



# Coronaprotocol Volleybal Vereniging OMS Putten

Eindelijk mogen we weer! Heel blij zijn we dat we na de intelligente lockdown weer mogen volleyballen! Maar om ook de komende tijd te kunnen en blijven trainen en competitie spelen, is het belangrijk dat iedereen binnen onze vereniging én onze tegenstanders zich houden aan onderstaand protocol. Om verantwoord te kunnen blijven volleyballen met oog voor ieders gezondheid in onze omgeving.

Dit protocol bevat de regels en richtlijnen van het RIVM en de Rijksoverheid en is tot stand gekomen met aanvulling door- en gebruik van de diverse protocollen van NOC\*NSF en de Nederlandse Volleybalbond (NEVOBO).

## 1. Algemeen

Deze regels en richtlijnen gelden ten alle tijden:

- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- heb je verkoudheidsklachten, koorts of last van benauwdheid óf heeft iemand anders bij jou thuis hier last van? Blijf dan **thuis**, laat je testen en breng je train(st)er op de hoogte;
- Heeft iemand bij jou thuis het coronavirus? Ook dan blijf je thuis, laat je je testen en breng je je train(st)er op de hoogte;
- 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;
- Vermijd drukte;
- Was vaak je handen met water en zeep, juist ook voor en na het bezoek aan de sporthal;
- ben je 18 jaar of ouder, dan moet je tot iedereen behalve tot kinderen t/m 12 jaar een afstand bewaren van minimaal 1,5 m. En behalve kinderen t/m 12 jaar mag niemand dichterbij dan 1,5 meter bij jou komen (uitzondering tijdens het volleyballen);
- ben je ouder dan 12 en jonger dan 18, dan hoeft je geen afstand te houden tot iedereen jonger dan 18 jaar, maar wel minstens 1,5 m tot personen van 18 jaar en ouder. Deze laatste groep (18 jaar en ouder) mag ook niet dichterbij dan 1,5 meter bij jou komen (uitzondering tijdens het volleyballen);
- ben je jonger dan 13 jaar? Dan hoeft je tot niemand afstand te houden. En iedereen mag dichterbij dan 1,5 m bij jou komen;
- Volg de regels en aanwijzingen van de sporthal waar je bent;
- Schud geen handen en vermijd ander fysiek contact zoals high fives of knuffels;
- Vermijd hard stemgebruik; het zingen van liedjes of yells is niet toegestaan;
- Kom je terug van vakantie of van bezoek aan een land waarbij quarantaine verplicht en of/wenselijk is, dan kom je **niet** naar de training of wedstrijd, breng je je train(st)er op de hoogte en zit je je quarantainetijd thuis uit.

## 2. In de Puttense sporthallen

- Houd je aan de algemene regels en richtlijnen genoemd onder hoofdstuk 1;
- Desinfecteer je handen bij binnenkomst van de sporthal en bij voorkeur ook als je de kantine binnengaat;



- Volg de bewegwijzering en de looproutes zoals die in de sporthallen zijn aangegeven;
- De kleedkamers mogen gebruikt worden, mits iedereen van 12 jaar en ouder 1,5 meter afstand houdt tot personen van 18 jaar en ouder. We raden je echter aan om je zoveel mogelijk thuis om te kleden;
- De doucheruimtes mogen gebruikt worden, mits iedereen van 12 jaar en ouder 1,5 meter afstand houdt tot personen van 18 jaar en ouder. We raden je echter aan om zoveel mogelijk thuis te douchen;
- Vul *bij binnenkomst* van de kantine je naam en contactgegevens in op de daarvoor bestemde lijst, deze gegevens worden uitsluitend verwerkt en bewaard voor de uitvoering van een eventueel bron- en contactonderzoek door de GGD;
- Ga in de kantine zitten aan een tafel en houd daarbij minstens 1,5 meter afstand tot je buurman/buurvrouw en de tafel naast je. Ga tafels en stoelen niet verschuiven! Staan is niet toegestaan, ook niet aan de bar, met uitzondering van bestellen en betalen. 1 persoon per tafel doet de bestelling aan de bar;
- Betalen doe je in de kantine aan de bar zoveel mogelijk contactloos;
- Het maximum aantal zitplaatsen in de kantine van de Putter Eng is 30 zitplaatsen;
- Het bezoeken van wedstrijden door toeschouwers wordt afgeraden. Kom je toch houd je dan aan bovengenoemde regels, wacht vóór het betreden van de zaal totdat je een zitplaats toegewezen wordt en vul je naam en contactgegevens in op de daarvoor bestemde lijst. Deze gegevens worden uitsluitend verwerkt en bewaard voor de uitvoering van een eventueel bron- en contactonderzoek door de GGD;

