



#blijfsporten

Update 1 juli 2020

Protocol voor sportstages
- Volwassenen en senioren

www.sport.vlaanderen/corona
www.blijfsporten.be



DE
FITNESSORGANISATIE
GEZOND EN ETHISCH SPORTEN IN DE FITNESS

SKA
SPORT + KEURINGSARTSEN


Gezond Sporten
Vlaanderen

KF
Vlaamse Sportfederatie

isb
ISB
SPORTBIELEN EN RECREATIEBIELEN

SPORT.
VLAANDEREN

Inhoud

1	Inleiding.....	5
2	Algemeen basisprotocol.....	5
2.1	Wie kan aanwezig zijn of deelnemen?.....	6
2.1.1	Inclusieve werking.....	6
2.1.2	Risicogroepen.....	6
2.1.3	Persoons- en Corona-tracing-gegevens in maximale mate verzamelen en bijhouden (zowel op voorhand bij inschrijven, zowel tijdens de activiteit)	6
2.2	Organisatorische maatregelen.....	6
2.2.1	Organiseren van en visualiseren contactbubbels voor volwassene en vaste begeleiding	6
2.2.2	Noodprocedures en permanentie/contact-systeem	7
2.2.3	Communicatie over maatregelen.....	7
2.3	Hygiëne-maatregelen.....	8
2.3.1	Persoonlijke hygiëne (handhygiëne, hoesten, zakdoeken, mondmaskers).....	8
2.3.2	Hygiëne infrastructuur	8
2.3.3	Hygiëne materiaal	8
2.4	Specifieke maatregelen in functie van sportdiscipline	8
2.4.1	Indoor activiteiten.....	8
2.4.2	Outdoor activiteiten.....	9
2.4.3	Fysiek contact.....	9
2.4.4	Uitstappen.....	9
2.4.5	Externen	10
2.4.6	Voldoende rust inbouwen.....	10
3	Vorbereiding van een stage	10
3.1	Hoe organiseer je je stage deze zomer?	10
3.1.1	Contactbubbels	10
3.1.2	Infrastructuur	11
3.1.3	Materiaal	12
3.1.4	Vervoer van, naar en tijdens	12
3.2	Noodprocedures en permanentiesysteem	12
3.3	Communicatie	13
3.3.1	Naar de deelnemers.....	13
3.3.2	<i>Naar de lesgevers/begeleiders</i>	14
3.4	Hoe zit dat met hygiëne?	14
3.4.1	Persoonlijke hygiëne	14
3.4.2	Infrastructuur, planning en materiaal wordt maximaal afgestemd op handhygiëne.....	15
3.4.3	Mondmaskers.....	15
3.4.4	Hoesten en zakdoeken.....	15
3.4.5	Voorzie extra hygiënisch materiaal.....	15

3.4.6	Extra hygiënische opleidingen.....	15
3.5	De infrastructuur.....	15
3.6	Het materiaal.....	16
3.7	Welke activiteiten mag je doen	16
3.7.1	Openluchtactiviteiten.....	16
3.7.2	Indooractiviteiten.....	16
3.8	Uitstappen.....	17
3.9	Externen	17
3.10	Rust	18
4	Tijdens de zomerstage	19
4.1	Wie mag deelnemen	19
4.1.1	Risicogroepen en ziek zijn	19
4.1.2	Aanwezigheidsregisters, medische fiches en tracing.....	19
4.2	Hoe organiseer je stage op locatie?.....	19
4.2.1	Contactbubbels	19
4.2.2	Infrastructuur	20
4.2.3	Materiaal	20
4.2.4	Verplaatsingen	20
4.3	Noodprocedures en permanentiesysteem	21
4.4	Communicatie	21
4.4.1	Naar de deelnemers.....	21
4.4.2	Naar lesgevers/ begeleiders.....	21
4.5	Hoe zit het met hygiëne op je stage?.....	21
4.5.1	Persoonlijke hygiëne	21
4.5.2	De infrastructuur	22
4.5.3	Het materiaal.....	22
4.6	Welke activiteiten mag je doen tijdens de stage?	23
4.6.1	sportactiviteiten en avondanimatie.....	23
4.6.2	Uitstappen.....	23
4.6.3	Externen	23
4.6.4	Rust.....	24
5	Na de stage.....	24
5.1	Nazorg t.a.v. (zieke) deelnemers.....	24
5.1.1	Zieke deelnemer(s) tijdens de stage	24
5.1.2	Aanwezigheidsregisters, medische fiches en tracing.....	24
5.2	Organiseer ook de terugkeer en (eventuele) nazorg.....	24
5.2.1	Contactbubbels	24
5.2.2	Communicatie	25
5.3	Hoe zit dat met hygiëne op het einde van en na de stage?.....	25

5.3.1	Persoonlijke hygiëne	25
5.3.2	De infrastructuur	25
5.3.3	Het materiaal.....	25
5.3.4	Voldoende rust inbouwen.....	25
5.4	Administratie.....	25
6	Internationale sportstages	26

1 Inleiding

Dit protocol is gebaseerd op het zomerplan van jeugd. Binnen dit protocol wordt wel extra aandacht besteed aan sportspecifieke zaken die van toepassing kunnen zijn binnen de organisatie van sportstages voor volwassenen en minder van toepassing zijn binnen zuivere jeugdkampen.

Dit protocol werd opgemaakt in overleg met de sportsector en specifiek vanuit de ervaring van zowel organisatoren van sportkampen en -stages als organisaties die deze sportkampen en -stages hosten. Dit protocol is een bijlage bij de leidraad voor een verantwoorde heropstart van de sportsector (update 1 juli).

Dit protocol kan je gebruiken als je werking valt onder activiteiten of een stage met overnachting (internaat) en zonder overnachtingen (externaat). Hieronder vallen activiteiten en sportstages georganiseerd door overheden, sportorganisaties, sportfederaties, sportverenigingen,...

Dit wordt met opzet breed gedefinieerd omdat er heel veel verschillende organisaties sportactiviteiten aanbieden voor volwassenen en senioren.

Dit protocol heeft als doel om zo goed mogelijk alle elementen binnen de organisatie of de hosting van een sportstage in kaart te brengen zodat iedere organisatie goed geïnformeerd hiermee aan de slag kan gaan. Kom je een situatie tegen waarop je niet meteen een antwoord hebt, vertrek dan vanuit het algemeen basisprotocol bij het bedenken van een oplossing of vraag hulp bij jouw federatie, lokaal bestuur,...). Uiteraard zijn de maatregelen, opgelegd door de federale overheid, verplichte maatregelen en dienen zij hoe dan ook gevolgd te worden.

2 Algemeen basisprotocol

De topics die worden besproken binnen dit protocol vind je hieronder terug:

Wie kan aanwezig zijn of deelnemen?

- Inclusieve werking
- Risicogroepen en zieke kinderen/jongeren
- Persoons- en Corona-tracing-gegevens in maximale mate van het mogelijke verzamelen en bijhouden

Organisatorische maatregelen

- Contactbubbels kinderen, jongeren en begeleiding
- Noodprocedures en permanentie/contact-systeem
- Communicatie over maatregelen en aanbevelingen

Hygiëne-maatregelen

- Persoonlijke hygiëne (handhygiëne, hoesten, zakdoeken, mondmaskers)
- Hygiëne infrastructuur
- Hygiëne Materiaal

Specifieke maatregelen in functie van de sportdiscipline

- Indoor
- Outdoor
- Fysiek contact
- Uitstappen
- Externe lesgevers

2.1 Wie kan aanwezig zijn of deelnemen?

2.1.1 Inclusieve werking

We gaan uit van het principe: iedereen kan mee, tenzij men ziek is of was of geen toestemming krijgt wanneer men tot een risicogroep behoort. Net als andere jaren staan het aanbod, de activiteiten en de stages dus open voor alle volwassenen en senioren indien de draagkracht van de begeleidingsploeg dit aan kan.

Maak met volwassenen en senioren met specifieke ondersteuningsnoden samen met hen en eventueel de huisarts proactief de afweging op welke manier alle maatregelen gevolgd kunnen worden. Werk hiervoor indien nodig redelijke aanpassingen uit, eventueel met een vaste begeleider voor de dagelijkse noden (van sanitaire hulp tot zonnecrème smeren).. Maak ook afspraken over proactief informeren over de veranderingen én een eventueel vroegtijdig naar huis komen als dat nodig zou kunnen zijn.

In sommige situaties zal voor de hieronder volgende maatregelen extra aandacht nodig zijn voor volwassenen en senioren met bijzondere noden (bv. wat intensief contact of hygiëne betreft) en er zullen soms uitzonderingen nodig zijn. Ga hiervoor steeds in overleg met de huisarts, n deelnemers zelf om de situatie en mogelijkheden in te schatten. Er is veel mogelijk binnen de veiligheidsmaatregelen, de deelnemers staan steeds centraal binnen het sportaanbod.

Raadpleeg de website van je organisatie voor eventuele extra informatie of adviezen als je werkt met deelnemers met extra ondersteuningsnoden

2.1.2 Risicogroepen

Verplichte maatregelen:

Voorzie een medische fiche met daarin: persoonsgegevens, contactgegevens ouders, gegevens huisarts, specifieke/noodzakelijke info over de gezondheid deelnemer en indien nodig toestemming van de arts indien men deel uitmaakt van risicogroep en mag deelnemen.

