

Vorlage Trainingsplan Willisau

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
07:00-07:40	Abfahrt 07:00	Morgen Fitness	Morgen Fitness	Morgen Fitness	Morgen Fitness
08:15-08:45	Testen	Morgenessen	Morgenessen	Morgenessen	Morgenessen
08:45-09:00		Küchendienst	Pause	Pause	Pause
09:00-09:30	Anreise	3. Training	5. Training	7. Training	9. Training / Plauschturnier
09:30-10:00					
10:00-10:30	Spiel / Training	Spiel / Training	Leitermatch - Junioren		
10:30-11:00				2. Training	Trainingsspiel
11:00-11:30	Bezug Unterkunft	Trainingsspiel	Trainingsspiel		
11:30-12:00				Mittagessen (12:30)	Mittagessen
12:15-13:15	Pause	Küchendienst	Pause	Pause	Pause
13:30-14:00	2. Training	4. Training	6. Training	8. Training	Packen und Lagerrückblick
14:00-14:30					Badeplausch / Training / Spiel im Freien
14:30-15:00	Badeplausch	Pause	Nachtessen	Nachtessen	
15:00-15:30					Nachtessen
15:30-16:00	Pause	Nachtessen	Nachtessen	Nachtessen	
16:00-16:30					Nachtessen
16:30-17:00	Training / Abendprogramm	Training / Abendprogramm	Bunter Abend (gemeinsames Abendprogramm)	Besuch Trainingsspiel Fanion Team HSG Leimental (Damen oder Herren)	
17:00-17:30					Nachtruhe
17:30-18:00	Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe	
18:00-19:00					Nachtruhe
19:00-19:30	Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe	
19:30-20:00					Nachtruhe
20:00-20:30	Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe	
20:30-21:00					Nachtruhe
21:00-21:30	Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe	
21:30-22:00					Nachtruhe
22:00-22:30	Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe	
22:30-23:00					Nachtruhe
23:00-23:30	Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe	
23:30-07:00					Nachtruhe

Trainer					
Trainer					
Trainer					
Trainer					

Rahmenvorgaben für Lager im Kultur-, Freizeit- und Sportbereich

Grundsätze

Lager bieten für Kinder und Jugendliche einen wichtigen Ausgleich, leisten einen Beitrag an ihre Entwicklung und sind möglicherweise ein Jahreshöhepunkt. Es ist daher wichtig, dass auch in dieser Krisenzeit Lager durchgeführt werden können.

Das vorliegende Dokument zeigt auf, wie Lager im Kultur-, Freizeit- und Sportbereich im Rahmen der geltenden, übergeordneten Schutzvorschriften stattfinden können. Das Bundesamt für Sport (BASPO) hat in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Gesundheit (BAG), dem Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV) und dem Bundesamt für Kultur (BAK) Rahmenvorgaben verfasst, die für die Erarbeitung von spezifischen Lagerschutzkonzepten gelten. Für Schullager gelten die spezifischen Vorgaben der Schulen gemäss Schulträger resp. Behörden.

In einem Lager sind Gruppen über die längere Zeit unter sich, haben fast keinen Kontakt zur Aussenwelt, aber viel Kontakt unter sich. Es ist daher darauf zu achten, dass möglichst niemand mit einer Covid-Erkrankung teilnimmt. Tests vor Beginn des Lagers minimieren dieses Risiko. Weil der notwendige Abstand zwischen den Teilnehmenden in einem Lager nicht ständig eingehalten werden kann, gilt es, Kontaktangaben zu erfassen zwecks Identifizierung und Benachrichtigung von Teilnehmenden, die engen Kontakt zu einer allfällig erkrankten Person hatten. Diese Kontaktangaben können auf Antrag von der zuständigen kantonalen Stelle eingefordert werden. Zudem muss die Lagerorganisation eine verantwortliche Person bezeichnen.

Aktuell die sicherste und sinnvollste Art Lager durchzuführen ist bei Teilnehmenden ab 12 Jahren vor Lagerbeginn ein Covid Zertifikat zu verlangen. Ab 16 Jahren gilt Zertifikatspflicht (Ausnahme Schullager im Klassenverband, wo die Schule oder der Kanton über die Vorgaben entscheidet).

Ziel

Ziel ist es, Kultur-, Freizeit- und Sportlager unter Einhaltung der gesundheitlichen/epidemiologischen Vorgaben des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) zu ermöglichen. Dabei gilt es, Ansteckungen zu vermeiden sowie allfällige Übertragungsketten des Coronavirus möglichst schnell zu unterbinden.

Zuständigkeiten

Jede Organisation muss die hier vorliegenden Rahmenvorgaben für die Erstellung ihres eigenen Lagerschutzkonzepts konsequent umsetzen. **Die Verantwortung der Einhaltung aller Rahmenvorgaben liegt bei der Lagerleitung.**

Zentral ist, dass die Rahmenvorgaben für Kultur-, Freizeit- und Sportlager vollständig, wiederholt und klar vor und während dem Lager allen Beteiligten kommuniziert werden. Nur so werden die Lagerteilnehmenden die Massnahmen mittragen und einhalten.

