

Aktionstag 2021

Liebe Eltern, liebe Kinder,

Anstelle eines Wochenendes in Norgaardholz, wollen wir mit euch ein paar Tage in unserem Vereinsheim verbringen. Natürlich werden wir vor Ort wieder mit einem Hygienekonzept arbeiten. Wir haben dort einige Aktionen geplant, wie zum Beispiel Boot fahren, basteln, SUP fahren, bei angemessenem Wetter vielleicht sogar baden und noch vieles mehr. Natürlich wird für Verpflegung gesorgt. Ebenfalls werden die Kinder diesmal altersbedingt getrennt, so dass man altersspezifische Aktionen durchführen kann.

Wann:

01.10.2021 bis 02.10.2021

Alter:

6 bis 15 Jahre

Kosten:

12,00 € pro Person

Ort:

Vereinsheim DLRG Flensburg, Fahrensodde 20 in 24944 Flensburg

Mitzubringen sind:

- Maske
- Eigene Trinkflasche mit Namen!
- Wetterbedingte Kleidung
- Badekleidung

Anmeldeschluss:

Sonntag 05.09.2021

Die genauen Zeiten, wann welche Altersgruppe erscheinen soll, bekommen sie nach Anmeldeschluss per Email zugeschickt.

Die Anmeldungen können auch gerne per Mail verbindlich an berit.hass@flensburg.dlr.de oder lasse.petersen@flensburg.dlr.de gesendet werden. Eine **kostenfreie** Abmeldung ist nur bis zum Anmeldeschluss möglich.

Wir freuen uns auf einen schönen Tag mit euch.

Das Team der DLRG-Flensburg

Anmeldung Aktionstag 2021

Name/Vorname: _____

E-Mail: _____

Straße: _____

Wohnort: _____

Telefon: _____

Geb.Datum: _____

Krankenkasse: _____

Ich erkläre mich einverstanden:

-dass mein/e Sohn/Tochter an dem Aktionstag teilnehmen darf, sofern hiergegen keine ärztlichen Bedenken bestehen.

-dass ich meinem Kind keine Medikamente, keinen Alkohol und keine Tabakware mitgebe.

-dass mein Kind krankenversichert ist.

-dass mein Kind Schwimmer/in ist.

-dass mein Kind unter Aufsicht baden gehen darf.

(Unterschrift der Eltern bzw. der Erziehungsberechtigten)

Auf dieser Veranstaltung werden Fotos für vereinsinterne Zwecke gemacht. Falls dies nicht erwünscht ist, bitte bei der Veranstaltungsleitung melden.

Infektionen vorbeugen:

Die 10 wichtigsten Hygienetipps

Im Alltag begegnen wir vielen Erregern wie Viren und Bakterien. Einfache Hygienemaßnahmen tragen dazu bei, sich und andere vor ansteckenden Infektionskrankheiten zu schützen.

1. Regelmäßig Hände waschen

- ▶ wenn Sie nach Hause kommen,
- ▶ vor und während der Zubereitung von Speisen,
- ▶ vor den Mahlzeiten,
- ▶ nach dem Besuch der Toilette,
- ▶ nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen,
- ▶ vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten,
- ▶ nach dem Kontakt mit Tieren.



2. Hände gründlich waschen

- ▶ Hände unter fließendes Wasser halten,
- ▶ von allen Seiten mit Seife einreiben,
- ▶ dabei 20 bis 30 Sekunden Zeit lassen,
- ▶ unter fließendem Wasser abwaschen,
- ▶ mit einem sauberen Tuch trocknen.

3. Hände aus dem Gesicht fernhalten

- ▶ Fassen Sie mit ungewaschenen Händen nicht an Mund, Augen oder Nase.



4. Richtig husten und niesen

- ▶ Halten Sie beim Husten und Niesen Abstand von anderen und drehen sich weg.
- ▶ Benutzen Sie ein Taschentuch oder halten die Armbeuge vor Mund und Nase.



5. Im Krankheitsfall Abstand halten

- ▶ Kurieren Sie sich zu Hause aus.
- ▶ Verzichten Sie auf enge Körperkontakte, solange Sie ansteckend sind.
- ▶ Halten Sie sich in einem separaten Raum auf und benutzen Sie wenn möglich eine getrennte Toilette.
- ▶ Benutzen Sie Essgeschirr oder Handtücher nicht mit anderen gemeinsam.



6. Wunden schützen

- ▶ Decken Sie Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab.

7. Auf ein sauberes Zuhause achten

- ▶ Reinigen Sie insbesondere Küche und Bad regelmäßig mit üblichen Haushaltsreinigern.
- ▶ Lassen Sie Putzlappen nach Gebrauch gut trocknen und wechseln sie häufig aus.



8. Lebensmittel hygienisch behandeln

- ▶ Bewahren Sie empfindliche Nahrungsmittel stets gut gekühlt auf.
- ▶ Vermeiden Sie den Kontakt von rohen Tierprodukten mit roh verzehrten Lebensmitteln.
- ▶ Erhitzen Sie Fleisch auf mindestens 70 °C.
- ▶ Waschen Sie Gemüse und Obst gründlich.

9. Geschirr und Wäsche heiß waschen

- ▶ Reinigen Sie Ess- und Küchenutensilien mit warmem Wasser und Spülmittel oder in der Spülmaschine.
- ▶ Waschen Sie Spüllappen und Putztücher sowie Handtücher, Waschlappen, Bettwäsche und Unterwäsche bei mindestens 60 °C.



10. Regelmäßig lüften

- ▶ Lüften Sie geschlossene Räume mehrmals täglich für einige Minuten.