### 3. Trainingen

- Houd je aan de algemene regels en richtlijnen genoemd onder hoofdstuk 1;
- Desinfecteer je handen bij binnenkomst van de sporthal;
- Volg de bewegwijzering en de looproutes zoals die in de sporthallen zijn aangegeven;
- De kleedkamers mogen gebruikt worden, mits iedereen van 12 jaar en ouder 1,5 meter afstand houdt tot personen van 18 jaar en ouder. We raden je echter aan om je zoveel mogelijk thuis om te kleden;
- De doucheruimtes mogen gebruikt worden, mits iedereen van 12 jaar en ouder 1,5 meter afstand houdt tot personen van 18 jaar en ouder. We raden je echter aan om zoveel mogelijk thuis te douchen;
- Neem een eigen bidon mee;
- Tijdens de warming-up en het inspelen in het veld dienen spelers/speelsters van 18 jaar en ouder 1,5 m afstand van elkaar te houden;
- Leden kunnen tijdens de training bij verdenking van corona-verschijnselen en/of klachten zoals neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, hoesten, benauwdheid, verhoging etc. naar huis worden gestuurd door de train(st)er;
- Aan het einde van iedere training zorgt de train(st)er ervoor (evt. samen met de spelers/speelsters) dat alle ballen en beide palen gereinigd worden met desinfectie. Desinfecterende middelen zijn in de ballenkast en/of ballenkar te vinden;
- Na de training blijf je niet in de zaal hangen en ga je meteen naar huis of de kleedkamer;



#### 4. Vervoer naar wedstrijden

- Houd je aan de algemene regels en richtlijnen genoemd onder hoofdstuk 1;
- Volgens de richtlijnen mag je in de auto zitten met mensen uit een ander huishouden;
- Vanuit OMS geven we het dringende advies dat iedereen vanaf 18 jaar en ouder (ook ouders die rijden) tijdens het vervoer van en naar uitwedstrijden (minimaal) een niet-medisch mondkapje draagt;
- Vanuit OMS ontvangen alle leden een niet-medisch mondkapje die hij/zij tijdens de autorit hiervoor kan gebruiken en dragen;

#### 5. Wedstrijden

##### Voorafgaand aan alle wedstrijden, ongeacht uit- of thuiswedstrijd:

- Houd je aan de algemene regels en richtlijnen genoemd onder hoofdstuk 1;
- De aanvoer(d/st)er vult voorafgaand aan de wedstrijd thuis zo volledig mogelijk het Digitaal Wedstrijd Formulier in;
- De coach van ieder team zorgt vóór iedere wedstrijd dat hij/zij op de hoogte is van de regels die gelden in de desbetreffende sporthal waar de wedstrijd wordt gespeeld. Voor thuiswedstrijden geldt dit protocol, voor uitwedstrijden kijk je op de website van de desbetreffende vereniging waar tegen je speelt;
- Kom al omgekleed in sportkleding naar de sporthal, zodat er voorafgaande aan de wedstrijd niet of nauwelijks gebruik gemaakt hoeft te worden van de kleedkamer;
- Neem je eigen bidon mee, teamkratten met bidons zijn niet toegestaan;
- Volg bij aankomst in de sporthal de daar geldende regels en houd je aan de looproutes;
- Wacht met je team op de daarvoor aangegeven plaats in de zaal of op de tribune totdat de wedstrijd die voor jou gespeeld wordt is afgelopen. Vanaf 18 jaar en ouder doe je dit op 1,5m afstand van elkaar;

