

## *Corona protocol R.V. Aeneas geldig vanaf 5 juni 2021*

Vanaf 5 juni 2021 mag er weer in alle boottype worden geroeid mits je uiteraard de juiste bevoegdheid hebt. Het zal dus drukker worden op de club. Het zal dus belangrijker worden om anderhalve meter afstand te houden. Er blijven nog wel een aantal Corona maatregelen van kracht dit zijn in het kort

- Bij ziekteverschijnselen blijft je thuis;
- Buiten de boot houden we anderhalve meter afstand;
- Behoor je tot de risicogroep dan blijft het advies niet te roeien maar beslissing neem je zelf;
- Noteer in je agenda wanneer je op de club bent geweest voor eventueel contacten onderzoek.

Kleedkamers, douches en toiletten gaan weer open en ook zal er op de vaste tijden weer koffie worden geschonken achter de bar.

**Dit protocol geldt voor alle leden van R.V. Aeneas en het is van groot belang dat iedereen dit protocol naleeft.**

### **Algemene voorschriften**

Naast het protocol gelden de algemene voorschriften die voor iedereen gelden in deze tijd van het coronavirus:

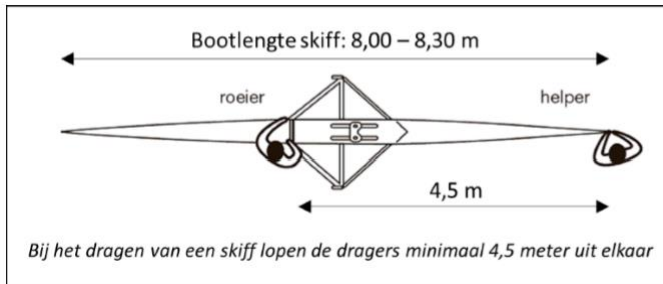
- Thuis blijven bij klachten van neusverkoudheid of hoesten, keelpijn of koorts.
- Thuis blijven als een van hun huisgenoten koorts heeft (totdat de huisgenoot 24 uur klachtenvrij is).
- Wanneer ziekteverschijnselen verergeren (koorts > 38 graden Celsius en moeite met ademen) is het belangrijk dat de betreffende persoon telefonisch contact opneemt met de huisarts.
- Niet naar de roeivereniging gaan bij Corona-infectie van jezelf of een gezinslid.

### **Anderhalve meter en tijdslot**

Houd ten alle tijden anderhalve meter afstand. Om grote drukte op de club te voorkomen wat het houden van de anderhalve meter afstand kan bemoeilijken blijven de tijdsloten van kracht.

### **Algemeen**

- Als iemand in het gangpad van een van de loods is waar jij ook moet zijn, wacht dan buiten en geef de ander de ruimte om het gangpad te verlaten
- Als er iemand op het vlot is en er is niet voldoende ruimte om elkaar op anderhalve meter te passeren, wacht dan op ruime afstand van het aanloopvlot. Er mogen nooit meer dan 15 personen tegelijk op het vlot zijn.
- Helpen tillen kan op de gebruikelijke manier. De helper gaat dan eerst het gangpad in en dan de roeier. Bij het tillen is de afstand meer dan anderhalve meter.



- De C1 boten worden gedragen aan de spanten bij de boeg en bij de achtersteven, hierbij liggen de tilpunten nog verder uit elkaar dan bij een skiff.

## In de boot en tillen

In de boot gaat dit niet altijd lukken maar buiten de boot moet de anderhalve meter altijd worden gehandhaafd. Hier lopen tenslotte ook roei(st)ers van andere ploegen rond. En ook binnen een vier of een acht komt in de boot niet iedereen op anderhalve meter van elkaar. Zo komt de slag niet binnen anderhalve meter van de 2 en boeg en de boeg niet binnen anderhalve meter van de 3, slag en de stuur. Hou hier bij het tillen dan ook rekening mee. Maak koppels bij het tillen van roei(st)ers die in de boot toch al op anderhalve meter zitten. Dus boeg en 2 tillen tegenover elkaar en de 3 en de slag.

## Kleedkamers

De kleedkamers zijn dus weer beschikbaar. Denk er zelf aan om de anderhalve meter te bewaren. Let hier vooral op bij het binnengaan en het verlaten van de kleedkamer. Geef elkaar de ruimte.

