

Hygieneempfehlungen für Selbsthilfegruppen

Um sich nicht mit dem Coronavirus anzustecken, ist es unumgänglich, für die Gruppentreffen entsprechende Hygienemaßnahmen zu treffen und die Hygieneregeln einzuhalten.

Trotz des hohen Bedarfs für Gruppentreffen ist es selbstverständlich Voraussetzung, dass nur Gruppenteilnehmer*innen zum Gruppentreffen kommen, die **keine Krankheitssymptome** aufweisen und in den letzten 14 Tagen vor dem Gruppentreffen keinen Kontakt mit infizierten Personen hatten.

Allgemeine Empfehlung

Wir empfehlen Ihnen sich eine eigene Ausstattung an Hygienemittel für die Gruppentreffen zuzulegen, z.B. Handseife, Desinfektionsspray für die Hände, Flächendesinfektionsmittel, Mund-Naseschutz falls jemand keinen hat. Verlassen Sie sich hierbei nicht auf den Raumanbieter!

Damit die Ansteckungsgefahr beim Aufeinandertreffen von Menschen in Coronazeiten so gering wie möglich ist, sind folgende **notwendige allgemeine Hygienemaßnahmen einzuhalten**:

- Öfters Hände waschen, jeweils 20 bis 30 Sekunden lang mit Seife, vor allem auch unmittelbar nachdem man wieder zuhause angekommen ist.
- Wenn man husten oder niesen muss: in die Ellenbeuge husten oder niesen.
- Generell 1,5 Meter Abstand zu Personen halten, die nicht zum eigenen Hausstand zählen.

Hygieneempfehlungen in Bezug auf Gruppentreffen

- alle Personen müssen ständig mind. 1,5 m Abstand zum nächsten Gruppenteilnehmer*in einhalten: beim Hineingehen in den Gruppenraum, während des Gruppentreffens und auch danach.
- Gruppenbildungen vor oder im Eingangsbereich sind nicht erlaubt.
- alle müssen durchgehend einen Mund-Nasen-Schutz tragen: ab dem Zeitpunkt des Hineingehens, während des Gruppentreffens bis nach dem Hinausgehen. (Besonders für die Risikogruppe: Da man mit einem einfachen Textilschutz nur andere schützt, könnte man sich eine Maske kaufen, die auch einen selbst schützt, wenn man für längere Zeit „auf Menschen trifft“ (FFP2 Maske mit CE Gütesiegel). Es gibt derzeit ausreichend entsprechende Angebote, die dem Pflegepersonal nichts wegnehmen)
- unmittelbar vor Beginn eines Gruppentreffens müssen sich alle Teilnehmer*innen mit einem Handdesinfektionsmittel die Hände desinfizieren. Das Desinfektionsmittel sollte im Eingangsbereich bereitgestellt werden. (Aufgabe der Gruppenleitung)

Wenn möglich: Treffen im Freien

Gibt es in der Nähe des „eigentlichen“ Treffpunktes die Möglichkeit, in Gärten, Parks oder auf Grünflächen auszuweichen?

Auch Gruppentreffen im Freien, bei denen man läuft - spazieren geht -, wären denkbar. Hierbei könnten die Gruppenteilnehmenden ihre Gesprächspartner immer wieder wechseln. Auch hier ist der Mindestabstand von 1,5 m einzuhalten.

Die oben aufgeführten Maßnahmen dienen als Hilfestellung für den Infektions- und Hygieneschutz in Selbsthilfegruppen. Sie sind unter Vorbehalt erstellt und erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Grundsätzlich gilt die Bayerische Infektionsschutzmaßnahmenverordnung in der aktuellen Fassung. Bitte passen Sie ggf. die Maßnahmen an die Verordnung an.

Erstellt vom Selbsthilfebüro Bamberg. Stand der Hygieneempfehlungen: 26.05.2020

Treffen in Räumen

1. Wie viele Teilnehmer*innen können das Treffen besuchen, damit der Mindestabstand von 1,5 m zwischen den einzelnen Stühlen eingehalten werden kann?

- Deshalb: Teilnehmerzahl auf die Raumgröße abstimmen, Gruppengröße ggf. auf eine max. Teilnehmerzahl begrenzen, ggf. den Abstand der einzelnen Stühle am Boden markieren.

2. Teilnahme nur nach Voranmeldung möglich:

- Im Vorfeld muss die Teilnehmer*innenzahl bekannt sein, damit man ggf. begrenzen bzw. die Gruppe teilen kann.
- Die Teilnehmer*innen darauf hinweisen, dass auch beim Kommen und Gehen auf den 1,5 m Abstand zu anderen Personen zu achten ist. (wenn es die baulichen Begebenheiten ermöglichen: getrennte Wege Eingang / Ausgang)

3. Nur so viele Stühle im Gruppenraum bereitstellen, wie die maximale Teilnehmer*innenzahl es zulässt.

Gruppentreffen

1. Gruppenraum vor und nach dem Treffen gut durchlüften. Wenn es der Ablauf des Gruppentreffens zulässt: auch zwischendurch.

2. Diejenige Person, die den Raum aufsperrt, sollte:

- vor dem Treffen im Gruppenraum mit Flächendesinfektionsmittel desinfizieren: Türklinken, Tisch, von vielen benutzte Griffe, Lichtschalter, ggf. Armlehnen, etc. Desinfektionsmittel mindestens 30 Sekunden einwirken lassen.
- die Gruppenraumtür für die eintreffenden Gruppenteilnehmer*innen offenhalten.

3. Um bei einer evtl. in der Gruppe auftretenden Infektion Kontaktpersonen ermitteln zu können, ist es unbedingt notwendig, eine Teilnehmerliste zu erstellen und einen Monat lang aufzubewahren. (wegen Unterbrechung der Infektionskette). Bei Gruppen, bei denen eine Teilnehmerliste wg. der Anonymität schwierig ist, empfehlen wir den Vornamen und dessen persönliche Handynummer aufzunehmen.

4. Referentenvortrag: Bei einem Vortrag als Webinar könnte auch ein Referent aus einer weit entfernten Spezialklinik eingeladen werden (techn. Voraussetzungen schaffen).

5. Essen und Trinken während des Gruppentreffens:

- Auf Essen und Trinken in den Gruppenräumen muss verzichtet werden.
- Sollte Trinken unbedingt notwendig sein (z.B. wg. Mundtrockenheit), dann sollten Getränk und Glas/Becher von daheim mitgebracht und wieder mit nach Hause genommen werden.

6. Größere Veranstaltungen sollten auf einen späteren Zeitpunkt verschoben werden.

Sanitäre Anlagen Toilettenräume dürfen nur einzeln betreten werden.

Funktionssportgruppen / Sport in Selbsthilfegruppen

Bitte wenden Sie sich an Ihren zuständigen Verband. Dieser wird ein Hygienekonzept für den Funktionssport erstellt haben.

Die oben aufgeführten Maßnahmen dienen als Hilfestellung für den Infektions- und Hygieneschutz in Selbsthilfegruppen. Sie sind unter Vorbehalt erstellt und erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Grundsätzlich gilt die Bayerische Infektionsschutzmaßnahmenverordnung in der aktuellen Fassung. Bitte passen Sie ggf. die Maßnahmen an die Verordnung an.

Erstellt vom Selbsthilfebüro Bamberg. Stand der Hygieneempfehlungen: 26.05.2020