

PAARDENSPORT EN CORONA

Aanbevelingen voor deze tweede stap voor de sport



PAARDENSPORT
VLAANDEREN

vanaf 18 mei 2020

#fieropmijnsport



Inhoud

DE LAATSTE STAND VAN ZAKEN

- Algemene richtlijnen
- Wat was en blijft mogelijk ?
- Wat is er bijkomend mogelijk vanaf 18 mei ?
- Wat is er nog niet mogelijk ?

HOE PAKKEN WE DAT BEST AAN?

- Adviezen voor de club/manege/locatie
- Adviezen voor de ruiter
- Adviezen voor de lesgever/trainer
- Trainen, privéles of groepsles

EN OM NIET TE VERGETEN

- Veiligheid
- Verzekering en lidmaatschap
- Enkele pictogrammen

PICTOGRAMMEN

Buitensporten als fysieke activiteiten zijn mogelijk!

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!



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

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 **contacttracing**.

• 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.





Wat was en blijft mogelijk ?

• DIERENWELZIJN:

- Alles wat nodig is in het kader van **dierenwelzijn** voor het paard mag gebeuren (transport, wandelen, beweging geven, dierenartsbezoek ...).
- Ritten te paard met het oog op het welzijn van het dier zijn toegelaten met een maximum van **drie personen**.

• PAARDENACTIVITEITEN:

- Je mag je paard bezoeken/verzorgen/rijden **thuis, op je weide, op je eigen piste ...** of daar **waar het gestald** staat.
- Indien je gestald staat op een manege of pensionstal, moet je wel rekening houden met de **regels van de locatie**.
- Sporten is **toegelaten voor iedereen in de buitenlucht**.
- Je kan dat doen samen met **leden van hetzelfde gezin** (die onder één dak wonen) en met **twee extra - steeds dezelfde** - personen.
- Uiteraard kan je ook gaan **wandelen met je paard** met maximum drie personen. Hier moet **geen** trainer of toezichter bij zijn.
- **Sportclubs** (maneges, pistes ...) **mogen terug openen** voor de beoefening van de sport in de buitenlucht.

• VERPLAATSINGEN:

- Je **verplaatsen** naar een sportaccommodatie wordt **toegelaten** om er te gaan sporten. Zelfs indien je daarvoor je paard moet opladen.
- Het is niet de bedoeling om gans het land rond te rijden om te gaan sporten en je mag er ook geen toeristische uitstap van maken.

• HORECA:

- Locaties waar je gaat paardrijden moeten de **horeca gesloten** houden, samen met de kleedkamers en douches (mochten die er zijn).
- Clubs dienen ook het **terrasmeubilair op te bergen**.

• WINKELS EN ECONOMIE:

- Alle **winkels zijn open**. Je kan dus terecht in jouw favoriete ruitersportzaak.





Wat is er bijkomend mogelijk vanaf 18 mei ?

• LESSEN EN TRAININGEN:

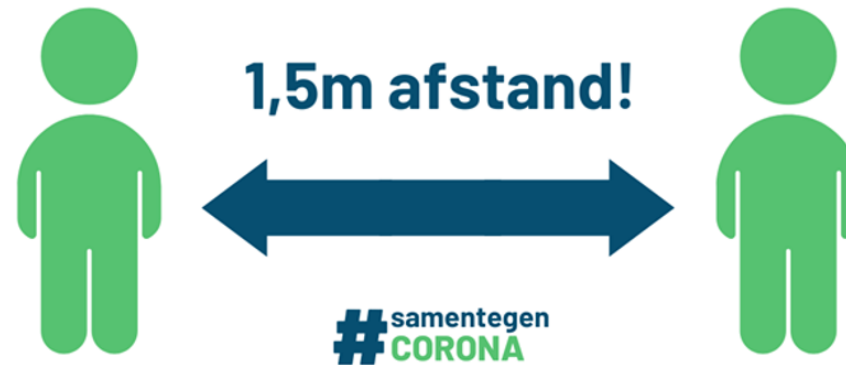
- Sportclubs mogen weer **trainingen** in de buitenlucht houden met de aanwezigheid van een trainer en met niet meer dan 20 personen.
- Paardrijden is dus toegestaan als **training of les** met een trainer of meerderjarige toezichter in een **buitenpiste of een piste die openstaat** aan de buitenlucht met **maximum 20** personen. Hieronder vallen groepslessen en privélessen.
- In elk geval moet de **social distancing** kunnen gegarandeerd worden. Specifieke **trainingen voor contactsporten** waarbij de social distancing niet kan gegarandeerd worden, zijn nog **niet toegelaten**.

