

Pro Senectute Uri

Schutzkonzept Outdoor- Bewegungsangebote

(Stand: 27.07.2020)

Grundregeln

Das Schutzkonzept der Pro Senectute Uri muss sicherstellen, dass die folgenden Vorgaben eingehalten werden. Für jede dieser Vorgaben müssen ausreichende und angemessene Massnahmen vorgesehen werden. Pro Senectute Uri ist für die Auswahl und Umsetzung dieser Massnahmen verantwortlich. Das vorliegende Konzept konzentriert sich ausschliesslich auf die Outdoor- Bewegungsangebote (Velo, Elektrovelo, Mountainbike und Wandern) der Pro Senectute Uri.

Übergeordnete Grundsätze im Fachbereich «Bewegung»

1. Symptomfrei zur Tour
2. Distanz halten, wenn immer möglich 1,5m Abstand
3. Einhaltung der Hygieneregeln des BAG
4. Präsenzlisten (Rückverfolgung von engen Kontakten – Contact Tracing).
Die Teilnehmenden geben Namen, Adresse, Telefonnummer oder E-Mailadresse an.
Wenn der Abstand von 1,5m nicht möglich ist, bzw. Körperkontakt erforderlich ist, ist die Führung einer Präsenzliste obligatorisch.
5. Bezeichnung verantwortlicher Person – Tourenleitung
6. **Das Bewegungsangebot ist auf max. 30 teilnehmende Personen, exkl. Leiterinnen und Leitern (maximal 4) beschränkt.**

1. HYGIENE

- Alle Personen im Bereich Bewegung von Pro Senectute Uri reinigen sich regelmässig die Hände.
- Das Umkleiden und Duschen geschieht zu Hause.
- Die Hygieneregeln vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) werden eingehalten.
- Teilnehmende sowie Leitende tragen der Sportart entsprechende Kleidung. Das Trainieren mit freiem Oberkörper ist untersagt.

2. DISTANZ HALTEN

- Es werden keine Hände geschüttelt.
- **Das Bewegungsangebot ist auf max. 30 teilnehmende Personen, exkl. Leiterinnen und Leitern (maximal 4) beschränkt.**
- 1.5-Meter-Abstand wird, wenn immer möglich, eingehalten. Sowohl bei der Bewegungsaktivität, als auch bei den Pausen.
- Die An- und Abreise zum Startort der Tour geschieht durch Nutzung von individuellen Verkehrsmitteln oder wenn in einem Fahrzeug, organisiert durch die Pro Senectute Uri mit Tragen von Schutzmasken. **Bei den öffentlichen Verkehrsmitteln gilt seit dem 06. Juli 2020, die vom Bundesrat beschlossene Maskenpflicht.** Die Empfehlungen des BAG sind dabei besonders stark zu berücksichtigen.

3. REINIGUNG

- Es sind die eigenen Velos, Elektrovelos, Mountainbikes und Wanderstöcke zu benutzen. Es werden keine Geräte während der Tour ausgetauscht.

4. ANGEMESSENER SCHUTZ VON BESONDERS GEFÄHRDETEN PERSONEN

- Unabhängig vom Alter sollen Personen mit verschiedenen Erkrankungen zu Hause bleiben. Dazu gehören z.B. Erkrankungen des Herzens (wie koronare Herzerkrankung), der Lunge (wie Asthma, chronische Bronchitis) sowie Patienten mit chronischen Leber- oder Nierenerkrankungen, Patienten mit Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) und Patienten mit einer Krebserkrankung. Die Liste ist nicht abschliessend. Es gilt jeweils die Liste des BAG (siehe Anhang 6, Art. 10b).
- Personen mit unterdrücktem Immunsystem sollen zu Hause bleiben. Ein erhöhtes Risiko für einen schweren Covid-19-Krankheitsverlauf haben Menschen mit einer Immunschwäche. Diese kann durch eine Erkrankung oder durch Einnahme von Medikamenten, die die Immunabwehr schwächen, wie z.B. Cortison, vorliegen. Die Liste ist nicht abschliessend. Es gilt jeweils die Liste des BAG (siehe Anhang 6, Art. 10b).
- Gemäss aktuellen Vorgaben vom BAG (Link).

