

Informatie en spelregels trainen tijdens COVID-19

De BHV praktijkcursussen gaan door, zij het in aangepaste vorm!

U heeft met ons bestaande afspraken over tarieven en het aantal cursisten. In de periode dat we rekening dienen te houden met COVID-19, is het op 1,5 meter afstand houden een belangrijke factor. Dat betekent dat bij een training bij u op locatie, er een ruimte ter beschikking gesteld moet worden die hieraan voldoet. Op basis van de veiligheids- en hygiënerichtlijnen bieden wij u de keuze om in de volgende groeps grootte te trainen: 12 / 8 / 6 personen. Hierop zijn de volgende huis- en spelregels van toepassing:

- De ruimte die beschikbaar is, is leidend voor het maximaal aantal cursisten.
- Per cursist (en trainer) is een minimum van 7m² nodig. Dit is de ruimte die een cursist minimaal nodig heeft om de opdrachten goed en verantwoord uit te kunnen voeren.
- Met voorkeur dient dit een ruimte te zijn met een apart in- en uitgang.
- De ruimte dient ingericht te zijn op basis van de richtlijnen met betrekking tot afstand. U vindt verderop in deze bijlage een voorbeeld van een juiste inrichting.
- De ruimte is voorafgaand aan de training zorgvuldig schoongemaakt.
- In het lokaal dienen per tafel vuilnisbakken aanwezig te zijn voor onder meer het afval van reinigingsmiddelen en verbruikte trainingsmiddelen.
- Er dienen voldoende mogelijkheden te zijn om handen te wassen, zoals voldoende handzeep en papieren doekjes.
- U dient duidelijk aan te geven welke cursisten er komen. We kunnen alleen cursisten toegang verlenen die vooraf aangemeld zijn.
- De instructeur is leidend voor het bepalen of de ruimte voldoende groot is en daarmee voldaan kan worden aan de veiligheidsrichtlijnen. Mocht op de trainingsdag blijken dat de ruimte niet voldoet, dan wordt er met de contactpersoon binnen uw organisatie bepaald welke cursisten niet mee kunnen doen en dus de training op een ander moment kunnen inhalen.
- U dient vooraf de cursisten te informeren over de voorwaarden en huisregels om deel te nemen.

Kunt u zelf geen gepaste ruimte regelen, dan kan door PROV Integrale Veiligheid een ruimte worden gehuurd bij 'De Hofclub' te Woerden of Utrecht. Voor meer informatie kijk op www.hofclub.nl/ Er gelden gereduceerde tarieven: neem contact met ons op voor een passend voorstel.

Huisregels trainingsdag

Op de trainingsdag zelf, gelden de volgende huisregels:

- Blijf thuis als je een van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest, verhoging (vanaf 38 C°).
- Blijf thuis als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten.
- Schud geen handen.
- Houd minimaal 1,5 meter afstand van elkaar.
- Zorg dat je fit bent: neem genoeg rust en zorg voor goede voeding en persoonlijke hygiëne.
- Als je hoest of niest, doe dat aan de binnenkant van de elleboog.
- Was goed en regelmatig je handen met water en zeep, of gebruik hand-desinfectiegel.
- Haal geen koffie voor elkaar: gebruik de voorzieningen die er zijn in de ruimte.
- Er kan één persoon tegelijk naar het toilet / de toiletgroep.
- Gebruik de toegewezen persoonlijke beschermingsmiddelen.
- De trainer zorgt voor aanwezigheid van voldoende (nitril) handschoenen, geschikte trainingsmaterialen en reinigingsmiddel voor de tijdens de training te gebruiken materialen.

