



SV „Viktoria“ 1913 Kleestadt e.V.



Hygiene-Konzept

Hygieneregeln Sportbetrieb

So ist Sport möglich:

KONTAKTFFREI

DESINFEKTIONS- UND HYGIENE-Maßnahmen

MINDESTABSTAND 1,5m, alle Gruppengrößen

DUSCHEN & UMKLEIDEN geschlossen, TOILETTEN geöffnet

Zutritt ohne WARTESCHLANGEN

RISIKOGRUPPEN schützen

IN- & OUTDOOR erlaubt



SV „Viktoria“ 1913 Kleestadt e.V.



Allgemeine Hygienemaßnahmen:

- **Beachtung des einrichtungsspezifischen Hygieneplanes.**
- Regelmäßige Handhygiene, v. a. gründliches Händewaschen mit Seife für mindestens 20 Sekunden.
- Verwendung von Papierhandtüchern oder regelmäßiges Waschen von persönlich zugewiesenen Handtüchern.
- Einhaltung der Niesetikette
(Husten oder Niesen in die Armbeuge oder in ein Taschentuch; nicht in die Hand).
- Benutze Taschentücher sofort entsorgen (möglichst in Mülleimer mit Deckel).
- **Hände aus dem Gesicht fernhalten.**
- **Regelmäßige Reinigung von Räumen und Kontaktflächen.**
- Vorausschauendes Nachfüllen von Seifenspendern und Einmalhandtüchern, insbesondere auf nicht vereinseigenen Sportanlagen für ausreichend Seife und Handtrocknungsmöglichkeiten sorgen.
- Risikogruppen sind gesondert zu betrachten und es ist nach aktuellen Empfehlungen des RKI zu handeln.
- **Wer sich krank fühlt, darf auf keinen Fall am Training teilnehmen.**
- Eine Verwendung von Mund-Nase-Schutz ist für alle Personen (Beschäftigte, Ehrenamtliche etc.) in außersportlichen Bereichen zu empfehlen.

Spezielle Hygienemaßnahmen in Sportunternehmen:

- Gründliches Händewaschen mindestens beim Betreten der Sportanlage und vor dem Verlassen, außerdem nach dem Aufsuchen der Sanitäreinrichtungen.
- Soweit möglich das Training oder Teile des Trainings nach draußen verlegen (Warm up, Cool down, Cardiotraining...).
- Soweit möglich mit persönlichen Sportgeräten trainieren. Sollte das nicht möglich sein, muss dafür Sorge getragen werden, dass die Sportgeräte nach jeder Nutzung mit zugelassener Flächendesinfektion desinfiziert werden.
- **Es sind nur personalisierte Getränkeflaschen zu benutzen.**



SV „Viktoria“ 1913 Kleestadt e.V.



weitere Maßnahmen:

- **Sperrung von Umkleidebereichen und Duschen.**
- Schon in Sportkleidung kommen, zuhause duschen.
- Zeitliche Ballungen von verschiedenen Sportlern/Sportgruppen vermeiden.
- versetzter Trainingsbeginn,
- genügend Zeit zwischen 2 Trainingseinheiten lassen,
- **Zugangszeiten regeln und kommunizieren,**
- **Zugang kontrollieren,**
- **„Einbahnstraßen“ einrichten.**
- ~~Die empfohlenen Abstandswerte des RKI von 1,5—2m sind für den Sportbetrieb in vielen Fällen allerdings nicht ausreichend, da durch die Bewegung und die höhere Atemfrequenz und Ausatemvolumen die Tröpfchen deutlich weiter getragen werden.~~
- ~~Maximale Teilnehmerzahl (TN) begrenzen und an örtliche Gegebenheiten und Raumgröße anpassen.~~
- ~~Die Empfehlung zum Sporttreiben während der Sars-Cov-2-Pandemie besagt, dass 4-5m Abstand bei Bewegung nebeneinander in die gleiche Richtung eingehalten werden sollten.~~
- ~~Beim Laufen oder langsamen Radfahren sollten 10m und bei höherem Tempo 20m Abstand zum vorderen Person eingehalten werden.~~
- ~~Da das Infektionsrisiko im Windschatten am größten ist, ist ein nebeneinander oder versetztes Trainieren zu empfehlen.~~
- Auf Partnerübungen, Übungen mit Körperkontakt, sowie sportliche Rituale (Abklatschen, Um-armen, etc.) ist zu verzichten.
- Sporthallen eventuell unterteilen (durch Geräte/Klebeband), Stationen bilden.
- ~~Möglichst feste Trainingsgruppen bilden (auch bei Unterteilung der Trainingsgruppe).~~
- Unterlassung von Fahrgemeinschaften.
- Die Sportstätte sollte nur von Sportlern und Sportlerinnen betreten werden, Begleitpersonen sind zu vermeiden.
- Dokumentation der anwesenden Personen zum Nachvollziehen einer möglichen Infektionskette

