

Hygienekonzept für Präsenzseminare der Freiwilligendienste im Sport in Niedersachsen

Gültig **ab dem 06.06.2022**, 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)¹

Allgemeines vor dem Seminar

- Freiwillige und Referent*innen, die an unseren Präsenzseminaren teilnehmen, verpflichten sich dieses **Hygienekonzept einzuhalten** und die **Aushänge/Regelungen der Bildungsstätten** zu beachten.
- **Die Teilnahme an unseren Präsenzseminaren unterliegt der 3-G-Regelungen. Es muss ein Nachweis über eine vollständige Impfung oder Genesung erbracht werden. Ungeimpfte Personen müssen ein negatives Corona-Test-Ergebnis nachweisen, welches nicht älter als 24 Stunden sein darf. Folgende Testmöglichkeiten bestehen für ungeimpfte Personen:**
 1. Vor der Abreise einen kostenlosen Bürgertest durchführen lassen. Ein kostenpflichtiger Bürgertest kann nicht vom ASC Göttingen übernommen werden.
 2. Schnelltest von zu Hause mitbringen und am Seminarort, unter Aufsicht des ASC Göttingen durchführen. (keine Kostenübernahme möglich)
 3. Schnelltest des ASC Göttingen am Seminarort nutzen und unter Aufsicht des ASC Göttingen durchführen.
- **Wir empfehlen grundsätzlich allen Personen vor der Anreise einen Schnelltest durchzuführen. Dies gilt sowohl für geimpfte, genesene und auch ungeimpfte Personen, welche ggf. noch vor Ort einen Test machen müssen.**
- **Generell zu Hause bleiben sollen:**
 - **Freiwillige mit Symptomen, die nach den Bestimmungen des RKI auf eine Erkrankung an COVID-19 hinweisen²** (z.B. Fieber, trockener Husten, Atemproblemen, Verlust Geschmacks- / Geruchssinn, Halsschmerzen, Kopfschmerzen, Schnupfen, Gliederschmerzen).
 - Im Zweifel können Freiwillige von uns oder unseren beauftragten Referent*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:
<https://www.bundesregierung.de/breg-de/themen/corona-warn-app>

- **Anreise mit der Bahn (2. Klasse):** Bitte Abstand halten und einen medizinischen Mund- und Nasenschutz tragen. Es sind die gelten Richtlinien der zuständigen Verkehrsbetriebe einzuhalten.

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

² https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Steckbrief.html#doc13776792bodyText2

Allgemeines während des Seminars

- **Zum Beginn des Seminars erfolgt eine Registrierung** (durch TN-Liste) am ausgewiesenen **Checkpoint** und die **Überprüfung des 3-G-Nachweises** durch die Referent*innen.
- Zusätzliche **Zwischentestungen** können während der Woche anfallen und werden vom ASC Göttingen gestellt. Entsprechend des jeweiligen Hygienekonzeptes der Bildungsstätte kann die Anzahl der Zwischentestungen abweichen.
- Wir behalten uns zudem vor, Personen mit Krankheitssymptomen ebenfalls zwischen zu testen.
- Unterbringung erfolgt in Doppel- oder Mehrbettzimmern mit ausgewiesener Dusche und WC.
- Während des gesamten Seminarzeitraums ist ein **Mindestabstand von 1,5 Metern** möglichst einzuhalten.
- In **allen Innenbereichen** (z.B. Flure, Aufenthaltsräume, Seminarräume, Mensa, Rezeption) **ist eine FFP2-Maske³** verpflichtend. Die FFP2-Maske darf nur am Sitzplatz abgenommen werden.
- **Bitte bringe pro Seminartag eine FFP2-Maske mit!**
Die Bedeckung muss durchgehend enganliegend 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:

- **Gründliche Händehygiene:** Händewaschen mit Seife für 20 – 30 Sekunden⁴ 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

³ <https://www.infektionsschutz.de/fileadmin/infektionsschutz.de/Downloads/Merkblatt-Mund-Nasen-Bedeckung.pdf>

⁴ <https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen/>

- **Warteschlangen** beim Zutritt zum Seminarraum oder beim Verlassen des Seminarraums sind zu vermeiden.
- **Partner- und Gruppenarbeit** dürfen nur unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln erfolgen.
- **Gegenstände** wie z. B. Trinkflaschen, Trinkbecher, persönliche Arbeitsmaterialien, Stifte sollen **regelmäßig desinfiziert werden oder möglichst nur von einer Person genutzt werden** (auch Filzstifte, Metaplankarten).

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 Schlafräum sind untersagt.