

## Heropstart vechtsportbeoefening in tijden van corona

ADVIES VOOR  
VECHTSPOORTCLUBS

TIJDENS CODE ORANJE



# COVID-19 Update

14.10.2020 | code oranje



## Wat verandert er op 14 oktober?

Vanaf 14/10 zit Vlaanderen voor sport in code oranje. Wat dit betekent voor de vechtsportclubs vatten we in in onderstaande fiches samen.

### Bron:

*Algemene leidraad en kleurencodes voor sportbeoefening van Sport Vlaanderen en algemene gedragscodes en protocollen voor sport:*

► [www.sport.vlaanderen/corona-en-sportbeoefening-in-vlaanderen](http://www.sport.vlaanderen/corona-en-sportbeoefening-in-vlaanderen)

## Kleurencodes voor sport

- Vanaf 1 september 2020 startte de Vlaamse Overheid met de invoering van kleurencodes voor sport. Vanaf 14 oktober wordt een verstrenging ingevoerd en evolueren we naar code oranje. **Concreet betekent dit dat indoorsportactiviteiten waarbij geen anderhalve meter afstand bewaard kan worden voor iedereen boven 12 jaar tijdelijk verboden worden. De kleedkamers sluiten, behalve in zwembaden.**
- Voor de volledige verduidelijking van deze codes verwijzen we door naar het document van Sport Vlaanderen: <https://www.sport.vlaanderen/media/14473/kleurencodes-sport.pdf> en naar <https://www.sport.vlaanderen/media/14977/leidraadcodeoranje.pdf>
- Bekijk ook zeker de verschillende protocollen en gedragscodes die terug te vinden zijn op de website van Sport Vlaanderen. Zij geven een detailbeeld van wat de verplichtingen zijn voor sporters, trainers, ouders...: [www.sport.vlaanderen/corona-en-sportbeoefening-in-vlaanderen](http://www.sport.vlaanderen/corona-en-sportbeoefening-in-vlaanderen)
- Een lokale overheid kan altijd beslissen om strengere maatregelen in te voeren dan deze die gelden voor Vlaanderen. Het kan dus zijn dat in jouw gemeente code rood van toepassing is en niet code oranje. **Contacteer ALTIJD jouw sportdienst, vraag naar en respecteer hun richtlijnen en blijf opvolgen in welke fase (kleurcode) jouw gemeente zich bevindt.**

# OVERZICHT WIJZIGINGEN 14.10



## Wat verandert er op 14 oktober?

Vanaf 14/10 zit Vlaanderen voor sport in code oranje. Wat dit betekent voor de vechtsportclubs vatten we in in onderstaande fiches samen.

Bron:

Algemene leidraad en kleurencodes voor sportbeoefening van Sport Vlaanderen en algemene gedragscodes en protocollen voor sport:

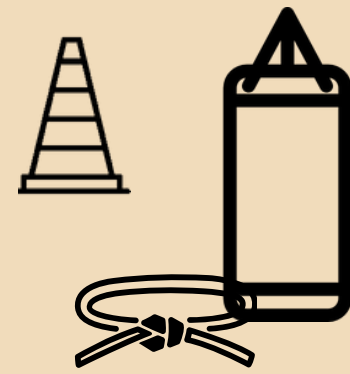
► [www.sport.vlaanderen/corona-en-sportbeoefening-in-vlaanderen](http://www.sport.vlaanderen/corona-en-sportbeoefening-in-vlaanderen)

Corona Kleuren codes Sport	Outdoor		Indoor		Zwembad indoor
	t.e.m. 12	12+	t.e.m. 12	12+	
Toelating	Toegelaten onder voorwaarden	Toegelaten onder voorwaarden	Toegelaten onder voorwaarden	Toegelaten onder voorwaarden	Toegelaten onder voorwaarden
Densiteit	Onbeperkt	1/30m <sup>2</sup> (verplaatsing) - 1/10m <sup>2</sup> (statisch) cfr leidraad	Onbeperkt	1/30m <sup>2</sup> (verplaatsing) - 1/10m <sup>2</sup> (statisch) cfr leidraad	1/10m <sup>2</sup> (exl. t.e.m. 12)
Contact	Ja	Contact binnen sportgroep en ook tussen sportgroepen in wedstrijdcontext	Ja	Sportactiviteiten waar 1,5m niet te allen tijde kan gegarandeerd worden niet toegelaten	Contactloos
Kleedkamers / douches	Neen	Neen	Neen	Neen	Ja
Publiek	conform het MB (en CIRM)	conform het MB (en CIRM)	conform het MB (en CIRM)	conform het MB (en CIRM)	conform het MB (en CIRM)