• ECONOMIE:

- Ook **beroepen** zoals zadelpassers ... kunnen vanaf 18 mei terug uitgeoefend worden.
- **Social distancing** moet ook hier gehanteerd worden en op momenten dat het niet kan gegarandeerd worden, dienen bijkomende beschermingsmaatregelen genomen te worden (mondmasker, handschoenen ...)

EN WAT BLIJFT UITERAARD NOG STEEDS VAN TOEPASSING:

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





Wat is er nog niet mogelijk ?

- **EVENEMENTEN:**

- Op dit moment blijven **sportwedstrijden** verboden tot **31 juli**.
- Alle **evenementen** zijn tot nu toe verboden tot **30 juni**.

- **HORECA:**

- Horeca-activiteiten mogen nog niet hervat worden. Het is nog niet duidelijk wanneer daar verandering in komt en welke richtlijnen hiervoor zullen gelden.



Hoe pakken we dat best aan ?



**Veilig en verantwoord
Haalbaar en doenbaar**



Adviezen voor de club/manege/locatie

• VERANTWOORDELIJKHEID: COÖRDINATOR

- Duid binnen de club een **verantwoordelijke** aan (kan de zaakvoerder zijn, of iemand anders) die alle **maatregelen** goed coördineert en opvolgt. **Communiceer** daarover duidelijk dat hij/zij ook het aanspreekpunt is en dat iedereen **verplicht** de maatregelen dient op te volgen.
- 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.
- Speeltuinen blijven nog steeds afgesloten en ook terrasmeubelen blijven opgeborgen.

• 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**.
- **Papieren handdoeken** en **ontsmettingsmiddel** zijn aanwezig.
- De toegang tot de toiletten wordt beperkt tot **één persoon per wasbak**.
- Indien je een "air dryer" hebt in de toiletten, **schakel** deze dan **uit**!
- Mocht je beschikken over **douches** en/of **kleedkamers**, dan mogen deze **niet** gebruikt worden.

• AANWEZIGHEDEN:

- De club stelt een **planning** op zodat het aantal aanwezige personen in die mate is beperkt waardoor ten allen tijde de **social distancing** kan gegarandeerd worden.
- Dit aantal is per locatie verschillend en moet doordacht uitgerekend en opgesteld zijn.
- **Aanwezigheid wordt beperkt in de tijd**, zodat iedereen de kans heeft om sportbeoefening te doen.

• ONDERHOUD PAARDEN:

- Op het moment dat het **basisonderhoud van de paarden** wordt gedaan (voederen, mesten), worden in de mate van het mogelijke **geen bezoekers** toegelaten in de desbetreffende stalvleugels ter bescherming van het personeel en medewerkers.





Adviezen voor de club/manege/locatie

• OPZADELEN/AFZADELEN/WASPLAATSEN / MATERIAAL:

- Bekijk als club goed hoe je **social distancing** kan garanderen bij het opzadelen en afzadelen van paarden; bv. in de stal.
- Bekijk goed de lokale situatie van wasplaatsen. Kan je misschien extra **tijdelijke wasplaatsen** maken op een andere plaats (outdoor)?
- Maak goede afspraken aangaande de **zadelkamer** en het gebruik ervan zodat social distancing gegarandeerd blijft (één persoon tegelijk).
- Besteed voldoende aandacht aan het **ontsmetten** van gemeenschappelijk gebruikte materialen (hoofdstel, zadel, borstels ...).

➔ Bij de voorbereidingen van het rijden en de naverzorging is de kans op menselijk contact groter dan bij het rijden zelf. Denk hier goed over na en maak specifieke afspraken voor jouw locatie.

• PISTEGEBRUIK MET UITZONDERING VAN LESSEN :

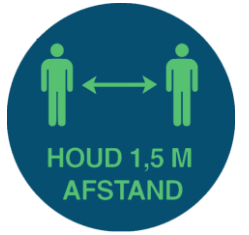
- We adviseren om **niet meer dan 1 ruiter per 100m²** toe te laten in een piste mits het in acht nemen van de eerder vermelde algemene regels.
- Wanneer er **parcours** wordt gesprongen, adviseren we om **niet meer dan 2 ruiters** toe te laten in een piste. Elke ruiter kan begeleid worden door maximaal één persoon.
- Hindernissen worden enkel gehanteerd met **medische handschoenen**.

