

## Hygienekonzept für Präsenzseminare der Freiwilligendienste im Sport in Niedersachsen

Stand 04.08.2021, gilt während der Corona-Pandemie in Deutschland, bis eine Aktualisierung vom ASC Göttingen veröffentlicht wird (kurzfristige Änderungen sind jederzeit möglich!). Grundsätzlich gilt immer die aktuelle Fassung der Niedersächsischen Verordnung zur Eindämmung des Corona-Virus SARS-CoV-2 (Niedersächsische Corona-Verordnung)<sup>1</sup>

### Allgemeines vor dem Seminar

- Freiwillige und Referenten\*innen, die an unseren Präsenzseminaren teilnehmen, verpflichten sich dieses **Hygienekonzept einzuhalten** und die **Aushänge/Regelungen der Bildungsstätten** zu beachten.
  - **Die Teilnahme an unseren Präsenzseminaren ist ausschließlich gestattet mit dem Nachweis einer vollständigen Impfung, Genesung oder Personen mit einem offiziellen negativen Corona Antigen-Schnelltest (Bürgertest).**
  - **Nicht an unseren Präsenzseminaren teilnehmen müssen:**
    - Nicht geimpfte/genesene Minderjährige und Freiwillige über 60 Jahren.
    - Nicht geimpfte/genesene Freiwillige die gemäß den Informationen des Robert-Koch-Instituts (RKI) zur Risikogruppe<sup>2</sup> gehören (personenbezogene Risikoeinschätzung, ggf. in Abstimmung mit den örtlichen Gesundheitsbehörden).
    - Nicht geimpfte/genesene Freiwillige, die in Bereichen eingesetzt sind, in denen sie Kontakt mit Personengruppen haben, die nach bisherigen Erkenntnissen des RKI ein höheres Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf haben.
    - Nicht geimpfte/genesene Freiwillige, die in Bereichen eingesetzt sind, in denen die Empfehlungen des RKI zu geeigneten Hygiene- und Schutzmaßnahmen nicht eingehalten werden können.
    - **Kurzfristiger Impftermin** - (danach darf kein Sport gemacht werde!) Bitte den Termin möglichst entsprechende verschieben.
- ! In diesen Einzelfällen, bitte unbedingt vorab mit uns Kontakt aufnehmen.** Alternativ kann an Online-Seminaren teilgenommen werden.
- **Generell zu Hause bleiben sollen:**
    - **Freiwillige mit Symptomen, die nach den Bestimmungen des RKI auf eine Erkrankung an COVID-19 hinweisen<sup>3</sup>** (z.B. Fieber, trockener Husten, Atemproblemen, Verlust Geschmacks- / Geruchssinn, Halsschmerzen, Kopfschmerzen, Schnupfen, Gliederschmerzen).
    - Im Zweifel können Freiwillige von uns oder unseren beauftragten Referenten\*innen aufgefordert werden das Seminar zu verlassen und eine ärztliche Abklärung des Verdachts vorzunehmen. Minderjährige müssen unter Umständen und nach Rücksprache von ihren Erziehungsberechtigten aus der Bildungsstätte abgeholt werden.
    - **Wer infiziert ist**, informiert in persönlicher Verantwortung unverzüglich seine Einsatzstelle (EST) und uns über den positiven Befund. Es ist eine Krankmeldung erforderlich.
    - **Freiwillige, die direkten Kontakt zu Infizierten hatten oder aus einem Risikogebiet zurück sind.** (Bitte EST und uns informieren und Infektion abklären lassen.)

Wir empfehlen ausdrücklich die **Nutzung der Corona-Warn App** auf unseren Präsenzseminaren:

<sup>1</sup> <https://www.niedersachsen.de/Coronavirus/vorschriften-der-landesregierung-185856.html>

<sup>2</sup> [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogruppen.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogruppen.html)

<sup>3</sup> [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Steckbrief.html#doc13776792bodyText2](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Steckbrief.html#doc13776792bodyText2)

<https://www.bundesregierung.de/breg-de/themen/corona-warn-app>

- **Anreise mit dem Auto:** Die Anreise kann für ungeimpfte/nicht genesene Personen alleine im Auto erfolgen und wird erstattet (Die Kürzung auf die günstigste Zugfahrt entfällt in diesem Fall. Die Erstattung kann aber weiterhin nur bis max. € 130,- erfolgen).
- **Anreise mit der Bahn (2. Klasse):** Bitte Abstand halten und einen medizinischen Mund- und Nasenschutz tragen. Durch die An- und Abreise, die An- und Abreisedauer und An- und Abreisemöglichkeiten soll **kein unnötiges Risiko entstehen. Beispiel:** Sollte die günstigste Zugfahrt bei der An-/Abreise mit Nahverkehrszüge sehr lange dauern (mehr als 3 Stunden) und/oder mehr als zwei Mal Umsteigen beinhalten, können ungeimpfte/nicht genesene Personen auch Fernverkehrszüge (2. Klasse) nutzen. Die Kürzung auf die günstigste Zugfahrt entfällt in diesen Ausnahmefällen. **Im Zweifel bitte bei uns melden!**

