

RKAVC Protocol: Bezoekers sportpark De Sprunck:

- voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop;
- Alle basis hygiëne regels zijn te alle tijden van toepassing;



Was vaak je handen.

- Was je handen in ieder geval voor je naar buiten gaat, als je thuis komt, na het snuiten van je neus, voor het eten, en nadat je naar de wc bent geweest.

- Was je handen 20 seconden lang met water en zeep. Droog ze daarna goed.



Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog.



Gebruik papieren zakdoekjes om je neus te snuiten.

- Gooi de zakdoekjes weg na gebruik.
- Was na het snuiten altijd je handen.



Schud geen handen.



Houd 1,5 meter afstand.

- Behalve bij mensen uit je gezin of huishouden.
- Door twee armlengtes afstand te houden is de kans kleiner dat mensen elkaar besmetten.

- heb je klachten? Blijf thuis en laat je testen; Als je positief getest bent en/of als je een huisgenoot of een nauw contact bent van een bewezen COVID-19-patiënt blijf dan ook thuis. Neem de gebruikelijke veiligheid- en hygiëneregels in acht;
- Er dient te alle tijden 1,5 meter afstand tot elkaar gehouden te worden, behoudens tussen personen uit één huishouden.
- volg altijd de aanwijzingen zoals looproutes en instructies van de organisatie, er is een gescheiden entree en uitgang op het sportpark aanwezig;
- geforceerd stemgebruik of zingen langs en in het veld, zoals schreeuwen en spreekkoren, is niet toegestaan;
- Consumpties mogen uitsluitend zittend op de daarvoor ingerichte plekken genuttigd worden;
- Er zijn maar een heel beperkt aantal zitplaatsen in de kantine en erbuiten, neem eventueel een eigen bidon of flesje met drinken mee;
- Bij de entree van de kantine en toiletten is desinfectie gel aanwezig;