



## Corona-update

Beste Koen, beste NELOS-duiker,

***Naar aanleiding van de recente wijziging in bepalingen van de Nationale Veiligheidsraad kan NELOS ook zijn bepalingen aanpassen. Gelieve hieronder de update te vinden van de eerder uitgestuurde bepalingen.***

***Hieronder vind je eerst en vooral een communicatie terug van de Vlaamse Sportfederatie & Sport Vlaanderen:***

*Beste sporter,*

*Net als de rest van de wereld wordt Vlaanderen bedreigd door een coronavirus dat al duizenden levens heeft gekost. Zonder de maatregelen van de overheid en zonder de inspanningen die we zelf hebben geleverd, zouden nog veel meer mensen gestorven zijn. Ook de sport werd aan banden gelegd. We zitten nu in de fase dat het virus uitdooft, maar als we niet oppassen, dan zal het vast en zeker opflakkeren.*

*Sport en beweging zijn heel belangrijk, niet alleen voor onze gezondheid maar ook ons geestelijk en sociaal welzijn. Daarom hebben de verantwoordelijken van de sportsector er ook op aangedrongen mensen geleidelijk weer meer kansen te geven om zich sportief uit te leven. Dat proces is nu aan de gang. We hebben al meer sportieve mogelijkheden dan enkele weken geleden, gelukkig maar.*

*Toch moeten we er samen voor zorgen dat de sportwereld niet de aansteker van een nieuwe coronapiekt wordt. Zolang er geen trefzeker medicijn of geen vaccin is tegen covid-19, zullen we dus voorzichtig moeten blijven. Daarom vragen we alle sporters en alle sportbegeleiders om de regels te volgen en niet op zoek te gaan naar achterpoortjes of trucs om die regels te omzeilen.*

*Hoe je ook sport, het belangrijkste is dat je thuis blijft als je mogelijke coronasymptomen hebt en dat je voor, tijdens en na het sporten anderhalve meter afstand houdt. Doe dat voor je eigen gezondheid, maar ook voor de gezondheid van je medesporters en alle andere mensen met wie je in contact komt.*

*Sporten is inderdaad belangrijk, maar niet belangrijk genoeg om mensenlevens te riskeren.*

**BELANGRIJK: Controleer regelmatig de [NELOS-website](https://nelos.be/artikel/Corona) ( <https://nelos.be/artikel/Corona>) voor aanpassingen aan onderhavige richtlijnen. Als gevolg van aanpassingen opgelegd door de overheid, de Geneeskundige Commissie of ons Duikonderwijs kan onderstaande aangepast worden.**

Vanaf 04-05-2020 mag er opnieuw gedoken worden, deze activiteit is gekoppeld aan

diverse regels opgesteld door de Belgische Duikfederatie (BEFOS) en de Geneeskundige Commissies van NELOS en LIFRAS. Deze regels zijn van toepassing op alle duikers, ongeacht hun federatie en zijn aanvaard door onze overheid. De uitgebreide versie en de toelichtingen en verantwoordingen kunt u aantreffen op de NELOS-website.

De richtlijnen voor wat betreft het duiken zelf zijn momenteel van toepassing voor het Belgisch grondgebied en zijn territoriale wateren.

### **Duikgeschiktheid**

Kandidaat duikers worden in drie groepen ingedeeld in functie van hun rechtstreekse betrokkenheid met het Coronavirus:

#### **GROEP 1**

- Duikers die een **COVID-infectie met ernstige symptomen** doormaakten (met of zonder ziekenhuisopname, met of zonder positieve test, met of zonder thuisquarantaine)
- Duikers bij wie de huisarts/triage-arts/spoedgevallensarts een **sterk vermoeden** had op COVID-infectie (met of zonder ziekenhuisopname, met of zonder positieve test, met of zonder thuisquarantaine).
- Duikers die een **verminderde inspanningstolerantie** vaststelden sinds het begin van de corona pandemie (maart 2020).

#### **GEVOLG**

- **Duikverbod gedurende 3 maanden** na herstel doorgemaakte infectie of na vermoeden van infectie of na opmerken van de verminderde inspanningstolerantie.
- De herevaluatie van de duikgeschiktheid moet, tijdens deze periode, gebeuren door een arts met kennis van zake, de uiteindelijke duikgeschiktheidsbeoordeling gebeurt door een duikarts.
- De duikgeschiktheidsbeoordeling moet gebeuren op basis van verschillende technische onderzoeken zoals longfunctie, CT-scan van de longen, inspanningstest, echografie van het hart, ...
- Duiken blijft verboden tot na een gunstige herbeoordeling.

#### **GROEP 2**

- Duikers zonder symptomen, maar met een positieve testuitslag.
- Duikers zonder symptomen, zonder positieve testuitslag, maar die in nauw contact kwamen, zonder adequate beschermingsmaatregelen, met een persoon met bewezen of vermoede COVID-19 infectie (bijv. huisgenoten).

