



## **CORONAREGELS VANAF 30-07-2021: HET VOETBAL VAN WELEER IS (voorlopig) ZO GOED ALS TERUG!**

### **1) Algemene UPDATE van 23/08/2021:**

Situatie vanaf 30-07-2021				
VELDVOETBAL (inclusief G)	Kleedkamergebruik	Trainen, wedstrijden en toernooien	Kantine open	Publiek
Alle leeftijden	JA	JA	JA, volgens horecaregels	JA, max 5.000 personen

- Er kan opnieuw onder normale omstandigheden gesport worden. Er gelden **geen limieten meer op het aantal sporters** en er kan contact gemaakt worden.
- **Kleedkamers en douches mogen opnieuw open.** We adviseren hier wel nog een **optimale ventilatie/verluchting (openzetten ramen en deuren gedurende minimum 15 minuten tussen het gebruik van de kleedkamer door twee sportgroepen)**. In de kleedkamers geldt een beperkte capaciteit zodat voldoende afstand kan gehouden worden. (1.5m)
- Voor **sportkampen** geldt nog een limiet, vanaf 30 juli is dit maximum 200 deelnemers. Overnachtingen zijn toegelaten bij sportkampen.
- **Indien horeca-activiteiten worden uitgeoefend, moeten de regels van de horeca worden nageleefd.**  
**Iedereen draagt een mondmasker in de kantine, behalve wanneer ze aan tafel zitten. Er wordt verplicht zittend geconsumeerd.**  
**Beperk uw verplaatsingen in de kantine. Verplaats u enkel van en naar uw tafel en de toiletten, of om de rekening te betalen.**  
**Iedere persoon moet aan zijn eigen tafel blijven zitten. (versoepelingen in september, zie rubriek kantine).**
- **DE LIMieten VOOR PUBLIEK BIJ SPORTWEDSTRIJDEN WORDEN VERRUIMD:**  
**Binnen** tot 3.000 personen (of 100% van de CIRM-capaciteit indien dit lager is dan 2.000), **zittend, met mondmasker en op een veilige afstand.**  
**Buiten** tot 5.000 personen, met mondmasker en op een veilige afstand. Het mondmasker mag **tijdelijk** af wanneer men op een vaste zitplaats zit (bv. voetbalstadion).

## **2) De basisregels moet je blijven volgen!**



**Iedereen die de terreinen van VC Bertem-Leefdaal betreedt, gaat ermee akkoord om alle maatregelen toe te passen.**

**Hoe je ook sport, het belangrijkste is dat je thuis blijft als je mogelijke coronasymptomen hebt en dat je voor en na het sporten anderhalve meter afstand houdt. Doe dat voor je eigen gezondheid, maar ook voor de gezondheid van je medesporters en alle andere mensen met wie je in contact komt.**

- 1,5 meter afstand!
- Gezicht niet aanraken.

**Als er geen afstand van 1.5m kan gehouden worden moet een mondkapje gedragen worden!**

In het kader van de contact tracing (COVID-19) is er een VERPLICHTING om VIA PROSOCCERDATA DE AANWEZIGHEDEN OP TRAININGEN EN WEDSTRIJDEN TE REGISTREREN !!!

Trainer checkt na de training aanwezigheden en maakt definitieve lijst = nodig voor eventuele contact tracing. Het doorgeven van afwezigheden (bij voorkeur minstens 24u op voorhand) is daarom zeer belangrijk.

