



Hygienevorschläge für Gruppentreffen von Selbsthilfegruppen

Der durch das Treffverbot entstandene Leidensdruck bei vielen GruppenteilnehmerInnen ist sehr hoch. Für Selbsthilfegruppen ist es deshalb sehr wichtig, sich baldmöglichst wieder treffen zu können.

Da es nach wie vor möglich ist, sich mit dem Coronavirus anzustecken, ist es unumgänglich, für die Gruppentreffen entsprechende Hygienemaßnahmen zu treffen und die Hygieneregeln einzuhalten.

Trotz des hohen Bedarfs für Gruppentreffen setzen wir es als selbstverständlich voraus, dass nur GruppenteilnehmerInnen zum Gruppentreffen kommen, die **keine Krankheitssymptome im Sinne einer Infektion** aufweisen.

Ebenso unabdingbar ist es, dass Menschen, die in den vorhergehenden 14 Tagen vor dem Gruppentreffen Kontakt zu Infizierten oder einen Auslandsaufenthalt hatten, die Quarantäne einhalten und in dieser Zeit keine Gruppentreffen besuchen.

Empfehlung an chronisch kranke Menschen

Da man mit einem einfachen Textilschutz nur andere schützt, könnte man sich eine Maske kaufen, die auch einen selbst schützt, wenn man für längere Zeit „auf mehrere Menschen trifft“ (FFP2 Maske mit CE Gütesiegel).

Es gibt derzeit ausreichend entsprechende Angebote, die dem Pflegepersonal nichts wegnehmen.

Die von uns empfohlenen Hygienemaßnahmen sind sehr weitgehend, da in der Selbsthilfe viele chronisch kranke und behinderte Menschen aktiv sind, die zu den Hochrisikopersonen zählen.

Allgemeine Empfehlung

Gruppen sollten sich im Vorfeld Flächen- und Handdesinfektionsmittel sowie ggf. ein paar „Reservemasken“ kaufen (Masken für GruppenteilnehmerInnen mit wenig Geld).

Damit die Ansteckungsgefahr beim Aufeinandertreffen von Menschen in Coronazeiten so gering wie möglich ist, sind folgende **notwendige allgemeine Hygienemaßnahmen einzuhalten:**

- Öfters Hände waschen, jeweils 20 bis 30 Sekunden lang mit Seife, vor allem auch unmittelbar nachdem man wieder zuhause angekommen ist.



- Wenn man husten oder niesen muss: in die Ellenbeuge husten oder niesen.
- Generell 1,5 Meter Abstand zu Personen halten, die nicht zum eigenen Hausstand zählen.

Hygieneempfehlungen in Bezug auf Gruppentreffen

Vorausgesetzt werden:

- alle Personen müssen ständig mind. 1,5 m Abstand zum nächsten Gruppenteilnehmer einhalten: beim Hineingehen in den Gruppenraum, während des Gruppentreffens und auch danach.
- Gruppenbildungen vor oder im Eingangsbereich sind nicht erlaubt.
- alle müssen durchgehend einen Mund-Nasen-Schutz tragen: ab dem Zeitpunkt des Hineingehens, während des Gruppentreffens bis nach dem Hinausgehen.
- unmittelbar vor Beginn eines Gruppentreffens müssen sich alle TeilnehmerInnen mit einem Handdesinfektionsmittel die Hände desinfizieren. Das Desinfektionsmittel sollte im Eingangsbereich bereitgestellt werden.

Wenn möglich: Treffen im Freien

Gibt es in der Nähe des „eigentlichen“ Treffpunktes die Möglichkeit, in Gärten, Parks oder auf Grünflächen auszuweichen?

Auch Gruppentreffen im Freien, bei denen man läuft - spazieren geht -, wären denkbar. Hierbei könnten die Gruppenteilnehmenden ihre Gesprächspartner immer wieder wechseln.

Treffen in Räumen

Im Vorfeld zu klären:

1. Wie viele TeilnehmerInnen können das Treffen besuchen, damit der Mindestabstand von 1,5 m zwischen den einzelnen Stühlen eingehalten werden kann?
 - Deshalb: Teilnehmerzahl auf die Raumgröße abstimmen, Gruppengröße ggf. auf eine max. Teilnehmerzahl begrenzen, ggf. den Abstand der einzelnen Stühle am Boden markieren.



- Falls durchschnittlich mehr TN kommen als es der Raum derzeit zulässt: mehrere Kleingruppen bilden und auf mehrere Räume bzw. einen größeren Raum ausweichen, evtl. weiteres Gruppentreffen anbieten.
2. Teilnahme nur nach Voranmeldung möglich:
 - Im Vorfeld muss die TeilnehmerInnenzahl bekannt sein, damit man ggf. begrenzen bzw. die Gruppe teilen kann.
 - Die TeilnehmerInnen darauf hinweisen, dass auch beim Kommen und Gehen auf den 1,5 m Abstand zu anderen Personen zu achten ist. (wenn es die baulichen Begebenheiten ermöglichen: getrennte Wege Eingang / Ausgang)
 3. Nur so viele Stühle im Gruppenraum bereitstellen, wie die maximale Teilnehmerzahl es zulässt.

Gruppentreffen

1. Um Luftaustausch zu gewährleisten: Gruppenraum vor und nach dem Treffen gut durchlüften. Wenn es der Ablauf des Gruppentreffens zulässt: auch zwischendurch.
2. Diejenige Person, die den Raum aufsperrt, sollte:
 - vor dem Treffen im Gruppenraum mit Flächendesinfektionsmittel desinfizieren: Türklinken, Tisch, von vielen benutzte Griffe, Lichtschalter, ggf. Armlehnen, etc. Desinfektionsmittel mindestens 30 Sekunden einwirken lassen.
 - die Gruppenraumtüre für die eintreffenden GruppenteilnehmerInnen offen halten.
3. Um bei einer evtl. in der Gruppe auftretenden Infektion Kontaktpersonen ermitteln zu können, ist es unbedingt notwendig, eine Teilnehmerliste zu erstellen und einen Monat lang aufzubewahren. (wegen Unterbrechung der Infektionskette). Bei Gruppen, bei denen eine Teilnehmerliste wg. der Anonymität schwierig ist, empfehlen wir den Vornamen und dessen persönliche Handynummer aufzunehmen.
4. Referentenvortrag: Bei einem Vortrag per Videoschleife könnte auch ein Referent aus einer weit entfernten Spezialklinik eingeladen werden (techn. Voraussetzungen schaffen).
5. Essen und Trinken während des Gruppentreffens:
 - Auf Essen und Trinken in den Gruppenräumen muß verzichtet werden.



- Sollte Trinken unbedingt notwendig sein (z.B. wg. Mundtrockenheit), dann sollten Getränk und Glas/Becher von daheim mitgebracht und wieder mit nach Hause genommen werden.
6. Sollten Schreib- oder sonstige Utensilien verwendet werden: bitte nur eigenes Material verwenden, das von zuhause mitgebracht und wieder mit nach Hause genommen wird.
 7. Größere Veranstaltungen sollten auf einen späteren Zeitpunkt verschoben werden.

Sanitäre Anlagen

In Bezug auf die sanitären Anlagen gehen wir davon aus, dass der Gruppenraum-vermieter die dafür notwendigen Hygienevorschriften einhält.

Nach Toilettengang Händewaschen.

Funktionssportgruppen / Sport in Selbsthilfegruppen

Bitte wenden Sie sich an Ihren zuständigen Verband. Dieser wird ein Hygienekonzept für den Funktionssport erstellt haben.

Erstellt von:
Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Augsburg