

## Hygieneunterweisung für die Teilnehmer\*innen

- o Im Haus gilt die Maskenpflicht, alle haben Mund-und Nasenschutz zu tragen. Die allgemeinen Hygiene- und Abstandsregeln (1,5 Meter) sind einzuhalten. Der Mund- und Nasenschutz darf in den Kursen nicht mehr abgelegt werden, Es ist nicht ausreichend sich nur ein Tuch oder Schal oder Pullover vor Mund und Nase zu ziehen. Jede/r soll eine geeignete Maske tragen.  
Wer bemerkt, dass er seine Maske vergessen hat, kann leider nicht teilnehmen.
- o Bitte benutzen Sie die Desinfektionsmittelpender im Haus oder vor Kursbeginn bei Ihrem/Ihrer Dozent\*in.
- o Die vorgegebenen Abstände im Klassenzimmer oder Trainingsraum zueinander sind einzuhalten
- o Nies- und Hustenetikette ist einzuhalten (in die Armbeuge oder in ein Taschentuch). Benutzte Taschentücher sind zu entsorgen.
- o Kein Körperkontakt (Händeschütteln, Umarmungen, usw.).
- o Hände vom Gesicht fernhalten (Vermeidung des Berührens von Augen, Nase und Mund).
- o Das Haus muss unverzüglich nach dem Unterricht verlassen werden.
- o Gruppenbildung (vor, während oder nach der Veranstaltung) ist nicht erlaubt.
- o Wenn bei längeren Kursen Pausen notwendig sind, darf der Raum nicht von der ganzen Gruppe verlassen werden (nur einzeln). Essen und Trinken erfolgt am Sitzplatz.
- o **Toilettengang:**
  - Es darf nur einzeln auf die Toilette gegangen werden.
  - Auf die Toilette wird während des Unterrichts gegangen, um Stau vor der Toilette zu vermeiden.
  - Nach dem Toilettengang sollten die Hände (mit Seife für 20-30 Sekunden) gewaschen, abgetrocknet und desinfiziert werden.
  - Türklinken sind nach Möglichkeit mit einem Papiertuch oder mit dem Ärmel zu öffnen. Benutzte Tücher müssen entsorgt werden.

- o Teilnehmer\*innen, die ihre Telefonnummer noch nicht abgegeben haben, müssen bei dem Dozenten/der Dozentin die Telefonnummer für die Verfolgung eventueller Infektionsketten in der ersten Stunde abgeben.
- o Bei (coronaspezifischen) Krankheitssymptomen (z.B. Fieber, trockener Husten, Atemprobleme, Verlust Geschmacks- / Geruchssinn, Hals- Gliederschmerzen, Übelkeit/Erbrechen, Durchfall) muss man zu Hause bleiben. Bitte informieren Sie unverzüglich Ihre VHS.
- o Bitte unterschreiben Sie bei Ihrer Lehrkraft, dass Sie die Hygieneunterweisung gelesen und verstanden haben und diese auch einhalten werden. Ohne Ihre Unterschrift ist eine Kursteilnahme nicht möglich.

Wir danken Ihnen für Ihre Unterstützung und Ihr Verständnis!

Bitte bleiben Sie Gesund!

Stand 02.11.2020