

LEIDRAAD HEROPENING

SPORTFONDSEN BINNENSPOORTACCOMMODATIES

Roosendaal, 20 juli 2020

Sportfondsen Roosendaal B.V.

Bijlagen

- 1 [Kwetsbare groepen met een hoger risico op ernstig verloop COVID](#)
- 2 [Psychosociale arbeidsbelasting corona](#)
- 3 [Protocol verantwoord sporten NOC*NSF](#)
- 4 [Schoonmaak werkplan en controlelijsten](#) (voor huurders)
- 5 [Addendum huurders](#)

1. Algemeen

Deze Leidraad vormt een aanvullend document met praktische informatie op het algemene [NOC*NSF/VSG-protocol Verantwoord Sporten](#) en het onderliggende RIVM-afwegingskader heropenen binnensport van 26 mei 2020. In deze handreiking worden richtlijnen en tips aangereikt voor de invulling van de heropening van binnensportaccommodaties en voor het dagelijks beheer en gebruik. Een **gezondheidscheck** vooraf, bij sporters en bij medewerkers (bij aanvang van gebruik), het onderlinge afstand houden en een consequente opvolging van hygiënemaatregelen vormen hierbij de basis. Volg indien beschikbaar de specifieke richtlijnen van de betreffende sportbond voor de aangeboden sport.

De gezondheidscheck:

- Heb je de afgelopen 24 uur of op dit moment één of meerdere van de volgende (milde) klachten: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid en/of koorts (vanaf 38 graden Celsius)?
- Heb je op dit moment een huisgenoot/gezinslid met koorts en/of benauwdheidsklachten?
- Heb je het nieuwe coronavirus gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en is dit in de afgelopen 7 dagen vastgesteld?
- Heb je een huisgenoot/gezinslid met het nieuwe coronavirus (vastgesteld met een laboratoriumtest) en heb je korter dan 14 dagen geleden contact gehad met deze huisgenoot/gezinslid terwijl hij/zij nog klachten had?
- Ben je in thuisisolatie omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld?

Beantwoord je een van de vragen met 'ja' blijf dan thuis. Het werk of bezoek moet worden uitgesteld totdat op elke vraag 'nee' geantwoord kan worden. Gezond verstand gebruiken staat daarbij voorop.

Aangezien in binnensportaccommodaties normaal gesproken veel (groepen van) mensen aanwezig zijn en verschillende groepen en individuen elkaar afwisselen en ook nog eens dicht op elkaar zitten, zijn de in deze leidraad opgenomen aandachtspunten en tips van groot belang om verantwoord sporten en bewegen in zaalaccommodaties weer mogelijk te maken.

1.1. Focus

Binnensportaccommodaties: Sporthallen, sportzalen, gymzalen en multifunctionele (sport)accommodaties.

1.2. Looptijd

De binnensport kan vanaf 1 juli weer worden opgestart met inachtneming van een aantal voorwaarden en maatregelen. Binnen het door het kabinet gegeven middellange termijnperspectief kan de binnensport per 1 september weer regulier plaatsvinden. De looptijd voor het heropenen van binnensport geldt daarmee van 1 juli tot 1 september 2020.

2. Advies

2.1. Voor gebruikers

- Gebruikers gaan akkoord met de geldende maatregelen/voorwaarden. Deze aanvullende coronahuisregels worden bij de entree en zo nodig op diverse plaatsen in de accommodatie duidelijk zichtbaar opgehangen.
- Er is (beperkte) toiletcapaciteit opengesteld en er is in afstemming met de huurder over de mogelijkheid tot douchen.
- Gebruikers maken voor hun eigen veiligheid bij aanvang van het gehuurde tijdsblok hun te gebruiken toestellen en spelmaterialen zelf schoon.
-

3. Hygiene en schoonmaak

3.1. Belang hygiene en schoonmaak

Het RIVM heeft een [Algemene hygiënerichtlijn](#). Onderstaand volgen de minimale eisen die vanuit het oogpunt van COVID-19 worden gesteld, aangevuld met maatregelen voor hygiene en schoonmaak vanuit eigen richtlijnen/ kwaliteitseisen of wetgeving van de sportsector.

Het COVID-19 virus kan naast directe transmissie via druppels ook worden overgedragen via contact met besmette oppervlakken. Reiniging van de contactpunten van de toestellen voor gebruik en van materialen bij groepssporten voor de training is daarom belangrijk, evenals handen wassen voor en na het sporten.

