

Maatregelen sporten

(2020-2021)



Onderdeel van het FVC Beleid



Algemeen

In deze brochure vinden jullie de maatregelen die zijn genomen om het sporten van onze jeugd blijvend mogelijk te maken. Deze regels zijn voor alle leden en vrijwilligers bindend en iedereen moet zich hier dus aan houden. Bij het niet volgen van deze regels moeten we mensen helaas de toegang tot de trainingen en de accommodatie ontfzeggen. Aan ouders wordt gevraagd om deze maatregelen uit te leggen aan hun jongste jeugd en voor de andere leden en vrijwilligers geldt dat men op de hoogte moet zijn van deze regels. Lees deze dus zeer goed door. Het zal even wennen zijn, maar met z'n allen zorgen we ervoor dat we samen veilig kunnen sporten.

Algemene regels

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop
- Heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen
- Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot veertien dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven tot veertien dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD)
- Blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) minimaal zeven dagen thuis na de uitslag van de test
- Blijf thuis zolang je in thuisisolatie bent, omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld
- Spelers boven 70 jaar en uit risicogroepen dienen zelf hun risico te analyseren of zij op buiten sportparken of in de openbare ruimte zich in groepen kunnen te begeven. Raadpleeg desnoods je huisarts
- 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.
- Houd 1,5 m afstand met personen van 18 jaar of ouder (uitzondering tijdens het sporten).
- Bij de trainingen waar leeftijdsgroepen zijn vermengd (jeugd en senioren, gelden de regels die voor de categorie 18 jaar en ouder gelden
- Spelers en vrijwilligers mogen niet op het gedeelte van het sportcomplex van Blauw Wit komen en voor de leden van onze buurclub geldt hetzelfde in omgekeerde richting, dus FVC'ers gaan via onze in- en uitgang en Blauw Witters via hun eigen in- en uitgang
- Veld 5 en 6 zullen alleen door FVC worden gebruikt om zo min mogelijk bewegingen op het sportcomplex te veroorzaken
- In de materiaalruimte mag slechts een (1) persoon tegelijk komen en alleen trainers





- Bij gebruik van de ballenpomp moet deze met de aanwezige desinfecterende doekjes worden schoongemaakt
- Tussen de trainingstijden is rekening gehouden met spelers die vertrekken en spelers die gaan, zorg dat je na de training direct vertrekt en kom 10 minuten voor aanvang van de training op het sportcomplex
- Vermijd drukte
- Schud geen handen
- Was vaak je handen met water en zeep, juist ook voor en na bezoek van ons sportcomplex
- Spelers en staf: voorafgaand aan de wedstrijd, training en tijdens rustmomenten dienen spelers boven de 18 jaar WEL 1,5 meter van elkaar te houden, bijvoorbeeld in kleedkamers en kantine
- Trainers en leiders houden toezicht op de afspraken bij en rondom trainingen en wedstrijden
- Geforceerd stemgebruik of zingen langs het veld en spreekkoren is niet toegestaan
- Bij de entree van het kleedgebouw en de kantine, staat een dispenser met desinfectiemiddel, gebruik deze bij het betreden van het gebouw
- Volg de aanwijzingen van de herkenbare Corona Coördinatoren (CC) op het sportcomplex



FVC hanteert in grote lijnen het NOC*NSF protocol dat hieronder is beschreven voor de verschillende betrokken partijen.

Brengen/ komen en halen/ gaan

- Ouders die hun (kleine) kinderen brengen rijden over de parkeerplaats naar de FVC ingangspoort en laten daar hun kind(eren) uitstappen
- Ouders rijden dan linksom en verlaten zo weer de parkeerplaats
- Spelers die op de fiets of scooter komen zetten deze in of bij de (fiets)hekken op de daarvoor bedoelde plaats achter het clubhuis en dus achter de twee hekken en niet voor bij de ingang van het clubhuis!
- De kinderen blijven wachten buiten het hek van het veld totdat de maatregelen (nogmaals) zijn uitgelegd en de trainer aangeeft dat zij het veld kunnen betreden
- Zij volgen de aanwijzing op van de coördinator/ trainer naar welk deel van het veld zij moeten gaan
- Daar aangekomen wachten zij op de trainer die hun zal begeleiden
- De trainer legt vooraf aan de training (nogmaals) de regels uit
- De jeugd t/m 12 jaar houdt altijd 1,5 meter afstand tot de trainer, onderling hoeft dat niet
- De jeugd van 13 t/m 18 jaar houdt altijd 1,5 meter afstand tot de trainer en elkaar, tijdens de training is dit niet meer verboden
- Na afloop verlaten de spelers het veld bij de eerste ingang van het veld, dus aan de kant van de hoofdingang van het clubgebouw
- Wanneer hun ouders voorrijden stappen zij in en verlaten zij het parkeerterrein
- Spelers die op de fiets zijn verlaten op dezelfde manier het terrein en lopen direct naar hun fiets die op de parkeerplaats staat en verlaten het parkeerterrein
- Spelers die op veld 6 trainen verlaten het terrein via het dichtstbijzijnde open hek naar de parkeerplaats





