

## Protocol zwemlessen De Kragge

De lessen in De Kragge beginnen weer vanaf **zaterdag 23-5**. We hebben geprobeerd om het Protocol Verantwoord Zwemmen zo specifiek mogelijk te maken voor onze situatie. We vertrouwen erop dat iedereen deze naleeft en verantwoordelijkheid neemt, zodat we allemaal met gezond verstand de zwemlessen weer kunnen hervatten. De zwemlessen worden (tijdelijk) teruggebracht naar 30 minuten, zodat we de wisselingen van groepen kunnen vermijden, de lestijden zo normaal mogelijk kunnen houden voor de meeste groepen en tijd hebben voor schoonmaak van de attributen en andere contactpunten.

**De starttijd van de les blijft hetzelfde, maar de eindtijd wordt met 15 minuten vervoegd.** We streven er natuurlijk naar, dat de lessen op termijn weer 45 minuten duren, maar denken dat dit een goede tussenoplossing is, zodat zoveel mogelijk kinderen weer kunnen deelnemen aan de zwemlessen.

Tijdens de eerste les(sen) proberen we een extra personeelslid (coronamedewerker) in te zetten, zodat zij of hij je eventueel wegwijs kan maken en toeziet op naleving. Het 'nieuwe normaal' zal even wennen zijn, maar wij hebben er alle vertrouwen in dat dit kan werken.

### Spoorboekje voor ouder en kind:

1. Kom met 1 begeleider per (zwemles)kind naar zwemles. Het is **niet** toegestaan om broertjes/zusjes/vriendjes mee te nemen!
2. De accommodatie is niet eerder dan 5 minuten voor aanvang van de les toegankelijk. **Wacht buiten, totdat de lesgever de toegang vrijgeeft!**
3. Doe thuis de zwemkleding aan, onder een onesie of jogging pak. Dit is makkelijk en kun je snel uit- en aantrekken. Een paar slippers, crocs of andere instapper versnelt bovendien het aan- en uitkleden. Tip voor de meisjes: doe een zwembroekje aan.
4. Laat je kind, voorafgaand aan het zwembadbezoek, thuis naar het toilet gaan.
5. Kom door de hoofdingang naar binnen en gebruik direct bij de ingang de desinfectie voor de handen.
6. Voor iedere groep hebben we een omkleedzone gecreëerd. In het bijgevoegde schema, kun je zien welke zone aan de groep van je kind is toegekend.
7. De lesgever haalt de kinderen (met handdoek) op uit de betreffende zone.
8. De omkleedplek is tevens de wachtplek voor de ouders, zodat we de 1,5 meter maatregel zo goed mogelijk kunnen handhaven en er zo min mogelijk aanrakingen zijn.
9. Tijdens de les gaat er 1 hulpouder mee naar de zwemzaal. Deze ouder mag kijken en kan zo de voortgang van zijn of haar kind volgen. Ook willen we een beroep doen op deze ouder voor de volgende zaken:
  - **een eventuele calamiteit**
  - **als een kind echt naar het toilet moet. Loop met het kind mee naar het toilet en haal (indien nodig) de betreffende ouder uit de vergaderzaal, zodat de ouder het kind eventueel zelf kan helpen.**
  - **hulp bij het halen en brengen van de groep naar de zwemzaal en terug naar de vergaderzaal.**De hulpouder houdt ten alle tijden 1,5 meter afstand tot de instructeur en de andere kinderen in de groep. Het gebruik van persoonlijke beschermingsmiddelen (mondkapje en handschoenen) door de hulpouder, stellen we op prijs, maar is niet verplicht. Deze gelieve zelf mee te nemen, evenals een paar slippers. Op de locatie kun je eventueel beschermingsmiddelen kopen. Hulpouders zijn op volgorde, conform namenlijst aan de beurt (instructeur draagt hier zorg voor).
10. Direct na de les, worden de kinderen onder begeleiding van de instructeur teruggebracht naar hun ouder in de omkleedzone.
11. De ouder kleedt zijn/haar zoon of dochter **z.s.m** om en verlaat de accommodatie via de **noodingang bij de kleedruimtes**. Gebruik bij het verlaten van het pand de desinfectie voor de handen.

## 12. Douches blijven in deze fase gesloten.

### De zwemlessen

- De zweminstructeur geeft zoveel mogelijk les op een afstand van 1,5 meter tot de kinderen, bij voorkeur vanaf de kant.
- Er vindt zo min mogelijk fysiek contact plaats, tenzij het echt niet anders kan.
- De eerste lessen zijn gericht op fun en gewenning, zodat de kinderen met vertrouwen het zwemletraject kunnen vervolgen.
- De lesgevers zullen tijdens de eerste lessen bekijken, waar de aandachtspunten per individu en per groep liggen. We zullen de huidige scores binnen de fase waarin je kind nu staat in Zwemscore op 'nog eventjes oefenen' zetten. Op het moment dat je kind laat zien dat hij of zij een onderdeel (nog) beheerst, dan kunnen we dit vlot weer invullen. De kinderen kunnen op deze manier weer veel succeservaringen opdoen. De laatste scores voor de sluiting door corona blijven wel zichtbaar.
- We beogen dezelfde doelen als voorheen, maar de organisatie van de les kan, waar nodig, anders van opzet zijn.
- Instructeurs wisselen onderling werkvormen en succeservaringen uit. Ook wordt er scholing gevolgd op het gebied van de 1,5 meter zwemles en zullen we het proces tussentijds evalueren.

### Groepsindeling in schema

De samenstelling van de groepen blijft ongewijzigd. Echter, om tot een evenwichtige verdeling te komen, hebben we een aantal zondaggroepen moeten verplaatsen naar een ander tijdstip. Dit is in het bijgevoegde schema terug te vinden.

### Veiligheid en hygiene regels (op basis van Richtlijnen RIVM):

- Blijf thuis als je de afgelopen 24 uur een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts. **Bij ziekte van je kind of om andere redenen, meld hem of haar af via Zwemscore.**
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf 38 graden) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je weer sporten en naar buiten.
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus. Omdat je tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet je thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact waarop deze persoon nog besmettelijk was (volg hier het advies van de GGD).
- Blijf thuis als je het nieuwe coronavirus hebt gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en dit in de afgelopen 7 dagen is vastgesteld.
- Blijf thuis als je in thuisisolatie bent, omdat je direct contact hebt gehad met iemand waarbij het coronavirus is vastgesteld.
- Ga direct naar huis, wanneer er tijdens de zwemles klachten ontstaan zoals: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen t/m 12 jaar onderling).
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.
- Gebruik de desinfectie voor handen bij de ingang van het Hotel, bij aankomst en verlaten van het pand.

- Vermijd het aanraken van je gezicht.
- Schud geen handen.