



Diplom-Pädagogin
Heilpraktikerin
Anerkannte Lehrende
Master-Praktizierende
Schule des Craniosacral Verband
Deutschland CSVD e.V.

Hygienestandards der Craniosacral – Schule Bremen zum Schutz vor Ansteckung während der SARS-CoV-2-Pandemie

1. Gründliche Handhygiene

Für eine gründliche Handhygiene ist Händewaschen mit Seife für 20 - 30 Sekunden notwendig. Kaltes Wasser ist hierbei ausreichend, entscheidend ist der Einsatz von Seife (siehe auch <https://www.infektionsschutz.de/haendewaschen/>) und das gründliche Trocknen der Hände mit anschließend zu entsorgenden Einmalhandtüchern. Diese und entsprechende Wegwerfbehälter sind vorhanden.

Gründliches Händewaschen ist erforderlich

- nach dem erstmaligen Betreten des Gebäudes
- vor dem Betreten des Unterrichtsraums
- nach Husten oder Niesen
- nach und vor dem Essen
- nach dem Toiletten-Gang
- vor und nach den praktischen Übungseinheiten
- nach Kontakt mit Fäkalien, Blut oder Erbrochenem.

Das Desinfizieren der Hände ist notwendig

- wenn ein Händewaschen nicht möglich ist
- nach Kontakt mit Fäkalien, Blut oder Erbrochenem und darauf erfolgtem Händewaschen.

Im Sanitärbereich sind jederzeit gefüllte Seifenspender, gefüllte Einmalhandtuchbehälter und Handdesinfektionsmittel vorhanden.

Die regelmäßige Anwendung von selbst mitgebrachten Pflege-Schutz-Mitteln für die Hände (Handcremes) wird empfohlen.

2. Husten-und Niesetikette

Beim Husten und Niesen ist ein größtmöglicher Abstand zu anderen Personen einzuhalten. Das Husten und Niesen soll unbedingt abgewendet von anderen Personen in die Armbeuge, ins Innere der Oberbekleidung oder ein sofort danach zu entsorgendes Taschentuch erfolgen.

3. Mindestabstand

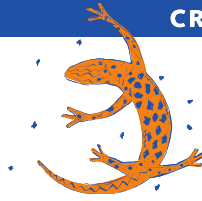
Der Mindestabstand von mindestens 1,5 m zu anderen Personen ist mit Ausnahme der praktischen Übungseinheiten überall einzuhalten. Bei diesen Unterrichtseinheiten ist von beiden Beteiligten bei der Überschreitung des Mindestabstandes ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen.

Schlangen- und Pulkbildung sollten in allen Bereichen, auch im Treppenhaus, unbedingt vermieden werden.

4. Mund- und Nasenschutz

Ein Mund-Nasen-Schutz ist zu tragen

- im Treppenhaus nach Betreten oder beim Verlassen des Gebäudes
- auf dem Flur des Seminarbetriebes, wenn Begegnungen unvermeidbar sind
- im Sanitärbereich.



Dieser ist selbst mitzubringen und sollte je nach Beschaffenheit mindestens einmal täglich gewechselt werden laut den Herstellerangaben zur maximalen Gebrauchsdauer.

5. Arbeitsmittel

Arbeitsmittel sollten nur jeweils von einer Person genutzt werden. Werden bestimmte Arbeitsmittel von mehreren Personen gemeinschaftlich genutzt ist nach dem Gebrauch die genutzte Oberfläche zu desinfizieren. Hierfür stehen gefüllte Desinfektionsmittelflaschen bzw. Desinfektionstücher in den Räumen, wo diese Arbeitsmittel genutzt werden, bereit.

Für die praktischen Unterrichtseinheiten sind von allen Teilnehmenden Laken und zwei Handtücher für den Eigenbedarf mitzubringen, für deren Reinigung jede*r Teilnehmende selber zu sorgen hat (Waschen bei mindestens 60 Grad).

6. Büchertisch

Alle ausgelegten Materialien erfordern bei Einsicht mit Berührung ein vorheriges und folgendes gründliches Händewaschen.

7. Lüften

Alle genutzten Räume werden regelmäßig stoßgelüftet, der Seminarraum spätestens nach 45 Minuten.

8. Umgang mit Geschirr

Genutztes Geschirr reinigt jede*r Benutzerin inklusive Abtrocknen und Wegräumen sofort nach der Benutzung unter Beachtung der Händehygieneregeln selbst oder bringt eigenes Geschirr mit.

9. Umgang mit Lebensmitteln

Zur Vermeidung von Verwechslungen bzw. versehentlicher gemeinsamer Nutzung sind die im gemeinsam genutzten Kühlschrank gestellten Lebensmittel mit Namen der Besitzer*innen zu versehen. Von der Craniosacral-Schule Bremen werden keine Lebensmittel (Gebäck, Obst, Nüsse etc.) und keine Getränke (Tee, Wasser) mehr angeboten.

Für die Zubereitung von Tee bzw. dem Abfüllen von Wasser dürfen maximal 2 Personen auf einmal die Küche nutzen.

10. Reinigung und Desinfektion der Räume

Alle Räume werden regelmäßig grundgereinigt. Die Oberflächen werden dabei mit einem Flächendesinfektionsmittel behandelt.

Während der Unterrichtstage werden stark genutzten Flächen wie Türklinken, Griffe, Lichtschalter, Kleiderbügel mehrmals täglich damit gesäubert.

11. Hygienestandards zum Schutz von anderen

Zum Schutz von anderen haben all jene Personen keinen Zutritt, auf die mindestens eines der folgenden Merkmale zutrifft:

- positiv auf SARS-CoV-2 getestet oder als positiv eingestuft bis zum Nachweis eines negativen Tests
- vom Gesundheitsamt aus anderen Gründen (z. B. als Kontaktperson Kat. I) angeordnete Quarantäne für die jeweilige Dauer
- Rückkehr von einem Auslandsaufenthalt – hier gilt die Einzelfallentscheidung bei Rückkehr aus einem EU-Mitgliedsstaat, einem Schengen-assoziierten Staat oder dem Vereinigten Königreich von Großbritannien und Nordirland gemäß den aktuellen Empfehlungen des Bundes und der Länder
- bei Atemwegssymptomen oder Fieber.