

# PAARDENSPORT EN CORONA

*Aanbevelingen voor deze derde stap voor de sport*



**PAARDENSPORT**  
VLAANDEREN

**vanaf 8 juni 2020**

**#fieropmijnsport**



# Inhoud

## DE LAATSTE STAND VAN ZAKEN

- Algemene richtlijnen
- Wat kan er vanaf 8 juni 2020 (fase 3)?
- Nieuwe versoepelingen vanaf 1 juli 2020 (fase 4)
- Welke zijn de volgende stappen?

## PROTOCOLS

## DE 6 GOUDEN REGELS

## MAATREGELEN OP VERSCHILLENDE NIVEAUS

- Gezond sporten
- Infrastructuur & omgeving
- Catering

## EN OM NIET TE VERGETEN

- Veiligheid
- Verzekering en lidmaatschap
- Enkele pictogrammen

## PICTOGRAMMEN

*De volksgezondheid blijft centraal staan en dus dienen er extra maatregelen gevolgd te worden om het virus onder controle te houden. Iedereen heeft zijn verantwoordelijkheid om hieraan mee te werken!*

**KOM DUS UIT JOUW KOT, MAAR DOE NIET TE ZOT !!!**



Vlaanderen  
is zorg

# HET CORONAVIRUS

Hoe kan je een besmetting voorkomen?



Was je handen  
regelmatig en grondig  
met water en zeep.  
Reken zo'n 40 à 60  
seconden per wasbeurt.



Hoest of nies  
in een papieren  
zakdoekje of in de  
binnenkant van  
je elleboog.



Gebruik papieren  
zakdoekjes en  
gooi ze weg in  
een afsluitbare  
vuilbak.



Blijf zo veel  
mogelijk thuis.  
Ziek? Blijf dan in  
isolatie.



Raak je gezicht zo  
weinig mogelijk aan  
met je handen.



Vermijd  
handen  
geven.



Vermijd  
nauw contact.  
Hou voldoende  
afstand (1,5 m).

DRAAG ZORG VOOR JEZELF EN ZO OOK VOOR ANDEREN.

AGENTSCHAP  
ZORG &  
GEZONDHEID

Meer info op  
[www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be)

# De laatste stand van zaken



**Veilig en verantwoord  
Haalbaar en doenbaar**



# Algemene richtlijnen

- **BEN JE ZIEK? .... BLIJF DAN IN UW KOT!!!**

- In deze tijden is dat cruciaal. Besmettingen gebeuren blijkbaar meestal tijdens de eerste symptomen.
- Voel je je niet goed? Heb je een hoestje? Loopt je neus? Heb je (lichte) koorts? ... **Blijf dan thuis!**
- Doe dit om iedereen te beschermen.
- **Belangrijk: Ben je besmet** geweest, hou jezelf (ook na genezing) 14 dagen in **quarantaine**. Zo worden anderen beschermd!
- Zorg voor een goed **overzicht van je dagelijkse contacten**, een nieuwe noodzaak mocht men je contacteren bij besmetting in het kader van de **contact tracing**.

- **SOCIAL DISTANCING: Dit blijft het basismotto** (voor de komende weken en maanden).

- Zorg dat je **altijd** die **onderlinge afstand** houdt van **1,5 meter**.
- Dit doe je zeker met mensen die je niet constant tegenkomt (mensen die samenleven onder hetzelfde dak, hoeven dit uiteraard niet te doen).

- **HYGIËNE EN BESCHERMING:**

- **Was je handen** meer dan ooit (en grondig)!
- Gebruik van **mondmaskers of gezichtsbescherming** is aangewezen, maar geen verplichting.
- **Ontsmetting** van je handen en eventueel dragen van **beschermende handschoenen** biedt eveneens extra bescherming.
- Raak je gezicht zo weinig mogelijk aan.
- **Persoonlijke hygiëne** is meer dan ooit belangrijk! Zorg voor eigen ontsmettende handgel, wegwerphandschoenen en papieren zakdoekjes.
- Gebruik **wegwerphanddoeken**.
- Was (stoffen) rijhandschoenen na elk gebruik.