3.2. Algemeen advies

- Scholen/ sportverenigingen dragen er zelf zorg voor dat de algemene hygienevoorschriften van het RIVM worden nageleefd.
- Bij binnenkomst in de accommodatie dient iedere bezoeker, medewerker zijn handen te wassen. Is de afstand van de entree tot de dichtstbijzijnde plek om de handen te wassen zodanig lang of alleen te bereiken via openslaande deuren dan adviseren wij desinfectie van de handen bij binnenkomst. Hiervoor stelt de verhuurder een desinfectiepaal of een hangdesinfectie-pompje voor aan de muur of een handpompje voor op een tafel in de entree beschikbaar.
- Vóór de les, training, sportactiviteit of schoonmaakactiviteit dienen zowel de leerlingen, leerkrachten, sporters, trainers, coaches en begeleiders hun handen te wassen.
- De verhuurder stelt handzeep en papieren handdoekjes beschikbaar in de opengestelde (algemene) toiletruimten.
- De groepsgrootte is niet leidend, echter de hoeveelheid volwassenen (ouder dan 18 jaar) die tegelijkertijd in de accommodatie komen is de kritieke factor (1.5 m afstand kunnen houden). In beginsel kan dus worden uitgegaan van de reguliere groepsgrootte.
- Het [schoonmaak werkplan en de controlelijsten](#) van de locatie worden strikt nageleefd. Let op: er is onderscheid tussen het schoonmaak werkplan en de controlelijsten van Sportfondsen en die van de huurder.

3.3. Persoonlijke hygiëne medewerkers

- Blijf thuis bij klachten zoals verkoudheid, keelpijn, hoesten, koorts, benauwdheid.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts en/of benauwdheidsklachten heeft.
- Ga voorafgaand aan je werk thuis naar het toilet.
- Houd altijd 1,5 meter afstand tot iedereen: collega's en bezoekers.
- Nies en hoest in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes of tissues.
- Was regelmatig je handen en in ieder geval voor en na het eten, na toiletgebruik volgens de procedure handenwassen (geen desinfectie) en droog je handen met papieren handdoekjes of schone droge doek.
- Gebruik alleen de douche en toilet van de personeelskleedruimten.



3.4. Persoonlijke veiligheid medewerkers

- Zie ook persoonlijke hygiëne medewerkers.
- Gebruik mondmasker, handschoenen en veiligheidsbril alleen tijdens hulpverlening in de EHBO-ruimte waarbij de 1,5 meter niet gewaarborgd kan worden.
- Gebruik van handschoenen tijdens schoonmaak is niet verplicht.
- Let op: Toepassen mondmasker is alleen voor de bescherming van de ander, bij gebruik mondmasker ook zorgdragen voor gebruik van mondmasker bij de persoon die hulp nodig heeft.
- Volg de procedure reanimatie tijdens COVID-19 (zie bijlage voor de gehele procedure).

3.5. Persoonlijke hygiëne huurders/bezoekers

- Blijf thuis bij klachten zoals verkoudheid, keelpijn, hoesten, koorts, benauwdheid.
- Houd altijd 1,5 meter afstand tot iedereen, medewerkers en bezoekers.
- Trek thuis je sportkleding aan.
- Douche bij voorkeur thuis voor en na je bezoek.
- Nies en hoest in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes of tissues.
- Desinfecteer of was je handen bij binnenkomst je handen, volgens de procedure hand desinfectie (medewerkers zien toe op gebruik desinfectie bij bezoeker).

- Medewerkers mogen bij niet naleven regels door bezoeker, bezoeker de toegang tot de accommodatie weigeren.
- Betaal contactloos met pin/mobiel of op rekening per factuur (voor verenigingen en vaste huurders).



