

Voetbalvereniging GDC  
Gemeentelijk Sportpak  
Nieuwe Steeg 2  
4266 EH Eethen



Betreft: vanwege **COVID-19 aangepaste trainingen vv GDC**

Voetbalvereniging GDC wil haar leden met de versoepelingen die het kabinet heeft aangekondigd de kans bieden om de trainingen te hervatten. Dit met inachtneming van de regels en protocollen welke door de KNVB in samenwerking met het NOC\*NSF voor alle sportverenigingen zijn opgesteld.

Hierin staan praktische regels om veilig en verantwoord georganiseerd te kunnen sporten. Dit geldt natuurlijk niet alleen voor de sporters, ook de trainers, bestuurders en ouders worden hierin betrokken. Want veiligheid staat voorop. Daarom worden de richtlijnen van het RIVM opgevolgd. Zij zijn immers leidend, veranderingen in de coronatijd zullen altijd hun uitwerking hebben op protocollen bij de KNVB.

Vanaf maandag 18 mei 2020 zullen we het volgende schema gaan hanteren. De trainingen zullen er anders dan anders uit komen te zien door de geldende regelgeving van 1.5 meter afstand houden. Dit geldt niet voor de teams mini's tot en met JO11, die vorige week gestart zijn.

Tussen de trainingen door is voldoende ruimte om plaats te maken voor elkaar. SAMEN zorgen we er bij GDC voor dat we de regelgeving goed opvolgen, gezondheid staat immers voorop. Denk eraan dat je het niet alleen voor jezelf doet, maar ook voor de kwetsbaren in je omgeving.

Team	Trainingsavond	Tijd	Trainers	Veld	COVID-19 aanspreekpunt
Mini's t/m JO11	Woensdag	18.30-19.45	Divers	C / D	Tino Vos
JO13	Dinsdag	18.30 – 19.30	Marcel, Johan, Ewout	C	Annemarie in 't Veld
JO14	Dinsdag	18.30 – 19.30	Tonnie, Bart	D	Annemarie in 't Veld
JO15	Donderdag	18.30 – 19.30	Levi, Henk en Jan	C	Erick in 't Veld
JO17	Maandag	19.30 – 20.30	Ruud en Wietse	C	Gertjan Bax
Selectie 1,2	Donderdag	20.00 – 21.15	Edin en Ruud	C / D	Erick in 't Veld
3 <sup>e</sup> , 4 <sup>e</sup> , 5 <sup>e</sup>	Woensdag	20.30 – 21.30	Johan, Menno, Maarten	C / D	Johan vd Stelt

MO13, MO17 en JO19 zullen geen trainingen meer volgen. Hun nieuwe seizoen start in september.

#### Voor iedereen geldt:

- Pas 10 minuten voor aanvang training mag je het complex betreden
- Gebruik desinfecterende handgel bij binnenkomst complex (staat aangegeven)
- Kleedkamers, douches en kantine blijven tot nader orde gesloten
- Geen ouders/verzorgers of belangstellenden op het complex, alleen de trainers en voetballers
- Blijf thuis wanneer je een van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (vanaf 38 graden)
- Blijf thuis als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 graden) en/of benauwdheidsklachten. 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 is getest 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

**Op de volgende pagina's staan de maatregelen voor de voetballers, trainers en ouders!**

## Lees hier het protocol voor voetballers:

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodverordening is aangepast en van kracht is;
- 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 veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven tot veertien 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) minimaal zeven dagen thuis na de uitslag van de test;
- blijf thuis zolang je in thuisisolatie bent, omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld;
- spelers 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 je huisarts;
- bij de trainingen waar leeftijdsgroepen zijn vermengd, gelden de regels die voor de categorie 13 jaar en ouder gelden;
- meld je tijdig aan voor de voetbaltraining of volg de afspraken van je gemeente/voetbalvereniging, zodat de vereniging 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 voetbalvereniging als er voor jou een training gepland staat;
- kom zoveel mogelijk lopend of met de fiets naar de voetbalvereniging en vermijd waar mogelijk gebruik van het OV;
- houd met reizen naar de voetbalvereniging rekening met de richtlijnen verkeer & vervoer van de Rijksoverheid;
- kom in sportkleding naar de voetbalvereniging. Eventueel aanwezige kleedkamers zijn gesloten. Je kunt ook niet douchen, zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest;
- kom niet eerder dan tien minuten voor aanvang van de training naar de voetbalvereniging 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 je eigen trainingsgroep wanneer er meerdere trainingsgroepen op de voetbalvereniging actief zijn;
- laat spelers vanaf 13 jaar anderhalve meter afstand houden tot alle andere personen (behalve personen uit eigen huishouden), dus ook tot trainers en andere spelers. Bij spelers 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;
- spuug niet en snuit niet je neus op het veld;
- pak de bal zo min mogelijk met je handen vast, tenzij je keepershandschoenen aanhebt;
- probeer de bal zo min mogelijk te koppen;
- neem je eigen bidon gevuld mee om uit te drinken;
- verlaat direct na de training de voetbalvereniging.

Zie volgende pagina's voor de protocollen voor trainers en ouders!

