

Hygienekonzept der Volkshochschule Miltenberg und Umgebung für Einzeltermine Fitness und Entspannung im Freien, Stand 02.06.2020

Die folgenden Hinweise dienen bei Wiederaufnahme des vhs-Betriebs einer durchzuführenden Gefährdungsbeurteilung. Ziel ist die Sicherstellung der Hygienevorschriften und der Schutz von Personal, Kursleiter*innen und Teilnehmer*innen.

Für Veranstaltungen im Rahmen der o.g. Bildungseinrichtung sind folgende Hygieneanforderungen zur Vermeidung von Covid-19-Infektionen zwingend zu beachten:

- Personen mit Erkältungssymptomen sind nicht zugelassen.
- Eine geeignete Mund-Nasen-Bedeckung ist bei Ankunft und beim Verlassen des Veranstaltungsortes zu tragen.
- Die Einhaltung eines Mindestabstands von mind. 1,50 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.
- Bitte bereits in Sportkleidung zum Kurs kommen.
- Gruppengröße: max. 20 Personen.
- Gruppenarbeit ist nicht zugelassen.
- Keine Gruppenbildung (vor, während oder nach der Veranstaltung).
- Körperkontakt ist untersagt.

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

- **Gute Händehygiene** (regelmäßiges Händewaschen mit Seife für 20 – 30 Sekunden)
- **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 des Geschmacks- / Geruchssinn, Hals-, Gliederschmerzen, Übelkeit / Erbrechen, Durchfall) **unbedingt zu Hause bleiben**