

## Allgemeines Schutzkonzept für Angebote des CFM

(Bitte beachten: für mehrwöchige Kursangebote in beständigen Gruppen gilt ein anderes Schutzkonzept)

Version vom 6. Oktober 2021

|                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| <b>Grundsätze</b>                    | <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 maximalen Anzahl Teilnehmende. Zum Teil gehen die Massnahmen über die geltenden Richtlinien des Bundes und der Kantone hinaus.</p> <p>Ziel aller Massnahmen ist, eine Infektion mit dem Coronavirus zu vermeiden und so eine möglichst sichere Veranstaltung zu ermöglichen. Für die Angebote des CFM gilt die COVID-Zertifikatspflicht. Die Leitung des Angebots ist verpflichtet das Zertifikat zu kontrollieren.</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> |
| <b>Begrüssung und Verabschiedung</b> | Wir begrüssen und verabschieden uns mit einem Lächeln - aber ohne einen Händedruck.  |
| <b>Abstand halten</b>                | <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>  |
| <b>Handhygiene</b>                   | Bitte waschen oder desinfizieren Sie Ihre Hände vor und nach dem Betreten des Gruppenraums. Bitte nicht in die Hände niesen oder husten.   |
| <b>Lüften</b>                        | Es wird regelmässig gelüftet - Sie können die Leitung auch jederzeit darum bitten.   |
| <b>Schutzmaske</b>                   | Im Eingangs- und Garderobenbereich besteht eine Maskenpflicht, ebenso wenn man sich im Gruppenraum bewegt. Am eigenen Platz kann die Maske abgelegt werden.  |
| <b>Material</b>                      | Yogamatten, Sitzkissen, Sitzbänke und Stühle stehen zur Verfügung. Bitte bringen Sie ein Tuch für die Yogamatte und ein zweites Tuch für die Sitzgelegenheit mit, die Sie über das Material legen können. Selbstverständlich können Sie auch Ihr eigenes Material von zu Hause mitnehmen.  |
| <b>Getränke</b>                      | Bitte bringen Sie aus hygienischen Gründen Ihre eigenen Getränke mit.  |
| <b>Symptome und Risikogruppe</b>     | <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 Leitung an.</p> <p>Bitte melden Sie sich auch bei der Leitung, wenn Sie zu einer Risikogruppe gehören.</p>  |
| <b>Fragen</b>                        | <p>Wenn Sie Fragen zum Schutzkonzept haben:</p> <p><a href="mailto:sekretariat@centerformindfulness.ch">sekretariat@centerformindfulness.ch</a></p>  |