



Hygienekonzept

Hygienekonzept des Taekwon-Do Center Niederfischbach im Umgang mit COVID-19 für die Ausübung von Sport in geschlossenen Räumen.

Stand: 16.12.2021

Sachstand

Die weltweite Ausbreitung des Coronavirus wurde am 11.03.2020 von der Weltgesundheitsorganisation zu einer Pandemie erklärt. Die Krankheit verläuft bei einem Teil der Infizierten, insbesondere bei Angehörigen der Risikogruppen, schwer. Das Risiko wird in Deutschland zurzeit als hoch eingeschätzt.

Hauptübertragungsweg von SARS-CoV-2, dem Erreger von COVID-19, sind feine Tröpfchen aus der Atemluft. Ebenso können Krankheitserreger über kontaminierte Hände übertragen werden. Daher sind die Einhaltung eines ausreichenden Sicherheitsabstandes und die Händehygiene die wichtigsten Maßnahmen zur Eindämmung der Übertragung.

Vor dem Hintergrund der möglichen Übertragungswege und der Wiederaufnahme des regulären Trainingsbetriebes stellt die Öffnung der Sportstätten für Mitglieder ein Risiko für eine Infektionen dar. Aus diesem Grund ist ein Hygienekonzept notwendig, um den Schutz der Trainierenden zu gewährleisten. Das Hygienekonzept sowie die Verhaltensregeln sollen bei den Mitgliedern ein Gefühl der Achtsamkeit und des rücksichtsvollen Umgangs miteinander stärken und eine möglichst gefahrlose Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes unterstützen.

Geltungsbereich

Um das Vereinsleben und den Trainingsbetrieb nach den Vorgaben der Landesregierung Rheinland-Pfalz fortführen zu können, gilt folgendes Hygienekonzept für das Training in geschlossenen Räumlichkeiten. Das Konzept unterliegt der permanenten Überprüfung und Anpassung, sowohl von Seite der zu beachtenden Vorgaben als auch von der Effizienz der Maßnahmen her.

Grundlage des Hygienekonzepts ist die „Kon-

solidierte Lesefassung der Landesverordnung zur Bekämpfung des Coronavirus SARS-CoV-2. Verkündet am 04. Dezember 2021.

Hiernach gilt folgendes:

Im Innenbereich ist neben der Erhebung der Kontaktdaten aller Sportler und Übungsleiter ein Hygienekonzept nötig, dass das besondere Infektionsrisiko der ausgeübten Sportart berücksichtigt und entsprechende Sicherheitsmaßnahmen vorsieht.

Ergänzend hierzu findet die sog. „2-G-Plus-Regel“-Anwendung:

Innerhalb geschlossener Räume dürfen nur folgende Personen als Teilnehmerinnen und Teilnehmer zur Sportausübung eingelassen werden:

- Genesene Personen, inklusive Testergebnis
- Geimpfte Personen (3x), ohne Testpflicht
- Kinder bis zur Vollendung

des siebten Lebensjahres

Einige der Teilnehmer sind mit voller Schutzimpfung versehen, so dass hier eine einmalige Aufnahme des Impfstatus erfolgt. Gleiches gilt bei Teilnehmern, die genesen sind. Hier wird zusätzlich noch das Datum festgehalten, zu dem der Infektionsbeginn sechs Monate zurückliegt. Eine gewisse Anzahl der Teilnehmer verfügt über keinen vollständigen Impfschutz. Diese Teilnehmer kümmern sich in voller Eigenverantwortung stets um einen entsprechenden Test und teilen das jeweilige Ergebnis mit. Hierzu wird eine schriftliche Erklärung des einzelnen Teilnehmers gefordert, eigenständig zu handeln.

Trainingsdurchführung

Training

Wichtig für die Infektionsprävention ist die Einhaltung von Mindestabständen, um die Übertragung durch Tröpfchen zu verhindern.



