

Roeivereniging Rijnmond

Coronaprotocol

Inleiding

Tot 9 mei was RV Rijnmond gesloten om verspreiding van het coronavirus tegen te gaan. Onze premier Mark Rutte heeft in de persconferentie op 7 mei 2020 Nederlanders een weg terug uit de huidige intelligente lock down te geven. Dit document geeft een visie op hoe de eerste stap terug naar normaal voor Roeivereniging Rijnmond kan gaan.

Wat staat de rijksoverheid nu al toe?

Op de website <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19> is hierover meer informatie te vinden.

Adviezen van de rijksoverheid

Ik wil gaan zwemmen, surfen of varen met mijn bootje. Op welke manier kan dat veilig?

Vanaf 29 april 2020 mag de jeugd tot en met 18 jaar weer samen trainen in de buitenlucht. Daarbij moeten de hygiëne maatregelen van het RIVM worden gevolgd. RV Rijnmond heeft geen jeugdroeiers onder de 12 jaar, deze groep blijft dus buiten beschouwing.

Voor de jeugd in de leeftijd 13 tot en met 18 jaar geldt dat zij zich tijdens het sporten minimaal 1,5 meter afstand moeten houden. Ga alleen naar buiten als dat nodig is en ga zo veel mogelijk alleen op pad. Zoek geen risico's op waardoor je bent aangewezen op een reddingsactie of op medische hulp. Alleen dan is recreatievaart en sporten in het water verantwoord.

Voor volwassenen zijn sporttrainingen weer mogelijk vanaf 11 mei 2020. Er vinden geen wedstrijden of sportevenementen plaats.

Kan ik op sportaccommodaties terecht om te sporten?

Het is voor niemand toegestaan om trainingen op de sportaccommodatie te hervatten. De trainingsruimte met o.a. de ergometers blijven gesloten en mogen niet gebruikt worden. En ook de kleedkamers en kantines bij buitensport accommodaties blijven dicht.

Wordt het virus doorgegeven als je van dezelfde sportmiddelen (rek, bank, boot, etc.) gebruikmaakt?

Een virus heeft een mens of dier nodig om 'in leven te blijven' en zich te kunnen delen. Buiten het lichaam kan het virus maar kort overleven. Hoe lang het virus op sportmiddelen overleeft, is afhankelijk van het soort oppervlak, de temperatuur en de luchtvochtigheid. Zo overleeft het virus in het algemeen beter op harde/gladde materialen zoals plastic, metaal en glas, en minder goed op poreuze oppervlakken zoals papier en karton. De kans dat u besmet raakt door het aanraken van een product of oppervlak is heel klein, maar niet helemaal uitgesloten. Wel neemt het aantal virusdeeltjes heel snel (exponentieel) af buiten het lichaam. In het algemeen raden we aan om regelmatig uw handen te wassen met zeep. Een oppervlak dat mogelijk besmet is, kun je eenvoudig reinigen met een ontsmettingsmiddel.

Kan het virus doorgegeven worden via zweet?

Door hoesten en niezen komt het virus uit neus, keel of longen naar buiten. Via kleine druppeltjes komt het virus in de lucht. Daarom is het van belang om 1,5 meter afstand van elkaar te houden. Het virus wordt niet via zweet doorgegeven.

Algemeen

Dit protocol geldt voor alle leden van RV Rijnmond en het is van groot belang dat iedereen dit protocol naleeft. Het protocol voorziet niet in de volledige heropening van de roeivereniging, daarvoor is het nu nog te vroeg, maar het zet wel de deur open naar roeien.

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

- Roeiers blijven thuis bij klachten van neusverkoudheid of hoesten, keelpijn of koorts.
- Roeiers blijven thuis 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.

Wat wel en niet kan door het coronavirus					
	 Gezond	 Gezond, met risico	 Quarantaine zelf klachten	 Quarantaine huisgenoot klachten	 Geïnficeerd
Roeien (in C1 en skiff)	✓	⚠	⊘	⊘	⊘
Roeien (meermans boot)	⊘	⊘	⊘	⊘	⊘
Werk	⚠	⚠	⊘*	⊘*	⊘
Essentiële boodschappen	✓	⚠	⊘	⚠	⊘
Winkelen	⚠	⚠	⊘	⊘	⊘
Frisse neus	✓	✓	⊘	⚠	⊘
Openbaar vervoer	⚠	⚠	⊘	⊘	⊘
Bezoek (max. 3 pers)	✓	⚠	⊘	⊘	⊘

*Heb je een vitaal beroep? Overleg met je werkgever.

