

Menhir '74

Richtlijnen ten behoeve van het volleyballen in Corona tijden.

Ten gevolge van de door het RIVM, de NeVoBo en gemeente Groningen opgelegde maatregelen moeten we ons bij de wedstrijden en trainingen aan de volgende richtlijnen houden.

Blijf in ieder geval thuis bij het volgende:

- Had je een of meerdere van deze klachten in de afgelopen 24 uur?
 - Hoesten
 - Verkoudheidsklachten
 - Verhoging of koorts
 - Benauwdheid
 - Reuk- en/of smaakverlies
- Heb je op dit moment een huisgenoot met koorts en/of benauwdheidsklachten?
- Heb je het nieuwe coronavirus gehad en is dit de afgelopen 7 dagen vastgesteld (in een lab)
- Heb je een huisgenoot /gezinslid met het nieuwe coronavirus en heb je in de afgelopen 14 dagen contact met hem/haar gehad terwijl hij/zij nog klachten had?
- Ben je in quarantaine omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld?
- Ben je de afgelopen 14 dagen in een land of regio geweest waar op dat moment code oranje of rood van toepassing was?

Wanneer je alle bovenstaande vragen met nee kunt beantwoorden zien we je graag op de training of wedstrijd.

Volg in de sportzaal de volgende richtlijn:

- De 1,5 meter afstand tijdens het sporten, dient waar mogelijk in acht genomen te worden, maar als dat een normale sportbeoefening in de weg staat mag 1,5 meter afstand tijdelijk losgelaten worden. Voorafgaand en na afloop van de sportbeoefening dienen sporters van 18 jaar en ouder wél 1,5 meter afstand tot elkaar te houden, waaronder in de kleedkamers. Derhalve thuis omkleden en douchen.
- Het is aan te raden om een flesje desinfectiemiddel mee te nemen naar de training, zodat je vooraf en na de tijd de handen kunt ontsmetten.
- Het advies is om de sportzaal zoveel mogelijk te ventileren. Dus wanneer mogelijk ramen en deuren open. Zie ook "Gemeente Groningen – voorwaarden georganiseerd binnensporten", het document van Sport050 op onze nieuwe website www.menhir74.nl onder "Corona" Zijn er klachten over een slechte ventilatie, meld die dan zo snel mogelijk bij de Sport050 afdeling "Accommodatiebeheer en Techniek" dit per mail service@sport050.nl of telefonisch op 06-200 177 35
- Verder dient iemand verantwoordelijk te worden gemaakt binnen het team voor het bijhouden van wie er de training bezocht heeft, dit in verband met een mogelijk bron- en contactonderzoek door GGD. Het advies is om van tevoren te inventariseren wie er naar de training komt en wie niet. Een groepsapp kan hier uitkomst bieden.

Mocht je nog aanvullende vragen hebben kun je contact opnemen met het bestuur van menhir '74. Zie hiervoor onze website www.menhir74.nl of stuur een mail naar secretariaat@menhir74.nl