3.6. Schoonmaak en hygiëne accommodatie

3.6.1. Uitgangspunten

- Deze instructies zijn aanvullend op de dagelijkse reguliere schoonmaak door verhuurder en huurder conform het aangeboden werkplan en controlelijsten.
- Voor de verhuurder: op de dagen dat de locatie is verhuurd, worden de vloeren (bij voorkeur machinaal) vooraf nat gereinigd. Tevens worden alle opengestelde toiletgroepen gereinigd volgens het werkplan (zie bijlage).
- Huurders maken de door hun te gebruiken toestellen, (spel)materialen, toiletgroepen en contactpunten zelf vooraf schoon, conform het schoonmaakwerkplan en controlelijsten. Hiervoor maken zij gebruik van microvezeldoekjes en water. Een starterspakket wordt aan iedere huurder ter beschikking gesteld. Iedere huurder volgt de [instructies voor schoonmaak en gebruik van microvezeldoekjes](#) op conform de aan hen ter beschikking gestelde werkinstructie. Rode microvezeldoekjes zijn voor sanitair, blauw voor interieur en groen voor toestellen en (spel)materialen. Schoonmaakmaterialen zijn te bestellen bij: c.goossens@destok.nl. (1 pakket voor de huurder bestaat uit 2 rode, 2 blauwe en 3 groene microvezeldoeken en kost € 12,50 exclusief btw).
- Bij opening van de horeca dient de exploitant het gewijzigde corona schoonmaakprotocol HACCP Koninklijke Horeca Nederland volgen.
- Bij toiletten alleen papieren handdoekjes of handdoekrol gebruiken, geen luchtdrogers.
- Desinfectiemiddel voor handen alleen bij entree toepassen.
- Logboek bijhouden: schoonmaakwerkplan en controlelijsten uitprinten, tijdstip schoonmaak door schoonmaker/huurder laten vastleggen middels paraaf, neerleggen in algemene ruimte en vanwege aantoonbaar voldoen aan zorgplicht bewaren.

3.6.2. Voorafgaand en bij binnenkomst huurders/bezoekers

- Sportfondsen zorgt voor een schone accommodatie, conform schoonmaakwerkplan en controlelijst.
- Sportfondsen zorgt ervoor dat bij de ingang groot en duidelijk de corona-/hygiëne regels voor het accommodatiebezoek staan aangegeven.
- Alleen bij de entree dient desinfectiemiddel inclusief procedure hand desinfectie te staan.
- Sportfondsen ziet erop toe dat alle bezoekers bij binnenkomst hun handen desinfecteren.

3.6.3. Tijdens het bezoek

- De hygiëneregels staan op meerdere plaatsen in de accommodatie aangegeven, in looproutes, bij de kleedkamers, de toiletten, bij de in- en uitgang van de sportzaal.
- Gebruik van de douches door bezoekers is beperkt en in overleg met de huurder toegestaan.
- Alle contactpunten worden op de dagen van verhuur schoongemaakt, conform werkplan.

3.6.4. Schoonmaak en gebruik van toestellen en sportmaterialen

- Alle huurders (scholen/verenigingen) maken bij aanvang van de les/huur hun te gebruiken toestellen, (spel)materialen zelf vooraf schoon.
- De leraar of trainer/coach gebruikt (zo veel als mogelijk) zijn eigen (gemarkeerde) materialen.
- Alle gebruikers/verenigingen bewaren (zo veel als mogelijk) hun eigen materialen in een afsluitbare kast of ruimte.
- Avondgebruik en sportverenigingen mogen geen schoolspullen gebruiken.

3.6.5. Specifieke adviezen schoonmaak en gebruik

- Werk met de schoonmaakwerkplannen en controlelijsten inclusief frequentie, methode en reinigingsprocedure per apparaat, gebied en/of tijdsblok.
- De kans om via de vloer besmet te raken is relatief klein. Advies is om bij gebruik van sportoefeningen waarbij op de vloer wordt gezeten en gelegen, het contact met de vloer zo veel mogelijk te vermijden door gebruik te laten maken van matjes die makkelijk zijn te reinigen.
- Controleer vloerputten, watersloten en sifons op droogstand en spoel ze daar waar nodig door.

4. Gebruik kleedkamers en (sanitaire) faciliteiten

4.1. Onderwijsgebruik

- Daar waar mogelijk is het aan te bevelen gescheiden kleedruimten te gebruiken voor inkomend en uitgaand verkeer.
- Er wordt geen kleding of schoeisel achter gelaten in de kleedruimten. Deze worden in een zelf meegebrachte (sport)tas opgeborgen op daarvoor specifiek (door de corona verantwoordelijke) aangewezen plekken.
- Daar waar mogelijk is, wordt met stickers op de wand en/of banken aangegeven welke zitplekken gebruikt kunnen worden.