## Douches.

De Douches zijn weer beschikbaar. Gebruik alleen de buitenste 2 douches. En let hier ook extra op het betreden en verlaten van de douches. Zet ook de airco aan voor betere ventilatie.

## Toiletten

Ofschoon we twee toiletten hebben bij de dames en één toilet en een urinoir bij de heren maar er maar 1 persoon tegelijk naar binnen bij de dames dan wel de heren. Op de toiletdeuren op de gang hangt een bordje dat kan worden omgedraaid. Op de ene kant staat "VRIJ" en op de andere kant "BEZET". Betreed het toilet uiteraard alleen als het bordje "VRIJ" voorhangt. En denk er ook aan om het bordje om te draaien bij het betreden en verlaten van het toilet.

## Bar

- Op de reguliere tijden wordt er weer koffie en thee geschonken.
- Zoek bij voorkeur een plekje buiten om je koffie of thee op te drinken. Een stoel meenemen naar buiten mag uiteraard maar zet deze wel zelf weer terug.
- Er mogen maximaal 4 personen aan een tafel zitten: 2 tegen de achterwand en 2 ertegenover.

- Er is maximaal 1 persoon tegelijk achter de bar aanwezig. Als er bardienst is, is alleen deze persoon achter de bar of in de keuken aanwezig. Het is de bedoeling dat van elke tafel slechts 1 persoon de koffie/thee bij de bar gaat ophalen, afschrijft op de kaarten en de vuile kopjes ed. ook terugbrengt naar de bar, zodat er zo min mogelijk contactmomenten zijn.

## **Gebruik verder je gezond verstand!** (we zijn tenslotte geen voetballers)

### Hygiëne

#### Ontsmetten contactpunten

- Ontsmet de contactpunten van de boot (boorden, dollen en vleugelmoeren van het voetenbord) en de riemen (handvatten en stuk van de steel waar je de riemen draagt) met het ontsmettingsmaterialen die in de loods klaar liggen. Doe dit zowel als je de boot in de loods legt als wanneer je deze aan het vlot overdraagt. Gooi het doekje daarna in de vuilcontainer. Zet de spuitbus met ontsmettingsmiddel terug op de lessenaar en laat deze niet in de loods slingeren.
- Was na het roeien je handen grondig met water en zeep. Droog je handen met een papieren handdoekje en gooi dit meteen weg in de afvalbak..

### Eigen verantwoording

Op basis van dit protocol is roeien onder de hiervoor vermelde voorwaarden weer mogelijk. We kunnen echter nooit garanderen dat je ondanks deze maatregelen toch het Covid-19 virus oploopt. Verder is het mogelijk dat je behoort tot een van de risico groepen. Dit zijn onder andere:

- Mensen van boven de 70 ongeacht hun lichamelijke conditie
- Afwijkingen en functiestoornissen van de luchtwegen en longen (denk aan astma)
- Chronische hartaandoeningen
- Diabetes mellitus (suikerziekte)
- Ernstige nieraandoeningen die leiden tot dialyse of niertransplantatie
- Verminderde weerstand tegen infecties
  - door medicatie voor auto-immuunziekten
  - na orgaantransplantatie
  - bij hematologische aandoeningen (bloedziekten)
  - bij aangeboren of op latere leeftijd ontstane afweerstoornissen waarvoor behandeling nodig is
  - bij chemotherapie en/of bestraling bij kankerpatiënten
- Een hiv-infectie. Dit hoeft niet altijd het geval te zijn. De behandelend arts kan hier uitsluitel over geven.
- Mensen die recent een operatie hebben ondergaan
- Mensen met veel overgewicht

Het bestuur is uiteraard niet op de hoogte van de medisch dossier van haar leden. Maak daarom voor jezelf een weloverwogen afweging of je onder de gestelde voorwaarden van dit protocol en rekening houdend met je risicoprofiel weer wil gaan roeien. Mocht je tot een of meerdere risicogroepen behoren dan adviseert het bestuur je om nog niet te gaan roeien. **De uiteindelijke beslissing om wel of niet te gaan roeien binnen de gestelde regels van dit protocol ligt bij jezelf.**

## Contact onderzoek

E-captain heeft niet de mogelijkheid om alle roei(st)ers in een boot te vermelden. En om iedereen zich te laten inschrijven en uitschrijven op een presentielijst op de club gaat ook niet werken. Neem daarom zelf je verantwoordelijkheid en leg in je agenda vast welke dagen en tijdstippen je op de club bent geweest. Mocht er dan onverhoopt een roei(st)er op de club toch besmet zijn geweest dan kun je zelf nagaan of je gelijk met deze persoon op de club bent geweest.

