

1 Hygiene-Konzept TuS Oberbrügge 1870 e.V.

1.0. Präambel

1.1 Persönliche Hygiene

1.2 Vor, während und nach dem Sport

1.3 Anwesenheitsliste

1.4 Schulungsbestätigung & Anlagen



#FCKCORONA
TACWRK



#FLATTENTHECURVE
TACWRK

www.tus-oberbruegge.de

1 Hygiene-Konzept TuS Oberbrügge 1870 e.V.

1.0 Präambel

Die hier aufgeführten Maßnahmen beziehen sich auf die akt. Coronaschutzverordnung des Landes Nordrhein-Westfalen vom 7. Mai 2020.

Diese ist online einsehbar unter:

<https://www.land.nrw/de/wichtige-fragen-und-antworten-zum-corona-virus#0a57cfbb>

Bitte habt Verständnis, dass die Stadt Halver aufgrund der geltenden Rechtslage zu diesen Einschränkungen gezwungen ist. Durch die Anpassungen des individuellen Verhaltens aller Beteiligten, kann jedoch die Gefahr einer Übertragung des Virus deutlich minimiert werden. Wir weisen weiterhin darauf hin, dass bei Nichteinhaltung der genannten Einschränkung ein Ausschluss vom Trainingsbetrieb für den ganzen Verein bis zu den Sommerferien erfolgt. Weiterhin können Zuwiderhandlungen gemäß des Bußgeldkataloges zur Coronaschutzverordnung mit einem Bußgeld von bis zu 1.000,- € geahndet werden.

Bei dieser Aufstellung handelt es sich um eine Sammlung der wichtigsten Information von Stadt, Land und Landessportbund.

Hygienebeauftragte/r des TuS Oberbrügge ist der komplette Vorstand!

Der TuS Oberbrügge stellt Desinfektionsmittel etc. im Schrank „0“ entsprechend zur Verfügung. Hier bitte unbedingt beachten, dass gerade im Geräteraum nur max. 2 Personen anwesend sein dürfen! Sollte z.B. das Desinfektionsmittel zur Neige gehen oder nicht mehr vorhanden sein, ist umgehend der Vorstand zu informieren. Eine Trainingseinheit ohne z.B. Desinfektionsmittel darf erst gar nicht gestartet werden!

Ab dem 11.05. ist der Sport- und Trainingsbetrieb im Breiten- und Freizeitsport auf öffentlichen oder privaten Freiluftsportanlagen sowie im öffentlichen Raum wieder möglich. Voraussetzungen: Kontaktfreiheit, Hygieneschutz, Infektionsschutz, Zutrittssteuerung sowie Gewährleistung eines Abstands von mindestens 1,5 Metern zwischen Personen (auch in Warteschlangen). Die Nutzung von Dusch- und Waschräumen, Umkleide-, Gesellschafts- und sonstigen Gemeinschaftsräumen sowie das Betreten der Sportanlage durch Zuschauer sind bis auf weiteres untersagt; bei Kindern unter 12 Jahren ist das Betreten der Sportanlage durch jeweils eine erwachsene Begleitperson zulässig.

1.1 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

- Bei Krankheitszeichen (z.B. Fieber, trockener Husten, Atemproblemen, Verlust Geschmacks-/Geruchssinn, Halsschmerzen Gliederschmerzen) auf jeden Fall zu Hause bleiben.
- Mindestens 1,50 m Abstand halten
- Mit den Händen nicht das Gesicht, insbesondere die Schleimhäute berühren, d.h. nicht an Mund, Augen und Nase fassen.
- Keine Berührungen, Umarmungen und kein Händeschütteln.
- Gründliche Händehygiene (z. B. nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen; nach der Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln; nach Kontakt mit Treppengeländern, Türgriffen,

Haltegriffen etc., vor und nach dem Essen; vor dem Aufsetzen und nach dem Abnehmen einer Schutzmaske, nach dem Toiletten-Gang oder nach Betreten der Turnhalle etc.) durch Händewaschen mit Seife für 20 – 30 Sekunden (siehe auch <https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen/>) oder Händedesinfektion: Das sachgerechte Desinfizieren der Hände ist dann sinnvoll, wenn ein gründliches Händewaschen nicht möglich ist. Dazu muss Desinfektionsmittel in ausreichender Menge in die trockene Hand gegeben und bis zur vollständigen Abtrocknung ca. 30 Sekunden in die Hände einmassiert werden. Dabei ist auf die vollständige Benetzung der Hände zu achten. (siehe auch www.aktion-sauberehaende.de).