Erste-Hilfe

Da im Sportunternehmen die Wahrscheinlichkeit, dass es zum notwendigen Ersthelfer-Einsatz kommt besonders hoch ist, sollte unbedingt auf vollständiges Erste-Hilfe-Material und das Vorhandensein von genügend Einweghandschuhen geachtet werden. Sollte es im Rahmen der Ersten-Hilfe notwendig sein, Wiederbelebungsmaßnahmen durchzuführen, wird auf Mund-zu-Mund- oder Mund-zu-Nase-Beatmung verzichtet. Eine Herzdruck-Massage ist in diesem Fall bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes ausreichend.



SV „Viktoria“ 1913 Kleestadt e.V.



Unterweisung und regelmäßige Information

Alle am Sportbetrieb Beteiligten müssen vor Aufnahme des Sports oder der Tätigkeit über die zu treffenden Maßnahmen oder einzuhaltenden Regularien informiert und angehalten sein, diese zu beachten.

Die entsprechenden Aushänge (z.B. richtiges Händewaschen) sind zu platzieren.



Hygieneplan Corona

Inhalt

1. Persönliche Hygiene
2. Hygiene im Sanitärbereich
3. Infektionsschutz beim Sport
4. Personen mit einem höheren Risiko für einen schweren COVID-19-Krankheitsverlauf
5. Wegeführung

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, Atemprobleme, Verlust des Geschmacks-/Geruchssinns, Halsschmerzen, Gliederschmerzen, Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall) auf jeden Fall zu Hause bleiben.
- Mindestens 1,50 Meter Abstand zu anderen Menschen 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 Betreten des Sportgeländes, vor und nach dem Toilettengang und vor dem verlassen des Sportgeländes).



Die Händehygiene erfolgt durch

a) Händewaschen mit Seife für 20-30 Sekunden (siehe auch <https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen/>) oder, falls nicht möglich,

b) Händedesinfektion: 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).

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 wegdrehen.

3. Hygiene im Sanitärbereich

In allen Toilettenräumen müssen ausreichend Flüssigseifenspender und Einmalhandtücher bereitgestellt und regelmäßig aufgefüllt werden.

Die entsprechenden Auffangbehälter für Einmalhandtücher und Toilettenpapier sind vorzuhalten.

Damit sich nicht zu viele Personen zeitgleich in den Sanitärräumen aufhalten, muss eine Eingangskontrolle durchgeführt werden.

Am Eingang der Toiletten muss durch gut sichtbaren Aushang darauf hingewiesen werden, dass sich in den Toilettenräumen stets nur einzelne Personen aufhalten dürfen.

Toilettensitze, Armaturen, Waschbecken und Fußböden sind täglich zu reinigen.

Bei Verschmutzungen mit Fäkalien, Blut oder Erbrochenem ist nach Entfernung der Kontamination eine prophylaktische Scheuer-Wisch-Desinfektion mit einem mit Desinfektionsmittel getränkten Einmaltuch erforderlich.

Dabei sind Arbeitsgummihandschuhe zu tragen.



4. Infektionsschutz beim Sport

Die zehn Leitplanken des DOSB

Distanzregeln einhalten

Ein Abstand von mindestens 2 Metern zwischen den anwesenden Personen trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren. Auf Grund der Bewegung beim Sport ist der Abstand großzügig zu bemessen. Die Steuerung des Zutritts zu den Sportanlagen sollte unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen.

