



Spelregels KBO-activiteiten in coronatijd per 6 november 2020

Vooraf: extra voorzichtigheid geboden voor 70-plussers

Het RIVM waarschuwt dat 70-plussers een verhoogd risico hebben op een ernstig verloop van COVID-19. Kwetsbare ouderen die moeite hebben om hun zelfredzaamheid te behouden, lopen meer risico dan vitale ouderen. Kwetsbaarheid neemt toe met de leeftijd en kan zich uiten op verschillende gebieden. De ene kwetsbare oudere heeft bijvoorbeeld hulp nodig bij de lichamelijke verzorging terwijl de andere heel vergeetachtig is en naar de dagbesteding gaat.

Advies RIVM

In het begin van de corona-uitbraak kregen mensen uit risicogroepen het advies om zoveel mogelijk thuis te blijven en geen bezoek te ontvangen. Nu het virus weer meer verspreid wordt, is ook weer meer voorzichtigheid geboden.

Mensen uit risicogroepen wordt aangeraden om extra voorzichtig te zijn en de maatregelen goed na te leven. Ook voor bezoekers van mensen die tot een risicogroep behoren is het extra belangrijk om de basisregels goed op te volgen. Men mag maximaal drie bezoekers per dag ontvangen.

Basisregels: deze gelden in principe altijd en overal

- 1) Heeft u klachten: blijf thuis en laat u zo snel mogelijk gratis testen!
- 2) Houd 1,5 meter afstand van anderen.
- 3) Was vaak uw handen.
- 4) Hoest en noes in uw elleboog.
- 5) Werk thuis, tenzij het niet anders kan.
- 6) Vermijd drukke plekken en reis alleen als het noodzakelijk is.
- 7) Draag een mondkapje in publieke binnenruimtes.

De regel is dat iedereen 1,5 meter afstand houdt. Maar in sommige situaties is dat niet mogelijk en mag de 1,5 meter tijdelijk worden losgelaten, bijvoorbeeld bij

- Mensen behorend tot één huishouden
- Contact tussen hulpbehoevenden en hun begeleiders
- Mensen met contactberoepen (zoals kappers, masseurs en rij-instructeurs)
- In het openbaar vervoer (een niet-medisch mondkapje is verplicht)
- In het overig vervoer van A naar B, zoals een taxi of touringcar (een niet-medisch mondkapje, reservering en een gezondheidscheck vooraf zijn verplicht)
- In de auto (hierbij wordt geadviseerd een niet-medisch mondkapje te gebruiken)

Belangrijke pagina's van de Rijksoverheid met maatregelen

Omdat de maatregelen nu sneller veranderen, geven we hier de websitepagina's van de Rijksoverheid, zodat u daar de meest actuele informatie kunt vinden:

- [Openingspagina](#) van de Rijksoverheid
- [RIVM](#) – coronamaatregelen - dit gaat wat dieper op zaken in

- [Basisregels voor iedereen](#) van de Rijksoverheid
- [Regels in diverse situaties](#), zoals o.a. binnen/buiten/sport/vervoer
- [Adviezen en maatregelen voor risicogroepen](#) op de website van RIVM
- [Dit is een pagina](#) van de Rijksoverheid over afstand houden

Aanvullende regels voor activiteiten van KBO-Afdelingen

Inmiddels zijn de restricties toegenomen, maar dagbesteding (in de zin van vervangende zorg) en georganiseerde sociale bijeenkomsten van bijvoorbeeld seniorenverenigingen in buurthuizen of een gehuurde zaal in een horecagelegenheid mogen door blijven gaan, mits:

