

Informationen für Teilnehmende

Die Maßnahmen zum Schutz der Teilnehmenden und Kursleitenden orientieren sich an der Niedersächsischen Corona-Verordnung vom 29. August 2020.

Verhalten im Corona-Krankheits- oder Verdachtsfall

- Bei Krankheitszeichen (z. B. Fieber, Husten, Kurzatmigkeit, Luftnot, Verlust des Geschmacks-/Geruchssinns, Halsschmerzen, Schnupfen, Gliederschmerzen) und bei Verdachtsfällen auf Corona melden Sie sich bitte bei mir (Telefonnr. s.u.). Die Teilnahme an der/den Kurseinheit(en) kann dann bis auf Weiteres nicht wahrgenommen werden.
- Bei einer bestätigten Infektion kontaktieren Sie mich bitte unmittelbar, um ggf. Personen zu ermitteln und zu informieren, bei denen durch Kontakt innerhalb des Kurses ebenfalls ein Infektionsrisiko besteht.

Allgemeine Hygiene- und Schutzmaßnahmen

- Am Praxiseingang (Wohnungseingangstür) steht ein Desinfektionsmittel und in der Toilette Flüssigseife und Papierhandtücher zur Verfügung. Die Hygieneregeln der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) sind bei der Nutzung einzuhalten.
- Beim Husten und Niesen (in Taschentuch oder Armbeuge) ist Abstand zu anderen Personen zu halten. Taschentücher sind sofort zu entsorgen.
- Die Räume werden vor und nach den Kurseinheiten gelüftet.

Schutzmaßnahmen für die Kursteilnahme

- Die maximale Gruppengröße beträgt 5 Teilnehmende.
- Es besteht eine Pflicht zum Tragen von Mund-Nasen-Bedeckungen beim Nutzen des Treppenhauses, der Praxisräume und der Toilette. Sind Sie auf Ihrem Platz, können Sie die Mund-Nasen-Bedeckung abnehmen.
- Bitte nacheinander die Räumlichkeiten betreten; das wird sich mit der Zeit einspielen.
- Es ist darauf zu achten, dass ein ausreichender Abstand (mind. 1,5 m) eingehalten wird.
- Bitte die benötigten Materialien mitbringen: Matte, Decke und angenehm warme Kleidung, evtl. Socken. Kissen stehen zur Verfügung und werden mit einem großen Handtuch, welches für Jeden persönlich vorhanden ist, bedeckt.
- **Die persönlichen Materialien können in der Praxis verbleiben.**

Ich wünsche uns allen eine gute Zeit und eine angenehme Entspannung!