

Deze nieuwsbrief wordt uitsluitend gestuurd naar alle leden van Aeneas Roeivereniging



De skiffeurs zijn blij. Helaas moet de andere roeiers nog wachten op verdere versoepeling van de regels.

## Corona maatregelen

Groen licht voor roeien in eenpersoonsboten



CORONAVIRUS

Beste Roeiers,

Vanaf 15 mei mag er weer beperkt worden geroeid. Omdat we anderhalve meter afstand moeten houden mogen we voorlopig alleen nog in de skiff of C1 roeien. Voor een deel van onze leden is dit dus nog geen goed nieuws. De roeibond is echter bezig om te kijken of het onder bepaalde voorwaarden mogelijk is om in tweetjes en viertjes te gaan roeien. Wij houden deze ontwikkelingen goed in de gaten.

Vanaf 15 mei mag er dus alleen in de skiff en C1 worden geroeid. Om de anderhalve

meter op ons terrein en de vloten te waarborgen heeft de roeibond een model protocol opgesteld. Dit hebben wij gebruikt om ons eigen protocol te maken. Dit protocol tref je bijgaande aan. Wil je gaan roeien; neem dit protocol dan grondig door en hou je strikt aan de regels van dit protocol.

Zoals je in het protocol kunt lezen is het de bedoeling dat je alleen naar de vereniging komt als je een tijdslot en een boot hebt gereserveerd. **Kom dus niet zomaar naar de vereniging of om alleen maar te kijken.** Het clubhuis, de toiletten en kledkamers zijn gesloten.

Namens het bestuur

## *Corona protocol R.V. Aeneas geldig vanaf 15 mei 2020*

Vanaf 15 mei 2020 is roeien weer beperkt mogelijk in eenmansboten (skiff en C1) onder de strikte voorwaarden van dit protocol. Roeien in meermansboten blijft verboden door de eis van anderhalve meter afstand houden. Ook evenementen zoals roeiwedstrijden, toertochten maar ook roei-instructie zijn nog niet mogelijk. Ook verblijf in de gebouwen van R.V. Aeneas is nog niet toegestaan, anders dan voor het uitnemen en terugleggen van boten en riemen. Dit protocol staat dus alleen roeien toe, verder zijn geen andere activiteiten toegestaan.

**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.

### **Tijdschema voor waarborging anderhalve meter**

Om ten alle tijden de anderhalve meter afstand te kunnen waarborgen kunnen slecht 4 roeiers per keer hun boot uitbrengen dan wel weer binnen leggen. Je dient daarom vooraf een tijdslot te reserveren. Een tijdslot bestaat uit 90 minuten. In de eerst 15 minuten heb je de tijd om je riemen klaar te leggen, je boot te water te laten en weg te roeien. In het laatste kwartier van je tijdslot heb je weer de tijd om aan te leggen, je boot en riemen binnen te leggen en af te drogen. Gedurende de dag zijn er dus om het kwartier maximaal 4 roeiers die hun boot uit brengen gevolgd door een kwartier waarin maximaal 4 roeiers hun boot weer binnen brengen. Zie hiertoe bijgaande schema. Kom stipt op het begin van je tijdslot en vertrek ook weer gelijk op het einde. Zodoende zijn er maar steeds maximaal 4 personen op ons terrein en maximaal 8 bij het wisselen van het tijdslot. Kom niet als je geen tijdslot hebt en kom ook niet eerder en blijf niet nakletsen.

