**Protocol Duikopleiding/zwemmen in Noorderpark bad voor leden van Duikteam Amsterdam**

Inleiding

Vanaf 28 mei 2020 kan onze Duikvereniging weer gebruik maken van het Noorderparkbad op de voor ons gebruikelijk tijd van 21:00 tot 22:00 uur. Echter door de Corona crisis zijn hieraan wel extra maatregelen aan verbonden. Hieronder staan de maatregelen waaraan de leden van Duikteam Amsterdam zich moeten gaan houden tijdens het trainingsuur op de donderdag avonden. Deze maatregelen zijn gebaseerd (gekopieerd) van de algemene maatregelen (RIVM), maatregelen die zijn opgesteld door het Noorderparkbad en de maatregelen van de NOB (Nederlandse Onderwatersport Bond) en zonodig aangevuld met specifieke maatregelen die nodig zijn voor Duikteam Amsterdam zelf.

Referentie protocollen:

**Algemene Maatregelen:**

**Veiligheid en hygiëne in en om het zwembad**

**Voor leden Duikteam Amsterdam:**

1. Houd de door het RIVM voorgeschreven afstanden aan. Thans 1,5 meter voor personen ouder dan 12 jaar;

2. Kom alleen op de aangegeven openingstijden;

3. Kom alleen of kom met personen uit jouw huishouden;

4. Kom met persoonlijk vervoer: zoals te voet, met de fiets of auto.

5. Wees ervan bewust, dat bij drukte er een wachttijd is of er niet gezwommen kan worden.

6. Volg altijd de aanwijzingen van de daartoe bevoegde personen op;

7. Ga voorafgaand aan het zwembadbezoek thuis naar het toilet;

8. Trek thuis je badkleding aan. Op een aangeduide locatie in de badinrichting hoef je als zwemmer alleen de ‘overkleding’ uit te trekken en in een meegenomen sporttas mee te nemen naar een aangewezen plek, inclusief schoenen. Na het zwemmen kan je jezelf omkleden in de daartoe aangewezen ruimtes;

9. Was voorafgaand aan en na afloop van het zwembadbezoek je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden;

10. Beperk de aanrakingen met deuren, hekken, bankjes e.d. tot het noodzakelijke minimum;

11. Betaal met pin of contactloos (pin of mobiel); **NVT voor Duikteam Amsterdam**

12. Beperk gebruik van niet noodzakelijke ruimten in de accommodatie;

13. Douche thuis voor en na het zwemmen;

14. Verlaat direct na het zwemmen de accommodatie zo spoedig mogelijk via de routing naar de aangewezen uitgang.

15. Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;

16. Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten;

17. Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuisblijven tot 14 dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hierin het advies van de GGD);

18. Blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld;

19. Blijft thuis als je in thuisisolatie bent omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld;

20. Ga direct naar huis wanneer er tijdens de sportactiviteit klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;

**Maatregelen Noorderparkbad**

Verantwoordelijke voor navolging protocol

• Teammanager: Marco van der Horst

• Verenigingen: Voorzitters en trainers

**Entree**

• Bezoekers van het Noorderparkbad komen binnen via de hoofdingang. Hierbij dienen de handen vooraf (thuis) schoongemaakt te zijn voordat het zwembad wordt betreden, door eigen? mee gebrachte desinfectie middel kan dit ook in de hal van het zwembad. **DTA zorgt ervoor dat er desinfectie middel beschikbaar is voor haar leden.**

• Bezoekers en sporters worden in shifts toegelaten. Bezoekers door het Noorderparkbad en sporters via trainers of aangewezen personen. **De leden van DTA komen iets voor 21:00 uur aan via de hoofdingang. Het max aantal is ??? personen. Om iets na 22:00 uur verlaten de leden het zwembad via de achter ingang**

• Er wordt door de (banen)zwemmers gebruikt gemaakt van de twee 6-baans 25m wedstrijdbaden binnen en de 6-baans 25m wedstrijdbad buiten. Voor recreatiezwemmers van het Noorderparkbad wordt gebruik gemaakt van het doelgroepenbad en/of de buitenbaden. **Voor het lesuur van DTA wordt de helft van het zwembad gebruikt voor de leden die in opleiding zijn. De overige 3 banen worden gebruikt door leden die banen willen zwemmen volgens de regels die zijn opsgesteld door het Noorderparkbad.**

**Kleedruimten**

• De kleedruimten worden in principe (zo min mogelijk) niet gebruikt. Voor nood en speciale situaties zijn kleedkamers

• Omkleden op het zwembadperron is niet toegestaan. Niettemin wordt 1 dames en 1 heren kleedkamer beschikbaar gesteld. Per kleedkamer kunnen gelijktijdig maximaal 4 personen zich omkleden.

• Zwemmers dienen thuis hun badkleding aan te trekken. De zwemmer hoeft alleen in de

kleedkamer de ‘overkleding’ uit te trekken en in een meegenomen sporttas mee te nemen naar het zwembad, inclusief schoenen.

• In het zwembad is een aparte plek waar de sporttassen kunnen worden neergezet.