Kleedkamers

- De kleedkamers blijven, tot nadere order, voor de trainingen gesloten
- Kom, ook bij (oefen)wedstrijden, zoveel mogelijk omgekleed naar de club
- Voor de (oefen)wedstrijden kan wél gebruik worden gemaakt van de kleedkamers
- We gaan de komende periode tot de bekerwedstrijden kijken hoe we dit verantwoord kunnen organiseren, dat wil zeggen dat teams om de beurt gebruik kunnen maken van de kleedkamer
- Bij senioren max zes personen in de kleedruimte en maximaal het aantal personen tegelijkertijd onder de douche zodat 1,5 meter afstand houden mogelijk is, voor de grotere boxen nummers 15 en 16 geldt max acht
- Zorg dat de (oefen)wedstrijden aangemeld zijn (in Sportlink) en bekend zijn bij de wedstrijdsecretaris
- Er worden geen wedstrijdbesprekingen gehouden in de kleedkamer
- Bij binnenkomst heb je jouw handen (thuis) gewassen en/of gedesinfecteerd
- Tijdens de pauze van de wedstrijd, blijven we op het veld
- Verantwoordelijkheid voor juist gebruik van de kleedkamers ligt bij de trainer en leider

Ouders/ verzorgers

- Houd je kind thuis als hij of zij of een gezinslid verkouden of griepig is of koorts heeft
- Meld je kind aan voor de activiteit
- Je kind is alleen welkom wanneer er een activiteit voor jouw kind staat gepland
- Laat je kind zoveel mogelijk op eigen gelegenheid naar de locatie gaan als hij/ zij oud genoeg is
- Informeer je kind over de algemene veiligheids- en hygiëne regels
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de sportactiviteit op locatie
- Indien ondersteuning echt noodzakelijk is bij de activiteit, is één ouder verzorger toegestaan
- Volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie
- Haal je kind direct na de activiteit op en zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is



Toeschouwers

- Per veld mogen wij, zonder reserveringen, gezondheidscheck en toewijzen van plaatsen, maximaal 250 toeschouwers ontvangen (vol=vol). Voor binnen geldt maximaal 100 personen (dit is exclusief kader, officials, medewerkers en vrijwilligers)
- Geforceerd stemgebruik of zingen langs het veld, zoals schreeuwen en spreekkoren, is niet toegestaan
- Draag een mondkapje vanaf 13 jaar en ouder wanneer personen buiten je huishouden in één vervoersmiddel van of naar een sportactiviteit gaan en of bij uitwedstrijden



Sporters

- Blijf thuis als je verkouden of griepig bent of koorts hebt
- Laat tijdig weten dat je deelneemt aan de sportactiviteit
- Kom enkel naar de locatie wanneer er voor jou een sportactiviteit gepland staat
- Reis bij voorkeur alleen en op eigen gelegenheid
- Maximaal 10 minuten voor aanvang aanwezig en verlaat direct na de sportactiviteit de locatie
- Kom in je sportkleding, kleedkamers en douches zijn gesloten
- Volg altijd de aanwijzingen van de organisatie
- Ben je in de leeftijd van 13 t/m 18 jaar houd dan te allen tijde 1,5 meter afstand buiten het veld
- Gebruik zoveel mogelijk eigen materialen, reinig gedeelde materialen direct na gebruik
- Neem je eigen bidon gevuld mee



Trainers/ begeleiders/ vrijwilligers

- Blijf thuis als je verkouden of griepig bent of koorts hebt ¹
- Inventariseer vooraf wie er aanwezig zijn bij de training/ activiteit
- Zorg dat je de hygiëne- en gedragsregels kent en maakt deze vooraf aan de kinderen duidelijk
- Laat kinderen zoveel mogelijk hun eigen materialen gebruiken, reinig gedeelde materialen direct na gebruik
- Bereid je training goed voor, zorg dat de training klaar staat als de kinderen het veld op komen
- Laat kinderen pas 10 minuten voor de starttijd van de training toe en laat ze gefaseerd het veld betreden/ verlaten
- Houd 1,5 meter afstand met alle kinderen en medetrainers
- Kinderen dienen na afloop direct de accommodatie te verlaten
- Was/ desinfecteer je handen en maak materiaal schoon na iedere training
- Bij de jeugd t/m 12 is de Coördinator Onderbouw ook de Corona Coördinator voor die uren dat er wordt getraind met deze categorie
- Voor de jeugd van 13 t/m 18 jaar zijn de trainers de Corina Coördinator voor de tijd van hun training en volgen ze elkaar op. Ze halen, begeleiden, trainen hun spelers en zorgen dat ze de accommodatie direct weer verlaten na de training.