4.2. Verenigingsgebruik

- Sporters komen aan en verlaten de accommodatie in sportkleding. Omkleden gebeurt thuis. Sporters gaan voor het sporten thuis naar het toilet. Er is beperkte toiletcapaciteit en douchegelegenheid.
- De gemeenschappelijke kleedruimten kunnen bij gebruik door volwassen alleen worden gebruikt als de 1.5 m kan worden gewaarborgd.
- Daar waar mogelijk is het aan te bevelen gescheiden kleedruimten te gebruiken voor inkomend en uitgaand verkeer.
- Er wordt geen kleding of schoeisel achter gelaten in de kleedruimten. Deze worden in een zelf meegebrachte (sport)tas opgeborgen op daarvoor specifiek (door de corona verantwoordelijke) aangewezen plekken.
- Daar waar mogelijk is het aan te bevelen om met stickers op de wand en/of banken aan te geven welke zitplekken gebruikt kunnen worden.

4.3. Douche- en toiletgebruik

- Sporters en medewerkers worden voorafgaand aan hun bezoek verzocht thuis naar het toilet te gaan.
- Toiletbezoek: doorspoelen met gesloten wc-deksel indien deze aanwezig is.
- Het gebruik van toiletten in kleedruimten is niet mogelijk indien algemene toiletgroepen aanwezig zijn in de locatie.
- Het gebruik van douches in kleedruimten is niet mogelijk indien algemene doucheruimten aanwezig zijn in de locatie.
- Geef d.m.v. signalering bezet/onbezet aan de buitenzijde van het toilet aan of het toilet in gebruik is zodat gebruikers elkaar niet kruisen.
- Het gebruik van douches is in overleg tussen verhuurder en huurder mogelijk. Openstelling wordt beperkt tot een minimum.

5. Reservering en gebruik

5.1. Reservering

- Voorkom dat teams/groepen in de accommodatie elkaar kruisen.
- De accommodatie kan alleen op basis van reservering worden gebruikt. Het aantal personen (inclusief trainers/begeleiders) dient bij reservering in acht te worden genomen en door de huurder bij aankomst te worden gecheckt. De gebruikers dragen hierbij een eigen verantwoordelijkheid.
- Van belang is dat de huurder/vereniging bekend is met de identiteit van de sporters van de diverse teams en via een deurcheck de toelating regelt en tevens daar de gebruikersinstructies geeft en de gezondheidsvragen stelt.
- Voor incidentele huurders dient de exploitant huurder te verplichten vast te leggen wie er wanneer sport.
- Alleen die groep(en) gebruikers die op de vastgestelde bloktijd in de sportruimte aanwezig mogen zijn, zijn welkom in de sportruimte.

5.2. Gezondheidscheck

- Een verantwoordelijkheid van de gebruikmakende huurder/vereniging behelst het houden van een gezondheidscheck voor aanvang van ieder gebruik/ training.

5.3. Afstand houden

- Leidraad voor het bepalen van de maximale groepsgrootte is minimaal 30 m² sportoppervlakte per persoon voor verplaatsingssporten en minimaal 10 m² sportoppervlakte per persoon voor sporten die in een afgebakende zone plaatsvinden, ten tijden van dit schrijven.
- Deze afstandseis geldt niet voor kinderen tot en met 18 jaar. Wel moeten zij 1,5m afstand tot hun begeleiders in acht nemen. Het afstand houden is een verantwoordelijkheid van sporters en begeleiders zelf.
- Bij gebruik van sportmateriaal en/of sporttoestellen dient voorkomen te worden dat er een overdracht van het virus kan plaatsvinden. Sporttoestellen dienen daarom bij gebruik minimaal 1,5m uit elkaar te staan én de toestellen en gebruikte sportmaterialen worden voorafgaand aan gebruik door de huurder zelf schoongemaakt.
- Toeschouwers zijn niet welkom in de sportzaal.

5.4. Overige maatregelen en (sport)specifieke richtlijnen

- De huurder/vereniging houdt zich aan de voorgeschreven hygiene maatregelen.
- Huurders die gebruik maken van de accommodatie worden geacht op de hoogte te zijn van het generieke sportprotocol Verantwoord Sporten en de sportspecifieke protocollen die voor hun eigen sport gelden en deze ook toe te passen. Deze specifieke protocollen zijn opgesteld door sportbonden en bevatten aanvullende richtlijnen voor verantwoord verloop van de desbetreffende sport (denk aan aantallen, gebruik materialen, oefenvormen, etc.).
- Het is belangrijk dat alle sporten de oefenvormen toepassen op licht en/of maximaal matig intensief sporten. Deelactiviteiten en/of hoog intensieve sporten moeten buiten worden georganiseerd. De verantwoordelijkheid hiervoor ligt bij de vereniging/sporter/ huurder zelf. Voor kinderen tot 19 jaar geldt deze intensiteitseis niet.

