



Protocol veilig trainen

versie 1.0
27 mei 2020

1.0 Anderhalve meter afstand tot elkaar

- Er wordt gewerkt in kleinere groepen, zodat 8 m² ruimte per deelnemer kan worden gewaarborgd.
- De trainer zorgt en ziet erop toe dat iedereen altijd 1,5 meter afstand tot elkaar kan houden.
- De deelnemers hebben een vaste eigen zitplek in de trainingsruimte.
- Er wordt gewerkt op locaties waar een veiligheids- of een 1,5- meterprotocol van kracht is.
- Oefeningen en andere werkvormen vinden alleen plaats met inachtneming van 1,5 meter afstand.
- De trainer zorgt voor een goed doordacht systeem voor het verplaatsen van deelnemers in de ruimte, bijvoorbeeld voor het binnenkomen en vertrekken en het doen van een oefening.
- De trainer geeft voorafgaand aan de training, bij de start van de training en tussendoor nadrukkelijke aandacht aan en uitleg over het bewaren van sociale afstand tijdens de training.
- Vanuit ATIM moedigen we hybride trainingen aan (deels fysiek en deels online) om het aantal samenkomsten te beperken.
- Deelnemers wordt gevraagd niet eerder dan 10 minuten voor aanvang van de training op de locatie aan te komen en direct na de training weer te vertrekken.

2.0 Hygiëne

- De trainer volgt de RIVM-hygiënemaatregelen strikt op en verwacht hetzelfde van de deelnemers. Bij klachten die passen bij infectie met het corona-virus blijven trainers en deelnemers thuis. Dat zijn bijvoorbeeld klachten als verkoudheidsklachten (loopneus, keelpijn, hoesten, minder kunnen ruiken en verhoging tot 38,0 graden Celsius), koorts en/of kortademigheid.
- Thuisblijven geldt tevens als iemand in het huishouden van een trainer of deelnemer koorts (vanaf 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft of als een trainer, deelnemer of iemand uit zijn of haar huishouden positief getest is op corona.
- Bij griep- of verkoudheidsklachten van de trainer of bij een positieve test op corona, zal door ATIM voor vervanging van de trainer worden gezorgd of wordt de training verschoven. Dit geldt ook als iemand in het huishouden van de trainer koorts (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft of positief getest is op corona.



- Deelnemers wordt verzocht de handen te wassen alvorens de trainingsruimte te betreden en alvorens de locatie te verlaten.
- De trainer zorgt er voor dat in de trainingsruimte hand-desinfectie-gel, papieren handdoekjes en schoonmaakmateriaal voor het reinigen van trainingsmateriaal aanwezig zijn.
- Deelnemers wordt de mogelijkheid geboden materialen ook zelf nog te reinigen.
- Indien van toepassing krijgt iedere deelnemer van de trainer eigen materiaal wat niet gedeeld hoeft te worden met andere deelnemers.

3.0 Locatie – Professionele accommodatieverschaffers en eigen locatie

Wanneer de training plaatsvindt bij een professionele accommodatieverschaffer vergewissen wij ons vanuit ATIM, altijd of er een 1,5 meter protocol van kracht is bij de trainingslocatie. Naast en in aanvulling van dit Protocol Veilig Trainen volgt de trainer altijd de specifieke voorschriften en maatregelen die accommodatieverschaffers voor de trainingslocatie treffen op. Vanuit ATIM communiceren we de specifieke maatregelen van de trainingslocatie zoveel mogelijk vooraf met de deelnemers. De verantwoordelijkheid voor de hieronder genoemde punten vallen volledig onder verantwoordelijkheid van de accommodatieverschaffer. De accommodatie dient minimaal te voorzien in (overeenkomstig de normen van branchevereniging CLC-Vecta):

- De mogelijkheid dat van begin tot eind 1,5 meter afstand tot andere gebruikers van de locatie kan worden aangehouden in zowel de trainingsruimte als in algemene ruimtes en sanitaire voorzieningen.
- Een veilige 'eenrichtingsverkeer' routing naar en door de locatie.
- Een protocol voor toiletgebruik en sanitaire voorzieningen die zeer regelmatig grondig worden gereinigd met nadruk op alle handcontactpunten.
- Nauwgezet schoonmaken van alle ruimtes en met nadruk de tafels en stoelen van de deelnemers en de trainer, zowel vooraf als tijdens (in de pauzes) de training.
- Gespreide pauzes om groepsvorming met andere gebruikers van de locatie te voorkomen. Er dient afstemming van aankomsttijden, pauzemomenten en vertrektijden plaats te vinden.
- Goede ventilatie in het gebouw en de trainingsruimte.
- Strikte veiligheids- en hygiëneregels voor het gebruik (handcontactpunten) van koffie- en thee faciliteiten, lunch- en dinermogelijkheden en andere catering-gerelateerde wensen.
- Bewustheid bij de medewerkers van de accommodatie van de RIVM-richtlijnen en extra maatregelen zoals het vaak en goed handen wassen en alertheid op het navolgen van die regels door (alle) gebruikers van de accommodatie.