Bezorg alle volwassenen, senioren en begeleiding de nodige informatie over risicogroepen en geef aan dat ze indien nodig bij de huisarts terecht kunnen om te kijken of er deelname mogelijk is

Volwassenen, senioren of begeleiders die ziek zijn of waren (o.a. symptomen in de voorbije vijf dagen) kunnen niet deelnemen aan het aanbod.

2.1.3 Persoons- en Corona-tracing-gegevens in maximale mate verzamelen en bijhouden (zowel op voorhand bij inschrijven, zowel tijdens de activiteit)

Verplichte maatregelen:

- Verplichting tot het bijhouden van medische fiche met extra aandacht voor contactgegevens ivf corona tracing
- De medische fiche van een deelnemer of begeleider moet snel beschikbaar zijn in het geval deze nodig is bij een medische interventie
- In het kader van het vlot beschikbaar zijn van persoonsgegevens voor de tracing wordt vooraf duidelijk en nominatief afgebakend welke sportstages/begeleiders/... behoren tot 1 bubbel

2.2 Organisatorische maatregelen

2.2.1 Organiseren van en visualiseren contactbubbels voor volwassene en vaste begeleiding

Verplichte maatregelen:

- Alle activiteiten worden georganiseerd en uitgevoerd in contactbubbels van maximum 50 personen. Zorg ervoor dat deze opdeling duidelijk is voor iedereen, voor elke leeftijd en elk niveau van betrokkenheid. Dit geldt voor vervoer, eten, slapen, wassen, gebruik van (klein) materiaal en alle andere activiteiten.

- Een stage/activiteit kan bestaan uit meerdere contactbubbels tegelijk. Er is geen maximum aantal voor de totaliteit van een stage/activiteit.
- Binnen een contactbubbel geldt geen social distancing.
- Elke contactbubbel heeft zijn eigen vaste begeleiding.
- Ophalen en brengen gebeurt meteen bij de bubbel waarin de deelnemer terecht komt en met volledige inachtneming van sociale afstand om virusoverdracht tussen externen en begeleiding te vermijden.
- Contact met externen (buiten de contactbubbels) wordt vermeden. Indien dit toch nodig is worden regels m.b.t gebruik van mondmasker en 1,5m afstand gerespecteerd en wordt het contact tussen de bubbel en de externen beperkt tot het absolute minimum.

Aanbevelingen:

- Aan de deelnemers wordt gevraagd om tot slechts 1 bubbel per stageperiode toe te treden (vooral belangrijk bij externe stages of bij initiatieven die zich beperken tot enkele dagen)
- herinner je deelnemers door gebruik van affiches of symbolen aan hun eigen verantwoordelijkheid om er op toe te zien dat ze maar 1 activiteit/bubbel per week volgen
- Maak voor de dagelijkse routine een loopschema voor elke bubbel met duidelijke tijdslots, eventueel eenrichtingsverkeer in bepaalde gangen, .. spreek deze ook vooraf door met alle begeleiders
- Lesgevers/stageleiding worden toegewezen per bubbel. Concreet betekent dit dat ze bij hun dagelijkse briefings ook de social distance regels volgen.
- Bij internaatstages hou je rekening met het toekennen van de slaapplekken binnen éénzelfde bubbel
- Werken met kleurpictogrammen en gekleurde armbandjes om de bubbels visueel te maken
- Aanpassen lesvoorbereiding in functie van beschikbaar materiaal en tijdslots
- Aanpassen kalender avondactiviteiten bij internaatstages

2.2.2 Noodprocedures en permanentie/contact-systeem

Er zijn standaard generieke noodprocedure voor alle organisatoren, die als minimum geldt. (quarantaine bij ziekte, arts en testing, activiteit verlaten, wat bij ziektemelding van een gezinslid, enz.)

Verplichte maatregelen:

- De organisator voorziet een plek om zieke deelnemers/begeleiding in “isolatie” te plaatsen.
- Elke organisatie voorziet een noodprocedure (ophalen op stage/activiteit bij ziekte, ...).
- Elke organisatie heeft een ondersteuningspermanentie bij een eventuele besmettingsuitbraak, in samenwerking met medische professionals en op basis van het persoons- en contactgegevensregister en/of de medische fiches.

2.2.3 Communicatie over maatregelen

Standaard pictogrammen zijn beschikbaar op website ambassade of de website van VSF waar ook diverse federaties reeds gepersonaliseerde pictogrammen hebben opgemaakt.

Verplichte maatregelen:

- Alle deelnemers, vrijwilligers, begeleiders en niet-begeleiders die rechtstreeks betrokken zijn bij de activiteiten, worden geïnformeerd en gevormd over risico's en maatregelen.
- De pictogrammen maken deel uit van elk zomerstage, activiteit, ...
- Er worden duidelijke afspraken gemaakt met deelnemers, begeleiders, ouders, mogelijke externen, veiligheidsdiensten ...

2.3 Hygiëne-maatregelen

2.3.1 Persoonlijke hygiëne (handhygiëne, hoesten, zakdoeken, mondmaskers)

Verplichte maatregelen:

- Handen reinigen gebeurt minimaal bij start en einde activiteit, voor en na maaltijden en voor en na toiletbezoek.
- Infrastructuur, planning en materiaal wordt maximaal afgestemd op handhygiëne.
- Hoesten in de elleboog, enkelvoudig gebruik van zakdoeken en voorzien van gesloten vuilnisbakken op publieke gemeenschappelijke plaatsen.
- Indien het niet anders kan: in contact met externen door +12-jarigen mondmaskers dragen.

2.3.2 Hygiëne infrastructuur

Verplichte maatregelen:

- Reiniging en desinfectie intensiveren met extra aandacht voor oppervlakken die regelmatig worden aangeraakt, zoals deurknoppen, lichtschaakelaars, enz.
- Sporthal, gemeenschappelijke ruimten, kleedkamers en slaapruintes worden regelmatig verlucht

Aanbevelingen

- Werk waar mogelijk zoveel mogelijk met open deuren
- Laat voldoende tijd tussen het gebruik van een ruimte door verschillende bubbels. Voorzie dit in de planning. Je kan deze tijd opvullen door een desinfecterende reiniging in te lassen.

2.3.3 Hygiëne materiaal

Verplichte maatregelen:

- Materiaal blijft zoveel mogelijk binnen de bubbel, indien materiaal toch van de ene naar de andere bubbel gaat worden contactoppervlakken ontsmet.
- Bij gebruik van sportmateriaal aangeboden door externen moet men erop toezien dat deze worden aangeboden en/of geleverd binnen de hygiënische maatregelen.

2.4 Specifieke maatregelen in functie van sportdiscipline

2.4.1 Indoor activiteiten

Outdooractiviteiten hebben de voorkeur. Zo kunnen ook typische indoorsportdisciplines mits creatieve invulling outdoor georganiseerd worden.

Aanbevelingen:

- Voorzie een maximale spreiding van de deelnemers in de sportaccommodatie
- Gebruik maximaal de beschikbare ruimte voor je activiteit
- Voorzie regelmatig verluchting in de sportaccommodatie
- Voorzie dat je regelmatig een pauze neemt en verplaats de bubbel naar buiten of naar een ruimte die zeer goed verlucht is.
- Tracht je sanitaire voorzieningen te organiseren per bubbel. Indien dit niet mogelijk is, maak hierover duidelijke afspraken in functie van reiniging en desinfecteren.
- Tracht je omkleedruimtes te organiseren per bubbel. Indien dit niet mogelijk is, maak hierover duidelijke afspraken in functie van reiniging en desinfecteren.
- Werken met variabele tijdslots en goede signalisatie kan de druk op bepaalde gemeenschappelijke punten ontlasten vb inkomhal, gangen, ...
- Werk steeds met outdoor afspreekplaatsen
- Voorzie een basis EHBO set per bubbel

- Gebruik hetzelfde lesmateriaal, indien niet mogelijk is zorg je voor een tussenreiniging/ontsmetting vooraleer de andere bubbel dit materiaal gebruikt.
- Voorzie of laat deelnemers elk hun eigen drinkbus/drank meebrengen
- Externe deelnemers komen bij voorkeur in gepaste sportkledij naar de activiteit.
- Voorzie regelmatig een handen-was-sessie met de bubbel

2.4.2 Outdoor activiteiten

Aanbevelingen:

- Bescherm deelnemers tegen de zon
- Voorzie een maximale spreiding van de deelnemers in de sportaccommodatie
- Gebruik maximaal de beschikbare ruimte voor je activiteit
- Voorzie dat je regelmatig een pauze neemt
- Tracht je sanitaire voorzieningen te organiseren per bubbel. Indien dit niet mogelijk is, maak hierover duidelijke afspraken in functie van reiniging en desinfecteren.
- Tracht je omkleedruimtes te organiseren per bubbel. Indien dit niet mogelijk is, maak hierover duidelijke afspraken in functie van reiniging en desinfecteren.
- Voorzie een basis EHBO set per bubbel
- Gebruik hetzelfde lesmateriaal, indien niet mogelijk is zorg je voor een tussenreiniging/ontsmetting vooraleer de andere bubbel dit materiaal gebruikt.
- Voorzie of laat deelnemers elk hun eigen drinkbus/drank meebrengen
- Externe deelnemers komen bij voorkeur in gepaste sportkledij naar de activiteit.
- Voorzie regelmatig een handen-was-sessie met de bubbel

2.4.3 Fysiek contact

Fysiek contact is vaak een wezenlijk onderdeel van heel wat sporten en is ook mogelijk binnen de structuur van de bubbel.