#### **GEVOLG**

- **Duikverbod gedurende 45 dagen** na de testafname of na het eerste contact met besmette personen.
- De herevaluatie van de duikgeschiktheid moet, tijdens deze periode, gebeuren door een arts met kennis van zake, de uiteindelijke duikgeschiktheidsbeoordeling gebeurt door een duikarts.
- De duikgeschiktheidsbeoordeling kan verschillende technische onderzoeken omvatten zoals longfunctie, CT-scan van de longen, inspanningstest, echografie van het hart, ...
- Duiken blijft verboden tot na een gunstige herbeoordeling.

#### **GROEP 3**

- Alle andere duikers: mogen voorzichtig starten met duiken van zodra dit terug toegestaan wordt door de overheid en NELOS, en met respect voor de regels opgesteld door NELOS.

Wie zich om een of andere reden onveilig voelt, kan altijd zelf om een (her)beoordeling vragen.

We willen benadrukken dat het verzwijgen/onjuist weergeven van de juiste toedracht van de medische situatie van de duiker kan leiden tot uitsluiting van verzekering bij een ongeval. Zie ook het document [Advies Geneeskundige Commissie duikhervatting na Covid-19](#).

#### Voorwaarden

- **Duiktrainingen in openwater, georganiseerd door duikscholen (dikwijls ook 'clubduiken' genoemd) zijn weer toegelaten vanaf 18 mei 2020; op voorwaarde dat de beheerder van de openwaterzone dit toelaat. Deze groep mag bestaan uit 20 personen inclusief de duikverantwoordelijke die minstens AI, 4\*Duiker of Instructeur is. Het is de verantwoordelijkheid van de algemene duikverantwoordelijke dat de hieronder staande hygiënische afspraken gerespecteerd worden. Het organisatieblad, waaruit duidelijk blijkt wie met wie duikt alsook wie de desbetreffende algemene duikverantwoordelijke is, dient afgedrukt en volledig ingevuld ter plaatse aanwezig te zijn op de duikplaats.**
- **De vaste duikbuddy en de beperking van 2 duikers per ploeg, zoals bepaald in een eerdere fase is dus niet langer van toepassing.**
- De duiken gebeuren in open water en het NELOS-reglement blijft steeds van toepassing om veilig te duiken.
- De veiligheidsafstand (1,5 m) moet gegarandeerd zijn.
- Het gebruik van kleedkamers, douches en cafetaria's is verboden.
- Iedere deelnemer staat borg voor een perfecte hygiëne (handen wassen, fysisch contact vermijden, dragen van masker als de 1,5 m niet gegarandeerd kan worden).
- Voor alle duikactiviteiten buiten het water (briefing, duikplatform, ...) dient een oppervlakte van minimaal 4 m<sup>2</sup> per persoon gerespecteerd te worden.
- Beperkte verplaatsingen met de wagen, niet carpoolen, worden toegestaan. Het is niet de bedoeling het land te doorkruisen. NELOS kan hierover verder geen expliciete uitspraak doen, een advies is om te duiken in een duikplaats het dichtst bij je woonplaats.

#### Tijdelijk duikreglement

- Elke duiker moet beschikken over twee afzonderlijke ademautomaten, in noodgevallen wordt de reserve ademautomaat aangeboden aan de mededuiker.
- Het heropstarten van de duikactiviteiten gebeurt op progressieve wijze waarbij de NELOS-regels voor het heropstarten van het duiken na een periode van non-activiteit als minimum regel dienen gerespecteerd te worden.  
*De aanbeveling in verband met het **UITERST CONSERVATIEF EN VEILIG** duiken blijft behouden. Recreatieve duiken zijn een absolute aanbeveling!*
- De maximale duikdiepte is 40 m en niet decompressieduiken zijn eveneens een absolute aanbeveling.
- Het gebruik van gasmengsels is toegelaten voor zover de partiële zuurstofdruk 1 bar niet overschrijdt.
- Het uitvoeren van openwaterproeven is gebonden aan de regels qua veiligheidsafstanden en hygiëne. Het Duikonderricht zal hierover later in detail instructies verstrekken.
- Tot nader order zijn duikleidingen en openwaterproeven niet toegelaten. Doop- en opleidingsduiken zijn toegestaan alsook het afnemen van vaardigheden.
- De lijst van de beschikbare hyperbare centra wordt wekelijks up-to-date gehouden op de NELOS-website via pagina [www.nelos.be/corona](http://www.nelos.be/corona) en je kan eveneens informatie hieromtrent aantreffen op de website van de 'Belgische Adviesraad voor Hyperbare Zuurstoftherapie': [www.achobel.be](http://www.achobel.be).

