

## **Coronaprotocol - Protocol COVID- 19 – Mindful Bullet Journal**

Dit protocol is gebaseerd op de adviezen vanuit de beroepsvereniging (VVH), die weer gebaseerd zijn op de adviezen van het RIVM.

### **Algemeen adviezen**

- Was je handen regelmatig
- Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog
- Houd 1,5 meter afstand.
- Gebruik papieren zakdoekjes
- Blijf thuis als je symptomen van COVID-19 hebt.

### **Wachtruimte en binnenkomen**

- Kom op tijd, maar niet te vroeg voor je afspraak, zodat je in principe niet in de wachtruimte hoeft plaats te nemen.
- Je wordt opgewacht en verzocht je handen te desinfecteren wanneer je de praktijkruimte betreedt.
- Ik desinfecteer zelf ook de handen.
- Ik open en sluit de deur van de praktijkruimte.
- Graag alleen naar de praktijk komen.
- Kom je met een begeleider, dan wordt deze verzocht om buiten de praktijk te wachten.
- Maak liever geen gebruik van het toilet. Alleen in noodgevallen.

### **Hartcoherentietraining in de praktijkruimte bij sportstudio Slender You | Enzo**

- De agenda- planning is ruim zodat er tijd zit tussen de vertrekkende en de volgende cliënt.
- Meer dan voorheen werk ik daarom stipt binnen de afgesproken tijd
- Tussen de afspraken door ventileer ik de praktijkruimte en desinfecteer ik alle contactoppervlakte.
- Voor en na het reinigen van de praktijkruimte was ik mijn handen en uiteraard desinfecteer ik mijn handen voor en na iedere afspraak.
- Bij een hartcoherentiemeting desinfecteer ik de sensor voor en na het gebruik
- Ik verzoek je thuis te blijven:
  - \* bij (milde) symptomen als neusverkoudheid of hoesten of benauwdheid of koorts (vanaf 38°C)
  - \* als je in de afgelopen 24 uur klachten (COVID-19 symptomen) hebt gehad.
  - \* als je huisgenoten/gezinsleden met koorts en/of benauwdheidsklachten hebt.
  - \* als er bij jezelf of een huisgenoot/gezinslid in de afgelopen 14 dagen corona is vastgesteld of als je korter dan 14 dagen geleden in aanraking bent geweest met een bevestigde Covid-19 patiënt.
- Uiteraard houd ik mij ook aan bovenstaande adviezen en zal ik de afspraak annuleren als voor mij één van bovenstaande situaties geldt.
- Een afspraak die kort tevoren wordt geannuleerd om bovenstaande reden wordt niet in rekening gebracht.
- Kwetsbare cliënten (ouderen en mensen boven de 18 jaar met een onderliggende ziekte) adviseer ik geen afspraak op de praktijk te maken maar met (beeld)bellen te werken.
- In het deel van de behandeling waar geen fysiek contact of nabijheid noodzakelijk is, houden we 1,5 meter afstand.
- Indien gewenst gebruiken we mondkapjes (neem zelf je eigen exemplaar mee).
- Neem zelf eventueel een flesje water mee. Voorlopig bied ik geen drinken aan in de praktijk