- het om georganiseerde bijeenkomsten gaat (dus geen vrije inloop)
- er in de bijeenkomst een aanspreekpunt namens de organisator aanwezig is
- wordt bijgehouden wie binnen is en of die persoon klachten heeft gehad in de voorafgaande dagen (ten behoeve van bron- en contactonderzoek)
- hygiënische maatregelen worden genomen (ontsmetting van handen bij binnenkomst en tussendoor)
- deelnemers bij binnenkomst een mondkapje dragen en tijdens het bewegen in de ruimte
- er niet met materialen wordt gewerkt die van hand tot hand gaan (bijvoorbeeld bij bepaalde kaartspellen)
- er bij sociale activiteiten in buurthuizen, zalen alleen koffie/thee gedronken wordt, maar niet gegeten (bij dagbesteding mag dit nadrukkelijk wel)
- bij buiten-activiteiten zoals wandelen en fietsen: in tweetallen met ruime interval (100 meter)
- bij binnen-activiteiten: 1,5 meter afstand en maximaal 30 personen in de zaal.

Tip: plaats bij entree, toiletten en in de ruimte pompjes met handreiniging en heb voor de zekerheid mondkapjes beschikbaar voor mensen die ze vergeten zijn.

Voor alle activiteiten geldt: neem bij twijfel contact op met uw gemeente of Veiligheidsregio. Lokale noodverordeningen zijn nog van kracht. De gemeente of Veiligheidsregio bepaalt of u nog aan andere specifieke voorwaarden moet voldoen. Deze kunnen afwijken van de richtlijnen van het landelijke protocol. Hierdoor kunnen de regels per gemeente verschillen. Neem daarom op tijd contact op met de gemeente en informeer naar de lokale noodverordening.

Toegestaan	Extra voorzichtigheid geboden	Niet toegestaan
------------	-------------------------------	-----------------

Badminton	Enkelspel toegestaan
Ballroom dansen	Niet toegestaan
Biljarten	Toegestaan, let op huishoudelijke reiniging contactpunten van materialen (met water en zeep of reinigingsdoekjes)
Bingo	Toegestaan
Bordspelen	Extra voorzichtigheid geboden
Bowlen	Toegestaan (met eigen bowlingbal)
Bridgen	Extra voorzichtigheid geboden (gebruik eigen kaarten)
Dansen	Niet toegestaan
Darten	Toegestaan
Fietsen	Toegestaan (in groepjes van twee personen met ruime interval)
Fitness	Niet toegestaan
Geo-caching	Toegestaan (in groepjes van twee personen met ruime interval)
Gezamenlijk eten	Niet toegestaan (behoudens bij dagbesteding)

Gymnastiek	Niet toegestaan
Inloopmiddag	Niet toegestaan
Jazz ballet	Niet toegestaan
Jeu de boules	Toegestaan (met eigen bal)
Kaarten maken	Toegestaan
Kaarten	Toegestaan (mis kaarten niet van hand tot hand gaan)
Kegelen	Toegestaan (met eigen bal)
Koersbal	Toegestaan (met eigen bal)
Kookcursus	Niet toegestaan
Kunstkring	Toegestaan
Leeskring	Toegestaan
Linedance	Niet toegestaan
Midgetgolf	Toegestaan (met eigen materiaal)
Museumbezoek	Niet toegestaan
Muziek maken	Muziek maken in de buitenlucht is toegestaan. Zingen is niet toegestaan. Neem over muziek maken contact op met uw gemeente of veiligheidsregio.
Nordic walking	Toegestaan (in groepjes van twee personen met ruime interval)
Pilates	Niet toegestaan
Schaken	Omdat onze achterban vrijwel geheel tot de risicogroepen behoort, adviseert KBO-Brabant in overleg met het RIVM nadrukkelijk om alleen te schaken als 1,5 meter afstand gewaarborgd is
Schilderen	Toegestaan
Scootmobieltocht	Toegestaan (met ruime interval)
Sjoelen	Niet toegestaan
Tai-Chi	Niet toegestaan
Tekenen	Toegestaan
Toneelspelen	Niet toegestaan
Volksdansen	Niet toegestaan
Vergaderen	Toegestaan
Wandelen	Toegestaan (in groepjes van twee personen met ruime interval)
Wandelvoetbal	Niet toegestaan
Yoga	Niet toegestaan
Zingen	Niet toegestaan
Zwemmen	Toegestaan