Dit protocol voorziet twee soorten van fysiek contact. We maken een onderscheid maken tussen occasioneel fysiek contact en een continu fysiek contact.

Verplichte maatregelen (occasioneel fysiek contact)

- Zorg voor activiteiten/oefeningen/spelvormen waar dit contact occasioneel blijft.
- Zorg voor afwisseling in de oefeningen waar activiteiten met occasioneel fysiek contact regelmatig afgewisseld wordt met oefeningen zonder fysiek contact
- Zorg voor een sterke fysieke afscheiding tussen de sportvelden wanneer meerdere bubbels aanwezig zijn in dezelfde accommodatie

Verplichte maatregelen (continu fysiek contact)

- Social distance moet niet meer gehandhaafd worden tijdens de sportactiviteiten vanaf 1 juli, maar beperk vanuit een voorzichtigheidsprincipe, waar mogelijk, deze contacten.

2.4.4 Uitstappen

Verplichte maatregelen:

Bij uitstappen volgen groepen de maatregelen m.b.t. contact met anderen:

- De bubbel blijft behouden, men laat geen externen toe.
- Wanneer men in contact komt met anderen in de openbare ruimte (bossen, sport/speelsterreintjes, stadspaleizen, straten,...) houdt men voldoende afstand t.a.v. degene

die niet tot de bubbel behoren. Indien dit niet mogelijk is verplaatst men de activiteit of dragen de +12 jarigen een mondkapje.

- Bij verplaatsingen met openbaar vervoer (en eventueel ook privébus) worden de veiligheids- en hygiënevoorschriften t.a.v. andere passagiers en de chauffeur opgevolgd.

Aanbevelingen:

- Activiteiten worden zo veel mogelijk op de eigen locatie gehouden.
- Uitstappen naar recreatieplaatsen (andere sportaccommodatie) kunnen enkel onder de maatregelen die op dat moment gelden voor de samenleving.

2.4.5 Externen

Verplichte maatregelen:

- Indien contact met externen noodzakelijk is ivm een activiteit zoals bv. huur mountainbikes, begeleiding touwenparcours,... worden de veiligheids- en hygiënevoorschriften zoals voor individuen in de samenleving gevolgd of indien bijzondere maatregelen zijn genomen (vb. specifieke opleiding).

Aanbevelingen:

- Activiteiten, vormingen, workshops georganiseerd door personen buiten de contactbubbel worden vermeden. Tenzij dit kan binnen de maatregelen die op dat moment gelden voor de samenleving.

2.4.6 Voldoende rust inbouwen

Aanbeveling:

- Voorzie regelmatig rustpauzes. Je kan deze opvangen door:
 - Een versnapering te organiseren
 - Hand-was-sessie te voorzien
 - Sanitaire stop te voorzien
- Voor aanbod met overnachting wordt een evenwichtig programma met voldoende nachtrust voorzien om de kans op ziekte omwille van uitputting te vermijden.

3 Voorbereiding van een stage

Er zijn drie fasen bij de organisatie van een stage: de voorbereiding van een stage, zaken die moeten gebeuren tijdens het stage en de nazorg van een stage.

3.1 Hoe organiseer je je stage deze zomer?

3.1.1 Contactbubbels

De contactbubbels zijn groepen van 50 personen die een vaste samenstelling hebben. Binnen deze bubbel is contact mogelijk, tussen bubbels wordt contact gemeden. Een stage kan dus uit meerdere bubbels bestaan maar die bubbels hebben geen contact met elkaar.

De opdeling van jouw stage in 1 of meerdere bubbels van 50 personen zal een eerste stap zijn. Hou hierbij rekening met kinderen en jongeren, de begeleiders, omkadering, programma, bestaande groepen, (zoals kookploeg, materiaalbeheerders...), en eventuele lotgenoten in kwetsbare situaties.

Concreet worden bubbels best als volgt ingedeeld:

- De bubbels hebben een max. grootte van 50 personen, hou hierbij rekening met alle deelnemers (leden, leiding, ondersteuners, technische ploeg, ...)
- Binnen één bubbel kan je kleinere groepen samenstellen die aparte en gezamenlijke activiteiten organiseren.
- Een opdeling naar leeftijd m.b.t. hygiëne?

Vanaf de leeftijd van 12 jaar is er meer kans op doorgeven van het virus dus worden strengere maatregelen rond hygiëne opgelegd bv. m.b.t. intensief contact (= te mijden) of strikt gebruik van mondmaskers bij contact met externen. Je hoeft in je bubbels geen rekening te houden met deze strikte leeftijdsscheiding, maar het is wel aan te raden om een hele bubbel op dezelfde manier te 'behandelen' en dus volgens de strengste maatregelen.

- In functie van bepaalde intensieve contactsporten is het aangewezen om dergelijke groepen in te delen in bubbels in functie van de leeftijd. Voor andere sporten gelden deze regels niet en kan de bubbel gemixt worden

Samenstelling bubbels, wat met:

- Broers en zussen: je hoeft broers en zussen niet in dezelfde bubbel te steken, beschouw hen als twee aparte deelnemers.
- Liefjes: Ook hen beschouw je als twee aparte deelnemers.
- Spreek dit zeker vooraf door om hieromtrent problemen te vermijden, dit kan emotioneel zwaar zijn voor sommige jongeren. Hou hier rekening mee.
- Bedenk vooraf hoe je de logistieke medewerkers, kookploeg en materiaalmeesters (en hun eventuele gezin) opdeelt. Zij kunnen enkel contact hebben met de eigen bubbel. Als ze buiten de bubbel treden bij bijvoorbeeld het uitdelen van eten of materiaal moet er voldoende afstand zijn en met mondmaskers gewerkt worden.
- Voorzie per bubbel aparte op- en afhaalpunten en/of tijdslots voor de deelnemers van waar en wanneer ze worden verzameld.

Communiceer duidelijk (visueel en mondeling) over deze bubbels en hoe jullie deze gaan opdelen, wat de praktische maatregelen zullen zijn enz.

- Hoe zal dit verlopen tijdens de stage, wie zit in welke bubbel (bv. broer en zus ouders weten dat best voor aparte bagage etc.).
- Welke gevolgen heeft dit voor de voorbereidingen: inschrijvingen, brengen van bagage/fietsen, ...
- Wees zeer duidelijk: alle maatregelen gelden ook voor de begeleiding, ook 's avonds.

Hou rekening met de bubbels bij de voorbereiding van je stage

- Laat leiding voorbereiden met hun medeleiding en vermijd daarbij een mix van bubbels.
- Hanteer maatregelen zoals het gebruik van mondmaskers/handschoenen, belang van handhygiëne, opdelen van de taken tussen de bubbels om de afstand tussen bubbels te bewaren wanneer je met de hele ploeg aanwezig moet zijn voor voorbereidende taken.
- Laat deelnemers bagage afleveren in een tijdslot per bubbel om mixen te voorkomen, visualiseer ook door bv. stickers met kleurcode/symbolen om bij uitladen makkelijk rekening mee te houden.

3.1.2 Infrastructuur

- Werk maximaal samen met de eigenaar in de organisatie van de stage. Vraag plannen op van jullie gebouw/terrein/locatie via de eigenaar. Luister ook zeker eens of deze al heeft nagedacht over mogelijk opdeling in het gebouwen en op het terrein.
- Bij een gebouw bekijk je hoe je de bubbels praktisch kan gescheiden houden, hou hierbij rekening met:
 - Afzonderlijke slaapzalen, die ook afzonderlijk toegankelijk zijn.
 - In een ideaal scenario heeft elke bubbel eigen eet- en speelruimtes. Als dit niet lukt, kan je deze ruimte delen tussen bubbels als tussen het gebruik van de infrastructuur door de verschillende bubbels minimaal een reiniging van contactoppervlaktes (tafels, stoelen, klinken, handvaten..., die zaken die we veelvuldig aanraken) plaatsvindt of het volstaat ook om binnen de ruimte indien mogelijk een goede scheiding te maken, dit wil zeggen bv. tussen 2 bubbels die eten in dezelfde refter een gangpad van min. 2 meter en geen mix bij het buffet of het halen van eten, of bij binnen en buitenkomen.
 - Signalisatie is een handig hulpmiddel

- Sanitair is ook best gescheiden, je kan bv. duidelijk aanduiden welke toiletten door de verschillende bubbels gebruikt worden, idem met wastafels en douches. Ook hier kan men kiezen voor gebruik in shiften maar dit zal ook reiniging vragen tussen gebruik van 2 bubbels en is mogelijks niet haalbaar.
- Gezamenlijke douches (1 grote ruimte, geen gescheiden cabines) / wastafels met meerdere 'koppen' dienen steeds gereinigd te worden tussen bubbels wanneer deze niet op te delen zijn.
- Denk na over hoe je je gebouw en/of terrein zo efficiënt mogelijk kan gebruiken zodat de bubbels goed gescheiden van elkaar volop kunnen sporten
- Hou in je voorbereiding ook rekening met een noodweerplan, welke ruimtes kan je innemen per bubbel bij noodweer.
- Maak visueel, en indien noodzakelijk fysiek, heel duidelijk welke delen van het gebouw door welke bubbel worden gebruikt door bv een kleurcode of door bepaalde symbolen te hangen waarin deelnemers zichzelf herkennen (laat deze code bv. terugkomen in een armband). Je kan aan de slag met pijlen, symbolen, ... om looprichtingen/stromen in je gebouw te regelen indien dit er kan voor zorgen dat bubbels niet in contact komen met elkaar.
- Bij een tentenstage bekijk je ook hoe je de bubbels praktisch kan gescheiden houden, hou hierbij rekening met:
 - Afzonderlijke slaaptenten per bubbel.
 - Probeer de bubbels echt fysiek te scheiden van elkaar door een duidelijke opdeling van het terrein bv in zones.
 - Voorzie per bubbel gescheiden toilet(ten).
 - Douches kunnen gedeeld worden tussen bubbels indien ook hier minimaal de contactoppervlakken worden gereinigd.
 - Noodweerplannen worden vooraf goed uitgedacht. Vb. waar kan elke bubbel bij regenweer spelen?
 - Heb je extra tenten nodig om dit mogelijk te maken dan zal je hier mogelijks voor moeten aankloppen bij anderen
- Ook voor wie een stage heeft waarbij gebouw en tenten worden gecombineerd wordt het een oefening vooraf om de lokalen/tenten in te delen naargelang de bubbels. Hou daarbij rekening met alle bovenstaande adviezen.