- Öffentlich zugängliche Gegenstände wie Türklinken oder Fahrstuhlknöpfe möglichst nicht mit der vollen Hand bzw. den Fingern anfassen, ggf. Ellenbogen benutzen.
- Husten- und Niesetikette: Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand zu anderen Personen halten, am besten weg drehen. Mund-Nasen-Schutz (MNS) oder eine textile Barriere (Mund-Nasen-Bedeckung MNB, community mask oder Behelfsmaske) tragen. Damit können Tröpfchen, die man z.B. beim Sprechen, Husten oder Niesen ausstößt, abgefangen werden. Das Risiko, eine andere Person durch Husten, Niesen oder Sprechen anzustecken, kann so verringert werden (Fremdschutz).

Hinweise zum Umgang mit den Behelfsmasken:

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

- Auch mit Maske sollte der von der WHO empfohlene Sicherheitsabstand von mindestens 1.50 m 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 kontaminiert 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 ist potentiell erregert. Um eine Kontaminierung 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 (mindestens 20- 30 Sekunden mit Seife).
- Die Maske sollte nach dem Abnehmen in einem Beutel o.ä. luftdicht verschlossen aufbewahrt oder sofort gewaschen werden. Die Aufbewahrung sollte nur über möglichst kurze Zeit erfolgen, um vor allem Schimmelbildung zu vermeiden.
- Masken sollten täglich bei mindestens 60 Grad gewaschen und anschließend vollständig getrocknet werden. Sofern vorhanden, sollten unbedingt alle Herstellerhinweise beachtet werden.

1.2 Vor, während und nach dem Sport

- Die Vereine können grundsätzlich die Hallen für kontaktlosen Sport während der üblichen Hallenzeiten nutzen, Beginn und Ende der Trainingseinheiten werden jedoch um 10 Minuten verkürzt, um Begegnungsverkehr zu vermeiden! Ggf. sollte der der Haupteingang nur als Eingang dienen und als Ausgang die Tür am DRK-Raum.
Der Zeitpunkt der Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes der Stadt bzw. dem Vorstand vorab mitzuteilen!
- **Der Übungsleiter (m/w/d) stellt vor Beginn der Trainingseinheit die HandDesinfektionsmittel aus Schrank 0 in den Eingangsbereich der Eingangstür. Hier müssen sich alle Teilnehmer (m/w/d) nacheinander dann die Hände desinfizieren. Nach Beendigung der Einheit müssen die Desinfektionsmittel zurück in Schrank 0.**
- Vor jeder Übungseinheit sind alle Teilnehmer (m/w/d) verpflichtet sich mit eigenem Kugelschreiber in die angefügte Anwesenheitsliste einzutragen. Die Liste ist durch den Übungsleiter (m/w/d) zu archivieren und vorab als Foto an den Vorstand zu per WhatsApp oder E-Mail zu senden. Die Listen dienen ggf. dem Gesundheitsamt, um evtl. Infektionsketten ausfindig zu machen und hier zählt ggf. jeder Tag!
- Die Umkleidekabinen sowie die Duschanlagen dürfen nicht benutzt werden!
- Bei Wiederaufnahme des Trainings ist vor dem Training der Fragebogen zum SARS-CoV-2 Risiko gemeinsam mit dem Trainer auszufüllen und durch diesen zu überprüfen. Das nachfolgende Formular ist zwar vom Deutschen Leichtathletikverband (DLV) entwickelt worden, gilt aber sinngemäß auch für alle anderen Sportarten.
https://www.leichtathletik.de/fileadmin/user_upload/11_Verband/2020-04-07-DOSB_Fragebogen_SARS-CoV-2_Risiko_extended.pdf
- In Bereichen, in denen die SportlerInnen und auch TrainerInnen eher einer Risikogruppe zuzuordnen sind, ist besser vor Trainingsbeginn ein speziell vom Landessportbund NRW (LSB) entwickelter Fragebogen von jedem Teilnehmer auszufüllen und vom Trainer zu überprüfen. **Im REHA-Bereich ist es Pflicht!** Den Fragebogen müsst Ihr nur einmal, vor dem Trainingsauftakt, ausfüllen. Der obige, SARS-CoV-2-Risiko Fragebogen ist vor jeder Trainingseinheit auszufüllen.
https://www.vibss.de/fileadmin/Vereinsmanagement/Coronavirus/Rehasport/2020-05-07_Einwilligungserklaerung_Teilnehmer_Wiederaufnahme_Rehasport.pdf
- Aus hygienischen Gründen gilt bis auf Weiteres ein absolutes Harzverbot!
- Die gleichzeitige Nutzung einer Halle von mehreren Vereinen ist nicht zulässig, dies gilt auch für die Halle im Lern- und Begegnungszentrum bei abgetrennten Hallendrittel
- Die **Sporthalle Oberbrügge** ist mit **max. 18 Personen** zu nutzen. Es ist die Abstandsregel von 1,5 m einzuhalten! Direkt beim Eintritt sind die Hände zu desinfizieren.
- **Kontaktflächen an Sportgeräten** sind nach der Sporeinheit **zu desinfizieren**. Dieses ist von den Benutzern eigenverantwortlich durchzuführen. Desinfektionsmittel wird von der Stadt nicht gestellt. Für Sportmatten bzw. Gymnastikmatten sind große ganzflächige Tücher oder Decken empfehlenswert und mitzubringen. Bei Haut- bzw. Schweisskontakt sind die Matten auch unbedingt zu desinfizieren.
- Im Rahmen des Kinder- und Jugendsportes ist vor Beginn des Trainingsbetriebes ein separates Benutzungs- und Hygienekonzept zu erstellen, welches der Stadt vorzulegen ist!
- Nach dem Training ist die Halle und das Schulgelände unverzüglich zu verlassen, ein geselliges Verbleiben ist nicht gestattet! Der Verzehr von Speisen und Getränken ist im

