

Hygieneinformation für Kursleitungen (01.06.2021, v5)

Bitte beachten Sie die ausgehängten **Plakate mit Hinweisen** zum Verhalten im Gebäude.

Informationen zur Maskenpflicht:

Kurse im Bereich Gesundheitsbildung – Bewegung und Entspannung:

Tragen Sie eine **FFP2-Maske** als **Mund-Nase-Bedeckung**. Dies gilt durchgängig bei Ankunft und Verlassen sowie auf den Gängen der Schulungs-/Sporträume. Es gilt in allen von der vhs genutzten Schulungsräumen (z.B. auch in Schulgebäuden oder Räumen in öffentlichen Gebäuden). Während der tatsächlichen Sportausübung am Platz besteht keine Maskenpflicht.

Kurse in anderen Programmbereichen:

Tragen Sie eine **medizinische Maske** (**OP-Maske, FFP2-Maske, Livinguard®-Maske**) als **Mund-Nase-Bedeckung**. Dies gilt durchgängig bei Ankunft und Verlassen sowie auf den Gängen der Schulungsräume wie auch **während des Kurses**. Dies gilt in allen von der vhs genutzten Schulungsräumen (z.B. auch in Schulgebäuden oder Räumen in öffentlichen Gebäuden).

Vorbereitung:

- a) Wählen Sie (bei Gesundheitskursen) eine **geeignete Bekleidung**. Aufgrund der oftmals kleinen Umkleieräume, bitten wir Sie, im Rahmen der Möglichkeiten, bereits in entsprechender Kleidung zum vhs-Kurs zu erscheinen, um Schlangen und Wartezeiten in Umkleieräumen zu vermeiden.
- b) Nehmen sie **einen eigenen Stift** für evtl. geforderte Unterschriften mit.
- c) Erscheinen Sie **10 Minuten früher**, um den Kursraum vorzubereiten.

1. Vor Kursbeginn zu beachten:

- Beachten Sie die Teilnehmeranzahl. Die maximale Teilnehmerzahl darf in keinem Fall überschritten werden; fehlt ein/e Teilnehmer/-in auf der Anwesenheitsliste, müssen Name, Vorname, Wohnort, Telefonnummer oder E-Mailadresse eingeholt werden und die Person muss umgehend mit dem vhs-Büro vor Ort Kontakt aufnehmen, um sich nachzumelden.
- Anwesenheitslisten sind aus Hygieneschutzgründen von der Kursleitung auszufüllen und dürfen nicht durchgereicht werden.
- Beginnen Sie pünktlich, um Wartezeiten von Folgekursen und damit Gruppenbildungen vor den Räumen zu vermeiden.

2. Während des Kurses zu beachten:

- Achten Sie darauf, dass nur eigene Arbeitsmaterialien verwendet werden und keine Gegenstände weitergereicht werden.
- Führen Sie keine Gruppen-/ Partnerübungen durch, bei denen die Abstandsregeln nicht eingehalten werden können.
- Achten Sie auf Abstandseinhaltung in Pausen und während des Kurses und weisen Sie ggf. auf die entsprechenden Regeln hin.
- Lüften Sie regelmäßig während des Kurses (in 60 min mindestens 10 min lüften).

3. Nach dem Kurs zu beachten:

- Reinigen Sie die Tischoberfläche, bediente Fenster- und Türgriffe mit den zur Verfügung gestellten Mitteln im Kursraum.

- Achten Sie auf ein pünktliches Kursende, um Wartezeiten von Folgekursen und damit Gruppenbildungen vor den Räumen zu vermeiden - Beachtung der Abstandseinhaltung beim Verlassen des Gebäudes.

