

## **Protocol Verantwoord Zwemmen: De Thermen2**

Zwemmen zorgt voor plezier, veiligheid en fitheid. Met de zwembranche willen we iedereen dan ook zo spoedig mogelijk weer de gelegenheid bieden een duik te nemen in een binnen- of buitenbad.

Hieronder lees je het noodzakelijk protocol dat is opgesteld in het belang van alle zwemmers en het personeel van De Thermen2.

Medewerkers, zwembadgebruikers en bezoekers houden zich aan de RIVM-richtlijnen en het huishoudelijk reglement van de Thermen 2 blijft ook in deze periode van toepassing.

### **Veiligheid en hygiëne regels voor iedereen (Richtlijnen RIVM):**

- Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende ( ook milde ! ) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer zwemmen en naar buiten;
- Blijf thuis als iemand binnen jouw huishouden positief getest is op het Coronavirus. Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was. (**advies GGD**)
- Blijf thuis als je het Coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld:
- Blijf thuis als je in thuisisolatie bent, omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het Coronavirus is vastgesteld;
- Ga direct naar huis wanneer er tijdens het zwemmen klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Houd 1,5 meter afstand van ieder ander persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar onderling);
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes<sup>1</sup>.
- Ga voordat je van huis vertrekt, thuis naar het toilet;
- Doe thuis je zwemkleding aan onder je gewone kleding;
- Was voorafgaand aan en na het zwembadbezoek je handen met zeep of desinfectans, minimaal 20 seconden.
- Was je handen met zeep of desinfectans als je handen mogelijk besmet zijn: na het aanraken van objecten waar veel mensen aanzitten (deurknoppen, pinapparaten, afstandsbediening, etc); na een toiletbezoek; na hoesten, niezen in de handen; na het snuiten van de neus;
- Vermijd het aanraken van je gezicht;
- Schud geen handen.

---

<sup>1</sup> Binnen een zwembad is het gebruik van papieren zakdoekjes niet altijd mogelijk. Reinig in dat geval handen en armen direct na het hoesten of niezen met de beschikbare desinfecterende middelen

## Voor zwemmers:

1. Houd de door het RIVM voorgeschreven afstanden aan. Vanaf 18 mei is dit 1,5 meter voor personen ouder dan 12 jaar;
2. Kom alleen op vooraf besproken tijden via ons reserveringsstelsel of telefonisch via gastenservice;
3. Kom alleen of kom met personen uit jouw huishouden;
4. Kom met persoonlijk vervoer: zoals te voet, met de fiets of auto;
5. Kom niet eerder dan 10 min voor de afgesproken starttijd naar de accommodatie;
6. Volg altijd de aanwijzingen van de daartoe bevoegde personen op;
7. Ga voorafgaand aan het zwembadbezoek thuis naar het toilet;
8. Trek thuis je badkleding aan. Op een aangeduide locatie in de zwemzaal moet je als zwemmer alleen de overkleding uit te trekken en in een toegewezen mandje te doen en neer te zetten op de daarvoor bestemde plek.

Na de **zwemles** kan 1 ouder/verzorger zijn of haar kind helpen met omkleden in de zwemzaal. Broertjes of zusjes zijn niet toegestaan. 5 minuten voor het einde van de zwemles kunt u via de routing naar het bad van uw kind lopen. Let goed op dat u als volwassene onderling 1,5 meter afstand dient te houden.

Neem voor uw kind een onesie, badjas of groot badlaken mee. Of geef deze voor de zwemles al mee, zodat uw kind dit in het mandje kan doen en u de spullen van uw kind makkelijker herkent. Uw kind dient 1,5 meter afstand te houden t.o. van ons personeel.

Bij **banenzwemmen** dient u zich te houden aan de aanwijzingen van ons personeel en 1,5 meter afstand te houden van uw voorganger. Inhalen is niet toegestaan.

Na het **banenzwemmen** kun je jezelf omkleden in de daartoe aangewezen ruimtes.

**Let op:** er is een beperkt aantal kleedruimtes beschikbaar en men dient rekening te houden met een mogelijke wachttijd en uiteraard de 1,5 meter afstand van elkaar.