3.1.3 Materiaal

- Maak de materiaalkisten voor vertrek.
- Maak duidelijk wat voor welke bubbel bestemd is met kleurcodes of symbolen zodat er ter plaatse ook geen verwarring kan ontstaan.

3.1.4 Vervoer van, naar en tijdens

- Plan je vervoer ook naargelang de bubbels.
- Maak je gebruik van het openbaar vervoer (De Lijn, MIVB, NMBS, TEC) kijk dan goed na welke maatregelen van toepassing zijn voor groepen tijdens de zomer.
- Wordt gekozen voor privaat vervoer auto's/bus bewaak dan het behoudt van de bubbels en hou rekening met hygiëne maatregelen t.a.v. de chauffeur(s). Maak goede afspraken vooraf.

3.2 Noodprocedures en permanentiesysteem

Vertrek vanuit dit stappenplan.

Belangrijk daarbij dat je een aantal zaken reeds voorbereidt:

- Duid bij voorkeur 1 persoon aan binnen elke bubbel die in geval van vermoeden van besmetting de taak op zich neemt om zich over de zieke te ontfermen en de nodige stappen te ondernemen. Zorg voor gepast beschermingsmateriaal voor deze persoon.

- Communiceer duidelijk naar de deelnemers wat je van hen verwacht. Maak afspraken over bijvoorbeeld een vervroegde stopzetting van de stage en eventuele maatregelen tijdens en na de stage of de activiteit.
- Bekijk welke huisarts(en) in de buurt je kan contacteren wanneer je vermoeden hebt van een besmetting. Neem de contactgegevens reeds op in je stappenplan. Neem al eens contact op met hen om te kijken wat kan tijdens de stage.
- Breid de EHBO uit met volgende zaken:
 - MUST HAVES: handschoenen, alcoholgel, koortsthermometer + ontsmettingsmiddel, mondklappers (hier wegwerp) steeds 1 voor de zieke en 1 voor de verzorger
 - AAN TE RADEN: face shields/veiligheidsbril (aan te raden bij +12) contactloze thermometer, afzonderlijke EHBO koffers per contactbubbel
- Voorzie een quarantainruimte.
 - Gebouw: bekijk vooraf hoe je het gebouw zal gebruiken, indelen en denk hierbij ook aan een quarantaine ruimte. Ga hierover in gesprek met je uitbater.
 - Terrein: bekijk vooraf hoe je je terrein gaat gebruiken, deel je tenten goed in en voorzie hierbij ook een quarantaine ruimte.
- Externe en interne communicatie, wanneer je een vermoedelijke besmetting op je stage hebt, ben je best ook voorbereid m.b.t. communicatie:
 - Hoe ga je op een integere manier om met vragen vanuit de groep?
 - Welke informatie vertrekt naar de gemeente waar je stage plaatsvindt?
 - Hoe communiceer je naar het thuisfront?
 - Hoe communiceer je naar de overkoepelende organisatie?
 - Informeer je leidingsploeg over het stappenplan.
 - Bespreek vooraf met de leidingsploeg hoe je omgaat met de vragen van andere wanneer een eventuele besmetting wordt vastgesteld. Bespreek hoe je hen hiervan op de hoogte brengt, bereid antwoorden voor of hun vragen...
 - Weet dat je altijd terecht kan bij de stagepermanentie van de organisatie bij vragen, twijfels...
 - Bewaak bij communicatie steeds de aandacht voor privacy en geef dit ook op voorhand mee aan ouders.

3.3 Communicatie

Het is belangrijk dat alle deelnemers aan de stage en ook alle betrokken actoren goed weten welke maatregelen van toepassing zijn op stages, wat dit inhoudt voor hen, , ...

Communicatie voor, maar ook tijdens en na zal dus heel belangrijk zijn hierin, indien nodig in verschillende talen.

Voor de uitbouw van de maatregelen werd er niet over 1 nacht ijs gegaan, er is intensief samengewerkt met virologen en medische experts, het is belangrijk dat we alle betrokken partijen daar goed over informeren zodat we duidelijk kunnen aantonen dat we dit doen op een onderbouwde manier.

Je bent alvast goed bezig om jezelf te informeren wanneer je dit protocol in handen hebt, verwacht niet van de hele begeleidingsploeg dat ze dit protocol in handen nemen. Zorg voor een duidelijke communicatie van deze regels via het KISS-principe (keep it simple but smart) om de verschillende partijen vooraf in te lichten over de maatregelen:

- Deelnemers
- Lesgevers
- Begeleiders

3.3.1 Naar de deelnemers

- Informeer zowel je leiding, deelnemers over de deelnamevoorwaarden (Risicogroepen en ziek zijn).
- Bezorg alle deelnemers en begeleiding de nodige informatie over risicogroepen en geef aan dat ze indien nodig bij de huisarts terecht kunnen om te kijken of er deelname mogelijk is.

- Het is de verantwoordelijkheid van de deelnemer om, als ze tot de risicogroepen behoren, dit zo aan te geven in de medische fiche en in te schatten of hun risico mits medicatie onder controle is, of hier een extra inschatting van de huisarts nodig is. Zie infra en de bijlage 'medische fiche' voor meer informatie over de medische fiche.
- Neem in de stagecommunicatie duidelijk op dat elke deelnemer mee verantwoordelijk is om geen zieke deelnemers mee te laten gaan op stage. Dit geldt uiteraard niet voor alle chronisch zieken, wie een chronische ziekte met medicatie onder controle heeft kan mee, bij twijfel raadpleegt deelnemer een arts. Zorg ook voor communicatie aan deelnemers zelf die niet mee kunnen.
- Informeer deelnemers over het stappenplan bij ziekte. Enerzijds is het belangrijk om dit ter informatie mee te geven. Anderzijds wil je ook hun rol hierin duidelijk maken.
- Benadruk in de communicatie aan deelnemers dat het belangrijk is om nieuwe besmettingen te melden aan de overheid. Zo kunnen de coronatracers hun werk doen: ook nadat de stage van start is gegaan en na thuiskomst (of bij deelname aan andere activiteiten).
- Deelnemers wordt geadviseerd geen spreiding van verschillende activiteiten te plannen in dezelfde week en binnen dezelfde bubbel te blijven voor de ganse stageperiode. Communiceer dit advies maximaal
- Deelnemers worden geadviseerd om zelf donsdek of slaapzak mee te brengen voor interne stages

3.3.2 Naar de lesgevers/begeleiders

- Communiceer de genomen maatregelen en duidt hun op de mogelijke impact op hun les/training/programma
- Geef aan in welke tijdslots ze hun lessen kunnen organiseren
- Eventuele restricties in functie van ruimte en materiaal
- Werkwijze algemene briefing en afstand ten overstaande van andere begeleiders uit een andere bubbel
- Nadruk op routine en discipline hygiënische maatregelen

Neem daarnaast ook de pictogrammen op in je communicatie om zaken duidelijk te maken.

Vanuit jullie organisatie en overheid zal er tal van ondersteuningsmateriaal voorzien worden ga hiermee aan de slag en/of vraag hulp via andere organisaties.

Maak goede afspraken met de eigenaar van het gebouw over de uitrol van de maatregelen ter plaatse. Ook voor de Vlaamse verblijven werd een protocol opgesteld

3.4 Hoe zit dat met hygiëne?

3.4.1 Persoonlijke hygiëne

Hygiëne en sport is niet altijd de beste combinatie. Maar dit jaar is het noodzakelijk. Hieronder verstaan we handhygiëne, hoesten in de elleboog, het eenmalige gebruik van zakdoeken en weggooiën ervan en het gebruik van mondmaskers en handschoenen. Deze maatregelen zorgen ervoor dat besmetting vermeden wordt, en zijn dus cruciaal.

