



ALGEMENE HYGIËNEMAATREGELEN

De KNVB adviseert om de volgende hygiënische maatregelen in acht te nemen. Deze maatregelen zijn in lijn met het protocol van het NOC*NSF.

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop
- Blijf thuis als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- Houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar);
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- Ga voordat je naar de club vertrekt thuis naar het toilet;
- Was voor je training thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden;
- Was je handen met water en zeep voor en na bezoek sportlocatie;
- Douche thuis en niet op de sportlocatie
- Vermijd het aanraken van je gezicht;
- Schud geen handen;
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor de voetbaltraining aan op de sportlocatie en ga direct daarna naar huis.