4. Sonstiges – Sorgen Sie für die Einhaltung folgender Punkte:

- Duschen und Umkleieräume dürfen eingeschränkt benutzt werden. Es gelten die jeweiligen Raumhygienekonzepte vor Ort.
- Es dürfen nur eigene Getränke mitgebracht und zu sich genommen werden. Verschließbare Getränke sind zu empfehlen.
- Die gestellte Tischformation und Bestuhlung darf nicht beeinflusst werden.
- Ihren Anweisungen als Kursleitung ist stets Folge zu leisten. Bei Fehlverhalten können Teilnehmer*innen des Kurses verwiesen werden. Ein Anspruch auf Erstattung der Kursgebühr besteht nicht.
- Weisen Sie auf die Nutzung von bereit gestellten Möglichkeiten zur Handhygiene und den geltenden Abstandsregeln hin (1,5m)

Allgemeine Verhaltensregeln (08.06.2021, v5)

Bitte beachten Sie neben unseren Verhaltensregeln stets die aktuellen gesetzlichen Vorgaben.

- **Waschen Sie regelmäßig Ihre Hände:** Mindestens 20 bis 30 Sekunden mit Wasser und Seife, danach gründlich mit Einmalhandtüchern abtrocknen.
- **Alternativ oder zusätzlich** können Sie die bereitgestellten Desinfektionsmittelspender in den Eingangsbereichen und Kursräumen nutzen.
- Vermeiden Sie Berührungen im Gesicht (Augen, Nase, Mund).
- Halten Sie **mindestens 1,5 Meter Abstand** zu anderen Personen. Verzichten Sie auf direkten Körperkontakt (Umarmung oder Händeschütteln) zu anderen. Verzichten Sie auch auf indirekten Kontakt z.B. durch die Weitergabe von Arbeitsmaterial.
- Beachten Sie die **Husten- und Nies-Etikette** und halten Sie die Hände vom Gesicht fern. Husten und niesen Sie in die Armbeuge oder in ein Papiertaschentuch, das Sie anschließend direkt entsorgen.
- Tragen Sie eine **medizinische Maske (OP-Maske, FFP2-Maske, Livinguard®-Maske) als Mund-Nase-Bedeckung.** (sh. Seite 1: Informationen zur Maskenpflicht)
- **Anzeichen von Krankheitssymptomen:** Corona-spezifische Symptome (z.B. Fieber, trockener Husten, Atemprobleme, Erkältungssymptome, Verlust Geschmacks-/Geruchssinn, Hals-, Gliederschmerzen, Übelkeit/Erbrechen, Durchfall) sind von Teilnehmenden und Kursleitungen sofort anzuzeigen. Kursteilnehmende melden sich bei der vhs krank und bleiben dem Kurs fern. Kursleitungen informieren die vhs möglichst frühzeitig bei vorliegenden Symptomen. Sollten Symptome bei Teilnehmenden und Kursleitungen während des Kurses auftreten, so müssen Kursteilnehmende umgehend den Kurs verlassen. Die vhs ist davon unmittelbar in Kenntnis zu setzen.
- Bei Kontakt mit Covid-Fällen bleiben Sie unbedingt zu Hause. Nach frühestens 14 Tagen und mit ärztlichem Attest dürfen Sie wieder am Kursgeschehen teilnehmen.
- In nicht vhs eigenen Räumen und Gebäuden gelten die Hygienekonzepte vor Ort.

Hinweise zur Nutzung von Mund- und Nasenschutzmasken (30.03.2021, v4)

- Waschen Sie sich vor dem Anlegen gründlich die Hände.
- Nase, Mund und bis zum Kinn sollten abgedeckt sein.
- Die Mund-Nasen-Bedeckung sollte möglichst eng anliegen.

- Wechseln Sie die Bedeckung spätestens, wenn diese durch die Atemluft durchfeuchtet ist.
- Vermeiden Sie während des Tragens, die Mund-Nasen-Bedeckung anzufassen und zu verschieben.
- Berühren Sie beim Abnehmen der Mund-Nasen-Bedeckung möglichst nicht die Außenseite, da sich Erreger dort befinden können. Greifen Sie an die seitlichen Laschen oder Schnüre und legen Sie die Bedeckung vorsichtig ab.
- Nach der Verwendung so zusammenlegen, dass die Innenseiten geschützt sind bzw. keine anderen Oberflächen berühren können.
- Waschen Sie sich nach dem Abnehmen der Bedeckung die Hände gründlich.
- Waschen Sie die Mund-Nasen-Bedeckung bei 60 °C oder 90°C Grad (nicht gültig für OP-Masken).