



## Corona protocol

### Veilig in de praktijk

Volg de actuele richtlijnen van de overheid.

#### NIET KOMEN

Wanneer je of een van jouw gezinsleden luchtwegklachten, kortademigheid, koorts, ongebruikelijke hoofdpijn, reuk- of smaakverlies, recente onverklaarbare vermoeidheid of diarree heeft, annuleer dan je afspraak.

Pas 24 uur na het verdwijnen van deze klachten mag er een behandeling plaats vinden. Ook als er iemand binnen je huishouden/gezin deze klachten heeft moeten we de behandeling uitstellen. En indien er bij jou of een huisgenoot Corona is vastgesteld in de laatste 14 dagen mag je ook niet naar de afspraak komen.

Bij binnenkomst zal ik je nogmaals vragen stellen over jouw gezondheid.

Dit zijn de zogeheten Triage vragen:

Ik heb geen klachten die duiden op enige vorm van griep/corona. Alle vragen kan ik met 'Nee' beantwoorden:

- Heeft u een of meerdere van de volgende (ook milde!) symptomen: neusverkoudheid of hoesten of benauwdheid of koorts (vanaf 38°C)?
- Heeft u de afgelopen 24 uur COVID-19 symptomen gehad?
- Heeft u huisgenoten/gezinsleden met koorts en/of benauwdheidsklachten?
- Is er bij uzelf of een huisgenoot/gezinslid in de afgelopen 14 dagen corona vastgesteld?

Als je komt, dan vraag ik je om je aan de volgende richtlijnen te houden:

- Kom op de afgesproken tijd. Ben je meer dan 5 minuten te vroeg, wacht dan even buiten of in de auto.
- Tussen de afspraken heb ik ruim tijd ingepland, zodat cliënten elkaar niet tegenkomen.
- Kom alleen, uiteraard met uitzondering van een afspraak met kinderen. (Ben je gebracht, laat diegene dan in de auto wachten).
- Zorg dat je je handen gewassen hebt voordat je komt. Ik werk niet met desinfectiemiddelen, wel kun je je handen wassen in de toilet.
- In de praktijk is een toilet beschikbaar. Toch vraag ik je hier zo min mogelijk gebruik van te maken.
- Uiteraard gelden ook bij mij de algemene regels van het RIVM zoals 1,5 meter afstand bewaren en geen handen schudden. Wel is er tijdens de kinesiologie behandeling fysiek contact.
- Zolang het mondkapje verplicht is, neem je deze zelf mee.
- Neem zelf 2 grote handdoeken of een hoeslaken mee in een (plastic) tas, voor het behandelen op de behandeltafel. Als je het snel koud krijgt is een dekentje of plaid misschien fijn.
- Neem je eigen flesje water mee voor tijdens of na de behandeling.
- Nies of hoest in je elleboog of in een zakdoekje. Gebruik papieren zakdoekjes.
- De factuur stuur ik je aan het eind van de sessie of behandeldag per mail toe.
- Bij mij in de praktijk worden geen mensen met corona behandeld, zij worden behandeld door gespecialiseerde therapeuten en in revalidatiecentra.



Zelf zorg ik ervoor dat:

- Ik mijn handen was voor en na elk consult.
- De behandelruimte tijdens (indien mogelijk) en na ieder consult geventileerd wordt.
- De deurklinken, armleuningen, behandeltafel en andere 'contactpunten' na iedere sessie gereinigd worden.
- Er een diffuser met On Guard van dōTERRA aan staat. Deze olie zorgt fysiek en emotioneel voor meer veiligheid en bescherming. On Guard is speciaal samengesteld en sterk gericht op het ondersteunen van je immuunsysteem en het verhogen van je weerstand.

Ik doe er op deze manier alles aan om veilig en verantwoord te behandelen.

## Disclaimer

Vanwege deze uitzonderlijke situatie reken ik geen vergoeding als er binnen de 24u wordt afgezegd, vanwege griepachtige verschijnselen of i.d., ik stel het wel enorm op prijs als u zo vroeg mogelijk af zou willen zeggen. Ondanks alle genomen voorzorgsmaatregelen blijft de kans, hoe gering ook, bestaan dat u besmet raakt in de praktijk of op weg hier naartoe. Met het maken van de afspraak gaat u akkoord met dit risico.

## Cursussen:

De praktijklessen volgden vanaf 1 juni de volgende richtlijnen (indien deze mochten plaatsvinden):

- Je hebt geen klachten die duiden op enige vorm van griep/corona (zie triage vragen)
- Er staan tafels in de ruimte. Je neemt plaats aan één van de tafels en werkt die dag met degene die bij je komt zitten.
- De theorie wordt behandeld terwijl je aan die tafel zit
- Je hebt een eigen badlaken die je op de tafel legt wanneer jij behandeld wordt. Leg dit laken over de plek waar je zit/schrijft wanneer de theorie besproken wordt.
- Wanneer er niet geoefend wordt houd je ook per tafel 1,5 meter afstand
- Er is geen onnodig fysiek contact
- Je wast je handen voor en na een oefening (én bij binnenkomst)
- Er is een papieren keukenrol aanwezig voor het drogen van de handen. Een eigen handdoek wordt echter op prijs gesteld
- Nies of hoest in een papieren zakdoekje, dat je meteen wegwerpt in de prullenbak. Heb je geen papieren zakdoekje, dan nies of hoest in je elleboog
- Er zijn papieren tissues aanwezig per tafel
- Er is gelegenheid om buiten te lunchen (Indien het weer dat toelaat).
- Je verzorgt je eigen eten én snack
- Borden, glazen, mokken, bestek is aanwezig. Na gebruik plaats je dit in de vaatwasser. Natuurlijk mag je ook eigen materiaal meenemen.