



## **Hygienekonzept des downsyndromberlin e.V. während der Corona-Pandemie**

**Fassung vom 07.09.2020**

### Inhalt

1. Persönliche Hygiene
2. Raumhygiene: Aufenthaltsräume, Verwaltungsräume, Besprechungsräume und Flure
3. Hygiene im Sanitärbereich
4. Personen mit einem höheren Risiko für einen schweren COVID-19-Krankheitsverlauf
5. Wegeführung

### Vorbemerkungen

Das vorliegende Dokument stellt das Hygiene- und Abstandskonzept für den Verein downsyndromberlin dar. Allen Mitgliedern, Gruppenleiter\*innen, Gruppenteilnehmer\*innen und Besucher\*innen obliegt es, dafür zu sorgen, dass die Hygienehinweise mit der gebotenen Sorgfalt ernstgenommen und umgesetzt werden.

Bei Gruppentreffen des downsyndromberlin e.V. wird eine Anwesenheitsliste geführt und von allen Teilnehmer\*innen eine Risikoerklärung unterzeichnet. Beides wird für die Dauer von 4 Wochen von der Gruppenleitung aufbewahrt.

Alle Mitglieder des Vereins, Gruppenleiter\*innen und Gruppenteilnehmer\*innen sowie alle Besucher\*innen sind darüber hinaus gehalten, sorgfältig die Hygienehinweise der Gesundheitsbehörden bzw. die des Robert-Koch-Instituts (RKI) zu beachten.

### **1. Persönliche Hygiene**

Das neuartige Coronavirus ist von Mensch zu Mensch übertragbar. Der Hauptübertragungsweg ist die Tröpfcheninfektion (etwa beim Sprechen, Husten und Niesen). Dies erfolgt vor allem direkt über die Schleimhäute der Atemwege. Darüber hinaus ist auch indirekt über Hände, die dann mit Mund- oder Nasenschleimhaut oder der Augenbindehaut in Kontakt gebracht werden, eine Übertragung möglich. Eine Übertragung über kontaminierte Oberflächen (Schmierinfektion) gilt nach derzeitiger Fachexpertise als unwahrscheinlich, ist aber nicht vollständig auszuschließen.

### **Wichtigste Maßnahmen**

- Abstand halten (mindestens 1,50 m)
- Bei Symptomen einer Atemwegserkrankung zu Hause bleiben
- Beobachtung des Gesundheitszustandes der Besucher\*innen, Teilnehmer\*innen und Vereinsmitglieder, um rechtzeitig Krankheitssymptome zu bemerken
- Keine Berührungen, Umarmungen und kein Händeschütteln

Basishygiene einschließlich der Händehygiene:

a) Die wichtigste Hygienemaßnahme ist das regelmäßige und gründliche Händewaschen mit Seife (siehe auch [www.infektionsschutz.de/haendewaschen/](http://www.infektionsschutz.de/haendewaschen/)), insbesondere nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen; nach der Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln; nach Kontakt mit Treppengeländern, Türgriffen, Haltegriffen etc., vor und nach dem Essen; vor dem Aufsetzen und nach dem Abnehmen einer Schutzmaske, nach dem Toiletten-Gang;

b) Händedesinfektion: Das sachgerechte Desinfizieren der Hände ist vor allem dann sinnvoll, wenn ein gründliches Händewaschen nicht möglich ist. Dazu muss Desinfektionsmittel in ausreichender Menge in die trockene Hand gegeben und bis zur vollständigen Abtrocknung ca. 30 Sekunden in die Hände einmassiert werden (siehe auch [www.aktion-sauberehaende.de](http://www.aktion-sauberehaende.de)).

- Mit den Händen nicht das Gesicht, insbesondere die Schleimhäute berühren, d.h. nicht an Mund, Augen und Nase fassen.
- Öffentlich zugängliche Gegenstände wie Türklinken oder Fahrstuhlknöpfe möglichst nicht mit der vollen Hand bzw. den Fingern anfassen, ggf. Ellenbogen benutzen.
- Husten- und Niesetikette: Husten und Niesen in die Armbeuge gehören zu den wichtigsten Präventionsmaßnahmen! Beim Husten oder Niesen größtmöglichen Abstand halten, am besten wegdrehen.
- Wer einen Mund-Nasen-Schutz tragen möchte, soll dennoch den von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung empfohlenen Sicherheitsabstand von mindestens 1,50 m zu anderen Menschen einhalten.