5. KRANKHEITSSYMPTOME

- Sportleiterinnen, Sportleiter, Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Krankheitssymptomen dürfen nicht leiten bzw. teilnehmen. Sie bleiben zu Hause und befolgen die Anweisungen zur Isolation, beziehungsweise Quarantäne gemäss BAG (vgl. www.bag.admin.ch/isolation-und-quarantaene).
- Kranke Personen werden nach Hause geschickt und darauf hingewiesen, dass sie die Anweisungen zur Isolation beziehungsweise Quarantäne gemäss BAG befolgen sollen (vgl. www.bag.admin.ch/isolation-und-quarantaene).
- Die wichtigsten Symptome einer Infektion mit dem Coronavirus sind:
 - Husten
 - Halsschmerzen
 - Kurzatmigkeit
 - Fieber, Fiebergefühl
 - Muskelschmerzen
 - Schnupfen
 - Magen-Darm-Symptome
 - Plötzlicher Verlust des Geruchs- und/oder Geschmackssinns
- Eine Person gilt als sehr wahrscheinlich nicht mehr ansteckend, wenn sie mindestens 48 Stunden symptomfrei ist, und sofern seit Symptombeginn mindestens 10 Tage verstrichen sind.

6. INFORMATION

- Die Pro Senectute Uri informiert alle Sportleitenden über die Voraussetzungen (Kriterien für besonders gefährdete Personen, Umsetzung der Hygienemassnahmen, Distanzregel, Umsetzung der Schutzmassnahmen des Infrastrukturvermieters und Desinfektion des verwendeten Materials, Kontrollfunktion, etc.) vor der Wiederaufnahme des Bewegungsangebots.
- Die Sportleitenden der Pro Senectute Uri informieren vor Wiederaufnahme alle Teilnehmenden über die Voraussetzungen (Kriterien für besonders gefährdete Personen, Hygienemassnahmen, Distanzregel, Benützung von Infrastruktur und persönlichem Material, Eigenverantwortung bei Krankheitssymptome) betreffend Teilnahme.
- Die Sportleitenden informieren wiederholt die Teilnehmenden über die allgemeinen Schutzmassnahmen sowie über die Schutzmassnahmen vor Ort.

7. MANAGEMENT

- Die Pro Senectute Uri legt in Absprache mit der Sportleitung fest, ob und wie das Bewegungsangebot durchgeführt werden kann. Die Hauptleiterin/ der Hauptleiter der Tour ist verantwortlich für die Einhaltung der geltenden Rahmenbedingungen.
- Pro Senectute Uri prüft laufend mögliche Anpassungen und informiert Hauptleiter/innen.
- Die Pro Senectute Uri informiert bei einem allfälligen Auftritt einer Erkrankung den kantonsärztlichen Dienst.
- **Für Masken und Desinfektionsmittel sind die Teilnehmenden selber verantwortlich.**
- Die Sportleitenden führen Präsenzlisten der Teilnehmenden.
- Die Teilnehmenden müssen die Hygiene- und Abstandsregel einhalten. Bei wiederholten Vergehen kann der Zugang zum Bewegungsangebot untersagt werden.

8. ANDERE SCHUTZMASSNAHMEN

- Die Pausen und Mittagspausen sind draussen mit einem 1.5-Meter-Abstand zu halten. Das Mittagessen ist mit mitgebrachtem Lunch oder in einem Restaurant (Schutzkonzept des Restaurants) möglich. Bei einem Restaurant-Besuch ist die Gruppe vorher anzumelden. Bei Gästegruppen von mehr als 4 Personen ist es Pflicht, dass eine Person die Kontaktdaten hinterlässt (gem. BAG). Der Kursleiter muss seine Kontaktdaten im Restaurant angeben.

9. ANHÄNGE

- BAG 'so schützen wir uns'

Neues Coronavirus Aktualisiert am 3.6.2020

SO SCHÜTZEN WIR UNS.



Jetzt unbedingt neue Regeln einhalten:

✓ Testen



Bei Symptomen sofort testen lassen und zuhause bleiben.

✓ Tracing



Zur Rückverfolgung wenn immer möglich Kontaktdaten angeben.

✓ Isolation/Quarantäne



Bei positivem Test: Isolation.
Bei Kontakt mit positiv getesteter Person: Quarantäne.

Weiterhin wichtig:

✓ Abstand halten.



✓ Empfehlung: Maske tragen, wenn Abstandhalten nicht möglich ist.



✓ Gründlich Hände waschen.



✓ Hände schütteln vermeiden.



✓ In Taschentuch oder Armbeuge husten und niesen.



✓ Nur nach telefonischer Anmeldung in Arztpraxis oder Notfallstation.



✓ Falls möglich weiter im Home-office arbeiten.



www.bag-coronavirus.ch



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Uffizi federal da sanadad publica UFSP



Scan for translation