

## Veiligheids- en hygiëneregels voor iedereen in en om het zwembad

- Blijf thuis als u één van de volgende (ook milde!) symptomen heeft: neusverkoudheid, loopneus, keelpijn, hoesten, benauwdheid of koorts.
- Blijf thuis als iemand in uw huishouden koorts (vanaf 38°C) en/of benauwdheidsklachten heeft, tot iedereen weer volledig is hersteld.
- Houd 1,5 meter afstand van iedere andere persoon buiten uw huishouden (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar onderling).
- Hoest en nies in uw elleboog en gebruik papieren zakdoekjes. Ga voordat u van huis vertrekt, thuis naar het toilet.
- Doe thuis de zwemkleding aan onder de gewone kleding.
- Was voor en na het zwembadbezoek uw handen met water en zeep, minimaal 20 seconden.
- Was de handen met zeep of desinfectans als uw handen mogelijk besmet zijn: na het aanraken van objecten waar veel mensen aan zitten (deurknoppen, pinapparaten, afstandsbediening, etc.), na een toiletbezoek, na hoesten of niezen in de handen en na het snuiten van de neus.
- Raak uw gezicht zo min mogelijk aan.
- Schud geen handen.