## De werkwijze voor alle leden van R.V. Aeneas worden hiermee als volgt

1. In E-Captain dient men een tijdslot te reserveren. Dit tijdslot betreft de eerste 30 minuten van je totale roeitijd van 90 minuten. Bereken dus zelf hoe laat je terug moet zijn zodat je in de laatste 15 minuten van je roeitijd tijdig je boot binnen kunt brengen. Er zijn 4 roeiplekken per tijdslot. **Reserveer dus eerst een tijdslot.**
2. Vervolgens reserveer je een boot met dezelfde begintijd als je tijdslot. Dit kan alleen voor 90 minuten. Niet langer maar ook niet korter. Per tijdslot kunnen er maar 4 boten worden gereserveerd. Heb je geen tijdslot reserveer dan ook geen boot.
3. De privé-boten zijn ook in het afschrijfsysteem opgenomen en dienen te worden afgeschreven overeenkomstig het gereserveerde tijdslot; dit kan alleen de eigenaar van de skiff.
4. **Kom niet naar de roeivereniging als je geen tijdslot hebt gereserveerd.** Reserveren kan alleen vanuit huis.
5. Check voordat je gaat roeien of jouw boot gelijk na jou door iemand anders is afgeschreven. Alleen als de boot gelijk na jou weer wordt gebruikt kun je deze aan het vlot overdragen. Laat in geen geval de boot aan het vlot liggen als de persoon die de boot moet overnemen er nog niet is. Haal de boot dan gewoon uit het water. Je kunt hiermee wachten tot het tijdslot van de volgende roeier begint. Komt deze niet opdagen dan heb je de 15 minuten die deze roeier had om zijn boot buiten te brengen om de boot naar binnen te brengen.
6. Zorg dat je stipt aan het begin van je tijdslot aanwezig bent en dat je klaar bent om in de boot te stappen. Dus in je roeitenue. De kleedkamers zijn dicht.
7. Neem zowel je boot als je timeslot “mee” in E-Captain. Bij voorkeur via je Smartphone; dit kan alleen als je bent verbonden met de Wifi van ons clubhuis. Alternatief is via de PC in ons clubhuis. Dit is de enige reden om het clubhuis te betreden. **Slecht 1 persoon tegelijk naar binnen** en houd afstand van de deur mocht je buiten even moeten wachten.
8. Je hebt 15 minuten om je boot en tijdslot in e-Captain “mee te nemen”, je riemen op het vlot te leggen en je boot naar buiten te brengen; ben je sneller dan heb je meer tijd om te roeien.
9. Je hebt vervolgens een uur om te roeien.
10. De laatste 15 minuten van je tijdslot heb je om weer aan te leggen, je boot uit het water te halen, af te drogen en je riemen binnen te hangen. **Zorg dat je op tijd terug bent.**
11. Ontsmet de contactpunten van boot (boorden en vleugelmoeren van het voetenboord) 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.

12. Was na het roeien je handen grondig met water en zeep, dit kan bij de kraan in het botenhuis. Droog je handen met een papieren handdoekje en gooi dit meteen weg in de afvalbak.
13. **Verlaat daarna gelijk het terrein**; ga niet napraten. Het clubhuis is gesloten.
14. Ben je te laat en heb je het eerste kwartier van je timeslot gemist; ga dan gewoon weer naar huis; ga niet tussen de andere timeslots doorlopen.

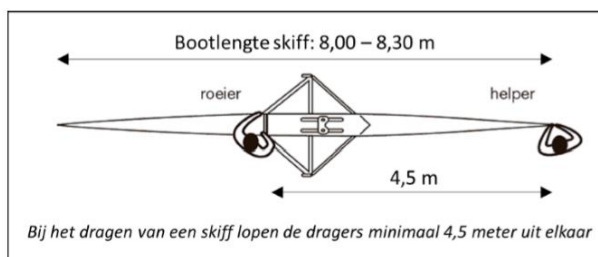
#### Voorbeeld

*Heb je bijvoorbeeld een tijdslot van 9.00 uur tot 9.30 gereserveerd dan reserveer je een boot van 9:00 uur tot 10:30 uur. Je komt dan stipt om 9:00 uur in roeitenue het terrein op. Je hebt dan van 9:00 uur tot 9:15 uur om je boot buiten te brengen en weg te roeien en van 10:15 uur tot 10:30 uur om weer aan te leggen en boot binnen te leggen. Uiterlijk 10:30 heb je het terrein weer verlaten.*

## Anderhalve meter afstand houden:

Hou ten allen tijde minimaal anderhalve meter afstand.

