

## Verhaltensregeln bei Präsenzkursen in der Elternschule/Hebammerei-Werne

Solltest du selbst oder eine Person aus deinem näheren Umfeld einer **Risikogruppe** angehören, darfst du leider nicht am Kurs teilnehmen.

Auch wenn bei dir der **Verdacht einer Covid-Infektion** (Erkältungssymptome) oder eine **bestätigte Infektion** vorliegt, darfst du vorerst **nicht am Kurs teilnehmen**.

Im Einzelnen ist auf Folgendes zu achten:

### **1. Abstandsregel in den Räumlichkeiten**

In den Räumen, in denen der Kurs stattfindet, und außerhalb des Gebäudes ist die **Mindestabstandsregel von 1,5m** einzuhalten. Hierbei ist auch bei Bewegungsübungen während der Kurseinheit zu achten. Die Abstandsregel gilt nicht für die Teilnahme von zwei Personen aus dem gleichen Haushalt (Partnerkurse).

### **2. Zugang zu den Räumlichkeiten**

Um den Kontakt zwischen den Teilnehmer\*innen und eine damit einhergehende Infektionswahrscheinlichkeit zu minimieren, ist das **Betreten und Verlassen der Räumlichkeiten nur mit Mund-Nasen-Schutz**, zügig und mit ausreichend Abstand durchzuführen. Im Flur darf sich nur eine Person aufhalten! Im Garderobenbereich, werden nur die Schuhe ausgezogen und im jeweils markierten Bereich abgestellt (keine anderen Schuhe berühren!!). Jacke und andere mitgebrachte Utensilien müssen mit, an den Ihnen zugewiesenen Platz im Kursraum, genommen werden.

### **3. Pausenregel**

In den Pausen ist darauf zu achten, dass der **Mindestabstand von 1,5 m** weiterhin eingehalten wird. Um dem Infektionsrisiko vorzubeugen, ist eine **Maskenpflicht** während der Pause anzuraten. Getränke und Snacks dürfen nicht ausgegeben werden, diese sind von den Teilnehmer\*innen selbst mitzubringen.

### **4. Nutzen des Sanitärbereiches**

Die Sanitärräume dürfen nur **einzelnen aufgesucht** werden. Es muss ein **Mund-Nasen-Schutz** getragen werden. Der Sanitärbereich ist mit Händedesinfektion, Seifenspender und Einweghandtüchern ausgestattet.

### **5. Verwendung von Mund-Nasen-Schutz oder Behelfsmasken**

Das Robert-Koch-Institut empfiehlt das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung (textile Barriere im Sinne eines MNS) in bestimmten Situationen im öffentlichen Raum. Das Tragen der Mund-Nasen-Bedeckung kann ein zusätzlicher Baustein sein, um die Ausbreitungsgeschwindigkeit von COVID-19 in der Bevölkerung zu reduzieren – allerdings nur, wenn weiterhin Abstand (mind. 1,5 Meter) von anderen Personen, Husten- und Niesregeln und eine gute Händehygiene eingehalten werden. Die Verwendung von MSN oder Behelfsmasken wird empfohlen. Das Tragen des MSN während der gesamten Kurseinheit muss individuell geregelt werden. Atemübungen mit verstärktem Aerosol-Ausstoß sollten unterbleiben bzw. nur mit angelegtem MNS stattfinden. MNS bitte zu jeder Kursstunde mitbringen.

## 6. Handhygiene und Nies- und Hustenetikette

Jede/r Teilnehmer\*in muss sich direkt nach Betreten des Kursraums die Hände reinigen. Dafür ist ein Handwaschbecken im Eingangsbereich angebracht und mit Händedesinfektion, Seifenspender und Einweghandtüchern ausgestattet.

Bitte haltet während des gesamten Aufenthaltes in der Elternschule/Hebammerei-Werne die Nies- und Hustenetikette ein!

## 7. Abfallentsorgung

Der Mülleimer ist mit einem Müllbeutel bestückt. Nach jedem Kurs wird der Müllbeutel entsorgt, um die Infektionsgefahr zu minimieren.

## 8. Räumlichkeiten

Die Räumlichkeiten und verwendeten Materialien werden nach jedem Kurs entsprechend dem Hygieneplan gereinigt. Die Teilnehmer\*innen bringen zum Kurs **eine eigene Unterlage für die Kursmatten** mit, die sie nach dem Kurs wieder mitnehmen und selbst reinigen.

## 9. Belüftung der Kursräume

Kursräume, auch Pausen- und Sanitarräume, müssen ausreichend belüftet werden – selbst bei ungünstiger Witterung. Dies reduziert etwaige Infektionsrisiken, da die Anzahl der möglicherweise in der Luft vorhandenen erregerehaltigen Tröpfchen verringert wird. **Bitte je nach Wetterlage an eine Decke oder eine Strickjacke denken.**

## 10. Nachvollziehbarkeit von Infektionsketten

Für die Unterschrift auf dem Quittierungsbogen möchten wir dich bitten deinen **eigenen Stift mitzubringen**. An den Kursterminen mit Begleitpersonen werden die Daten der Begleitperson gesondert dokumentiert.

## 12. Begleitpersonen

Das Mitbringen von Begleitpersonen (Kind/Partner\*in) zum Kurs, sollte wenn eben möglich unterlassen werden, außer es ist eine Sondervereinbarung mit der Kursleiterin getroffen worden. Dazu bitte im Vorfeld mit der Kursleiterin persönlich Kontakt aufnehmen.

### Mitzubringen zu jeder Kurstunde:

**MNS (Mund- Nasen- Schutz)**

**Kugelschreiber**

**Getränke /ggf. Essen**

**Dicke Socken**

**Decke und/oder Badehandtuch**

Vielen Dank für Euer Verständnis! Bei Fragen wendet euch bitte an eure Kursleiterin!

***Euer Team der Elternschule/Hebammerei-Werne***