# Wat kan er vanaf 8 juni 2020 (fase 3)

## • CONTACTLOZE SPORTACTIVITEITEN KUNNEN ZONDER ONDERSCHIED HERVAT WORDEN:

- Indoor en outdoor
- Amateur en professioneel
- Recreatief en competitief
- Met respect van een afstand van 1,5 meter tussen elke persoon

## • SPORTLESSEN EN TRAININGEN MOETEN PLAATSVINDEN :

- In **georganiseerd** verband, namelijk door een club of een vereniging.
- Met een groep van **maximaal 20 personen** (= sportbubbel) en met respect van een afstand van 1,5 meter tussen elke persoon.
- Steeds in de aanwezigheid van een **meerderjarige trainer of toezichter**, welke meegerekend wordt in de maximum 20 personen.
- Minderjarige kinderen of een hulpbehoevende, mindervalide persoon mag **begeleid** worden naar en tijdens een training.
- Indien je gestald staat op een manege of pensionstal, moet je wel rekening houden met de **regels van de locatie**.
- Uiteraard kan je ook gaan **wandelen met je paard**.

## • COMPETITIE :

- Competities mogen georganiseerd worden voor **contactloze sporten**, maar **zonder publiek**.
- Er geldt **geen limiet** op het aantal deelnemende sporters.

## • HORECA :

- De horeca kan terug opstarten, onder **strikte voorwaarden**. Dezelfde regels als de horecazaken dienen gevolgd te worden (<https://www.horecavlaanderen.be/corona-info>)

## • ENKELE BEPERKINGEN BLIJVEN VAN TOEPASSING :

- De **contactsporten** (bvb. horseball, voltige in teamverband,...) moeten altijd beperkt blijven tot contactloze trainingen (bvb. conditie-, techniek- en shottrainingen), met uitzondering van kinderen tot en met 12 jaar onderling.
- **Kleedkamers en douches** van sportclubs zijn nog steeds niet toegankelijk.



# Nieuwe versoepelingen vanaf 1 juli 2020 (fase 4)

- **ALLE SPORTACTIVITEITEN ZIJN OPNIEUW TOEGESTAAN (MET INBEGRIJ VAN DE CONTACTSPORTEN)**

- Social distancing moet niet meer toegepast worden bij het beoefenen van de sport.
- Men dient de **protocols** te respecteren.

- **SPORTLESSEN EN TRAININGEN :**

- Voor alle activiteiten voor alle sporten worden de sportbubbels uitgebreid naar *maximum 50 personen*, steeds waar mogelijk volgens de veiligheidsvoorwaarden
- Indien je gestald staat op een manege of pensionstal, moet je wel rekening houden met de **regels van de locatie**.
- Uiteraard kan je ook gaan **wandelen met je paard**.

- **COMPETITIE :**

- Competities mogen georganiseerd worden voor **alle sporten**.
- Er geldt **geen limiet** op het aantal deelnemende sporters.
- Een **zittend publiek van maximaal 200 toeschouwers** is opnieuw toegestaan voor de sportcompetities mits naleving van het protocol en volgens de regels van de social distancing, in het bijzonder het behoud van de afstand van 1,5 meter tussen elke persoon.

- **SPORTKAMPEN :**

- Mogen georganiseerd worden onder voorbehoud van de **toelating van de gemeentelijke overheid** vanaf 1 juli 2020 voor één of meerdere groepen van **maximum 50 personen**, met inbegrip van deelnemers en begeleiders.
- Deze groepen vormen tijdens het zomerkamp elk een **afzonderlijke sociale bubbel**. Alle activiteiten worden per sociale bubbel georganiseerd en de groepen worden niet samen gezet, behoudens in situaties waar een grotere groep toegestaan is.
- Er is **geen limiet op het aantal kampen** waaraan een kind mag deelnemen.

- **ANDERE VERSOEPELINGEN :**

- **Kleedkamers en douches** van sportclubs worden opnieuw **toegankelijk**.



# Welke zijn de volgende stappen ?

- **VANAF 1 AUGUSTUS 2020 (fase 5):**

- **Sportevenementen** met een **bepakt aantal deelnemers/toeschouwers** zullen naar analogie met grotere bijeenkomsten zoals lokale kermissen opnieuw mogelijk worden, mits strikte voorwaarden.
- Er wordt op dit ogenblik een instrument ontwikkeld dat zal helpen om een **inschatting** te maken van de **veiligheid** van een evenement in tijden van corona.

- **VANAF 1 SEPTEMBER 2020 (fase 6):**

- **Massasportevenementen** blijven tot nader order verboden tot en met 31 augustus 2020.
- Dit biedt een voorlopig perspectief voor deze evenementen vanaf 1 september, maar dit is onder voorbehoud van verdere concrete beslissingen door de veiligheidsraad.