~~Körperkontakte müssen unterbleiben~~

~~Sport und Bewegung sollten kontaktfrei durchgeführt werden. Auf Händeschütteln, Abklatschen, in den Arm nehmen und Jubeln oder Trauern in der Gruppe wird komplett verzichtet. Die Austragung von Zweikämpfen, z. B. in Spielsportarten, sollte unterbleiben. In Zwei-kampfsportarten kann nur Individualtraining stattfinden.~~

Mit Freiluftaktivitäten starten

Sport und Bewegung an der frischen Luft im öffentlichen Raum oder auf öffentlichen und privaten Freiluftsportanlagen erleichtern das Einhalten von Distanzregeln und reduzieren das Infektionsrisiko durch den permanenten Luftaustausch. Spiel- und Trainingsformen sollten, zunächst auch von traditionellen Hallensportarten im Freien durchgeführt werden.

Hygieneregeln einhalten

Häufigeres Händewaschen, die regelmäßige Desinfektion von stark genutzten Bereichen und Flächen sowie der Einsatz von Handschuhen kann das Infektionsrisiko reduzieren. Da-bei sollten die Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen bei gemeinsam genutzten Sportgeräten besonders konsequent eingehalten werden. In einigen Sportarten kann der Einsatz von Mund-Nasen-Schutzmasken sinnvoll sein.

~~Vereinsheime und Umkleiden bleiben geschlossen~~

~~Die Nutzung von Umkleiden und Duschen in Sporthallen und Sportvereinen wird vorerst ausgesetzt. Die Gastronomiebereiche bleiben geschlossen, ebenso wie die Gesellschafts- und Gemeinschaftsräume.~~



SV „Viktoria“ 1913 Kleestadt e.V.



Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen

In der Übergangsphase sollte auf die Bildung von Fahrgemeinschaften zum Training und zu Wettkämpfen verzichtet werden. Ebenso ungeeignet ist der Einsatz von Minivans. Zudem ist auf touristische Sportreisen zu verzichten.

~~Veranstaltungen und Wettbewerbe unterlassen~~

~~Um die Distanzregeln einzuhalten, sollten derzeit keine sozialen Veranstaltungen des Vereins stattfinden. Dies gilt sowohl für Festivitäten als auch für Versammlungen. Die Bundesregierung hat es Vereinen kurzfristig gestattet, ihre Mitgliederversammlungen im Bedarfsfall auch digital durchzuführen. Zudem sind jegliche Zuschauerveranstaltungen in den Vereinen untersagt. Nicht gestattet sind zunächst auch sportliche Wettbewerbe.~~

~~Trainingsgruppen verkleinern~~

~~Durch die Bildung von kleineren Gruppen beim Training, die im Optimalfall dann auch stets in der gleichen Zusammensetzung zusammenkommen, wird das Einhalten der Distanzregeln erleichtert und im Falle einer Ansteckungsgefahr ist nur eine kleinere Gruppe betroffen bzw. mit Quarantäne-Maßnahmen zu belegen.~~

Angehörige von Risikogruppen besonders schützen

Für Angehörige von Risikogruppen ist die Teilnahme am Sport ebenfalls von hoher Bedeutung. Umso wichtiger ist es, das Risiko für diesen Personenkreis bestmöglich zu minimieren. In diesen Fällen ist nur geschütztes Individualtraining möglich.

Risiken in allen Bereichen minimieren

Dieser Punkt ist insbesondere ein Appell an den gesunden Menschenverstand. Wenn man bei einer Maßnahme ein ungutes Gefühl hat, sich über die möglichen Risiken nicht im Klaren ist, sollte darauf verzichtet werden und alternativ eine risikofreie Aktivität gesucht werden.

5. Wegeführung

Es ist darauf zu achten, dass nicht alle Spieler gleichzeitig über den Eingangsbereich auf das Sportgelände gelangen. Die Vereine sind aufgefordert, ein jeweils den spezifischen räumlichen Gegebenheiten angepasstes Konzept zur Wegeführung zu entwickeln. Für räumliche Trennungen kann dies z. B. durch Abstandsmarkierungen auf dem Boden oder den Wänden erfolgen.

Abstands- und Hygieneregeln müssen eingehalten werden.