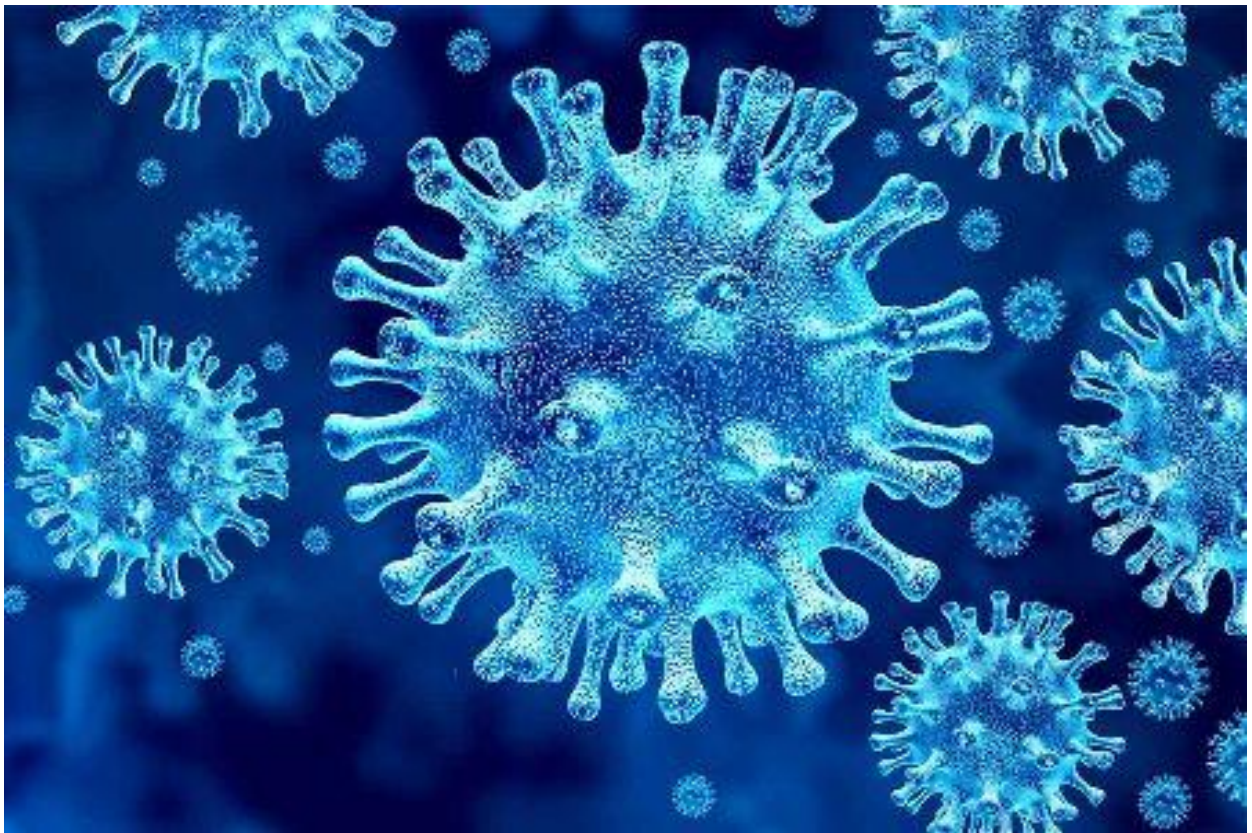


**Protocol verantwoord en veilig trainen**

Aan de hand van Covid-19 maatregelen



**1 september 2020**

**Protocol verantwoord en veilig trainen**  
Aan de hand van Covid-19 richtlijnen

## Inhoud

Inleiding en verantwoording .....	4
Gedragsregels social distancing, veiligheid en hygiëne .....	5
Trainingsruimte en groepsgrootte .....	6
Omgaan met verbale agressie/ Omgaan met emoties en agressie .....	6
Omgaan met fysieke agressie.....	6
Coördinatie .....	7
Communicatie .....	7
Gedragsregels trainer voor en tijdens de training .....	8
Training Verbale Agressiehantering.....	9
Gebruik VR bril .....	9
Training Fysieke Agressiehantering .....	10
Mogelijkheden om te trainen bij een nieuwe Lock-down .....	11