Hallenbereich untersagt. Für evtl. Trinkflaschen für den Sportbetrieb empfehlen wir, diese mit dem entsprechenden Namen zu beschriften.

- Der Mindestabstand von 1,5 Metern zu anderen Personen muss, wo immer möglich, eingehalten werden – nicht nur in den Sporthallen, sondern auch beim Betreten und Verlassen des Schulgeländes, innerhalb des Gebäudes, in Fluren etc.
- Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung (MNB) ist dann verpflichtend, wenn die Mindestabstände nicht eingehalten werden können, beispielsweise beim Betreten oder Verlassen der Sportanlage. Beim Anlegen der MNB ist darauf zu achten, dass die Innenseite nicht kontaminiert wird. Die MNB müssen korrekt über Mund, Nase und Wangen platziert sein und an den Rändern möglichst eng anliegen, um das Eindringen von Luft an den Seiten zu minimieren. Die Außenseiten einer gebrauchten MNB sind potenziell erregend. Daher sind diese möglichst nicht zu berühren, um eine Kontamination der Hände zu verhindern.
- Körperkontakt ist zu vermeiden. Dies gilt insbesondere für Begrüßungsrituale wie Handschlag, Umarmungen oder Wangenkuss.
- Gegenstände wie Arbeitsmittel, Stifte, Lineale oder Gläser etc. dürfen nicht gemeinsam genutzt oder ausgetauscht werden. Ist eine gemeinsame Benutzung unvermeidlich, müssen sie entsprechend gereinigt werden.
- Berührungen der eigenen Augen, Nase und Mund sind zu vermeiden.
- Neben der Aufnahme des Virus über Tröpfchen in der Luft besteht das größte Risiko darin, dass Viren über die Hände aufgenommen bzw. weitergegeben werden. Deshalb ist regelmäßiges Händewaschen mit Seife besonders wichtig für den Infektionsschutz. In den Waschräumen steht Flüssigseife zur Verfügung. Ein gründliches und regelmäßiges Waschen der Hände ist notwendig und in der Regel auch ausreichend.
- Ein Einsatz von Handdesinfektionsmitteln mit mindestens begrenzt viruzidem Wirkungsspektrum kommt in Betracht, wenn der Zugang zu Waschmöglichkeiten (z.B. ohne die Entstehung von Warteschlangen zu provozieren) nicht in ausreichendem Maße gewährleistet ist. Die Stadt Halver stellt jedoch kein Desinfektionsmittel zur Verfügung.
- Von besonderer Bedeutung ist die Einhaltung der Husten- und Niesetikette (Husten oder Niesen in die Armbeuge oder in ein Taschentuch). Husten oder niesen Sie auch dann in die Ellenbeuge, die Mund und Nase umschließen soll, auch wenn Sie eine MNB tragen. Wenden Sie sich beim Husten und Niesen von anderen Personen ab.
- Potenziell kontaminierte Flächen, die durch Händkontakte zu einer Übertragung beitragen könnten, sind nach der Sporteinheit zu reinigen sowie durch eine zusätzliche Flächendesinfektion mittels Wischdesinfektion (z. B. vorgetränkte Wischtücher) zu behandeln. Hierzu gehören auch die diversen eingelagerten Sportgeräte. Die Stadt Halver stellt entsprechende Reinigungs- und Desinfektionsmittel nicht. Es sollten nur VAH- gelistete Desinfektionsmittel mit begrenzter Viruzidie verwendet werden. Die Reinigungstücher sind anschließend zu entsorgen.
- Durch die Stadt erfolgt weiterhin die übliche tägliche Reinigung der Hallenböden
- Sollten wir in der Leichtathletik im Kinder- und Jugendbereich starten, darf nur in Kleingruppen von bis zu 5 Kindern/Jugendlichen je TrainerIn trainiert werden. Im Kinder- und Jugendbereich (auch außerhalb der Leichtathletik) können wir allerdings ohnehin erst starten, wenn wir die speziellen Hygieneregeln erstellt haben. Die Kleingruppenbeschränkung gilt nach unserer Einschätzung nicht für die Lauffreize, bzw. Laufschulen.