## **2. Raumhygiene: Aufenthaltsräume, Besprechungsräume und Flure**

Zur Vermeidung der Übertragung durch Tröpfcheninfektion muss auch in den für Aktivitäten genutzten Räumen ein Abstand von mindestens 1,50 Metern eingehalten werden. Das bedeutet, dass z.B. Tische in Räumen entsprechend weit auseinandergestellt werden müssen und damit ggf. deutlich weniger Menschen zu Gruppenveranstaltungen zugelassen sind, als im Normalbetrieb. Gruppenangebote sind nur bei Einhaltung der Abstandsregelungen möglich. Die jeweiligen Gruppenleitungen tragen hierfür Sorge.

Besonders wichtig ist das regelmäßige und richtige Lüften, da dadurch die Innenraumluft ausgetauscht wird. Mehrmals täglich, mindestens stündlich, ist eine Stoßlüftung bzw. Querlüftung durch vollständig geöffnete Fenster über mehrere Minuten vorzunehmen. Eine Kipplüftung ist weitgehend wirkungslos, da durch sie kaum Luft ausgetauscht wird. Aus Sicherheitsgründen verschlossene Fenster müssen daher für die Lüftung unter Aufsicht einer Dienstkraft geöffnet werden.

Reinigung:

Generell nimmt die Infektiosität von Coronaviren auf unbelebten Oberflächen in Abhängigkeit von Material und Umweltbedingungen wie Temperatur und Feuchtigkeit rasch ab. Nachweise über eine Übertragung durch Oberflächen im öffentlichen Bereich liegen bisher nicht vor.

In allen genutzten Räumlichkeiten steht die Reinigung von Oberflächen im Vordergrund. Dies gilt auch für Oberflächen, welchen antimikrobielle Eigenschaften zugeschrieben werden (z.B. Edelstahlspülen).

Im Gegensatz zur Reinigung wird eine routinemäßige Flächendesinfektion in den genutzten Räumen auch in der jetzigen COVID-Pandemie durch das RKI nicht empfohlen. Hier ist die angemessene Reinigung aktuell ausreichend.

Folgende Areale sollten vor Gruppenveranstaltungen besonders gründlich gereinigt sein:

- Türklinken und Griffe (z.B. an Schubladen- und Fenstergriffe) sowie der Umgriff der Türen
- Treppen- und Handläufe
- Lichtschalter
- Tische
- Computermäuse, Tastaturen, Telefone

### **3. Hygiene in Sanitärbereich**

In genutzten Sanitärbereichen sollten Flüssigkeitsspender, Einmalhandtücher und Toilettenpapier bereitgestellt und regelmäßig befüllt werden. Die entsprechenden Auffangbehälter für Einmalhandtücher sollten vorgehalten werden. Bei angemieteten Räumen ist der Vermieter diesbezüglich zu kontaktieren.

Toilettensitze, Armaturen, Waschbecken und Fußböden sollten gereinigt sein.

### **4. Personen mit einem höheren Risiko für einen schweren COVID-19-Krankheitsverlauf**

Vereinsmitglieder oder Gruppenteilnehmer\*innen/Besucher\*innen die Risikogruppen angehören (s. [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogruppen.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogruppen.html)) können nur auf eigenen Wunsch, nach Abwägung des eigenen Gesundheitszustandes, an Gruppenangeboten teilnehmen. Hierzu ist eine formlose schriftliche Risikoerklärung zu unterzeichnen.

### **5. Wegeführung**

Die Leiter\*innen von Gruppenveranstaltungen sind aufgefordert, ein jeweils den spezifischen räumlichen Gegebenheiten angepasstes Konzept zur Wegeführung zu entwickeln. Wenn möglich sollten die Zugangswege als Einbahnwege organisiert werden, so dass ein kontrollierter Zugang ermöglicht wird.

07.09.2020

Der Vorstand des downsyndromberlin e.V.  
vertreten durch Heike Meyer-Rotsch (1.Vorsitzende)  
Luisa Clemens (2.Vorsitzende) und  
Dr. Thomas Koeppen (Schatzmeister)