- Bouw een vaste routine in waarbij handen gewassen worden voor en na iedere activiteit(enblok), voor en na elke maaltijd, inclusief tussendoortjes, bij het gebruik van materialen, bij externe activiteiten en bij thuiskomst, bij niezen/hoesten en na elk toiletbezoek.
- Het installeren van deze vaste routine zal voor velen wel wat extra moeite vragen, het kan hierbij helpen je leidingsploeg te informeren bv. Aan de hand van een filmpje of vooraf [mét richtlijnen over hoe je handen kunt wassen](#).
- Het kan helpen om een verantwoordelijke aan te duiden die extra aandacht vestigt op alle
- hygiënemaatregelen binnen één bubbel.
- Zorg zeker voor voldoende communicatie over alle maatregelen via de pictogrammen, gebruik het aangeboden [materiaal](#).
- Zorg voor communicatie naar deelnemers over de maatregelen en welk materiaal door jullie voorzien zal zijn, en waarvoor ze zelf moeten zorgen. Breng deelnemers ook op de hoogte van de

hygiënemaatregelen die worden getroffen en hoe zij zich daar eventueel ook kunnen op voorbereiden.

3.4.2 Infrastructuur, planning en materiaal wordt maximaal afgestemd op handhygiëne.

- Zorg eventueel voor extra plaatsen om de handen te wassen zodat dit zo vlot mogelijk verloopt.
- Voorzie voor het binnengaan van sanitaire ruimtes, bij de eetruimtes en in de buurt van activiteiten dat handen gewassen of gereinigd kunnen worden om besmetten van contactoppervlaktes te vermijden. Water en zeep is in principe voldoende. Voorzie dit zeker op de plekken waar je stromend water tot beschikking hebt. Je kan ook gebruik maken van stilstaand water (bv. in een kuipje) indien dit, na het gebruiken door de verschillende aanwezige deelnemers, ververs wordt tussen elke wasbeurt in. Laat dit dus niet staan om later opnieuw te gebruiken.
- Goed inzepen is het belangrijkste bij handen wassen, en afdrogen met wegwerpdoekjes of papier. Geen handdoeken dus.

3.4.3 Mondmaskers

- Voorzie een moment over hoe je correct een mondmasker kunt gebruiken voor zowel leidingsploeg als deelnemers.

3.4.4 Hoesten en zakdoeken

- Voorzie gesloten vuilnisbakken (lieft te openen zonder 'handcontact') voor de vuile zakdoeken. Spreek hiervoor eventueel goed af met de uitbater van een verblijf/terrein die hier mogelijks ook reeds op heeft ingezet. Voorzie zelf voldoende papieren zakdoeken of laat deelnemers dit zelf voorzien MAAR zorg er vooral voor dat deze steeds ter beschikking zijn per bubbel.

3.4.5 Voorzie extra hygiënisch materiaal

- Maak voor je stage of activiteit een overzicht van de materialen die nodig zullen zijn en door wie ze voorzien worden. Je vindt hiervan een voorbeeld in de bijlage '[benodigd \(hygiënisch\) materiaal](#)'. Bekijk vooraf goed welke materialen je zelf voorziet als organisatie, wat je aan ouders vraagt en luister ook eens bij de eigenaar van het gebouw wat deze al heeft voorzien.
 - Handgels en zeep
 - Papieren zakdoeken + afgesloten vuilnisbakken
 - Mondmaskers
 - Enerzijds heb je de persoonlijke maskers voor +12: stel voor dat de 12+'ers een pakketje van bv 5 mondmaskers hebben (reken uit i.f.v. activiteiten die je zal doen, verplaatsing...). Wijs hier bij voorkeur op herbruikbare maskers, die dus ook eventueel gereinigd kunnen worden tijdens de stages
 - Daarnaast kunnen we extra maskers voorzien (soort van reserve) bv ook voor EHBO, Deelnemers die geen maskers (meer) hebben. Vraag aan deelnemers wie eventueel maskers kan maken ook voor andere deelnemers.
 - Papieren handdoeken
 - Reinigingsproducten
 - Handschoenen

3.4.6 Extra hygiënische opleidingen

- De Vlaamse reddersfederatie heeft een specifieke coronabijscholing voorzien voor redders. Meer info vind je hier.

3.5 De infrastructuur

Niet alleen de persoonlijke hygiëne, ook die m.b.t. tenten en infrastructuur is van belang om besmetting te voorkomen, neem hierbij altijd de focus op contactoppervlakken.

- Zeker in het geval van gebruik van een gebouw al dan niet in combinatie met tenten is het heel belangrijk te overleggen wie instaat voor het poetsen tijdens en na de stage of de vakantie. Maak daarbij goede afspraken over frequentie, aandachtspunten, ... en doe dit zeker ook met de eigenaar van het gebouw. Dit kan een impact hebben op je programma en dus ook op aankomst en vertrek.

- Zorg voor afspraken met uitbaters, poetspersoneel en begeleiding over ventilatie van ruimtes en het verdelen van sanitaire ruimtes per bubbel ([poetsen infrastructuur](#)).
- Zorg voor voldoende communicatie over alle maatregelen via de pictogrammen, maak gebruik van het [bestaande materiaal](#) en hang dit zichtbaar op.
- Voorzie de nodige middelen om te kunnen reinigen. Hou hierbij rekening met wegwerp en/of mogelijkheid om de materialen etc. na gebruik te wassen en/of koken i.f.v. reiniging.

3.6 Het materiaal

Naast de hygiënische persoonlijke en infrastructurele maatregelen, gaan we in op die voor materiaal. Als je materiaal doorgeeft, houdt dit een risico op besmetting in. Zorg dan ook voor aandacht voor het reinigen van al het materiaal waarvan jullie gebruik maken op basis van '[poetsen materialen](#)'

- Voorzie met je organisatie - indien mogelijk - dat materiaal niet tussen bubbels moet worden uitgewisseld. Dit geldt voor sportmateriaal, materiaalkoffers, kayaks, klimgerief enz. Waar je alles binnen één bubbel kunt houden, mag materiaal door verschillende deelnemers gebruikt worden.
- Als materiaal door verschillende bubbels gebruikt wordt, dan heb je twee opties:
 - Je reinigt de contactoppervlakken na gebruik na elke sessie .
 - Na gebruik laat je het materiaal drie volledige dagen staan voor de volgende bubbel er mee aan de slag gaan. Ook deze methode volstaat.
- Maak visueel duidelijk welk materiaal voor welke bubbel is. Doe dit door kleuren of symbolen aan te brengen en hou hier ook rekening mee bij het laden van bv. de camion zodat zaken op een correcte manier in- en uitgeladen kunnen worden. Ofwel door de eigen bubbel, maar dit kan evengoed door anderen mits rekening wordt gehouden met voorschriften zoals handschoenen, mondkap, ...
- Tenten en/of andere ontleend materiaal ophalen:
 - Doe dit vanuit de bubbels. Dat wil niet zeggen dat iemand van de ene bubbel om zijn materiaal en iemand van de andere bubbel om hun materiaal gaat. Wel dat je geen begeleiding uit bubbels mixt om samen op pad te gaan. Dus je mag met mensen uit bubbel 1 tenten halen voor bubbel 1 en bubbel 2 maar dan dien je deze tenten wel te reinigen of minstens 3 dagen uit omloop te houden voor bubbel 2 deze mag opzetten.
 - Hou rekening met voorschriften zoals gebruik van handschoenen, mondkap, social distancing t.a.v. de aanbieder.

3.7 Welke activiteiten mag je doen

3.7.1 Openluchtactiviteiten

- Activiteiten worden zoveel mogelijk in de buitenlucht georganiseerd.
 - Zwemmen in open lucht kan, maar zorg bij gebruik van omkleedruimtes en onderweg voor het bewaken van de geldende regels.
 - Bespreek met de eigenaar van je terrein of uitbater of er extra speelweides of bos gebruikt kan worden om maximaal gebruik te maken van de ruimte.
 - Bespreek met je uitbater of er extra overdekte buitenruimte gecreëerd kan worden door tenten (indien mogelijk openstaand) of shelters, ook bij regenweer, in te zetten.
 - Pas je programma van activiteiten in de mate van het mogelijke aan om zoveel mogelijk in de openlucht te doen en informeer ouders en deelnemers hiervan zodat ze zich hierop kunnen voorbereiden.
- De maximale capaciteit van terrein, infrastructuur en locatie wordt ingezet.
 - Stem vooraf af met je uitbater wat de mogelijkheden zijn om je bubbels onder te brengen in de infrastructuur. Hoe sanitaire ruimtes, buitenruimte enz. verdeeld kunnen worden én hoe deze visueel duidelijk gemerkt kunnen worden (zie ook hierboven).