Uittreksel uit de kleurencode: <https://www.sport.vlaanderen/media/14977/leidraadcodeoranje.pdf>

## Vechtsportbeoefening in tijden van corona (CODE ORANJE)

RICHTLIJNEN  
VOOR HET TRAINEN  
MET SPORTERS +12 JAAR  
(ALGEMEEN)

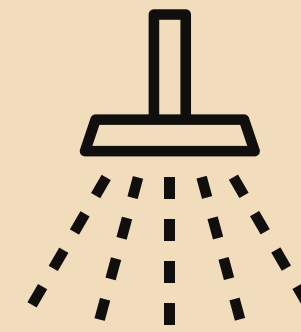


### Materiaal

- Didactisch materiaal delen mag.
- Ontsmet voor en na elke sessie al het gebruikte materiaal.

### Zaal

Kuis en ontsmet waar nodig voor en na elke sessie de matten, ring en vloer.

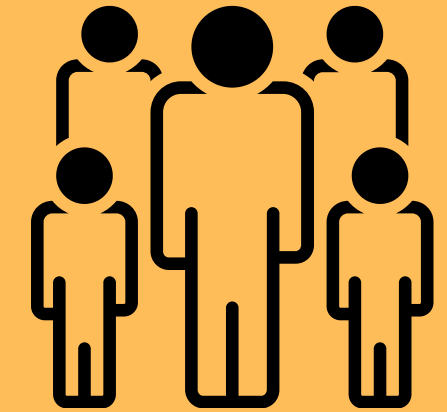


### Douches en kleedkamers

Douches en kleedkamers moeten dicht.

### Toeschouwers

Geén toeschouwers tijdens trainingen tenzij medisch noodzakelijk.



### Mondmasker

Trainers dragen een mondmasker (indien 1,5m niet gegarandeerd kan worden).



### Hygiëne

Respecteer de algemene hygiënemaatregelen en laat ze naleven door de sporters.

### Registratie

Hou steeds een aanwezigheidslijst met een contactgegeven van elke deelnemer bij.



## Vechtsportbeoefening in tijden van corona (CODE ORANJE)

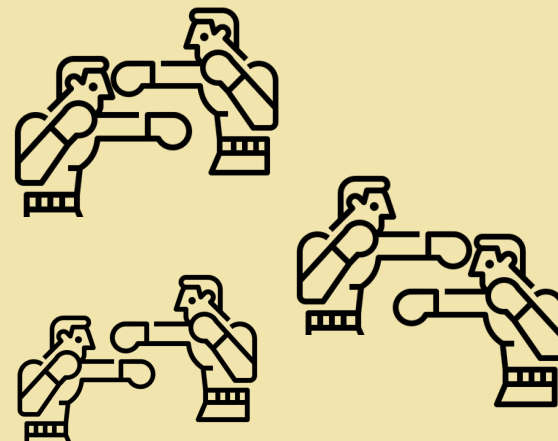
### RICHTLIJNEN VOOR HET TRAINEN MET SPORTERS +12 JAAR INDOOR vs. OUTDOOR



OUTDOOR

### Contact tussen de sporters binnen één sportgroep

Contact (volgen noodzaak van de sport) met sporters van de eigen sportgroep mag.



### Contact tussen sportgroepen

Contact tussen sportgroepen mag niet tijdens trainingsactiviteiten (wel tijdens wedstrijdactiviteiten).



INDOOR

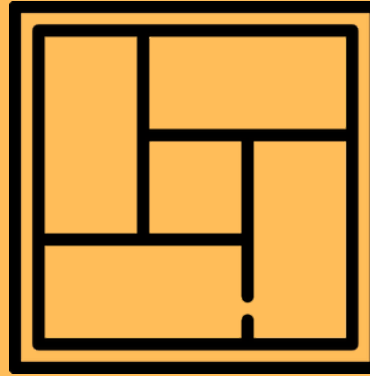
### Contact verboden

Contact is altijd verboden. De 1,5m afstand tussen de individuele sporters en sportgroepen (=de groep van personen waarmee je tegelijkertijd traint) moet altijd gegarandeerd worden.



