

MILTON-ERICKSON-INSTITUT-HEIDELBERG

- HYPNOSYSTEMISCHE (FAMILIEN-, PAAR-, EINZEL-, GRUPPEN-) THERAPIE -
- HYPNOTHERAPIE - COACHING & ORGANISATIONSBERATUNG -

Corona-Hinweis-Schreiben Stand 2.11.2020

Wir freuen uns über Ihr Interesse an unserem Angebot. Auch mit der neuen VO für BW vom 2.11.20 dürfen wir Präsenzveranstaltungen durchführen, und Übernachtungen in diesem Kontext sind in Heidelberg weiterhin möglich. Wir selbst reduzieren private Kontakte. Unsere Kurse verlegen wir hingegen nicht alle auf online, weil wir ein gutes AHA-L-Konzept haben und von Vielen die Präsenz als unterstützend in dieser Krise erlebt wird.

Das Institut hat sich in den letzten Wochen auf diesen Herbst vorbereitet, indem wir ...

1. ... einen über 110 qm großen Seminarraum geschaffen haben (für Gruppen bis 25 Personen) dieser verfügt:
 - a) über 2 große, sich gegenüber liegende Fensterfronten (16 u. 8 m² Fenster auf 300 m³ Raum)
 - b) separate Türen für Ein- und Ausgang

← hiermit sind die Abstandsregeln gewährleistet, und es gibt über die Tage feste und markierte Sitzplätze

2. ... Luftreiniger angeschafft haben (die während des Kurses leise laufen können, zusätzlich zum regelmäßigen Querlüften über die Fenster)
 - a) ein paar kleine Geräte
 - b) ein Trotec-Gerät, das von der Bundeswehruni München in einer Studie als wirksam gegen SARS-CoV-2 bestätigt wurde (<https://www.unibw.de/lrt7/raumlufreiniger.pdf>)
 - c) Toiletten haben auch eine Lüftung

← es bestehen damit also sehr gute Möglichkeiten, eine etwaige Aerosolkonzentration von Viren im Allgemeinen zu reduzieren. Abgesehen davon werden im Plenum im Vergleich bspw. zu einem Restaurant oder einer privaten Feier von den einzelnen Personen weniger Aerosole produziert, da weniger gesprochen wird.

3. ... die Teilnehmenden erhalten bei Anmeldung von uns eine mit Namen gekennzeichnete „Lunchbox“ (mit Gebäck und Obst für die kleinen Pausen)

Wir haben mit unseren Räumen ausreichend Platz, so dass Sie sich in den Pausen mit Abstand verteilen können, ebenso für Kleingruppen.

Im Folgenden unser Konzept tabellarisch zusammengefasst:

