

Coronaprotocol

Vanaf 15 december 2020

In beheer bij Erik Lindhout (secretaris RV Hemus)



Wie en met welke boten (per 15 dec. 2020)

- Ieder Hemus lid met de juiste roeibevoegdheid, jong en oud mag roeien in eenpersoonsboten;
- Leden behorend tot één huishouden (dus wonend op hetzelfde adres) mogen met maximaal 2 personen samen roeien
- Jeugd tot en met 17 jaar mag roeien in meerpersoonsboten en in grotere groep
- Niemand, ook de jeugd niet, mag nog binnen trainen op de ergometer (ook niet in de loods); buiten wel (max. 2 p.)

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!
- **Nieuw: Als je 18 jaar of ouder bent: vul coronavragenlijst in; zie [Coronacheck](#). Dit is een nieuwe verplichting vanuit de overheid.**

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 open:

- Botenloods (alleen voor het in-uitbrengen van boten, of opbergen tassen)
- Hal en villa (alleen voor tassen)
- Toiletten
- Buitenterrein met ons vlot (houd altijd 1,5 m afstand)
- Roeibak (max. 1p roeien)

Wat is dicht, ook voor de jeugd (!):

- Villa (uitgezonderd voor toiletgebruik en opbergen tassen)
- Kleedkamers en douches (douche alleen gebruiken bij onderkoeling)
- Kantine/ bar en keuken
- Terras (uitgezonderd ergometer-gebruik buiten 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

Gebruik ergometers buiten op 1,5 m afstand:

- Ergometers uitsluitend **buiten** gebruiken bij droog weer op het terras, niet in de loods en **maximaal 2** volwassenen per tijdblok (jeugd onbeperkt); reserveer vooraf (!)
- Het krachthonk is **gesloten** voor iedereen
- De Villa blijft dicht, loop dus direct door om een ergometer buiten te plaatsen, of ga via de buitentrapp 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, ontsmet deze en plaats terug.

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

Coronaprotocol

Vanaf 15 december 2020

In beheer bij Erik Lindhout (secretaris RV Hemus)



Coronawacht (alle Hemus leden + conform schema zat/zon ploegen van 10:00-11:30):

- Was je handen en doe een corona hesje aan (zie kledingrek)
- Laat iedereen 1,5 meter afstand houden van elkaar, en blijf buiten;
- **sporten binnen of in de loods is niet toegestaan, ook de jeugd niet**
- **Groepsgrootte buiten is beperkt tot max. 2 pers. (jeugd tot 18 jaar uitgezonderd)**
- 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 verdieping voor wc's)
- Vervang zo nodig ook de rol blauw papier in/ op de 2 containers in de loods
- 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 (groepsgrootte max. 2 personen)
- Ontsmet riemen en hand contactpunten
- Coachboot alleen gebruiken tijdens jeugdtrainingen en in geval van nood voor 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

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.