


Hygienekonzept

(Stand September 2021)

Der angebotene 8-Wochen-MBSR-Kurs von Achtsame Begleitung – Daniel Bußjäger darf unter Einhaltung der Vorschriften und Regelungen der Bayerischen Infektionsschutzverordnung unter Berücksichtigung der Inzidenzwerte für berufliche Weiterbildung und ab 26.03.2021 für Erwachsenenbildung durchgeführt werden.

Es gelten die hier zusammengefassten Corona- und Hygieneregeln:


- Beim Vorhandensein von Symptomen einer akuten Atemwegserkrankung unabhängig der Schwere oder von Fieber, ist eine Teilnahme an der Informationsveranstaltung und des Kurses leider nicht möglich.
- Die Teilnehmer werden durch Hinweisschilder und entsprechende Aushänge über die einzuhaltenden Regeln informiert.
- Der Abstand von 1,50 m ist in allen öffentlichen Bereichen (inkl. Parkplatz) einzuhalten, einschließlich der sanitären Räume.
- In allen öffentlichen Bereichen besteht die Maskenpflicht.
- Die Maskenpflicht gilt über den gesamten Kurszeitraum – **Ausnahme:** *sobald der eigene Platz eingenommen wurde.*
- In Kursräumen soll der Mindestabstand von 1,50 m immer eingehalten werden. Die Meditationsmatten bzw. Stühle werden daher so platziert, dass der Sicherheitsabstand gewährleistet werden kann.
- Im Außengelände besteht die Möglichkeit die Maske abzunehmen, wenn der Mindestabstand von 1,50 m eingehalten werden kann.
- In jedem Fall müssen mindestens medizinische Masken getragen werden.



Achtsame Begleitung – Daniel Bußjäger

Giglberg 3 - 83703 Gmund - Tel. 0151/65143053 - info@achtsame-begleitung-bussjaeger.de

- Im Eingangsbereich steht ein Händedesinfektionsmittel zur Verfügung.
- Die Möglichkeit zum Hände waschen mit Flüssigseife und Papierhandtücher ist bereitgestellt und die Teilnehmer werden mittels Aushänge auf die regelmäßige Händehygiene hingewiesen.
- Eine gründliche Reinigung aller Oberflächen, Handkontaktflächen, Sanitäreinrichtungen sowie des Kursraumes erfolgt nach den geltenden Richtlinien und den Empfehlungen des RKI.
- Eine optimale Raumluftqualität wird durch regelmäßiges Lüften, vor, während und nach der Nutzung der Räume gewährleistet.
- Der Kursraum wird nach den jeweils geltenden Abstandsregelungen eingerichtet. Die Teilnehmer*innenzahl wird entsprechend der Raumgröße und den gültigen Abstands- und Kontaktbestimmungen begrenzt.
- Partnerübungen sind nur unter Einhaltung des Sicherheitsabstands möglich.
- Alle Veranstaltungen erfolgen nur mit Anmeldung und Teilnehmerliste.
- Die Erfassung der Teilnehmerdaten zur Nachverfolgbarkeit möglicher Infektionswege erfolgt durch die schriftliche Kurs-Anmeldung und Teilnehmer-Liste bei der Informationsveranstaltung. Mit der Anmelde-Bestätigung, spätestens jedoch bei Kursbeginn, werden die aktuellen Corona-Richtlinien und Vorschriften den Kursteilnehmer*innen ausgehändigt.




Achtsame Begleitung – Daniel Bußjäger

Giglberg 3 - 83703 Gmund - Tel. 0151/65143053 - info@achtsame-begleitung-bussjaeger.de

- Als Kurs-Veranstalter/in bin ich verpflichtet eine Kontaktpersonenermittlung im Falle eines nachträglich identifizierten COVID-19 Falles unter den Teilnehmenden oder den Dozentinnen / Dozenten zu ermöglichen und hierfür müssen die Kontaktdaten der Teilnehmenden bzw. der Dozentinnen / Dozenten (Name, Vorname, Wohnort, Telefonnummer oder E-Mail-Adresse, Zeitraum des Aufenthaltes/Kursdauer) erfasst und auf Anforderung den zuständigen Gesundheitsbehörden übermittelt werden; Die Dokumentation wird so verwahrt, dass Dritte sie nicht einsehen können und die Daten vor unbefugter oder unrechtmäßiger Verarbeitung und vor unbeabsichtigtem Verlust oder unbeabsichtigter Veränderung geschützt sind. Die Daten werden zu diesem Zweck einen Monat aufbewahrt.

Gmund, den 30.09.2021

Achtsame Begleitung – Daniel Bußjäger



Achtsame Begleitung – Daniel Bußjäger

Giglberg 3 - 83703 Gmund - Tel. 0151/65143053 - info@achtsame-begleitung-bussjaeger.de

Empfehlungen bzw. weiterführende Maßnahmen:

- + Nach Möglichkeit bringen Sie bitte Ihre eigene Meditations- und Yogamatte mit, sowie ein Meditationskissen oder -Bänkchen.
- + Wenn keine Materialien zur Verfügung stehen, können diese vom Kursleiter gestellt werden. Nach Nutzung wäre es hilfreich, wenn die Oberflächen von jedem selbst desinfiziert werden. Alternativ können auch selbst mitgebrachte Decken über die geliehenen Materialien gelegt werden.
- + Bitte bringen Sie selbst Wasser oder Tee mit. Zurzeit kann aus Hygienegründen keine Verpflegung angeboten werden.
- + Keine Berührungen, Umarmungen oder Händeschütteln.
- + Mit den Händen nicht ins Gesicht fassen, insbesondere die Schleimhäute nicht berühren.
- + Regelmäßiges und gründliches Händewaschen.
- + Türklinken möglichst nicht mit den Händen oder Fingern anfassen, sondern z.B. mit den Ellenbogen öffnen.
- + Husten- und Niesverhalten: Größtmöglichen Abstand halten und in die Armbeuge niesen.
- + Bei Anzeichen von Krankheitssymptomen in jedem Fall zu Hause bleiben (z.B. Fieber, Husten, Atemprobleme, Halsschmerzen, Verlust von Geschmacks-Geruchssinn).