



Protocol veilig sporten in het COVID-19 tijdperk

1 Algemeen

Nu sporten in groepsverband voor iedereen onder voorwaarden weer mogelijk wordt, moet er een duidelijk protocol zijn dat garandeert dat het hockeyen, sporten en bewegen op onze de 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 24 augustus is iedereen weer beperkt welkom op onze accommodatie;
- 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 24 augustus 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;
- 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;
- Op wedstrijddagen kan dit aantal tijdelijk hoger zijn, bezoekers dienen zich dan te registreren.

Er gelden geen maximale groepsgroottes meer op de velden.



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 en toiletten beneden zijn weer vrij toegankelijk, de toiletten in het clubhuis blijven tijdelijk gesloten. Voor en na toiletbezoek dient er uitgebreid (20 seconden) handen gewassen te worden. Binnen de kleedkamers en douches geldt de anderhalve meter maatregel voor iedereen vanaf 18 jaar.



3 Toegangsregels

3.1 Toegang tot park

Iedereen heeft weer toegang tot onze accommodatie met inachtneming van de anderhalve meter regel, het maximale bezoekersaantal is 250. Op wedstrijddagen dient iedereen vanaf 13 jaar zich te registreren, dus ook leden. Dit kan door het scannen van de QR code bij de ingang en maximaal 2 dagen van tevoren op: hmhc.nl/registratie. Zie ook het hoofdstuk “Wedstrijddagen”.

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 personen met een functie op het veld, ouders zonder functie mogen het veld niet betreden en dienen langs het veld 1 ½ meter afstand tot elkaar te houden.

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 weer geopend. In de kantine geldt het protocol van de Koninklijke Horeca Nederland, vastgelegd in de huisregels opgenomen in het hoofdstuk 6 “Horeca en Clubhuis”.



4 Regels tijdens het trainen voor alle leden

4.1 Regels tijdens oefeningen

Spelvormen en duels zijn mogelijk, 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 zichzelf mee te nemen. HMHC zal voor een kleine 'nood' voorraad zorgen.



5 Regels tijdens wedstrijddagen voor alle leden en bezoekers

5.1 Algemeen

De huidige maatregelen ter voorkoming van het Covid-19 virus stellen voorwaarden aan de maximale bezoekersaantallen en onderlinge gedragsregels en vormen derhalve een uitdaging op onze accommodatie, om ervoor te zorgen dat al onze leden en bezoekende teams weer op een prettige en veilige wijze aan wedstrijden kunnen deelnemen, gelden er op onze accommodatie strikte regels.

5.2 Toegang tot de accommodatie

Op onze accommodatie mogen we maximaal 250 mensen ontvangen, boven dit aantal moet er een gezondheidscheck gedaan worden en dient men zich te registreren. Er zullen momenten zijn dat het aantal bezoekers daadwerkelijk boven deze 250 personen uitkomt. Hiervoor gelden de volgende regels:

- Iedereen vanaf 13 jaar die de accommodatie wil betreden dient zich te registreren, informatie staat op de borden bij de ingang dit kan door het scannen van de QR code en maximaal 2 dagen van tevoren op: hmhc.nl/registratie;
- Het thuis spelende team mag slechts één ouder/supporter per speler meenemen, ook deze bezoekers registreren zich bij de ingang van de accommodatie, middels het scannen van de QR-code en het invullen van het registratieformulier;
- Naast de officiële begeleiding van het uit spelende team, vragen wij uitdrukkelijk met niet meer dan 6 (rij) ouders te komen, ook deze bezoekers registreren zich bij de ingang van de accommodatie, middels het scannen van de QR-code en het invullen van het registratieformulier;
- Voor wedstrijden van Senioren geldt er geen maximumaantal bezoekers, echter dienen alle bezoekers zich te registreren;
- Alle supporters dienen langs het veld te staan met inachtneming van een onderlinge afstand van 1 ½ meter, kan deze afstand door drukte niet worden bewaard, dan wordt u vriendelijk verzocht de accommodatie weer te verlaten;
- Voor ieder team geldt, blij zoveel mogelijk bij elkaar en houdt voldoende afstand tot anderen.

