

Liebe Teilnehmer der DAFKS REHA-Sportgruppen

wir werden in Kürze den **Trainingsbetrieb in abgespeckter Form** wieder aufnehmen können. Dafür müssen wir behördliche Vorgaben umsetzen. Bei Verstoß gegen diese Vorgaben müssen die Trainings wieder ausgesetzt werden. Wir starten mit dem REHA-Sporttraining am 03.06.2020 Sobald das Datum für den Start der Hallentrainings vom Gesundheitsamt bzw. dem Sportamt wieder freigegeben ist, werde ich die Trainingseinheiten umgehend wieder ansetzen. Nachstehend schonmal die Empfehlungen des DRS, BHRS und des DOSB, LSBH

Bleibt gesund und viele Grüße

DAFKS KONTAKT Fulda
Winfried Jäger
Präsident

COVID-10 Schutz- und Hygienemaßnahmen DAFKS-Rehasport

Rehasport

Die Zielgruppe des ärztlich verordneten Rehabilitationssports zählt in großen Teilen zu einer Risikogruppe (z. B. durch chronische Erkrankungen und/oder höheres Alter). Aus diesem Grund hat der Deutsche Behindertensportverband e.V. die folgenden Empfehlungen für die Wiederaufnahme von Rehabilitationssportangeboten nach Lockerung der Ausgangs- und Kontaktbeschränkungen entwickelt. Diese Empfehlungen gelten für alle Übungsleiter*innen, Teilnehmer*innen sowie durchführende Vereine als Konkretisierung der folgenden 10 Leitplanken des DOSB:

- Distanzregeln einhalten
- Körperkontakte müssen unterbleiben
- Mit Freiluftaktivitäten starten
- Hygieneregeln einhalten
- Vereinsheime und Umkleiden bleiben geschlossen
- Fahrgemeinschaften vorübergehend aussetzen
- Veranstaltungen und Wettbewerbe unterlassen
- Trainingsgruppen verkleinern
- Angehörige von Risikogruppen besonders schützen
- Risiken in allen Bereichen minimieren

Allgemeine Empfehlungen

- Individuelles Risiko der Teilnehmer*innen muss von Teilnehmer*in und Übungsleiter*in sowie ggf. durch Hinzuziehung des*der betreuenden Arztes*Ärztin analysiert werden

- Einwilligungserklärung der Teilnehmer*innen mit Risikobeschreibung, Hinweisen zu Restrisiko und Weisungsbefugnis der*des Übungsleiters*in muss eingeholt werden
- Festlegung der Gruppengröße anhand der Raumgröße: 5m² pro Teilnehmer*in sind verpflichtend
- Es ist ausreichend Zeit zwischen den einzelnen Gruppen einzuplanen, um Begegnungen der Teilnehmer*innen zu vermeiden
- Nach Möglichkeit sollen unterschiedliche Ein- und Ausgänge genutzt und “Einbahnstraßenregelungen” für die Laufrichtungen eingerichtet werden
- Übungsräume und Toiletten sind fachgerecht zu reinigen (u.a. Desinfektion von Wasserhähnen, Türklinken), bei den Desinfektionsmaßnahmen sind Einmalhandschuhe zu tragen
- Möglichkeiten zur Händedesinfektion sowie Einmalhandtücher sind bereitzustellen
- Vor Betreten des Übungsraumes müssen Übungsleiter*innen und Teilnehmer*innen die Hände desinfizieren
- Verwendete Materialien (z.B. Hocker) müssen vor jeder Übungsstunde mittels Wischdesinfektion (NICHT Sprühdeseinfektion!) desinfiziert werden
- Materialien müssen entsprechend der Wirksamkeit der Reinigungsmöglichkeiten ausgewählt werden
- Es ist zu prüfen, ob Teilnehmer*innen eigene Materialien und Alltagsgegenstände (z.B. Trinkflaschen, Getränkeetrapacks) als Gewichtstücke nutzen können
- Übungsraum muss vor und nach jeder Gruppe gut gelüftet werden, Aufenthalt im Übungsraum soll auf die Übungsstunde beschränkt sein
- Bei Vorliegen von Symptomen wie z.B. Fieber, Husten, Schnupfen und/oder grippeähnlichen Symptomen dürfen Übungsleiter*innen bzw. Teilnehmer*innen nicht an der Übungsstunde teilnehmen
- Der DAFKS COVID-19 Beauftragte ist der jeweilige Übungsleiter