### **3) Wat te doen bij ziektesymptomen bij een speler of begeleider?**

**Als algemeen principe geldt: wie zich ziek voelt, blijft thuis!**

**Personen die ziek zijn of de laatste zeven dagen klachten hebben gehad die aan een COVID-infectie doen**

**denken mogen niet deelnemen.**

**Ook als er in de naaste omgeving (partner, gezin) ziekte of ziektesymptomen zijn (geweest), wordt deelname**

**aan de activiteiten tijdelijk verboden.**

1. Sport niet en **blijf thuis** als je symptomen hebt die op COVID-19 kunnen wijzen (ook niet als een huisgenoot symptomen heeft verdacht op COVID-19 of positief getest is op COVID-19):
  - koorts
  - griepig gevoel
  - hoesten
  - kortademigheid
  - neusloop
  - ongewone vermoeidheid.
  - Pijn of druk in de borst
  - Reuk en smaakverlies
  - Keelpijn
  - Hoofdpijn
  - Pijn in gewrichten of spieren
  - Diarree
  - Misselijkheid of overgeven
2. **Neem contact met je huisarts en breng de club (trainer) op de hoogte.** Een afgelasting van een training of wedstrijd is nog niet noodzakelijk en zal worden beoordeeld volgens het Basisprotocol sport en corona van sport Vlaanderen en de regelgeving van de overheid.
3. een COVID-test op aanraden van huisarts (zo niet geen verdere gevolgen voor de club)
4. de nauwe contacten van de te testen speler of begeleider (= de ploeg) kunnen op aanraden van de arts of een contact-tracer van volksgezondheid in quarantaine geplaatst worden in afwachting van het resultaat van de test. Hierbij wordt sterk rekening gehouden met de genomen maatregelen op de club en de naleving hiervan. Hier kan beslist worden of een afgelasting van een wedstrijd of training nodig is.
5. bij een positief resultaat van de test zullen alle activiteiten van de betrokken ploeg opgeschort worden voor de volledige duur van de quarantaine. Het verdere verloop zal overgenomen worden door contact-tracers en de gemeente.

6. Wanneer mag ik na een besmetting met COVID-19 weer sporten? Indien je positief getest bent op het coronavirus mag je 10 dagen niet sporten, ook al heb je geen klachten. Ten vroegste 10 dagen na een positieve test of na de start van je klachten, kan je volgende vragenlijst invullen om zo het juiste advies te krijgen naar sporthervatting. [www.sportkeuring.be](http://www.sportkeuring.be) . Doe dit in overleg met de huisarts!

## **Wat zijn de gevolgen na een risicocontact? (in dat geval wordt je gebeld door een contact-tracer)**

	<u><b>Hoog risicocontact</b></u>	<u><b>Laag risicocontact</b></u>	
<u>Wanneer</u>	<p>langere tijd (meer dan 15 minuten) en van dichtbij (binnen aan afstand van 1,5 meter) in contact met deze persoon? (Bijvoorbeeld: een speler of speelster waar je naast hebt gezeten in de kleedkamer zonder afstand te bewaren of mondmasker). Dan spreken we van een contact met een hoger risico om besmet te zijn.</p>	<p>Korte tijd (niet langer dan 15 minuten). De afstand was meer dan 1,5 meter. Je hebt geen gebruik gemaakt van de kleedkamer <b>of</b> de spelers hebben daar 1.5 meter uit elkaar gezeten <b>en</b> continu een mondmasker gedragen. (Ze zaten ook niet samen in de the dugout op minder dan 1.5m)</p>	
<u>actie</u>	<p><b>Ben je volledig gevaccineerd?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ga in quarantaine.</b></li> <li>• Je krijgt een test.</li> <li>• De quarantaine wordt stopgezet van zodra je de resultaten van je test ontvangt</li> </ul>	<p><b>Ben je nog niet volledig gevaccineerd?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ga in quarantaine.</b></li> <li>• Je krijgt een test</li> <li>• Een eerste test (je moet niet getest worden als je laatste contact met de persoon die positief testte op corona meer dan 72 uur geleden is)</li> </ul>	<p>Bij een laag risico contact moet u niet getest worden en niet in quarantaine. We vragen wel om tijdens een periode van 14 dagen verhoogd waakzaam te zijn en tijdens deze periode sociale contacten tot een minimum te beperken. <b>Dit houdt in dat u geen hobby's of sociale bijeenkomsten bijwoont.</b></p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Een tweede test vindt plaats op de zevende dag na je laatste contact met de persoon die positief testte op corona.</li> <li>• Draag altijd een mondneusmasker.</li> <li>• Was vaak je handen.</li> <li>• Laat geen andere personen binnen in je huis.</li> <li>• Je mag alleen naar de apotheek, de dokter en de supermarkt.</li> <li>• Meet 2 keer per dag je temperatuur.</li> <li>• De quarantaine wordt opgeheven van zodra je het resultaat van je tweede test kreeg</li> </ul>	<p><b>Ook geen trainingen en matches dus!</b> Daar bijkomend mag u komende 10 dagen niet deelnemen aan een ander (jeugd)kamp.</p>
	<p>Besmette spelers / speelsters of spelers/speelsters in verplichte quarantaine opstellen is strikt verboden.</p>		
	<p><b><u>Bron : Coronaprotocol Voetbal Vlaanderen</u></b>  <a href="https://www.voetbalvlaanderen.be/nieuws/coronaprotocol-voor-competities-georganiseerd-door-voetbal-vlaanderen">https://www.voetbalvlaanderen.be/nieuws/coronaprotocol-voor-competities-georganiseerd-door-voetbal-vlaanderen</a>   <b><u>(extra info voor trainers bij vaststelling besmetting en wedstrijden)</u></b>  <b><u>+ brief <a href="http://www.zorg-en-gezondheid.be">www.zorg-en-gezondheid.be</a> 23/8/2021</u></b></p>		