Infektionen vorbeugen:

Die 10 wichtigsten Hygienetipps

Im Alltag begegnen wir vielen Erregern wie Viren und Bakterien. Einfache Hygienemaßnahmen tragen dazu bei, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten zu schützen.

1. Regelmäßig Hände waschen

- ▶ wenn Sie nach Hause kommen,
- ▶ vor und während der Zubereitung von Speisen,
- ▶ vor den Mahlzeiten,
- ▶ nach dem Besuch der Toilette,
- ▶ nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen,
- ▶ vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten,
- ▶ nach dem Kontakt mit Tieren.



2. Hände gründlich waschen

- ▶ Hände unter fließendes Wasser halten,
- ▶ von allen Seiten mit Seife einreiben,
- ▶ dabei 20 bis 30 Sekunden Zeit lassen,
- ▶ unter fließendem Wasser abwaschen,
- ▶ mit einem sauberen Tuch trocknen.

3. Hände aus dem Gesicht fernhalten

- ▶ Fassen Sie mit ungewaschenen Händen nicht an Mund, Augen oder Nase.



4. Richtig husten und niesen

- ▶ Halten Sie beim Husten und Niesen Abstand von anderen und drehen sich weg.
- ▶ Benutzen Sie ein Taschentuch oder halten die Armbeuge vor Mund und Nase.



5. Im Krankheitsfall Abstand halten

- ▶ Kurieren Sie sich zu Hause aus.
- ▶ Verzichten Sie auf enge Körperkontakte, solange Sie ansteckend sind.
- ▶ Halten Sie sich in einem separaten Raum auf und benutzen Sie wenn möglich eine getrennte Toilette.
- ▶ Benutzen Sie Essgeschirr oder Handtücher nicht mit anderen gemeinsam.



6. Wunden schützen

- ▶ Decken Sie Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab.

7. Auf ein sauberes Zuhause achten

- ▶ Reinigen Sie insbesondere Küche und Bad regelmäßig mit üblichen Haushaltsreinigern.
- ▶ Lassen Sie Putzlappen nach Gebrauch gut trocknen und wechseln sie häufig aus.



8. Lebensmittel hygienisch behandeln

- ▶ Bewahren Sie empfindliche Nahrungsmittel stets gut gekühlt auf.
- ▶ Vermeiden Sie den Kontakt von rohen Tierprodukten mit roh verzehrten Lebensmitteln.
- ▶ Erhitzen Sie Fleisch auf mindestens 70 °C.
- ▶ Waschen Sie Gemüse und Obst gründlich.

9. Geschirr und Wäsche heiß waschen

- ▶ Reinigen Sie Ess- und Küchenutensilien mit warmem Wasser und Spülmittel oder in der Spülmaschine.
- ▶ Waschen Sie Spüllappen und Putztücher sowie Handtücher, Waschlappen, Bettwäsche und Unterwäsche bei mindestens 60 °C.



