

## Richtlijnen voor sporters/deelnemers

- 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 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten (dit is ook van toepassing voor leiding en hulpleiding);
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het coronavirus. Omdat u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuisblijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- Ga voordat je naar het sporten gaat naar het toilet;
- Was voor en na je training thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden;
- Vermijd het aanraken van je gezicht;
- Schudt geen handen;
- Meld je tijdig aan wanneer je mee wil doen met de activiteiten, zodat de organisatie rekening kan houden met het aantal deelnemers;
- Kom alleen naar de sportlocatie, wanneer er voor jou een sportactiviteit gepland staat;
- Reis alleen of kom met één persoon uit jouw huishouden;
- Zet je fiets neer op langs het grasveld op advies van de buurtsportcoach;
- Kom in sportkleding naar de sportlocatie en zorg dat je thuis naar het toilet geweest bent;
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de activiteit naar de locatie;
- Volg altijd de aanwijzingen op van de buurtsportcoaches van Leef! We moeten streng zijn in het nakomen van de regels;
- Verlaat direct na de activiteit de sportlocatie;
- Word je na het sporten (of enkele dagen daarna) ziek dan meld je dit bij Leef! Geldrop-Mierlo: [info@leefgeldrop-mierlo.nl](mailto:info@leefgeldrop-mierlo.nl). Andere kinderen (ouders) worden dan op de hoogte gebracht;