

Coronaprotocol

Vanaf 15 oktober 2020

In beheer bij Erik Lindhout (secretaris RV Hemus)



Wie en met welke boten (per 14 okt. 2020)

- Ieder Hemus lid met de juiste roeibevoegdheid, ouder dan 18 jaar mag roeien in eenpersoonsboten
- Leden behorend tot één huishouden (dus wonend op hetzelfde adres) mogen met maximaal 4 personen varen
- Jeugd tot en met 17 jaar mag roeien in meerpersoonsboten

Wat is open:

- Botenloods
- Hal en apenrots (alleen voor tassen)
- Krachthok (max. 4 volwassenen)
- Toiletten
- Buitenterrein met ons vlot (houd altijd 1,5 m afstand)
- Roeibak (max. 1p roeien)

Bij aankomst iedereen, ook de jeugd (!):

- Was als eerste je handen en houd 1,5 meter afstand van elkaar
- Ieder lid is ook direct zijn eigen coronavrijwilliger, dat houdt in:
- Houd toezicht op naleving regels
- Je controleert of bij iedere buitenkraan een emmer staat met sop en schoonmaakdoekjes, een flacon of dispenser met zeep;
- Zo nodig vul je de voorraad aan, ook het blauwe papier in de 2 containers in de loods
- Zet na afloop emmers en gieters terug in de loods

Wat is dicht:

- Villa (uitsluitend voor directe (!) doorloop naar het krachthok - max. 4p. of jeugd)
- Kleedkamers en douches (douche alleen gebruiken bij onderkoeling)
- Kantine/ bar en keuken
- Terras (uitgezonderd ergometer-gebruik op 1,5 m afstand van elkaar)
- Blijf niet hangen na afloop van het roeien, maar ga weer naar huis

- Gebruik ook geen eigen consumpties op het terras of binnen

Voordat je naar Hemus gaat:

- Blijf thuis bij klachten van neusverkoudheid of hoesten, keelpijn of koorts
- Blijf thuis als een van je huisgenoten koorts of mogelijke coronaklachten heeft (totdat je huisgenoot 24 uur klachtenvrij is)
- Als je zelf positief getest bent, blijf je totdat je 24 uur klachtenvrij bent thuis
- Als een huisgenoot positief getest is, blijf je tot 10 dagen nadat je huisgenoot 24 uur klachtenvrij was thuis
- Laat je testen als je mogelijk een coronacontact had, blijf dan thuis, totdat je test negatief is
- Log in voor digitaal boot meenemen
- Neem altijd je Hemus sleutel mee!

Voordat je weg roeit (op rustige momenten) en als je het terrein verlaat (als laatste):

- Doe het hek op slot (!)
- Leg tassen in de loods
- Zet emmers en gieters binnen
- Doe ramen en deuren dicht en
- Zet het alarm aan
- Doe de voordeur op slot

Coronawacht (alle Hemus leden + conform schema zat/zon ploegen van 10:30-12:00):

- Was je handen en doe een corona hesje aan (zie kledingrek)
- Laat iedereen 1,5 meter afstand houden van elkaar, binnen en buiten
- Check of bij de 2 buitenkranen de dispensers zijn gevuld met zeep
- Tap zeep uit de dispenser (buiten) in een emmer voor sop
- Ververs zo nodig het water en sop, de spons, of schoonmaakdoekjes
- Zo nodig vul je de voorraad aan (zie schoonmaakkast 1e verd.)
- Vervang zo nodig ook de rol blauw papier in/ op de 2 containers in de loods

Coronaprotocol

Vanaf 15 oktober 2020

In beheer bij Erik Lindhout (secretaris RV Hemus)



- Bij drukte op het vlot: geef aanwijzingen aan aankomende en vertrekkende boten
- Iedereen blijft zelfverantwoordelijk voor eigen corona hygiëne, maar
- Help elkaar en spreek elkaar vriendelijk aan op naleving regels

Gebruik roeibak en coachboot:

- Roeibak beperkt tot maximaal 1 roeier
- Roeibak alleen tijdens trainingen en lessen voor zowel de jeugd als de volwassenen openen
- Ontsmet riemen en hand contactpunten
- Coachboot alleen gebruiken tijdens jeugdtrainingen en in van een omgeslagen roeier

Schoonmaken van je boot, riemen, ergometer en roeibak:

- Zet een emmer met sop klaar
- Reinig alle hand contact oppervlakten, zoals handvatten van riemen, overslagen, stelknoppen, boeg en bootranden
- Doe dit met water en zeep en doekje
- Reinig ook de boten met het sop
- Spoel zo nodig eerst, of na het sop ook met schoon water uit de gieter
- Leg de boot terug zonder afdrogen
- Zet emmers en gieter weer binnen

Gebruik van ergometers op 1,5 m afstand:

- Gebruik ergometers in de loods (max. 4 volwassenen per tijdblok, jeugd onbeperkt; reserveer vooraf (!))
- Of in het krachthonk (max. 4 volwassenen) met buitendeur open voor instructie of (jeugd)training
- De Villa blijft dicht, loop dus direct door, of ga via de buitentrap omhoog (1p./jeugdcoach opent de deur)
- Ga niet staan wachten, schrijf vooraf je ergometer af, of kom niet!
- Ontsmet handen en contactpunten
- Zet de ergometer op ruim 1,5 meter afstand van elkaar
- Ergometer bij voorkeur zowel beneden als boven buiten

Vervolg en evaluatie:

- Reactie en suggesties voor verbetering op dit corona-protocol kunnen gestuurd worden aan het bestuur, via Erik Lindhout (secretaris@hemus.nl)
- Het bestuur evalueert dit protocol regelmatig en stelt zo spoedig mogelijk een nieuwe versie beschikbaar, indien hiertoe aanleiding is om zodoende snel in te spelen op nieuwe inzichten en/of veranderd overheidsbeleid.