



Protocol veilig sporten in het COVID-19 tijdperk

1 Algemeen

De Rijksoverheid heeft nieuwe en aangescherpte maatregelen ter voorkoming van de verspreiding van Covid-19 aangekondigd. Deze maatregelen zijn ingegaan per 14 oktober om 22:00 uur. Deze maatregelen hebben ook gevolgen voor ons als sportvereniging.

Dit protocol moet garanderen dat het hockeyen, sporten en bewegen op onze Hilversumsche Mixed Hockey Club ook daadwerkelijk veilig gebeurt.

In dit protocol worden de randvoorwaarden en de aanvullende regels/procedures beschreven die nodig zijn om aan alle, door de overheid gestelde, voorwaarden te voldoen.

Dit protocol is door het bestuur van de Hilversumsche Mixed Hockey Club goedgekeurd en is vervolgens ter goedkeuring voorgelegd aan de gemeente Hilversum.

1.1 Inbedding in missie en visie van de vereniging

De vereniging wil spelers als hockeyers en teamspeler ontwikkelen in een veilige leeromgeving. Het is dus vanzelfsprekend dat zij, nu blijkt dat de COVID-19 crisis nog lang niet voorbij is, een modus zoekt waarin hockeyen en bewegen door al onze leden, op ons complex weer zoveel mogelijk veilig kan plaatsvinden.

1.2 Uitgangspunten

- We willen daar waar mogelijk, bewegen, sporten en hockeyen veilig faciliteren op ons complex;
- We houden ons hierbij aan alle door de overheid en het RIVM gestelde richtlijnen en regels;
- Vanaf 14 oktober 2020 is de accommodatie alleen toegankelijk voor spelers, hun trainers, medewerkers van HMHC, bestuursleden in functie van HMHC en vrijwilligers die een noodzakelijke functie hebben;
- We houden actief toezicht op de naleving van dit protocol;
- Dit protocol voorziet in de mogelijkheid om sporten en bewegen mogelijk te maken voor al onze spelende leden;
- Heb je klachten, blijf thuis en laat je testen;
- Vermijd drukte;
- Was regelmatig je handen;
- Kinderen tot en met 12 jaar hoeven onderling en ten opzichte van volwassenen geen afstand te houden;
- Voor leden uit hetzelfde huishouden geldt dat ook zij onderling geen afstand hoeven te houden;
- Jongeren van 13 tot 18 jaar hoeven onderling geen afstand te houden maar moeten dit wel tot volwassenen;
- Volwassen dienen te allen tijde afstand te houden ten opzichte van elkaar en jongeren vanaf 13 jaar;
- Dit protocol geldt vanaf 14 oktober 2020 tot nader order. Verlenging van de geldigheid of aanpassing van dit protocol vindt plaats na afstemming met de gemeente Hilversum.



1.3 Draagvlak

Dit protocol is opgesteld om aan de behoefte te voldoen, die bij de overheid, binnen de samenleving en binnen onze vereniging leeft om het sporten voor onze leden in toenemende mate veilig te faciliteren. Dit protocol voldoet aan het door de overheid opgestelde toetsingskaders en sluit aan bij de protocollen die in de sport (NOC-NSF, KNHB) gebruikt worden.

1.4 Communicatie

Alle ouders of wettelijke vertegenwoordigers van kinderen die gebruik willen maken van de mogelijkheid om op H.M.H.C. te sporten zullen kennis moeten nemen van het protocol. Alle leden van 13 jaar en ouder die gebruik willen maken van de mogelijkheid om op H.M.H.C. te sporten zullen eveneens kennis moeten nemen van het protocol. Het protocol wordt per mail verspreid en per trainingsgroep/team zal via de organisatie commissie geïnventariseerd worden of ouders en spelers op de hoogte zijn van het protocol.

1.5 Maximale groepsgroottes

Het maximale aantal personen op het complex voldoet aan de volgende voorwaarden:

- Iedereen op het park heeft genoeg bewegingsruimte om eenvoudig, tenminste de vereiste, afstand van 1 ½ meter te houden;
- Voor jeugd tot 18 jaar (ABCDEF jeugd) geldt geen maximale groepsgrootte op het veld;
- Voor iedereen vanaf 13 jaar geldt buiten het veld op de accommodatie en daarbuiten een maximale groepsgrootte van 4.
- Voor spelers vanaf 18 jaar (alle senior spelers) geldt dat er maar maximaal 1 team op een veld mag;
- Veiligheid is gewaarborgd voor iedereen;
- Iedereen op het park kan gemakkelijk het complex en de velden verlaten;
- Op alle dagen geldt er een maximaal bezoekersaantal van 250 mensen op het complex;

1.6 Competitie

Zowel de jeugdcompetitie als ook de senioren competitie is vanaf 14 oktober stilgelegd. Oefenwedstijden zijn ook tijdelijk niet meer toegestaan. Onderlinge oefenwedstrijden tussen HMHC jeugdteams zijn wel toegestaan en kunnen voor het weekend via het wedstrijdsecretariaat worden aangevraagd. Doordeweekse onderlinge oefenwedstrijden kunnen bij de verenigingsmanager worden aangevraagd.



