

Schutzkonzept für mehrwöchige Kurse des CFM in beständigen Gruppen

(Bitte beachten: für andere Angebote gilt das allgemeine Schutzkonzept)

Version vom 6. Oktober 2021

Grundsätze	<p>Sämtliche Präsenz-Kurse 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 einen möglichst sicheren Kurs zu ermöglichen.</p> <p>Auf eine COVID-Zertifikatspflicht wird gemäss der geltenden Ausnahmeregelung des Bundesrats für fixe Gruppen verzichtet. Der Impf- und Teststatus zählt zu den vom Datenschutzgesetz geschützten persönlichen Daten und muss nicht mitgeteilt werden.</p> <p>Die folgenden Punkte sind generelle Hinweise - für jeden Kurs erhalten Sie zusätzlich ein Schutzkonzept, das den Gegebenheiten des jeweiligen Kurses Rechnung trägt.</p>
Begrüssung und Verabschiedung	Wir begrüessen 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	Im Eingangs- und Garderobenbereich besteht eine Maskenpflicht, ebenso wenn man sich im Kursraum bewegt. Am eigenen Platz kann die Maske abgelegt werden.
Material	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.
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>