## Inleiding en verantwoording

Als gevolg van de Covid-19 pandemie richten wij onze trainingsactiviteiten anders in, zodat voor medewerkers en cursisten een zo veilig en gezonde trainingsomgeving ontstaat. In dit protocol wordt aangegeven welke maatregelen trainers, cursisten, medewerkers en opdrachtgevers moeten nemen om een training zo veilig en gezond mogelijk te laten verlopen tijdens de Coronacrisis.

Dit protocol vloeit voort uit het Covid-19 protocol van onze certificatie instelling Nikta (grootste certificatie-instelling in Nederland voor persoonscertificaten BHV en Acute Zorg).

Het Nikta Covid-19 protocol is opgesteld op basis van:

- ✓ De maatregelen die door de rijksoverheid zijn afgekondigd;
- ✓ De richtlijnen van het RIVM;
- ✓ Het protocol 'Samen veilig doorwerken';
- ✓ Het NRTO-protocol;
- ✓ Het protocol van BVBN e.a..

Dit protocol is van toepassing zolang dat nodig is. Dit zal vooral afhangen van hoe de pandemie zich ontwikkelt, de beschikbaarheid van effectieve medicatie en de introductie van een vaccin. Tot die tijd zullen aanpassingen in les- en leermiddelen, de didactische werkvormen en groepsgroottes nodig blijven, waardoor toch aan de vereiste behoefte voor praktijktrainingen kan worden voldaan.

Waar mogelijk faciliteren wij trainingen via de daarvoor beschikbare digitale platforms. Vanaf 1 juni 2020 bieden de RIVM richtlijnen ruimte voor samenkomsten met meerdere personen, hiermee ontstaan er ook weer mogelijkheden om klassikaal te trainen. Naast de algemene veiligheids- en gezondheidsmaatregelen bevat dit protocol de maatregelen voor het werken met een trainingsacteur en het trainen van fysieke vaardigheden tijdens de trainingen.

## Uitgangspunten

- ✓ De veiligheid van cursisten en personeel staat ten allen tijde voorop;
- ✓ Het doel dit protocol is de waarborging van hygiëne- en veiligheidsmaatregelen rondom Covid-19;
- ✓ De richtlijnen van het RIVM zijn leidend voor iedereen: trainers, cursisten en medewerkers;
- ✓ Het is van belang dat alle betrokken partijen op de hoogte blijven van wijzigingen in de RIVM richtlijnen. Hanteer altijd de meest actuele richtlijnen en pas protocollen en procedures met gedrags- en hygiëneregels aan, indien de overheidsrichtlijnen daartoe aanleiding geven.

## Gedragsregels social distancing, veiligheid en hygiëne

Maatregelen die de opdrachtgever(s) en deelnemers van de trainingen van Kudding & Partners treft.

Om de verspreiding van het Coronavirus en daarmee de ziekte COVID-19 tegen te gaan, zijn de RIVM maatregelen leidend. Dat betekent:

### 1) De trainingsruimte is Corona proof

- ✓ Ruimte is schoon en gedesinfecteerd;
- ✓ Ruimte beschikt over de mogelijkheid om te ventileren.

### 2) We houden ten allen tijde onderling anderhalve meter afstand van elkaar (deelnemers, trainers, medewerkers).

Maatregelen om onderling anderhalve meter afstand te bewaren:

- ✓ Spreid bij meerdere groepen zoveel mogelijk de aanvangstijden, eindtijden en pauzes;
- ✓ Geef binnen de trainingslocatie, indien noodzakelijk, verkeersroutes aan;
- ✓ Zorg dat cursisten bij binnenkomst, in de pauze en bij vertrek de juiste afstand tot elkaar kunnen bewaren;
- ✓ Beperk verplaatsingen door het gebouw, zodat deelnemers alleen op de noodzakelijke plaatsen komen;
- ✓ Neem bij gebruik van een toiletgroep ook 1,5 meter afstand in acht;
- ✓ Pas ook in de kantine, de rookruimten en buiten de 1,5 meter afstand toe en maak dit zichtbaar.