## EN WAT BLIJFT UITERAARD NOG STEEDS VAN TOEPASSING:

- **Afstand houden**
- **Gezichtsbescherming indien nodig**
- **Persoonlijke hygiëne**
- **En als je ziek bent, blijf je thuis!**





# Protocols voor onze paardensport

- **SPORT VLAANDEREN**

- Op de website van Sport Vlaanderen staan de algemene overkoepelende maatregelen die dienen genomen te worden bij sportactiviteiten, trainingen, ...
- <https://www.sport.vlaanderen/corona-en-sportbeoefening-in-vlaanderen/>

- **PAARDENSPORT VLAANDEREN**

- Paardensport Vlaanderen heeft eerder al protocols gecommuniceerd met richtlijnen voor clubs, trainers, sportbeoefenaars die nog steeds integraal van kracht zijn.
- In dit protocol wordt bijkomende informatie gepubliceerd, heel specifiek voor de competitie.

→ **Alle protocols van Paardensport Vlaanderen vind je gebundeld terug op onze Corona-pagina.**

- **HORECA**

- Deze opstartfase van de sport gaat gepaard met de opstart van de Horeca. Ook hier dient extra aandacht aan besteed te worden
- Alle informatie aangaande de richtlijnen voor de Horeca vind je bij Horeca Vlaanderen en op hun website <https://heropstarthoreca.be/> en bij de FOD Economie





# De 6 “gouden regels”

1. De **hygiëneregels** blijven essentieel. Dat betekent: **handen wassen** en geen handen geven. Gebruik je gezond verstand.
2. De **activiteiten** vinden bij voorkeur **in buitenlucht** plaats. Als dat niet kan, moet de ruimte voldoende geventileerd worden
3. Wees alert voor personen in de **risicogroep en/of kwetsbare personen**.
4. Afstandsregels blijven van toepassing, behalve voor mensen uit uw eigen huishouden, uw uitgebreide bubbel en kinderen jonger dan 12 jaar.
5. Beperk nog steeds de **contacten tot maximaal 10 personen per week**. De groep kan elke week veranderen en de regel geldt per persoon.
6. Deze groepen van 10 personen, kinderen inbegrepen, kunnen elkaar ontmoeten thuis of buitenshuis.



## De 6 gouden regels van het afbouwplan



Blijf de hele dag door de hygiënemaatregelen in acht nemen.



Geef de voorkeur aan activiteiten in de buitenlucht.



Wees alert voor risicogroepen en/of kwetsbare personen.



Hou afstand (1,5m), behalve voor personen die onder hetzelfde dak wonen, uw dichte contacten en kinderen jonger dan 12 jaar. Als dit niet mogelijk is, draag dan een masker.



Beperk uw dichte contacten tot maximaal 10 personen per week.



Groepen van max. 10 personen kunnen elkaar thuis of buitenshuis ontmoeten.

**Hoe pakken we dat best aan ?**



**Veilig en verantwoord  
Haalbaar en doenbaar**



# Gezond sporten

## • VERANTWOORDELIJKHEID : DE COÖRDINATOR

- Duid binnen de organisatie een **verantwoordelijke** aan (kan de zaakvoerder zijn, of iemand anders) die alle **maatregelen** goed coördineert en opvolgt. **Communiqueer** daarover duidelijk dat hij/zij ook het aanspreekpunt is en dat iedereen **verplicht** de maatregelen dient op te volgen.
- Sensibiliseer zoveel mogelijk en indien nodig wordt er ingegrepen en bijgestuurd.
- Alle andere medewerkers van de clubs/maneges/locaties zijn duidelijk op de hoogte van de richtlijnen en zien gezamenlijk toe op de strikte **naleving** ervan.

## • GEZOND SPORTEN :

- **Een goede conditionele voorbereiding** van zowel ruiter als paard in de aanloop naar een competitie is zeer belangrijk.
- **Grote samenscholingen moeten vermeden worden** en indien mogelijk wordt er gewerkt met flows van deelnemers in aparte tijdsloten.