2 Algemene hygiëne maatregelen

2.1 Personele bezetting

Werknemers, vrijwilligers, leden en zij die gebruik willen maken van ons complex en die symptomen hebben die zouden kunnen wijzen op een corona-besmetting of die huisgenoten hebben die corona gerelateerde symptomen hebben, komen niet naar de club en laten zich testen. Pas als deze personen tenminste 24 uur klachtenvrij zijn of er middels een test is aangetoond dat de betrokkenen geen dragers van het corona-virus zijn, zijn ze welkom op het complex.

Naleving van deze maatregelen vraagt een hoge mate van discipline en verantwoordelijkheid van de leden, werknemers, vrijwilligers en eventueel niet clubgebonden gebruikers zelf.

2.2 Toiletten en kleedkamers

De kleedkamers zijn niet toegankelijk, de toiletten beneden zijn wel vrij toegankelijk, de toiletten in het clubhuis blijven tijdelijk gesloten. Voor en na toiletbezoek dient er uitgebreid (20 seconden) handen gewassen te worden.



3 Toegangsregels

3.1 Toegang tot park

Alle spelers en hun trainers die komen trainen hebben toegang tot onze accommodatie met inachtneming van de anderhalve meter regel, bezoekers zijn niet welkom. Registratie is niet meer noodzakelijk.

3.2 Brengen met de auto naar de HMHC accommodatie

Geadviseerd wordt om zoveel mogelijk met de fiets gekomen en carpoolen te voorkomen. Indien het vervoer met de auto plaatsvindt en er personen in de auto zitten die niet tot hetzelfde huishouden behoren, wordt het dragen van mondkapjes aangeraden.

3.3 Toegang tot de velden

Toegang tot de velden is vrij voor spelers en trainers.

3.4 Toegang tot de Dug-out

Binnen de dug-out wordt er 1 ½ meter afstand bewaard. Dit betekent dat er maximaal 2 personen ouder dan 18 tegelijk in de dug-out aanwezig kunnen zijn. Indien mogelijk zullen er losse stoelen naast de dug-out geplaatst worden.

3.5 Op het terrein

Het is niet toegestaan meubilair of andere roerende goederen op het terrein te verplaatsen.

3.6 Toegang tot clubhuis

Het clubhuis is gesloten voor bezoekers.



4 Regels tijdens het trainen voor alle leden

4.1 Regels tijdens oefeningen

Spelvormen en duels zijn mogelijk voor jeugdspelers tot 18 jaar, wel zien de trainers erop toe dat er geen onnodig fysiek contact is. Concreet betekent dit dat kinderen elkaar alleen aan kunnen raken in een spelduel.

4.2 Regels tijdens instructie

Voor een instructie van een oefening roept een trainer alle spelers bij elkaar, hij blijft zelf tijdens de instructie op 2 ½ meter afstand (drie stick lengtes) hierdoor blijft de anderhalve meter grens ook bij onverwachte situaties gewaarborgd.

4.3 Regels voor feedback/correcties

Bij het geven van feedback aan spelers wordt alleen verbale feedback toegestaan. Functioneel fysiek contact is nooit toegestaan in verband met de anderhalve-meter-regel. Trainers houden dusdanig afstand dat ook bij onverwachte bewegingen de anderhalve-meter-regel gewaarborgd blijft.

4.4 Regels voor het betreden van het veld

Bij het betreden van het veld dienen de spelers er trainers gebruik te maken van een desinfecterende handgel, deze dienen zijzelf mee te nemen. HMHC zal voor een kleine 'nood' voorraad zorgen.

4.5 Aankomst en vertrek

Kom niet eerder dan 15 minuten voor aanvang van de training en vertrek direct na de training:

4.6 Tribune

De tribune is niet toegankelijk, hier kan de 1 ½ meter onderlinge afstand niet worden gewaarborgd.

4.7 Blessure ijs

Blessure ijs bevindt zich in de vriezer in het materiaalhoek onder de hoofdtribune, gelieve hiervan goede nota te nemen!

4.8 EHBO

EHBO spullen zijn voorradig in het trainerskantoor.