Anmerkungen und Empfehlungen für Übungsleiter*innen

- Übungsleiter*innen tragen eine besondere Verantwortung für die Teilnehmer*innen
- Übungsleiter*innen benötigen Kenntnisse über die Symptome und bekannten Übertragungsformen von Covid-19
- Bei der Planung von Übungsstunden muss mehr Zeit für organisatorischen Aufwand und ggf. Einsatz von notwendigen Hilfspersonen berücksichtigt werden
- Zu Beginn der Übungsstunde muss Übungsleiter*in Abstands- und Hygieneregeln erläutern und die Teilnehmer*innen zu ihrem Gesundheitszustand befragen: keine Teilnahme von Personen mit Symptomen
- Es ist darauf zu achten, dass Einwilligungserklärungen der Teilnehmer*innen vorliegen

- Übungsleiter*in muss beurteilen, ob alle Teilnehmer*innen, insbesondere auch Menschen mit intellektueller Beeinträchtigung oder psychischer Erkrankung, die Regelungen verstanden haben und umsetzen können
- Übungsleiter*in hat fortwährend auf die Einhaltung der Abstandsregeln zu achten
- Partnerübungen sowie taktile Korrekturen sind zu unterlassen, ebenso Übungen, die zu einer erheblichen Beschleunigung der Atmung führen (Aerosolbildung)
- Übungsleiter*in muss bei Durchführung und Variierung der Übungen auf die Einsetzbarkeit der Materialien und deren Reinigungsmöglichkeit achten und diese entsprechend auswählen
- Übungsraum und die verwendeten Materialien müssen hinsichtlich der Infektionsgefahr beurteilt und die regelmäßigen Desinfektionsmaßnahmen beachtet werden

Anmerkungen und Empfehlungen für Teilnehmer*innen

- Teilnehmer*innen müssen das individuelle Risiko sowie den Gesundheitszustand vor jeder Übungsstunde einschätzen. Verzicht auf Teilnahme bei erhöhtem Risiko, zwingender Verzicht bei akuten Symptomen
- Teilnehmer*innen sollen eigene Materialien (z.B. Matte, Handtuch) mitbringen, kein Austausch von Materialien untereinander
- Teilnehmer*innen dürfen den Übungsraum erst nach Händedesinfektion und nur in Anwesenheit der*des Übungsleiters*in betreten (Desinfektionsmittel muss mitgebracht werden)
- Einwilligungserklärung sowie Teilnahmebescheinigung sind mit eigenem Stift zu unterschreiben
- Teilnehmer*innen sollen insbesondere auf dem Weg zum Übungsraum und auf Anweisung des*der Übungsleiters*in im Übungsraum und während der Übungen einen Mund- Nasen-Schutz nutzen (darüber hinaus sind länderspezifische Vorgaben zu berücksichtigen)

Dokumente

Empfehlungen Wiedereinstieg Rehasport

Einverständniserklärung Teilnehmer*in zur Teilnahme am Rehabilitationssport während der Corona-Pandemie

Infoblatt für Übungsleiter*innen und Referent*innen zum SARS-CoV-2-Virus

Merkblatt Coronavirus

10 Hygientipps

Checkliste Risikobewertung

Wissenswertes

Meldung des Rehasports im Freien

Die bestehenden zertifizierten Gruppen können ohne zusätzlich Genehmigung durch den HBRS ins Freie verlegt werden.

Versicherungsschutz Sport im Freien

Laut Rücksprache mit der ARAG-Versicherung besteht der Versicherungsschutz der Übungsveranstaltung unabhängig vom Ausführungsort - dies beinhaltet auch den Tele-Rehasport und den Sport im Freien

Tele-Rehasport nach Öffnung der Sportstätten

Der HBRS geht aktuell nach Rücksprache mit einigen Kostenträgern davon aus, dass der Tele-Rehasport bis auf Widerruf weiterhin durchgeführt werden kann.

