

The oar vzw

Coronaprotocol

De Open Antwerpse Roeivereniging ordonneert een aantal maatregelen aan de leden met het oog op het bestrijden van het Corona virus. (Covid19)

Maatregelen die imperatief deel uit gaan maken van het huishoudelijk reglement.

Uitgehangen op het clubhuis en overgemaakt aan de leden per E-mail.

Gezien het feit dat we met de coronadreiging zullen moeten blijven leven tot er algemene vaccinatie beschikbaar is, moeten er tot aan deze voorwaarde voldaan is een aantal basismaatregelen van kracht worden.

Basismaatregelen die in een verdere fase moeten aangepast worden naargelang de overheid werkingsbeperkingen wegneemt of bij oplegt.

Basis maatregelen de eerste fase en grondslag voor de verdere fasering vanaf 4 mei 2020.

1. Algemene grondregels (vragen? zie verder in de teksten)

- Het clubhuis blijft gesloten, enkel het buitenterrein en de botenloods mogen betreden worden en dan nog maar alleen om de boten te nemen en terug te leggen. Geen toegang tot kleedkamers, cafetaria, keuken, werkplaats en toiletten.
- Op vraag kan 1 toilet (naast de voordeur) in geval van nood gebruikt worden, dit moet onmiddellijk door de gebruiker na gebruik ontsmet worden op alle aangeraakte plaatsen inclusief deurklinken zowel van de gang als het toilet zelf.
- Principieel mag je niets aanraken of opbergen voor je, de handen gewassen of ontsmet hebt.
- Je kan komen roeien, maar een praatje maken, eens komen kijken hoort er **niet** bij. Je vertrekt onmiddellijk na het opbergen van je boot en materieel.
- Er mag enkel individueel in Skiff of een andere eenzitter geroeid worden, samenwonenden mogen samen in grotere boten.
- Principieel moet je met twee boten op het water gaan zodat je mekaar kan helpen. Waarvan minstens één persoon zelfstandig in en uit kan stappen.
- De leden wordt gevraagd papieren doekjes voor de persoonlijke hygiëne (handen drogen) zelf mee te brengen. Persoonlijk ontsmettingsgel en handdoek meebrengen zou de club ook goed helpen.
- De club voorziet een corona-toezichthouder voor ondersteuning ter plaatse.

2. Gemachtigd corona-toezichthouder (verder vermeld CT)

- De club voorziet een in corona-toezichthouder wanneer de club werkzaam is.
- Zij hangt een planbord uit vooraan in de botenloods uit met de namen van de toezichthouders en de aanwezigheden op uur en datum, voor de komende 14 dagen.
- Principieel zijn het de clubtrainers en Peters/Meters die daar voor in aanmerking komen.
(Peters/Meters zijn de hulptrainers; ervaren meeroeiende roeiers(sters) die van uit de boot gevorderden training geven in de ploegen.)
- Geen toezicht CT aanwezig dan blijft de club gesloten.
Leden die per twee kunnen gaan trainen wanneer geen CT voorzien is kunnen de materiaal bestuurder contacteren om een regeling te treffen op voorwaarde dat een van hen geregistreerd is als Peter/Meter. (De lijst Peters/Meters voorzien van welke boten zij mogen gebruiken hangt uit op het plan bord en wordt ook per e-mail meegestuurd)

De gemachtigde toezichthouder taken houden in:

- Openen en sluiten van de club naar afspraken, met start en afsluittaken (zie praktijk).
- Controle over de toepassing van de coronamaatregelen zowel op de achterliggende organisatie als op de individuele personen. De maatregelen doen naleven.
- Bijhouden, opstellen van de dagplanning om samenscholingen te vermijden. Houd als enige het planbord dat de boten op het water bijhoudt bij zodat er maar een persoon het bord aanraakt. (en bij vertrek ook ontsmet)
- Plaats, gebruik, van de inventaris van preventiemiddelen kennen. Controle op de beschikbaarheid maken.
- Gemachtigd om beperkingen of sluiting op te leggen naarmate de maatregelen niet gerealiseerd of kunnen toegepast worden.
- Proactief handelen opdat bij de overdracht naar de volgende CT opdat deze ongestoord kan starten. (ook materiaal bestuurder inlichten bij gebreken). Ook zal hij de vuilzakken tijdig vervangen en de volle zakken opslaan in de voorbestemde opbergruimte buiten.
- Heeft mondmasker en handschoenen ter beschikking om in geval van nood veilig te kunnen optreden.