 Oke, maar houd 1,5 meter afstand
  Beperking
  Verboden

Protocol

Uitgangspunt van dit protocol is het advies van de Rijksoverheid. Voor RV Rijnmond betekent dit dat recreatief roeien in uitsluitend éénpersoons boten (Skiff, C1 en Kano) mogelijk is. Alleen voor huisgenoten is roeien in een C2x-, 2x- of 2- toegestaan. Roeien in meermansboten blijft in elk geval tot 18 mei verboden door de eis van 1,5 meter afstand houden. In de week van 11 mei meten we de meermansboten op om vast te stellen of daarin geroeid kan worden met de vereiste afstand. Roei-instructie is alleen mogelijk in C1 of skiff en onder de absolute voorwaarde dat de 1 ½ meter in acht wordt genomen.

Evenementen zoals roeiwedstrijden, toertochten maar ook groepsgewijze roei-instructie zijn nog niet mogelijk en dit protocol voorziet daar niet in. Ook verblijven in het gebouw van RV Rijnmond is nog niet mogelijk, anders dan voor het uitnemen en terugleggen van boten en riemen. Dit protocol staat alleen roeien en kanoën toe, verder zijn geen andere activiteiten toegestaan.

8 mei 2020

De roei-accommodatie is gesloten en daarmee niet toegankelijk voor de roeiers. In noodgevallen is het invalidentoilet bereikbaar. Daar is ook een douche aanwezig voor het geval dat iemand is omgeslagen.

Verantwoordelijkheid

Roeiers en kanoërs zijn zelf verantwoordelijk voor hun eigen handelen. De roeivereniging heeft een verantwoordelijkheid naar de leden toe. De vereniging moet zorgen voor de goede randvoorwaarden (het protocol en de spullen) en moet erop toezien dat de geldende maatregelen in acht worden genomen, ter bescherming van onze samenleving en van kwetsbaren, die zich ook onder de roeiers bevinden. Daartoe introduceert RV Rijnmond vanaf 11 mei de functie van walkapitein:

Corona-ondersteuner/ walkapitein

- De vereniging stelt meerdere corona-ondersteuners aan, die een mooie bijdrage leveren aan de vereniging. De walkapitein helpt jou als lid met je vragen, geeft advies over de aanlegplekken, de anderhalve meter en het schoonmaken.
- De walkapitein is aanwezig voordat de eerste roeier begint met roeien en gaat pas weg als de laatste roeier het terrein van RV Rijnmond heeft verlaten, hierbij richt de walkapitein zich op de aanwezige botenbriefjes.
- De walkapitein is een lid van RV Rijnmond, dit is een Clubwerktaak. Walkapiteins hebben maximaal 4 uur dienst en worden dan afgelost door de volgende walkapitein.
- De walkapitein opent 's morgens de roldeuren, zet bokjes buiten en controleert of bij iedere kraan ruim voldoende ontsmettingsdoekjes en papieren handdoekjes aanwezig zijn.
- Aan het einde van de dag ruimt de walkapitein samen met de laatste roeiers van die dag de bokjes en de tuinslang op.
- De walkapitein maakt aan het eind van de dag alles schoon en gooit het afval met de handschoenen weg in de container en sluit de loods en de vereniging af.
- De walkapitein helpt niet bij het dragen van boten, om besmetting te voorkomen. Als er nog maar één roeier aanwezig is dan helpt de walkapitein natuurlijk een handje met het tillen van de boot.

Opstarten Roeien en kanoën in verschillende fases

Fase 1

Opstarten van jeugd roeien 13 t/m 18 jaar

We starten op met twee jeugdblokken (13 t/m 18 jaar) op de zaterdagochtend, begeleid door één coach/instructeur, om besmetting te voorkomen. We hebben drie jeugdleden die kunnen skiffen en drie die nog skiffles moeten krijgen.

Fase 2

Opstarten van volwassen roeien en kanoën nu hiervoor toestemming is van de overheid. In deze fase maken we gebruik van de functie van walkapitein.

We starten met roeien in eenpersoonsboten (C1 en Skiff) voor leden met een roeibevoegdheid S1 of S2. Daarnaast kan er gebruik gemaakt worden van de kano's.

Voor gezinsleden geldt een uitzondering, zij mogen roeien in ongestuurde tweepersoonsboten (C2x, 2x-, 2- en de Boezem)

Roeibevoegd voor éénpersoons boten

8 mei 2020

De roeibevoegdheden van de volwassen/regatta leden van RV Rijnmond is als volgt:

- 106 leden hebben het S1 of S2 roeidiploma, zij zijn bevoegd om in een C1 of in een Skiff te roeien.
- 7 van de jeugd/studentleden zijn bevoegd om in een C1 of in een Skiff te roeien.

