

Liebe Besucherinnen und Besucher unseres Begegnungszentrums,

wir freuen uns, dass Ihnen unsere Programme so gut gefallen und wir viele Gäste bei uns willkommen heißen dürfen! Gerne sind wir weiter für Sie da – auch wenn immer noch Hygieneregeln einzuhalten sind. Unter anderem sind die Angebote nach wie vor in der Teilnehmerzahl beschränkt, und es muss der Mindestabstand von zwei Metern eingehalten werden. Bitte halten Sie sich an diese Maßnahmen! Zu Ihrem eigenen Schutz und dem aller anderen Besucherinnen und Besucher. Denken Sie daran: Wir halten zusammen – mit Abstand!

Schützen Sie sich selbst – und andere!

- **Anmeldungen:** Bitte melden Sie sich zu unseren Programmangeboten an. Auch wenn es nicht mehr zwingend erforderlich ist, hilft es uns bei der Planung, und Ihnen gibt es die Sicherheit, einen Platz zu erhalten. Die Telefonnummern finden Sie auf der Rückseite, bei einzelnen Veranstaltungen direkt nebenstehend.
- **Mund und Nase bedecken:** Wir empfehlen Ihnen, in unseren Einrichtungen, einen Mund-Nasen-Schutz zu tragen. So schützen Sie sich und andere.
- **Abstand halten:** Achten Sie auf den Mindestabstand von zwei Metern zu anderen Personen und folgen Sie den Abstandsmarkierungen.
- **Händekontakt vermeiden:** Auf das Händeschütteln verzichten wir – und sind gerade deshalb sehr höflich.
- **Hände regelmäßig waschen und desinfizieren:** Am Eingang steht Desinfektionsmittel zur Verfügung – ansonsten ist häufiges Händewaschen wichtig.
- **Richtig husten und niesen:** in die Armbeuge und nicht in die Hand, bitte! Und nach dem Naseputzen: Händewaschen nicht vergessen!
- **Umkleiden zu Hause:** Kommen Sie zu unseren Sport- und Bewegungsangeboten bitte bereits in passender Kleidung, Sie können sich bei uns zurzeit leider nicht umziehen! Bitte tragen Sie hier eine Mund-Nasen-Bedeckung.
- **Keine Teilnahme mit grippeähnlichen Symptomen:** Sie können nicht an unserem Programm teilnehmen, wenn Sie z. B. unter Fieber (über 38 °C), Halsschmerzen, Husten oder anderen grippalen Symptomen leiden sollten.

Sie gehören zur
Risikogruppe?
**Telefontermine sind
möglich!** Rufen Sie
uns einfach an.