



Schweizer  
Paraplegiker  
Vereinigung

Association  
suisse des  
paraplégiques

Associazione  
svizzera dei  
paraplegici

Swiss  
Paraplegics  
Association

#### Direktion

Laurent Prince, Direktor

#### Kontaktperson

Arbeitsgruppe Coronavirus

Telefon +41 41 939 54 00

E-Mail [spv@spv.ch](mailto:spv@spv.ch)

An

alle Aktivmitglieder, TK-Mitglieder  
und Vorstände  
der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung

Nottwil, 30. Oktober 2020  
ZD/VENA

## Informationen Coronavirus

Liebe Mitglieder der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung

Gerne informieren wir Sie regelmässig mit aktuellen Informationen und Empfehlungen rund um das Thema Coronavirus.

### 1. Allgemeines Verhalten

Am 28. Oktober erliess der Bundesrat neue Massnahmen. Die wichtigsten Empfehlungen daraus sind die folgenden:

1. Treffen Sie so wenig Menschen wie möglich. An privaten Veranstaltungen sind maximal 10 Personen zulässig, an kulturellen oder sportlichen Vereinsaktivitäten maximal 15. Damit sind die meisten Aktivitäten der Rollstuhlclubs und der SPV nicht in der geplanten Form möglich.
2. Arbeiten Sie wenn möglich im Homeoffice
3. Halten Sie weiterhin Distanz- und Hygienemassnahmen ein.

### 2. Kulturelle Aktivitäten

Kulturelle Aktivitäten drinnen dürfen mit maximal 15 Personen mit Maske und Einhaltung des Abstands durchgeführt werden.

Unter dieser Voraussetzung empfehlen wir, keine Advents-, Weihnachts- oder Jahresendveranstaltungen seitens Club als Präsenzveranstaltung durchzuführen, auch wenn diese im kleinen Rahmen geplant wären.

Ebenso sind die Tätigkeiten von Laien-Chören (auch von Weihnachts-Chören) verboten.

### Ausflüge

Wir raten zudem, grössere Clubausflüge zu annullieren. Sollten Sie in der Gruppe einen Herbst- oder Weihnachtsmarkt besuchen oder eine Herbstwanderung geplant haben, halten Sie sich dringend an die obligatorische Maskenpflicht im Aussenbereich, wo Abstandhalten nicht möglich ist. Tragen Sie auch auf dem Hin- und Rückweg im Auto mit mehreren Personen, im Car oder öV eine Maske.

### Reisebestimmungen

Das BAG gibt zurzeit keine Empfehlung für Reisen in verschiedene Staaten. Informieren Sie sich deshalb vor Ihrer Ausreise über die [Bestimmungen des Einreiselandes](#).

Bitte informieren Sie sich vor und während ihrer Reise über die [aktuellen Quarantänebestimmungen](#), die Sie bei der Wiedereinreise in die Schweiz erwarten. Auch mit negativem Testergebnis gelten die Quarantänebestimmungen.

### **Abteilung Kultur und Freizeit**

In der Woche vom 9. November 2020 veröffentlicht die SPV den Reisekatalog «ParaReisen 2021». Ob und in welcher Form die Reisen stattfinden, wird situativ abgeklärt. Für die ersten Auslandsreisen (Ausnahme Badeferien) sind alternative Gruppenreisen in der Schweiz geplant. Anmeldungen nehmen wir gerne entgegen und stehen für die Beratung telefonisch oder per Videokonferenz zur Verfügung.

Die Abteilung Kultur und Freizeit annulliert ihrerseits diese Anlässe:

- Fototreff vom 8.11.2020
- Lotto vom 30.1.2021 (wird in den April 2021 verschoben)
- sämtliche Schulungstage für Freiwillige für den Bereich Reisen im 2020
- offenes Singen (bis auf weiteres)

## **3. Sport**

### **Breitensport**

*Sportaktivitäten von Kindern und Jugendlichen bis zum 16. Lebensjahr:*

Keine Einschränkungen von Trainings, weder im Innen- noch Aussenraum. Jedoch sind Wettkämpfe untersagt, dies angesichts der damit einhergehenden vielen Kontakte und der oftmals anwesenden Eltern.

*Sportaktivitäten von Einzelpersonen oder in Gruppen bis maximal 15 Personen (inkl. Leiterpersonen) ab dem 16. Lebensjahr:*

Es sind nur Sportarten ohne Körperkontakt erlaubt. Einzeltrainings oder Techniktraining ohne Körperkontakt (z.B. Basketball, Rugby, Powerchair Hockey, Kampfsport, Tanzsport) sind erlaubt.

RSS empfiehlt: Sportarten mit Körperkontakt können ihre Trainings anpassen und damit Einzeltrainings oder Techniktraining ermöglichen. Dies unter Einhaltung der Vorgaben bzgl. Maskenpflicht und/oder Einhaltung Mindestabstand (siehe folgender Abschnitt).

