



Beste trainers en leiders NLC'03,

Sinds 29 april is het voor de jeugd weer toegestaan om georganiseerd en beheersbaar te gaan sporten. Vanaf 11 mei is dat ook voor de senioren het geval. Om veilig en verantwoord te kunnen sporten hebben we een protocollen opgesteld. Onderstaand protocol is gemaakt voor de trainers en leiders. Lees dit protocol goed door, zodat we er samen voor kunnen zorgen dat alles via de richtlijnen van de overheid loopt. Voor vragen kunnen jullie terecht bij het bestuur.

Coronaprotocol trainers en leiders

- om, voor zover dat kan, zoveel mogelijk met eigen vervoer naar de voetbalvereniging waar je training gaat geven;
- trainers, begeleiders en vrijwilligers van boven 70 jaar en uit risicogroepen dienen zelf hun risico te analyseren of zij zich op buiten sportparken of in de openbare ruimte in groepen kunnen begeven. Raadpleeg desnoods je huisarts;
- bereid je training goed voor. Voor de groepen 13 tot en met 18 jaar en 19+ geldt: houd anderhalve meter afstand, ook onderling;
- zorg dat er in de leeftijdsgroepen 13 tot en met 18 en 19+ zo min mogelijk materialen gedeeld hoeven te worden;
- tracht bij je training vermenging van de leeftijdsgroepen kinderen tot en met 12 jaar, jeugd van 13 tot en met 18 jaar en 19+ te voorkomen;
- gebruik bij je training waar leeftijdsgroepen zijn vermengd, de regels die voor de categorie 13 jaar en ouder gelden;
- zorg dat de training zoveel mogelijk met vaste groepen wordt ingevuld en dat de samenstelling van deze groepen zo min mogelijk wijzigt;
- zorg dat de training klaar staat zodat je meteen kunt beginnen. Laat spelers in daartoe afgebakende ruimtes trainen;
- maak vooraf (gedrags)regels aan spelers duidelijk, met name voor de leeftijdsgroepen 13 tot en met 18 jaar en 19+ waarbij tijdens de training anderhalve meter afstand moet worden gehouden;
- denk voor de groepen 13 tot en met 18 jaar en 19+ vooraf na over de veldgrootte in relatie tot de groepsgrootte. Zorg dat er anderhalve meter afstand gehouden kan worden ook tijdens de training;
- wijs spelers op het belang van handen wassen en schud geen handen;
- help spelers om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt;



- houd anderhalve meter afstand met al je spelers en/of mede-trainers (geen lichamelijk contact);
- weet bij voorkeur wie er aanwezig zijn bij de training, zowel leden als niet-leden;
- volg de gebruikelijke voorschriften voor het gebruik en de schoonmaak van materialen;
- laat spelers niet eerder toe dan tien minuten voor de starttijd van de training. De spelers moeten na afloop direct vertrekken;
- laat spelers gefaseerd het sportveld betreden en verlaten;
- zorg dat er geen toeschouwers zijn bij de training, tenzij dat in specifieke gevallen noodzakelijk is;
- hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- was je handen met water en zeep na iedere training;
- zorg dat je de organisaties die jij hebt uitgezet, ook weer opruimt en was hierna grondig je handen;
- zorg dat spelers de bal niet aanraken met de handen, de uitzondering is de keeper met (keepers)handschoenen;
- zorg dat iedereen een eigen gevulde bidon/waterfles meeneemt;
- verdeel de (drink)pauses om groepsvorming te voorkomen;
- spelers komen in trainingskleding naar de vereniging;
- standaard maatregelen van het RIVM worden nageleefd, dit betekent ook niet spugen en snuiten op het veld;
- tijdens de training de hesjes niet uitwisselen tussen spelers en zorg dat de hesjes voor de nieuwe training weer schoon zijn;
- zorg dat je bij oefeningen uit voorzorg koppen zo veel mogelijk vermijdt;
- adviseer spelers om vlak voor de training thuis naar het toilet te gaan;
- bij een (ernstige) blessure mag je als trainer-coach de 1,5 meter doorbreken. Probeer hierbij de gezichten niet dicht bij elkaar te laten komen en daarna direct de handen wassen;
- zorg dat je telefoonnummer van de ouder(s) bij de hand hebt, zodat je bij eventuele blessures direct de ouder(s) in kunt lichten;
- vermijd het gebruik van grote materialen, indien je deze wel gebruikt houdt dan de 1,5 meter in acht;



- bouw de trainingsbelasting rustig op om de kans op (overbelasting) blessures zo klein mogelijk te houden;
- 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.