Übungen, die Kontakt erfordern, werden nach Möglichkeit vermieden. Partnerübungen sind zu vermeiden und auf ein Mindestmaß zu begrenzen.

Hier hat der Trainer die Verantwortung. Um einer möglichen Infektion entgegenzuwirken werden die Trainingsräume so gut wie möglich belüftet. Die Fenster sind daher stets zu öffnen und zwei Mal während des Trainings stoß zu lüften.

Insgesamt ist es notwendig, dass darauf geachtet wird, dass:

- ausreichend Abstand eingehalten werden kann
- die Trainingsgruppen in ihrer Zusammensetzung möglichst konstant bleiben
- der Trainingsraum neben dem Kipplüften regelmäßig stoßgelüftet wird

Begrenzung der Anzahl der Trainingsteilnehmer

Durch eine Voranmeldung beim Trainer wird gewährleistet, dass die Anzahl an Teilnehmern den zulässigen Rahmen nicht überschreitet (maximal fünfundzwanzig Trainingsteilnehmer inklusive Trainer). Beim Betreten und beim Verlassen der Räumlichkeit sorgt der Trainer dafür, dass der Mindestabstand zueinander eingehalten wird. Zuschauer und Besucher sind nicht zugelassen.

Trainingszeiten

Die bisherigen Trainingszeiten sind so gewählt, dass es vor und nach dem Training zu keinen Überschneidungen mit anderen Gruppen bzw. Trainingskursen kommt.

Organisatorische Maßnahmen

Anwesenheitslisten

Um mögliche Kontaktpersonen im Falle einer Infektion zu identifizieren, wird zu jedem Training eine Teilnehmerliste angefertigt. Die erhobenen Daten umfassen das Erhebdatum, Vor- und Nachname, Anschrift, Telefonnummer und E-Mail-Adresse des Mitgliedes. Die Listen werden keinen Dritten zugänglich gemacht. Sie sind lediglich auf Verlangen der zuständigen Behörde an diese auszuhandigen. Sie unterliegen der Kontrolle und der Aufbewahrungspflicht des Trainers.

Besucher

Besucher sind grundsätzlich nicht zugelassen. Zu Beginn und zum Ende des Trainings fungiert der Trainer als Einlasskontrolleur.

Umgang mit Erkrankten

Bei begründetem Verdacht oder markanten Krankheitssymptomen (wie z. B. Fieber, trockener Husten, Atemprobleme, Verlust des Geschmacks-/Geruchssinns, Halsschmerzen, Gliederschmerzen) sollen die Mitglieder in jedem Fall zu Hause zu bleiben, um unnötige Kontakte zu meiden.

Der erste Schritt ist unmittelbar, ausschließlich telefonisch Kontakt zum Hausarzt aufzunehmen. Außerdem sollte der Trainer über den Sachstand des Verdachteten unmittelbar telefonisch informiert werden.

Der Hausarzt entscheidet über das weitere Vorgehen, wie z. B. die Meldung an das Gesundheitsamt und die Anordnung eines Tests auf das Corona-Virus.

Wichtig ist: Wenn der Hausarzt eine Testung auf das Corona-Virus anordnet, sind den Anweisungen in jedem Fall Folge zu leisten (bspw. bei welcher Klinik oder medizinischen Einrichtung die Testung durchgeführt wird). Das schließt mit ein, dass man sich in jedem Fall solange in häusliche Isolation begibt, bis das Testergebnis mitgeteilt und „Entwarnung“ vom Arzt bzw. von der entsprechenden Klinik gegeben wurde. Sollte die Testung eine Infektion mit dem Corona-Virus bestätigen, sind den Handlungsempfehlungen der Gesundheitsbehörde oder des Arztes in jedem Fall Folge zu leisten.

