



Hygienehinweise für den Kursbetrieb im Frühjahrssemester

AHA+L-Regeln

Um einen bestmöglichen Schutz vor einer Infektion zu gewährleisten, gelten weiterhin die Basisschutzmaßnahmen.

- **Abstand halten**

Beim Aufenthalt in Gebäuden und Außenflächen der VHS ist möglichst ein Abstand von mindestens 1,50 m zwischen Personen einzuhalten. Auf Berührungen, Umarmungen und Händeschütteln ist zu verzichten. Eine Ansprache Auge-in-Auge mit geringem Abstand soll vermieden werden. Auch darf das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung nicht dazu verführen, dass der Abstand zu anderen Personen unnötigerweise verringert wird.

- **Handhygiene**

In den Sanitärbereichen und in einem Teil der Unterrichtsräume sind ausreichend Waschbecken vorhanden, die mit Flüssigseife und Papierhandtüchern ausgestattet sind, so dass ein Händewaschen jederzeit möglich ist. Bitte machen Sie hiervon möglichst häufigen Gebrauch.

- **Maske tragen**

Das Tragen einer medizinischen Maske (OP-Maske, Maske des Standards FFP2 und höheren Standards oder diesen vergleichbare Maske KN95/N95) **ist weiterhin in allen Gebäuden und Schulungsstätten der VHS** im Bereich des Eingangs, der Kursräume, der Flure und der Toiletten **verpflichtend** und besteht unabhängig von der Einhaltung eines Mindestabstands.

- **Lüften**

Regelmäßiges Lüften der Unterrichtsräume (möglichst Stoßlüften oder Querlüften bei weit geöffneten Fenstern) wird generell zur Verbesserung der Luftqualität empfohlen. Wir regen an, mindestens zu Beginn und zum Ende einer Unterrichtseinheit zu lüften.

Husten- und Niesetikette

Die Husten- und Niesetikette ist zu wahren. Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen. Dabei ist zudem größtmöglicher Abstand zu halten und sich nach Möglichkeit wegzudrehen.

Unterrichtsgestaltung

- Auf Partner- und Gruppenarbeit soll möglichst verzichtet werden. Alle Umgangs- und Sozialformen sind kontaktlos zu gestalten.
- Mitgebrachte Lebensmittel dürfen nicht im Kursraum verzehrt werden.
- Auf die gemeinsame Nutzung von Gegenständen ist möglichst zu verzichten (kein Austausch von Arbeitsmitteln, Sportgeräten etc.).

- Eine Durchmischung mit anderen Gruppen oder den Teilnehmenden anderer Kurse (z.B. in den Pausen) ist zu vermeiden.
- In Gesundheitskursen sind von den Teilnehmenden eigene Matten und Handtücher mitzubringen. Partnerübungen sollen auch in diesen Kursen nicht durchgeführt werden.

Anmeldungen

Veranstaltungen finden in der Regel nach vorheriger Anmeldung bei der VHS mit namentlicher Registrierung.

Verhalten bei Symptomen

Ein Kontakt mit anderen Personen sollte unbedingt vermieden werden, wenn typische Symptome einer Infektion mit dem oder eine akute Infektion vorliegen. In diesen Fällen sollte schnellstmöglich ein Coronatest durchgeführt werden. Bei positivem Test gilt die Quarantäneverordnung des Landes.

Schutzimpfungen

Die Schutzimpfung gegen das Coronavirus ist für eine erfolgreiche Bewältigung der Pandemie besonders wirksam. Sie bietet den bestmöglichen Schutz vor schweren Erkrankungen. Daher sollten alle Teilnehmenden und Kursleitungen die von der Ständigen Impfkommission empfohlenen Impfungen mit einem der zugelassenen Impfstoffe weiterhin dringend wahrgenommen werden. Dies gilt sowohl für die Grundimmunisierung als auch für etwaige Auffrischungsimpfungen.

Weitere Regelungen

Für alle im Rahmen dieser Empfehlungen nicht explizit behandelten Sachverhalte gelten die rechtlichen Regelungen des Landes NRW:

<https://www.mags.nrw/coronavirus-rechtlicheregulungen-nrw>

Weitere Hinweise auch unter <https://www.corona-re.de/>