## **4) Kom je uit Verlof !**

Als je thuiskomt van vakantie moet je altijd ( uit groene, oranje en rode zone) een Passagier Locatie Formulier (PLF) invullen, behalve als je met de auto of trein terugkeert uit een EU-land en je daar minder dan 48 uur verbleef.

Info:

Een **vaccinatiecertificaat** bewijst dat je volledig gevaccineerd bent tegen het COVID-19-virus. Je bent volledig gevaccineerd als je laatste prik minstens 2 weken geleden is, en indien het vaccin EMA-gecertificeerd is.

Een **herstelcertificaat** toont aan dat je hersteld bent van COVID-19. Je had een positieve PCR-test die niet ouder is dan 180 dagen en je quarantaine is voorbij.

Een **testcertificaat** bewijst dat je een PCR-test onderging waarvan het resultaat negatief was.

zone	groen	oranje	Rood (3 opties)
	<p>niet testen en niet in quarantaine</p> <p>Je mag voetballen tenzij je verdachte symptomen hebt.</p>	<p>niet testen en niet in quarantaine</p> <p>Je mag voetballen tenzij je verdachte symptomen hebt.</p>	<p><b>1) Kom je uit een rode zone in de Europese Unie?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Heb je een vaccinatiecertificaat of herstelcertificaat ? Je moet <b>niet</b> in quarantaine of je laten testen. Je kan voetballen.</li> <li>• Heb je <u>geen</u> vaccinatiecertificaat of herstelcertificaat ? Heb je geen recente negatieve PCR-test van maximum 72 uur oud? <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Laat je testen op dag 1 of 2 nadat je thuiskomt van je reis. Is je test negatief ? Dan mag je uit quarantaine als je jouw resultaat hebt en mag je voetballen.</li> <li>○ Kinderen onder de 12 jaar moeten geen test doen en mogen voetballen.</li> </ul> </li> </ul>
			<p><b>2) Kom je uit een rode zone buiten de Europese Unie?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Heb je een vaccinatiecertificaat? Laat je testen op dag 1 of 2 nadat je thuiskomt van je reis. Is je test negatief ? Dan mag je uit quarantaine als je jouw resultaat hebt. Kinderen onder de 12 jaar moeten geen test doen.</li> <li>• Heb je geen vaccinatiecertificaat? Je moet 10 dagen verplicht in quarantaine. Laat je testen op dag 1 en 7 nadat je thuiskomt van je reis.</li> <li>• Er zijn enkele landen waarvoor dit niet zo is. Je vindt deze lijst op <a href="https://www.info-coronavirus.be/nl/kleurcodes-per-land/">info-coronavirus.be/nl/kleurcodes-per-land/</a> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ (In uitzonderlijke gevallen moet je je niet laten testen en/of niet in quarantaine gaan.</li> <li>○ Zie(<a href="https://www.info-coronavirus.be/nl/reizen/">https://www.info-coronavirus.be/nl/reizen/</a>))</li> </ul> </li> </ul>