Die Organisatoren sind selber verantwortlich, ein geeignetes Schutzkonzept zu erstellen und einzuhalten, welches die geltenden Vorgaben des Bundes und allfällige restriktivere Vorgaben der Kantone (ausschlaggebend ist der Kanton, in welchem das Lager stattfindet) berücksichtigt. Wichtig ist dabei eine enge Abstimmung mit den Schutzkonzepten der Infrastrukturanbietenden (Lagerhausverwaltungen, Zeltplätzen, Sportinfrastrukturen u. a.).

An- und Abreise zum Lagerort

Bei Nutzung des öffentlichen Verkehrs gelten die publizierten Verhaltensregeln. Bei Gruppentransporten in Fahrzeugen gilt eine Maskenpflicht, wobei Kinder unter 12 Jahren ausgenommen sind.

Rahmenvorgaben

Diese Rahmenvorgaben dienen der Eindämmung des Coronavirus im Kontext von Kultur-, Freizeit- und Sportlagern:

Covid-Zertifikat

Ab 16-Jahren: Für alle Teilnehmenden und Leitenden ab 16 Jahren gilt eine **Zertifikatspflicht** (geimpft, genesen, getestet). Die Kursleitenden sind verpflichtet, das Zertifikat zu Beginn des Lagers von allen Teilnehmenden zu überprüfen. Ausnahme sind Schullager im Klassenverband, wo der Kanton oder die Schule über allfällige Vorgaben entscheidet.

Testen vor dem Lager

Unter 16 Jahren: Es wird dringend empfohlen, alle Teilnehmenden (Ausnahme Geimpfte oder Genesene) im Vorfeld eines Lagers zu testen. Testungen können durch gepoolte Speichel-PCR-Tests oder Antigen-Schnelltest unter Fachanwendung durchgeführt werden. Das genaue Testverfahren sollte nach kantonalen Vorgaben erfolgen bzw. mit deren Behörden abgesprochen sein.

Testen während oder am Ende des Lagers

Bei erhöhter Übertragungswahrscheinlichkeit (z. B. viel Aktivität drinnen, Chöre etc.) ist eine weitere Testung während oder am Ende des Lagers empfohlen. Im Falle eines positiven Testergebnisses ist der Kantonsarzt des Wohnorts der positiv getesteten Person zu informieren. Er entscheidet, wer nach Kontakt mit der infizierten Person in Quarantäne gehen muss.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO
Bundesamt für Gesundheit BAG
Bundesamt für Sozialversicherungen BSV
Bundesamt für Kultur BAK

Verhaltensregeln/Empfehlungen

Hygieneregeln: Die aktuell geltenden Hygieneregeln des BAG sollen eingehalten werden: Regelmässiges, gründliches Händewaschen, keine Hände schütteln, keine Körperkontakte u. a.

Abstand halten: Wo möglich und sinnvoll, soll insbesondere in Innenräumen Abstand eingehalten werden. Bei Schlafräumen ist auf einen möglichst grossen Abstand zwischen den besetzten Betten zu achten. Beim Essen muss keine maximale Anzahl Personen pro Tisch eingehalten werden (ausser allenfalls bei Restaurant-Besuchen).

Lüften: Bei Indoor-Aktivitäten wie auch in Schlafräumen ist auf eine regelmässige und effektive Durchlüftung zu achten.

Maskenpflicht: Die Maskenpflicht ist im öffentlichen Raum (öffentlicher Verkehr, Einkaufsläden etc.) einzuhalten. Für die Lagertätigkeiten gilt keine Maskenpflicht.

Beständige Gruppe: Das Lager besteht grundsätzlich aus einer gleichbleibenden Gruppe. Es wird empfohlen, zu Beginn des Lagers sinnvolle Teilgruppen zu definieren, welche während der gesamten Lagerdauer Aktivitäten und Mahlzeiten gemeinsam durchführen, sich aber möglichst nicht mit anderen Teilgruppen mischen sollen. Das gilt auch für die Belegung im Schlafsaal. Teilgruppen erleichtern bei einer COVID-Infektion die Nachverfolgung möglicher Ansteckungen sicherzustellen.

Weitere Vorgaben

Kontakt- und maximale Teilnehmerzahl: Die maximale Anzahl Teilnehmende richtet sich nach den kantonal geltenden Vorschriften und hängt von den Möglichkeiten ab, welche die Infrastruktur zulässt. Teilnehmende, Lagerleitung und Begleitpersonen werden mittels digitaler Präsenzliste (z.B. Excel, nach Wohnkantonen der Teilnehmenden sortiert) erfasst, um bei einer COVID-Infektion die Nachverfolgung möglicher Ansteckungen sicherzustellen.

Krankheitssymptome: Werden während dem Lager bei Teilnehmenden, Leitungs- oder Betreuungspersonen Krankheitssymptome festgestellt, muss die betreffende Person isoliert werden. Sie muss rasch getestet werden. Bei einem positiven Testergebnis entscheidet der Kantonsarzt, welche Kontaktpersonen der infizierten Person unter Quarantäne gesetzt werden müssen. Die Lagerleitung orientiert umgehend das gesamte Umfeld über die Situation.

Lagerverantwortung und Schutzkonzept: Wer ein Lager plant und durchführt, muss eine verantwortliche Person (Lagerleitung) bezeichnen, die für die Einhaltung der geltenden Rahmenbedingungen zuständig ist und ein für das entsprechende Lager spezifisches Schutzkonzept vorlegen kann.

Version 7, Bern/Maggingen, 09.09.2021