DRV Bund

Die DRV Bund hat mitgeteilt, dass sie nun auch den Tele-/Online-Rehasport gemäß der Vorgaben der Krankenkassen gegen sich abrechnen lässt. Voraussetzung für eine Online-Durchführung dieser Leistungen ist, dass sowohl Leistungserbringer als auch Teilnehmer diese Durchführungsform nutzen können und wollen. Die Aufklärungspflicht für die Teilnehmer liegt bei den Leistungserbringern. Dies gilt zunächst bis zum 30. September 2020. Ebenso hat die DRV Bund den Regionalträgern der Rentenversicherung empfohlen, diesem Beispiel zu folgen. Die DRV Rheinland Pfalz hat bereits unserem dortigen Landesverband mitgeteilt, dass sie diese Regelung ebenfalls übernimmt. Insofern dies bei Ihrem Regionalträger auch zutrifft, bitte ich um eine Weiterleitung dieser Information.

Bei einer Wiederaufnahme des Sporttreibens in Deutschland nach Ende der Ausgangs- und Kontaktbeschränkungen orientiert sich der DBS an den 10 übergeordneten Leitplanken des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Die jeweils vor Ort gültigen Verordnungen und Regeln der öffentlichen Hand sind für den DBS verbindliche Grundlage für die Ausübung des Sports. Der DBS ist als Fachverband für den Sport für Menschen mit Behinderungen für insgesamt 43 paralympische und nicht paralympische Sportarten zuständig.

Bei Wiederaufnahme des Behindertensports in Deutschland richtet sich der DBS nach den Empfehlungen der Bundessportfachverbände für die jeweilige Sportart. Für Sportarten ohne einen vergleichbaren olympischen Fachverband (z.B. Goalball) kommen die Richtlinien des DOSB zum Tragen. In Ergänzung dazu gilt es bei der Wiederaufnahme des Behindertensports gewisse Besonderheiten zu beachten. Sportler*innen mit einer Vorerkrankung des Herzkreislaufsystems, des endo-krinologischen Systems oder der Lunge, einer hohen Querschnittlähmung und einer daraus möglicherweise resultierenden reduzierten Lungenkapazität oder einer herabgesetzten Immunität sind hier besonders betroffen.

Auch bei diesen Athleten*innen spricht sich der DBS für kein generelles Sportverbot aus, vielmehr müssen individuell optimale Bedingungen für eine sichere Rückkehr in den Sport geschaffen werden. Je nach Behinderung und Disziplin können Abstandsregelungen nicht konsequent eingehalten werden. Das trifft z.B. auf Sportler*innen mit einer starken Sehbeeinträchtigung zu, die zur Ausübung der Sports einer Assistenz in Form von Begleitläufern (Leichtathletik, Skilanglauf, Ski alpin) oder Piloten (Radsport) bedürfen.

Darüber hinaus kann bei schweren Behinderungsformen die Unterstützung bei Tätigkeiten um den Sport (Anfahrt, Umkleiden, Körperhygiene) erforderlich sein, bei denen kein ausreichender Sicherheitsabstand gewährleistet ist. Hier sollten deshalb bevorzugt Personen zum Einsatz kommen, mit denen der*die Betreffende in einer häuslichen Gemeinschaft lebt. Die strikte Einhaltung der Hygieneempfehlungen, wenn möglich die Verwendung eines Mund-Nasenschutzes, sind obligatorisch.

Wir weisen darauf hin, dass sich die Lage und Situationen permanent ändern kann, viele Informationen auch von den Kostenträgern sind u.U. noch nicht abschließend abgestimmt. Wir versuchen, Informationen zu filtern, aufzubereiten und an Sie weiterzuleiten - der HBRS kann nur Empfehlungen aussprechen. In enger Zusammenarbeit mit dem DBS versuchen wir, ein gemeinsames Vorgehen zu ermöglichen.

Viele Grüße

DAFKS KONTAKT Fulda e.V.

Winfried Jäger

Präsident