9. Was voorafgaand aan en na afloop van het zwembadbezoek je handen met water en zeep of desinfectans, minimaal 20 seconden;
10. Beperk de aanrakingen met deuren, hekken, bankjes e.d. tot het noodzakelijke minimum;
11. Betaal met pin of contactloos (pin of mobiel) of via onze webkassa;
12. Beperk gebruik van niet noodzakelijke ruimtes in de accommodatie;
13. Douche thuis voor en na het zwemmen;
14. Verlaat direct na het zwemmen de accommodatie zo snel mogelijk via de routing naar de aangewezen uitgang en lever je mandje weer in;
15. Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde !) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
16. Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer zwemmen en naar buiten;
17. Blijf thuis als iemand binnen jouw huishouden positief getest is op het Coronavirus. Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was. (advies GGD)

18. Blijf thuis als je het Coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld;
19. Blijf thuis als je in thuisisolatie bent, omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het Coronavirus is vastgesteld;
20. Ga direct naar huis wanneer er tijdens het zwemmen klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;

**Voor onze medewerkers:**

1. Werkzaamheden waarvan de aard van het werk het toelaat, worden vanuit huis gedaan.
2. Houd 1,5 meter afstand.
3. Schud geen handen.
4. Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes die je gelijk weg kunt gooien.
5. Was je handen volgens de instructie. In ieder geval direct na binnenkomst, voor het eten, na toiletbezoek, na het schoonmaken en voordat je weer naar huis gaat;
6. Deel je (werk)benodigdheden niet met anderen. Reinig met een schoonmaakmiddel bij start van je dienst. Hanteer de voorschriften m.b.t. gebruik en schoonmaak van materialen
7. Anders dan in een dreigende situatie, maak je als medewerker op geen enkel moment fysiek contact;
8. Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde !) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
9. Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer werken en naar buiten;
10. Blijf thuis als iemand binnen jouw huishouden positief getest is op het Coronavirus. Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was;  
( advies GGD )
11. Blijf thuis als je het Coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld;
12. Blijf thuis als je in thuisisolatie bent, omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het Coronavirus is vastgesteld;
13. Ga direct naar huis wanneer er tijdens het werken klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
14. In sommige gevallen is het noodzakelijk, bv bij een EHBO handeling, dat een medewerker binnen de 1,5 meter van de gast komt. Indien noodzakelijk maak je daarbij gebruik van de aanwezige persoonlijke beschermingsmiddelen (bv mondkapje, handschoenen en bril/gezichtsbescherming).

### **Voor de huurders:**

1. Zorg dat je op de hoogte bent van de geldende regels door de Thermen 2 vastgesteld en dat deze nageleefd worden;
2. Stel een Corona verantwoordelijke aan die herkenbaar is door het dragen van een opvallend hesje en maak dat die persoon bij iedereen bekend is en op de hoogte is van de meest recente geldende regels/kaders. Ook adviseert hij/zij medewerkers en vrijwilligers bij het eventueel aanpassen van het (coronaproof) sport- of lesaanbod;
3. De huurder dient trainers/instructeurs instructie te geven over de wijze waarop ze op verantwoorde en veilige manier sport- of lesaanbod kunnen uitvoeren;
4. Communiceer de geldende regels met je trainers, zwemmers, ouders via de eigen communicatiemiddelen en controleer of de regels ook zichtbaar aanwezig zijn op de accommodatie;
5. De huurder dient de trainers/instructeurs de instructie te geven dat zij zwemmers moeten aanspreken op ongewenst gedrag bij overtreding van de regels;
6. Zorg als huurder voor persoonlijke hygiëne- en schoonmaakmiddelen (desinfectiemiddel, mondkapje, handschoenen, bril) voor je eigen medewerkers en vrijwilligers.
7. De huurder geeft zijn of haar medewerkers en vrijwilligers de instructie dat zij zwemmers moeten helpen en erop moeten toezien dat de regels correct worden nageleefd.

### **Leveranciers:**

1. Houd 1,5m afstand;
2. Bel van tevoren over tijdstip van aankomst;
3. Spreek vooraf af waar spullen geplaatst worden;
4. Overweeg levering tot aan de deur;
5. Maak per leverancier hier specifieke afspraken over.

### **Routing/aanmelden**

1. De route van aankomst en vertrek in het zwembad is duidelijk zichtbaar.
2. Na afloop van het zwemmen wordt iedereen verzocht de badinrichting zo spoedig mogelijk te verlaten;
3. Bij de Thermen 2 zijn 1,5 meter zones en routes aangegeven. De routing wordt dusdanig bepaald dat bezoekers elkaar niet of zo min mogelijk kruisen.
4. Inchecken gebeurt bij de gastenservice doordat de deelnemer zichzelf kenbaar maakt of zijn of haar pas scant en de medewerker gastenservice controleert! Er is absoluut geen fysiek contact. De deelnemer scant zelf zijn deelnemerspasje.
5. De Thermen2 hanteert een systeem dat voorkomt dat er niet meer mensen dan toegestaan aanwezig zijn, zoals fysiek tellen, een reserveringssysteem, het juiste aantal beschikbare winkelmandjes of een pasjesblokkering;