			<p>3) Kom je uit een zone met <b>een heel hoog risico?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Een overzicht van deze zones vind je op <a href="https://info-coronavirus.be/nl/hoog-risico-landen/">info-coronavirus.be/nl/hoog-risico-landen/</a></li> <li>• Is dit een land <u>buiten de Europese Unie</u>? •Je moet 10 dagen verplicht in quarantaine. Dit is zo voor iedereen.</li> <li>• Laat je testen op dag 1 en dag 7 nadat je terug in België bent.</li> <li>• Is dit een land <u>binnen de Europese Unie of Schengenzone</u>? •Heb je een vaccinatiecertificaat? Je moet niet in quarantaine of je laten testen.</li> <li>• Heb je geen vaccinatiecertificaat? •Laat je testen op dag 1. Heb je al een negatieve coronatest voor je aankomst in België? Deze test mag maximum 72 uur oud zijn.</li> <li>• Laat je daarna nog eens testen op dag 7.</li> <li>• Is een test positief? Je moet 10 dagen verplicht in isolatie.</li> </ul> <p>Bron: <a href="https://www.info-coronavirus.be/nl/reizen/">https://www.info-coronavirus.be/nl/reizen/</a></p>
			<p><b>Let op, vanaf september 2021:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Wie terugkeert uit een <b>rode zone</b> en niet volledig gevaccineerd is (en dus geen vaccinatiecertificaat kan voorleggen), moest zich tot nu toe op dag 1 of 2 laten testen en tot aan het resultaat in quarantaine. Daar komt nu een verplichte test op dag 7 bij. Quarantaine tussen de twee testmomenten hoeft niet.</li> </ul>
<p>Je vult altijd de aanwezigheid in van de trainingen en wedstrijden via ( via ProSoccerData). Als je uit een rode zone komt en in quarantaine moet dan verwittig je de trainer en afgevaardigde. Bij verdachte symptomen die op Covid kunnen wijzen blijf je toch best thuis zoals reeds vermeld. We willen elkaar zoveel mogelijk beschermen. Zo kunnen we hopelijk zoveel mogelijk blijven voetballen en kan het seizoen en het schooljaar zo goed mogelijk starten.</p>			

Schema: bron: [www.vrt.be](http://www.vrt.be):

# Zo kom je veilig terug van je reis

## STAP 1

### Vul eerst een PLF-document in

Deze kan je online of op papier invullen.

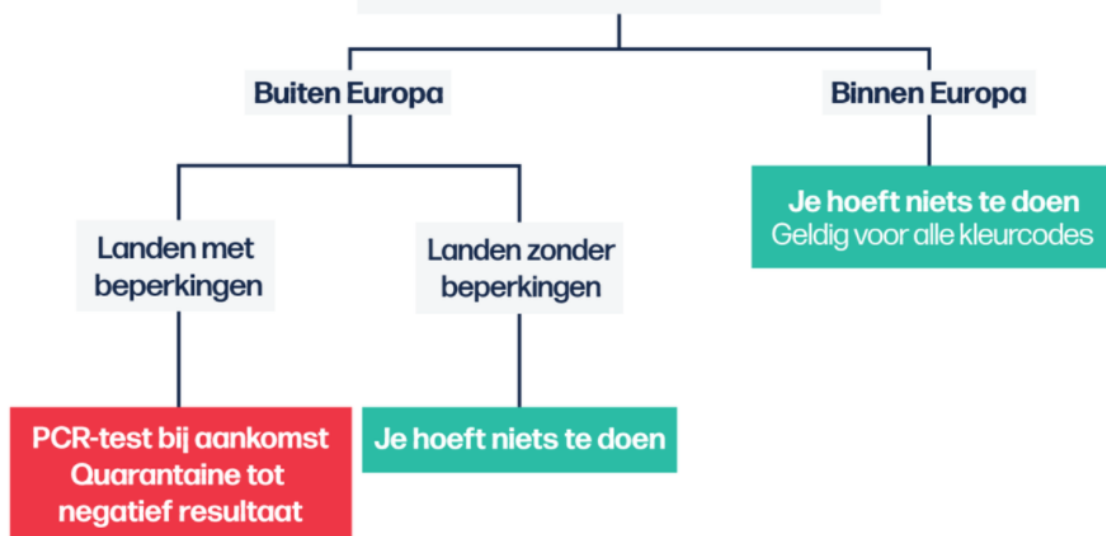
### Meereizende kinderen?

Kinderen jonger dan 12 jaar volgen de procedure van hun ouders.