3.7.2 Indooractiviteiten

Aanbevelingen:

- Bescherm deelnemers tegen de zon
- Voorzie een maximale spreiding van de deelnemers in de sportaccommodatie

- Gebruik maximaal de beschikbare ruimte voor je activiteit
- Voorzie dat je regelmatig een pauze neemt en verplaats de bubbel naar buiten of naar een ruimte die zeer goed verlucht is.
- Tracht je sanitaire voorzieningen te organiseren per bubbel. Indien dit niet mogelijk is, maak hierover duidelijke afspraken.
- Tracht je omkleedruimtes te organiseren per bubbel. Indien dit niet mogelijk is, maak hierover duidelijke afspraken.
- Werken met variabele tijdslots en goede signalisatie kan de druk op bepaalde gemeenschappelijke punten ontlasten vb inkomhal, gangen, ...
- Werk steeds met outdoor afspreekplaatsen
- Voorzie een basis EHBO set per bubbel
- Gebruik hetzelfde lesmateriaal, indien niet mogelijk is zorg je voor een tussenreiniging/ontsmetting vooraleer de andere bubbel dit materiaal gebruikt.
- Voorzie of laat deelnemers elk hun eigen drinkbus/drank meebrengen
- Externe deelnemers komen in gepaste sportkledij naar de activiteit, geen kleedruimte
- Voorzie regelmatig een handen-was-sessie met de bubbel

3.8 Uitstappen

- Activiteiten worden zo veel mogelijk op de eigen locatie gehouden.
 - Zoek vooraf, met je leidingsploeg, naar alternatieven voor activiteiten die niet op de locatie zelf kunnen doorgaan (zoals gaan zwemmen, ...) binnen de beleving van je activiteit.
- Als je uitstappen onderneemt houdt de hele bubbel zich aan de geldende samenlevingsregels m.b.t. mondkmaskers, afstand, hygiënemaatregelen.
 - Dit geldt in elke situatie waarin je in contact kunt komen met mensen die niet in je bubbel zitten en waarbij afstand houden niet gegarandeerd kan worden (dus ook bij wandelingen of natuuruitstappen in drukkere gebieden). Ga na welke maatregelen van toepassing zijn bij een uitstap naar een bepaalde locatie.
 - Zorg ervoor dat de deelnemers weten dat ze bepaalde voorzorgsmaatregelen zullen moeten nemen bij het verlaten van het stageterrein en bepaal wat ze daarvoor nodig hebben en wie dit voorziet.
 - Overleg ook vooraf met externe partners (aanbieders van activiteiten maar ook bv. vervoersmaatschappijen) hoe aan alle maatregelen voldaan kan worden.
 - Overleg vooraf met de maatschappij waarmee je je verplaatsing voor, tijdens en na de stage
 - Neem in communicatie met ouders en begeleiding informatie op over hoe de eigen wagen indien nodig gereinigd moet worden, welke hygiënemaatregelen nodig zullen zijn (mondmasker bij +12, handhygiëne,...) en wanneer dit verwacht wordt (bv. kookouder vervoert naar ziekenhuis na val).

3.9 Externen

- Activiteiten, vormingen, workshops georganiseerd door en voor personen buiten de bubbel worden vermeden.
- Zorg voor een alternatief voor toon-, bezoek-, contactmomenten met mensen die geen deel uitmaken van de bubbel. Zet hiervoor de creativiteit van je leidingsploeg en deelnemers zelf in.
- Activiteiten, vormingen, workshops georganiseerd door personen buiten de contactbubbel worden vermeden. Tenzij dit kan binnen de maatregelen die op dat moment gelden voor de samenleving. Digitaal aanbod kan hier een oplossing zijn. Of onder voorwaarden m.b.t. mondkmaskers, social distancing t.a.v. externen,...
- Indien contact met externen noodzakelijk is i.f.v. een activiteit zoals bv. huur mountainbikes, begeleiding touwenparcours, en de afstand niet gegarandeerd kan worden, worden de veiligheids- en hygiënevoorschriften zoals voor individuen in de samenleving gevolgd.
- Neem in de communicatie voor ouders vooraf op op welke manier mondkmaskers geregeld worden (benodigd (hygiënisch) materiaal).

- Neem in de communicatie voor ouders vooraf ook op dat de postbedeling mogelijk door maatregelen bij leveringen en contacten met externen beperkter kan zijn dan normaal. Maak over leveringen ook duidelijke afspraken met je uitbater.

3.10 Rust

De verspreiding van dit virus heeft meer kans bij mensen die heel vermoeid zijn. Het is dan ook belangrijk bij de organisatie van je stage of activiteit rekening te houden met de vermoeidheid van je deelnemers én leidingsploeg.

- Voor activiteiten met overnachting wordt een evenwichtig programma met voldoende nachtrust voorzien om de kans op ziekte omwille van uitputting te vermijden.
- Plan op voorhand voldoende rustmomenten (ook overdag) in en voorzie elke nacht voldoende slaap (afgestemd op leeftijd enz.) zodat de deelnemers én begeleiding niet oververmoeid raken.
- Zorg voor voldoende communicatie hierover naar je leidingsploeg en benadruk ook het belang van hun eigen nachtrust.

4 Tijdens de zomerstage

Investeer in de eerste dagen van je stage in het wegwijs maken in de sportstageregels. Doe een rondleiding in de gebouwen, terreinen en toon wat er waar verwacht wordt. Onderstreep het belang van hygiëne en vertel hen waarom dat belangrijk is. Informeer hen, praat met hen.. Maak het speels, experimenteel, avontuurlijk, creatief,... Richt de aandacht naar de bubbel zelf, want in de bubbel mag je samen sporten, spelen, eten, slapen en hoeft je geen afstand te houden.

4.1 Wie mag deelnemen

4.1.1 Risicogroepen en ziek zijn

- De symptomen die kunnen wijzen op corona zijn koorts, hoesten, moeilijk ademen, keelpijn, verstopte neus, diarree. Maak deze [symptomen](#) visueel zichtbaar voor de begeleiding om op terug te vallen bij twijfel.
- Zorg dat [het stappenplan 'wat doen bij zieke deelnemer'](#) duidelijk zichtbaar is ter plaatse voor de leidingsploeg. Hang het op bij de EHBO, in een leidingslokaal/tent...
- Bij vermoeden van besmetting of opmerken van een of meerdere van de symptomen, start je onmiddellijk het stappenplan op zoals vooraf besproken.
- Zieke deelnemers horen niet thuis op de stage, ongeacht of het corona betreft of niet. De deelnamevoorwaarden blijven dus ook van toepassing tijdens de stage.
- Maak een onderscheid tussen een gewone EHBO-tussenkoms bij kwetsuur, ongeval, medicatie en de te ondernemen stappen bij vermoedelijke besmetting. Voorzie daarom in elke bubbel iemand die basis EHBO-handelingen (en indien van toepassing dagelijkse verzorging en ondersteuning) kan toepassen zoals schaafwonde, brandwonde, snijwonde... zodat hiervoor geen bubbels dienen te worden doorbroken. Zorg voor de nodige hygiënemaatregelen (beschermingsmateriaal: handschoenen, mondk masker of faceshield zeker bij +12) en reinig het materiaal na elk gebruik.
- Indien je uitbater of terreinverantwoordelijke zelf behoort tot de risicogroepen, beperk je de contacten tot het minimum en neem je de geldende veiligheidsmaatregelen in acht (mondk masker, hygiëne, afstand houden).

4.1.2 Aanwezigheidsregisters, medische fiches en tracing

- Goed bijhouden van aanwezigheidsregisters en contactenlogboek per bubbel en over volledige stage heen. Elk contact wordt in kaart gebracht. (zie het puntje contact-tracing bij vooraf.)
- Spreek als groepsleiding/stageverantwoordelijke de verantwoordelijke per bubbel hier bv. dagelijks op aan: hebben jullie contact gehad met externe mensen, met wie, wat was de situatie, staat het in het logboek, ...

4.2 Hoe organiseer je stage op locatie?

4.2.1 Contactbubbels

Het is cruciaal dat de bubbels tijdens de stage niet met elkaar in contact komen.

- Maak goede afspraken met de deelnemers van de stage, informeer hen goed over de manier waarop je bubbels hebt ingedeeld en in stand wil houden m.b.t. infrastructuur, materiaal, contact met andere bubbels
- Zorg voor vaste begeleiding per bubbel. Is overleg nodig? Neem dan voorzorgsmaatregelen door afstand te bewaren en eventueel maskers te gebruiken of zorg voor 1 afgevaardigde per bubbel die overlegt mits voorzorgsmaatregelen. Zorg ook dat er geen af- en aanloop is van begeleiders. Noteer dit in het logboek.
- Organiseer geen activiteiten met fysiek contact tussen bubbels zoals massaspelen, talentenjacht, ... misschien kan je hier wel creatief mee omgaan: een spel over de bubbels heen maar zonder dat contact tussen de bubbels nodig is.
- Speel ook geen spelen waarbij materiaal (al dan niet al spelend) van de ene naar de andere bubbel of samen wordt gebruikt. Dit kan ook niet als de bubbels gescheiden staan: wedstrijdje tussen twee bubbels ...

- Vermijd de aanwezigheid van externen tijdens de stage. Organiseer geen bezoekdagen of bijvoorbeeld bezoekjes van oud-leiding.
- Contact met externen (buiten de contactbubbel) wordt vermeden. Indien toch nodig (bv. levering van voedsel, arts op terrein voor wonde/ziekenhuisbezoek,...) hou dan rekening met voorzorgsmaatregelen, hanteer mondmasker en hou 1,5 meter afstand, bouw extra handhygiëne moment in.
- Spreek goed af hoe de deelnemers die vooral instaan voor omkadering: materiaal/eten... zich verhouden in of t.a.v. de bubbels en welke maatregelen gevolgd worden op welke momenten.
- Voor sportstages met overnachting, vraag aan sportbegeleiders om ook 's avonds na de dagwerking in de bubbel te blijven. Als je als begeleider niet kan blijven overnachten beperk dan je contacten

4.2.2 Infrastructuur

- Visualiseer je plan omtrent gebruik van ruimtes/toiletten/sanitair/overnachtingsaccommodatie... door kleuren of symbolen op te hangen. Maak het voor de deelnemers heel eenvoudig om te weten waar ze wel en niet mogen komen en wat de afspraken zijn wanneer ruimtes worden gedeeld.
- Worden ruimtes/sanitair gedeeld tijdens het verblijf zorg dan zeker ook voor een goed hygiëneplan en stel hier verantwoordelijken voor aan (zie het punt rond hygiëne infrastructuur).

