

Hygieneplan

Version 2.0

Für den Trainingsbetrieb von
Karin's Tanzgruppe Mendig 1970 e.V.



Karin's Tanzgruppe Mendig 1970 e.V.

Pellenzstr. 94; 56743 Mendig

27.6.2020

Karin's Tanzgruppe Mendig 1970 e.V.



Mitglied in:

- Rheinische Karnevals-Kooperationen e.V. (RKK)
- Bund Deutscher Karneval e.V. (BDK)
- Komitee für den Veilchendienstagszug Mendig 1959 e.V.
- Landesverband für karnevalistischen Tanzsport Rheinland-Pfalz e.V.
- Sportbund Rheinland e.V.

Vorbemerkung

Der vorliegende Hygieneplan wurde zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes während der derzeitigen Corona-Pandemie erstellt. Da die Hygienemaßnahmen jedoch grundsätzlich einer Verbreitung aller übertragbaren Krankheiten entgegenwirken, behält er auch im Nachhinein seine Gültigkeit, sodass ein Teil der Maßnahmen auch zukünftig fester Bestandteil des Trainingsalltages werden.

Die Trainerinnen sind entsprechend dieses Hygieneplanes unterwiesen, gehen mit gutem Beispiel voran und sorgen dafür, dass die Tänzerinnen die Hygienehinweise ernst nehmen und umsetzen. Darüber hinaus sind alle Mitglieder gehalten, sorgfältig die Hygienehinweise der Gesundheitsbehörden bzw. des Robert-Koch-Instituts zu beachten.

Der Hygieneplan wurde, mit der Begründung, dass der Trainingsbetrieb auf dem Gelände der Grundschule stattfindet (unter der Voraussetzung, dass der Träger der Einrichtung zustimmt) und ein Großteil der Tänzerinnen Schüler sind, an den „Hygieneplan-Corona für die Schulen in Rheinland-Pfalz“ angelehnt. Über die Hygienemaßnahmen sind die Trainerinnen, die Tänzerinnen, der Vorstand und die Erziehungsberechtigten auf jeweils geeignete Weise zu unterrichten.

Persönliche Hygiene

Das neuartige Coronavirus 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.

Wichtigste Maßnahmen zur persönlichen Hygiene

- Bei Krankheitszeichen auf jeden Fall zu Hause bleiben. Diese sind insbesondere:
 - Fieber
 - Husten
 - Atemprobleme
 - Verlust Geschmacks- / Geruchssinn
 - Halsschmerzen
 - Gliederschmerzen
- Mindestens 1,5m Abstand halten zwischen den Übungen.
- Das Gesicht bleibt unberührt von den Händen, vor allem Nase, Mund und Augen. Beim Training sind lange Haare, die im Gesicht hängen, zusammen bzw. zurück zu binden, da dadurch Berührungen aufgrund lästiger Strähnen vermieden werden.

Karin's Tanzgruppe Mendig 1970 e.V.



Mitglied in:

- Rheinische Karnevals-Kooperationen e.V. (RKK)
- Bund Deutscher Karneval e.V. (BDK)
- Komitee für den Veilchendienstagszug Mendig 1959 e.V.
- Landesverband für karnevalistischen Tanzsport Rheinland-Pfalz e.V.
- Sportbund Rheinland e.V.

- Berührungen, Umarmungen und Händeschütteln außerhalb der Übungen sind tabu.
- Händewaschen nach dem Toilettengang, vor dem Essen oder Trinken, nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen, vor und nach dem Training (30 Sekunden lang). Die Wassertemperatur hat keinen Einfluss auf die Reduktion der Viren. Viel wichtiger sind die Dauer des Händewaschens und das vollständige Verreiben auf allen Flächen der Hände (auch zwischen den Fingern). Dazu werden die Kinder und Jugendlichen zu Beginn des Trainings angeleitet. Jede Tänzerin erhält ein eigenes, personalisiertes Handtuch, so wird gleichzeitig die Umwelt geschont.
- Husten und Niesen in die Armbeuge und mit größtmöglichem Abstand zu anderen Personen (wegdrehen).
- Mund-Nasen-Schutz oder eine textile Barriere (Mund-Nasen-Bedeckung, community mask oder Behelfsmaske) tragen. Damit können Tröpfchen, die man beim Sprechen, Husten oder Niesen ausstößt, abgefangen werden. Das Risiko, eine andere Person anzustecken, kann so verringert werden. Diese Masken sollen beim Betreten des Gebäudes und in den Pausen getragen werden. Beim Training selbst werden keine Masken getragen. Jede Tänzerin erhält, zusammen mit einem Infoschreiben zu den Hygieneregeln, eine Mund-Nasen-Bedeckung vom Verein geschenkt.
- Besucher und Zuschauer sind grundsätzlich nicht gestattet. Tanzinteressierte, die aktiv am Training teilnehmen sind jedoch weiterhin herzlich willkommen. Diese müssen im Vorfeld (persönlich, telefonisch oder per E-Mail) Kontakt zur ersten oder zweiten Vorsitzenden aufnehmen, ihre Personalien schriftlich angeben und den Erhalt des Infobriefes durch Unterschrift (bei Minderjährigen durch Unterschrift der Erziehungsberechtigten) bestätigen.

