

Raum für Gesundheit 2.0

Wie gehen wir mit der Corona Situation im Herbst und Winter um?

Wir haben es in Offenbach erleben müssen: die Fallzahlen können schnell steigen und unser aller Leben einschränken. Dennoch müssen wir lernen, bestmöglich mit dem Virus umzugehen, gerade jetzt wo der Herbst 🍂 an die Tür klopft und das Leben wieder zunehmend in den Häusern stattfinden wird.

Es ist mittlerweile wissenschaftlicher Konsens, dass sich das Virus neben der Tröpfcheninfektion überwiegend durch Aerosole zu übertragen scheint. Als Aerosole bezeichnet man die feinste Verteilung schwebender fester oder flüssiger Stoffe in Gasen, besonders in der Luft (z. B. Rauch, Nebel).

Wir haben uns intensiv Gedanken gemacht, wie wir ein optimales Umfeld unter diesen Gegebenheiten schaffen können.

Unser Konzept:

Neben den weiterhin gültigen Regeln zur

- **Maskenpflicht**, einem
- **strengen Hygieneplan** bezüglich Desinfektion und der Umsetzung der
- **Abstandsregelungen** durch unser innovatives
- **Kontaktloses Screening der Körpertemperatur** zu Beginn jeder Übungseinheit schafft Sicherheit, dass nur Sporttreibende in körperlich gesunder Verfassung teilnehmen.
- **ampelgesteuertes Zutrittssystem**, das verhindert, dass es zu einer „Nadelöhrbildung“ im Eingangsbereich kommt, ist der Raum mit einem
- **Luftreiniger** der Fa. Dinno innovative ausgestattet. Diese verfügen über hocheffiziente Filter, die in der Lage sind, Viren aus der Raumluft herauszufiltern und zu vernichten.
- **CO₂-Monitoring**, um mittels eines Ampelsystems die Qualität der Raumluft festzustellen. Ein erhöhter CO₂ Gehalt begünstigt die Aerosolübertragung und dem wirken wir damit entgegen.
- **Ein Lüftungskonzept** wird dann dafür sorgen, dass die Luft im Raum stets im bestmöglichen Bereich liegt.
- **Optimierung der Raumausstattung** angepasst an die Corona-Situation
- **Anpassung der Anzahl der Teilnehmenden**

Unsere Maßnahmen im Einzelnen:

1. Maskenpflicht

Im gesamten Gebäude Von-Brentano-Str. 14 besteht ab dem Betreten Maskenpflicht. Dies gilt ebenso, wenn der Raum für Gesundheit betreten wird. Alle Gruppenteilnehmer sind verpflichtet bis zu ihrem Übungsplatz Maske zu tragen. Danach dürfen die Masken abgenommen werden. Beim Verlassen des Raums und Gebäudes gilt die Maskenpflicht analog.

2. Hygieneplan

In regelmäßigen Intervallen werden alle wesentlichen Kontaktflächen (Türklinken, etc.) desinfiziert. Alle benutzten Gegenstände werden nach Gebrauch desinfiziert.

3. Abstandsregelung

Durch gut sichtbare Bodenmarkierungen werden die Übungsplätze markiert. Der Mindestabstand wird so optisch dargestellt.

4. Screening der Körpertemperatur

Bevor der Trainer die Übungsstunde beginnt, wird bei den Teilnehmenden ein kontaktloses Screening der Körpertemperatur durchgeführt. Das Thermometer ist mit einem Ampelsystem ausgestattet. Nur bei Körpertemperatur im grünen Bereich ist eine Teilnahme möglich.

5. Ampelgesteuertes Zutrittssystem

Bedingt durch die räumlichen Gegebenheiten ist es erforderlich, den Gruppenwechselprozess zu steuern. Daher wird den Wartenden Teilnehmern bereits im Vorraum farblich angezeigt (grün= betreten möglich / rot= bitte noch warten) angezeigt, ob der Raum betreten werden darf. Die Teilnehmenden sollen gehalten werden, nicht zu früh zur Übungsstunde zu erscheinen.