6. Logistiek

6.1. Bezoekersstromen sporters buiten/binnen

- Huurders/sporters wachten buiten (met 'social distancing') en komen maximaal 5 minuten vóór de gereserveerde tijd naar binnen.
- Huurders/sporters verlaten direct na het gebruik en schoonmaak de sportzaal.
- De route van aankomst, binnenkomst en vertrek in/uit de accommodatie is duidelijk aangegeven. Waar mogelijk is er een 1-richting looproute. Maak daar waar mogelijk maximaal gebruik van een gescheiden systeem om in- en uitgaande bezoekersstromen te scheiden.
- Gebruik één controleerbare hoofdentree voor binnenkomst en één controleerbare uitgang voor het verlaten van de accommodatie (zo mogelijk).
- Laat deuren zo veel mogelijk open staan zodat fysiek contact met klinken en deuren zoveel als mogelijk wordt beperkt. Let wel op de eisen van de brandveiligheid!
- Maak gebruik van voldoende wisseltijd tussen gebruikersgroepen: voorkom dat teams/groepen in de accommodatie elkaar kruisen. Houd hiermee rekening bij 'routing'
- Iedere huurder heeft een eigen (corona)verantwoordelijke. Deze is bekend bij de verhuurder.

- De accommodatie kan alleen op basis van reservering worden gebruikt.
- Het aantal personen (inclusief trainers/ begeleiders) dient bij reservering in acht te worden genomen en door de huurder bij aankomst te worden gecheckt. De huurders/gebruikers dragen hierbij een eigen verantwoordelijkheid.

6.2. Sporten in de sportruimte

- Houd de aanbevolen onderlinge afstanden aan tussen de sporters (zie hoofdstuk 5: Reservering en gebruik/ afstand houden).
- Groepstrainingen mogen alleen plaatsvinden met de groepsgrootte die past binnen de richtlijnen vanuit RIVM/overheid, dan wel de sporttak specifieke richtlijnen voor maximum aanbevolen aantallen.
- Maak maximaal gebruik van aflatbare scheidingswanden t.b.v. compartimentering van de sportruimte. Hiermee kunnen verschillende gebruikersgroepen effectief van elkaar gescheiden worden.
- Niet strikt noodzakelijke ruimten kunnen worden afgesloten.
- Zorg dat EHBO, AED te allen tijde gemakkelijk toegankelijk zijn. Huurders dienen zelf te zorgen voor de PBM's (persoonlijke beschermingsmiddelen) in geval van EHBO. Desgewenst kunnen huurders deze middelen bij de accommodatie bestellen.
- Huurders dienen bij aanvang van het door hen gehuurde tijdsblok de door hen te gebruiken sporttoestellen en materialen zelf te reinigen.
- De lift wordt bij voorkeur niet gebruikt. Indien noodzakelijk maximaal door 2 personen.

6.3. Aanvullende maatregelen

- Huurders tekenen een addendum bij de ter beschikkingstellingovereenkomst waarin staat dat gewerkt dient te worden volgens de richtlijnen van het protocol Verantwoord Sporten. Huurders dienen kennis genomen te hebben van en akkoord te gaan met het protocol en deze leidraad zoals dat voor Sportfondsen Roosendaal is opgesteld. Zij dienen hiernaar te handelen en hierop te handhaven.
- Sportfondsen ziet toe op naleving.

7. Horeca

Wij openen de horeca conform de richtlijnen eet- en drinkgelegenheden KHN met een beperkt assortiment. Er is beperkt gelegenheid om plaats te nemen binnen in de horeca . Vanaf 1 juni kan dit met maximaal 30 personen, inclusief de horecamedewerkers. Vanaf 1 juli geldt er geen maximum aantal bezoekers, mits 1.5 m tussenruimte kan worden gewaarborgd.

- De handhaafbaarheid van de gestelde eisen met betrekking tot de onderlinge afstand (1.5 m) en veiligheid zijn leidend bij openstelling van de horeca.
- Alleen sporters en begeleiders kunnen consumpties afhalen.
- Er dient een gezondheidscheck plaats te vinden.