### Allgemeines während des Seminars

- **Zum Beginn des Seminars erfolgt eine Registrierung** (durch TN-Liste) am ausgewiesenen **Checkpoint und die Überprüfung des Nachweises** eines offiziellen negativen Corona-Tests (Antigen-Schnelltest/Bürgertest) oder eines vollständigen Impfschutzes oder einer nachweislichen Genesung durch die zuständigen Referent\*innen. **Das negative Testergebnis muss tagesaktuell sein.** **Zwischentestungen** können entsprechend des jeweiligen Hygienekonzeptes der Bildungsstätte verpflichtend sein und werden von uns gestellt.
- Unterbringung erfolgt in der Regel in Mehrbettzimmern mit eigener Dusche und WC. Die **Übernachtung im Seminarhaus ist für ungeimpfte/nicht genesene Personen nicht verpflichtend! Bitte vor Seminarbeginn bei uns melden, wenn Du nicht vor Ort übernachten möchtest!**<sup>4</sup>
- Während des gesamten Seminarzeitraums ist ein **Mindestabstand von 1,5 Metern** möglichst einzuhalten (Seminarraum, Flure, Treppenhaus, Türen, Essensraum, Freizeitraum/Pausenbereich, Toiletten etc., bitte Warteschlangen vermeiden und entsprechende Wegmarkierungen nutzen).
- In **allen Bereichen**, in denen **der Mindestabstand nicht sicher eingehalten werden kann** (z.B. Geräteraum, Gruppenarbeit, Präsentationen etc.), ist eine **FFP2-Maske oder medizinische Mund-Nasen-Bedeckung**<sup>5</sup> verpflichtend.
- **Bitte bringe pro Seminartag eine FFP2-Maske oder medizinische Mund-Nasen-Bedeckung mit!** Die Bedeckung muss durchgehend eng anliegend über Mund und Nase getragen und bei Durchfeuchtung gewechselt werden; sie darf während des Tragens nicht zurechtgezupft und nicht um den Hals getragen werden. Beim Tragen und Aufbewahren ist darauf zu achten, dass diese unbedingt personenbezogen aufzubewahren sind.

**! Die FFP2-Maske oder medizinische Mund-Nasen-Bedeckung schützen in erster Linie nicht den/die Träger\*in, sondern vor allem dein Gegenüber! Wir schützen uns alle, indem jede\*r den anderen schützt!**

Das Corona-Virus 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 Augenbindehaut in Kontakt gebracht werden, eine Übertragung möglich. **Die persönliche Hygiene** ist deshalb besonders wichtig:

<sup>4</sup> Fahrtkosten die durch die täglich An- und Abreise zum Seminar entstehen, werden trotzdem nur bis max. 130,-€ erstattet.

<sup>5</sup> <https://www.infektionsschutz.de/fileadmin/infektionsschutz.de/Downloads/Merkblatt-Mund-Nasen-Bedeckung.pdf>

- **Gründliche Händehygiene:** Händewaschen mit Seife für 20 – 30 Sekunden<sup>6</sup> z. B. nach Husten oder Niesen; beim erstmaligen Betreten der Einrichtungen/Seminarräume/Sporthallen, vor dem Essen, nach dem Toiletten-Gang etc..
- Das Desinfizieren der Hände ist nur erforderlich, wenn ein Händewaschen nicht möglich ist oder Kontakt mit Körperflüssigkeiten erfolgte.
- Den **Kontakt mit häufig genutzten Flächen wie Türklinken oder Fahrstuhlknöpfe möglichst minimieren**, z. B. nicht mit der vollen Hand bzw. den Fingern anfassen, ggf. Ellenbogen benutzen.
- **Husten und Niesen in die Armbeuge** oder ein Taschentuch gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen halten, am besten wegrehen.
- **Keine Berührungen, Umarmungen, Abklatschen und kein Händeschütteln.**
- **Toiletten** dürfen jeweils nur von einer Person zeitgleich benutzt werden (Bitte Aushänge der Bildungsstätten beachten). Bitte gründlich Hände waschen und ggf. zusätzlich das bereitgestellte Desinfektionsmittel benutzen.
- **Mülleimerhygiene**, d.h. z.B. darauf achten, dass Mülleimer nicht mit Händen angefasst werden. **Papiertaschentücher** müssen entsorgt werden und dürfen nicht herumliegen.

### Im Seminarraum

- **Warteschlangen** beim Zutritt zum Seminarraum oder beim Verlassen des Seminarraums sind zu vermeiden.
- Während des Seminars ist der Aufenthalt nur an einem namentlich gekennzeichneten Tisch/Stuhl erlaubt. Es gilt eine **feste Sitzordnung**.
- **Partner- und Gruppenarbeit** dürfen nur unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln erfolgen.
- **Gegenstände** wie z. B. Trinkflaschen, Trinkbecher, persönliche Arbeitsmaterialien, Stifte sollen **nicht mit anderen Personen geteilt werden** (auch Filzstifte, Metaplankarten, etc. nur personenbezogen nutzen).

### In der Praxis

- **Warteschlangen** beim Zutritt zur Sportanlage oder beim Verlassen der Sportanlage sind zu vermeiden.
- Die Sportausübung soll, **wenn möglich, kontaktlos** erfolgen. (In begründeten Fällen, z.B. beim Mannschaftssport, sind Ausnahmen möglich.)
- Ob Indoor- und/oder Outdoorsport mit oder ohne Kontakt möglich ist, hängt von der aktuellen **Niedersächsischen Corona-Verordnung** und dem **Corona-Stufenplan** sowie den **jeweiligen Infektionsgeschehen** ab und kann auch kurzfristig geändert werden.
- Die **Umkleidekabinen, Dusch- und Waschräume**, ausgenommen Toiletten, bleiben in der Regel in den Sporthallen und auf den Sportplätzen **geschlossen** (Duschen und Umziehen bitte auf den jeweiligen Zimmern). **Die Schlafräume** dürfen nur von den zugeteilten Personen betreten werden. Zusammenkünfte mit anderen Personen in einem Schlafraum sind untersagt.

<sup>6</sup> <https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen/>