4.2.3 Materiaal

- Ook voor materiaal is het belangrijk dat het duidelijk visueel zichtbaar is welk materiaal aan welke bubbel toebehoort. Label je materiaal, steek het steeds in eenzelfde bak, berg het op dezelfde plaats op, ...
- Reinig het materiaal (focus op contactoppervlakken) steeds als dit door meerdere bubbels wordt gebruikt.
- Elke deelnemers gebruikt zijn eigen drinkbus en handdoek
- Elke deelnemer gebruikt bij voorkeur zoveel mogelijk eigen of toegewezen sportmateriaal : fiets, bal, racket, bat , hesje, ...

4.2.4 Verplaatsingen

- Bij verplaatsen van, naar en tijdens de stage worden de regels m.b.t. veiligheid t.a.v. externen gerespecteerd. Dit zowel voor gebruik van private bussen als bij gebruik van openbaar vervoer. Respecteer de bubbels door bv. verschillende bussen in te schakelen of door op een verschillend tijdstip de trein/bus te nemen. Bescherm de chauffeur via social distancing en gebruik van mondmaskers bij +12.

4.3 Noodprocedures en permanentiesysteem

- Start in geval van vermoeden van besmetting [de noodprocedure](#) op. Je staat hierin niet alleen, de stagepermanentie vanuit jullie organisatie staat klaar om jullie hierbij te ondersteunen.
- Zoals aangegeven bij ‘voor’ doe je er goed aan om ter plaatse op zoek te gaan naar één of meerdere huisartsen die jullie kunnen bijstaan bij twijfel, vragen etc. Spreek af dat je met hen contact opneemt wanneer jullie met twijfels en/of vragen zitten en durf ook gerust contact opnemen.
- Bekijk ook welke communicatie naar de andere leden, leiding nodig is. Neem de nodige tijd om dit in de groep te bespreken om te informeren, te luisteren, ...
- Hou steeds welbevinden van alle leiding en leden hier mee in het oog – zorg ervoor dat iedereen de ruimte heeft om hierover te praten, ventileren indien nodig.
- Belangrijk onderdeel van je stappenplan is de externe communicatie wanneer je een vermoeden van besmetting hebt en/of een deelnemer naar huis stuurt van een stage. Rol deze ook uit, eventueel samen met je koepel en in overeenstemming met de stagepermanentie.
- Indien er een besmetting was tijdens de stage raad je de deelnemers van de stage aan om na de stage gedurende minimum 1 week geen bezoek te brengen aan mensen uit de risicogroep.

4.4 Communicatie

Maak gebruik van [de pictogrammen](#) tijdens je stage om zaken duidelijk te maken voor alle deelnemers.

Visualiseer het bubbelgegeven m.b.t. infrastructuur en materiaal door gebruik van kleuren, symbolen (zie oo bubbels/infrastructuur).

4.4.1 Naar de deelnemers

- Duidelijke briefing van de “spelregels” en “afspraken” in het begin van het sportstage.
- Visuele hulp bij samenstellen bubbel, werken met kleuren
- Looplijnen effectief doorlopen

4.4.2 Naar lesgevers/ begeleiders

- Dagelijkse briefing
- Aandacht voor de logboeken

4.5 Hoe zit het met hygiëne op je stage?

4.5.1 Persoonlijke hygiëne

- Handen wassen
 - Herhaal tijdens je dagprogramma regelmatig de vaste routine van de handhygiëne, installeer een gewoonte.
 - Benadruk binnen de begeleiding dat dit ook geldt voor hen, ook tijdens avondmomenten,.
 - Gebruik de communicatie van [Handige Hans](#) om aan deelnemers duidelijk te maken hoe en wanneer ze handen wassen.
- Infrastructuur, planning en materiaal wordt maximaal afgestemd op handhygiëne.
 - Voorzie indien mogelijk afzonderlijke wasplaatsen voor verschillende bubbels.
 - Zijn verschillende wastafels/teiltjes niet mogelijk per bubbel? Voorzie dan in afstemming met je activiteitenprogramma, geschrinkt gebruik van infrastructuur en materiaal.
 - Meer over het reinigen van de infrastructuur vind je onder 4.3.2.
- Hygiëne bij intens contact
 - Vermijd waar mogelijk het aanraken van het gezicht van anderen, zeker bij +12-jarigen.

- In functie van wondverzorging is het belangrijk voorzorgsmaatregelen te nemen m.b.t. handhygiëne zowel bij patiënt als verzorger en bij +12 ook mondkapje te gebruiken (beide partijen).
- Uiteraard kan aanraken indien nodig in noodsituaties.
- Hoesten en zakdoekengebruik
 - Leer deelnemers (indien nog nodig) hoe ze correct kunnen hoesten/niezen in de elleboog of eventueel door gebruik van een papieren zakdoek die meteen wordt weggegooid.
- Hygiëne bij maaltijden
 - Over het algemeen wordt het virus niet overgedragen via voedsel maar, handhygiëne blijft cruciaal om de risico's te beperken.
 - Als de kookploeg voor verschillende bubbels eten maakt, focus dan zeker op handhygiëne, en gebruik handschoenen en mondkapjes bij intensief kookwerk en bij het aanraken van de potten/pannen/ schotels die naar een andere bubbel moeten worden gebracht.

4.5.2 De infrastructuur

- Reinig contactoppervlakken regelmatig volgens de voorschriften.
 - Maak afspraken over het poetsen van alle infrastructuur, lokalen, zalen, eetruimtes, tenten, overnachtingsaccommodatie... Focus op contactoppervlakken, sanitaire blokken en materiaal (zie hieronder). Maak hiervoor gebruik van [‘poetsen infrastructuur’](#).
 - Laat veelgebruikte deuren in de infrastructuur open staan om te vermijden dat deze voortdurend aangeraakt worden. Hou hierbij rekening met brandveiligheid (branddeuren mogen niet openstaan) doe het in overleg met de eigenaar van het verblijf.
 - Richt de gebruikte infrastructuur in op een manier dat je vlot kan poetsen. Denk bijvoorbeeld na over waar je de bagage plaatst.
- Maak duidelijke afspraken over het gebruik van de lift indien deze beschikbaar is (alleen wanneer noodzakelijk) en vergeet het poetsen van de contactoppervlakken hierin niet op te nemen in de afspraken. Verlucht regelmatig de gebruikte lokalen, tenten, overnachtingsaccommodatie ... volgens de instructies.

4.5.3 Het materiaal

- Maak een checklist voor het reinigen van materialen aan de hand van de richtlijnen [‘poetsen materialen’](#).
- Materiaal blijft zoveel mogelijk binnen de bubbel, indien materiaal toch van de ene naar de andere bubbel gaat, worden contactoppervlakken gereinigd of drie volledige dagen buiten omloop gelaten en niet aangeraakt.
- Deelnemers mogen nog steeds samen afwassen in een kuip met warm/heet water en afwasmiddel. (geen excuses dus;-) Indien mogelijk droogt alles in de buitenlucht, indien onmogelijk met een persoonlijke keukenhanddoek voor deelnemers. Belangrijk is dat eetgerief niet wisselt tussen bubbels.
- Voorzie dat keukenhanddoeken voor kookploeg dagelijks gewassen of vervangen worden.
- Als deelnemers behoefte hebben aan extra kledij of slaapzakken, kunnen deze voorzien worden als ze voor en na gebruik gewassen zijn/worden. Voor hergebruik zeker op de maximale temperatuur wassen.

- Spelen met water kan en houdt geen extra risico's in, uiteraard in afstemming met eventuele waterschaarste: het jeugdwerk werkt duurzaam.
- Respecteer de voorschriften bij materiaal van externen en reinig dit materiaal voor gebruik. Bij gebruik van materiaal aangeboden/geleverd door externen moet men erop toezien dat deze worden aangeboden en/of geleverd binnen de hygiënische maatregelen en indien mogelijk gereinigd worden. Uitsluitende de begeleiding haalt deze op. Bv paintball, Kajak...

4.6 Welke activiteiten mag je doen tijdens de stage?

4.6.1 sportactiviteiten en avondanimatie

- Zet maximaal in op het gebruik van de overdekte en niet-overdekte buitenruimte, maak gebruik van je creativiteit om oplossingen te vinden.
- Bewaak een maximale spreiding van de deelnemers in de sportaccommodatie
- Maak steeds de bedenking of indooraccommodatie nodig is, sommige indoor sporten kunnen ook perfect outdoor. Outdooractiviteiten hebben de voorkeur.
- Maak goede afspraken met deelnemers: ifv schoeisel, kledij, materiaal, zodat onnodige circulatie doorheen de infrastructuur vermeden wordt
- Voorzie indien nodig tijd om groepen/bubbels te laten wisselen en evtu vaste materiaal te ontsmetten (vb gymnastiekmateriaal, volleybalpalen, ...)
- Tracht frequente intense fysieke contacten te vermijden. Zorg voor afwisseling in de oefeningen ...
- Zorg bij indooraccommodatie voor een fysiek scheiding indien 2 bubbels in een zelfde indoor sportaccommodatie sporten (vb scheidingswand, scheidingsnetten, ...). Werk met variabele tijdslots om de druk op bepaalde accommodaties te ontlasten. Zorg voor een verluchting van de zaal na het sporten en bewaak dat deelnemers niet blijven hangen in de indooraccommodatie. Ontruim de indooraccommodatie onmiddellijk na de activiteit.
- Bewaak ook een fysieke scheiding van de bubbels tijdens avondactiviteiten. Pas je programmatie hier op aan.
- Bespreek steeds goed met de leidingsploeg uit andere bubbels welke ruimtes/locaties jullie wanneer gaan gebruiken om contact te vermijden.

