

Hygiene- und Verhaltensregeln für Teilnehmer*innen

Wir bitten Sie zu Ihrem eigenen und zum Schutz anderer um die verantwortungsbewusste Einhaltung der folgenden Hygiene- und Verhaltensregeln für Ihr gemeinsames Lernen vor Ort.

Vor dem Betreten des Kursortes

Wenn Sie Anzeichen einer Erkrankung wie Husten, Schnupfen oder Fieber verspüren, **bleiben Sie bitte zu Hause**. Haben Sie Verständnis, dass Ihre Lehrkraft Sie bei Anzeichen einer unklaren Erkrankung bitten wird, den Kurs zu verlassen. Keinen Zutritt haben an Corona erkrankte oder unter Quarantäne stehende Personen.

Für eine **geregelt** Zugangskontrolle werden Sie zum ersten Termin von uns oder Ihrer Lehrkraft **empfangen**.

Bitte legen Sie eine **Mund-/Nasenbedeckung (MNB)** an und behalten diese im gesamten Gebäude sowie ab dem 02.11.2020 auch im Unterrichtsraum während des Unterrichts auf. Achten Sie auf die richtige Handhabung der MNB.

Im Gebäude

Bitte **waschen** Sie Ihre **Hände vor dem Kursbeginn** sowie in den Pausen und anlassbezogen (z.B. nach dem Nase putzen) mindestens 20-30 Sekunden mit Seife. An unseren eigenen Standorten in Kleinmachnow, Werder sowie Bad Belzig stehen Ihnen zusätzlich Desinfektionsspender in den Eingangsbereichen zur Verfügung.

Halten Sie den **Mindestabstand von 1,5 m** immer ein, auch mit einer MNB. Weichen Sie z.B. im Flur anderen Personen aus und warten Sie mit dem Weitergehen, bis Sie den Mindestabstand einhalten können.

Auch in **Gesundheitskursen** (**derzeit vom 02.11.-30.11.2020 ausgesetzt**) ist auf Körperkontakt zu verzichten. Es gilt in Bewegungskursen ein **Mindestabstand von 2 m pro Platz**. Bitte nutzen Sie ausschließlich Ihre eigenen, mitgebrachten Materialien (z.B. Matten, Yogablöcke, etc.). Das Umkleiden und ggf. Duschen erfolgt ausschließlich zu Hause.

Fassen Sie **Gegenstände wie Türklinken**, Griffe, etc. bitte **möglichst nicht mit der vollen Hand** bzw. den Fingern an (Ellbogen etc. nutzen).

Bitte betreten Sie **erst kurz vor Kursbeginn** das Gebäude und suchen Ihren Unterrichtsraum auf. Sammeln Sie sich nicht vor dem Unterrichtsraum.

Im Unterrichtsraum

Betreten Sie den Unterrichtsraum **erst nach Aufforderung** durch Ihre Lehrkraft, die rechtzeitig vor Beginn den Unterrichtsraum öffnet und dafür sorgt, dass der Raum gelüftet ist und die vorgegebenen Plätze unter Einhaltung des Mindestabstandes eingenommen werden. Zum Beginn „von hinten nach vorne“ und zum Ende „von vorne nach hinten“.

Tragen Sie sich **je Kurstermin** mit allen geforderten Angaben auf eine **zusätzliche „Corona-Anwesenheitsliste“** ein, nur so können wir – wie behördlich gefordert – etwaige Infektionsketten nachverfolgen.

Minimieren Sie jeglichen Kontakt: behalten Sie Ihre Garderobe bei sich und unterlassen Sie bitte Berührungen, Umarmungen und Händeschütteln. Dies gilt auch für Gruppenarbeiten, Korrekturen, über das Heft/ Buch beugen oder den Austausch von Unterrichtsmaterialien.

Fassen Sie sich bitte mit den Händen **nicht in Ihr Gesicht** und berühren v.a. keine Schleimhäute.

Halten Sie unbedingt die **Husten- und Niesetikette** ein. Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen. Beim Husten oder Niesen bitte größtmöglichen Abstand halten, am besten wegrehen.

Generell

Der Aufenthalt in den Gebäuden ist auf den notwendigen Zeitraum beschränkt.

Bitte unterlassen Sie das Essen und Trinken im Gebäude.

Beachten Sie bitte vor Ort **Aushänge und Beschilderungen/ Wegeleitung** sowie die Hygiene- und Verhaltensregelungen **externer Unterrichtsstätten**.