4.9 Senioren (spelers vanaf 18 jaar)

Senioren kunnen trainen, hiervoor gelden naast voorgaande regels deze aanvullende regels:

- Er traint maximaal 1 team per veld;
- Er mag in groepjes van maximaal 4 personen worden getraind;
- Een trainer telt mee in deze groepsgrootte;
- In deze groep en ook ten opzichte van de andere groepen houdt men 1 ½ meter afstand van elkaar;
- Spelvormen en duels zijn niet toegestaan;
- Het moet herkenbaar zijn welke sporter bij welk groepje hoort;
- Per trainingsgroep is er een duidelijk herkenbare toezichthouder aanwezig, dit is een niet-speler die toeziet op naleving van het protocol;

5 Horeca en clubhuis

Tot nader order zijn zowel het clubhuis als de horeca gesloten.



6 Wat te doen bij besmetting

6.1 Een speler met lichte verkoudheidsklachten of koorts

Deze speler mag niet spelen. Iedereen dient zich te houden aan de overheidsregels en bij klachten zoals genoemd blijft een speler, begeleider, scheidsrechter of vrijwilliger thuis.

6.2 Een positieve test in het team

In het geval van een positieve test in je team, dan is het verstandig om zo snel mogelijk, via de betrokkene, te schakelen met de GGD. Zij doen een bron- en contactonderzoek en zullen aangeven welke regels gelden voor contacten die voortkomen uit het bron- en contactonderzoek zoals de teamgenoten van de speler. Over het algemeen verblijven hockeyers tijdens een wedstrijd of training niet meer dan 15 minuten binnen 1 ½ meter van een andere persoon en ziet de GGD teamgenoten als “overige niet nauwe contacten”. Deze spelers mogen in dat geval blijven deelnemen aan wedstrijden maar moeten hun gezondheidssituatie goed in de gaten houden en thuisblijven zodra een van de door de overheid genoemde klachten optreedt. Daarbij geldt: safety first, neem je verantwoordelijkheid! Als je dus weet dat iemand meer dan 15 minuten binnen 1 ½ meter van de desbetreffende speler is geweest, dan geldt voor deze persoon het dringende advies in quarantaine te gaan voor de duur die de overheid voorschrijft.

6.3 Een speler heeft het dringende advies gekregen in quarantaine te gaan

De KNHB adviseert dringend om alle overheidsadviezen op te volgen. In dit geval gaat de betrokken speler daadwerkelijk in quarantaine en kan hij of zij gedurende die periode niet deelnemen aan wedstrijden en trainingen.

6.4 Positieve test melden bij bestuur

Bij een positieve uitslag van de Covid-19 test van één van onze leden vragen we om een mailbericht hierover te sturen aan het bestuur. Via: algemeenbestuur@hmhc.nl. Laat daarin weten wie besmet is en wanneer diegene voor het laatst op de club is geweest. In onderling overleg met de Medische Commissie zal afhankelijk van de situatie worden vastgesteld wat de eventuele vervolgstappen zijn. Dit zal gebeuren op vertrouwelijke basis.

Voor informatie over het Protocol bron- en contactonderzoek Covid-19, zie de link: <https://lci.rivm.nl/COVID-19-bco>. In een Infographic wordt kort uitgelegd hoe het bron- en contactonderzoek werkt: <https://www.ggdgv.nl/wp-content/uploads/sites/2/2020/06/Infographic-Bron-en-Contact.pdf>.



7 Handhaving

7.1 Handhaving en naleving van het protocol

Op de momenten dat er wordt getraind zijn de hoofdtrainers, enkele medewerkers/vrijwilligers en de toezichthouders van de club geautoriseerd om diegene die zich niet aan het afgesproken protocol houdt aan te spreken.

Bij een eerste overtreding volgt een mondelinge waarschuwing.

Bij herhaling van de overtreding volgt een waarschuwing per mail/app.

Bij een tweede herhaling wordt de toegang tot de trainingen voor een week ontzegd.

7.2 Discipline en eigen verantwoordelijkheid

De vereniging doet net als de overheid een beroep op de discipline en eigen verantwoordelijkheid van ouders en spelers. Hou je aan de regels, gebruik je gezond verstand, alleen samen kunnen we het in groepsverband sporten van onze kinderen veilig vormgeven.

Tot slot:

We hopen met bovenstaande maatregelen dat iedereen weer lekker aan het hockeyen kan. Als iedereen zich aan dit protocol houdt, kunnen we dit op een veilige manier samen doen!



Bijlage 1 Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

Onderstaande maatregelen worden door de overheid geadviseerd.

- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- blijf thuis als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. 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 getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot 10 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven tot 10 dagen na het laatste contact;
- houd 1 ½ meter (twee armlengtes) afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot 18 jaar onderling);
- hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- ga voordat je naar de club vertrekt thuis naar het toilet;
- was voor je training thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden;
- was je handen met water en zeep voor en na bezoek sportlocatie;
- douche thuis en niet op de sportlocatie;
- vermijd het aanraken van je gezicht;
- schud geen handen;
- gebruik een alcoholhoudende desinfecterende handgel voordat je het veld opgaat.