelijke Marcel van Lith op 06-41453096 of voorzitter@refleks.nl. Ben je besmet met COVID-19, laat dit dan ook z.s.m. weten zodat wij z.s.m. actie kunnen ondernemen om verdere besmetting binnen de vereniging te voorkomen.

Wanneer het protocol niet wordt gevolgd kan er besloten worden tot uitsluiting van de training(en).

## Algemene veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

Wij willen jullie vragen om onderstaande maatregelen in acht te nemen.

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- Heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen. Bij een negatieve test ben je gewoon welkom;
- Wij hanteren dezelfde regels als op school of een kind wel of niet mag komen trainen;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft tot er een negatieve test binnen is;
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, (licht) hoesten, benauwdheid, verhoging, koorts en/of plotseling verlies van reuk of smaak: dit geldt voor iedereen;
- Iedereen van 18 jaar en ouder houdt 1,5 meter afstand tot personen van 18 jaar en ouder. En tot jongeren van 13 tot en met 17 jaar;
- Vermijd drukte;
- Was vaak je handen met water en zeep, juist ook voor en na bezoek aan het sportpark;
- Schud geen handen;

## Materialen

Wat betreft de materialen die gebruikt worden tijdens de training zullen wij de volgende maatregelen treffen.

- Ieder team heeft zijn eigen ballen en dient alleen met die ballen te trainen, met uitzondering van partijvorm tegen elkaar of gezamenlijk trainen.

## Refleks



## Voor trainers, begeleiders en vrijwilligers

---

Dit zijn aanvullende regels op de algemene veiligheid- en hygiëneregels die van toepassing zijn.

- Sporters kunnen worden geweigerd of naar huis worden gestuurd tijdens de training bij (vermoeden) van klachten zonder negatieve test;
- Vermijd als trainer/begeleider en vrijwilliger geforceerd stemgebruik zoals schreeuwen;
- Wijs sporters op het belang van handen wassen en schud geen handen en geef geen high fives;
- Voor alle leeftijdsgroepen geldt dat zij normaal spelcontact mogen hebben. Tijdens trainingen en wedstrijden hoeft geen 1,5 meter afstand te worden gehouden als het voor de sport noodzakelijk is. Voorafgaand en na afloop van de sportbeoefening dienen sporters van 18 en ouder wél 1,5 meter afstand tot elkaar te houden;
- Houd 1,5 meter afstand met sporters van 13 jaar en ouder tenzij noodzakelijk voor (veilige) beoefening/begeleiding van de sport.

## Voor sporters

---

Dit zijn aanvullende regels op de algemene veiligheid- en hygiëneregels die van toepassing zijn.

- Tijdens trainingen en wedstrijden hoeft geen 1,5 meter afstand te worden gehouden als het voor de sport noodzakelijk is;
- Neem je eigen bidon mee om uit te drinken of zorg ervoor dat je een eigen bidon toegewezen krijgt uit een teamkrat;

## Voor toeschouwers

---

Dit zijn aanvullende regels op de algemene veiligheid- en hygiëneregels die van toepassing zijn.

- Informeer uw kinderen over de algemene veiligheids- en hygiëneregels en dat ze altijd de aanwijzingen van de vereniging opvolgen;
- Toeschouwers bij trainingen en wedstrijden zijn niet toegestaan. Uitzondering hierop zijn de ouders die nodig zijn om de spelers van de uit spelende ploeg te vervoeren.

## Vriendjes of vriendinnetjes

---

Heb je een vriendje of vriendinnetje die interesse hebben in korfbal en een aantal keer mee willen trainen? Stuur een mail naar [nieuwlid@refleks.nl](mailto:nieuwlid@refleks.nl).

## Veel gestelde vragen

---

### **Ik heb klachten en wil/heb me laten testen. Mag ik op bij Refleks komen?**

Heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen. M.u.v. kinderen die op de basisschool zitten die verkoudheidsklachten (zoals loopneus, neusverkoudheid, niezen of keelpijn) hebben. Zie ook de richtlijnen van het RIVM hiervoor.

Heb je een test laten doen. Wacht de uitslag thuis af en kom dus ook niet naar Refleks of een andere vereniging. Is de uitslag negatief? Dan vervalt de thuisquarantaine en ben je weer welkom. Worden de klachten erger? Blijf thuis en laat je opnieuw testen. Is de uitslag positief? Volg dan de richtlijnen van het GGD. Zie hieronder de uitgebreide uitleg.



### **Wat moeten we doen als iemand positief getest is op het coronavirus?**

Als iemand van de vereniging positief wordt getest op het coronavirus dan gelden de op dat moment geldende richtlijnen vanuit de overheid. Dit betekent dat deze persoon thuisblijft en de richtlijnen volgt die de GGD hem/haar oplegt. De GGD verzorgt het bron- en contactonderzoek. Wanneer de GGD het advies geeft aan de overige spelers om in quarantaine te gaan is het dringende advies dit ook op te volgen. Gedurende de opgelegde quarantaineperiode neem je vanzelfsprekend ook niet deel aan trainingen en wedstrijden.

Van belang voor quarantaine zijn de zogenaamde “nauwe contacten”, wat inhoudt dat er voor periode langer dan 15 minuten contact binnen de 1,5 meter is geweest in een overdekte omgeving. Bijvoorbeeld in een dug-out of met te veel mensen in een kleedkamer.