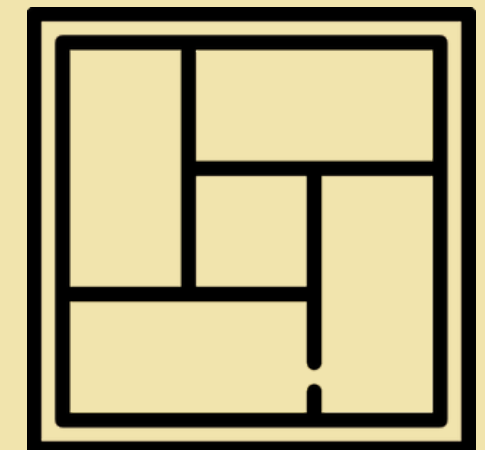
### Grootte van de groep

Op basis van minstens 30m<sup>2</sup> per sporter bij een dynamische aanpak.  
Of op basis van minstens 10m<sup>2</sup> per sporter bij een statische aanpak (afgebakende zone per persoon).  
(bv. terrein van 150m<sup>2</sup> = 15 personen inclusief trainer en afgebakende zone per persoon)



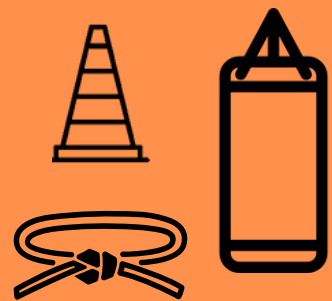
### Grootte van de groep

Op basis van minstens 30m<sup>2</sup> per sporter bij een dynamische aanpak.  
Of op basis van minstens 10m<sup>2</sup> per sporter bij een statische aanpak (geen contact, afgebakende zone per persoon).



## Vechtsportbeoefening in tijden van corona (CODE ORANJE)

**RICHTLIJNEN  
VOOR HET TRAINEN  
MET SPORTERS TOT EN MET 12  
JAAR INDOOR EN OUTDOOR**



### Materiaal

- Didactisch materiaal delen mag.
- Ontsmet voor en na elke sessie al het gebruikte materiaal.

### Accommodatie

- Kuis en ontsmet waar nodig voor en na elke sessie de matten, ring en vloer.
- Douches en kleedkamers mogen open onder voorwaarden.

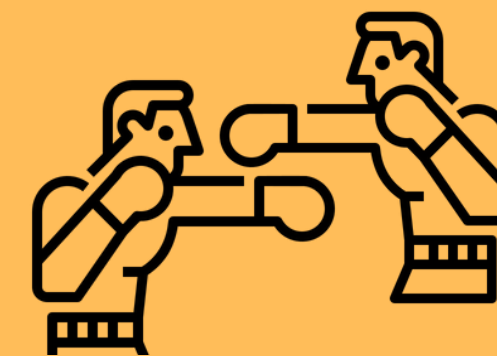


### Registratie

Hou steeds een aanwezigheidslijst met een contactgegeven van elke deelnemer bij.

### Contact

Onderling contact met de trainingspartners binnen de sportgroep mag. (Contact tussen sportgroepen mag enkel tijdens wedstrijden).



### Mondmasker

Trainers dragen een mondmasker (indien 1,5m niet gegarandeerd kan worden).  
Enkel voor trainers die met kleuters (tot 6 jaar) omgaan is dit niet nodig.

### Hygiëne

Respecteer de algemene hygiënemaatregelen en laat ze naleven door de jongeren.



### Toeschouwers

Geén toeschouwers tijdens trainingen tenzij medisch noodzakelijk.

### Groep

Max. 50 personen. Geen beperking op basis van beschikbare ruimte, maar kies voor geen te grote groepen in je zaal en hou het altijd veilig.