Met dit protocol kunnen in totaal $106 + 7 = 113$ leden de mogelijkheid aangeboden worden om te gaan roeien in een eenpersoons boot. De doelgroep is dus ongeveer de helft van de vereniging. Het is niet uitgesloten dat voor meerdere leden de bevoegdheden niet goed geregistreerd staan.

Bron: e-captain

Voor leden die lang niet geroeid hebben in een Skiff of een C1 maar dit wel graag willen, gaan we proberen begeleiding aan te bieden. We mogen gebruik maken van de aangepaste Skiff van Stichting Roeivalidatie. Bij deze Skiff (Jelle) zijn de riggers aan beide zijden voorzien van een drijver om de stabiliteit te waarborgen.

Daarnaast gaan we Skiff en C1 lessen organiseren voor leden die niet bevoegd zijn maar graag in eenpersoonsboten willen gaan roeien.

*Natuurlijk is ook het gebruik van Kano's toegestaan. Hiervoor is geen specifieke bevoegdheid vereist.

Fase 3

Wanneer fase 2 goed loopt kunnen we de volgende stap maken. Deze fase kan ingaan onder voorbehoud van een aantal zaken die hiervoor eerst gerealiseerd moeten worden.

- Fase 2 moet positief geëvalueerd zijn.
- Het aantal personen op de vereniging moet te overzien zijn en blijven!
- We moeten de beschikbaarheid hebben van een botenkar om met 3 personen een C4 in het water te brengen
- In de week van 11 mei worden de mogelijkheden nagemeten
- Zodra groen licht gegeven kan worden, zal het bestuur de leden informeren

Wanneer bovenstaande gerealiseerd is kunnen we starten om met 3 personen gebruik te maken van C4 boten (normaal 5 personen). Wanneer we met 2 roeiers en een stuur (positie 1, 3 en een stuur) in de boot zitten is de minimale afstand tussen de roeiers 2,6 m en de maximale afstand 3 m. Dit is voldoende om veilig het water op te gaan. We kunnen vanaf dat moment de basiscursus roeien, die abrupt is afgebroken, weer oppakken. Zo zorgen we ervoor dat deze groep veilig het water op kan en roeibevoegd wordt. Daarnaast kunnen op deze manier meer leden het roeien weer oppakken.

Vlootsamenstelling C1, Skiff en Kano

- 2 verenigingsboten type C1
- 17 Skiffs + Jelle (aangepaste Skiff van Stichting Roeivalidatie)
- 8 Kano's

*Bron: botenplan

In onze loods liggen in totaal 20 eenpersoons boten en 8 kano's. Om de 1,5 meter afstand op het vlot te kunnen garanderen gaan we in op aanwijzing van de walkapitein op volgorde werken, waardoor er max. 3 boten tegelijkertijd het water in/uit gaan.

Hoe gaat een roei/kano dag bij RV Rijnmond er uit zien?

Het reserveren van boten verloopt op dezelfde wijze als gebruikelijk: middels de bekende briefjes, die in deze tijd in de loods klaarliggen. Vooraf inschrijven kan alleen na goedkeuring van de materiaalcommissaris.

Houd rekening met elkaar en hou niet langer dan noodzakelijk een boot bezet. We gaan in beginsel uit van 1 uur roeien per persoon per keer.

Voor de jeugd van 12 t/m 18 jaar zijn op zaterdag tussen 9:00 en 11:00 uur de eenpersoonsboten gereserveerd.

Op dit moment hebben we nog geen online reserveringssysteem. Dit betekent dat niet altijd duidelijk is of er een roeimoment beschikbaar is. Binnen RV Rijnmond bestaan er diverse roeigroepjes met een WhatsApp groep, kijk of je onderling af kunt stemmen wie wanneer roeit of kom naar de vereniging. Het kan zijn dat het op zo'n moment erg druk is en niet kunt roeien, het kan ook zijn dat je even moet wachten. Op de parkeerplaats staan markeringen om de 1,5 meter afstand te houden. Voor een veilige beoefening van onze sport is het van belang dat je de zijn aanwijzingen van de walkapitein opvolgt.

Verder is er geen koffie, geen sociaal leven in de kantine. De ergometers, kleedkamers, douches en toiletten kunnen niet gebruikt worden. Alleen het mindervaliden toilet kan in nood gebruikt worden en wordt na gebruik schoon gemaakt door de gebruiker.