In Innenräumen von öffentlich zugänglichen Einrichtungen sind Sportaktivitäten erlaubt, sofern eine Maske getragen und der Abstand (1,5 Meter) eingehalten wird (z.B. Badminton, Tischtennis, Yoga, Pilates, Fitnesszentrum usw.). In grossen Räumlichkeiten (z.B. Tennishallen, Hallenbäder, Säle) kann auf das Tragen einer Maske verzichtet werden, sofern genügend Raum vorhanden ist (mindestens 15 m<sup>2</sup> pro Person / 4 m<sup>2</sup> bei stationären Sportarten wie Yoga).

Im Freien sind Sportaktivitäten erlaubt, wenn eine Maske getragen oder der Abstand eingehalten wird (z.B. Handbike). Ebenso ist Rennrollstuhl, Langlauf, etc. als Einzelperson oder in Gruppen jederzeit möglich, falls der Abstand eingehalten oder eine Gesichtsmaske getragen wird.

### **Leistungssport**

Im Leistungssport sind Trainings und Wettkämpfe erlaubt. Dies unter den Voraussetzungen, dass die Sportlerinnen und Sportler dem nationalen Kader eines Sportverbands angehören (gemäss Vorgaben Swiss Olympic) und entweder als Einzelpersonen, in Gruppen von maximal 15 Personen oder als beständige Wettkampfteams trainieren.

RSS: Trainings und Wettkämpfe sind für Sportlerinnen und Sportler des nationalen Kaderns von Rollstuhlsport Schweiz weiterhin möglich. Wir erwarten in den nächsten Tagen von Swiss Olympic die Präzisierung zu den Vorgaben und informieren, sobald die Details vorliegen.

RSS verfügt: Der Wettkampfbetrieb in den Sportarten Basketball, Powerchair Hockey und Rugby ruht bis auf Weiteres, jedoch mindestens bis zum 30. November.

Erlaubt sind ausserdem Trainings und Wettkämpfe von Teams, die einer Liga mit überwiegend professionellem Spielbetrieb angehören (die Limite beträgt jedoch 50 Zuschauer).

Während der Sportaktivität müssen Leistungssportler keine Maske tragen.

### **Sportveranstaltungen**

Anlässe mit mehr als 50 Zuschauer sind verboten. Nicht eingerechnet sind Personen, die im Rahmen ihrer beruflichen Tätigkeit mitwirken (Sportlerinnen und Sportler, Staff, Trainer usw.); ebenso nicht eingerechnet sind Volunteers bei Sportveranstaltungen.

Die Kantone können die Massnahmen des Bundesrats auf ihrem Gebiet in eigener Kompetenz verschärfen (nicht aber lockern). In solchen Fällen gelten die Vorgaben des Kantons.

### **Schutzkonzepte im Sport**

Die bestehenden Schutzkonzepte müssen entsprechend angepasst werden. Die Schutzkonzepte werden zudem Massnahmen vorsehen müssen, dass strikte Einschränkungen bis hin zu Verboten betreffend Duschen gelten.

RSS: Wir anerkennen die Covid-19-Schutzkonzepte der Sportarten der Fussgänger-Verbände mit vergleichbarer Ausgangslage sowie deren Schutzmassnahmen (siehe Webseite RSS, Mitteilung vom 6.5.2020 und weitere). Nach der gestrigen Mitteilung des Bundesrates warten die Sportverbände auf weitere Information des BASPO und von Swiss Olympic, um die Schutzkonzepte anzupassen. Sobald alle Grundlagen vorliegen, werden wir Sie wieder informieren.

### **Nationales Leistungszentrum / Sportmedizin**

Die geplanten Testing Days, Leistungstests, Sportärztlichen Untersuchungen sowie Beratungen und 1:1 Trainings mit den NLR Experten können bis auf weiteres stattfinden. Für neue Termine bitte direkt die Sportmedizin kontaktieren.

#### **4. Empfehlungen für Besuche im SPZ Nottwil:**

- Ambulante und stationäre Behandlungen im SPZ sind bis auf Weiteres möglich. Bitte lassen Sie sich bei medizinischen Problemen weiterhin behandeln. Verschieben Sie Arztbesuche und medizinische Eingriffe aktuell nicht, denn das könnte langfristig Problem für Ihre Gesundheit darstellen.
- Im Kanton Luzern gilt ein Besuchsverbot für Spitäler. In Härtefällen (Palliative Situationen, Patienten auf der Intensivpflegestation, Notfälle, Frischverletzte/Erstrehabilitation usw.) können Ausnahmen bewilligt werden.
- Ambulante Patientinnen und Patienten sowie deren Begleitpersonen dürfen sich im SPZ-Restaurant Centro (ausgenommen der Sperrzeiten von 11 bis 13 Uhr) verpflegen.
- Externe Sportlerinnen und Sportler dürfen sich nicht mehr im Centro verpflegen.

Bitte beachten Sie, dass gewisse Kantone und Betreiber der Infrastruktur zusätzliche Massnahmen verabschiedet haben.

Freundliche Grüsse

Arbeitsgruppe Coronavirus Schweizer Paraplegiker-Vereinigung

Laurent Prince  
Direktor

Roger Getzmann  
Bereichsleiter  
Rollstuhlsport Schweiz

Evelyn Schmid  
Leiterin Marketing &  
Kommunikation