## GEMEENTELIJKE SPORTACCOMODATIE

- Train je in de gemeentelijke sportaccommodatie, stem dan goed af met de gemeente en respecteer al de richtlijnen die zij uitvaardigen. Huur je accommodatie van een privé-eigenaar, stem dan goed af met de verhuurder van de accommodatie.
- Voorzie zelf voldoende ontsmettingsmateriaal. Je eigen materiaal, matten, bokszakken, enzovoort, zal je steeds voor en na elke sessie zelf moeten reinigen en desinfecteren.
- Voorzie zoveel mogelijk ventilatie.

## EIGEN ACCOMODATIE

- Als de trainingszaal eigen bezit is, dan zal deze zaal voor de heropstart grondig gereinigd en gedesinfecteerd moeten worden.
- Je zal ook al de nodige voorzorgsmaatregelen zelf dienen te voorzien. Zo ook voor de kleedkamers en douches.  
We verwijzen hiervoor naar het protocol dat werd opgemaakt voor sport:

► <https://www.sport.vlaanderen/media/13569/protocol-voor-sportaanbieders.pdf>

## EEN AANTAL BELANGRIJKE AANDACHTSPUNTEN:



► Bekijk de inrichting van de accommodatie waarbinnen de vechtsportzaal ligt. Denk daarbij aan:



- De toegang tot de accommodatie. Maak een aankomst- en ophaalzone mogelijk waarbij sporters buiten afgezet en opgehaald worden. Vermijd wel dat alle sporters op dezelfde plaats moeten wachten.
- Maak éénrichtingsverkeer binnen de hele accommodatie. Probeer zeker een aparte in- en uitgang te creëren. Hang signalisatie op met wegwijzers.
- Hoe kan je ervoor zorgen dat sporters en trainers zo weinig mogelijk gemeenschappelijke contactoppervlakken moeten aanraken (vb. deurklinken, ...)?

- Voorzie bij toiletten aan de lavabo's zeep, wegwerpdoekjes, beschermingshandschoenen en ontsmettingsproduct evenals een gesloten vuilbak. Wees voorzichtig met het gebruik van deze chemische producten. Zorg dat je coronaverantwoordelijke zich hierover voldoende informeert.
- Hang affiches met de belangrijkste richtlijnen op diverse plaatsen op.



Zorg dat er tijdens elk trainingsmoment een waarnemer of een coronaverantwoordelijke aanwezig is. Deze persoon heeft een actieve rol om de opvolging van regels rond hygiëne, fysieke afstand en social distancing te verzekeren. Deze persoon onderscheidt zich best door bijvoorbeeld het dragen van een fluovest. Zijn/haar taken bestaan onder meer uit:



MEER INFORMATIE  
VIND JE BV. HIER:

- Toezien op correct gebruik van de aankomst- en ophaalzone.
- Handhaven van éénrichtingsverkeer in de accommodatie.
- Klaarzetten van de hygiënesets per trainingsgroep.

- Bijvullen van desinfecterend materiaal waar nodig (incl. toiletten).
- Zorgen dat sporters en trainers zowel zichzelf als hun materiaal regelmatig ontsmetten.
- Actief ingrijpen bij situaties die niet conform de hygiëne- en veiligheidsregels zijn.

- Na de training al het gebruikte materiaal opnieuw desinfecteren.
- Minstens elk uur gemeenschappelijke contactoppervlakken kuisen of ontsmetten (deurklinken, ...).
- De richtlijnen grondig met je trainers bespreken. Denk samen na over situaties waar de sporters korter dan 1,5m zouden komen en bedenk oplossingen.

**ALGEMEEN  
FARMACEUTISCHE  
BOND:**

► Coronavirus (COVID-19):  
Desinfectie van handen,  
slijmvliezen en oppervlakten

► Coronavirus (COVID-19):  
Javel



**Ontsmettingsmiddel**

Zorg dat je coronaverantwoordelijke zich voldoende informeert over het gebruik van ontsmettingsmiddelen. Het trainingsmateriaal dient voor de eerste training en tussen elke trainingssessie gereinigd en ontsmet te worden. Spreek duidelijk af met de zaalverantwoordelijke en de gemeente wie wat dient te doen.