6. Optimierung der Raumausstattung

Aufgrund der einschlägigen Hygienevorgaben werden die Teilnehmenden gebeten bereits in Sportbekleidung zur Übungsstunde zu erscheinen. Daher wird der Umkleidebereich weitestgehend aufgelöst und nur eine Jackenaufhängemöglichkeit neu geschaffen. Möbelstücke und Halterungen, die nicht benötigt werden, werden aus dem Raum entfernt.

Dadurch wird zusätzliche Grundfläche gewonnen und die Abstandsregeln können noch leichter umgesetzt werden.

7. Anpassung der Anzahl der Teilnehmenden

Den Abstandsregelungen geschuldet wird die maximale Zahl der Teilnehmenden begrenzt

8. CO₂-Monitoring

Im Raum befindet sich ein CO₂ Messgerät, das kontinuierlich den CO₂ Gehalt in der Raumluft misst. Auch dieses Messgerät funktioniert wie eine Ampel. Bei „gelb“ sollte gelüftet werden. (siehe Lüftungskonzept)

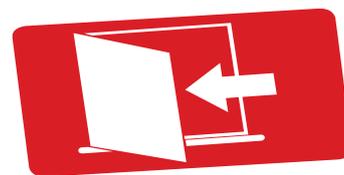
Link: <https://www.youtube.com/watch?v=clhGUbQz6tI&list=PLtoZclWiPs3lhgdLlrgq-7jYQRO8jnu2a&index=3&t=0s>

9. Lüftungskonzept

Unser Lüftungskonzept bezieht sich auf Vorgaben der Berufsgenossenschaften, die in Deutschland für den Arbeitsschutz zuständig sind und wurden punktuell auf den Raum für Gesundheit und seiner technischen Ausstattung angepasst und verschärft.

Lüftungstechnische Maßnahmen

Regelmäßiges Lüften dient der Hygiene und fördert die Luftqualität. Durch das Lüften wird die Zahl möglicherweise in der Luft vorhandener erregerehaltiger feinsten Tröpfchen (Aerosole) reduziert.



Um die Infektionsgefahr mit SARS-CoV-2 zu verringern, ergreifen wir folgende Maßnahmen bezüglich der Lüftung von Fitnessräumen.

Natürliche Lüftung (geöffnete Fenster)	Erläuterung
So viel Außenluft wie möglich in genutzte Räume, Gänge, Wartebereiche, etc. einbringen	Die Menge der benötigten Außenluft richtet sich nach der Personenzahl.
Räume vor der Benutzung morgens mindestens 15 Minuten lüften.	
In Räumen ohne technische Lüftung sollten die Fenster wesentlich mehr bzw. öfter als üblich geöffnet werden.	<p>Je nach örtlichen Verhältnissen: entweder Dauerlüftung, am besten quer durch den Raum oder Stoßlüftung (<i>unter Stoßlüftung wird ein kurzzeitiger, intensiver Luftaustausch verstanden</i>), mindestens nach jeder Behandlungseinheit erfolgen. Unterstützt wird dieser Vorgang durch den Einsatz eines Ventilators, der im Fenster aufgestellt wird.</p> <p>Dauer:</p> <p>Frühjahr/Herbst 5 min Sommer 10 min Winter 3 min</p>
Technische Lüftung (Luftreiniger)	Erläuterung
Luftreiniger sollen sich im Dauerbetrieb befinden	Kein Ausschalten der Geräte nach Beendigung des Praxisbetriebs.
Beim Filterwechsel den Schutz des Personals sicherstellen	<p>Aus Sicherheitsgründen wird der Filterwechsel ausschließlich durch den Praxisinhaber und eingewiesene Mitarbeitende vorgenommen.</p> <p>Beim Filterwechsel sind Handschuhe und Atemschutz zu tragen. Entsorgung der gebrauchten Filter in fest verschlossenen Beuteln.</p>
CO ₂ -Ampeln beachten	In Räumen mit CO ₂ Ampeln (erhöhter CO ₂ Gehalt = Risikosituation) ist bei Verschlechterung des Werts sofort (<i>soweit möglich</i>) eine Stoßlüftung durchzuführen. Dafür ist die Behandlung ggf. kurzzeitig zu unterbrechen.

