

Die wichtigsten Verhaltensregeln zum Schutz vor einer Ansteckung mit SARS-CoV-2

Hinweise für Kursleiter*innen

- **Bei (coronaspezifischen) Krankheitszeichen** (z. B. Fieber, trockener Husten, Atemprobleme, Verlust von Geschmacks- / Geruchssinn, Hals-, Gliederschmerzen, Übelkeit / Erbrechen, Durchfall) **unbedingt zu Hause bleiben**.
- **Gute Händehygiene:** regelmäßiges gründliches Händewaschen mit Seife oder Nutzung der Handdesinfektionsspender.
- **Einhalten von Husten- und Niesetikette:** Husten oder Niesen in die Armbeuge oder in ein Taschentuch, das anschließend entsorgt wird.
- **Abstand halten: mind. 1,5 m** zu anderen Personen, auch beim Betreten und Verlassen des Gebäudes, im Toilettenbereich oder beim Warten vor dem Kursraum. (Keine Gruppenbildung vor, während und nach der Veranstaltung).
- **Kein Körperkontakt:** Vermeidung von Händeschütteln und Umarmungen.
- **Tragen von Mund-Nasen-Bedeckungen:** beim Betreten des Gebäudes und Bewegen im Gebäude sowie beim Aufsuchen der Sanitärräume. Am Platz sitzend kann diese z. B. im Sprachkurs auch abgenommen werden. Bitte legen Sie Ihre Mund-Nasen-Bedeckungen nicht auf den Tischen ab, sondern verstauen Sie diese in Ihren Taschen.
- **Hände vom Gesicht fernhalten:** Vermeidung des Berührens von Augen, Nase und Mund.
- **Aufzug:** bitte den Aufzug nur einzeln betreten.
- **Umkleideräume:** Aktuell sind im Gebäude Baldhamer Straße nur 2 Personen auf einmal zugelassen. Bitte beachten Sie in anderen Umkleiden an anderen Kursorten Abstände einzuhalten und sich gemäß der örtlichen Gegebenheiten zu verteilen. Wir empfehlen Ihnen und Ihren Teilnehmenden, bereits in Trainingskleidung zum Kurs zu erscheinen und nur noch die Schuhe auszuziehen/zu wechseln.
- **Pünktlicher Beginn und pünktliches Ende der Stunden**, um Kontakt mit nachfolgenden Gruppen zu begrenzen/zu vermeiden.
- **Maximale Teilnehmeranzahl:** Im Hinblick auf die maximale Teilnehmeranzahl gemäß Hygiene- und Abstandsregelungen, ist darauf zu achten, dass nur die angemeldeten Teilnehmenden den Kursraum betreten und am Kurs teilnehmen.
- **Teilnehmerlisten unbedingt abhaken:** Corona-Nachverfolgung.

- **Hinweise an die Teilnehmer*innen**
Die Teilnehmer*innen für nachfolgenden Maßnahmen um Unterstützung bitten sowie deren Durchführung und Beachtung sicherstellen:
- **Regelmäßiges Lüften** des Veranstaltungsraumes, idealerweise vor und/oder am Ende des Kurses, wenn möglich auch zwischendurch
- **Festes Mobiliar:** Bitte achten Sie darauf, dass alle Stühle und Tische nicht verrückt oder umgestellt werden.
- **Kleingeräte / Materialien:** Aus hygienischen Gründen wird bis auf Weiteres der Einsatz von Kleingeräten und Materialien besonders geregelt. Bitte verwenden Sie nur Ihr eigenes Material und tauschen Sie wenn möglich keine Materialien aus (Stifte, Bücher, etc.). Falls getauscht wird, bitte die Materialien danach desinfizieren.
- Nach Kursende die verwendeten Geräte wie **CD-Player, Stifte**, etc. sowie die **Türklinken** mit einem mit einer Spülmittellösung angefeuchteten Papiertuch (von der vhs bereitgestellt) **reinigen**.
- **Seminarräume - Reinigung der Tische:**
Nach Kursende die Tische mit einem mit einer Spülmittellösung angefeuchteten Papiertuch (von der vhs bereitgestellt) reinigen.
- **EDV-Kurse:**
Nach Kursende die verwendeten Geräte wie Laptop, Maus, Tastatur, Stifte mit einem mit einer Spülmittellösung angefeuchteten Papiertuch (von der vhs bereitgestellt) reinigen.
- **Gesundheitskurse:**
Es sind wo immer möglich eigene Materialien mitzubringen (Hanteln, Theraband, Yogablock, ...). Falls Materialien von der VHS benutzt werden, diese bitte danach desinfizieren. **Idealerweise bringen alle Teilnehmenden auch ihre eigenen Matten mit, bitte die Teilnehmenden entsprechend informieren.**
- **Kreativkurse:**
Es sind eigene Materialien und Gegenstände mitzubringen.
Nähmaschinen und Bügeleisen sind nach Gebrauch mit einem mit einer Spülmittellösung angefeuchteten Papiertuch (von der vhs bereitgestellt) zu reinigen, ,
Werkzeuggriffe ebenso, bitte aber trockenreiben, da sonst Rostgefahr.
Entsprechendes gilt für alle weiteren Kreativkurse.

Vielen Dank für Ihr Verständnis und Ihre Unterstützung! Ihr VHS-Team

Stand: 03.09.2020