

Regels omtrent het coronavirus



1. Blijf thuis als je een van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts (vanaf 38 C°);
2. 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;
3. blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
4. kom alleen naar de voetbalvereniging wanneer er voor jou een training gepland staat;
5. reis alleen of kom met één persoon uit jouw huishouden;
6. kom zoveel mogelijk zelf en op eigen gelegenheid naar de voetbalvereniging;
7. kom in sportkleding naar de voetbalvereniging. Eventueel aanwezige kleedkamers zijn gesloten. Je kunt ook niet douchen, zorg dat je thuis naar het toilet bent geweest en daarna goed je handen hebt gewassen. Alleen in noodgevallen zijn de toiletten beschikbaar;
8. kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training naar de voetbalvereniging en wacht op aanvang op de daarvoor aangewezen plek;
9. volg altijd de aanwijzingen op van de organisatie, bijvoorbeeld de trainers en bestuursleden;
10. spelers van 13 t/m 18 jaar moeten 1,5 meter afstand houden tot alle andere personen (behalve personen uit eigen huishouden), dus ook tot trainers en andere spelers. Bij spelers t/m 12 jaar is deze afstandsbeperking onderling niet aan de orde;
11. gebruik zoveel mogelijk alleen eigen materialen. Als er gedeelde materialen gebruikt worden, rouleer deze niet en desinfecteer reinig de materialen direct na gebruik met water en zeep of reinigingsdoekjes. Reinigen van een voetbal en dergelijke is niet nodig. Materialen die veel met de handen worden aangeraakt na gebruik reinigen;
12. neem je eigen bidon gevuld mee van huis om uit te drinken;
13. spuug niet en snuit niet je neus op het veld;
14. pak de bal zo min mogelijk met je handen vast, tenzij je keepershandschoenen aan hebt;
15. probeer de bal zo min mogelijk te koppen;
16. verlaat direct na de training de voetbalvereniging
17. als ouder/verzorger/begeleider heb je geen toegang tot de sportlocatie. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training van jouw kind(eren);