Praktische zaken

Deze aanpassingen en maatregelen zijn gericht op voorkomen van contactmomenten en voorkomen dat bezoekersstromen elkaar kruisen door spreiding in tijd en ruimte:

- Vanaf 1 juni kunnen zelfstandige horeca-voorzieningen bij sportaccommodaties hun buiten terrassen weer openen.
- Op de terrassen geldt geen maximum aantal personen, mits 1.5 m tussenruimte kan worden gewaarborgd.
- Er wordt vooralsnog een beperkt keukenassortiment gevoerd.
- Betalen bij voorkeur contactloos met pin/mobiel.

8. Techniek

Met de toegestane opening van de binnensport-accommodaties vanaf 1 juli zijn er een aantal activiteiten en werkzaamheden benodigd om ervoor te zorgen dat deze accommodaties vanaf de openingsdatum aan de "VSG-handreiking Verantwoord beheer en gebruik binnensport accommodaties" voldoen. Hieronder wordt benoemd en beschreven welke werkzaamheden uitgevoerd moeten worden om deze voorwaarden te realiseren.

8.1. Binnensport accommodaties

Legionellabeheersmaatregelen

De beheersmaatregelen om legionella te voorkomen is voor opening per 1 juli extra uitgevoerd omdat er een lange periode heeft plaatsgevonden met relatief beperkt gebruik waarbij het water langer dan normaal heeft stil gestaan. Om deze reden worden komende periode alle tappunten minimaal eens per 3 dagen doorgespoelt. Tevens zijn de douchekoppen voor ingebruikname gereinigd.

Ventilatie

De ventilatievoorzieningen moeten, waar mogelijk, op 100% buitenlucht ingesteld worden. Recirculatie moet zoveel mogelijk voorkomen worden.

De ventilatie wordt zoveel mogelijk, bij voorkeur 24 uur/dag aangezet, ook buiten gebruikstijden van de betreffende ruimtes.

Tevens dient in algemene ruimtes zoveel mogelijk gebruik gemaakt te worden van natuurlijk ventilatie (open ramen en deuren).

Het RIVM stelt dat het vooralsnog niet nodig is af te wijken van huidige ventilatienormen in het Bouwbesluit en de geldende landelijke richtlijnen.

9. Handhaving

De aan de hand van deze Leidraad gemaakte afspraken en de naleving hiervan is de verantwoordelijkheid van de huurder/gebruiker.

Aandachtspunten hierbij zijn:

- Er is te allen tijde iemand in de accommodatie aanwezig die toezicht houdt op de handhaving van de gemaakte afspraken. Dit kan de beheerder zijn, de corona-verantwoordelijke, of de gedelegeerd toezichthouder van de huurder of vereniging.
- Bij sportaccommodaties met sleutelgebruik zal er een verantwoordelijke vertegenwoordiger van de vereniging/huurder aangewezen moeten worden, die zorgdraagt dat de afspraken worden nageleefd. Door Sportfondsen Roosendaal zal steekproefsgewijs gecontroleerd moeten worden of de regels op een juiste manier worden nageleefd.
- Bij niet- of onvoldoende naleving zal Sportfondsen Roosendaal passende maatregelen moeten nemen.
- Stel een 'coronaverantwoordelijke van dienst' aan. Deze houdt een logboek bij dat intern bij de vereniging blijft en ziet er op toe dat het logboek wordt ingevuld met vermelding van de gebruikersgroep, aantallen aanwezigen per gebruikersgroep, NAW-gegevens, tijdstippen van aankomst en vertrek.
- De instructies van de 'coronaverantwoordelijke' binnen de accommodatie zijn niet vrijblijvend. Alle sporters, trainers, leerlingen etc dienen zijn/haar adviezen op te volgen.
- Per gebruikersgroep is een vaste contactpersoon beschikbaar. Die vertegenwoordiger kan dan ook de naleving van het protocol door de gebruikersgroep bewaken.
- Te allen tijde dient onomstotelijk vast te staan hoeveel personen waar en wanneer binnen de accommodatie aanwezig zijn.
- De op het moment geldende RIVM/overheidsrichtlijnen zijn leidend voor het maximaal aanwezige aantal gebruikers/sporters.
- Alleen de horeca en tribune, indien aanwezig, zijn toegankelijk voor toeschouwers, de sportzalen en het kleedgebied niet.