Zutritts- und Teilnahmeverbot Laut §7 der VO zu Corona in BW	<ol style="list-style-type: none"> 1. die in Kontakt zu einer mit dem Coronavirus infizierten Person stehen oder standen, wenn seit dem letzten Kontakt noch nicht 14 Tage vergangen sind, 2. die typische Symptome einer Infektion mit dem Coronavirus, namentlich Fieber, trockener Husten, Störung des Geschmacks- oder Geruchssinns, aufweisen, oder 3. die entgegen § 3 Absatz 1 keine Mund-Nasen-Bedeckung tragen. (Anm. hierzu von uns: ein ärztliches Attest wird <u>nicht</u> automatisch anerkannt, hier bedarf es einer Abklärung mit uns im Vorfeld)
Kooperation Solidarität	Wir gehen davon aus, dass Sie bereit sind, bzgl. der Regeln zu kooperieren, und auch im Alltag ein „Commitment“ zu den AHA-Regeln vorhanden ist.
Kontaktaufnahme kurzfristig	Über Ihre Anmeldung haben wir Ihre Adressdaten. Bitte stellen Sie sicher, dass wir im Notfall in der Lage sind, Sie kurzfristig zu erreichen! (Also bspw. auch am Wochenende bzw. außerhalb der Arbeit)
	<i>Eine Maske schützt weniger den Tragenden sondern vielmehr sein Gegenüber, also schützen Sie durch das Tragen andere 😊</i>
Mund-Nasen- Bedeckung	<ul style="list-style-type: none"> • ganz generell bitte in Flur, Aufzug, am Büchertisch, in den Toiletten und in der Küche ... • derzeit im Allgemeinen auch am Sitzplatz • Ihre Getränke / Snacks können Sie in den Seminarräumen bzw. Kleingruppenräumen (auch) im 4. OG genießen - mit Abstand zueinander:
Eine Pool-Nudel Abstand 😊	Bitte halten Sie stets 1,5 m Abstand zu anderen, auch bei Übungen in Kleingruppen (die bekannten Schwimnudeln haben die Länge von 1,6 m und sind daher eine gute Orientierungslänge 😊 - zeigen wir Ihnen gerne) <ul style="list-style-type: none"> - auch beim Treppensteigen - im Aufzug sollten max. 2 Personen mit Maske fahren. - und in den Pausen beim Trinken (bitte auf die Räume verteilen!)
	Händeschütteln und Umarmungen sind laut Corona-VO zu vermeiden
Desinfektion Reinigung	Das Institut hat Desinfektionsständer und –Spender. Bitte waschen oder desinfizieren Sie bei Ankunft Ihre Hände gründlich. Ebenso stehen Desinfektionstücher zur Verfügung. Oberflächen werden regelmäßig gereinigt.
Verpflegung & Anmeldung im 4. Stock	<ul style="list-style-type: none"> - Bei Ankunft erhalten Sie von uns ein namentlich gekennzeichnetes Körbchen für das Seminar mit Obst und Gebäck + Namensschild für Ihren Platz* - Bei kleinen Kursen können wir einzelne Karaffen für Wasser zur Verfügung stellen, um Wege zu sparen - Kaffee-/Teeautomat: in der Küche sollten sich max. 2 Personen mit Abstand aufhalten (daher Getränke in einem der Räume trinken) (eventuell stellen wir auch Thermoskannen in einen Seminarraum)

Fester Sitzplatz während des ganzen Seminars	<ul style="list-style-type: none"> - Die Stühle stehen in vorgegebenem Abstand (zur (Re-)Orientierung ist auf dem Boden ein Punkt in Mitte des Stuhls angebracht) - Sie erhalten ein Schild mit Namen, das Sie am Stuhl platzieren
Luftreinigung	<p>Die großen Fensterflächen ermöglichen ein schnelles Lüften. Zudem laufen (leise) Luftreiniger im Seminarraum, auch ein Gerät von Trotec. Die Toiletten haben auch eine leichte Lüftung.</p> <p>Bitte lüften Sie in Eigenregie auch während der Kleingruppen regelmäßig!</p>
Pausen	<p>Getränke sind im 4. Stock - wie gesagt, bitte Küche und Flur freihalten, die Seminarräume bieten Raum zum Unterhalten mit Abstand</p>
Büchertisch	<p>Wir haben den Auer-Ohler-Tisch wieder öffnen lassen mit der Auflage, dass max. 2 Personen mit Mundschutz und desinfizierten Händen sich am Tisch aufhalten.</p>

Hust- und Nies-
Etikette

Der Vollständigkeit halber, was uns seit Monaten bewusst ist:
Husten und Nießen in den Ärmel (oder Schal ...) zur Vermeidung von
Tröpfchen-Verteilung*

Wir sind zuversichtlich, dass wir damit einen möglichst sicheren Raum schaffen können
- darüber hinaus benötigen wir nur noch Ihre Kooperation und Solidarität.

Wenn wir mit etwas Humor an die Situation herangehen, lässt sich auch mit Freude unter diesen
Bedingungen begegnen.

Mit den besten Wünschen für Ihre Gesundheit

Ursula Härle & Gunther Schmidt