

## SARS-CoV2 / COVID19-Hygieneplan für

- Systemische Beratung
- Systemische Supervision
- Systemisches Coaching

### Anwendung der 3G - Regel

Alle Formen der Systemischen Beratung, psychosozialen Beratung, Systemischen Supervision sowie Systemischen Coachings werden ausschließlich mit der Anwendung der so genannten 3G -Regel durchgeführt. Das bedeutet als zwingende Voraussetzung, dass alle Teilnehmer:innen und Gesprächspartner:innen nachweislich entweder

**getestet** (mit negativem Testergebnis, welches nicht älter als 24 Stunden ist) oder **genesen** oder

**geimpft** (vollständig mit mindestens zwei Teilimpfungen, von denen die letzte Teilimpfung mindestens 14 Tage vor dem Termin erfolgt ist)

Alle Teilnehmer:innen und Gesprächspartner:innen vergewissern sich zu Beginn der Sitzung über das Vorliegen der vorgenannten Voraussetzungen.

### PERSÖNLICHE HYGIENE

Das Coronavirus ist von Mensch zu Mensch übertragbar. Der Hauptübertragungsweg ist die Tröpfcheninfektion. Dies erfolgt vor allem direkt über die Schleimhäute der Atemwege. Darüber hinaus ist auch indirekt über Hände, die dann mit Mund- oder Nasenschleimhaut sowie die Augenbindehaut in Kontakt gebracht werden, eine Übertragung möglich.

### Wichtigste Maßnahmen

- Im Eingangsbereich besteht die Möglichkeit zur Durchführung einer hygienischen Händedesinfektion. Die Räume der Privatpraxis für systemische Beratung, Supervision & Coaching dürfen erst nach der Durchführung einer hygienischen Händedesinfektion betreten werden.
- Mindestens 1,50 m Abstand halten
- Mit den Händen nicht das Gesicht, insbesondere die Schleimhäute berühren, d.h. nicht an Mund, Augen und Nase fassen.
- Keine Berührungen, Umarmungen und kein Händeschütteln.
- Gründliche Händehygiene (z. B. 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 oder nach Betreten des Veranstaltungs- und Sitzungsraums) durch Händedesinfektion: Das sachgerechte Desinfizieren der Hände ist sinnvoll! Dazu muss Desinfektionsmittel in ausreichender Menge in die trockene Hand gegeben und bis zur vollständigen Abtrocknung ca. 30 Sekunden in die Hände einmassiert werden. Dabei ist auf die vollständige Benetzung der Hände zu achten.
- 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 zu anderen Personen halten, am besten wegdrehen. Es besteht zum gegenseitigen Schutz die Pflicht zu einer Nase-Mund-Bedeckung einer medizinischen Maske oder ein Atemschutz, welche die Anforderung der Standards FFP2, KN95, N95 oder eines vergleichbaren Standards erfüllt.
- Damit können Tröpfchen, die man z. B. beim Sprechen, Husten oder Niesen ausstößt, abgefangen werden. Das Risiko, eine andere Person durch Husten, Niesen oder Sprechen anzustecken, kann so verringert werden (Fremdschutz). Trotz MNS oder MNB sind die gängigen Hygienevorschriften, insbesondere die aktuellen Empfehlungen des Robert Koch-Instituts und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, zwingend weiterhin einzuhalten. Ausnahmen von der Maskenpflicht bestehen während der Pause im Freien, sofern der Abstand zu anderen Personen mindestens 1,5 Meter beträgt sowie beim Erreichen des jeweiligen Arbeits-/Sitzplatzes.

## RAUMHYGIENE

Zur Vermeidung der Übertragung durch Tröpfcheninfektion ist im Praxisbetrieb auf einen Abstand von mindestens 1,50 Metern zu achten. Auch in den Kleingruppenräumen und in der Pause ist auf ausreichend Abstand zu achten. Besonders wichtig ist das regelmäßige und richtige Lüften, da dadurch die Innenraumluft ausgetauscht wird. Hierfür sind die Messergebnisse der installierten CO<sub>2</sub>-Ampel maßgeblich. Dieses technische Hilfsmittel zeigt visuell und akustisch die Zeitpunkte für Stoßlüftungen bzw. Querlüftungen an. Mehrmals täglich, mindestens in jeder Pause, ist eine Stoßlüftung bzw. Querlüftung durch vollständig geöffnete Fenster über mehrere Minuten vorzunehmen. Eine Kipp Lüftung ist weitgehend wirkungslos, da durch sie kaum Luft ausgetauscht wird.

## Reinigung

Häufig berührte Flächen wie Türklinken, Lichtschalter, Treppengeländer, Flipchartständer werden täglich desinfizierend gereinigt.

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.

Es steht die desinfizierende Reinigung von Oberflächen im Vordergrund. Dies gilt auch für Oberflächen, welchen antimikrobielle Eigenschaften zugeschrieben werden, da auch hier Sekrete und Verschmutzungen mechanisch entfernt werden sollen.

Eine Flächendesinfektion wird generell als Wischdesinfektion mit einer kalten Lösung durchgeführt. Eine Sprühdesinfektion, d.h. die Benetzung der Oberfläche ohne mechanische Einwirkung, ist weniger effektiv und auch aus Arbeitsschutzgründen bedenklich, da Desinfektionsmittel eingeatmet werden können.

Folgende Areale werden besonders gründlich und in stark frequentierten Bereichen täglich desinfizierend gereinigt:

- Türklinken und Griffe (z.B. an Schublade- und Fenstergriffe) sowie der Umgriff der Türen,
- Treppen- & Handläufe,
- Lichtschalter,
- Tische, Telefone, Kopierer
- und alle weiteren Griffbereiche, wie z.B. Computermäuse und Tastaturen.

## HYGIENE IM SANITÄRBEREICH

In allen Toilettenräumen bestehen Möglichkeiten zur Durchführung von hygienischen Händedesinfektionen. Es stehen Händedesinfektionsmittel zur Verfügung. Darüber hinausgehend stehen ausreichend Flüssigseifenspender und Einmalhandtücher bereit und werden regelmäßig aufgefüllt. Die entsprechenden Auffangbehälter für Einmalhandtücher und Toilettenpapier werden vorgehalten.

Toilettensitze, Armaturen, Waschbecken und Fußböden werden täglich desinfizierend gereinigt. Bei Verschmutzungen mit Fäkalien, Blut oder Erbrochenem ist nach Entfernung der Kontamination mit einem Desinfektionsmittel getränkten Einmaltuch eine prophylaktische Scheuer-Wisch-Desinfektion erforderlich. Dabei sind Arbeitsgummihandschuhe zu tragen.

## INFEKTIONSSCHUTZ IN DEN PAUSEN

Auch in den Pausen muss gewährleistet sein, dass Abstand gehalten wird.

## MELDEPFLICHT

Aufgrund der Coronavirus-Meldepflichtverordnung i. V. m. § 8 und § 36 des Infektionsschutz-gesetzes ist sowohl der Verdacht einer Erkrankung als auch das Auftreten von COVID-19 Fällen in Schulen dem Gesundheitsamt zu melden.

## DATENSCHUTZ

Sollte unter den Teilnehmenden / Referent\*innen / Mitarbeiter\*innen ein positiver Covid-19-Fall auftreten, werden wir die Adressdaten der Menschen, die am selben Tag anwesend waren, an das Gesundheitsamt weitergeben.