

COVID-19-Präventionskonzept für Achtsame Bewegung als Training in regelmäßigen Veranstaltungen im Rahmen der Linzer Jam, genannt „Jam in Red“

29. 9. 2020

Erklärung

Der Name „Jam in Red“ ist ein Wortspiel und die Erklärung lautet wie folgt:

Jam – aus dem Musikbereich: Eine Jam ist ein offener Raum in dem mehrere Musiker gemeinsam immer wieder Strukturen finden, sich finden im gemeinsamen Musizieren und Spielen ohne Noten oder Dirigenten. Das Zusammenfinden, improvisieren, die achtsame Präsenz im Jetzt, das nennt man jammen, die Zusammenkunft dann Jam. **Red** ist die Abkürzung für Redsapata, die Räumlichkeiten der Tanzfabrik Linz, in welchen diese Zusammenkünfte stattfinden.

Im englischen würde man dann sagen: **Jam in Redsapata** ...

Wie und wie oft

Die Treffen finden regelmäßig statt, ca alle drei Wochen, je nach terminlicher Verfügbarkeit manchmal sind zwei, manchmal auch vier Wochen Pause.

Die regelmäßigen Trainings der Jam in Red sind für die TeilnehmerInnen (in der Folge TN genannt) eine Art Spielwiese für das Leben, den Alltag, den Berufsalltag. Das intensive, bewusste Sein im Hier und Jetzt, der Fokus darauf und das Zoomen in den Augenblick, die Verlangsamung der Bewegung und die Achtsamkeit in welcher dieses passiert bringt die TN in Kontakt mit einer inneren Führung, einem Bewusstsein und einem Gefühl von „geführt zu sein“.

Es ist empfehlenswert, wenn diese Art von Führung in unserer hektischen Zeit immer wieder gesucht und gefunden wird, ja regelmäßig trainiert wird. Auf der Veranstaltung selbst wird den TN die Möglichkeit geboten durch Anleitung in diese Führung zu kommen, diese wahrzunehmen und sich mit dieser Führung den Abend hindurch bewegen zu lassen. Dabei wird der äußere Rahmen gut spür- und sichtbar, denn innere Führung bedeutet nicht Chaos und Anarchie, sondern ist von Respekt für das ganze Umfeld, den jeweiligen Rahmen getragen und orientiert sich an diesem.

Übergeordnete Struktur

Dieses Präventionskonzept orientiert sich an der Zusammenfassung der WHO zu verfügbarer wissenschaftlicher Literatur darüber wie sich das Coronavirus SARS-CoV-2 ausbreitet und welche Implikationen das für Präventionsmaßnahmen hat, sowie an §8 der COVID-19-Maßnahmen, der die gesetzlichen Rahmenbedingungen für die Ausübung von Kontaktsportarten vorgibt. Außerdem werden die bisher noch nicht rechtlich verankerten Empfehlungen der „Corona-Ampel“ (<https://corona-ampel.gv.at>) eingehalten, sowie die entsprechenden Gesetze, sobald diese bekannt sind und Geltung erlangen.

Wer und Was

Es wurde verfasst von der Gruppe, die sich seit mehreren Jahren um die praktische Durchführung der Linzerjam – im Folgenden “Jam-Team“ genannt – kümmert. In Folge werden die einzelnen Maßnahmen im Detail beschrieben. Zusammengefasst sind die wesentlichsten Maßnahmen die Einteilung des Raumes in Sektoren die gut sichtbar voneinander abgetrennt sind, dadurch fällt das Durchmischen der TN weg, sowie das Führen von TN-Listen um im Fall, dass ein TN erkrankt, Contact Tracing zu ermöglichen. Zusätzlich klar definierte Abläufe wie im Falle einer Erkrankung oder eines Verdachts vorzugehen ist.

