



Was je handen regelmatig.



Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog.



Gebruik papieren zakdoekjes.



Geen handen schudden.

Laten wij er samen voor zorgen dat het corona virus géén vrij spel heeft binnen onze vereniging. Met de corona regels volgen wij de richtlijnen van het RIVM en de KNVB. Houd je hier aan, voor jezelf, maar ook zeker voor de ander. Zo voorkomen we besmettingen en zorgen we er samen voor dat iedereen kan blijven voetballen. Indien men er zich niet aanhoudt dan kan de vereniging een boete krijgen van € 4000,-. Het is in het clubbelang dat we ons met zijn allen aan de opgelegde regels houden.

### **CORONAREGELS VOOR IEDEREEN**

#### **Blijf thuis bij:**

- Verkoudheidsklachten (loopneus, niezen, keelpijn, hoesten);
- Benauwdheid;
- Verhoging of koorts;
- Plotseling verlies van reuk en/of smaak
- Ben je in een code oranje of rood gebied geweest of iemand binnen je gezin/huishouden? Blijf thuis voor 2 weken.

#### **Hygiëne:**

- Geen handen geven en vaak je handen wassen;
- Maak gebruik van de handhygiëne bij de ingang van onze kantine;
- Ga zoveel mogelijk thuis naar het toilet
- Hoesten en niezen in de elleboog;
- Papieren zakdoekjes gebruiken;
- Eigen waterbidons gebruiken
- Na trainen thuis douchen (kom zoveel mogelijk in sportkleding naar de training)
- Wedstrijdbesprekingen buiten (ivm slechte ventilatie kleedkamers)
- Vervoer uitwedstrijden: chauffeurs dragen een mondkapje als je niet met een gezinslid reist.

### **Vermijd drukte:**

- Volg de looprichtingen op ons sportpark (volgende week meer zichtbaar)
- Ingang is aan de voorkant van ons clubgebouw en de uitgang aan de andere kant van ons clubgebouw. Loop rechtsom langs de kantine om naar de uitgang te gaan.
- In de kantine zoveel mogelijk zitten op de beschikbare plekken. En als er geen zitplaats meer is, ga op het terras zitten of wacht buiten. Laat meubilair staan op de plaatsen zoals ingericht.
- Bestellingen in de kantine volg de looplijnen en houd 1,5 meter afstand. Graag 1 persoon tegelijk bij de kassa en het uitgifte loket keuken.

### **Vanaf 18 jaar en ouder:**

- Bezoekers houden 1,5 meter afstand van elkaar
- Spelers en staf houden 1,5 meter afstand in de kleedkamer (per kleedkamer mogen er max 8 personen plaatsnemen. Voor senioren worden er per team 2 kleedkamers beschikbaar gesteld.), dug out/langs de lijn.
- Douchen na de wedstrijd op 1,5 meter afstand van elkaar (max 2 tegelijk in de doucheruimte)
- Beheer en materiaalhoek alleen toegankelijk voor 1 persoon. Volgende persoon gaat pas naar binnen indien de vorige de ruimte heeft verlaten.

Wij realiseren ons dat het heel veel regels zijn. Maar ze zijn echt nodig om te voorkomen dat er een piek in besmettingen ontstaat, teams niet meer kunnen voetballen en ons sportpark moet sluiten. Houdt elkaar alert en wijs elkaar op de regels. Je doet het voor elkaars gezondheid.

Als je positief getest wordt op het corona virus is het belangrijk dat degene waarmee je contact hebt gehad de afgelopen 2 weken, snel geïnformeerd wordt. Dus ook jouw team en/of andere verenigingsleden. Om die informatie snel te kunnen delen met deze personen binnen onze vereniging, hebben we bij de ingang van onze kantine een intekenlijst liggen.

**Deze graag allemaal invullen!!!**

Tips en/of vragen? Neem even contact op via [secretaris@vvchrc.nl](mailto:secretaris@vvchrc.nl)

Met sportieve groet,

Bestuur vv CHRC



# jeugd



Jeugdteams kunnen op training- en wedstrijddagen géén gebruik maken van de kleedkamers. De jeugd komt in wedstrijdtenue naar het sportpark en gaat na de wedstrijd ook in tenue weer naar huis. Er wordt dus ook niet gedoucht.

# senioren



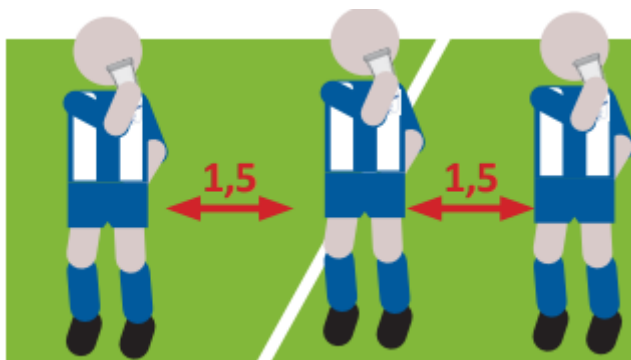
Seniorenteams mogen bij training- en wedstrijden gebruik maken van kleedkamers, met inachtneming van 1,5 meter afstand. Er mogen max. 2 mensen tegelijk douchen. Ieder team krijgt hiervoor 2 kleedkamers, mits het programma dat toelaat.

# jeugd + senioren



Voor alle jeugd- en seniorenteams geldt dat op wedstrijddagen geen wedstrijdbesprekingen plaatsvinden in de kleedkamer of elders in het clubhuis; dit gebeurt uitsluitend op het veld.

# jeugd + senioren



In de rust blijven de teams op het veld. Ze mogen niet naar de kleedkamers. Hierbij nemen de spelers en staf de 1,5-meterregel in acht.