5.3 Aankomst en vertrek

In het wedstrijdschema wordt rekening gehouden met verspringende aanvangstijden. Voor alle teams geldt:

- Kom niet eerder dan 30 minuten voor aanvang van de wedstrijd;
- De thuis spelende teams komen zoveel mogelijk op de fiets;
- Uiterlijk 30 minuten na de wedstrijd dient de accommodatie weer te worden verlaten.



5.4 Teambespreking

Teambesprekingen in de vergaderruimte op zaterdag zijn alleen toegestaan voor lijnteams, deze voorbespreking wordt vooraf ingedeeld door HMHC. Seniorenteams kunnen de voorbespreking niet in de vergaderruimte houden, omdat de 1 ½ meter onderlinge afstand niet gewaarborgd kan worden.

5.5 Tijdens de wedstrijden

- Wacht met het hele team en begeleiding op de aangewezen plek bij de ingang van het veld, pas wanneer alle spelers van de voorgaande wedstrijd het veld hebben verlaten, kan het veld betreden worden;
- De toss kan doorgaan. Scheidsrechters en aanvoerders zorgen voor voldoende afstand tot elkaar en tot alle anderen op en rond het veld en een van de scheidsrechters zorgt vervolgens dat de toss plaatsvindt en dat er wordt bepaald wie afslaat c.q. wie op welke helft begint;
- Uit oogpunt van sportiviteit en respect starten wedstrijden normaal gesproken altijd met een line-up en vervolgens een 'shakehands' met tegenstanders en scheidsrechters. Op dit moment is dat vanwege het coronavirus niet mogelijk. De KNHB geeft hiervoor geen alternatief en adviseert verenigingen teams zich te laten opstellen waarna de scheidsrechter de wedstrijd kan starten.
- Bij de jeugd (tot en met 17 jaar) kan de 'Huddle' op basis van de coronaregels nog steeds. Vanaf 18 jaar kan dit niet tenzij er minimaal 1 ½ meter afstand wordt gehouden. De 1 ½ meter afstand mag alleen tijdens spelsituaties worden genegeerd maar moet in alle andere situaties ook op het veld gehandhaafd worden bij spelers vanaf 18 jaar.
- Tijdens de wedstrijd, dus alleen in de officiële speeltijd, geldt er geen minimale onderlinge afstand;
- Kinderen tot en met 12 jaar hoeven van niemand afstand te houden. Kinderen tussen 12 en 18 wel ten opzichte van volwassenen maar niet ten opzichte van elkaar. Volwassen dienen altijd 1 ½ meter afstand te houden tenzij ze uit hetzelfde huishouden komen. Deze regels gelden ook tijdens rustmomenten en wisselmomenten. Hou je hier altijd aan!
- Het is belangrijk dat de spelers en begeleiding van teams na afloop van een wedstrijd en met inachtneming van de geldende afstandsbepalingen, zo snel mogelijk de dug-out leegmaken en het veld verlaten.

5.6 Wedstrijdtafel

De wedstrijdtafel bevindt zich in het clubhuis, bij de hoofdingang. Voor de balie mag maar één persoon tegelijkertijd staan. Indien zich een rij vormt, dan dient men in deze rij 1 ½ afstand van elkaar te houden.

5.7 Tribune

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



5.8 Blessure ijs

Blessure ijs bevindt zich in de vriezer in het materiaalhok onder de hoofdtribune, hiervoor hoeft men niet naar de wedstrijdtafel en hoeft men ook het clubhuis niet te betreden. Gelieve hiervan goede nota te nemen!