### 3) We wassen onze handen vaak en goed volgens de richtlijn goed handen wassen.

Ten behoeve van een goede hygiëne zijn op de trainingslocatie (bij de ingangen van de gebouwen en in de trainingsruimtes) de volgende middelen beschikbaar:

- ✓ Desinfecterende handgel en zeep;
- ✓ Papieren handdoekjes;
- ✓ Oppervlaktesprays;
- ✓ Er moeten voldoende gelegenheden aanwezig zijn om de handen te kunnen wassen;
- ✓ Bij de entree moeten de handen worden gedesinfecteerd;
- ✓ Bij het verlaten van de trainingsruimte, pauzes of toiletbezoek worden handen gewassen/gedesinfecteerd volgens richtlijn.

### 4) We schudden geen handen.

### 5) We hoesten en niezen in onze elleboog en gebruik papieren zakdoekjes.

### 6) We zitten niet aan ons gezicht.

### 7) We blijven thuis als we, of iemand uit ons gezin, Corona gerelateerde klachten hebben/heeft.

- ✓ Blijf thuis als je één van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest of verhoging vanaf 38 graden;
- ✓ Blijf thuis wanneer een huisgenoot meer dan 38 graden koorts heeft en/of benauwdheidsklachten.

### 8) Deelnemers zijn zelf verantwoordelijk voor het vervoer van en naar de trainingslocatie met inachtneming van de richtlijnen van het RIVM.

## Trainingsruimte en groepsgrootte

De maatregelen voor social distancing hebben ook gevolgen voor de groepsgrootte bij een training. De overheidsbepaling voor groepsgrootte (criteria voor samenkomsten), zoals opgenomen in de Noodverordeningen van de Veiligheidsregio's (art. 2.1), is leidend! Daarnaast geldt:

- ✓ Het maximale aantal deelnemers per groep is afgestemd op het kunnen borgen van de 1.5 meter afstand en de afmetingen van de lesruimte. Hierbij dient ook rekening gehouden te worden met de aanwezigheid van trainer(s) en trainingsacteur.

### Training: Omgaan met verbale agressie/ Omgaan met emoties en agressie

Om 1,5 meter afstand te kunnen houden is 8 m<sup>2</sup> per persoon nodig

#### Voorbeeld

Beschikbare trainingsruimte is 80m<sup>2</sup>

Aantal personen: trainer en acteur van Kudding & Partners en 8 deelnemers, totaal 10 personen

### Training: Omgaan met fysieke agressie

#### Voorbeeld

Beschikbare trainingsruimte is 80m<sup>2</sup>

Aantal personen: trainer en assistent van Kudding & Partners en 8 deelnemers, totaal 10 personen

Als de ruimte kleiner is, dan past u het aantal deelnemers aan, zodat er voor elke deelnemer 8 m<sup>2</sup> beschikbaar is.

Als de ruimte groter is kunt u het aantal deelnemers aanpassen, mits er voor iedere deelnemer 8 m<sup>2</sup> beschikbaar is en het aantal niet boven het maximale aantal deelnemers van 12 personen komt.

Deelnemers hebben alleen toegang tot de training als zij op de deelnemerslijst staan.

Uitzondering is als een deelnemer een afwezige collega vervangt.

De trainer **is verplicht** om niet vooraf aangemelde deelnemers te weigeren als daarmee het maximale aantal deelnemers voor de beschikbare ruimte wordt overschreden.

**Indien de trainingslocatie niet de eigen locatie van de opdrachtgever is** (bijv. buurthuis, externe trainingslocatie) zijn er de volgende aandachtspunten en te nemen maatregelen:

- ✓ Alle richtlijnen uit dit protocol zijn ook van toepassing op externe locaties waar de opdrachtgever een training organiseert;
- ✓ De opdrachtgever bespreekt daar waar nodig de inhoud van het protocol met de locatiehouder;
- ✓ Voorafgaand aan een externe training stemt opdrachtgever en de desbetreffende locatiehouder af of de veiligheid van medewerkers en cursisten kan worden gegarandeerd en of gewerkt kan worden volgens de RIVM-richtlijnen.

