

Hygiene-Regeln der VHS Hofer Land

für Teilnehmer, Besucher, Mitarbeiter und Kursleiter

Um das Erkrankungsrisiko an Corona so weit wie möglich abzusenken, sind in den Räumlichkeiten der VHS folgende Hygienestandards zwingend einzuhalten.

1. **Personen mit Erkältungssymptomen** dürfen nicht an Kursen und sonstigen Angeboten der VHS teilnehmen.
2. **Waschen Sie häufiger als sonst Ihre Hände:**
Gründliches Händewaschen mit Wasser und flüssiger Seife für mindestens 20 Sekunden und mit gründlichem Abtrocknen an Einmalhandtüchern. So wird die Anzahl der Keime auf ein Minimum reduziert.
3. Nutzen Sie die **Desinfektionsspender** im Haus für die Desinfektion Ihrer Hände.
4. Halten Sie stets **Distanz zu anderen** Personen wie Besuchern, Teilnehmern und Kollegen, mind. 1,5 - 2 Meter. Verzichten Sie aufs Händeschütteln oder Umarmungen. Lächeln ist ein guter Ersatz.
5. Nutzen Sie das **markierte Wegesystem**, um den Mindestabstand auch in den Gängen sicherzustellen. In den Gängen bitte am rechten Rand gehen, um Kontakt mit entgegenkommenden Personen zu vermeiden.
6. 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.
7. **Tragen Sie** in öffentlichen Begegnungsräumen oder bei direktem Personenkontakt **einen Mund-Nasen-Schutz**, auch, wenn ein Spuckschutz zwischen Ihnen verfügbar ist.
8. **Toilettenbesuche** sind nur noch einzeln gestattet.
9. Der **Fahrstuhl** darf nur einzeln und von Personen mit körperlichen Einschränkungen benutzt werden.
10. **Alle externen Besucher müssen sich registrieren**, um mögliche Infektionsketten bei einem Coronafall nachverfolgen zu können. Diese Daten werden nach 30 Tagen von der VHS vernichtet.
11. Bitte haben Sie Verständnis, dass die VHS vorerst versucht, Präsenztermine zu reduzieren und möglichst auf Telefon- und E-Mail-Kontakte zurückgreift.

12. Für Kursleiter und Dozenten gelten zusätzlich folgende Regeln:

- Achten Sie stets auf die **Einhaltung der allgemeinen Hygieneregeln** durch die Kursteilnehmer.
- Der Kursbetrieb muss unter Einhaltung der **Abstandsregeln** (mindestens 1,5 m Abstand, 4m² pro Teilnehmer) erfolgen, für Kurse im Bewegungs- und Entspannungsbereich ist ein größerer Abstand/ bzw. mehr als 4m² pro Teilnehmer notwendig.
- Veranstaltungen, die Körperkontakt erfordern, sind grundsätzlich untersagt.
- Es herrscht Mundschutzpflicht für die Teilnehmer und Kursleiter. Diesen dürfen sie erst abnehmen, wenn sich alle an ihrem festen Platz im Kursraum befinden.
- **Partner- und Gruppenarbeiten** sind verboten.
- Ein **Raumwechsel** während des Unterrichts darf nicht erfolgen, um Kontakte zwischen den Teilnehmern möglichst gering zu halten.
- **Pausen** werden vorübergehend im Unterrichtsraum durchgeführt und kursweise versetzt stattfinden. Achten Sie darauf, dass es auch hier nicht zu Gruppenbildungen kommt.
- **Regelmäßiges Lüften** verringert die Zahl erregender Tröpfchen in der Luft und senkt das Ansteckungsrisiko. Auch wenn geheizt wird, ist richtiges Lüften unabdingbar. Öffnen Sie mindestens alle 60 Minuten die Fenster und führen Sie eine **zehnminütige Stoßlüftung** durch. Die Dauer der Kurse im Bewegungs- und Entspannungsbereich ist auf höchstens 120 Minuten beschränkt. Danach ist ein ausreichender Frischluftausgleich zu gewährleisten.
- Vermeiden Sie es, Gegenstände gemeinsam zu benutzen (d.h. kein Austausch von Arbeitsmitteln, Stiften, Linealen, kein Austausch von Büchern und Tablets o.ä., keine Benutzung der Tastaturen von mehreren Personen). Ist die gemeinsame Nutzung nicht zu vermeiden, müssen die Gegenstände vor dem Nutzerwechsel desinfiziert werden.
- Bei Kursen im Bewegungs- und Entspannungsbereich dürfen keine gemeinsamen Klein-Geräte benutzt werden. Die Teilnehmer müssen ggf. ihre eigene Gymnastikmatte verwenden.
- Unter Einhaltung des Mindestabstandes dürfen max. je 2 Personen gleichzeitig den Umkleideraum nutzen. Duschen werden für die Benutzung gesperrt.
- Informieren Sie umgehend die VHS, wenn es zu bestätigten oder vermuteten Infektionsfällen unter Ihren Teilnehmern kommt.

Jeder Einzelne von uns trägt Verantwortung für die Mitmenschen. Gerade Ältere und Kranke sind gefährdet. Nehmen wir Rücksicht, indem wir unser Alltagsverhalten der aktuellen Situation anpassen.

Vielen Dank!

Ilse Emek
VHS-Leiterin

Stand: 29.09.2020