## • DE MENS / DE DEELNEMER :

- Mensen die zich in de laatste periode **ziek** voelden, worden gevraagd thuis te blijven en niet te participeren. Symptomen zijn o.a. koorts, droge hoest, keelpijn, hoofdpijn, vermoeidheid, kortademigheid en een grieperig gevoel.
- Inschrijvingen dienen op voorhand in orde gebracht worden via Equibel, gekoppeld aan een online betaling via Equibel.
- Wij raden aan om **cash-betalingen** zoveel mogelijk te **vermijden**.
- Houd **afstand** met andere deelnemers of medewerkers.
- Neem je **afval** mee naar huis.
- In de rijbaan wordt het aantal ruiters beperkt tot **maximaal 1 per 100 m<sup>2</sup>**. De ruiters dienen altijd de onderlinge afstand van 1,5m te vrijwaren.

## • DE PRIJSUITREIKING:

- Paardensport Vlaanderen wenst de **prijsuitreikingen te beperken tot het minimum**. Indien dit alsnog gewenst is, dan zal enkel de winnaar in de piste geroepen worden. Fysiek contact moet zoveel als mogelijk vermeden worden.
- Indien er bekercups, erelinten of medailles worden verdeeld, dan dragen de medewerkers handschoenen en mondkapjes. Het product zelf, werd vooraf ontsmet volgens de eerder besproken regels en afspraken.



# Infrastructuur & Omgeving

## • HYGIËNE & SANITAIRE VOORZIENINGEN:

- **Toiletten** kunnen geopend worden, maar draag grote zorg voor hygiëne.
- Er worden voldoende voorzieningen getroffen om op verschillende plaatsen de **handen** te kunnen **wassen**.
- De toegang tot de toiletten wordt beperkt tot **één persoon per wasbak**.
- **Papieren handdoeken** en **ontsmettingsmiddel** zijn aanwezig.
- Indien je een “**air dryer**” hebt in de toiletten, **schakel** deze dan **uit**!
- Op diverse strategische plaatsen, verspreid over de locatie, wordt desinfecterende alcogel voorzien.
- Kleedkamers, douches en gemeenschappelijke ruimtes worden in eerste fase buiten gebruik gesteld tot 30 juni 2020 en opnieuw geopend vanaf 1 juli 2020.

## • AANWEZIGHEDEN :

- De organisatie stelt een **planning** op zodat het aantal aanwezige personen in die mate is beperkt waardoor te allen tijde de **social distancing** kan gegarandeerd worden.
- Dit aantal is per locatie verschillend en moet doordacht uitgerekend en opgesteld zijn.
- **Beperk de tijd** die je spendeert op de sportaccommodatie **tot het strikt noodzakelijke**.

## • ANDERE AANDACHTSPUNTEN :

- Potentiële contactpunten worden afgeschermd met **plexiglas**, die op regelmatige basis worden gereinigd en gedesinfecteerd.
- **Gemeenschappelijk sportmateriaal** wordt steeds na elke training, partij of wedstrijd ontsmet. Persoonlijke benodigdheden (drinkbus, handdoeken,...) worden gemarkeerd en strikt persoonlijk gehouden.
- **Contactloos payment** wordt de norm & inschrijvingen ter plaatse zijn niet mogelijk.
- Een team zorgt voor de **regelmatige schoonmaak** van de key-elementen binnen het evenement waaronder vb. sanitair, onthaal, gebruikte sportmaterialen etc



# Infrastructuur & Omgeving

- **DE PARKING :**

- De parking wordt verruimd om zo **social distancing** toe te laten.
- Besteed aandacht aan de *inrichting* van uw parking, bv. met spreiding van het aantal parkeerplaatsen en plaatsen voor vrachtwagens, bestelwagens, wagens met trailers, camionettes,... , zodat een veilige afstand gegarandeerd wordt.
- Extra afstand tussen de voertuigen moet ervoor zorgen dat de social distancing, ook bij op- en afzadelen, kan gegarandeerd worden.
- Zo wordt er naast elke vrachtwagen nog een extra lege parkeerplaats gelaten zodat social distancing makkelijk kan nagevolgd worden.
- Social distance wordt maximaal gefaciliteerd en waar mogelijk worden duidelijke routes aangeduid binnen het event.

- **VERKEER IN ÉÉN RICHTING :**

- Probeer, waar mogelijk, (in de stallen, op weg naar en van de piste) **éénrichtingsverkeer** in te stellen.
- Probeer **in- en uitgang** van de piste te **scheiden**.

→ Dit is **niet overal haalbaar** maar een heel interessante denkpiste!



