

Hinweise und Hygienemaßnahmen zum Schutz vor SARS-CoV-2 der Volkshochschule Amberg (für Teilnehmer*innen)

I. Allgemeines

Die Volkshochschule Amberg hat zum Schutz vor SARS-CoV-2 („Corona“) ein individuelles Hygienekonzept erstellt, das Sie jederzeit bei uns einsehen können. In dieser Handreichung möchten wir Sie auf die wichtigsten Regelungen und Maßnahmen daraus hinweisen. Sie als Teilnehmer*in erklären sich durch Teilnahme am Kurs bereit diese Maßnahmen einzuhalten.¹

Wir bedanken uns schon jetzt für Ihre Unterstützung und Ihre Gewissenhaftigkeit!

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

- **Gute Händehygiene** (regelmäßiges Händewaschen mit Seife für 20 – 30 Sekunden, s. <https://www.in-fektionsschutz.de/haendewaschen.html>)
- **Einhalten von Husten- und Niesetikette** (Husten oder Niesen in die Armbeuge oder in ein Taschentuch, das anschließend entsorgt wird)
- **Abstandhalten** (mindestens 1,5 m) zu anderen Personen, auch beim Betreten und Verlassens des Gebäudes
- Tragen von **Mund-Nasen-Bedeckungen**
- **Kein Körperkontakt** (Vermeidung von Händeschütteln und Umarmungen)
- **Hände vom Gesicht fernhalten** (Vermeidung des Berührens von Augen, Nase und Mund)
- **Bei (coronaspezifischen) Krankheitszeichen** (z. B. Fieber, trockener Husten, Atemproblemen, Verlust Geschmacks- / Geruchssinn, Hals-, Gliederschmerzen, Übelkeit / Erbrechen, Durchfall) **unbedingt zu Hause bleiben**

Hinweise des Robert-Koch-Instituts zu Risikogruppen

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

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. Herz-Kreislaufkrankungen, Diabetes, Erkrankungen des Atmungssystems, der Leber und der Niere sowie Krebserkrankungen scheinen unabhängig vom Alter das Risiko für einen schweren

¹ Bei Nichteinhalten der Hygienemaßnahmen können Teilnehmer*innen vom Kurs ausgeschlossen werden. Ein Anspruch auf Erstattung der Kursgebühren besteht in diesem Fall nicht.

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.

II. Maßnahmen und deren Umsetzung

1. Anmeldung/Einlass: Raseliushaus (Büro- und Kursräume)

- Bei Betreten und Bewegen im Haus herrscht die Pflicht zum Tragen einer Mund-Nasen-Maske, da aufgrund schmaler Gänge die Einhaltung des Mindestabstands von 1,5 m nicht immer gewährleistet werden kann.
- An verschiedenen Stellen im Haus (Räume, Gänge) sind Desinfektionsspender angebracht
- Bitte achten Sie auf die Schilder, die auf die Hygieneregeln hinweisen
- Einlass in die Büroräume jeweils nur eine (externe) Person
- Vor Betreten der Büroräume ist eine Selbstauskunft auszufüllen, die durch die VHS Amberg 2 Wochen aufbewahrt wird

2. Kursdurchführung

- Die Teilnehmer*innen bekommen mit der Anmeldebestätigung diese aktuell gültigen „Hinweise und Hygienemaßnahmen zum Schutz vor SARS-CoV-2 für Teilnehmer*innen“ ausgehändigt. Deren Empfang muss von den Teilnehmer*innen bestätigt werden (Formular).
- **Personen mit Erkältungssymptomen sind nicht zugelassen, bitte bleiben Sie in diesem Fall zu Hause**
- Eine geeignete Mund-Nasen-Bedeckung ist bei Ankunft und beim Verlassen sowie auf den Gängen des Veranstaltungsortes zu tragen. Sobald Sie Ihren Platz im Kursraum erreicht haben, kann die Mund-Nasen-Bedeckung abgenommen werden.
- Die Einhaltung eines Mindestabstands von mind. 1,5 m zwischen den Teilnehmer*innen vor, während und nach der Veranstaltung ist zu beachten
- Soweit während einer Veranstaltung der Mindestabstand unterschritten werden muss, ist auch während der Veranstaltung ein geeigneter Mund-Nasen-Schutz von allen Teilnehmer*innen zu tragen und sind ggf. weitere erforderliche Hygienemaßnahmen zu beachten
- Gruppenarbeit ist nicht zugelassen
- Kein Körperkontakt in den Veranstaltungen

Hinweise und Hygienemaßnahmen zum Schutz vor SARS-CoV-2 der Volkshochschule Amberg (für Teilnehmer*innen)

- Keine Gruppenbildung (vor, während und nach der Veranstaltung)
- Verringerung der Kontakte von Teilnehmer*innen aus verschiedenen Kursen durch Entzerrung der Kurse (15 Min. Pause zwischen Kursen); bitte verlassen Sie nach Ende des Kurses zügig den Veranstaltungsort

Dozent*innen

- Die Dozent*innen dokumentieren auf der Teilnehmerliste in jeder Kursstunde die An- und Abwesenheit der Teilnehmer*innen. So kann die VHS Amberg bei Bedarf bei der Unterbrechung von Infektionsketten mitwirken.
- Die Dozent*innen achten auf Einhaltung und Umsetzung der in diesem Hygienekonzept festgehaltenen Maßnahmen im Rahmen Ihres Kurses. (Insbesondere Lüften, Reinigen von Tischen, Abstand und Mundschutz einhalten etc.) Wir bitten Sie die Hinweise der Dozent*innen zu berücksichtigen und einzuhalten.

Kursräume

- In den Kursräumen stehen Desinfektionsmittelspender bereit
- Flächenreinigung (Tische) erfolgt durch Teilnehmer*innen/Dozent*in nach Kurs
- Regelmäßiges Lüften der Veranstaltungsräume (mindestens 10 Minuten je volle Stunde, mindestens 15 Minuten je 90 Minuten) übernimmt der/die Dozent*in
- Umkleieräume und Duschen dürfen nicht genutzt werden.
- Vorhandene Tischformation und Bestuhlung darf nicht verändert werden, weil hier bereits Mindestabstände berücksichtigt sind.

Sanitäre Anlagen

- Sanitäre Anlagen sind einzeln aufzusuchen
- Bereitstellung von Möglichkeit zum Händewaschen mit Flüssigseife und Papierhandtücher ist in den Sanitären Anlagen gegeben
- Sanitäre Anlagen werden regelmäßig gereinigt

Kursmaterial

- Bis auf weiteres werden durch die VHS Amberg keine Kursmaterialien (Matten, Geräte, Stifte etc.) an die Teilnehmer*innen ausgegeben.
- Die Kurse finden möglichst ohne Material statt, oder die Teilnehmer*innen bringen eigene Materialien mit, die nur sie selbst benutzen (kein Austausch)