2. Inventaris en opslag middelen.

- Alcohol handgeldispenser voor de deur botenloods en voor de deur clubhuisgang.
- Twee 5 literbussen javel aan 4% (1 in reserve) voor sproeitank 5 liter om roeiplanken, steigers, kleedkamers, douches en wc, trapeleuningen, stoelen e.d. te ontsmetten. Opgeslagen in de technische ruimte. Handschoenen en mondmaskers voor de gemachtigde toezichthouder (trainer/Peter/Meter) bevinden zich in de technische ruimte alsook 1 reserve handgeldispensers.
- 5 liter bus ontsmettingsalcohol + navulbare met handspray dispenser voor kleine ontsmetting rondgang en handvaten. Ontsmetting van de riemen wanneer boten worden overgenomen aan op de steiger. (5 l bus opgeslagen in het atelier achter slot, dispenser ingang botenloods)
- Voor het kuisen van de boten en riemen bevinden zich aan de ingang van de loods; Zeep in spuitflacons (2 +1 in reserve), 4 sponzen, 3 emmers, nette en droge handdoeken, waterhaspel.
- Er wordt de leden gevraagd de handdoek die ze zelf gebruikt hebben, mee naar huis te nemen te wassen en te hergebruiken bij de volgende trainingen. Wasmand voor de vuile en gedroogde handdoeken en tas om de handdoeken in te laden om mee te nemen voor de was. (de toezichthouder regelt de wasbeurten) Aan de ingang van de botenloods vindt je sproeitank met Javel ontsmetting 4% oplossing (opgelet dit niet op de boten gebruiken mag wel op de dollen), Handgeldispenser, ontsmettingsalcohol dispenser en zeepdispenser.+ eenmalige poetslappen gemaakt van onze over stock aan handdoeken.
- Vuilbak voorzien van gemeentelijke vuilzak voor wegwerpzakdoeken aan de ingang van de botenloods. In de toiletteenvuilbakjes voorzien van plastic inhangzakken. De kleppendecksels van de vuilbakken worden afgenomen om huidcontact te vermijden.
- Als in een latere fase het clubhuis mag geopend worden; in de keuken en onder de wasbak Dettolspray voor de toogbladen schabben, koelkasten, tafels e.d. te ontsmetten en reinigen, afwasmiddel, vaatwasmachinetabletten en handzeep. Alcohol handgeldispenser (geld en document behandeling). Wasmand voor de droge en vuile handdoeken en tas om ze mee te nemen voor de was. Normale alledaagse poetsmiddelen in de technische ruime in reserve.

3. Individuele gedragscode.

- Samenscholingen van meer dan 3 personen zijn verboden.
Moet je wachten op je beurt ga wandelen/fietsen langs het water.
- Altijd minimum 1,5 meter afstand houden.
Moet je onvoorzien iemand passeren op een smaller stuk. Passeer dan met de ruggen naar mekaar, spreek niet en hou de mond dicht.
Het kan winderig zijn aan het water hou daar rekening mee, vergroot de afstand van mekaar benedenwinds of tracht haaks op de windrichting met mekaar te spreken.
- Heb je een mondkapje gedragen of draag je er een, was altijd of ontsmet altijd je handen als je het aangeraakt hebt.(water en zeep gedurende 40 seconden)
- Raak nooit mond, neus en ogen aan voor je handen zijn ontsmet/gewassen.
- Hoest of nies nooit in de richting van een persoon. Was uitscheiding af of verwijder/kuis/ ontsmet met wegwerp doekje. Was nadien je handen met water en zeep gedurende 40 seconden.
- Kom niet sporten als je nog maar het vermoeden hebt dat je jezelf niet goed voelt.
- Principeel mag je niets aanraken, opbergen voor je de handen gewassen of ontsmet hebt.
- Laat nooit iemand uit je drinkbus meedrinken en laat deze niet rondslingeren.
- Kom op tijd, wees gedisciplineerd, respecteer de richtlijnen en de CT.