Hinweise zum richtigen Händewaschen

Die Hände sind die häufigsten Überträger von Krankheitserregern. Händewaschen schützt! Die Hände sollten nicht nur gewaschen werden, wenn sie sichtbar schmutzig sind. Denn Krankheitserreger sind mit dem bloßen Auge nicht zu erkennen. Daher sollten im Alltag regelmäßig die Hände gewaschen werden, insbesondere nach dem Toilettengang, vor dem Essen oder Trinken, nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen, vor und nach dem Training.

Richtiges Händewaschen erfordert ein sorgfältiges Vorgehen. Häufig werden die Hände beispielsweise nicht ausreichend lange eingeseift und insbesondere Handrücken, Daumen und Fingerspitzen vernachlässigt. Gründliches Händewaschen gelingt in fünf Schritten:

1. Die Hände zunächst unter fließendes Wasser halten. Die Temperatur kann so gewählt werden, dass sie angenehm ist.

Karin's Tanzgruppe Mendig 1970 e.V.

Mitglied in:

- Rheinische Karnevals-Kooperationen e.V. (RKK)
- Bund Deutscher Karneval e.V. (BDK)
- Komitee für den Veilchendienstagszug Mendig 1959 e.V.
- Landesverband für karnevalistischen Tanzsport Rheinland-Pfalz e.V.
- Sportbund Rheinland e.V.



2. Dann die Hände gründlich einseifen. Insbesondere die Handinnenflächen, Handrücken, Fingerspitzen, Fingerzwischenräume, Daumen und Fingernägel. Hygienischer als Seifenstücke sind Flüssigseifen, besonders in öffentlichen Waschräumen.
3. Die Seife an allen Stellen sanft einreiben. Gründliches Händewaschen dauert 20 bis 30 Sekunden.
4. Danach die Hände unter fließendem Wasser abspülen. In öffentlichen Toiletten zum Schließen des Wasserhahns ein Einweghandtuch oder den Ellenbogen verwenden.
5. Anschließend die Hände sorgfältig abtrocknen, auch die Fingerzwischenräume. In öffentlichen Toiletten eignen sich hierfür am besten Einmalhandtücher. Auf dem Training sollte jeder sein persönliches Handtuch benutzen.

Hinweise zum Umgang mit den Behelfsmasken

Folgende Hinweise des Bundesamtes für Arzneimittel und Medizinprodukte sind zu beachten:

- Auch mit Maske sollte der von der WHO empfohlene Sicherheitsabstand von mindestens 1,50m zu anderen Menschen eingehalten werden.
- Die Hände sollten vor Anlegen der Maske gründlich mit Seife gewaschen werden.
- Beim Anziehen einer Maske ist darauf zu achten, dass die Innenseite nicht berührt wird. Die Maske muss richtig über Mund, Nase und Wangen platziert sein und an den Rändern möglichst eng anliegen, um das Eindringen von Luft an den Seiten zu minimieren.
- Bei der ersten Verwendung sollte getestet werden, ob die Maske genügend Luft durchlässt, um das normale Atmen möglichst wenig zu behindern.
- Eine durchfeuchtete Maske sollte umgehend abgenommen und ggf. ausgetauscht werden.
- Die Außenseite, aber auch die Innenseite der gebrauchten Maske sind potentiell erregert. Um eine Verunreinigung der Hände zu verhindern, sollten diese möglichst nicht berührt werden.
- Nach Absetzen der Maske sollten die Hände unter Einhaltung der allgemeinen Hygieneregeln gründlich gewaschen werden.
- Eine mehrfache Verwendung an einem Tag ist unter Einhaltung der Hygieneregeln möglich. Eine zwischenzeitliche Lagerung erfolgt dabei trocken an der Luft, sodass Verunreinigungen der Innenseite der Maske aber auch Verschleppungen auf andere Oberflächen vermieden werden. Gleiches gilt für die Verwendung der persönlichen Handtücher.
- Die Maske sollte nach abschließendem Gebrauch in einem Beutel o.ä. luftdicht verschlossen aufbewahrt werden. Die Aufbewahrung sollte nur über möglichst

Karin's Tanzgruppe Mendig 1970 e.V.



