

Pro Senectute Uri

Schutzkonzept Outdoor- Bewegungsangebote

(Stand: 19.04.2021)

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 (Fit-Gym Outdoor, Fitness Outdorr, Sommerwandern, Mountainbike, Velo, E-Velo, Spaziertreff, etc.) der Pro Senectute Uri.

Übergeordnete Grundsätze im Fachbereich «Bewegung»

1. Symptomfrei zum Bewegungsangebot
2. Distanz halten, 1,5m Abstand sonst Maskenpflicht
3. Einhaltung der Hygieneregeln des BAG
4. Präsenzlisten (Rückverfolgung von engen Kontakten – Contact Tracing).
Die Teilnehmenden geben Namen, Adresse, Telefonnummer oder E-Mailadresse an.
5. Bezeichnung verantwortlicher Person – Kursleitung / Tourenleitung
6. Maximale Anzahl Teilnehmende = **15 Personen inkl. Leitende**

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. 15 teilnehmende Personen inkl. Leitende beschränkt.
- 1.5-Meter-Abstand wird eingehalten. Sowohl bei der Bewegungsaktivität, als auch bei den Pausen. Wenn dies nicht eingehalten werden kann, müssen Schutzmasken getragen werden.
- Die An- und Abreise zum Startort der Tour geschieht durch Nutzung von individuellen Verkehrsmitteln. Bei den öffentlichen Verkehrsmitteln gilt seit dem 06. Juli 2020, die vom Bundesrat beschlossene, Maskenpflicht.

3. REINIGUNG

- Es ist das eigene Material zu benutzen. Es werden keine Geräte (Wanderstöcke, etc.) 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.
- 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.
- 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 Bewegungsangebotes.
- 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 Abstand von 1.5-Meter zu halten. Das Mittagessen ist mit mitgebrachtem Lunch möglich.

9. ANHÄNGE

Bund lockert Massnahmen gegen das Coronavirus

14.04.2021

Ab 19. April gilt neu:

Wieder geöffnet:



Restaurants und Bars draussen



Freizeit- und Kulturbetriebe (auch drinnen)



Sportanlagen (auch drinnen)

Veranstaltungen wieder möglich



Generell maximal 15 Personen



Mit Publikum drinnen: Maximal 50 Personen resp. 1/3 der Kapazität



Mit Publikum draussen: Maximal 100 Personen resp. 1/3 der Kapazität

Präsenzunterricht an Hochschulen wieder möglich

Maximal 50 Personen. Gilt für Hochschulen und Erwachsenenbildung.

Wettkämpfe im Amateursport mit maximal 15 Personen

Gilt nur für Sportarten ohne Körperkontakt.

Weiterhin gilt:



Private Treffen drinnen mit maximal 10 Personen



Homeoffice-Pflicht



Regeln für Sport und Kultur (mit Ausnahmen für unter 20-Jährige)



Geschlossen: Restaurants und Bars (drinnen), Discos, Tanzlokale, Wellness-/Freizeitbäder (drinnen)



Ausgedehnte Maskenpflicht



Empfehlung: Lassen Sie sich testen!

Basismassnahmen bleiben wichtig!





Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra
Swiss Confederation

Bundesrat
Conseil fédéral
Consiglio federale
Cussegl federal
Federal Council

bag.admin.ch / Diese Lockerungen gelten ab dem 19.04.2021

«Die Vorgaben für sportliche und kulturelle Aktivitäten werden neu auch für Erwachsene im Amateurbereich gelockert, für Einzelpersonen oder für Gruppen mit bis zu 15 Personen. Auch Wettkämpfe sind unter diesen Voraussetzungen wieder erlaubt. Draussen muss dabei entweder eine Maske getragen oder der erforderliche Abstand von 1,5 Metern eingehalten werden. In Innenräumen muss grundsätzlich sowohl die Maske getragen als auch der Abstand eingehalten werden. Es sind jedoch Ausnahmeregelungen vorgesehen für Aktivitäten, bei welchen keine Maske getragen werden kann, etwa beim Ausdauertraining in Fitnesszentren oder beim Singen im Chor. In diesen Ausnahmefällen gelten strengere Abstandsvorgaben.

Sportarten mit Körperkontakt sind in Innenräumen weiterhin nicht erlaubt, im Aussenbereich weiterhin nur, wenn eine Maske getragen wird. Es wird weiterhin empfohlen, sportliche und kulturelle Aktivitäten nach draussen zu verlegen und sich vor Veranstaltungen, sportlichen und kulturellen Aktivitäten testen zu lassen.»

Pro Senectute Uri

5 | 5