**We gaan ervan uit dat iedereen zich aan dit protocol houdt. Hou je je niet aan deze regels dan houdt het bestuur zich het recht voor je gedurende de tijd dat dit protocol van kracht is de toegang tot het terrein van de vereniging te ontzeggen.**

Dit protocol is in werking getreden op 5 juni 2021 en blijft van kracht tot dat het door het bestuur is gewijzigd dan wel in zijn geheel is ingetrokken. Alle protocollen met een eerder datum komen hiermee te vervallen.

Namens het bestuur van R.V. Aeneas

## Bijlage: dagschema roeislots

Tijd	Slot A				Slot B				Slot C				
08:00:00	∨	∨	∨	∨									
08:15:00													
08:30:00	∨	∨	∨	∨									
08:45:00	Roeler 1	Roeler 2	Roeler 3	Roeler 4									
09:00:00	A	A	A	A					∨	∨	∨	∨	
09:15:00					∨	∨	∨	∨	Roeler 9	Roeler 10	Roeler 11	Roeler 12	
09:30:00	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨					
09:45:00	Roeler 13	Roeler 14	Roeler 15	Roeler 16	Roeler 5	Roeler 6	Roeler 7	Roeler 8					
10:00:00	A	A	A	A	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	
10:15:00					∨	∨	∨	∨	Roeler 17	Roeler 18	Roeler 19	Roeler 20	
10:30:00	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨					
10:45:00	Roeler 25	Roeler 26	Roeler 27	Roeler 28	Roeler 29	Roeler 30	Roeler 31	Roeler 32	Roeler 21	Roeler 22	Roeler 23	Roeler 24	
11:00:00	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	
11:15:00	Roeler 37	Roeler 38	Roeler 39	Roeler 40	Roeler 41	Roeler 42	Roeler 43	Roeler 44	Roeler 33	Roeler 34	Roeler 35	Roeler 36	
11:30:00	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	
11:45:00	Roeler 49	Roeler 50	Roeler 51	Roeler 52	Roeler 53	Roeler 54	Roeler 55	Roeler 56	Roeler 45	Roeler 46	Roeler 47	Roeler 48	
12:00:00	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	
12:15:00	Roeler 61	Roeler 62	Roeler 63	Roeler 64	Roeler 65	Roeler 66	Roeler 67	Roeler 68	Roeler 57	Roeler 58	Roeler 59	Roeler 60	
12:30:00	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	
12:45:00	Roeler 73	Roeler 74	Roeler 75	Roeler 76	Roeler 77	Roeler 78	Roeler 79	Roeler 80	Roeler 69	Roeler 70	Roeler 71	Roeler 72	
13:00:00	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	
13:15:00	Roeler 85	Roeler 86	Roeler 87	Roeler 88	Roeler 89	Roeler 90	Roeler 91	Roeler 92	Roeler 81	Roeler 82	Roeler 83	Roeler 84	
13:30:00	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	∨	
13:45:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96					Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96	
14:00:00	∨	∨	∨	∨									
14:15:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96									
14:30:00	∨	∨	∨	∨									
14:45:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96									
15:00:00	∨	∨	∨	∨									
15:15:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96									
15:30:00	∨	∨	∨	∨									
15:45:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96									
16:00:00	∨	∨	∨	∨									
16:15:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96									
16:30:00	∨	∨	∨	∨									
16:45:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96									
17:00:00	∨	∨	∨	∨									
17:15:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96									
17:30:00	∨	∨	∨	∨									
17:45:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96									
18:00:00	∨	∨	∨	∨									
18:15:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96									
18:30:00	∨	∨	∨	∨									
18:45:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96									
19:00:00	∨	∨	∨	∨									
19:15:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96									
19:30:00	∨	∨	∨	∨									
19:45:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96									
20:00:00	∨	∨	∨	∨									
20:15:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96									
20:30:00	∨	∨	∨	∨									
20:45:00	Roeler 93	Roeler 94	Roeler 95	Roeler 96									
21:00:00	∨	∨	∨	∨									

V: is eerste kwartier waarin roeier kan **V**ertrekken

A: is laatste kwartier waarin roeien weer kan **A**ankomt. De tijd naast de A geeft het begint van het kwartier aan. Er is dus tijd tot aan de volgende V