• BETALINGEN:

- Wij raden aan om **cash-betalingen** zoveel mogelijk te **vermijden**.
- Online boekingsystemen (met eventuele voorafbetalingen), abonnementen (met eventuele voorafgaandelijke overschrijving) of ter plaatse digitale betalingen (Bancontact automaat, Payconiq ...) zijn methoden die de voorkeur hebben.

• HORECA:

- Alle **recreatieve ruimtes** dienen **gesloten** te blijven.
- **Horeca** activiteiten zijn nog steeds **niet toegelaten!**





Adviezen voor de club/manege/locatie

- **VERKEER IN ÉÉN RICHTING** (waar mogelijk)

- 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!

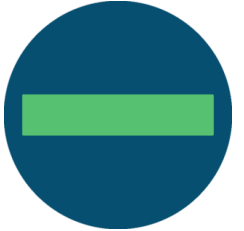
- **WIE IS WELKOM?**

- **COMMUNICEER DUIDELIJK WIE ER WELKOM IS IN DE WERKING VANAF 18 MEI.**

- **Optie 1:** Enkel klanten die met een paard gestald staan op de club.
- **Optie 2:** Ook klanten die komen rijden in de manegewerking of privélessen.
We adviseren om geen lessen voor beginners op te starten aangezien deze te intensief zijn en vaak contact vragen (hulp bij het opstijgen ...).
- **Optie 3:** Eveneens klanten die met hun eigen paard komen trainen.
- **Optie 4:** Of uiteraard een **combinatie** van optie 1, 2 en/of 3.

- **ZORG DAT DE VERSCHILLENDE DOELGROEPEN GOED WETEN WIE WANNEER WELKOM IS.**

- In **geen** geval kunnen massa's mensen samen op de manege zijn.
- De regeling rond aanwezigheden zal de **belangrijkste** maar meteen ook de moeilijkste opdracht worden voor elke club.



Als club heb je een grote verantwoordelijkheid om deze doorstart in goede en veilige banen te leiden.

Bezint eer ge begint en communiceer duidelijk!

Overleg bij twijfel met de lokale overheid!



Adviezen voor de ruiter

• HYGIËNE:

- **Was** vaak en grondig je **handen** en **desinfecteer** ze na het opzadelen, na het rijden, na het afzadelen ...
- **Persoonlijke hygiëne** is meer dan ooit belangrijk! Zorg voor eigen ontsmettende handgel, wegwerphandschoenen en papieren zakdoekjes.
- Gebruik **wegwerphanddoeken**.
- Was (stoffen)rijhandschoenen na elk gebruik.

• BEGELEIDING:

- Wanneer je gaat rijden, doe dat dan **steeds met dezelfde begeleider**. Minderjarigen komen met dezelfde ouder naar de club, meerderjarigen komen alleen of met één groom (en dan steeds dezelfde groom).
- Paardrijden is (nog steeds) **geen familie-uitstap!**
- Indien je als begeleider enkel in transport moet voorzien, blijf dan in je wagen wachten.

• MATERIAAL:

- Alle ruiters worden opgeroepen om **zo weinig mogelijk materiaal te delen** met anderen.
- In een ideale situatie heeft elke ruiter **eigen kuisgerief** en aanverwante.
- Als materiaal gedeeld wordt, zorg dan voor ontsmetting en gebruik handschoenen om besmetting te vermijden.
- Indien je les krijgt met een systeem met oortjes, gebruik dan bij voorkeur **eigen oortjes** of zorg er anders voor dat ze telkens goed ontsmet worden.





Adviezen voor de ruiter

- **HET RIJDEN ZELF:**

- Als je individueel rijdt, wees dan voorzichtig met de conditie-opbouw van je paard als die uit een rustperiode komt.
- Bij het **losrijden** en/of **uitstappen** houden we altijd **afstand** van elkaar!

- **KLEDIJ:**

- Omkleden gebeurt thuis.
- Douchemogelijkheden worden **nergens** voorzien.

