

## Schutzmassnahmen «extern» PS LU

Diese Vorgaben gehen an alle Kursleitungen und Kursteilnehmenden vor dem Start nach den Sommerferien.

### Aktuelle Ausgangslage

22.6.2020: Das Versammlungsverbot im öffentlichen Raum wird unter konsequenter Umsetzung der Distanz- und Hygieneregeln und unter Rückverfolgbarkeit von engen Kontakten (Contact Tracing) gelockert.  
6.7.2020: Es gilt im gesamten öffentlichen Verkehr die Maskenpflicht. Zudem müssen sich Einreisende aus gewissen Gebieten in Quarantäne begeben. Grossveranstaltungen mit über 1000 Personen bleiben verboten.

- Hygiene- und Verhaltensregeln (Hände regelmässig mit Seife waschen und Abstand halten)
- Abstand 1.5 m oder Schutzwände bzw. Masken (bei engem Kontakt der länger andauert > 15 Minuten)
- Veranstaltungen bis 1'000 Personen (Präsenzliste)
- Contact Tracing (Teilnehmerlisten)

### An-/Abreise

Seit dem 6. Juli 2020 gilt im gesamten öffentlichen Verkehr die Maskenpflicht. Für die An- und Abreise zum Kurs- oder Gruppenort wird die Nutzung individueller Verkehrsmittel stark empfohlen. Bitte nehmen Sie zu Ihrer eigenen Sicherheit noch zusätzlich Desinfektionsmittel mit.

### Infrastruktur/Anlagen (Turnhallen, Pfarreiheime, Studios, Hallenbäder, Tennishallen etc.)

Es sind immer die Schutzmassnahmen der Anlagenbetreiber zu berücksichtigen.

### Rückverfolgbarkeit

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

### Risikoabwägung / Besonders gefährdete Personen

Ältere Menschen können grundsätzlich wieder an Aktivitäten teilnehmen. Das neue Coronavirus kann aber 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](http://www.bag.admin.ch)