

Allgemeines Schutzkonzept für Angebote des CFM

Version vom 12. Dezember 2020

Grundsätze	<p>Sämtliche Präsenz-Angebote des CFM Zentrums für Achtsamkeit werden mit Schutzkonzepten durchgeführt. Die Schutzkonzepte richten sich nach den aktuellen Richtlinien des Bundesamtes für Gesundheit BAG und des Standortkantons des Angebots, einschliesslich der maximal Anzahl Teilnehmende.</p> <p>Ziel aller Massnahmen ist, eine Infektion mit dem Coronavirus zu vermeiden und so eine sichere Veranstaltung zu ermöglichen.</p> <p>Die folgenden Punkte sind generelle Hinweise - für jedes Angebot erhalten Sie zusätzlich ein Schutzkonzept, das den Gegebenheiten des jeweiligen Angebots Rechnung trägt.</p>
Begrüssung und Verabschiedung	Wir begrüssen und verabschieden uns mit einem Lächeln - aber ohne einen Händedruck.
Abstand halten	<p>Bitte halten Sie immer einen Abstand von mindestens 1½ Metern zu anderen Personen ein.</p> <p>Die Räumlichkeiten sind gross genug und die Plätze sind bereits mit genügend Abstand eingerichtet.</p>
Handhygiene	Bitte waschen oder desinfizieren Sie Ihre Hände vor und nach dem Betreten des Kursraums. Bitte nicht in die Hände niesen oder husten.
Lüften	Es wird regelmässig gelüftet - Sie können die Kursleitung auch jederzeit darum bitten.
Schutzmaske	Während der gesamten Kurszeit besteht Maskenpflicht.
Material	<p>Yogamatten, Sitzkissen, Sitzbänke und Stühle stehen zur Verfügung. Bitte bringen Sie ein Tuch für die Yogamatte und ein zweites Tuch oder einen Kissenanzug für die Sitzgelegenheit mit, die Sie über das Material legen können; bei Bedarf auch eine warme Decke und/oder einen Schal. Selbstverständlich können Sie auch Ihre eigenen Sachen von zu Hause mitnehmen. Dann wird die Kursleitung das bereitgestellte Material entfernen.</p>
Getränke	Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Ihre eigenen Getränke mit.
Symptome und Risikogruppe	<p>Wenn Sie sich krank fühlen, dann bleiben Sie bitte zu Hause. Wenn Ihre Nächsten sich krank fühlen, dann bitte auch.</p> <p>Wenn Sie Zweifel haben - rufen Sie bitte die Kursleitung an.</p> <p>Bitte melden Sie sich auch bei der Leitung, wenn Sie zu einer Risikogruppe gehören.</p>
Fragen	<p>Wenn Sie Fragen zum Schutzkonzept haben:</p> <p>sekretariat@centerformindfulness.ch</p>