



INFORMATION COVID-19

Schutzmassnahmen für Teilnehmende unserer Bewegungskurse

Die Rheumaliga Uri und Schwyz hat ein Schutzkonzept für ihre Bewegungskurse ausgearbeitet, an dem sich alle unsere Mitarbeitenden zwingend orientieren müssen.

Unser Schutzkonzept wird ebenso unseren Vermietern von Bädern und Gymnastikräumen abgegeben, die ihrerseits Schutzkonzepte für die Wiedereröffnung ihrer Anlagen erarbeiten mussten.

Grundsätzliche Verhaltensregeln für unsere Kursteilnehmenden:

Es gelten die übergeordneten Massnahmen und Hygiene- und Verhaltensregeln des Bundesamtes für Gesundheit BAG.

Alle Teilnehmenden verhalten sich jederzeit solidarisch und stellen mit hoher Selbstverantwortung die Einhaltung der Schutzmassnahmen sicher, halten sich an alle Massnahmen sowie an die Vorgaben der Behörden und die Anweisungen der Kursleitung.

Detaillierte Verhaltensanweisungen zum Schutz unserer Kursteilnehmenden:

- Bei Krankheitssymptomen und Kontakt zu positiv getesteten Personen müssen Sie zwingend zu Hause bleiben! Die Kursleitung kann im Zweifelsfall entscheiden, ob Sie wieder nach Hause gehen müssen. Rufen Sie Ihre Hausärztin, Ihren Hausarzt an und befolgen Sie dessen Anweisungen.
- Sollten Sie sich mit Covid 19 infiziert haben, so bitten wir Sie, uns umgehend darüber zu informieren:
Rheumaliga Uri und Schwyz, Telefon 041 870 40 10.
- Sollten Sie oder Ihre Kontaktpersonen in den letzten 14 Tagen ein Land/Gebiet mit erhöhtem Corona-Infektionsrisiko besucht haben, gilt absolutes Teilnahmeverbot (10 Tage Quarantäne-Pflicht und Meldung an Arzt). Länderliste vom BAG beachten.



- Achten Sie während des Kurses auf Abstand und gute Handhygiene. Schutzmasken (fakultativ) und allenfalls Handschuhe sind selbst zu besorgen.
- Nehmen Sie immer ein persönliches Desinfektionsmittel mit, damit Sie sich bei Bedarf die Hände reinigen können.
- Die An- und Abreise zum Kursort sollte nach Möglichkeit mit individuellen Verkehrsmitteln vorgenommen werden. Wenn Sie den öffentlichen Verkehr benützen, ist eine Schutzmaske Pflicht.
- Wir empfehlen grundsätzlich, sich möglichst zu Hause umzuziehen und zu duschen. Umkleideräumlichkeiten, Garderoben und Toiletten dürfen unter Einhaltung einer Mengenbegrenzung sowie unter Einhaltung der Abstandsregeln benutzt werden.
- Nehmen Sie für die Benutzung der Matten und Geräte ein sauberes Tuch mit.
- Die Kursräume sollen nach Abschluss der Lektion sogleich verlassen werden.

Herzlichen Dank für Ihre Kooperation.

Rheumaliga Uri und Schwyz
Turmmattweg 30
6460 Altdorf
041 870 40 10
rheuma.uri-schwyz@bluewin.ch