##### Thuiswedstrijden

- De aanvoer(d/st)er houdt bij het invullen van het DWF in de sporthal na de wedstrijd 1,5m afstand aan. Ontsmet je handen na het aanraken van andermans laptop/tablet;
- Wisselerspelers houden bij de spelersbank ten alle tijden vanaf 18 jaar en ouder minimaal 1,5m afstand van elkaar én van de trainer/coach;
- Tijdens de warming-up en het inspelen in het veld dienen spelers/speelsters van 18 jaar en ouder 1,5 m afstand van elkaar te houden;
- Na het inspelen desinfecteer je je eigen inspelballen voordat je ze weer in de ballentas doet. Gebruik hiervoor de desinfectiemiddelen die je bij de ballentas hebt gekregen;
- Schud voorafgaand en na de wedstrijd geen handen met de tegenstander en scheidsrechter, maar begroet elkaar wel op een andere manier;
- Het is voor spelers/speelsters niet toegestaan om te schreeuwen, te yellen, liedjes te zingen of door het net naar de tegenstander te roepen. Het bescheiden vieren van een punt is wel toegestaan;
- Houd bij het wisselen ook de 1,5 m afstand aan;
- Tijdens het wisselen van speelhelft gedurende de wedstrijd, dient de spelersbank eerst gedesinfecteerd te worden voordat je naar het andere speelveld loopt. Desinfectiemiddelen zijn bij de spelersbank aanwezig;



- Aan de tellertafel mag maximaal 1 teller per wedstrijd aanschuiven. Met meerdere personen tellen is niet toegestaan i.v.m. de beperkte ruimte en afstand die gehouden moet worden;
- Scheidsrechters maken bij het fluiten van wedstrijden gebruik van een eigen fluitje en kaarten;
- Scheidsrechters dienen na de wedstrijd de scheidsrechtersstoel te desinfecteren. Gebruik hiervoor de aanwezige desinfectiemiddelen die bij de spelersbanken op het veld staan;
- Scheidsrechters desinfecteren na de wedstrijd de wedstrijdbal bij de zaalwacht. Hiervoor zijn desinfecterende middelen bij de zaalwacht aanwezig;

### Uitwedstrijden

- De aanvoer(d/st)er houdt bij het invullen van het DWF in de sporthal na de wedstrijd 1,5m afstand aan. Ontsmet je handen na het aanraken van andermans laptop/tablet;
- Wisselerspelers houden bij de spelersbank ten alle tijden vanaf 18 jaar en ouder minimaal 1,5m afstand van elkaar én van de trainer;
- Tijdens de warming-up en het inspelen in het veld dienen spelers/speelsters van 18 jaar en ouder 1,5 m afstand van elkaar te houden;
- Na het inspelen desinfecteer je je eigen inspelballen voordat je ze weer in de ballentas doet. Gebruik hiervoor de desinfectiemiddelen die je bij de ballentas hebt gekregen;
- Schud voorafgaand en na de wedstrijd geen handen met de tegenstander en scheidsrechter, maar begroet elkaar wel op een andere manier;
- Het is voor spelers/speelsters niet toegestaan om te schreeuwen, te yellen, liedjes te zingen of door het net naar de tegenstander te roepen. Het bescheiden vieren van een punt is wel toegestaan;
- Houd bij het wisselen ook de 1,5 m afstand aan;
- Tijdens het wisselen van speelhelpt gedurende de wedstrijd, dient de spelersbank eerst gedesinfecteerd te worden voordat je naar het andere speelveld loopt. Desinfectiemiddelen worden door de tegenstander beschikbaar gesteld;

## **6. Vragen of opmerkingen?**

Voor vragen of opmerkingen over dit protocol kan je één van de bestuursleden aanschieten of een mailtje sturen naar [info@oms-putten.nl](mailto:info@oms-putten.nl).

*Dit protocol is een 'levend' document en kan de komende tijd waar nodig worden aangevuld en/of worden aangepast.*