

# Hygienebestimmungen

## (Kurzfassung für Teilnehmer/innen)

Stand: 07.09.2021

Diese Bestimmungen sind eine Ergänzung zur  
Geschäftsordnung und den Teilnahmebedingungen der VHS Jülicher Land

### 3-G-Regel

Es gilt die 3-G Regel für Dozentinnen und Dozenten sowie Teilnehmer/innen. Nur Personen, die gegen Covid19 geimpft, genesen oder getestet sind, dürfen an den Angeboten der VHS teilnehmen. Der Nachweis (+ Ausweisdokument zur Identifikation) ist immer mit sich zu führen.

- Geimpft – als vollständig geimpft gilt man ab 14 Tage nach der Zweitimpfung (nachgewiesen durch Impfpass oder digitales Zertifikat)
- Genesen – ein positives PCR-Testergebnis (Hausarzt) muss mindestens 28 Tage alt sein und darf nicht mehr als 6 Monate zurückliegen.
- Getestet – der Schnelltest darf nicht älter als 48 Stunden sein.

### Persönliche Hygiene:

- **Bei Erkältungssymptomen** dürfen Sie das Kursgebäude nicht betreten
- **Abstandsregelung:** Halten Sie zu Personen, die nicht aus dem eigenen Haushalt kommen **möglichst** einen **Abstand von 1,50 m**. Verzichten Sie auf Körperkontakt.
- **Maskenpflicht:** Grundsätzlich gilt in Innenräumen Maskenpflicht. (Zulässig sind OP-Masken und FFP2-Masken. Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass die Maske auch die Nase bedecken muss!) Nur nach Einnahme des Platzes im Kursraum mit ausreichend Abstand kann der Mund-Nasenschutz abgenommen werden. Bei Unterschreiten des Abstands während des Unterrichts ist die Maske zu tragen.
- **Handhygiene:** Beim Betreten des Kursgebäudes sind die Hände zu desinfizieren oder gründlich zu waschen
- **Aufenthalt/Wegesystem:**  
Beschränken Sie Ihren Aufenthalt im Gebäude nur auf den notwendigen Zeitraum.

Folgen Sie, wo vorgegeben dem **Wegesystem** und beachten Sie die **Bodenmarkierungen** sowie die **Informationsaushänge**. *(Im VHS Gebäude am Aachener Tor in Jülich ist der Zutritt zum Gebäude nur über den Haupteingang möglich. Der bisherige Nebeneingang kann nur als Ausgang benutzt werden.)*

- **Husten –und Niesetikette:** in die Armbeuge Husten oder Niesen, von anderen Abstand halten u. wegrehen



### Raumhygiene:

- Die **Tische** und **Stühle** für die Lehrkraft und die Teilnehmenden werden entsprechend den Abstandsvorgaben platziert. **Die Positionen der Tische sollen nicht verändert werden.**
- **Kursgröße:** Pro Kurs sind je nach Raumgröße 9 bis maximal 15 Anmeldungen zugelassen.
- **Sitzplan:** Zur Nachverfolgung von etwaigen Kontakten wird ein Sitzplan angefertigt. Die Teilnehmenden sitzen immer auf dem gleichen Platz.  
*(Ausnahme Fachräume Gesundheit und Kreativität: Hier müssen keine festen Plätze eingenommen und auch keine Pläne erstellt werden.)*

- **Lüften:** In regelmäßigen Abständen ist eine Stoßlüftung durch weit geöffnete Fenster über mehrere Minuten vorzunehmen. Bei geeigneten Außentemperaturen soll während der gesamten Unterrichtszeit gelüftet werden.
- **Flächendesinfektionsmittel** und Einwegtücher stehen bereit, um bei Bedarf Flächen, die von mehreren Personen berührt wurden zusätzlich zu desinfizieren.

## Zusätzliche Bestimmungen für die Gesundheits- und Kreativitätskurse:

### 1. Gesundheit:

- Bitte kommen Sie nach Möglichkeit bereits in Ihrer **Trainingskleidung**. **Die Umkleidemöglichkeiten sind begrenzt.**
- Bitte bringen Sie eine **eigene Matte** mit. Die VHS kann keine Matten zur Verfügung stellen. Private Matten dürfen nicht mehr in den VHS-Räumen zwischengelagert werden. **Sie müssen zum Ende der Kurseinheit wieder mitgenommen werden.**
- **Barfußtraining ist nur auf der eigenen Matte erlaubt**, ansonsten müssen Socken, Schlappchen oder Hallenschuhe getragen werden.
- Der **Trainingsplatz im Kursraum** muss so eingenommen werden, **dass in jeder Bewegungsrichtung ein Abstand von mind. 1,5m (besser 2m) zu den anderen Personen im Raum** gewährleistet ist.
- **Sportgeräte und Hilfsmittel** kann die VHS nur zur Verfügung stellen, wenn diese gut zu desinfizieren sind. Die Kursleitungen werden informiert, welche Geräte- /Materialien verwendet werden dürfen und welche nicht. **Sportgeräte und Hilfsmittel, welche durch die VHS zur Verfügung gestellt werden müssen nach der Nutzung von Ihnen als Teilnehmer/in desinfiziert werden.** (Desinfektionstücher werden in den Kursräumen zur Verfügung gestellt.)
- In **externen Räumen** (z.B. Turnhallen, Bürgerhallen, Hallenbäder etc.) gelten **z.T. zusätzliche Regelungen**. Die VHS informiert in diesen Fällen die Teilnehmenden darüber *entweder vor Kursbeginn mit einem zusätzlichen Merkblatt* (falls erforderlich) *oder bei Kursbeginn durch die Kursleitungen*. (In manchen Turnhallen müssen beispielsweise auch die Kontaktflächen in den Sanitärräumen durch den/die jeweilige Nutzerin desinfiziert werden.)

### 2. Kreativität

- In Kreativitätskursen (z.B. Malen, Nähen) müssen **die Tische** sowie **die Kontaktflächen aller Werkzeuge und Geräte**, (sofern sie nicht privat mitgebracht und genutzt werden) **durch den/die jeweilige Nutzerin** spätestens zum Ende der Kurseinheit **desinfiziert** werden. **Gegenstände/Geräte, die von mehreren Personen** während eines Kurses berührt werden (z.B. Bügeleisen, Overlock-Maschinen, bestimmte Töpferwerkzeuge), **müssen nach jeder Nutzung desinfiziert werden**, bevor die nächste Person sie in die Hand nimmt.
- **Es dürfen nur eigene selbst mitgebrachte Getränke und ggf. Speisen im Kursraum verzehrt werden.** (Bitte bei Bedarf jegliche **Verpflegung** für die Kurszeit **selbst mitbringen**; nicht an andere Teilnehmende weitergeben bzw. mit diesen teilen, Geschirr + Behältnisse wieder mit nach Hause nehmen; **Kaffee/Tee kochen ist im Kursraum nicht erlaubt.**)

## Belehrung

Die o.g. Maßnahmen dienen dem Gesundheitsschutz aller am Kursgeschehen beteiligten Personen. Zum Wohle aller bittet die VHS Jülicher Land ausdrücklich darum, die Regeln einzuhalten. Bei Regelverstößen kann der Ausschluss vom Unterricht erfolgen.