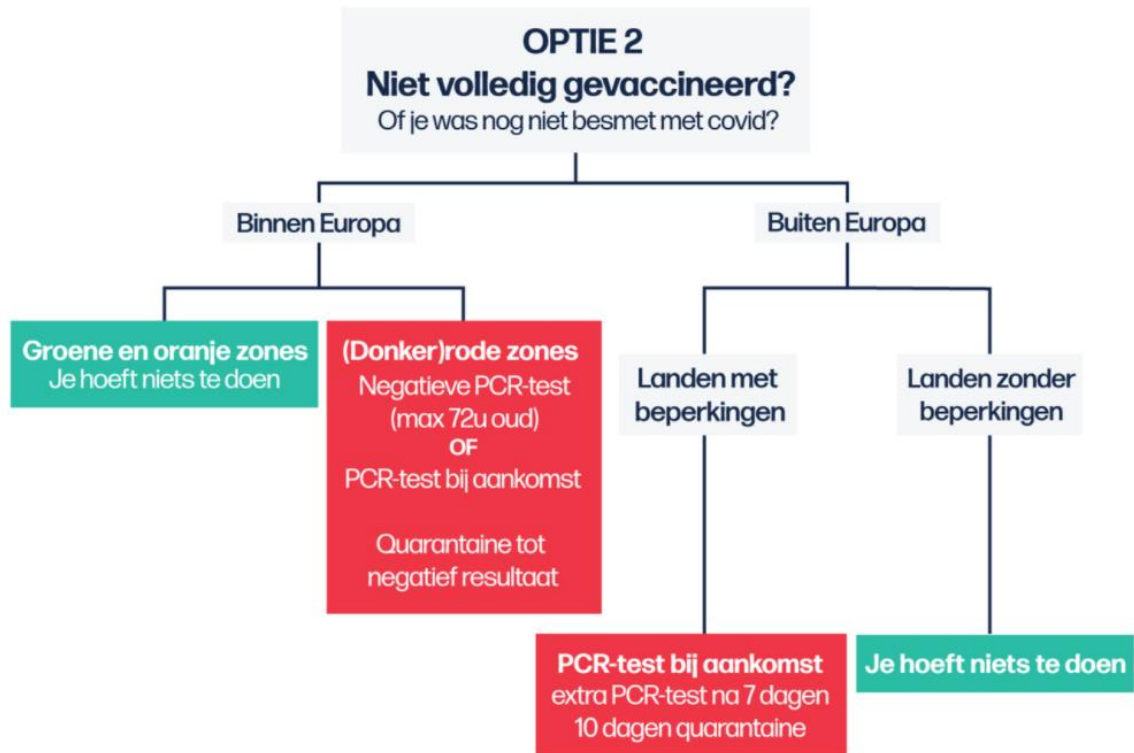
## OPTIE 1

### Volledig gevaccineerd?

Of je was besmet met covid?







### Optie 3

## Zones met een heel hoog risico

Er zijn bepaalde landen waarbij je bij terugkeer, sowieso de volgende maatregelen moet treffen:

**PCR-test  
bij aankomst**

**10 dagen  
in quarantaine**

**PCR-test  
na 7 dagen**

## **5) WANNEER IS HET DRAGEN VAN EEN MONDMASKER VERPLICHT?**

volgens het basisprotocol sport van Sport Vlaanderen dienen trainers ten allen tijde een mondmasker te dragen.

M.b.t. de mondmaskerplicht kan je terugvallen op 2 reglementaire kaders. Enerzijds is er het horeca-aspect, anderzijds het sportaspect. In de **sportkantine** gelden dezelfde regels als in een ander café van restaurant. Dat wil zeggen dat u het mondmasker ten allen tijde dient te dragen, uitgezonderd wanneer u neerzit aan uw tafeltje.

**(Nieuwe regel voor de horeca (kantine) vanaf 1 september 2021** (niet in Brussel)) Dan moet je in de kantine alleen nog een mondmasker ophouden als je rondloopt. Verder vallen de beperkingen weg.

M.b.t. de **sport-regels** is het dragen van een mondmasker ten allen tijde verplicht, zowel **binnen als buiten, behalve tijdens de sporten**. Ook trainers dienen voor, na en tijdens de activiteit te allen tijde hun mondmasker te dragen.