## Coördinatie

Bij voorkeur worden één of meerdere contactpersonen binnen de opdrachtgeversorganisatie verantwoordelijk gesteld voor de coördinatie van alle activiteiten die voortvloeien uit dit protocol. Deze verantwoordelijkheid strekt zich ook uit naar de vertaling van dit protocol naar (aanvullende) maatregelen voor de opdrachtgeversorganisatie, implementatie van de maatregelen, communicatie (extern en intern) en toezicht op de naleving.

## Communicatie

- ✓ Voorafgaand aan de training stuurt Kudding & Partners aan de contactpersoon van de opdrachtgever de gedragsregels voor social distancing en hygiëne;
- ✓ De opdrachtgever stuurt de gedragsregels voor social distancing en hygiëne voorafgaand aan de training naar alle deelnemers;
- ✓ Deelnemer leest de gedragsregels voor social distancing en hygiëne voorafgaand aan de training;
- ✓ Trainers en trainingsacteurs worden geïnformeerd en geïnstrueerd over de gedragsregels van Kudding & Partners tijdens een training.

De opdrachtgever is verplicht om het bij Kudding & Partners te melden als er cliënt(en) zijn met ziekteverschijnselen van Covid 19 in het gebouw waar de training wordt gegeven.

In dat geval zullen wij samen met u bespreken welke aanvullende maatregelen er nodig/mogelijk zijn om de training plaats te laten vinden.

## Gedragsregels trainer voor en tijdens de training

Trainers en acteurs zijn zelf verantwoordelijk voor het vervoer van en naar de trainingslocatie met inachtneming van de richtlijnen van het RIVM.

De trainer neemt een paar dagen voorafgaand aan de training contact op met de hiervoor opgegeven contactpersoon voor een laatste Corona check.

Eenmaal gearriveerd zijn de volgende maatregelen van belang:

- ✓ Trainer beoordeelt voorafgaand aan de training of de trainingsruimte voldoet aan de gestelde richtlijnen. Oppervlakte, mogelijkheid tot handen wassen, papieren handdoekjes, etc.;
- ✓ Trainer legt trainingsmateriaal met gereinigde handen klaar per deelnemer, zodat iedere deelnemer een bundel kan pakken;
- ✓ Trainer wijst de deelnemers op de gemeenschappelijke verantwoordelijkheid voor een geslaagde en verantwoorde (veilig en gezond) training. Dat betekent waar nodig ook elkaar aanspreken;
- ✓ Trainer geeft deelnemers een vaste zitplaats in de trainingsruimte waar zij telkens naar toe terugkeren;
- ✓ Trainer checkt of deelnemers vooraf geïnformeerd zijn over de gedrags- en hygiëneregels;
- ✓ Trainer wijst deelnemers erop dat zij, na afloop van de training, de trainingslocatie direct verlaten;
- ✓ Trainer laat daar waar mogelijk deuren en ramen openstaan;
- ✓ Trainer vult zelf de presentie lijst in.



## Training Verbale Agressiehantering

Bij alle activerende en interactieve werkvormen worden eerder genoemde social distancing en hygiëne maatregelen in acht genomen. Trainer, trainingsacteur en deelnemers hebben de gezamenlijke verantwoordelijkheid om hierop toe te zien gedurende de gehele training en indien nodig elkaar hierop aan te spreken.

Veilig oefenen met een trainingsacteur



Bij 1 op 1 oefeningen tussen de trainingsacteur en een cursist, waarbij er sprake kan zijn van variatie in afstand en nabijheid, maken we gebruik van een doorzichtige beschermwand. Hiermee waarborgen we zo goed mogelijk de realiteit en de effectiviteit van de trainingsoefeningen.

## Gebruik VR bril

Bij de training Veilig op huisbezoek wordt gebruik gemaakt van een VR bril.