Op de vereniging liggen bij de kranen wegwerp ontsmettingsdoekjes om contactoppervlakken schoon te maken: riemen, dollen, riggers peddels en bootranden. Deze doekjes beschadigen het materiaal van de boten en riemen niet en ontsmetten goed.

In de loods bij de uitstortgootstenen hangen zeepdispenser en papieren handdoekjes om je handen te wassen. Extra schoonmaakdoekjes liggen op de tafel in de loods.

Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop!

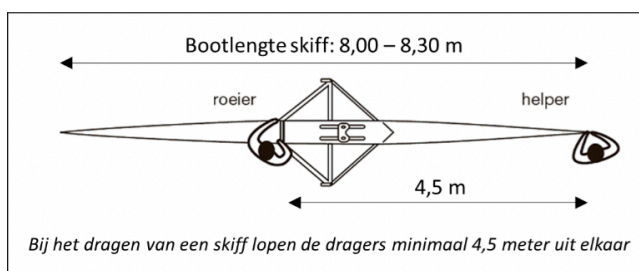
Online boot reserveringssysteem (BRS)

Rijnmond is voornemens om een BRS te implementeren. De snelheid waarmee de lockdown weer open gaat heeft velen verrast. Een BRS is dus nog niet operationeel. Hieraan wordt gewerkt, maar wanneer we allemaal de bovenvermelde spelregels in acht nemen, moeten we straks allemaal weer van het water kunnen genieten.

Dus nog één keer de werkwijze voor alle leden van RV Rijnmond:

1. Kom niet naar de roeivereniging om alleen maar te komen kijken of om een praatje te maken, dat brengt alleen maar risico mee van besmetting. Het gebouw is gesloten op de loods na.

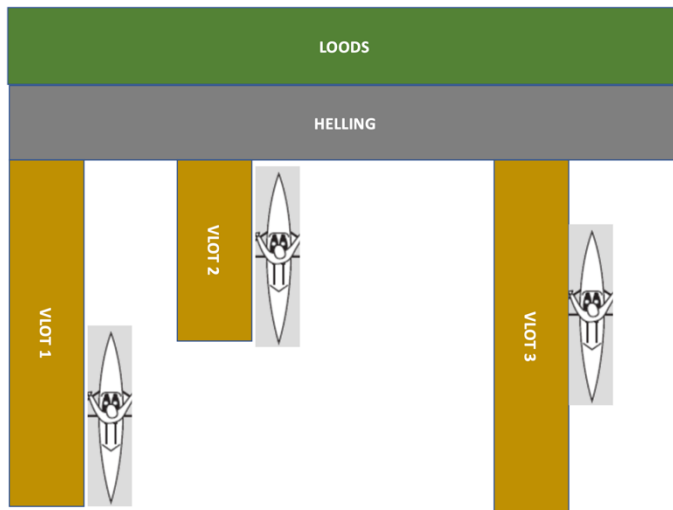
2. De looproute is buitenom naar de loods (eenrichtingsverkeer). Heen voor de kantine langs en terug langs het water en de ruimte van de botenwagen. (Volg de gemarkeerde looproute)
3. Kom in clubkleding, er is geen gelegenheid om je om te kleden, de kleedkamers zijn gesloten.
4. Houd het hek van ons terrein zoveel mogelijk op slot, zo voorkomen we te veel aanwezigen.
5. Breng als eerste de riemen naar het vlot!
6. In de loods kan per gang 1 boot/kano naar binnen/buiten worden gedragen per keer!
7. Check vooraf of er na jou een roeier/kanoër jouw boot heeft afgeschreven, na afloop van je roei-/ kano uurtje draag je de boot (nadat je de hendels/peddels hebt schoongemaakt) aan de volgende roeier over. Is er niemand die jou de boot overneemt, dan haal je de boot uit het water, maakt haar en ook de riemen/peddels schoon en leg je de boot en de riemen terug in de loods.
8. Je mag 60 minuten roeien/kanoën, als je op tijd weer terug bent, dan staat de volgende roeier/kanoër klaar op het vlot.
9. Draag een skiff zoals je geleerd hebt tijdens de cursus, zo hou je vanzelf voldoende afstand tot je helper. 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.
10. Houd bij de overdracht altijd minimaal 1,5 meter afstand van je opvolger. Het vlot en de loods zijn groot genoeg om ruim afstand te houden. Per vlot mag er maximaal één boot tegelijk liggen, leg altijd aan bij het vlot van waar je ook vertrokken bent. Er kunnen dus maximaal 3 boten/kano's tegelijkertijd het water in/uit!
11. Na het roeien/kanoën gooi je het ontsmettingsdoekjes in de afvalbak in de loods.
12. Was na het roeien je handen grondig met water en zeep, dit kan bij de kraan in de loods. Droog je handen met een papieren handdoekje en gooi dit meteen weg in de afvalbak.
13. Na afloop van je roei- /kano uurtje en nadat je de boot persoonlijk hebt overgedragen aan je opvolger of hebt schoongemaakt en teruggelegd in de loods verlaat je meteen het terrein van de roeivereniging. Blijf niet napraten.
14. Het verenigingsgebouw is verder gesloten voor je eigen veiligheid; je mag niet naar de kleedkamers of de ergometerruimte en je kunt niet naar het toilet. Dus houdt thuis een sanitaire stop voor je vertrekt naar de roeivereniging.