4.6.2 Uitstappen

- Als je uitstappen onderneemt (naar het bos, park, stadsplein, provinciaal domein, pretpark, dierentuin, zwembad...,) houdt je hele bubbel zich aan de geldende samenlevingsregels m.b.t. mondkmaskers, afstand, hygiënemaatregelen.
 - Dit geldt in elke situatie waarin je zelf toevallig in contact kunt komen met mensen die niet in je bubbel zitten en waarbij afstand houden niet gegarandeerd kan worden (dus ook bij wandelingen of natuuruitstappen in drukke gebieden). Wees steeds voorzien op een mondkmasker bij dergelijke uitstappen en/of hou voldoende afstand. Hou steeds rekening met de van kracht zijnde maatregelen.
 - Gaat het echt over uitstappen waar externen sowieso deel van uitmaken: een museum, pretpark, ... dan volg je de maatregelen zoals deze voor elke individuele bezoeker zijn opgelegd.

4.6.3 Externen

- Als tijdens je activiteit externe personen voor leveringen (bv. van eten of materiaal) op locatie komen, worden alle maatregelen gevolgd die in de samenleving gelden (mondmaskers, hygiëne, enz.).

- Als je uitbater of verantwoordelijke van je locatie tot de risicogroepen behoort, beperk je je contacten met deze persoon in de mate van het mogelijke en volg je de geldende maatregelen.
- Indien het noodzakelijk is om zelf naar de winkel te gaan tijdens je activiteit, kies je er bij voorkeur voor dit door dezelfde personen te laten doen en worden alle geldende maatregelen gevolgd. Waar mogelijk wordt gebruik gemaakt van leveringen.
- Als externe personen, ook als deze van je eigen organisatie zijn, op de locatie komen, i.k.v. een coaching, vorming, workshop, enz. worden alle geldende maatregelen gevolgd.

4.6.4 Rust

- Merk je tijdens je stage of activiteit dat leden of leidingsploeg zeer vermoeid raakt, las dan regelmatig extra rustmomenten in.
- Wijs iedereen op zijn/haar verantwoordelijkheid hieromtrent. Geef het virus geen kans.

5 Na de stage

Het sportstage zit er (bijna) op. Hou rekening met een aantal laatste aanbevelingen om een veilige terugkeer en thuiskomst te garanderen voor de deelnemers en dichte omgeving.

5.1 Nazorg t.a.v. (zieke) deelnemers

5.1.1 Zieke deelnemer(s) tijdens de stage

- Indien iemand ziek werd op jullie stage en dit bleek corona te zijn, dan word je waarschijnlijk door de overheid gecontacteerd vanuit het tracing centrum en zal gevraagd worden om aan te geven wie met de zieke in contact kwam. Werk steeds goed mee aan deze coronatracing en hou jullie gegevens goed bij, meer hierover in het puntje over persoons- en coronatracing.
- Was er een persoon met corona aanwezig op stage. Dan kan je hierover best ook informeren aan de ouders. Duid daarbij op de genomen stappen en wat de mogelijke volgende stappen kunnen zijn (zat deelnemer in de bubbel, kan contact vanuit tracingcentrum volgen, ...). Hou hierbij steeds rekening met de privacy van de persoon/personen in kwestie.

5.1.2 Aanwezigheidsregisters, medische fiches en tracing

- Bewaar het contactenlogboek tot minstens 1 maand na de activiteit. Als een deelnemer na de stage corona heeft, kan jouw organisatie gecontacteerd worden om je logboek te delen.

5.2 Organiseer ook de terugkeer en (eventuele) nazorg

5.2.1 Contactbubbels

- Maak goede afspraken met ouders omtrent het afhalen van deelnemers:
 - Spreiding van terugkeer in tijd bv. verschillende bussen per bubbel komen aan met 30 min verschil zodat de bubbels gesplitst blijven
 - Als spreiding in tijd niet mogelijk is, zorg dan voor spreiding bij aankomst. Bv. bubbel 1 verlaat als eerste perron, vervolgens verlaat bubbel 2 perron. Bij private bus laat je de bussen aankomen op een grote openbare plaats waar de spreiding mogelijk is
 - Vraag externen die deelnemers komen ophalen om ook t.a.v. elkaar voldoende rekening te houden met maatregelen m.b.t. social distance. Vraag hen ook begrip en tijd om dit mogelijk te maken want het zal anders verlopen dan normaal: rustiger en meer tijd in beslag nemen.
 - Adviseer deelnemers om geen spreiding van verschillend jeugd aanbod te plannen in dezelfde week. Noodprocedures en permanentiesysteem

- Als een deelnemer tijdens of na de stage besmet blijkt met corona zal het belangrijk zijn dat je het contactlogboek (zie het punt over tracing) kan voorleggen op vraag van de corona speurders, hou de gegevens dus heel goed bij.
- Indien er een besmetting was tijdens de stage raad je de deelnemers van de stage aan om na de stage gedurende minimum 1 week geen bezoek te brengen aan mensen uit de risicogroep.
- Indien dit niet het geval was, zijn er geen bijkomende maatregelen nodig. Communiceer dit aan ouders en andere opvoedingssituaties.

5.2.2 Communicatie

- Naar de ouders: Herinnering naar ouders in geval van symptomen wie te contacteren

5.3 Hoe zit dat met hygiëne op het einde van en na de stage?

5.3.1 Persoonlijke hygiëne

- Zorg na de stage of activiteit voor communicatie naar ouders. Gewoonlijke wasbeurten zijn voldoende. Materiaal wassen met water en zeep volstaat.

5.3.2 De infrastructuur

- Spreek met de uitbater van je verblijf of je begeleiding af op welke manier gepoetst zal worden bij afloop van je activiteit op basis de richtlijnen 'poetsen infrastructuur'. Doe dit indien mogelijk wanneer de kinderen/jongeren buiten of vertrokken zijn.

5.3.3 Het materiaal

Materiaal blijft zoveel mogelijk binnen de bubbel, indien materiaal toch van de ene naar de andere bubbel gaat, of als de bubbel afgesloten wordt bij het einde van de stage, worden contactoppervlakken gereinigd.

- Als materiaal (dus ook bv. tenten) na afloop van de activiteit naar een andere bubbel gaan, moeten deze 3 dagen buiten omloop zijn of gereinigd worden.
- Tenten en/of andere ontleend materiaal terugbrengen: Doe dit vanuit de bubbels. Dat wil niet zeggen dat iemand van de ene bubbel zijn materiaal terugbrengt en iemand van de andere bubbel hetzelfde doet. Het betekent wél dat je geen begeleiding uit bubbels mixt om de tenten terug te brengen en dat je ervoor zorgt dat tenten en/of materiaal ofwel gereinigd werden ofwel 3 dagen uit omloop waren.
- Hou rekening met voorschriften zoals gebruik van handschoenen, mondmaskers, social distancing t.a.v. degene bij wie je dit terugbrengt.

5.3.4 Voldoende rust inbouwen

- Communiceer dit ook goed naar ouders zodat hier na de stage ook rekening mee wordt gehouden

5.4 Administratie

Medische fiches (met eventueel de toestemming tot deelname door ouders en/of huisarts) worden centraal bijgehouden op een locatie waar ze snel kan geraadpleegd worden. Medische fiches worden vooraf opgevraagd en doorgestuurd. (niet ter plekke)

Contactlogboeken die de contacten tussen deelnemers met externen weergeeft. In normale omstandigheden hou je waarschijnlijk geen contactlogboek bij. Dit is dus extra.

Binnen elke contactbubbel (uitleg bubbel, zie verderop) wordt verantwoordelijke aangeduid om het contactlogboek bij te houden. (stageleider)

Een goed contactlogboek ziet er als volgt uit:

- Een overzicht van de leden per bubbel.
- Een overzicht van contacten met personen van buiten de bubbel en welke voorzorgsmaatregelen hierbij genomen worden. bv. wegloper uit bepaalde bubbel, begeleider die moet invallen voor een zieke begeleider, contact met externen i.f.v. activiteiten, leveringen...
- Als je met meerdere bubbels op dezelfde stage zit, zorg dan voor een duidelijk overzicht van de maatregelen die je nam om het contact tussen de bubbels te mijden. Het geeft aan hoe elke bubbel zich verhoudt t.a.v. de andere bubbels. Bv.: er wordt op verschillende plekken gegeten of in verschillende shiften in dezelfde ruimte (mits reiniging),
- de begeleiders uit diverse bubbels die 's avonds verslag uitbrengen bij elkaar waarborgen de regels rond social distancing, ...
- de begeleiders brengen eventuele calamiteiten in kaart inzake het doorbreken van de bubbels en stuurt bij waar nodig

6 Internationale sportstages

Sportstages die in het buitenland zouden plaatsvinden kunnen nog steeds de principes van dit protocol toepassen maar moeten rekening houden met de coronaregels die van toepassing zijn in dat land en de locatie waar men verblijft.

Eveneens moet men toestemming hebben om het land te verlaten en in het gastland te verblijven.

Sportstages voor topsporters vallen buiten de scope van dit protocol en vallen onder de bestaande specifieke topsportmaatregelen.