

Informationen zu Hygieneschutzmaßnahmen für Teilnehmer*innen

Allgemeine Verhaltensregeln:

- Tragen von Mund-Nasen-Bedeckungen im Gebäude ist Pflicht, im Kursraum freiwillig
- Abstandhalten (min. 1,5m) zu anderen Personen, auch beim Betreten und Verlassen des Schulungsraums und des Gebäudes
- regelmäßiges Händewaschen mit Seife
- Husten oder Niesen in die Armbeuge
- kein Körperkontakt (Hände schütteln; Umarmungen)
- Hände vom Gesicht fernhalten
- bei coronaspezifischen Krankheitszeichen (z. B. Fieber, trockener Husten, Atemproblemen, Verlust Geschmacks-/Geruchssinn, Hals-, Gliederschmerzen, Übelkeit/Erbrechen, Durchfall) unbedingt zu Hause bleiben

Regeln im Gebäude und während des Kursbetriebs:

- Räumliche Trennungen werden bei Bedarf eingerichtet; z.B. Abstandsmarkierungen auf dem Boden
- Die Raumgröße bestimmt, wie viele Teilnehmer den Kurs besuchen können: Entspannungs- und Bewegungskurse → mind. 5 m² pro Person
- Keine Nutzung von Umkleieräumen oder Duschen. Die Teilnehmer müssen bereits entsprechend gekleidet zum Kurs erscheinen.
- Teilnehmer müssen eigene Matten und ggf. Geräte mitbringen.
- Der Mund- und Nasenschutz kann während des Kurses abgenommen werden, nachdem der Teilnehmerplatz eingenommen wurde.
- Keine Übungen mit Körperkontakt!
- Einzelner Toilettengang (In der Bühlerhalle nicht die Toiletten im Treppenhaus sondern bei den Umkleiden nutzen)
- kein Aufenthalt im Kursgebäude, nach Kursende das Gebäude unter Einhaltung der Abstandsregeln verlassen

Sonstiges:

- Vor Beginn jedes Kurses werden die Türgriffe mit einem Reinigungsmittel gereinigt
- Bitte beim Betreten und Verlassen des Gebäudes die Hände desinfizieren. Hierfür stehen im Eingangsbereich Desinfektionsmittel bereit. Bei längerem Aufenthalt ist auf ein regelmäßiges Händewaschen mit Seife (ca. 30 Sek.) zu achten.

Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis und wünschen Ihnen einen erfolgreichen Kurs. Ihre Volkshochschule