Berekening besmettingsvrije ruimte in m² per persoon

Rijnmond heeft de beschikking over 3 vloten. Twee lange en 1 kleiner vlot.

Alle aangewezen boten voor dit protocol hebben een vast aangewezen plek aan het vlot waar deze in- en uit het water gaan. Zie de afbeelding hieronder.



Botenloods

De skiffs, de C1 boten en de kano's liggen verdeeld over de 4 gangen in onze loods. Het kan zijn dat een aantal boten en riemen van ligplaats gewisseld moeten worden om de 1,5 meter en de norm van één persoon per 10 m² te realiseren.

Ter vergelijking: in een supermarkt mag per 10 m² één klant tegelijk aanwezig zijn.

Sociale omgangsregels

- Houd zoveel mogelijk 1,5 meter afstand, zowel bij het vervoer naar en van de roeivereniging als op de roeivereniging zelf.
- Neem je verantwoordelijkheid voor jezelf en mederoeiers. Stel vragen en meld problemen bij de walkapitein of bij het bestuur.
- Spreek elkaar aan op gevaar onderschattend, afwijkend gedrag. **Toegangscntrole**

Om voorbijgangers en belangstellenden te informeren en om daarmee kritische vragen of opmerkingen wordt aan de buitenkant van het hek een informatiebord geplaatst met de volgende tekst:

Roeivereniging Rijnmond

Gedurende de geldende overheidsmaatregelen omtrent het corona-virus hebben alleen leden die daadwerkelijk komen roeien toegang.

Per vlot mogen maximaal twee roeiers tegelijk, een éénpersoons boot te water laten onder strikte beperking van ons coronaprotocol en onder toezicht van onze corona-ondersteuner hierna te noemen de walkapitein.

ALLE VERENIGINGSFACILITEITEN ZIJN VERDER GESLOTEN.

Waarom is roeien met dit protocol coronaveilig?

Als het roeien beperkt wordt zoals beschreven in dit protocol, dan is er geen oppervlaktecontact wat roeiers kan besmetten. Geen enkele roeier hoeft ergometers, deurkrukken of lichtknopjes aan te raken. Het protocol voorziet erin dat de walkapitein een aantal deuren van de botenhuizen opent/sluit, hiervoor heeft hij of zij handschoenen aan.

We beschikken over een ruime loods en een ruim buitenterrein. Het aantal aanwezige personen wordt op het piekmoment absoluut beperkt tot maximaal 10. Hierdoor is het overal goed mogelijk om meer afstand te houden dan de 1,5 meter.

Er is tijdens het roeien altijd een coronaondersteuner/walkapitein aanwezig die de taak heeft om op naleving van dit protocol toe te zien.

Waarom is het goed voor RV Rijnmond goed om nu al te starten met roeien?

De premier heeft iedereen gevraagd om na te denken over hoe de anderhalfmetermaatschappij er uit gaat zien. Tegelijk geeft de Rijksoverheid op haar website aan dat varen in je eentje in een boot nu al kan. Voor het ledenbehoud en daarmee voor het voortbestaan van RV Rijnmond is het wenselijk om het roeien, zij het in deze zeer beperkte vorm tot te staan.

8 mei 2020

Informatiebronnen op Internet:

Communicatiemiddelen:

<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19/communicatiemiddelen-nederlands>

Corona uitleg voor jongvolwassenen:

<https://corona.steffie.nl/nl/>

RIVM en de Rijksoverheid voor de meest actuele stand van zaken:

<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19> <https://www.rivm.nl/actuele-informatie-over-coronavirus>

<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19/veelgestelde-vragen-per-onderwerp/sport>

Propaganda:

<https://youtu.be/DUn1MnbLQd0>

Hesjes voor de corona ondersteuners: walkapitein

<https://www.bliksem8491.nl/a-59413472/outfit/veiligheidshesje-corona-virus/#description>

Kan het coronavirus op oppervlakken zitten?

https://youtu.be/H-xdN_vpjlo