Sobald das medizinische Testergebnis (oder ggf. ein Tätigkeitsverbot) vorliegt (ungeachtet ob negativer oder positiver Befund), sollte der Trainer möglichst unmittelbar in Kenntnis gesetzt werden. Dieser wird dann wiederum ggf. weitere Schritte zum Schutz der Mitglieder in Absprache mit dem Vorstand und den örtlichen Gesundheitsbehörden einleiten.

Wichtige Telefonnummern und Zuständigkeiten

- Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117
- Bürgertelefon des BMG (Corona-Hotline) 0800 011 77 22



Risikogruppen

Im Vorfeld des Trainings weist der Trainier darauf hin, dass Risikogruppen während des Trainings lediglich durch die hier dargestellten Maßnahmen geschützt werden können. Zusätzliche Schutzmaßnahmen liegen in der Verantwortung des Einzelnen und können durch den Verein nicht vollumfänglich gewährleistet werden.

Hygienematerial

Schutzmasken

Eine Maskenpflicht im Rahmen der sportlichen Betätigung besteht nicht. Diese können bei Bedarf und auf den Wunsch der Mitglieder getragen werden.

Desinfektion

Das TKD-Center Nfb. stellt während der Trainingszeiten sowohl Flächen- als auch Handdesinfektion zur Verfügung. Am Eingang zum Trainingsraum steht ein Spender für Handdesinfektionsmittel bereit. Parallel dazu weist ein Aushang auf die korrekte Handhabung des Desinfektionsmittels hin. Teilnehmer werden angehalten, sich bei Betreten der Sporteinrichtung die Hände gründlich zu desinfizieren. Neben dem Desinfizieren ist das gründliche Waschen der Hände essentieller Bestandteil der Infektionsprävention. Hierfür werden Flüssigseife sowie Papierhandtücher bereitgestellt. Neben den Aushängen ist der Trainer dafür verantwortlich, die Mitglieder über die Hygienemaßnahmen und Verhaltensregeln aufzuklären.

Anleitung zum korrekten Waschen und Desinfizieren der Hände

1. Schritt: Hände waschen

- Hände unter fließendem Wasser nass machen.
- Hände rundum einseifen, auch zwischen den Fingern und den Handrücken und die Nägel gründlich einseifen.
- Gründliches Einseifen dauert 20 – 30 Sekunden (das sind zwei Happy-Birthdays).
- Gründlich unter fließendem Wasser abspülen.
- Mit Papierhandtüchern abtrocknen.

2. Schritt: Hände desinfizieren

- Zur hygienischen Händedesinfektion eine ausreichende Menge Desinfektionsmittel in den trockenen Händen gründlich verteilen.
- Die Hände müssen komplett mit dem Mittel benetzt sein.
- Die Hände mindestens 30 Sekunden lang mit dem Mittel einreiben.

Hygienerrelevante Bereiche

Die Umkleieräume, Aufenthaltsräume und Duschen sowie die Toiletten stehen weiterhin zur Verfügung. Die Duschen sind nur einzeln zu benutzen. Bereiche und Gegenstände, die häufig genutzt werden (bspw. Türklinken, Lichtschalter und Tresenfläche), werden regelmäßig, mindestens aber vor und nach dem Training durch den Trainer desinfiziert. Eine gleichzeitige Nutzung von Kugelschreibern, Stiften etc. durch mehrere Personen ist untersagt. Darüber hinaus werden die Trainingsflächen nach dem Training in angemessenem Umfang gereinigt.

Achtsamkeit und Hygieneregeln

Das TKD-Center Nfb. informiert über Aushänge und mündliche Aufklärung über geeignete Verhaltensweisen, um ein Infektionsrisiko zu minimieren.

Hierbei geht es vor allem um:

- gründliche Handhygiene
- Hust- und Nies-Etikette
- Einhaltung des Abstands
- Wahrnehmung möglicher Infektionsmöglichkeiten

Jedes Mitglied kann einen Beitrag zum Schutz der Allgemeinheit leisten, indem es sich an gewisse Verhaltensregeln hält.