Bijlage 1: Kwetsbare groepen met een hoger risico op ernstig verloop COVID

Onder bepaalde voorwaarden kunnen medewerkers uit de kwetsbare groepen werkzaamheden blijven verrichten binnen jouw accommodatie. Dit geldt ook voor medewerkers met een kwetsbaar persoon in de directe privé-omgeving. Kwetsbare groepen zijn mensen die een hoger risico hebben op ernstig verloop van COVID-19 (Bron RIVM).

Dit zijn

- Mensen van 70 jaar en ouder.
- Volwassenen (ouder dan 18 jaar) met één of meerdere van onderliggende aandoeningen.
- Chronische afwijkingen en functiestoornissen van de luchtwegen en longen, die vanwege de ernst onder behandeling van een longarts zijn.
- Chronische hartaandoeningen, die vanwege de ernst onder behandeling van een cardioloog zijn.
- Diabetes mellitus: slecht ingestelde diabetes of diabetes met secundaire complicaties.
- Ernstige nieraandoeningen die leiden tot dialyse of niertransplantatie.
- Verminderde weerstand tegen infecties door medicatie voor auto-immuunziekten, na orgaan- of stamceltransplantatie, bij hematologische aandoeningen, bij (functionele) asplenie, bij aangeboren of op latere leeftijd ontstane ernstige afweerstoornissen waarvoor behandeling nodig is, of tijdens en binnen 3 maanden na chemotherapie en/of bestraling bij kankerpatiënten.
- Een onbehandelde hivinfectie of een hivinfectie met een CD4 cluster of differentiation 4 - getal < 200/mm³.
- Ernstig leverlijden in Child-Pugh classificatie B of C.
- Morbide obesitas (BMI > 40).
- Zwangere medewerkers >28 weken.

Bijlage 2: Psychosociale arbeidsbelasting corona

- Zijn er medewerkers die zich zorgen maken of angstig zijn om het werk te hervatten?
 - Bespreek de zorgen en probeer in te schatten of deze reëel zijn.
 - Zijn er andere taken dan de reguliere voor deze mensen?
 - Blijf zoveel mogelijk de aansluiting met werk/de collega's houden.
- Start de eerste werkdag met een gezamenlijke bijeenkomst. (Ongeveer 30 minuten)
 - Laat mensen vertellen hoe ze erin staan op dit moment.
 - Laat ruimte voor emoties en ervaringen = luisterend oor.
 - Stem af wat iedereen gaat doen.
- Sluit de dag met het team gezamenlijk af.
 - Hoe is het gegaan met iedereen?
 - Hoe ga je naar huis?
 - Eventueel tips van collega's om mentaal tot rust te komen.
- Plan, indien mogelijk, wat meer herstelmomenten door de dag, want ook klanten/collega's hebben veel verhalen en willen deze delen = emotionele belasting.
- Plan je als manager niet vol met werkzaamheden, laat ruimte in je agenda voor "vrije inloop" van medewerkers om even stoom te kunnen afblazen. Medewerkers zullen het werk uitvoeren in een crisissfeer. Het is geen normale werksituatie. Gewenning hieraan heeft tijd nodig.
- Let op stresssignalen en taakbelasting van mensen. Schakel zo nodig professionele hulp in.
- Onderzoek de opvangmogelijkheden van de vertrouwenspersonen indien opvang nodig is.
- Indien gewenst of nodig: blijf de dag- opstart en -afsluiting herhalen en terugkomende signalen oppakken.
- Houd ook regelmatig contact met medewerkers die thuis werken.
- Bespreek met iedere thuiswerker wat ze verwachten/prettig vinden m.b.t. formele en informele communicatie met de leiding en collega's. Een alleenstaande collega heeft hier wellicht meer behoefte aan dan een collega met een gezin.

Steun jouw medewerkers. Spreek deze steun ook uit. De balans tussen werk en privé is lastig te bewaken, zeker indien medewerkers thuis ook kinderen opvangen/begeleiden met schoolwerk. Toon hier begrip voor. Er is nu een hoger risico op burn-out. Zie voor overige tips voor het beperken van de mentale belasting van thuiswerkers ook: <https://www.arboportaal.nl/onderwerpen/fit-en-vitaal-thuiswerken/tips-voor-thuiswerkers>