4. Plan je training.

- In deze eerste fase kan alleen individueel geroeid worden in de diverse skiff types.
- Afhankelijk van je ervaring, ouderdom en handigheid moet je het juiste boottype kiezen in overleg met de gemachtigde toezichter of trainer. (TC)
Boottype dat je toelaat zelfstandig te kunnen roeien, maar er kan nog hulp bij nodig zijn bij het inleggen en uithalen aan de steiger. Het gebruik van deze skiffs vraagt altijd de aanwezigheid van een gemachtigd toezichter, tenzij men met twee skiffs te water gaat en mekaar kan helpen indien nodig (wel te verstaan nog altijd 1,5 afstand houden en op het water altijd minstens 6 meter tussen de boten laten. Minstens een van de twee sporters(sters)is een gemachtigde (trainer/Peter/Meter)
- Daarnaast kunnen gezinsleden wel samen in grotere boten zoals de 2X, 3X en 4x. Deze ploegen kunnen zelfstandig roeien zonder hulp maar dienen hierbij wel hun planning op te geven en minstens een persoon van de ploeg moet trainer of Peter/Meter zijn.

5. Reservatie training.

- Om alle leden de kans te geven te kunnen trainen en omdat er minder skiffs zijn dan leden voeren we een reservatiesysteem in dat er eveneens op gericht is (in de maak) samenscholingen te vermijden van wachtende leden op een boot.
- Je kan natuurlijk nog wel telefonische (watts app) informeren op de vaste trainingdagen en uren, om te kijken of er afzeggingen zijn of er nog openingen in de planning zijn.
- De roeiplanning (tjidslots van 10 minuten met toegewezen roei(st)ers in boten) wordt gemaakt via google Sheets. Hier wordt rekening gehouden met het niveau van de roeiers en de gewichtsklasse).
De boekingen worden per week vrijgegeven.
De opening van de boekingen is normaal op zondag en enkel voor de week die komt, maandag t/m zondag. De corona toezichthouders melden de dag voordien telkens de planning zowel op whatsapp, google sheets als op het planbord.
- De basis van de boekingen gaan vooral over de normale trainingstijdstippen maandagavond, woensdagmorgen, woensdagavond, zaterdagmorgen en zondag-

morgen en zijn afhankelijk van de beschikbaarheid van de dagen en uren van de corona toezichters die zich opgegeven hebben.

Wie eerst boekt heeft eerste keuze maar de corona toezichthouder kan vragen of iemand die veel komt, voorrang wil geven aan een ander die niet aan de bak geraakt.

- Voor de andere dagen tijdstippen gedurende de week blijft de E-mail lijst, die de materiaalbestuurder(Fred) beheert, in werking. Ook via google sheets kan er gereserveerd worden. Dit onder voorwaarde dat er steeds een meter/peter/trainer aanwezig is en dit meldt aan de materiaalbestuurder.

Beschikbare skiffs voor de reservaties en hun eigenschappen.

Onderstaande lijst werd ook met de mailing verspreid.

- Volans 1 60/100kg laagdrempelig, vrij stabiel
- Volans 2 60/100kg laagdrempelig, vrij stabiel
- 10 stuks roeibord (surfplank met roeiopbouw) voor iedereen die nog nooit skiff geroeid heeft, veilig op omslaan maar nog niet het echte roeien.
- Oelegem B1 skiff 60/100kg laagdrempelig
- Emblem B1 skiff 60/100kg laagdrempelig
- Louwe max. 70kg voor iets meer ervaren persoon.
- Broechem max.75kg voor iets meer ervaren roeier,
- Ranst max 75 kg voor iets meer ervaren roeier,
- Wapenbroeder polysterskiff voor beginners na opleiding. max75 kg
- Billy max. 90kg voor ervaren roeiers
- Killer Queen max. 85kg voor ervaren roeiers
- Ward max. 80kg voor ervaren roeiers
- Dino max.100 kg voor ervaren roeiers
- Charlene jeugd wedstrijdskiff max. 60kg
- De Witte ludo jeugd wedstrijdskiff max. 60kg.
- In reserve:
 - *Poseidon mini skiff jonge kinderen die al kunnen roeien, oefenboot voor omdraaien bij goed weer. Weinig gebruikt wat oubollig.
 - *Era max.70 kg small en voor iets meer ervaren persoon. Oude boot weinig risico.
- De volans boten en roeiborden die in een afzonderlijke hangar liggen en normaal met kar naar de steiger gevoerd worden, worden op de karren gelaten op een rij langs de achten zodat er nog een brede doorgang is in die loods.(voor zover er karren beschikbaar zijn.) Bij de roeiborden worden de riemen van de Quinta en Roerdomp gebruikt.