10. Regelmäßig lüften

- ▶ Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten.

1.4 Bestätigung Übungsleiter (m/w/d)

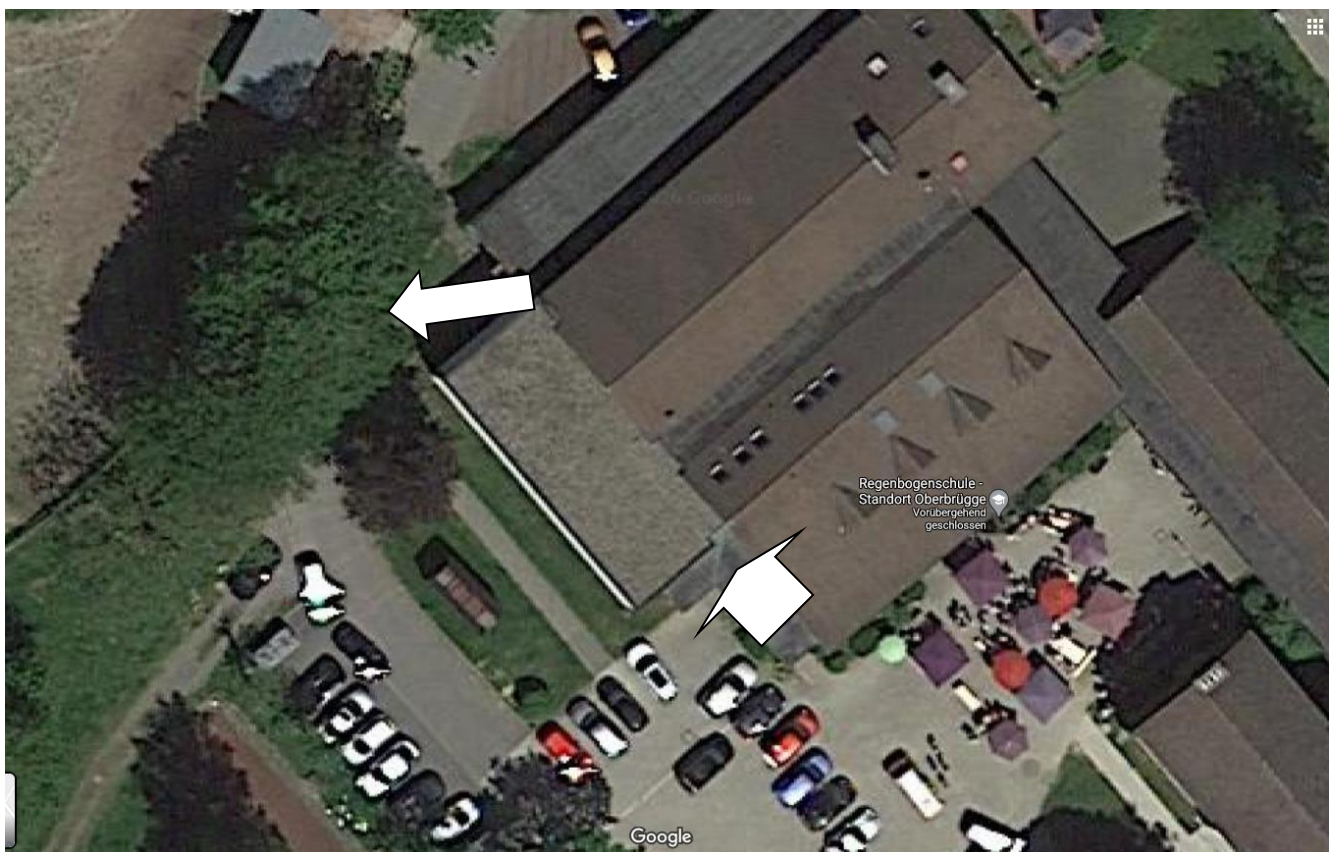
Hiermit bestätige ich _____, dass ich über das Hygienekonzept des TuS Oberbrügge 1870 e.V. unterrichtet wurde. Ich bestätige, dass das Hygienekonzept von mir entsprechend in meiner Sportgruppe _____ vermittelt und weitergegeben wird.

Halver, ____ . ____ . 2020

Unterschrift: _____

1.5 Anlagen

Ein- und Ausgangsregelung in Sporthalle



Eingang einzeln über Haupteingang

Ausgang einzeln über DRK-Raum