Clubhuis

- Volg de verplichte looproute naar en in kantine
- De ingang van de kantine is tijdelijk bij de schuifdeur van de hoofdingang en de uitgang is via de trap van het balkon

¹ Indien je je als jeugdtrainer niet goed voelt en klachten hebt die duiden op corona dan kun je je vanaf 6 mei laten testen. Neem hiervoor contact op met je huisarts die je zal doorverwijzen naar de GGD voor de test.



- Let op en houdt rekening met de borden en aangegeven routing
- Iedereen moet zitten, minimaliseer rondlopen en vol=vol
- Gebruik binnen alleen de beschikbare stoelen, staand nuttigen van drankjes is niet toegestaan
- Statafels zijn dus buiten gebruik
- Als binnen alle stoelen bezet zijn, ga je naar buiten op het terras of naar huis (vol=vol)
- Om contacten te minimaliseren: per tafel een (1) vaste persoon die de bestellingen aan de bar doet
- Betaal zoveel mogelijk met de PIN
- Maximaal drie heren tegelijk in de heren toiletruimte en maximal twee dames in de dames toiletruimte

Meetrainen niet leden

Het is mogelijk dat niet leden meetrainen bij de jeugd en dus t/m 18 jaar. Deze kinderen moeten het (proef)trainen vooraf via onze website aanvragen en ontvangen dan bericht. Vanwege de beperkte ruimte binnen de teams en de maatregelen zal er per aanvraag worden bekeken of meetrainen mogelijk is met de desbetreffende leeftijdsgroep.

Kinderen die niet lid zijn en onaangekondigd bij FVC verschijnen kunnen onder huidige omstandigheden niet meetrainen!

VOETBALLEN BIJ FVC



Kom ook voetballen bij FVC. Je wil gaan voetballen bij FVC. Dan kun je bij ons (eventueel) eerst proeftrainen en/of informatie inwinnen. Vul daarvoor het **aanvraagformulier** in en wij nemen persoonlijk contact met je op.

Bestuurders/ accommodatiebeheerders

Organiseren

- Stel een corona coördinator aan als aanspreekpunt voor de gemeente
- Zorg dat er altijd een coronaverantwoordelijke herkenbaar aanwezig is
- Instrueer trainers over verantwoord sporten en het aanspreken op ongewenst gedrag
- Stem de regels/ protocol af met de (mede) gebruikers van de accommodatie
- Stem af met de gemeente wanneer de activiteit in de openbare ruimte plaatsvindt



Accommodatie

- Houd de kantine, kleedkamers en andere ruimtes gesloten
- Houd handenwasgelegenheid en toiletten open en maak deze regelmatig schoon
- Zorg voor een duidelijk routing zodat personen elkaar zo min mogelijk passeren
- Zorg voor een duidelijk aanrijdroute voor auto's en fietsen
- Maak de (hygiëne) regels zichtbaar op de gehele accommodatie, communiceer ze





Materialen

- Zorg dat EHBO-materialen en een AED beschikbaar zijn
- Zorg dat de sportmaterialen op het sportveld beschikbaar zijn
- Zorg waar nodig voor beschermings-, hygiëne- en schoonmaakmiddelen



Trainingschema

Het nieuwe trainingsschema voor seizoen 2020-2021 is van toepassing. De trainingstijden staan op de teampagina's op onze website. www.frieschevoetbalclub.nl

Informatie

Leden, vrijwilligers en ouders/ verzorgers die nog extra informatie willen hebben kunnen bellen met bestuurslid Technische Zaken Gerrit Wijbenga op telefoonnummer 065 4612414.

Tenslotte

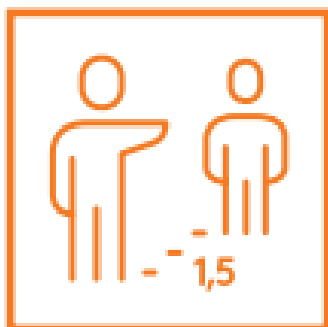
Het bestuur hoopt dat met deze maatregelen de leden kunnen sporten en dat de ervaring zal leren dat iedereen zich aan de regels houdt. Op die manier kunnen we blijven sporten en zorgen we ervoor dat dit veilig gebeurt en dat we de gezondheid van iedereen betrokken zoveel mogelijk kunnen beschermen. Iedereen veel plezier en vooral bedankt voor jullie medewerking.



Onder de 12 jaar? Houd altijd 1,5 meter afstand tot personen boven die leeftijd!

Tussen de 13 en 18 jaar? Houd altijd afstand tot personen boven die leeftijd en tot leeftijdsgenoten buiten het veld!

Boven de 18 jaar? Houd altijd minimaal 1,5 meter afstand tot iedereen!



© Friesche Voetbal Club

FVC BC MRGLS v2 2020 V

Verzorgd door Communicatie & PR

Sportcomplex Wiarda
Ublingaplantage 6
8938 EZ Leeuwarden

www.frieschevoetbalclub.nl

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze opgave mag worden verveelvoudigd en/ of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van FVC.