



## Handbal specifiek corona protocol

Vanaf 8 juni zijn er nieuwe versoepelingen voor de sportsector toegestaan, hierbij ook de heropstart van handbaltrainingen indoor.

Hierbij gelden volgende algemene maatregelen:

- Een trainer is verplicht aanwezig.
- Garanderen van de social distancing en bijzondere aandacht besteden aan de strikte naleving van de algemene (hand)hygiënemaatregelen.
- Een uitzondering op de social distancing is er voor kinderen tot 12 jaar, zij mogen vrij sporten zonder afstand te houden. Wij raden echter aan om ook hier de contacten nog zoveel mogelijk te beperken.
- De verschillende leeftijdscategorieën binnen een vereniging/club dienen elkaar zo min mogelijk te kruisen.
- Per persoon moet er indoor een ruimte van 30m<sup>2</sup> worden voorzien. Voor trainingen van volwassenen indoor, raden wij ten zeerste de ruimte van een volledig handbalterrein aan.
- Kleedkamers blijven gesloten.

Alle algemene info inzake het Coronavirus, en wat te doen bij besmetting of contact met besmette personen, kan je terugvinden via volgende link:

<https://www.info-coronavirus.be/nl/>





## Verantwoord sporten

### Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

Wij adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren.

- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- blijf thuis als je één 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. Je moet 10 dagen symptoomvrij zijn om terug te kunnen keren naar de trainingen;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden.
- 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;
- kom niet eerder dan 10 minuten voor de sportactiviteit aan op de sportlocatie en ga direct daarna naar huis.





### Voor trainers, begeleiders en vrijwilligers

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- kom, voor zover dat kan, zoveel mogelijk met eigen vervoer naar de accommodatie waar je training gaat geven;
- bereid je training goed voor. Houdt 1,5 meter afstand ook onderling.
- zorg dat er zo min mogelijk materialen gedeeld moeten worden;
- vermenging van de leeftijdsgroepen is op geen enkel moment toegestaan;
- zorg dat de training klaar staat als de kinderen het veld op komen zodat je gelijk kunt beginnen. Laat spelers in daartoe afgebakende ruimtes trainen;
- maak vooraf (gedrags)regels aan kinderen duidelijk, met name dat tijdens het sporten 1,5 meter afstand moet worden gehouden;
- ga voorafgaand aan de training na bij de kinderen of zij of hun gezinsleden geen klachten hebben of een gezinslid recent positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19);
- wijs kinderen op het belang van handen wassen en laat kinderen geen handen schudden;
- help de kinderen om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt;
- houd 1,5 meter afstand met al je kinderen en/of mede-trainers (geen lichamelijk contact);
- weet bij voorkeur wie er aanwezig zijn bij de training/activiteit, zowel leden als niet-leden;
- volg de gebruikelijke voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen;
- laat kinderen niet eerder toe dan 10 minuten voor de starttijd van de training/activiteit. De kinderen moeten na afloop direct vertrekken;
- laat kinderen gefaseerd het sportveld betreden en verlaten. Wijs ze erop dat ze na de training direct naar huis gaan;
- zorg dat er geen toeschouwers zijn bij de training, tenzij dat dat in specifieke gevallen noodzakelijk is;
- hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- was of desinfecteer je handen na iedere training;
- blijf thuis als je een van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- blijf thuis als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten;
- blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact.

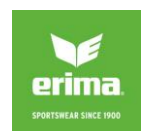




### Voor sporters

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- blijf thuis als je een van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (vanaf 38 C°);
- blijf thuis als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten. 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 u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- meld je tijdig aan voor de training of volg de afspraken van je trainer, zodat de organisatie rekening kan houden met de toestroom;
- kom alleen naar de sportlocatie wanneer er voor jou een sportactiviteit gepland staat;
- reis alleen of kom met één persoon uit jouw huishouden die jou brengt;
- kom zoveel mogelijk zelf en op eigen gelegenheid naar de sportlocatie;
- kom in sportkleding naar de sportlocatie. Eventueel aanwezige kleedkamers zijn gesloten. Je kunt ook niet douchen, zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest;
- kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de sportactiviteit naar de sportlocatie en wacht op aanvang op de daarvoor aangewezen plek;
- volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers;
- sporters moeten 1,5 meter afstand houden tot alle andere personen (behalve personen uit eigen huishouden), dus ook tot trainers en andere sporters.
- gebruik zoveel mogelijk alleen eigen materialen. Als er gedeelde materialen gebruikt worden, rouleer deze niet en desinfecteer de materialen direct na gebruik met water en zeep, handgels of reinigingsdoekjes
- neem je eigen drinkfles gevuld mee om uit te drinken;
- verlaat direct na de sportactiviteit de sportlocatie.