Tijdslots op het water & steiger gebruik.

- Tijdslots beschikbaar zijn afhankelijk van gemelde aanwezigheid van een gemachtigd toezicht houder.
- Er gaan (kunnen) altijd twee boten te gelijk op het water (2 steigers, brede gang tussen de botenrekken in de loods - geen afstandsproblemen.)
Familieploegboten tussen de skiffs moeten evengoed een slot aanvragen.
- Er wordt verwacht dat de planning wordt gevolgd ; gevraagd wordt een kwartier op voorhand aanwezig te zijn zodat de planning realiseerbaar is.
- Om afstand te kunnen houden op de steigers bij het afvaren en aanleggen worden er maar twee boten gelijktijdig op de steiger toegelaten.
Het aanmeren kan dus maar naargelang er plaats is en men voortmaakt.
Wees dus tijdig terug in de omgeving van de steiger na je training.
Als er boten overgenomen worden, kan je op 5 minuten wisselen van boot.
Aan elke steiger kan slechts één boot gelijktijdig aanwezig zijn.
- Iedere boot mag maximaal 1,5 uur roeien (bezet worden) Er hangt een grote klok aan de voorgevel van het clubhuis om je tijd in het oog te houden.
- Eén half uur voor de CT vertrekt moeten de laatste twee boten van het water zijn.

- **vb.** CT heeft opgegeven van 8u30 tot 12u30 aanwezig te zijn = 4 uur maar begeleid uiteindelijk maar 3 uur training. De eerste twee boten te water om 9 uur, de volgende 2 om 9u30, de volgende 2 om 10u, de volgende twee om 10u30, de volgende twee om 11 uur. (dit zijn 5 tijdslots x2 boten)
Hierbij kunnen de boten van 9 t/m 10h30 telkens om het uur worden overgenomen op de steiger. D.w.z. de boot van 9 uur, kan 3 sessies, die van 9u30&10u kunnen 2x. Samengevat op deze morgen kunnen 18 skiff-trainingen, die 1 uur in beslag nemen. Dit is een raming, het is aan de CT om de boten tijdig van het water te roepen.
- Mogelijk zal van de eerste keer niet alles vlot verlopen en moet nog wat ervaring opgedaan worden. Van belang is dat je rustig blijft en veiligheid laat primeren. Als het systeem vlot begint te werken en alle boten na de eerste twee sneller op het water kunnen dan kan een verlenging van de trainingstijd het resultaat zijn.
- Uiteraard, is hier niet gesproken over de trainer die langs de kant fietst.

6. De maatregelen in de praktijk, van aankomst tot vertrek.

- De CT komt aan op tijd maakt het hek los, ontsmet zijn handen voor hij binnengaat en doet de sectionaalpoort van de loods open.
Kijkt de planning na en zet het planbord uit, belt eventueel naar personen in wacht bij afzeggingen.
Ontsmet de steiger met Javel 4% sproeier. Zet de nodige schragen op het buiten terrein.
Kijkt de beschermingsmiddelen na op de corona tafel aan de inkom van de loods, waar ook enkel 10/13 sleutels en schroevendraaiers liggen die ook dagelijks ontsmet moeten worden bij afsluiten zodat er niet in de gereedschapsbak moet gerommeld worden.
Laat niet meer mensen toe op het terrein dan gepland ziet er op toe dat de boten één voor één worden buiten gebracht en later terug gestald.
- indien het weer het toelaat wordt de poort opgelaten zodat weer niet telkens de handen moeten ontsmet worden. Is er niemand aanwezig op het buitenterrein wordt het hek dichtgemaakt. Niemand op de club hek en poort dicht.

Wat doe jij als roeier (ster).

