



#blijfsporten

Update 8 juni 2020

Gedragscode voor bestuurders

www.sport.vlaanderen/corona
www.blijfsporten.be



DE
FITNESSORGANISATIE
GEZOND EN ETHISCH SPORTEN IN DE FITNESS

SKA
SPORT + KEURINGARTSEN

Gezond Sporten
Vlaanderen

KSF
Vlaamse Sportfederatie

isb
VLAAMSE INSTITUUT VOOR
SPORTBEVEILIGING EN RECREATIEBEELD

SPORT.
VLAANDEREN

ALGEMENE REGELS

- Houd steeds 1,5 meter afstand van iedere persoon buiten je huishouden.
- Probeer je gezicht niet aan te raken.
- Blijf thuis als je symptomen hebt die op COVID-19 kunnen wijzen, zoals een griepig gevoel, koorts, hoesten, kortademigheid, neusloop of ongewone vermoeidheid. Ga pas weer sporten als het mag van je arts.
- Blijf ook thuis als je huisgenoot symptomen heeft of positief getest heeft op het virus. Ga pas weer naar de sportclub als het mag van de arts.
- Heb je verhoging gehad van je lichaamstemperatuur en ben je weer koortsvrij? Rust nog even lang als het aantal dagen dat je koorts had. Na bv. 3 dagen koorts, mag je nog 3 dagen niet naar de sportclub, vanwege het risico op een hartontsteking

VOORBEREIDING THUIS

- Ga alleen naar een sportclub, sporthal, ... voor een geplande activiteit.
- Wil je een drankje, neem het dan mee. De meeste cafetaria's zijn vermoedelijk nog gesloten.
- Indien jouw club over een eigen sportcafetaria beschikt, maak dan een plan op voor de heropening van de cafetaria, rekening houdend met de veiligheidsvoorschriften. Voor tips kan je terecht op de website <https://heropstarthoreca.be/>
- Houd er rekening mee dat de toiletten niet op elke accommodatie toegankelijk zijn.
- Was je handen 20 seconden met water en zeep
- Ga bij voorkeur alleen en op eigen kracht naar de sportlocatie.
- Maak een coronaplan op voor je sportclub/-organisatie en maak de nodige afspraken met de eigenaar van de sportinfrastructuur (indien je zelf geen beheerder bent) om de werking van je sportorganisatie op een gecontroleerde manier weer te kunnen opstarten.
- Geef een contactpersoon door voor de gemeente en de gebruikers van de sportinfrastructuur.

OP DE SPORTLOCATIE

- Was je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden. Droog ze met papieren doekjes of een droogtoestel, niet met een gedeelde handdoek.
- Moet je hoesten of niezen, doe dat dan in een papieren zakdoekje of je elleboogplooï.
- Vermijd het aanraken van je gezicht.
- Geef of aanvaard geen zoen, knuffel, hand, schouderklopje of high five.
- Zorg dat te allen tijde EHBO-materialen en een AED beschikbaar zijn en deze niet achter slot en grendel zitten.
- Stel corona-verantwoordelijken aan van wie er altijd één herkenbaar aanwezig is (bijv. met hesje).
- Werk een actieplan uit om extra voorzorgen te nemen voor risicogroepen ten aanzien van COVID-19.
- Sluit niemand uit en discrimineer niet. Wees wel extra voorzichtig om trainers of vrijwilligers met gezondheidsrisico's in te schakelen. Neem extra voorzorgsmaatregelen voor mensen die een gezondheidsrisico hebben, voor senioren,
- Instrueer trainers/ouders/vrijwilligers/sporters over de wijze waarop ze op een verantwoorde en veilige manier kunnen (laten) sporten.
- Communiceer de regels van je locatie met je trainers, sporters en hun ouders via de eigen communicatiemiddelen. En controleer of ze zichtbaar aanwezig zijn op de accommodatie.
- Instrueer trainers dat ze sporters bij overtreding van de regels moeten aanspreken op ongewenst gedrag.

- Zorg ervoor dat sporters zo weinig mogelijk contact moeten maken met gemeenschappelijke oppervlakken zoals deurklinken. Zet alle nodige deuren waar mogelijk open en breng signalisatie op gesloten deuren aan. Ontsmet regelmatig de oppervlakken die wel aangeraakt moeten worden.
- Hang de hygiëneregels uit bij de ingang van de sportaccommodatie én bij de sportvelden binnen de accommodatie.
- Zorg op de accommodatie/het terrein voor een duidelijke routing, zodat personen elkaar zo min mogelijk passeren bij het betreden of verlaten van de accommodatie. Houd de 1,5 meter onderlinge afstand in acht.
- Indien je club over een cafetaria beschikt, zorg voor een duidelijke route en plaats de tafels en stoelen voldoende uit elkaar. Voorzie voldoende handgel en ontsmettingsmateriaal voor de barmedewerkers.
- Zorg voor een duidelijke aanrijroute voor auto's en fietsen, zodat iedereen de accommodatie op een veilige manier kan betreden.
- Houd de , kleedkamers- en douches gesloten.
- Zorg dat de sportmaterialen op het sportveld beschikbaar zijn voor trainers en sporters.
- Zorg waar nodig voor persoonlijke hygiënemiddelen en schoonmaakmiddelen voor materialen (water en zeep en voldoende papieren handdoekjes).