- **VERBLIJF:**

- **Beperk de tijd** die je spendeert op de manege of voor de training **tot het strikt noodzakelijke**. Zo maak je tijd vrij voor de volgende sporter en kan iedereen aan bod komen.

We vragen aan alle sportbeoefenaars RESPECT voor de maatregelen die worden opgelegd door de clubs!





Adviezen voor de lesgever/trainer

• HYGIËNE:

- **Was** vaak en grondig je **handen** en **desinfecteer** ze na het opzadelen, na het rijden, na het afzadelen ...
- **Persoonlijke hygiëne** is meer dan ooit belangrijk! Zorg voor eigen ontsmettende handgel, wegwerphandschoenen en papieren zakdoekjes.
- Gebruik **wegwerphanddoeken!**

• BEGELEIDING:

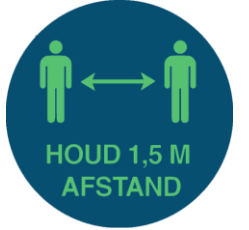
- Wanneer je gaat lesgeven, zorg dan altijd voor **voldoende afstand**. Vermijd persoonlijk contact, ook als je heel specifieke instructies wilt geven.
- Als je bij het lesgeven een systeem gebruikt met oortjes, vraag dan aan je leerlingen om **eigen oortjes** te gebruiken of zorg voor de nodige ontsmetting en hygiëne bij het gebruik van jouw oortjes en de overdracht.
- Zowel ruiter als trainer **beperken de tijd** op de accommodatie tot het strikt noodzakelijke.

• BESCHERMING:

- Lesgevers die verschillende uren na elkaar lesgeven aan verschillende personen, dienen extra zorg te dragen voor **bescherming**.
- **Mondmaskers en handschoenen** zijn in dergelijke gevallen een absolute **must**, maar bijkomend is de **gezichtsbescherming** sterk aangeraden!

• BETALINGEN:

- Wij raden aan om **cash-betalingen** zoveel mogelijk te **vermijden**.
- Voorafbetalingen, abonnementen (met eventuele voorafgaandelijke overschrijving of digitale betalingen (bancontact automatisch, payconiq ...) zijn methoden die de voorkeur hebben.





Trainen, privéles of groepsles

• TRAINEN:

- Heb je een piste gehuurd en ga je trainen, **beperk dan de tijd** op de accommodatie tot het strikt noodzakelijke.
- **Social distancing** en **veiligheid** zijn altijd cruciaal.
- Parkeer ook met genoeg afstand van andere voertuigen om fysieke interactie te vermijden.
- Houd ook rekening met de **specifieke richtlijnen** van de locatie waar je bent!

• PRIVÉLES:

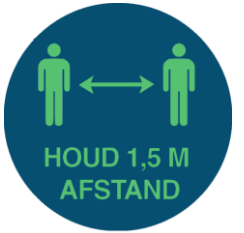
- Houd rekening met de regels zoals hiervoor omschreven.
- Zelfs als je thuis privéles neemt, wees dan **voorzichtig** en respecteer hygiëne.
- Neem je les op een (gehuurd) locatie, houd je dan aan de **specifieke richtlijnen** van de locatie!

• GROEPSLESSEN/TEAMTRAINING/GROEPSWANDELINGEN:

- We adviseren aan de clubs om ruiters vooraf de lessen te laten **reserveren** zodat de clubs tijdig **uurschema's** kunnen opstellen. In het kader van contacttracing is dit belangrijke informatie. Gelieve de deelnemerslijsten minstens 14 dagen bij te houden.
- Laat genoeg **ruimte** tussen de lessen zodat er geen onderling contact is tussen de mensen die gereden hebben en deze die moeten rijden.
- Laat ruiters **handschoenen** dragen om overdracht van het virus via het materiaal te vermijden, ook bij de verzorging.
- Als club draag je een grote verantwoordelijkheid om dit **veilig en verantwoord** te doen.
- Begeleide **groepswandelingen** zijn nog niet toegelaten.
- Men kan met maximum drie personen een begeleide buitenrit doen (begeleider meegeteld).

• BESCHERMING:

- Hygiënische **handschoenen** zijn een must.
- **Gezichtsbescherming** (zoals een plexi masker) kan extra bescherming zijn voor lesgevers, maar **voor ruiters verboden** omwille van de veiligheid.



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 hospitalen niet nog zwaarder gaan 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 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