## Lees hier het protocol voor trainers:

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- 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 voetbalvereniging waar je 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 je huisarts;
- bereid je 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 hoeven te worden;
- tracht bij je training vermenging van de leeftijdsgroepen kinderen tot en met 12 jaar, jeugd van 13 tot en met 18 jaar en 19+ te voorkomen;
- gebruik bij je training 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 je meteen kunt beginnen. Laat spelers in daartoe afgebakende ruimtes trainen;
- maak vooraf (gedrags)regels aan spelers duidelijk, met name voor de leeftijdsgroepen 13 tot en met 18 jaar en 19+ waarbij tijdens de training anderhalve meter afstand moet worden gehouden;
- denk voor de groepen 13 tot en met 18 jaar en 19+ vooraf na over de tining in relatie tot de groepsgrootte. Zorg dat er anderhalve meter afstand gehouden kan worden ook tijdens de training;
- wijs spelers op het belang van handen wassen en schud geen handen;
- help spelers om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt;
- houd anderhalve meter afstand met al je spelers en/of mede-trainers (geen lichamelijk contact);
- weet bij voorkeur wie er aanwezig zijn bij de training, zowel leden als niet-leden;
- volg de gebruikelijke voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen;
- laat spelers niet eerder toe dan tien minuten voor de starttijd van de training. De spelers moeten na afloop direct vertrekken;
- laat spelers gefaseerd het sportveld betreden en verlaten;
- zorg dat er geen toeschouwers zijn bij de training, tenzij dat in specifieke gevallen noodzakelijk is;
- hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- was je handen met water en zeep na iedere training;
- zorg dat je de organisaties die jij hebt uitgezet, ook weer opruimt en was hierna grondig je handen;
- zorg dat spelers de bal niet aanraken met de handen, de uitzondering is de keeper met (keepers)handschoenen;
- zorg dat iedereen een eigen gevulde bidon/waterfles meeneemt;
- verdeel de (drink)pauzes om groepsvorming te voorkomen;
- spelers komen in trainingskleding naar de vereniging;
- standaard maatregelen van het RIVM worden nageleefd, dit betekent ook niet spugen en snuiten op het veld;
- tijdens de training de hesjes niet uitwisselen tussen spelers en zorg dat de hesjes voor de nieuwe training weer schoon zijn;

- zorg dat je bij oefeningen uit voorzorg koppen zo veel mogelijk vermijdt;
- adviseer spelers om vlak voor de training thuis naar het toilet te gaan;
- bij een (ernstige) blessure mag je als trainer-coach de 1,5 meter doorbreken. Probeer hierbij de gezichten niet dicht bij elkaar te laten komen en daarna direct de handen wassen;
- zorg dat je telefoonnummer van de ouder(s) bij de hand hebt, zodat je bij eventuele blessures direct de ouder(s) in kunt lichten;
- vermijd het gebruik van grote materialen, indien je deze wel gebruikt houdt dan de 1,5 meter in acht;
- bouw de trainingsbelasting rustig op om de kans op (overbelasting) blessures zo klein mogelijk te houden;
- 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 veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven tot veertien 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) minimaal zeven dagen thuis na de uitslag van de test;
- blijf thuis zolang je in thuisisolatie bent, omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld.

### **Lees hier het protocol voor ouders:**

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- dit protocol kan pas in werking treden zodra de tekst in de lokale noodverordening is aangepast en van kracht is;
- informeer je 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(eren) tijdig aan voor de training of volg de afspraken van je gemeente/ sportaanbieder, zodat de voetbalvereniging rekening kan houden met de toestroom;
- breng je kind(eren) alleen naar de voetbalvereniging als er een training voor jouw kind(eren) gepland staat;
- breng je kind(eren) niet naar de voetbalvereniging als je kind (ook milde!) klachten heeft van neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid en/of koorts;
- breng je kind(eren) niet naar de voetbalvereniging 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 voetbalvereniging als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je kind tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je kind thuisblijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- breng je kind(eren) niet naar de voetbalvereniging als bij je kind in de afgelopen 7 dagen het nieuwe coronavirus is vastgesteld (via een laboratoriumtest);
- breng je kind(eren) niet naar de voetbalvereniging als je kind in thuisisolatie is omdat hij/zij direct contact heeft gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld;
- wanneer je kind(eren) niet zelf naar de voetbalvereniging kunnen reizen, zorg dan dat je als ouder/ verzorger alleen reist en alleen je eigen kind(eren) wegbrengt;
- breng je kind(eren) zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de voetbalvereniging;
- kom niet eerder dan tien minuten voor aanvang van de training op de voetbalvereniging;

- volg altijd de aanwijzingen op van de voetbalvereniging, bijvoorbeeld de trainers, begeleiders en bestuursleden;
- het is niet de bedoeling dat je als ouder of verzorger als toeschouwer aanwezig bent op de voetbalvereniging. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training van jouw kind(eren);
- als ondersteuning noodzakelijk is bij de voetbalvereniging en/of toiletgang, is het toegestaan om één ouder/verzorger op de voetbalvereniging aanwezig te laten zijn. Voor deze persoon geldt ook dat het daar geldende protocol nageleefd moet worden;
- direct na de training halen de ouder/verzorger de kinderen op van de voetbalvereniging. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is.