

## Unser Hygienekonzept

- Wir berechnen pro Person 5 m<sup>2</sup>.
- Es muss bis zum eigenen Sitzplatz ein Mund-Nasen-Schutz getragen werden, am Platz kann er abgenommen werden.
- Wir haben die Fenster immer leicht geöffnet und lüften zusätzlich alle 30 Minuten für 5 Minuten quer, auch wenn es kalt ist.
- Die Alanus Hochschule, wo in der Regel die Seminare stattfinden, hat ein spezielles eigenes Hygienekonzept mit Desinfizierung, Maskenpflicht in den Gängen und einem Einbahnsystem.
- Hand- und Flächendesinfektionsmittel stehe zur Verfügung.
- Die Teilnehmerliste muss jeder Teilnehmer mit seinem eigenen Stift unterschreiben.

In Einzelfällen kann das Seminar per Video-Stream über Zoom besucht werden.

### Noch wichtig:

Wenn jemand im ungeschützten **Kontakt** mit infizierten Personen war, darf er/sie nicht an Präsenzveranstaltungen teilnehmen.

Teilnehmende, die nachweislich vom Corona-Virus betroffen waren, dürfen erst **zwei Wochen nach überstandener Krankheit** an einer Weiterbildung teilnehmen.

Personen, die eine **relevante Erkrankung gemäss COVID-Verordnung** aufweisen, wird **empfohlen**, bis auf Weiteres auf die Teilnahme an Präsenzveranstaltungen zu verzichten. Die Entscheidung trifft jede/r eigenverantwortlich.

Diese Erkrankungen sind:

Bluthochdruck

Chronische Atemwegserkrankungen

Diabetes

Erkrankungen und Therapien, die das Immunsystem schwächen

Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Krebs

Menschen, die **zzt. oder bis kurz vor dem Kurs** COVID-Symptome zeigen, dürfen nur dann teilnehmen, wenn ein **ärztliches Attest** und ein negativer Corona-Test vorliegen. Dies sind die Symptome, um die es geht:

Diese treten häufig auf:

- § Husten (meist trocken)
- § Halsschmerzen
- § Kurzatmigkeit
- § Fieber, Fiebergefühl
- § Muskelschmerzen
- § Plötzlicher Verlust des Geruchs- und/oder Geschmackssinns

Selten sind:

- § Kopfschmerzen
- § Magen-Darm-Symptome
- § Bindehautentzündung
- § Schnupfen