Mitglied in:

- Rheinische Karnevals-Kooperationen e.V. (RKK)
- Bund Deutscher Karneval e.V. (BDK)
- Komitee für den Veilchendienstagszug Mendig 1959 e.V.
- Landesverband für karnevalistischen Tanzsport Rheinland-Pfalz e.V.
- Sportbund Rheinland e.V.

kurze Zeit erfolgen, um vor allem Schimmelbildung zu vermeiden. Gleiches gilt für die Verwendung der persönlichen Handtücher.

- Masken sollten täglich bei mindestens 60°C gewaschen und anschließend vollständig getrocknet werden. Sofern vorhanden, sollten unbedingt alle Herstellerhinweise beachtet werden. Gleiches gilt für die Verwendung der persönlichen Handtücher.

Raumhygiene

Zur Reduzierung der Übertragung durch Tröpfcheninfektion muss immer wenn es möglich ist ein Abstand von mindestens 1,50m eingehalten werden. Die Anzahl der Tänzerinnen (inkl. Trainerinnen) in den jeweiligen Gruppen beträgt maximal 10 und ist somit gering genug, um den Mindestabstand auch in der Aula der Grundschule zu gewährleisten. Partner- und Gruppenübungen sind, nach der 10. Corona Bekämpfungsverordnung Rheinland-Pfalz, möglich.

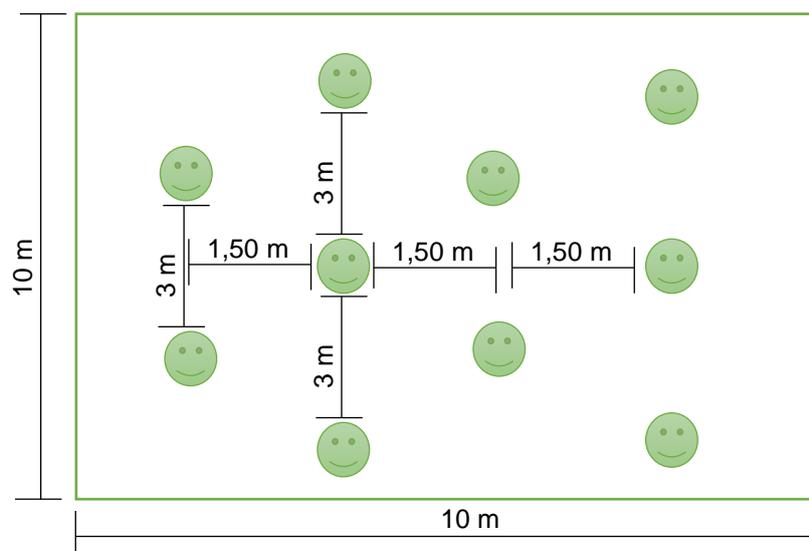


Abbildung 1: Schematische Darstellung der Raumordnung

Besonders wichtig ist das regelmäßige und richtige Lüften, da dadurch die Innenraumluft ausgetauscht wird. Mehrmals täglich, mindestens in jeder Pause und bei jedem Gruppenwechsel, ist eine Stoßlüftung bzw. Querlüftung durch vollständig geöffnete Fenster über mehrere Minuten vorzunehmen. Lässt die Witterung es zu, so bleiben die Hallentür sowie die Fenster während des gesamten Trainings geöffnet. Eine Kipplüftung ist weitgehend wirkungslos, da durch sie kaum Luft ausgetauscht wird. Das Training bei trockenem Wetter auf eine schattige Wiese neben dem Schulgebäude zu verlegen ist nach Rücksprache mit der Verbandsgemeinde nicht möglich.

Karin's Tanzgruppe Mendig 1970 e.V.



Mitglied in:

- Rheinische Karnevals-Kooperationen e.V. (RKK)
- Bund Deutscher Karneval e.V. (BDK)
- Komitee für den Veilchendienstagszug Mendig 1959 e.V.
- Landesverband für karnevalistischen Tanzsport Rheinland-Pfalz e.V.
- Sportbund Rheinland e.V.

Kontaktpersonennachverfolgung

Eine Kontaktpersonennachverfolgung ist durch die seit Jahren geführte Anwesenheitsliste jederzeit und zuverlässig möglich.

