

Actieplan kledkameergebruik

KADER

Om het kleedkamergebruik zo veilig mogelijk te laten verlopen met zo min mogelijke kans op besmetting adviseert Sport Vlaanderen met aandrang om een actieplan kleedkamergebruik op te stellen. Dit actieplan is verplicht wanneer er geen CO₂ melder aanwezig is in de kleedkamers.

Opgelet!! Uitbaters en eigenaars van een eigen indoor sportinfrastructuur moeten over een eigen actieplan ventilatie en monitoring van de hele infrastructuur beschikken. Voor de opmaak hiervan kan gebruik gemaakt worden van het [generieke implementatieplan ventilatie](#) als leidraad.

MAATREGELEN VOOR DE CLUB

Volgende maatregelen dient de club te nemen voor een veilig kleedkamergebruik.

VENTILEREN EN VERLUCHTEN

Om de lucht in een gebouw gezond te houden is het belangrijk om voortdurend te ventileren en regelmatig aanvullend te verluchten. Ventileren is het voortdurend (24u op 24) verversen van de lucht. Je voert verse buitenlucht aan en voert vervuilde binnenlucht af. Bij voorkeur ventileer je via een gecontroleerd ventilatiesysteem. Op plaatsen zonder ventilatiesysteem kan je ventileren via ramen op een kier of verluchtingsroosters. Verluchten is een korte periode een grote hoeveelheid verse lucht binnenlaten door een raam of buitendeur wijd open zetten.

Controleer of je kan ventileren en spreek af op welke manier je de kleedkamer verlucht. Verlucht bij voorkeur wanneer er niemand aanwezig is.

- Openen van ramen (op kip of helemaal)
- Openen van deuren
- Zorg dat de verluchting naar buiten toe gebeurt en niet naar ruimten waar zich mensen bevinden.

Spreek duidelijk af wie ervoor zorgt dat de kleedkamers ook correct worden afgesloten indien nodig.

GEBRUIKERSPLANNING

Denk goed na over welke groepen welke kleedkamer gebruiken. Hou hiermee rekening met het maximum aantal sporters en las een vrij tijdslot in om tussendoor voldoende te verluchten. Sporters mogen telkens maximaal 15 min. gebruik maken van de kleedkamer.

Maak een duidelijk schema op, zie vb.:

Uurverdeling	Kleedkamer 1	Kleedkamer 2	Kleedkamer 3
17.45u-18u	Jongens 1	Verluchten	Kleuters 1
18u-18.15u	Verluchten	Meisjes 1	Verluchten
18.15u-18.30u	Jongens 1	Verluchten	Kleuters 1
18.30u-18.45u	Verluchten	Meisjes 1	Verluchten

18.45u-19u	Jongens 2	Verluchten	Kleuters 2
19u-19.15u	Verluchten	Meisjes 2	Verluchten
...

VOORZIENINGEN IN DE KLEEDKAMER

Voorzie indien mogelijk een CO₂-meter. Dit is verplicht met uitzondering wanneer bezoekers minder dan 15 min. verblijven in de kleedkamer én er een actieplan is. Deze CO₂-meter meet te allen tijde de luchtkwaliteit en geeft tijdig aan wanneer er verlucht moet worden. Het CO₂-gehalte van de lucht mag, idealiter, niet hoger zijn dan **900 ppm** en mag in geen geval de norm van **1200 ppm** overschrijden.



- De CO₂-meter moet aanwezig zijn wanneer de kleedkamer in gebruik is.
- Deze CO₂-meter moet je op een voor de bezoeker zichtbare plaats ophangen maar niet naast open ramen of deuren en niet naast de uitgang van de ventilatie.
- De CO₂-meter moet je instellen op een waarschuwniveau van 900 ppm. Indien deze drempel wordt overschreden, moet je bijkomende beheersmaatregelen nemen op basis van het hogervermelde actieplan. Wordt de waarde van 1200ppm overschreden, bevelen we aan te voorzien in een erkend systeem voor luchtzuivering of luchtfiltratie die een luchtkwaliteit verzekert die gelijkwaardig is aan 900ppm.

Opgelet: Algemeen is het belangrijk om de CO₂-concentratie in een ruimte op elk moment zo laag mogelijk te houden, minstens lager dan 900 ppm. Maar het is niet zo dat bij een laag CO₂-gehalte in de ruimte geen infectierisico voor SARS-CoV-2 bestaat. Het kan immers zijn dat het aantal aanwezigen laag is, zodat de aanrijking van CO₂ beperkt is en onder de 900 ppm blijft terwijl er toch infectieuze deeltjes in de ruimte komen. Blijf daarom verluchten en ventileren, zelfs wanneer er weinig mensen in een ruimte aanwezig zijn, zowel voor, tijdens als na hun aanwezigheid.

Uitgebreide info over ventilatie en correct gebruik van CO₂-meters vind je terug op de [website van het Agentschap Zorg en Gezondheid](#).

MAATREGELEN VOOR DE SPORTERS

Ook sporters dienen bij te dragen aan een veilig kleedkamergebruik door het volgen van volgende maatregelen:

- Dragen van mondmasker is verplicht vanaf 6 jaar. Onder de douche mag dit afgezet worden.
- Beperk het gebruik van de kleedkamer tot maximaal 15 min.
- Probeer je sportkledij thuis aan te doen. Zo hoef je enkel je jas en schoenen uit te doen in de kleedkamer.
- Douche zoveel mogelijk thuis.
- Let op de maximumcapaciteit zoals weergegeven aan de kleedkamer.

Communiceer de te volgen maatregelen naar je sporters. Hiervoor kan je gebruik maken van volgende visual. Deze kan je indien gewenst aanpassen in Canva via [deze link](#). Ken je Canva nog niet? In ons document 'Gemakkelijk visuals ontwerpen in Canva' in ClubSupport vertellen we je er alles over. ClubSupport vind je terug in [Mijn Beheer](#).

Maximum capaciteit van deze kleedkamer

...P

5 regels voor een veilig kleedkamergebruik

-  Draag je mondmasker in de kleedkamer
-  Doe je sportoutfit thuis aan
-  Douche indien mogelijk thuis
-  Wacht buiten op je sportvrienden
-  De laatste die de kleedkamer verlaat verlucht

sporia team