# Procedure bij vaststelling van besmetting



**Wanneer je als sportorganisatie verneemt dat er één van jouw leden of deelnemers aan jouw sportactiviteiten besmet is met het coronavirus, volg je best volgende stappen.**



## Stap 1: Schat het risico in

- Is de besmette persoon op een sportactiviteit geweest onder verantwoordelijkheid van jouw organisatie binnen een tijdspanne van 3 dagen voor het begin van de symptomen tot het einde van de besmettelijkheidsperiode (over het algemeen 7 dagen na het begin van de symptomen of langer als de symptomen aanhouden)?
  - o Indien niet dan hoeven de andere betrokkenen bij de activiteiten binnen jouw organisatie niet als contactpersoon te worden opgegeven voor *contact tracing*.
  - o Indien wel, dan start je best met de onderstaande stappen.
- Heeft de besmette persoon de afstandsregels en alle nodige voorzorgsmaatregelen, zoals je kan terugvinden in de gedragscode voor de sporter, gevolgd?
  - o Indien wel, dan moeten de andere betrokkenen bij de activiteiten binnen jouw organisatie niet als contactpersoon worden opgegeven voor *contact tracing*.
  - o Indien niet, dan start je best met de onderstaande stappen.

## Stap 2: Contactpersonen

- Houd contact met de besmette persoon om de situatie op te volgen.
- Help de besmette persoon met het opstellen van een lijst met contactpersonen, dit zijn personen die contact hebben gehad met een bevestigd COVID-19 geval.
- Volg op of de besmette persoon is gecontacteerd door het Covid-19 Contact Tracing Team.

## Stap 3: Communicatie

- Maak nooit zomaar de medische gegevens van een lid bekend! In de regel communiceer je niet over de identiteit van de besmette persoon en respecteer je zijn/haar privacy, tenzij deze persoon bij overleg zelf aangeeft dat dit voor hem/haar in orde is.
- Indien het Contact Tracing Team niet snel opstart, overleg dan met de besmette persoon om de leden met een direct risico, nl. mogelijke contactpersonen, samen te informeren. Vermeld duidelijk indien het over een hoog of laag risico gaat.
- Het is sowieso raadzaam om je eigen leden of deelnemers op de hoogte te brengen van een mogelijke besmetting en hen bij deze communicatie ook volgende folder te bezorgen met betrekking tot contactonderzoek: [https://www.zorg-en-gezondheid.be/sites/default/files/atoms/files/Folder\\_contactonderzoek\\_NL.pdf](https://www.zorg-en-gezondheid.be/sites/default/files/atoms/files/Folder_contactonderzoek_NL.pdf). Op die manier is men ook beter voorbereid indien men wordt gecontacteerd in functie van contactonderzoek.
- Informeer de contactpersonen over de acties die je binnen de club hebt ondernomen.

## Wat moet ik weten over *contact tracing*?

Via de deze link vind je nuttige informatie over contact tracing of contactonderzoek: <https://www.zorg-en-gezondheid.be/contactonderzoek>  
Bij contactonderzoek zal iemand die werkt in opdracht van de overheid je opbellen. In Vlaanderen werkt die persoon in opdracht van het Agentschap Zorg en Gezondheid van de Vlaamse overheid. In Brussel is dat in opdracht van de Gemeenschappelijke Gemeenschapscommissie.

Let hierbij zeker op het nummer. Dit is altijd via dit specifieke telefoonnummer 02 214 19 19 of 8811 in het geval van een sms. Deze info is belangrijk om de echte telefoons van deze van mogelijke fraudeurs te onderscheiden.

## Vanaf wanneer moet ik als club een volledig team in quarantaine plaatsen?

Indien een club of sportorganisatie beschikt over een arts die aan de organisatie is gelinkt, dient een dergelijke beslissing steeds in overleg met deze arts te gebeuren.

Er zijn overheen de verschillende sectoren geen duidelijke cijfers die aangeven vanaf welk aandeel van besmette personen een volledige groep in quarantaine moet. Indien de sportclub geen adviserend arts ter beschikking heeft, raden we aan om de activiteiten van een team tijdelijk te staken van zodra een derde van het team positief getest heeft of in quarantaine zit na een hoog risico contact.

## Bron:

*Algemene leidraad voor sportbeoefening van Sport Vlaanderen en algemene gedragscodes en protocollen voor sport:*

► [www.sport.vlaanderen/corona-en-sportbeoefening-in-vlaanderen](http://www.sport.vlaanderen/corona-en-sportbeoefening-in-vlaanderen)