Bij het gebruik van deze brillen worden extra hygiëne maatregelen getroffen. Na elk gebruik wordt de disposable bescherming vervangen en de bril wordt schoongemaakt met desinfecterende spray

## Training Fysieke Agressiehantering

Bij alle activerende en interactieve werkvormen worden eerder genoemde veiligheid en hygiëne maatregelen in acht genomen. Trainer en cursisten hebben de gezamenlijke verantwoordelijkheid om hierop toe te zien gedurende de gehele training en indien nodig elkaar hierop aan te spreken.

Bij deze specifieke training gaat het ook om de overdracht van fysieke vaardigheden en kan op de bovenstaande maatregelen een uitzondering worden gemaakt als er sprake is van bijzondere omstandigheden. Het betreft medewerkers uit de vitale beroepen die in hun werk geconfronteerd worden met fysieke agressie waar zij professioneel op moeten reageren. Dit is alleen mogelijk door een zo reëel mogelijke oefensituatie te creëren. Wat betekent dat bij uitzondering de cursisten de vaardigheden met elkaar in vaste duo's/groepjes tijdens de training oefenen en het principe van social distancing loslaten.

De trainer en cursist/assistent (1 van de deelnemers van de trainingsgroep) zullen de fysieke vaardigheden op veilige afstand van de cursisten demonstreren. Vervolgens oefenen de cursisten in vaste groepjes met elkaar, waarbij zij een mondkapje dragen. De trainer stuurt het trainen van de vaardigheden op afstand aan.

Kudding & Partners is ook als sportschool geregistreerd bij de KVK. Het is toegestaan dat cursisten tijdens het oefenen van de fysieke vaardigheden de 1,5 meter maatregel loslaten.

Het contact tijdens het oefenen van de fysieke vaardigheden is vergelijkbaar met het contact tijdens contactsporten zoals bijvoorbeeld jui jitsu en judo.

Buiten het oefenen van de fysieke vaardigheden zullen de cursisten zich weer aan de 1,5 meter afstand houden.

## Mogelijkheden om te trainen bij een nieuwe Lock-down

Afgelopen maart zijn wij allemaal “overvallen” door het Corona Virus en de maatregelen die werden genomen.

In de afgelopen maanden is er hard gewerkt en hebben we ons aangepast aan de nieuwe werkelijkheid. Wij zijn voorbereid op een eventuele nieuwe landelijke of regionale Lock-down.

Op de volgende manier kunnen wij er voor zorgen dat trainingen tijdens een Lock-down in een aangepaste vorm door kunnen gaan:

**Trainingen gericht op verbale agressie** kunnen online verzorgd worden via Teams of Zoom.

Dit kan op de datum waarop de oorspronkelijke training staat gepland.

Bij de online trainingen wordt ook een trainingsacteur ingezet om praktijksituaties te kunnen oefenen.

**Bij trainingen die gericht zijn op fysieke agressie** wordt het theoretische deel via Teams of Zoom verzorgd.

Hierbij wordt o.a. gebruik gemaakt van speciaal ontwikkelt filmmateriaal waarop de verschillende technieken worden getoond.

Op het moment dat het weer mogelijk is om fysiek samen te komen zullen de technieken met elkaar worden geoefend. Hierbij wordt rekening gehouden met de richtlijnen die op dat moment van kracht zijn.

Vanzelfsprekend wordt de nieuwe datum in overleg met de opdrachtgever gepland

Voor online trainingen hebben de cursisten per persoon een desktop of laptop tot hun beschikking met een camera en microfoon/oortje.

Een telefoon is niet geschikt omdat de documenten die worden gedeeld niet leesbaar zijn op een scherm van dat formaat.

De online-trainingen kunnen vanaf iedere locatie (werk, thuis) worden bijgewoond.

Voor het overgrote deel wordt er gebruik gemaakt van Teams of Zoom

Maakt u binnen uw organisatie gebruik van een ander platform, dan kijken wij graag samen met u of het voor ons haalbaar is om de training op uw platform te verzorgen.