• 15 minuten voor het einde van een tijdsblok worden de zwemmers verzocht het zwembad te verlaten. Na het zwemmen kan men zich aankleden in een speciale zone met kleedruimtes waarna men direct het zwembad verlaat via de aangewezen route (veel al in de achter uitgang).

• Tussen de verschillende tijdsblokken reactiezwemmen zit 30 minuten waardoor de komende en vertrekkende bezoekers elkaar niet tegen komen. Bezoekers van de binnenbaden hebben alleen toegang tot het zwembad als het maximaal aantal niet is overschreden.

• Douches zijn dicht en iedereen dient thuis te douchen

**Veiligheid & hygiëne**

• Handhaving door personeel: management wordt duidelijk gemaakt dat personeel toestemming heeft om bezoekers zwemmers aan te spreken op het schenden van de regels en hen uiteindelijk de toegang tot de accommodatie te ontzeggen wanneer geen gehoor wordt gegeven aan de ingestelde regels.

• Extra bescherming medewerkers: voor receptiemedewerkers worden extra materialen gefaciliteerd zoals de kuchschermen en het gebruik van hygiëne middelen. Daarnaast worden de medewerkers voorzien van extra hygiëne instructies.

• Desinfectie: op meerdere plaatsen op de accommodatie zijn desinfectiemiddelen beschikbaar voor personeelsleden en klanten.

• Gebruik van papieren handdoekjes en automaatrollen wordt geadviseerd en de prullenbakken worden regelmatig geleegd.

• Extra schoonmaak: alle deurknoppen en andere handcontactpunten worden doorlopend

• gereinigd.

• Toiletten bij de zwembaden: De toiletten worden vaker en met extra zorg schoongemaakt. Er bevindt zich een aftekenlijst op de toiletten voor het registreren van het tijdstip waarop is schoongemaakt. 7

**Uitgang**

• Na het bezoek of training in het Noorderparkbad wordt het zwembad verlaten via aangewezen en afgesproken route (deze kan dus afwijken van de binnenkomst).

• Gebruik van desinfectiemiddel bij vertrek is niet verplicht voor iedere bezoeker, er vanuit gaande dat alles schoon is in de accommodatie en dat zwembadwater desinfecteert.

**Maatregelen NOB (Nederlandse Onderwatersport Bond)**

**Aangepaste protocollen voor het deel van de opleiding dat plaats vindt in het zwembad**

De leden van Duikteam Amsterdam die een opleiding volgen nemen allemaal hun eigen duikspullen (fles, automaat, duikbril, snorkel etc.) mee en worden alleen door deze leden zelf gebruikt.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Niveau** | **Vaardigheden** | **PDF** | **Video** | **Aanpassing nodig i.v.m. 1,5m**  **maatregelen?** | **Advies** |
| 1 | Materiaal controle |  |  | Nee |  |
| 1 | Duikset op- en afbouwen |  |  | Nee |  |
| 1 | ALV-controle |  |  | Ja | Op afstand de uitrusting tonen, maak geen fysiek contact en adem niet uit de ALV |
| 1 | Buddycheck |  |  | Ja | Op afstand de uitrusting tonen, maak geen fysiek contact en adem niet uit de ALV |
| 1 | Te water gaan |  |  | Ja | Let op je eigen veiligheid: als er hulp  gegeven wordt, is het advies om handschoenen te dragen |
| 1 | Water verlaten |  |  | Ja | Let op je eigen veiligheid: als er hulp gegeven wordt, is het advies om handschoenen te dragen |
| 1 | Oren klaren |  |  | Nee |  |
| 1 | Masker klaren |  |  | Nee |  |
| 1 | Masker reinigen |  |  | ja | Gebruik antifog middle om het beslaan van het masker te voorkomen. NIET meer in spugen. |
| 1 | Automaat klaren |  |  | Nee |  |
| 1 | Gebruik van snorkel |  |  | Nee | NB. alleen eigen snorkel gebruiken of gedesinfecteerd volgens protocol. |
| 1 | Vinslagen |  |  | Nee |  |
| 1 | Basistrim |  |  | Nee |  |
| 1 | Duikleiding |  |  | Nee |  |
| 1 | Alarmeren buddy |  |  | Nee |  |
| 1 | Kramp |  |  | Ja | Advies: oefening onder water uitvoeren. Indien de oefening aan de oppervlakte wordt uitgevoerd, hebben beide duikers bril op en automaat in. |



|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | Blazende automaat |  |  | Nee |  |
| 1 | Terugvinden van de automaat |  |  | Nee |  |
| 1 | Zwemmen zonder masker |  |  | Nee |  |
| 1 | Buddy kwijt procedure |  |  | Nee |  |
| 1 | Reddingsgrepen |  |  | Ja | Bij het uitvoeren van de oefening aan de oppervlakte hebben beide duikers bril op en automaat in. Eventueel kan er ook gebruik worden gemaakt van  een pop of dummy. |
| 1 | Duikplanning maken |  |  | Nee |  |
| 1 | Duiktabellen hanteren voor duikplanning |  |  | Nee |  |
| 1 | Duikcomputer gebruiken voor duikplanning |  |  | Nee |  |
| 1 | Af- en aandoen duikuitrusting aan de  oppervlakte |  |  | Ja | Beide duikers en instructeur hebben automaat in en bril op. |