Organisatorische Maßnahmen:

Es werden alle TN über das Präventionskonzept informiert. Die TN-Zahl wird je nach Anmeldungen auf maximal 3 x 10 Personen in abgetrennten Sektoren beschränkt. (Raumgröße der Trainingshalle ca 200 m².) Die einzelnen TN haben also nur in einer 10-er Gruppe Kontakt, sodass ein Durchmischen wegfällt. Für Live-Musiker gibt es einen eigenen Sektor. Live Musik wird über die bestehende Tonanlage frei improvisiert, die MusikerInnen können einen großen Abstand einhalten. Es ist möglich im jeweiligen Sektor akustisch Musik zu machen. Sektoren sind gekennzeichnet mit A, B, C, M und werden den TN zugeordnet.

Es werden TN-Listen mit Vor- und Nachname, Emailadresse und Telefonnummer geführt. Diese werden ausschließlich verwendet um im Falle einer Ansteckung ContactTracing zu ermöglichen und nach 30 Tagen gelöscht, wenn nicht mehr benötigt.

Alle TN melden sich vor der Jam an.

Jede*r ist angehalten ihren/seinen eigenen Gesundheitszustand genau im Auge zu behalten und nur zur Jam zu kommen, wenn er/sie sich vollständig gesund fühlt und frei von jeglichen Krankheitssymptomen ist. Auch Personen mit erhöhtem Risiko angesteckt worden zu sein (zum Beispiel aufgrund von Fällen bei Kontaktpersonen oder kürzlichen Reisen in Risikogebiete) oder mit noch ausständigem Testergebnis sollen nicht zur Jam kommen. Die Vorgaben der Corona-Ampel (<https://corona-ampel.gv.at>), und der damit verbundenen Gesetze und Verordnungen werden eingehalten.

Hygienemaßnahmen Vor- und Nacharbeit, Aufklärung:

Um für die Minimierung des Ansteckungsrisikos zwischen anderen Raumnutzern im Redsapata und den Teilnehmern der Jam, in beide Richtungen, Minimierung des Ansteckungsrisikos zwischen Jam-Teilnehmern zu sorgen, werden die auch sonst innerhalb von Redsapata geltenden Hygienemaßnahmen eingehalten:

Nach dem Training werden die Räume nach den Hygienemaßnahmen von Redsapata gereinigt: Tür- und Fensterklinken, Boden wird gewischt. Raum wird gelüftet.

Außerdem sind natürlich alle TN angehalten nur teilzunehmen, wenn sie sich vollständig gesund fühlen.

Hygienemaßnahmen direkt bei Veranstaltung

1m Abstand, sowie Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes beim Betreten des Einganges, den Gängen und WCs etc. Beim Eingang zum Raum befindet sich ein Händedesinfektionsspender.

Handhygiene und Nießetikette.

Es wird darauf geachtet dass immer genügend Seife in den Waschräumen verfügbar ist.

Die TN werden auf gewohnte Hygieneregeln hingewiesen.

Das Training findet entweder bei offenen Fenstern statt bzw. wird der Raum alle 30 Minuten stossgelüftet.

Vorgehen beim Auftreten einer COVID-19-Infektion, Vorgehen bei bestätigten Fällen:

Personen welche positiv auf COVID-19 getestet wurden müssen dies unverzüglich telefonisch dem „JamTeam“ melden und bis auf weiteres dem Training fernbleiben.

Das „JamTeam“ informiert die restlichen TN, die mit der Gesundheitsbehörde Kontakt aufnehmen um mit dieser die weiteren Schritte zu klären. Alle TN sowie das „Jam Team“ müssen bei einem bestätigten Fall für die nächsten zwei Wochen dem Training fern bleiben. Das „Jam Team“ informiert Redsapata über einen bestätigten Fall und bleibt in Kontakt über den weiteren Verlauf.

Vorgehen bei Verdachtsfällen:

TN, bei denen der Verdacht auf Ansteckung mit COVID-19 vorliegt

(z.B. wegen bestätigtem Fall bei einer Kontaktperson oder aufgrund von Symptomen),

melden dies ebenfalls unverzüglich dem „Jam Team“ und lassen sich so bald wie möglich testen. Sollte sich das Testergebnis länger als 2 Tage verzögern, informiert das „Jam Team“ auch aufgrund des bloßen Verdachts die anderen TN.

Nach Ermessen möglicherweise auch früher.