3.1 Locatie – Bij de opdrachtgever

Wanneer de training plaatsvindt in de accommodatie van de opdrachtgever, op de vloer of in een vergaderruimte geldt het volgende:

- De opdrachtgever is verantwoordelijk voor een 1,5 meter beleid binnen het gebouw waar de training of opleiding plaatsvindt. De training vindt qua locatie-eisen volledig plaats onder verantwoordelijkheid van de opdrachtgever.
- De trainer kan de opdrachtgever, bijvoorbeeld middels een checklist met de punten uit onderdeel 3.0 in dit protocol, adviseren over het 1,5 meter beleid en de opgestelde richtlijnen.
- In de trainingsruimte is de trainer verantwoordelijk voor het naleven van de punten genoemd onder de onderdelen 1.0 en 2.0, 4.0 en 5.0 in dit protocol.
- Indien de accommodatie naar het oordeel van de trainer geen mogelijkheid biedt tot het uitvoeren van de punten onder de onderdelen 1.0, 2.0 en 4.0 in dit protocol zal de trainer de training niet kunnen geven en zal in overleg met de opdrachtgever een andere locatie moeten worden gevonden.
- De trainer vergewist zich voorafgaand aan de training of de accommodatie volstaat en de training binnen dit Protocol Veilig Trainen kan plaatsvinden.

4.0 Werkvormen

- Er worden door de trainer alleen werkvormen gebruikt waarbij 1,5 meter afstand kan worden gehouden tot elkaar.
- Voorafgaand aan iedere werkvorm geeft de trainer aan de deelnemers duidelijke stapsgewijze instructie met nadruk op het naleven van de 1,5 meter afstand tot elkaar.
- De trainer houdt ook zelf in alle gevallen 1,5 meter afstand tot de deelnemers. Het letterlijk 'over de schouder meekijken' is niet mogelijk, hiervoor zal de trainer een alternatief op afstand hanteren.

5.0 Gedrag tijdens de training

- De trainer geeft duidelijke instructies vooraf, aan het begin van de training en verder regelmatig over het bewaren van sociale afstand en hygiëne tijdens de training.
- Van alle aanwezigen bij de training wordt het gebruik van hun gezonde verstand verwacht en een eigen verantwoordelijkheid in het naleven van de instructies, dit protocol en de algemene maatregelen van het RIVM.
- De deelnemers worden gevraagd op elkaar te letten en elkaar te helpen herinneren aan de afgesproken gedragsregels.
- De trainer is gerechtigd om een deelnemer die zich niet aan de veiligheids- en hygiëne instructies houdt, te verzoeken de training en de accommodatie te verlaten.



6.0 Communicatie

- Iedere deelnemer ontvangt voorafgaand aan de training de veiligheids- en hygiëne instructies.
- Iedere training start met een duidelijke uitleg van deze veiligheids- en hygiëne instructies.
- De instructies hangen tevens zichtbaar in de trainingsruimte. Zo kunnen ook laatkomers direct worden geïnstrueerd.
- Regelmatig en bij de uitleg van iedere werkvorm vraagt de trainer opnieuw aandacht voor de veiligheids- en hygiëneinstructies.
- Met de opdrachtgever wordt vooraf afgesproken dat deelnemers die na een aanwijzing van de trainer moedwillig de veiligheids- en/of hygiëne instructies negeren de training zullen moeten verlaten.
- De trainer is niet verantwoordelijk voor de handhaving van de maatregelen uit dit protocol. Iedere aanwezige bij de training is verantwoordelijk voor zijn of haar eigen gedrag en acties.

7.0 Updates

Dit protocol is gebaseerd op het protocol van de branchevereniging NOBTRA (<https://nobtra.nl>). Het protocol zal worden bijgewerkt bij iedere aanpassing van de richtlijnen van de overheid en het RIVM. Bij iedere update vervalt automatisch de vorige versie.