Hygiene im Sanitärbereich

In allen Toilettenräumen müssen ausreichend Flüssigkeitsspender und Einmalhandtücher bereitgestellt und regelmäßig aufgefüllt werden. Die entsprechenden Auffangbehälter für Einmalhandtücher und Toilettenpapier sind vorzuhalten. Als Rückfallebene hält der Verein Flüssigseife zum Ersatz vor. Jede Tänzerin erhält ein eigenes, personalisiertes Handtuch, so wird gleichzeitig die Umwelt geschont. Die Aufbewahrungs- und Waschregeln gelten entsprechend der Hinweise zum Umgang mit Behelfsmasken.

Damit sich nicht zu viele Tänzerinnen zeitgleich in den Sanitärräumen aufhalten, werden die Kinder in Gruppen von maximal 4 Personen zum richtigen Händewaschen angeleitet. Der Toilettengang in den Pausen erfolgt grundsätzlich einzeln.

Die Sanitären Anlagen werden nach dem Training durch den Verein gereinigt.

Infektionsschutz in den Pausen

Auch in den Pausen muss gewährleistet sein, dass Abstand gehalten wird. Der Toilettengang in den Pausen erfolgt grundsätzlich einzeln. Die Trainerinnen achten auf die Einhaltung der Abstandsregeln und leiten ggf. die Kinder zu Spielen an, bei denen der Abstand eingehalten werden kann.

Wegeführung

Es ist darauf zu achten, dass nicht alle Tänzerinnen gleichzeitig über die Gänge zur Halle gelangen. Der Zugang zum Training erfolgt auf direktem Weg zur Aula, ohne Aufenthalt in den Fluren. Bei Trainingsende verlassen maximal 4 Tänzerinnen gleichzeitig den Raum und ziehen sich ihre Schuhe unter Einhaltung des Mindestabstands an. Danach wird das Gebäude auf direktem Wege verlassen.

Ein Warten der Eltern im Gebäude ist nicht gestattet. Die Kinder können bis zur Eingangstür gebracht und dort wieder abgeholt werden. Beim Warten im Freien ist ebenfalls der Mindestabstand einzuhalten. Besser zur Kontaktvermeidung ist das Warten im Fahrzeug. Im Falle starker Regenergüsse ist ein Warten von Elternteilen, die ohne Fahrzeug ihr Kind abholen, im Pausenraum möglich. Dabei sind der Mindestabstand sowie die Maskenpflicht einzuhalten. Organisatorische Dinge können telefonisch oder im Gruppenchat geklärt werden, nicht vor Ort.

Karin's Tanzgruppe Mendig 1970 e.V.



Mitglied in:

- Rheinische Karnevals-Kooperationen e.V. (RKK)
- Bund Deutscher Karneval e.V. (BDK)
- Komitee für den Veilchendienstagszug Mendig 1959 e.V.
- Landesverband für karnevalistischen Tanzsport Rheinland-Pfalz e.V.
- Sportbund Rheinland e.V.

Informationsverbreitung

Um sicherzustellen, dass der Vorstand, jede Trainerin, Tänzerin, sowie jeder Erziehungsberechtigte lückenlos über die Hygieneregeln informiert ist, erhält jedes Mitglied vor dem ersten Training ein Infoschreiben, welches die Hygienemaßnahmen erklärt. Zeitgleich wird an jede Tänzerin eine Mund-Nasen-Bedeckung ausgehändigt. Den Aktiven wird freigestellt, am Trainingsbetrieb nach diesen Regeln teilzunehmen, oder diesem fern zu bleiben.

An der Eingangstür wird über ein Plakat auf die Abstandsregel und das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung hingewiesen. Ebenso werden alle Hygieneregeln an der Hallentür durch ein Plakat visualisiert. Die Vorgehensweise zum richtigen Händewaschen wird in den Toilettenräumen ausgehängt, sofern dies nicht bereits durch die Schule geschehen ist.

Allgemeines

Diese Hygieneregeln wurden zur Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes von Karin's Tanzgruppe Mendig 1970 e.V. erstellt und dient zur Vorlage bei der Verbandsgemeinde. Er beinhaltet als Grundlage den „Hygieneplan-Corona für die Schulen in Rheinland-Pfalz“ und wurde an die individuellen Vereinssituationen angepasst. Die Maßnahmen basieren auf dem derzeitigen Stand der Hygiene nach den „Informationen für die Fachöffentlichkeit“ des Robert-Koch-Instituts sowie den Rechtsgrundlagen des Landes Rheinland-Pfalz und können jederzeit situativ an die aktuelle Corona-Lage angepasst werden.

Hygienebeauftragte Ansprechpartnerin

Die für die Einhaltung der Hygienemaßnahmen verantwortliche Person ist die 2. Vorsitzende:

Désiré Schmitt
Pellenzstr. 96
56743 Mendig
01705532658

info@karins-tanzgruppe.de