Deze verplichting geldt **niet voor jongeren tot en met 12 jaar**.

## **6) Kleedkamers tijdens trainingen :**

Kleedkamers en douches mogen **opnieuw open**. We adviseren hier wel nog een optimale **ventilatie/verluchting** (openzetten ramen en deuren gedurende minimum 15 minuten tussen het gebruik van de kleedkamer door twee sportgroepen). In de kleedkamers geldt een **beperkte capaciteit** zodat voldoende afstand kan gehouden worden. Om een **hoog risicocontact** te vermijden moet er zoveel mogelijk 1.5 meter afstand gehouden worden en een mondmasker gedragen worden in de kleedkamer.

## **7) Trainingen**

Vanaf 09-06-2021 wordt er geen onderscheid meer gemaakt in leeftijdscategorieën. Voor het algemeen geldt vanaf vandaag:

Wedstrijden en trainingen kunnen outdoor doorgaan met **maximaal 100 personen**, exclusief de begeleider(s).

Het blijft in het kader van de contact tracing (COVID-19) een VERPLICHTING om VIA PROSOCCERDATA DE AANWEZIGHEDEN OP TRAININGEN EN WEDSTRIJDEN TE REGISTREREN !!! Ook voor de voorbereiding van de training is dit belangrijk.

## **8) Op het terrein/trainingsmateriaal**

- We geven geen handen, een voet- of elleboogcontact kan wel.
- Iedere trainer heeft een deel persoonlijk materiaal gekregen. Gebruik het zoveel mogelijk. Gemeenschappelijk materiaal moet altijd ontsmet worden na gebruik. Hiervoor zijn producten voorzien.
- Probeer als trainer of coördinator zoveel mogelijk de **afstand van 1,5 m** te bewaren. Indien dit niet lukt wordt er gevraagd om een **mondmasker** te dragen.
- Iedere speler moet zijn **eigen drinkfles** (met vermelding van zijn/haar naam) mee hebben.

## **9) De Kantine**

### **(voor september)**

Indien horeca-activiteiten worden uitgeoefend, moeten de regels van de horeca worden nageleefd. Daarom zijn volgende punten uit het horecaprotocol Vlaanderen belangrijk.

Ontsmet u handen met handgel of ontsmettingsmiddel bij het betreden van de kantine en na het toiletbezoek.

Iedereen draagt een mondmasker in de kantine, behalve wanneer ze aan tafel zitten. Er wordt verplicht zittend geconsumeerd.

Beperk uw verplaatsingen in de kantine. Verplaats u enkel van en naar uw tafel en de toiletten, of om de rekening te betalen.

Iedere persoon moet aan zijn tafel blijven zitten.

Een maximum van acht personen per tafel is toegestaan, kinderen tot en met 12 jaar worden niet meegeteld.

De openingsuren zijn beperkt tot 01.00 uur.

Probeer steeds een fysieke afstand van 1,5 meter te houden.

### **(Vanaf september)**

**(Nieuwe regel voor de horeca (kantine) vanaf september 2021 (niet in Brussel))**

Dan moet je in de kantine alleen nog een mondmasker ophouden als je rondloopt.

**Verder vallen de beperkingen weg.** Er zal dus geen verplicht sluitingsuur meer zijn, het zal niet langer verboden zijn om aan de toog te staan, er moet geen afstand meer gehouden worden tussen de gezelschappen en er zal geen beperking meer zijn van het aantal mensen aan tafel.

## 10) Ouders

- Geef uw speler een gevulde herbruikbare drinkfles mee met vermelding van zijn of haar naam. **Water is de beste dorstlesser.**
- Trainingskledij wordt reeds thuis aangetrokken.
- Tijdens verplaatsingen naar trainingen **en** wedstrijden vragen we aan volwassenen en kinderen ouder dan 12 jaar om een mondkapje te dragen als iemand in de wagen zit die niet tot de gezinsbubbel behoort.
- Ouders betreden de voetbalvelden niet.
- Respecteer de afstandsregels van 1,5 m te allen tijde.

Versie 26/8/2021

**NIET IEDER APART MAAR SAMEN DRAGEN WE  
ZORG VOOR ELKAAR!**