- Je komt tijdig aan voor het roeien in sportkledij. Laat je spullen in je wagen of leg ze in de loods uit de weg of beter nog neem ze in een waterdichte zak mee in de boot. Zorg dat je niets van waarde bij hebt.
- Je bent vooruitziend en heb je papieren doekjes, handgel, handdoek en drinkbus bij. (Je kan handdoek van de club nemen, bijhouden, wassen voor de volgende training)
- Je fiets stal je op het buitenterrein, de loods is enkel voor de botenstalling.
- **Je houdt je aan de individuele gedragscode** te beginnen met je handen te wassen of te ontsmetten. (waterkraantje buiten gebruiken.)
- Je brengt de riemen van jouw boot naar de steiger.
Als er al beweging is op de steiger leg je ze van boven af langs de helling voor de steiger en haal ze na de training ook langs daar weg.
Ga niet onnodig op steiger als die reeds bezet is.
- Samen met je slotpartner ga je de boten naar de steiger brengen één persoon draagt hem achter de kuip, één aan de punt dan heb je praktisch 4 meter afstand tussen mekaar.
- Dit doe je met de hulp van de CT of je zet een stel schragen op de dijk aan de steiger die je meeneemt met de riemen. (CT kan ook helpen instappen als hij daar is)
- Indien je slotpartner niet zelfstandig kan instappen of het waterniveau te laag is moet je eerst helpen door de volledig uitgestoken riem op de steiger met één hand aan het blad einde te nemen, met één hand aan de bladhals en op de steiger te drukken. Er is dan zeker 1,5 afstand.
Zelf vertrek je dan vanaf de vlottende steiger die altijd van hoogte is.

- Wees op tijd terug van de training (kijk op de reuzegrote klok op het clubhuis)
De boot die overgenomen wordt heeft altijd voorrang.
- Neem je een boot over ga met een ontsmettend doekje langs dollen, riemgedeelte boven de dol en de voetenbordafstelling, vraag na wat aangeraakt is. Je kan ook de CT vragen om met alcohol spray dit voor jou te doen.
- Op het water respecteer je de normale vaarregels, dan hou je altijd voldoende afstand. Doch bij voorbijsteken hou altijd minstens 7 meter afstand (een bootlengte), de wind kan je adem ver meedragen hou daar rekening mee.
- Breng je boot naar de schragen op het clubbuitenterrein. Was je boot met water en zeep en sponzen (gebruik geen Javelspray die mag alleen op de dollen en de dolballen die je daarvoor op het grind legt) laat de producten een minuutje of twee intrekken en spoel grondig af en plaats de beschermballen op de dollen.
- De roeiborden (surfplanken) hoeven niet te worden gewassen maar moeten in zijn geheel besproeid met Javel solutie 4%.
De boot en je handen zijn nu clean leg de boot binnen met je slot partner.
Neem je spullen en verlaat de club onmiddellijk blijf niet napraten.
- Als laatste help je de CT met afsluiten waar nodig.

Afsluiten

- De CT kijkt na en zorgt dat alles wat aangeraakt werd, ontsmet wordt.
De schragen, de haspel, waterkraan, de poort, het gebruikte gereedschap, de deurklinken, gebeurlijk het toilet, planbord, dispensers enz. .
De CT zorgt dat zijn handen ontsmet zijn bij het sluiten van het hek.

7. Doel van het protocol

- Een sluitend geheel van maatregelen te vormen om te voldoen aan de veiligheidsnormen die de overheid uitgevaardigd heeft ten bate van onszelf.
- Om voor de overheid een aftoetsbaar en controleerbaar systeem te hebben – dit protocol ligt ook bij de gemeente/politie.
- Duidelijk de clubverantwoordelijken weer te geven die instaan voor de naleving van de maatregelen en hun taken
- Een leidraad te geven in de maatregelen naar de leden toe.
- Duidelijk te maken dat het clubhuis nog altijd in lock down is.
Momenteel beheert de materiaalbestuurder de toegang, voor toezicht, onderhoud en kleine werktaken. Dit gebeurt met intervallen van verscheidene dagen ertussen om zeker te zijn dat geen besmettingen kunnen overdragen worden via aanraking bv. toiletten, klinken etc.
Toegang tot het clubhuis zonder afspraak met de materiaal bestuurder is verboden.

8. tot slot

Er zijn heel wat zaken waar rekening mee moet gehouden worden, waarvoor de CT en trainers verantwoordelijkheden hebben opgenomen. Er kan niet verwacht worden dat je procedure van de eerste keer volledig in je hoofd hebt. Daarom is de CT daar, heb je vragen, ben je niet zeker: hij of zij zijn je aanspreekpunt.

Voor het bestuur
Fred Van der Weehe
Materiaalbestuurder/secretaris/trainer cat. A