### Voor ouders

We adviseren om onderstaande maatregelen uit te voeren:

- informeer uw kinderen over de algemene veiligheids- en hygiëneregels en dat ze altijd de aanwijzingen van de trainer of begeleiding opvolgen;
- meld je kind(eren) tijdig aan voor de sportactiviteit of volg de afspraken van je trainer, zodat de organisatie rekening kan houden met de toestroom;
- breng je kind(eren) alleen naar de sportlocatie wanneer er een sportactiviteit voor jouw kind(eren) gepland staat;
- breng je kind(eren) niet naar de sportlocatie als je kind klachten heeft van neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid en/of koorts;
- breng je kind(eren) niet naar de sportlocatie als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten;
- breng je kind(eren) niet naar de sportlocatie als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat uw kind tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet uw kind thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- reis alleen met jouw kind(eren) of kom met personen uit jouw huishouden;
- breng je kind(eren) zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de sportlocatie;
- als ouder/begeleider heb je geen toegang tot de sportlocatie. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training van jouw kind(eren);
- kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de sportactiviteit op de sportlocatie;
- volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers en begeleiders;
- als ondersteuning noodzakelijk is bij de sportactiviteit, is het toegestaan om één ouder op de sportlocatie aanwezig te laten zijn. Voor deze persoon geldt ook dat het daar geldende protocol nageleefd moet worden;
- direct na de sportactiviteit halen de ouders, de kinderen op van de sportlocatie/afgesproken plek. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is.





## Operationeel plan

### Afstand en ruimte

- De 1,5 meter afstandsregel, maximaal 20 personen op de afgesproken ruimte
  - We gaan trainen in kleine groepjes.
  - We gaan trainen zonder contact op 1,5 meter afstand van elkaar.
  - We gaan technische skills trainen gecombineerd met fysieke vormen met minimale afstand van 1,5 meter tussen de sporters op het veld.
  - We trainen met de minimale bezetting van maximaal 2 trainers/begeleiders. Staf blijft op minimaal 1,5 meter afstand.

### Voorwerpen

- Gemeenschappelijk gebruik (ballen), hygiëne
  - We zorgen vooraf voor goede hygiëne m.b.t. handen schoonmaken en ontsmetten.
  - We zorgen dat de materialen die we gebruiken niet een besmettingshaard gaan vormen:
    - Iedere sporter eigen bal, eigen drinkfles.
    - Ander trainingsmateriaal (bijv. kegeltjes) wordt alleen door trainer aangeraakt. Hij/zij draagt hierbij handschoenen.
  - De club is verantwoordelijk voor desinfectie materiaal. Niet alleen voor handen maar ook voor materialen.
  - Controle op desinfectie voor, tijdens en na training is onder verantwoordelijkheid trainer.

### Accommodatie

- Ingang, toezicht, hygiëne
  - Sporters komen en gaan met eigen vervoer of worden gebracht door ouder.
  - Ouder mag kind alleen afzetten en weer ophalen, maar blijft daarbij in de auto.
  - Sporters worden 10 minuten voor de training verwacht en worden buiten de accommodatie opgewacht door de trainer.
  - Er wordt een planning gemaakt zodat er voldoende tijd zit tussen de verschillende groepen.
  - De trainer is verantwoordelijk voor het noodzakelijke toezicht op het gebruik van de accommodatie, de sport specifieke veiligheid.
  - De trainer is verantwoordelijk voor ontsmetting.
  - Wanneer regels door de sporter niet wordt nageleefd, wordt de sporter onmiddellijk verwijderd van de accommodatie.





- Binnen én rondom de accommodatie een heenweg en een terugweg, waarbij je andere sporters niet – of op 1,5 meter afstand – tegen kan komen is de verantwoordelijkheid van de vereniging.
- Sporters en staf douchen thuis.

## Fasering

Vanaf 8 juni mogen de trainingen binnen hervat worden. Zodra de afstandsbeperkende maatregelen' (1,5 meter) worden opgeheven zullen de teamsporten en teamtrainingen weer kunnen worden uitgevoerd zoals voordien. Hiervoor is 1 juli 2020 de richtdatum. Daarna zullen ook wedstrijden, competities en events weer worden toegevoegd aan het programma zodra de Nationale veiligheidsraad dit communiceert. Er wordt tot dan geen enkele vorm van handbalwedstrijden georganiseerd.

## Aanbevelingen naar de clubs toe:

- **Handballers mogen zowel in de buitenlucht als binnen weer trainen, in groepen van maximaal 20 personen (indoor dient er een ruimte van 30m<sup>2</sup> per persoon te worden voorzien). Wij raden ten zeerste aan om voor volwassenen een volledig handbalterrein te voorzien bij indoortrainingen. Wedstrijden zijn nog niet toegestaan. Het is de verantwoordelijkheid van de clubs om te zorgen dat de afspraken die we met elkaar maken nagekomen worden.**
- **Handballers mogen alleen de training hervatten, waarbij er 1,5 meter afstand aangehouden moet worden. In groepen van maximaal 20 personen. Wedstrijden zijn niet toegestaan. Het is de verantwoordelijkheid van de clubs om de afspraken na te leven.**
- **Wanneer een club bovenstaande niet kan garanderen – om welke reden dan ook – adviseren wij jullie om de trainingen niet te herstarten.**