5.9 Senioren

Bij wedstrijden van senioren geldt dat de spelers, begeleiding en bezoekers zich vanaf 13 jaar te allen tijde dienen te registreren bij de ingang door middel van het scannen van de QR code en het invullen van het registratieformulier: hmhc.nl/registratie.

5.10 Uitspelende HMHC teams

Wanneer een team van HMHC uitspeelt, dan dient de begeleiding van het team zich goed op de hoogte te stellen van de maatregelen die gelden bij de te bezoeken hockeyclub. Deze kunnen namelijk verschillen per club. Wanneer er in met de auto wordt gereisd naar een andere club, dan adviseren we alle inzittenden van een auto waarin personen zitten die niet allemaal tot eenzelfde huishouding behoren een mondkapje te dragen.



6 Horeca en clubhuis

Om ons aan alle richtlijnen van het RIVM te kunnen houden en om een bezoek aan het clubhuis zo gezellig en veilig mogelijk te houden hebben wij een aantal huisregels opgesteld. Wij vragen aan iedereen deze regels te respecteren en zich hieraan te houden.

- Heeft u **klachten** als verkoudheid, koorts en hoesten dan vragen wij u thuis te blijven. Bij twijfel door het horecapersoneel kan alsnog door het horecapersoneel de toegang tot het clubhuis ontzegd worden;
- Desinfecteer uw handen bij binnenkomst bij de desbetreffende desinfectie plek en in indien u dat nog niet gedaan heeft, registreer u middels het scannen van de QR-code;
- Houd altijd 1,5 meter afstand van elkaar;
- Volg altijd de aanwijzingen van het horecapersoneel op;
- **In het weekend** hanteren wij een doorloop. Dit wil zeggen dat u via de aangegeven ingang naar binnen kunt en via een **looproute** eten en drinken kunt bestellen. Vervolgens neemt u uw bestelling mee naar buiten via de aangegeven uitgang. Op het terras (**op de aangegeven plekken**) of **beneden** kunt u uw bestelling nuttigen. Het is **niet toegestaan** consumpties in het clubhuis te nuttigen;
- Heeft u een **grotere bestelling** en duurt het iets langer? Neem dan plaats op een van de **barkrukken** aangewezen door een van onze collega's. wanneer uw bestelling klaar is roepen wij uw naam om en kunt u uw bestelling afhalen en mee naar **buiten** nemen;
- Het andere gedeelte kan **op doordeweekse dagen gereserveerd** worden om na afloop van de trainingen een drankje te drinken met elkaar. De gastvrouw/heer wijst deze plek aan. Het andere gedeelte gebruiken wij voor het avondeten van de diverse teams;
- Het reserveren voor het clubhuis is verplicht. Dit kan via de mail: hmhc@cooke-d.nl;
- wij werken op doordeweekse dagen uitsluitend met tijdblokken. Tijdens het reserveren via de mail kunt u aangeven voor welk tijdsblok u wilt reserveren;
- Wat betreft het reserveren vol=vol.;
- Is er buiten plek? Dan kunt u daar op de aangewezen plek met elkaar (op gepaste afstand) plaatsnemen;
- In het clubhuis en op het terras van het clubhuis is het niet toegestaan te staan. Blijf daarom op de aangewezen plekken zitten. Het bestellen van een consumptie kan natuurlijk wel aan de bar;
- Consumpties voor buiten schenken wij uitsluitend in plastic;
- Wij werken niet op rekening. Alle bestellingen dienen direct afgerekend te worden;
- De toiletten boven in het clubhuis zijn gesloten.



7 Wat te doen bij besmetting

7.1 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.

7.2 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.

7.3 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.

7.4 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>.



8 Handhaving

8.1 Handhaving en naleving van het protocol

Op de momenten dat er wordt getraind zijn de hoofdtrainers en enkele medewerkers/vrijwilligers 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.

Op de momenten dat er wordt getraind door de senioren, zijn zij zelf volledig verantwoordelijk voor het zich zonder meer houden aan de afspraken die in het protocol staan.

8.2 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.