

Schutzkonzept Öffentliches Qi Gong Wohn- und Begegnungsort Violino Zell

Ausgangslage

In Kooperation mit Pro Senectute Kanton Luzern und der kantonalen Dienststelle Gesundheit und Sport bietet die Gemeinde Zell ein öffentliches Qi Gong im Freien der Gartenanlage des Wohn- und Begegnungsortes Violino Zell an. Dies ist ein Präventions-Projekt insbesondere auch für ältere Personen, um die Standfestigkeit, das innere und äussere Gleichgewicht, die Koordination und die Konzentrationsfähigkeit zu trainieren. Das Ausführen der langsamen, geschmeidigen Bewegungsabläufe in der Gruppe macht Freude und unterstützt das Wohlbefinden. Qi Gong kann bis ins hohe Alter ausgeübt werden.

Die Gemeinde Zell will mit dem erstmaligen Start des Angebots einen Präventionsbeitrag zur Sturzminimierung bei älteren Personen leisten wie auch dazu beitragen, die neuen Regeln des Zusammenseins zu unterstützen und einen Beitrag zu deren Verbreitung und Akzeptanz zu leisten.

Grundlagen

Die Grundlage für das vorliegende Schutzkonzept sind die Rahmenvorgaben für Schutzkonzepte in Sportaktivitäten des Bundesamts für Sport BASPO, dem Bundesamt für Gesundheit BAG und dem SGQT-Schutzkonzept <https://www.sgqt.ch/Coronavirus/language/de.html>

Zielgruppe

Die Zielgruppe des öffentlichen Bewegungsangebots sind Menschen über 60 und alle Interessierten aus der Gemeinde Zell und den umliegenden Gemeinden.

Grundsätzliches

Grundsätzliches

- Das öffentliche Qi Gong findet im Freien statt, bei trockenem Wetter in der Gartenanlage des Wohn- und Begegnungsortes Violino, bei schlechtem Wetter wird es abgesagt.
- Der Platz, wo die Menschen sich hinstellen und die Bewegungen der Qi Gong – Lehrerinnen übernehmen, ist markiert (Abstand von 3 Metern zwischen den Personen). Auf dem Rasen werden Fähnchen die Markierungen anzeigen
- Es wird zwei Sektoren mit zwei verschiedenen Eingängen geben, bei diesen werden die Kontaktdaten aufgenommen. Die Sektoren sind mindestens 5m voneinander getrennt
- Es werden 30 Personen teilnehmen können, diese werden in zwei Gruppen a 15 Personen aufgeteilt.
- Der Anlass findet am Donnerstag von 9.00 bis 9.50 Uhr statt.
- Wer will, kann eine Hygiene-Schutzmaske tragen

Abstand, Hygiene und Nachverfolgung der Teilnehmenden

- Auf ein Zusammennehmen der Gruppe für eine Erklärung zu den Bewegungsabläufen wird verzichtet. Die Teilnehmenden können von ihrem markierten Platz die Lehrerinnen gut sehen und die Bewegungsabläufe übernehmen
- Da die Teilnehmenden weder Geräte in die Hand nehmen noch Material berühren, ist eine Desinfektion der markierten Stelle nicht erforderlich

Personal

- Die Lehrerinnen Qi Gong wie die freiwilligen HelferInnen und die Vertretungen der Trägerorganisationen sind geschützt durch Hygienevorschriften und Abstand halten.
- Wenn sich eine Lehrerin krank fühlt, bleibt sie zu Hause und organisiert eine Stellvertretung, ebenso HelferInnen wie die Vertretungen der Trägerorganisationen.

Freiluftanlass ohne Geräte oder Berührungen von Material oder Menschen

- Da die Veranstaltung im Freien durchgeführt wird und weder Material noch Menschen berührt werden, fällt eine Desinfektion weg.

Verantwortlichkeit der Umsetzung vor Ort

- Die Schutzmassnahmen werden durch die Sozialvorsteherin Zell, Karin Meier oder der verantwortlichen Person des Wohn- und Begegnungsortes Violino vor Ort überwacht.

Kommunikation und Start Veranstaltung

- Auf eine breite Information in der Regionalzeitung über den Anlass wird verzichtet. Es werden die umliegenden Gemeinden mittels Gemeindezeitung informiert und lokal mit Plakaten auf den Anlass aufmerksam gemacht.

Zell, 23. April 2021

Karin Meier, Sozialvorsteherin Zell

Das vorliegende Schutzkonzept wurde von allen Mitwirkenden des Angebots Qi Gong zur Kenntnis genommen.