- 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.
- 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.
- **Helpen instappen is niet toegestaan.** Dit kan namelijk niet zonder te de anderhalve meter regel te overtreden.
- Ben je als eerst op vlot 1 of 2, leg je boot dan op het verste einde van het vlot zodat een ander je niet hoeft te passeren.
- Bij het aanleggen geldt hetzelfde maar leg dan je boot zo ver mogelijk naar de kant van het aanloop vlot.

## **Gebruik verder je gezond verstand!**

**Het is niet toegestaan het clubgebouw betreden behalve om je boot “mee te nemen: in E-captain ; je mag dus niet naar het toilet, de kleedkamers of ergometers.**

## Eigen verantwoording

Op basis van dit protocol is het mogelijk weer beperkt te gaan roeien in skiff en C1. 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 uitsluitsel 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.**

## Indien je besmet raakt met Covid 19

Mocht je onverhoopt toch besmet raken met Covid-19 en heb je geroeid meld dit dan bij onze secretaris. Door middel van ons afschrijfsysteem kunnen we dan achterhalen welke leden er gelijk met jou hebben geroeid of misschien een boot van je heeft overgenomen. Er kan dan eventueel een bron worden achterhaald mocht het vermoeden bestaan dat de besmetting op de roeivereniging heeft plaatsgevonden dan wel kan dit de GGD helpen bij het contacten onderzoek.

**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 15 mei 2020 en blijft van kracht tot dat het door het bestuur is gewijzigd dan wel in zijn geheel is ingetrokken.

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 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 09:30:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 09:45:00 | Roeler 13  | Roeler 14  | Roeler 15  | Roeler 16  |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 10:00:00 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 10:15:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 10:30:00 | Roeler 25  | Roeler 26  | Roeler 27  | Roeler 28  |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 10:45:00 | A          | A          | A          | A          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 11:00:00 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 11:15:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 11:30:00 | Roeler 37  | Roeler 38  | Roeler 39  | Roeler 40  |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 11:45:00 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 12:00:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 12:15:00 | Roeler 49  | Roeler 50  | Roeler 51  | Roeler 52  |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 12:30:00 | A          | A          | A          | A          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 12:45:00 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 13:00:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 13:15:00 | Roeler 61  | Roeler 62  | Roeler 63  | Roeler 64  |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 13:30:00 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 13:45:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 14:00:00 | Roeler 73  | Roeler 74  | Roeler 75  | Roeler 76  |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 14:15:00 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 14:30:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 14:45:00 | Roeler 85  | Roeler 86  | Roeler 87  | Roeler 88  |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 15:00:00 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 15:15:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 15:30:00 | Roeler 93  | Roeler 94  | Roeler 95  | Roeler 96  |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 15:45:00 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 16:00:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 16:15:00 | Roeler 99  | Roeler 100 | Roeler 101 | Roeler 102 |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 16:30:00 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 16:45:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 17:00:00 | Roeler 103 | Roeler 104 | Roeler 105 | Roeler 106 |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 17:15:00 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 17:30:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 17:45:00 | Roeler 107 | Roeler 108 | Roeler 109 | Roeler 110 |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 18:00:00 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 18:15:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 18:30:00 | Roeler 111 | Roeler 112 | Roeler 113 | Roeler 114 |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 18:45:00 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 19:00:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 19:15:00 | Roeler 115 | Roeler 116 | Roeler 117 | Roeler 118 |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 19:30:00 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 19:45:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 20:00:00 | Roeler 119 | Roeler 120 | Roeler 121 | Roeler 122 |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 20:15:00 |            |            |            |            |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 20:30:00 | ∨          | ∨          | ∨          | ∨          |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 20:45:00 | Roeler 123 | Roeler 124 | Roeler 125 | Roeler 126 |        |  |  |  |        |  |  |  |  |
| 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 begin van het kwartier aan. Er is dus tijd tot aan de volgende V