

Schutzmassnahmen «intern» PS LU (Maihof)

Diese Vorgaben gelten für alle Kursleitungen und Kursteilnehmenden.

Aktuelle Ausgangslage

19.04.2021: Sport- und Kultur-Aktivitäten bzw. Präsenzunterricht in Bildung sind auch in Innenräumen für Erwachsene bis zu 15 Personen unter Einhaltung der Masken- und Abstandspflicht wieder möglich. Alle **Outdoor-Aktivitäten** (Offene Gruppen, Spaziertreff) finden bereits ab März 2021 in **15er-Gruppen** unter Einhaltung der Hygiene- und Verhaltensregeln statt.

Regeln:

- Masken (während des ganzen Unterrichts müssen Masken getragen werden)
- Abstand (der Abstand von 1 ½ Meter muss eingehalten werden)
- 1/3-Kapazität (wenn immer möglich, zu Hause am Unterricht teilnehmen)

Testen und Impfen:

Teilnehmenden und Kursleitenden empfehlen wir die Covid-Impfung und/oder Selbsttests vor der Kursanwesenheit. Bei Symptomen gilt es weiterhin zu Hause zu bleiben. Regelmässige Kursleitende und Mitarbeitende können an wöchentlichen Testungen bei PS LU teilnehmen. Für Geimpfte oder Personen, welche Covid-19 bereits gehabt haben, gelten zurzeit dieselben Regeln.

Kurszentrum PS LU (2.5 m² pro Person)

Ahorn/blau (39 m²) 3. OG Sprachklassen = max. 15 Personen inkl. KL > eff. 9 TN
> 7 TN-Tische > 6 Schutzwände plus Kursleitung plus 1 Reserve-Tisch (1 Schutzwand)

Eiche/grün (32 m²) 3. OG Sprachklassen = max. 12 Personen inkl. KL > eff. 8 TN
> 7 TN-Tische > 6 Schutzwände plus Kursleitung plus 1 Reserve-Tisch (ohne Schutzwand)

Linde/gelb (45 m²) 3. OG Bildungskurse allg. = max. 18 Pers. inkl. KL > eff. 10 TN
> 9 TN-Tische > 8 Schutzwände plus Kursleitung plus 1 Reserve-Tisch (plus Stühle möglich)

Bewegungsraum PS LU (6 m² pro Person)

EG (66 m²) Moderate Bewegungsangebote = max. 11 Pers. inkl. KL > eff. 7 TN
> Alle am Trainingsbetrieb beteiligten Personen erscheinen bereits in adäquater Sportkleidung zum Training.

Lüftung Bewegungsraum PS LU

- > Kontrollierter Austausch der Luft im Raum mit gefilterter Aussenluft.
- > Luftqualität bei laufender Lüftung besser > Lüftung darf nicht abgestellt werden.

Hygiene

Befolgen Sie weiterhin die Verhaltens- und Hygieneregeln. Desinfektionsmittel stehen zur Verfügung. Masken müssen selber mitgenommen werden. Die Toiletten stehen den anwesenden Personen unter Einhaltung der Hygieneregeln zur Verfügung.

Karenzzeit

Zwischen den einzelnen Kursblöcken muss eine Karenzzeit von mindestens 15 Minuten vorgesehen werden, um ein direktes Aufeinandertreffen von verschiedenen Gruppen zu vermeiden. Während der Pausen werden die Kursräume im 3. OG stossgelüftet.

Warteraum/Zugang

Die Teilnehmenden kommen erst fünf Minuten vor Kursbeginn in das Kurszentrum bzw. den Bewegungsraum. Nach der Lektion verlassen sie den Unterrichtsraum schnellstmöglich. Sie halten sich an die Abstandsregel und benutzen den Lift nur als Einzelperson bzw. die wenn immer möglich die Treppe.

Bistro

Halten Sie sich bitte an die Angaben des Betreibers CH Media.

Rückverfolgbarkeit

Durch die Anmeldung bzw. die Teilnehmerlisten können wir die zentrale Rückverfolgung von Neuinfektionen jederzeit gewährleisten.

Risikoabwägung / Besonders gefährdete Personen

Das neue Coronavirus kann für Personen ab 65 Jahren, schwangere Frauen und Erwachsene mit gewissen Vorerkrankungen gefährlich sein. Besonders gefährdet sind Erwachsene mit folgenden Vorerkrankungen: Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Chronische Atemwegserkrankungen, Krebs, Erkrankungen und Therapien, die das Immunsystem schwächen, Adipositas Grad III. Die Liste ist nicht abschliessend. Es gilt die Liste des BAG. Jede/r sollte eine persönliche Risikoeinschätzung vornehmen und auf dieser Basis eigenverantwortlich handeln.

Krankheitssymptome

- Kurs- und Gruppenleiter/innen und Teilnehmer/innen mit Krankheitssymptomen dürfen nicht unterrichten bzw. teilnehmen. Sie bleiben zu Hause und befolgen die Anweisungen zur Isolation beziehungsweise Quarantäne gemäss BAG. Pro Senectute ist umgehend über die Krankheitssymptome zu orientieren.
- Kranke nach Hause schicken und darauf hinweisen, dass sie die Anweisungen zur Isolation beziehungsweise Quarantäne gemäss BAG befolgen.
- Eine Person gilt als sehr wahrscheinlich nicht mehr ansteckend, wenn sie mindestens 48 Stunden symptomfrei ist, und sofern seit Symptombeginn mindestens 10 Tage verstrichen sind.

Das neue Coronavirus kann sehr unterschiedliche Krankheitssymptome zeigen. Die häufigsten Symptome:

- akute Atemwegserkrankung (Halsschmerzen, Husten (meist trocken), Kurzatmigkeit, Brustschmerzen)
- Fieber
- plötzlicher Verlust des Geruchs- und/oder Geschmackssinns

Zudem sind folgende Symptome möglich:

- Kopfschmerzen
- Allgemeine Schwäche, Unwohlsein
- Muskelschmerzen
- Schnupfen
- Magen-Darm-Symptome (Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Bauchschmerzen)
- Hautausschläge

Hygienemassnahmen BAG

Weitere Informationen unter: www.bag.admin.ch

An-/Abreise

Für die An- und Abreise zum Kurs- oder Gruppenort wird die Nutzung individueller Verkehrsmittel stark empfohlen. Um die Abstandsregeln einhalten zu können, ist auf Fahrgemeinschaften und die Verwendung von öffentlichen Verkehrsmitteln zu verzichten.

Beachten Sie bitte weiterhin, dass keine Besucherparkplätze direkt vor dem Gebäude verfügbar sind. Es hat vereinzelte, kostenpflichtige Parkplätze um das Gebäude (blaue Zone) bzw. empfehlen wir folgende öffentliche Parkhäuser in der Nähe:

- Four-Forest School, Maihofstrasse 95
- Coop Schlossberg, Maihofstrasse 1