

Allgemeiner Hygieneplan des Gesundheitssport Lütten-Klein e.V.

Wirkung ab 02.06.2020 bis auf Weiteres



INHALT

1. Allgemeine Hygienemaßnahmen
2. Spezielle Hygienemaßnahmen
3. Weitere Maßnahmen
4. Übungsgruppen
5. Erste Hilfe

VORBEMERKUNG

Gemäß § 36 i. V. m. § 33 Infektionsschutzgesetz (IfSG), in Anlehnung an die Empfehlungen und Erlasse der Landesregierung M-V, sowie in der Zweiten Verordnung der Landesregierung MV zum Übergang nach den Corona-Schutz-Maßnahmen (Zweite-Corona-Übergangs-LVO MV) vom 19. Mai 2020 GS Meckl.-Vorp. Gl.-Nr. B 2126 - 13 - 17 sowie der bereits bestehenden Unterlagen zur Hygiene des Gesundheitssport Lütten-Klein e.V. wird dieses Dokument vorgelegt, um während der Corona-Pandemie durch ein hygienisches Umfeld zur Gesundheit der Vereinsmitglieder und allen Beteiligten beizutragen.

Alle Übungsleiter, sowie alle weiteren Beteiligten sind darüber hinaus angehalten, sorgfältig die Hygienehinweise der Gesundheitsbehörden bzw. des Robert-Koch-Instituts (RKI) zu beachten.

1. Allgemeine Hygienemaßnahmen

Das neuartige Coronavirus ist von Mensch zu Mensch übertragbar. Der Hauptübertragungsweg ist die Tröpfcheninfektion. Dies erfolgt vor allem direkt über die Schleimhäute der Atemwege. Darüber hinaus ist auch indirekt über Hände, die dann mit Mund- oder Nasenschleimhaut sowie die Augen- Bindehaut in Kontakt gebracht werden, eine Übertragung möglich.

- Beachtung des einrichtungsspezifischen Hygieneplanes (Kursräume der Physiotherapie Kollmorgen und der Sporteinrichtung INVIA und Sporthalle Danziger Str.)
- regelmäßige Handhygiene, v.a. gründliches Händewaschen mit Seife für 20 bis 30 Sekunden
- Verwendung von Papierhandtüchern
- Einhaltung der Niesetikette (Husten und Niesen in die Armbeuge oder in ein Taschentuch; nicht in die Hand)
- benutzte Papiertaschentücher sofort entsorgen
- Hände vom Gesicht fernhalten
- vorausschauendes Nachfüllen von Seifenspendern und Einmalhandtüchern
- Risikogruppen sind gesondert zu betrachten
- wer sich krank fühlt, darf auf keinen Fall am Training teilnehmen
- Eine Verwendung des Mund-Nase-Schutz ist für alle Beschäftigten im außersportlichen Bereich zu empfehlen.

2. Spezielle Hygienemaßnahmen

- gründliches Händewaschen bei Betreten/ Verlassen der Sportanlage und nach dem Aufsuchen der Sanitäranlagen
- soweit wie möglich das Training nach draußen verlegen
- Sportgeräte nach Benutzung mit Flächendesinfektionsmittel reinigen
- nur persönliche Getränkeflaschen nutzen
- regelmäßiges Lüften während und nach dem Kurs

3. Weitere Maßnahmen

- Führung einer Tagesanwesenheitsliste zur Verfolgung einer Infektionskette
- Sperrung von Umkleidebereichen und Duschen
- schon in Sportkleidung kommen
- zeitliche Ballung der Kurse vermeiden
- wenn möglich getrennte Ein- und Ausgänge und markierte Wegführungen ("Einbahnstraßen-System")
- genügend Zeit zwischen den Kursen lassen (10 min zum Lüften und durchführen der Hygienemaßnahmen)
- Zugang kontrollieren max. 1 Person auf 10 qm
- da durch die Bewegung und die höhere Atemfrequenz und Ausatemvolumen die Tröpfchen deutlich weiter getragen werden, ist der Abstand zu vergrößern und die Gruppen zu verkleinern
- max. 1 Person auf 10 qm und mindestens 2 m Abstand
- Übungsleiter haben eine Einweisung zu erhalten und dies schriftlich zu bestätigen
- gründliche und möglichst tägliche Reinigung des Fußbodens
- Türklinken/ Fenstergriffe und weitere Griffe und Handläufe sind tgl. zu reinigen
- Geräte im MTT Bereich haben 3m Abstand
- ausreichend Seife und Desinfektion auf den Toiletten bereitstellen

4. Übungsgruppen

- Gruppengröße der zur Verfügung stehenden Fläche und der Trainingsform anpassen (max. 1 Person auf 10 qm)
- feste Gruppenstruktur
- gleichbleibende Zusammensetzung von Kleingruppen
- Anwesenheitsliste für jede Gruppe
- Einwilligung zur Weitergabe der Kontaktdaten der Kursteilnehmer und Übungsleiter an die Gesundheitsbehörde (auf Verlangen)

5. Erste Hilfe

- achten, wo sich der Erste-Hilfe-Kasten befindet
- auf das Vorhandensein von Einweghandschuhen
- keine Mund zu Mund Beatmung oder Mund zu Nase Beatmung durchführen, die Herzdruckmassage ist in diesem Fall ausreichend bis der Rettungsdienst vor Ort ist