

Hygienekonzept - Information zum Umgang mit dem Corona-Virus

Ich möchte hiermit informieren, wie ich im NiaStudio in dem Angebot der Trauma-Praxis Leipzig, verantwortlich Gesa Pankonin (Hygienebeauftragte) mit dem Corona-Virus umgehen werde. Untermietende Kursleiter*in/ Fremdveranstalter*in legen ein für sie gültiges Hygienekonzept - folgendem mindestens entsprechend - ihren Teilnehmenden vor.

Das NiaStudio bleibt zu den gewohnten Öffnungszeiten weitgehend geschlossen, außer die Öffnung ist rechtlich wieder gestattet. Finden gesundheits-präventive Angebote statt, wird deine Teilnahme in Listen erfasst. Bei einem Verdachts- bzw. Erkrankungsfall könnten mögliche Kontaktpersonen aus dem NiaStudio lückenlos ermittelt und wenn notwendig dem Gesundheitsamt übermittelt werden. Nach den derzeitigen Informationen haben wir keine Hinweise, dass sich eine unserer Teilnehmenden mit dem Corona-Virus angesteckt hat.

Wir weisen allerdings vorsorglich darauf hin, dass wir uns eine Absage vorbehalten, wenn uns dies vor dem Hintergrund der zunehmenden Ausbreitung des Corona-Virus geboten scheint oder wir vonseiten der Behörden zur Absage angehalten werden.

Wir möchten dich beim Besuch des NiaStudio um die Einhaltung der folgenden Vorsichtsmaßnahmen bitten, um einer Ausbreitung des Corona-Virus möglichst entgegenzuwirken:

➤ Abstandsregeln

Die Anzahl der Kursteilnehmer*innen ist stark reduziert, um 1,5m Mindestabstand generell zu gewährleisten.

Beim Aufenthalt im Umkleidebereich, der Dusche und im Küchenbereich ist genauso auf den Mindestabstand zu achten. Bitte komm in Deiner bequemen Übungskleidung und zieh Dir nach dem Kurs was über, um in Ruhe zu Hause zu duschen.

➤ Mund- Nasenschutz

Auf dem Gelände und Gebäude Hohe Straße 9 ist das Tragen eines Mund- Nasenschutzes geboten. Bitte nimm auf jeden Fall Rücksicht und versuche, stets einen gebührenden Abstand zu Deinen Seminarkolleg*innen zu wahren.

Im Kursraum, nachdem Du Dich auf Deinem Platz mit vorgegebenem Mindestabstand zum nächsten Platz fest eingerichtet hast, kannst Du den Mundschutz abnehmen, oder während des Kurses freiwillig anlassen.

➤ Hand- und Flächenhygiene

Bitte nutzt die Möglichkeiten zum Händewaschen mit Flüssigseife und Einwegtüchern, sowie die vorhandenen Möglichkeiten zur Handdesinfektion im NiaStudio.

Wir haben unsere Reinigungsmittel und -Häufigkeit aufgerüstet, und wischen den Kursraum mit Desinfektionsreiniger, die Handläufe und Türgriffe und Rezeptionsflächen werden ebenso immer wieder desinfiziert.

Bis auf weiteres gibt es kein Leihequipment oder sonstigen Hilfsmittel. (z.B. Yoga)

➤ Schnelle Empfangsregistrierung bei Klassen und Seminaren

Einlass ist ca. 15-20 Minuten vor Kursbeginn. Bitte komm nicht früher, um Aufenthalte und Ansammlungen im Umkleidebereich und vor dem NiaStudio absolut zu vermeiden!

Teilnahme an den Abendklassen nur über Voranmeldung über sms-Kursbuchung, mit vorheriger Erfassung der Kontaktdaten.

Voraussetzung zur Teilnahme sind Kontaktdaten und Einverständnis zur Weitergabe ans Gesundheitsamt.