10. Luftreiniger

Im Raum für Gesundheit kommt als Schlüsseltechnik ein Luftreiniger der Fa. Dinnovative aus Kaiserslautern zum Einsatz:

PRODUKTBESCHREIBUNG VON HERSTELLERSEITE:

LR-500-M Starker Luftreiniger mit verstärktem Schutz vor Bakterien und Viren

Für große Räume

**Büro, Praxis, Hotel, Kantine, Wohnung, Gemeinschaftsräume, Industrie, Gewerbe,
Luftreiniger LR 500**

Starker, extra leiser Absorber

Luftdurchsatz: 50-500m³/h stufenlos regelbar. Laufgeräusch: 18-36dBA

Durch den Einsatz von 4 Axiallüftern ist der Luftdurchsatz über die ganze Fläche konstant verteilt. Die hohe Absaugleistung ermöglicht den Einsatz in großen Räumen. Doppelte Filter für maximale Filterleistung.

Leistungsaufnahme nur 13 Watt (entspricht A++)

Luftdurchsatz: 500m³/h Laufgeräusch: 18-34dBA Gehäuse: Metall, Maße: 300x270x110mm. Ideal auch für Arztpraxen und Kliniken. Geeignet für Dauerbetrieb.

Filterwirkung:

Das neu entwickelte Biologische Spezialfilter ist das erste Filtermaterial das Formaldehyd und viele andere Schadstoffe biologisch abbauen kann. Angereichert mit natürlichen Extrakten aus Schafwolle. Kombiniert mit einem Feinstaubfilter HEPA (gegen Tonerstaub, Pollen usw), und richtig mit Silber und Kupfer beschichtet (keine billigen Ionen) als Ding-Filter + hochwirksame Aktivkohle. Der patentierte Ding-Filter vernichtet als einziger Luftreiniger dauerhaft Viren, Bakterien und Pilzsporen die sich im Filter ansammeln, sogar multiresistente Keime. **Gibt kein schädliches Ozon ab. Keine Glasfasern. Keine zusätzliche Belastung durch nicht gesicherte Verfahren. Nur natürliche Wirkstoffe. Kein Elektrosmog.**

Sehr wirksam auch gegen Bakterien, Viren, Milben, Schimmel, Pollen, Zigarettenrauch, Tierhaare.

Ausgezeichnet beim INDUSTRIEPREIS 2017- Innovationspreis Rheinland-Pfalz 2018 - Nominiert für den Großen Preis des Mittelstandes

Der von Dinnovative entwickelte und patentierte Ding-Filter eliminiert Viren, Bakterien und Schimmelporen in hoher Effizienz. In China wurde der Luftfilter jetzt erfolgreich ebenfalls auf die Abtötung des SARS-CoV-2 Virus (COVID-19) im BSL3-Labor in ILAS (Chinese Academy of Medical Science) getestet. Innerhalb von nur einer Stunde wurden 99,9% der Corona-Viren beseitigt.

Der Dinnovative Luftfilter ergänzt die bestehenden Hygiene-Maßnahmen, das Infektionsrisiko in Räumen und Büros zielgerichtet zu minimieren. Für eine breite Nutzung ist dieser in verschiedenen Ausführungen für Atemschutzmasken, Luftreiniger und Klimaanlage verfügbar. In China wird der Ding-Filter bereits erfolgreich in Atemschutzmasken und Luftfiltern eingesetzt.

Der Luftfilter von Dinnovative verfügt über eine spezielle, patentierte Kupfer-Oberfläche, enthält keine chemischen Biozide und ist damit in der Nutzung für die Gesundheit in jeder Beziehung unbedenklich.

Das Corona-Virus SARS-CoV-2 wird in erster Linie über die Luft von Mensch zu Mensch beim Husten und Niesen sowie über Aerosole beim Sprechen übertragen. Befinden sich mehrere Personen in einem Raum, im Büro, Restaurant bis hin zum Klassenzimmer, können Luftreiniger mit eingesetztem Ding-Filter damit das Ansteckungsrisiko wesentlich verringern.

Die Dinnovative GmbH aus Kaiserslautern entwickelt und produziert innovative Spezialfilter und Luftreiniger für verschiedene Anwendungen. Basis dessen ist der inzwischen international zum Patent angemeldete Ding-Filter, der die angesaugte Raumluft effizient von Viren, Bakterien und Schimmelsporen befreit.