

**Handreichung für Teilnehmer*innen
Hygieneplan Corona für die
Volkshochschule
Lilienthal-Grasberg-Ritterhude-Worpswede**

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer!

aufgrund der Corona-Situation ist es nach wie vor dringend erforderlich, für ein hygienisches Umfeld zu sorgen. Daher gilt es, den vorliegenden „Hygieneplan Corona“ umzusetzen und sich an die darin formulierten Hygiene- und Abstandsregeln zu halten.

Wir möchten Sie bitten, uns bei dieser Aufgabe zu unterstützen. Hierfür haben wir die wichtigsten Informationen für Sie zusammengefasst. Die ausführliche Version des Hygieneplans finden Sie auf unserer Internetseite im Download-Bereich.

Vielen Dank!

Dr. Martina Michelsen

(vhs-Leitung)

Die wichtigsten Maßnahmen:

- Bei Krankheitsanzeichen wie Fieber, Husten, Luftnot oder Verlust des Geschmacks- und Geruchssinnes **bitte zu Hause** bleiben.
- Aufzüge sind grundsätzlich nur durch **eine Person** zu besetzen.
- Bitte achten Sie in jedem Fall darauf, den Abstand von **mindestens 1,5 m** einzuhalten.
- Auch in den Pausen muss gewährleistet sein, dass **Abstand** gehalten wird ebenso wie beim Betreten und Verlassen der Gebäude.
- Im Eingangs- und Ausgangsbereich sowie in Fluren und Treppenhäusern ist das Tragen einer **medizinischen Maske (z. B. FFP2-Maske)** erforderlich.
- Durch die **Tischordnung** haben wir dafür gesorgt, dass der **Mindestabstand von 1,5 Metern** während des Unterrichts grundsätzlich eingehalten werden kann. Die Tischordnung muss eingehalten werden.
- Berührungen, wie Umarmungen und Händeschütteln, sind **bitte zu unterlassen**.
- Die Handhygiene ist zu beachten: regelmäßig und sorgfältig **20 – 30 Sekunden lang Hände waschen**. Einen Spender mit **Desinfektionsmittel** finden Sie im **Eingangsbereich des Gebäudes**.
- Mit den Händen nicht das Gesicht, insbesondere **nicht die Schleimhäute berühren**, d. h. nicht an den Mund, an die Augen und an die Nase fassen.
- Öffentlich zugängliche Gegenstände wie **Türklinken oder Fahrstuhlknöpfe** möglichst nicht mit der vollen Hand bzw. den Fingern anfassen.
- Gegenstände, wie z.B. Trinkbecher, Stifte etc. sollten **nicht mit anderen geteilt** werden.
- Die Husten- und Niesetikette einhalten: **Husten und Niesen in die Armbeuge** gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen. Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand halten, am besten wegdrehen.
- **Das Gebäude Murkens Hof** ist nur über den Haupteingang in der Klosterstraße zu betreten und durch den hinteren Ausgang (Parkplatz) zu verlassen.
- **Das Auftreten einer Infektion mit dem Coronavirus, ist der vhs-Leitung von den Erkrankten umgehend mitzuteilen.**
- Die genutzten Räumlichkeiten sind **regelmäßig zu lüften**: vor und nach sowie während der Veranstaltung (ca. alle 20 Minuten) durch Stoß- bzw. Querlüftung (am besten durch vollständig geöffnete Fenster)!

Zusätzliche Maßnahmen für die Kurse im Fachbereich Gesundheit:

- Bitte kommen Sie **umgezogen** zum Kurs.
- Bitte **warten Sie draußen** vor der Tür bis der vorhergehende Kurs das Gebäude verlassen hat.
- Bringen Sie bitte **ein Handtuch bzw. eine Decke** mit, die die gesamte Matte bedeckt.
- Verschieben Sie die platzierten Matten bitte **nicht**.
- Zur Reinigung von Matten und Material halten wir **Desinfektionsmittel** vor, benutzen Sie dieses gerne vor und nach dem Kurs.
- Für die Kurse in den Hallenbädern (Schwimmkurse, Aqua-Fitness, Wassergymnastik) beachten Sie bitten die Hygienevorschriften der jeweiligen Bäder. Diese senden wir Ihnen vor Kursbeginn zu.

Stand: September 2021