Wir möchten dich beim Besuch des NiaStudio um die Einhaltung der folgenden Vorsichtsmaßnahmen bitten, um einer Ausbreitung des Corona-Virus möglichst entgegenzuwirken:

1. Solltest du in der jüngsten Vergangenheit aus einer besonders gefährdeten Region, also aus China, Japan, Italien und Südkorea, zurückgekehrt sein, bleibe bitte dem Kurs für 14 Tage nach Rückkehr fern.
 - Bei Erkältungssymptomen melde dich bitte bei der Hausarztpraxis – zunächst telefonisch – und bespreche erst, was zu tun ist.
2. Leidest du oder dein Kind unter Erkältungssymptomen, möchten wir dich bitten, dem Kurs derzeit fernzubleiben. Denn die Symptome des neuartigen Corona-Virus ähneln denen einer ganz „normalen“ Erkältung, sodass sich ohne Test nicht unterscheiden lässt, ob du an Corona erkrankt bist oder nicht.
 - Um eine Ansteckung zu vermeiden, sind die Therapeutin/ Kursleiter*in/ Fremdveranstalter*in gehalten, Teilnehmende mit Erkältungssymptomen nicht zum Kurs zuzulassen. Bitte habe Verständnis für diese Maßnahmen.
3. Wir empfehlen dir außerdem beim Besuch des Kurses die folgenden Hygienemaßnahmen zu beachten. Nach Aussage der Expert*innen kann hiermit eine Infektion mit dem neuartigen Corona-Virus verhindert werden.
 - Wasche dir regelmäßig, in jedem Fall vor und nach dem Training, nach der Benutzung der Toilette, vor Kontakt mit Lebensmitteln und nach Kontakt mit Personen, die Erkältungssymptome zeigen, die Hände gründlich (min. 30 Sekunden) mit warmem Wasser und Seife. Trockne dir die Hände anschließend mit einem Einmal-Handtuch ab. Eine Handdesinfektion ist – so die Experten – nicht notwendig, schadet aber auch nicht. Wenn du also Desinfektionsmittel zur Hand hast, benutze es ruhig.
 - Achte auf die Husten- und Niesetikette. Huste und niese bitte niemanden direkt an. Huste und niese bitte auch nicht in deine Hand, sondern in die Ellenbogenbeuge. Benutzte Taschentücher entsorge bitte in den Abfallbehältern oder nimm diese mit nach Hause.
 - Verzichte darauf, andere Teilnehmende per Handschlag oder mit einer Umarmung zu begrüßen und zu verabschieden. Enger Körperkontakt begünstigt eine Infektion.
 - Fasse dir so wenig wie möglich ins Gesicht, um die Übertragung von Viren über die Mund- und Nasenschleimhaut und das Bindegewebe der Augen nach Möglichkeit zu vermeiden.
 - Trinke bitte nur aus deiner eigenen Trinkflasche und Glas. Vermeide Verwechslungen und trinke auch nicht mit dem Mund direkt aus dem Wasserhahn.
 - Bitte halte auch dein/e Kind/er an, diese Hygienemaßnahmen einzuhalten. Nimmst du an Kursen im NiaStudio teil, empfehlen wir dir außerdem, vorher selbst eine individuelle Risikoabwägung vorzunehmen.
 - Gehörst du zu einer der Risikogruppen, die vom Corona-Virus besonders schwer betroffen sind, möchten wir dich bitten, sehr sorgfältig abzuwägen, ob du derzeit an unserem Kurs teilnimmst. Denn: Auch, wenn wir uns viel Mühe geben, können wir nicht garantieren, dass sich unter den Teilnehmenden nicht doch eine Person aufhält, die sich mit dem neuartigen Corona-Virus infiziert hat. Bei Fragen kannst du dich an uns oder das örtliche Gesundheitsamt wenden. Hast du die Befürchtung, dich mit dem Corona- Virus angesteckt zu haben, kontaktiere umgehend die Haus- und/ oder Kinderarztpraxis telefonisch.

Allzeit beste Gesundheit und bewegte Grüße!