

Protocol voor deelnemers (leden) vanaf 18 jaar

Basisregels van toepassing:

- Heb je klachten: blijf thuis en laat je zo snel mogelijk testen, ook als je gevaccineerd bent;
- Bij een positieve test, blijf thuis en vermijd contact met anderen, ook als zij gevaccineerd zijn;
- Schud geen handen;
- Was vaak en goed je handen;
- 1,5 meter is veilige afstand;
- Hoest en nies in je elleboog.

Blijf thuis als:

- Jij één van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid (ook snottebel), hoesten, benauwdheid of koorts (eerst 24 uur weer klachtenvrij zijn);
- Iemand in jouw huishouden (milde) coronaklachten heeft met koorts (vanaf de 38C°). Als diegene negatief getest is mag je wel komen;
- De GGD heeft geadviseerd om in quarantaine te gaan. Bijvoorbeeld omdat iemand in jouw huishouden positief is getest op het COVID-19 virus of iemand uit jouw klas op school of op het werk.

De training:

- Kom alleen naar de sportlocatie wanneer er voor jou een repetitie is;
- Kom zo veel mogelijk lopend of fietsend naar de repetitie;
- Kom niet eerder dan 10 minuten voordat de repetitie begint;
- Doe altijd wat staffleden of andere mensen van The Pride zeggen;
- Neem je eigen flesje drinken mee en leen die niet aan een ander;
- **Houd tijdens de repetitie zoveel mogelijk minimaal 1,5 afstand van anderen.**

Denk aan:

- Bij elke binnenkomst laat je jouw CTB zien en desinfecteer je handen met het aangeboden middel;
- Draag voor en na de repetitie een mondkapje en houdt minimaal 1,5 meter afstand wanneer je in het clubgebouw bent;
- Was thuis voor en na iedere repetitie je handen minimaal 20 seconden met zeep;
- Als je naar het toilet moet tijdens de repetitie is desinfectie van je handen verplicht;
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes en gooi die direct weg in de prullenbak.

Als je je niet vertrouwd of veilig voelt kun je dit melden bij de staffleden op de training of bij het bestuur (bestuur@thepride.nl).

VOOR ALLES GELDT: GEZOND VERSTAND STAAT VOOROP!