

Informationen für Teilnehmer*innen

Abstands- und Hygieneregeln

Wir freuen uns darüber, dass es nun möglich ist, den Kursbetrieb für ausgewählte Veranstaltungen in Präsenz wiederaufzunehmen. Für die KVHS Peine sind hierfür maßgeblich die Rahmenbedingungen der „Niedersächsischen Verordnung zur Bekämpfung der Corona-Pandemie“ und die Allgemeinverfügungen vom Landkreis Peine.

Für unsere Kurse gilt die 3-G-Regel (geimpft, genesen, getestet). Dies wird von der Kursleitung überprüft und auf der Anwesenheitsliste dokumentiert:

- Der Nachweis "genesen" und "geimpft" ist durch Vorlage einer entsprechenden Bescheinigung (Genesenennachweis, Impfausweis, Impfzertifikat auf Handy) in Verbindung mit einem Dokument mit Lichtbild (Personalausweis, Führerschein, Krankenkassenkarte) der Kursleitung vorzulegen.
- Als Nachweis der Testung wird akzeptiert: PCR-Test (nicht älter als 48 Stunden) oder PoC-Antigen-Test (nicht älter als 24 Stunden). Auch in diesen Fällen haben die Teilnehmenden neben der Testbescheinigung auch ein Dokument mit Lichtbild vorzulegen.
- Der normale Selbsttest (Test zur Eigenanwendung) - auch unter Aufsicht - wird nicht anerkannt.
- Diese Regel entfällt für Kurse im Freien

Basisschutzmaßnahmen

Generell sind unabhängig von den Warnstufen und Inzidenzwerten diese **Basisschutzmaßnahmen** immer einzuhalten:

- **Medizinische Mund-Nasen-Masken** müssen auf dem Weg zum Kursraum und in den Pausen außerhalb des Kursraumes getragen werden. Am Unterrichts-/Übungsplatz kann die Maske während des Unterrichts abgenommen werden. Die Maskenpflicht entfällt bei Bewegungskursen im Freien.
- **Mindestabstand** (1,5 Meter) einhalten. Bei Bewegungsangeboten 2,0 Meter.
- **Husten/Niesen** in Taschentuch oder Armbeuge, größtmöglicher Abstand zu anderen.
- Regelmäßiges, gründliches **Händewaschen** mit Seife ist entscheidend. Das Desinfizieren der Hände ist nur sinnvoll, wenn ein Händewaschen nicht möglich ist.
- **Gutes Lüften ist wichtig** – wir empfehlen alle 20 Minuten durch vollständig geöffnete Fenster. Denken Sie daran, sich entsprechend der Außentemperatur ggfs. wärmer anzuziehen. Nach der Veranstaltung **Belüftung** der Räume.

Hinweise zur Kursorganisation

- In unseren **Kursräumen** sind die nötigen Vorkehrungen getroffen. Die Kursräume werden von der Kursleitung rechtzeitig vor Veranstaltungsbeginn geöffnet, um Ansammlungen vor den Räumen zu vermeiden.
- Für die Durchführung von Kursen ist die entsprechende Gruppengröße unter den Gesichtspunkten der **Abstands- und Hygieneregeln** angepasst und der Mindestabstand zwischen den Teilnehmenden gewährleistet. Bitte den **Mindestabstand** von 1,5 Metern einhalten. Bei Bewegungsangeboten gilt ein Mindestabstand von 2,0 Metern.
- **Jacken und Mäntel** bitte am Sitzplatz/Tisch/Übungsplatz halten, sodass die Abstandsregeln an den Garderoben gewahrt bleiben.

- **Aufzüge** sind nur durch jeweils eine Person zu nutzen. Bitte den Kontakt mit häufig genutzten **Flächen** (Türklinken, Fahrstuhlknöpfe) minimieren.
- Regelmäßiges, gründliches **Händewaschen** mit Seife ist entscheidend. Das Desinfizieren der Hände ist nur sinnvoll, wenn ein Händewaschen nicht möglich ist.

Umgang mit Krankheitssymptomen

- Bei **Krankheitszeichen bitte zu Hause bleiben**. Krankheitszeichen bei der Covid-19-Infektion sind z.B.
 - Kopf-und Gliederschmerzen
 - Halsschmerzen/-kratzen
 - Husten
 - Schnupfen
 - Atembeschwerden
 - Beeinträchtigung des Geschmacks- und Geruchssinnes
 - Durchfall und Erbrechen
 Die Teilnehmenden dürfen in den 14 Tagen vorher keinen Kontakt zu einer an Covid-19 erkrankten Person gehabt haben und auch nicht selbst akut an Covid-19 erkrankt sein.

Rückkehr aus Risikogebieten, Hochinzidenzgebieten und Virusvarianten-Gebieten

- Bei **Rückkehr** aus vom RKI als Risikogebiete, Hochinzidenzgebiete und Virusvarianten-Gebiete definierten Länder bitte zu Hause bleiben und die geltenden **Quarantänebestimmungen** einhalten.

Sollte ein Infektionsfall mit Covid-19 im Kurs auftreten, sind wir verpflichtet, die **Kontaktdaten** an das Gesundheitsamt weiterzuleiten.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Bei Fragen kommen sie gern auf uns zu!

Telefon 05171 401-3041, E-Mail: mail@kvhs-peine.de