

Hygienehinweise

Liebe Teilnehmerinnen, liebe Teilnehmer,

wir freuen uns, dass wir Sie wieder in unseren Räumen begrüßen dürfen. Der Kursbetrieb ist nun unter der Bedingung, dass strikte Hygieneregeln eingehalten werden, wieder erlaubt.

Wir sind uns unserer Verantwortung sehr bewusst und möchten durch die Hinweise in dieser Handreichung sicherstellen, dass auch Sie Ihren Beitrag zur Minimierung der gesundheitlichen Risiken für Sie selbst, für Ihre Kursleiter*innen und auch für die Mitarbeiter*innen der vhs leisten können.

Unser Fokus liegt auf

- Einhaltung der Abstandsregeln
- Tragen einer FFP-2 Maske
- Händehygiene
- Frischer Luft in allen Räumen

1. Bitte bringen Sie Ihre eigene FFP-2 Maske mit.
2. Das Tragen einer FFP-2 Maske ist in allen Gebäuden und auch während des Unterrichts verpflichtend.
3. Bitte halten Sie sich an die Husten- und Niesetikette. Vermeiden Sie es, sich ins Gesicht zu fassen.
4. Gruppenbildung vor, während und nach der Veranstaltung ist untersagt. Zu jedem Zeitpunkt ist auf einen Mindestabstand von 1,5 m zu anderen Personen zu achten.
5. Wir haben den Boden, wo es möglich und sinnvoll war, so markiert, dass ein Aufeinandertreffen mehrerer Personen vermieden wird. Bitte halten Sie sich an die Abstands- und Wegemarkierungen.
6. Sanitärräume dürfen nur einzeln aufgesucht werden.
7. Vor Betreten der Büros und Kursräume ist die Desinfektion der Hände verpflichtend. Handdesinfektionsmittel stehen im Eingangsbereich zur Verfügung.
8. Sowohl Ihre Kontaktdaten (Name, Vorname, Wohnort, Telefonnummer, E-Mail-Adresse) als auch Ihre Aufenthaltsdauer müssen der vhs bekannt sein. Personen, die nicht auf der Anwesenheitsliste des jeweiligen Kurses aufgeführt sind, dürfen sich nicht in den Unterrichtsräumen aufhalten.
- Mit der Teilnahme an einem Kurs bzw. dem Betreten des vhs-Gebäudes erklären Sie sich damit einverstanden, dass wir Ihre Kontaktdaten speichern und falls erforderlich zum Zweck einer Kontaktpersonenermittlung an die zuständigen Gesundheitsbehörden weiterleiten.
9. Gruppenarbeit sowie Partnerübungen sind nicht zugelassen. Es darf kein Körperkontakt stattfinden.
10. Ein Austausch von Materialien ist nicht erlaubt. Das Berühren derselben Gegenstände ist zu vermeiden.
11. Regelmäßiges Stoßlüften der Räume ist verpflichtend: mindestens sind 10 Minuten pro volle Stunde (60 Minuten). Bei Bewegungskursen mit einer Dauer von über einer Zeitstunde, ist nach 45 Minuten eine 15minütige Kursunterbrechung zum Lüften einzulegen.
12. Personen mit coronaspezifischen Krankheitssymptomen (z.B. Fieber, trockener Husten, Atemprobleme, Verlust des Geschmacks-/Geruchsinns, Hals-, Gliederschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall) dürfen sich nicht in den Räumen der vhs aufhalten.

Bitte beachten Sie Hinweise des RKI zum Umgang mit Risikogruppen:

Personengruppen, die nach bisherigen Erkenntnissen ein höheres Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf haben:

Das Risiko einer schweren Erkrankung steigt ab 50 bis 60 Jahren stetig mit dem Alter an. Insbesondere ältere Menschen können, bedingt durch das weniger gut reagierende Immunsystem, nach einer Infektion schwerer erkranken. Da unspezifische Krankheitssymptome wie Fieber die Antwort des Immunsystems auf eine Infektion sind, können diese im Alter schwächer ausfallen oder fehlen, wodurch Erkrankte dann auch erst später zum Arzt gehen.

Auch verschiedene Grunderkrankungen wie z.B. Herzkreislauferkrankungen, Diabetes, Erkrankungen des Atmungssystems, der Leber und der Niere sowie Krebserkrankungen scheinen unabhängig vom Alter das Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf zu erhöhen.

Bei älteren Menschen mit vorbestehenden Grunderkrankungen ist das Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf höher als wenn nur ein Faktor (Alter oder Grunderkrankung) vorliegt; wenn mehrere Grunderkrankungen vorliegen (Multimorbidität) dürfte das Risiko höher sein als bei nur einer Grunderkrankung.

Für Patienten mit unterdrücktem Immunsystem (z.B. aufgrund einer Erkrankung, die mit einer Immunschwäche einhergeht, oder wegen Einnahme von Medikamenten, die die Immunabwehr unterdrücken, wie z.B. Cortison) besteht ein höheres Risiko.

Das Robert-Koch-Institut gibt diesen Personen Informationen und Hilfestellungen:

https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogruppen.html.

Die Mitarbeiterinnen, Dozentinnen und Dozenten der vhs müssen sich leider vorbehalten, den Eintritt zu verweigern bzw. Personen aus dem Haus zu verweisen, wenn die Hygieneregeln nicht beachtet werden.