

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,  
wir freuen uns, Sie in unserem Haus und in unseren Kursen begrüßen zu dürfen.

Wir haben ein Ampelsystem eingeführt, das unterschiedliche Gefährdungslagen berücksichtigt. Bitte beachten Sie die folgenden Standards der **Ampel grün** zum Infektionsschutz und die darüberhinausgehenden Maßgaben der **Ampel gelb** bei erhöhter Gefährdungslage. **Ampel rot** bedeutet das Verbot von Präsenzkursen. Ausnahmen sind in der aktuellen CoronaSCHVO geregelt. Zur Zeit sind nur Erste Hilfe Kurse in Präsenz erlaubt.

- Bitte desinfizieren Sie sich Ihre Hände beim Betreten und vor dem Verlassen der Einrichtung. Einen Desinfektionsspender finden Sie im Eingangsbereich.
- Sie müssen im Gebäude, außerhalb des Kursraumes, zu jedem Zeitpunkt einen Mindestabstand von 1,5 Meter zu anderen Personen einhalten. Das bedeutet auch, dass direkter Körperkontakt und Begrüßungsrituale dringend zu vermeiden sind.
- Medizinische Maske:  
**Ampel grün:** Auf den Hausfluren und im Aufzug tragen Sie bitte eine medizinische Maske. Falls Sie keine Maske dabei haben, fragen Sie bitte in unserer Verwaltung nach einer Einwegmaske.  
**Ampel gelb und Ampel rot:** medizinische Maske muss immer getragen werden.
- Sobald Sie im Gebäude angekommen sind, gehen Sie bitte unmittelbar über die gekennzeichneten Wege zu Ihrem Kursraum. Um auf den Fluren Gegenverkehr zu vermeiden, wurden soweit möglich „Einbahnwege“ entwickelt. Bitte halten Sie die gekennzeichneten Wege ein, um ein unnötiges Aufeinandertreffen mit anderen Personen zu vermeiden.
- Es sind für die einzelnen Kurse individuelle Start- und Endzeiten festgelegt. Während der Wechselzeiten achten alle darauf, dass es nicht zu Warteschlangen oder Unterschreitung des Mindestabstands kommt.
- Es darf sich immer nur eine Person auf den Toiletten und dem Waschraum aufhalten. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass Sie gegebenenfalls warten müssen.
- In den Kursräumen (außer Kidix<sup>®</sup> und Sport- und Ernährungskurse) werden Sie gebeten, einen gekennzeichneten Platz einzunehmen, wenn der Mindestabstand von 1,5m nicht eingehalten werden kann. Die Kursleitung dokumentiert dies bei jedem Termin in einem Sitzplan.
- Halten Sie bitte die Husten- und Nies-Etikette ein, d.h. in die Armbeuge husten/niesen, sich von anderen Personen abwenden und anschließend Hände waschen.
- Kontaktflächen werden vor und nach den Kursen gereinigt und gegebenenfalls desinfiziert. Desinfektionsmittel stehen auch während der Kurszeit bereit
- Die Kursräume werden auch während des Unterrichts regelmäßig stoßgelüftet. Bitte bringen Sie sich ausreichend warme Kleidung mit, sodass Sie während des Kurses, insbesondere während der Lüftungszeiten, ausreichend geschützt sind.
- Für Kurse in unserer Lehrküche gelten zusätzliche Bestimmungen und Maßnahmen. Außerhalb des Kursgeschehens darf die Lehrküche nicht von Teilnehmenden betreten werden. Die Teeküchen dürfen zurzeit leider gar nicht von Teilnehmenden genutzt werden.
- Bitte bringen Sie zu Sport- und Entspannungskursen Ihre eigenen Materialien mit (Sportmatte, Handtuch...) und kommen schon in entsprechender Kleidung zum Kurs. In unseren Einrichtungen und in den Sporthallen ist die Nutzung von Dusch- und Umkleieräumen nur unter Einhaltung des Mindestabstandes erlaubt.
- Wenn Sie einen Kurs im Bereich „Ernährung“ besuchen, achten Sie auf die zusätzlichen Bestimmungen der „Anlage zum Hygieneplan für Kurse im Ernährungsbereich“.
- Wenn Sie mit Ihrem Kind einen Kurs besuchen, achten Sie bitte darauf, dass Ihr Kind möglichst den Abstand zu anderen Personen einhält. Achten Sie darüber hinaus auf die Bestimmungen der „Anlage zum Hygieneplan für Eltern-Kind-Gruppen“.
- Bitte bleiben Sie zuhause, wenn Sie sich krank fühlen.

Wir danken Ihnen für Ihr Verständnis und wünschen Ihnen viel Freude in Ihrem Kurs!