#### Duikmateriaal

- Iedere duiker zorgt ervoor dat zijn eigen duikmateriaal in perfect hygiënische toestand verkeert.
- Duikcentra, duikshops, vulstations (ook in clubs) zijn gebonden aan de regelgeving inzake Corona en moeten de veiligheid van de duikers overeenkomstig garanderen. Het gebruikte duikmateriaal moet ontsmet worden overeenkomstig de vigerende

richtlijnen.

- Informatie over het ontsmettingsmiddel kan teruggevonden worden in het vernoemde DAN-document (zie volgende paragraaf) onder aanbeveling nr 2.2.

#### **Duikveiligheid**

- Het gebruik van eerste hulpmateriaal blijft onveranderd, de mondstukken dienen ontsmet te worden (alcohol is hiervoor niet toegelaten). **Zie de [DAN-richtlijn COVID-19 EN DUIKOPERATIES - 10 AANBEVELINGEN BETREFFENDE RISICO PREVENTIE EN VERMINDEREN](#)**
- In geval er CPR moet worden toegepast, volgt NELOS de richtlijnen van de Belgische reanimatieraad, waarbij hulpverleners geadviseerd worden te reanimeren met enkel thorax-compressies (dus zonder beademingen).
- De hyperbare centra van ziekenhuizen zijn niet steeds operationeel wegens hun activiteiten inzake COVID-19, een lijst van beschikbare centra wordt op de NELOS-website regelmatig geüpdatet.

#### **Duiksites**

- Duikcentra zijn gehouden de veiligheidsrichtlijnen van de overheid en de richtlijnen uitgevaardigd in het kader van het duiken te respecteren.
- Elke duiker dient zich strikt te houden aan de regels en richtlijnen die deze centra uitvaardigen.
- Lokale overheden en exploitanten van duikcentra hebben het recht eigen 'strengere' regels uit te vaardigen.
- Gezien die huidige regelgeving enkel betrekking heeft op het Belgisch grondgebied, is duiken in het buitenland en de verplaatsing om zich naar het buitenland te begeven om de duiksport te beoefenen **VERBODEN**.
- Elke duiker wordt verondersteld de website van de duiksite te raadplegen of deze bereikbaar is en wat de specifieke duikvoorwaarden zijn.

#### **Zwembaden en overdekte duikcentra**

- Blijven tot nader order gesloten. Fase opening onbekend.

#### **Theoretische lessen en theorie-examens zijn toegestaan vanaf 18/05/2020**

- De toepassing van opleidingen op afstand blijft een prioriteit.
- Indien er theoretische lessen (examens) in klaslokalen gepland worden moeten de inrichters ervan volgende regels respecteren:
  - De afstandsregels
  - De ontsmettingsregels (personen, lokalen, materiaal,...)
  - De verplichting voor het dragen van maskers door de leerlingen ouder dan 12 jaar. De lesgevers/examinatoren kunnen een mondkapje of een gelaatsscherm dragen.
  - Een maximum aantal leerlingen op basis van 4 m<sup>2</sup> per leerling en 8 m<sup>2</sup> per lesgever.
  - Het samenscholen voor en na de les moet tot een uiterste minimum beperkt gehouden worden.

#### **Vrijduiken – Vinzwemmen – Onderwaterhockey**

- Vrijduiken kan gebeuren op dezelfde voorwaarden als hierboven aangegeven: in open water – max. 20 deelnemers per organisatie.
- Vinzwemmen kan gebeuren op dezelfde voorwaarden als hierboven aangegeven: in open water – max. 20 deelnemers per organisatie.
- Onderwaterhockey is niet toegelaten zolang de zwembaden gesloten blijven.

#### **NELOS – Secretariaat**

- Vanaf 11 mei zal het NELOS-secretariaat opnieuw beperkt bemand zijn, we wijzen erop dat de toegang tot het duikershuis onder strikte hygiënische voorwaarden toegelaten is indien dit bezoek strikt noodzakelijk is en pas na afspraak.
- De vergaderlokalen zijn tot nader order niet beschikbaar voor vergaderingen.

#### **INFODOCUMENTEN COVID 19**

- Op de [NELOS-website](#) kan je de uitgebreide documenten van onze Geneeskundige

Commissie aantreffen met uitleg betreffende de genomen maatregelen.

- Op de NELOS-website vind je eveneens de uitgebreide documenten welke door de Belgische duikfederatie aangeleverd werden inzake het heropstarten van de duikactiviteiten. Deze documenten kunnen als algemene regelgeving inzake het sportduiken beschouwd worden.
  - [Nederlandstalige versie](#)
  - [Franstalige versie](#)
  - [Leidraad voor een verantwoorde heropstart van de sportsector \(VSF\)](#)

Duik veilig!

NELOS Raad van Bestuur

NELOS Duikonderricht

NELOS Geneeskundige Commissie

P.S. Ken je collega's die deze mail niet ontvangen hebben, vraag hen dan om contact te nemen met de clubsecretaris om hun mail adres aan te passen in de NELOS database.

[Uitschrijven](#)