### Omkleeden

1. Bij aankomst bij de Thermen2 hebben zwemmers de badkleding al aan onder de gewone kleding.
2. Alleen bij het verlaten van het bad bij **banenzwemmen** en **verhuur** kunnen gasten gedeeltelijk gebruik maken van de wisselcabines. Mits de routing en de 1,5 meter afstand regel dit toelaat. **Let op:** er is een beperkt aantal kleedruimtes beschikbaar en men dient rekening te houden met een mogelijke wachttijd en uiteraard de 1,5 meter afstand van elkaar;
3. De gemeenschappelijke kleedruimten worden in deze eerste fase niet gebruikt;
4. De Thermen2 heeft voor zijn eigen gasten (dus **niet** voor verhuur) de beschikking over een beperkt aantal winkelmandjes, zodat we precies weten hoeveel mensen er in de accommodatie aanwezig zijn. Deze bent u verplicht om te gebruiken. Voordat u naar huis gaat, levert u deze weer netjes in, zodat deze schoon kunnen worden gemaakt en opnieuw kunnen gebruikt worden door gasten na u. De lockers zijn **buiten** gebruik. Als huurder dient u uw leden erop te wijzen kleding en spullen in een tas mee te nemen naar de zwemzaal. Er blijft geen kleding in omkleedhokjes of andere ruimtes achter. Wij maken u erop attent dat straatschoeisel verboden is in de zwemzaal. U dient uw schoenen uit te trekken, gebruik te maken van slippers die niet op straat worden gedragen of van de blauwe hoesjes die u over uw schoenen heen kunt trekken.

### Douche en toiletgebruik

1. Gasten worden verzocht voorafgaand aan het bezoek bij het zwembad **thuis** naar het toilet te gaan;
2. Toiletbezoek bij de Thermen2 dient tot een minimum beperkt te worden. Toiletten worden meerdere malen per dag schoongemaakt. Reeds bestaande hygiëne richtlijnen vanuit de branche blijven gelden;
3. Zwemmers dienen thuis te douchen voor en na het zwembadbezoek;

### Zwemlessen/schoolzwemmen t/m 12 jaar:

1. De zweminstructeur geeft zoveel mogelijk les op een afstand van 1,5 meter tot de kinderen, bij voorkeur vanaf de kant
2. Het is niet de bedoeling dat je als ouder/verzorger als **toeschouwer** aanwezig bent bij de Thermen2. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de les van jouw kind.
3. Bij aanvang van de zwemles is uw kind thuis naar de wc geweest en heeft zijn of haar zwemkleding onder makkelijk zittende kleding aan. Deze wordt in de zwemzaal zelf uitgedaan en vast voor na de zwemles in een winkelmandje gedaan. De kinderen verzamelen in de zwemzaal bij de lesgever en lopen gezamenlijk naar het bad waar er zwemles wordt gegeven.
4. Alleen aan het eind van de zwemles bij het aankleden in de zwemzaal mag 1 ouder/verzorger aanwezig zijn. Zorg ervoor dat dit moment zo kort mogelijk is. Neem bv een onesie of trainingspak, groot badlaken of badjas mee. De kinderen kleden zich onder toezicht van een ouder om op de aangewezen plek en u als ouder/verzorger bent verplicht om daarbij onderling 1,5 meter afstand te houden.

5. Inchecken bij binnenkomst gebeurt in eerste instantie via gastenservice, later weer via het tourniquet. Er is absoluut geen fysiek contact tussen het kind en degene die incheckt.
6. Ouders en kinderen houden 1,5 m afstand van de zweminstructeur en andere ouders/begeleiders.

**Banenzwemmen:**

1. De toezichthouder/instructeur/trainer blijft zoveel mogelijk op een afstand van 1,5 meter van de zwemmers vanaf de kant;
2. Volg altijd de aanwijzingen op van ons personeel, maximaal 30 personen per bad;
3. Zwemmers dienen onderlinge afstand te bewaren en inhalen is niet toegestaan.

**Op basis van besluiten van de Rijksoverheid in het kader van de Coronacrisis zal de zwembranche in overleg met de lokale overheid besluiten of de gestelde maatregelen kunnen worden versoepeld of juist moeten worden verzwaaard.**

Voor vragen over de Corona maatregelen kunt u terecht bij Jary Göbel voor AquaRijn, [Jary@dethermen2.nl](mailto:Jary@dethermen2.nl)

Voor zwembad de Hoorn bij Mitchel Hoogervorst, [Mitchel@dethermen2.nl](mailto:Mitchel@dethermen2.nl)