# CATERING

## • WAT IS ER MOGELIJK OP HET VLAK VAN ETEN & DRINKEN :

- **Cateringfaciliteiten & VIP** zullen de gangbare maatregelen voor restaurants en **horeca** in het algemeen volgen. Deze zijn in detail terug te vinden bij:
  - Horeca Vlaanderen : [www.heropstarthoreca.be](http://www.heropstarthoreca.be)
  - FOD Economie : <https://economie.fgov.be/nl/publicaties/gids-voor-een-veilige>
- Indien er gebruik wordt gemaakt van **drankautomaten, koffiemachines** en dergelijke worden deze telkens tussen 2 klanten ontsmet door het personeel of worden ze door het personeel bediend.
- Indien er een **zittende eetgelegenheid** is, dan worden de volgende voorwaarden opgelegd :
  - De tafels dienen zo opgesteld dat de afstand van 1,5 meter tussen de tafels gewaarborgd is.
  - Het aantal tafels moet hieraan aangepast worden. Van deze regel kan worden afgeweken indien er een voldoende hoge barrière is voorzien (bv. van plexiglas, minimaal 1,80 m hoog).
  - Er kunnen maximum 10 personen samen aan een tafel zitten.
  - Enkel zitplaatsen aan tafel zijn toegestaan.
  - De algemene regels over de toegestane sociale contacten zoals vastgelegd door de overheid, moeten worden gerespecteerd.
  - De bediening wast en ontsmet voortdurend de handen en draagt verplicht een mondkapje.
  - Tafels en stoelen moeten na het vertrek van de gasten ontsmet worden alvorens nieuwe gasten er mogen plaatsnemen.
  - Alles wat op tafel kwam, moet na het vertrek van de gasten in de afvalcontainer of moet gereinigd en ontsmet worden.
  - Terrassen en openbare ruimten worden georganiseerd conform de bovenstaande voorschriften.
- In zeer kleine ondernemingen uitgebaat door één persoon zonder personeel kan er besteld en bediend worden aan de bar, met respect voor de regels van distancing. Consumenten aan de bar of rechtstaand is niet toegestaan. Er wordt verplicht zittend geconsumeerd.
- Medewerkers kunnen gevraagd worden hun eigen lunchpakket mee te brengen.

## • BETALINGEN:

- Wij raden aan om **cash-betalingen** zoveel mogelijk te **vermijden**.
- Ter plaatse digitale betalingen (Bancontact automaat, Payconiq ...) zijn methoden die de voorkeur hebben.



**En om niet te vergeten**

**Veilig en verantwoord  
Haalbaar en doenbaar**



# Veiligheid

## • ALGEMEEN:

- COVID-19 legt een enorme druk op onze ziekenhuizen. Laat ons **veiligheid absoluut voorop stellen** zodat we de hospitalen niet opnieuw zwaar belasten.

## • VOORZICHTIGHEID:

- Veel **paarden** hebben een **langere rustperiode achter de rug** en hebben misschien zelfs extra energie opgedaan.
- **Bouw de conditie van de paarden verantwoord op!**
- De eerste keren voor het rijden met een paard kan een extra longeursessie helpen om conditie op te bouwen enerzijds en overtollige energie kwijt te spelen anderzijds.

## • DRAAG JE HELM:

- Meer dan ooit roepen we op om op een veilige manier paard te rijden. Draag dus altijd je **veiligheidshelm** en **aangepast schoeisel** bij het paardrijden. Dat is de basis van de veiligheid!







# Lidmaatschap en verzekering

## • ALGEMEEN:

- Neem je terug de draad op, bekijk dan zeker bij jouw erkende club of je **lidmaatschap bij Paardensport Vlaanderen** reeds in orde is.

## • BASISVERZEKERING:

- In je lidmaatschap zit een **basisverzekering** voor burgerlijke aansprakelijkheid en lichamelijke ongevallen.
- Deze basisverzekering is geldig tijdens alle clubactiviteiten

## • INDIVIDUELE UITBREIDING OP JE VERZEKERING "I": (+ 15 euro)

- Wanneer je ook individueel de paardensport beoefent, **niet in clubverband**, is deze verzekering noodzakelijk.

## • TARIEVEN EN INLICHTINGEN

- Jouw club zal je alle informatie geven over het basislidmaatschap van Paardensport Vlaanderen.
- **Van zodra je lidmaatschap bij de club betaald is, ben je ook verzekerd !**



# Pictogrammen



**Veilig en verantwoord  
Haalbaar en doenbaar**





# PAARDENSPORT

VLAANDEREN

