



## **CORONA, zo komen we er samen op een goede manier doorheen :-)**

Lees meer over de voorwaarden, voorbereiding en gang van zaken in de praktijk zelf

### **1) JUISTE VOORWAARDEN OM DE SESSIE DOOR TE LATEN GAAN**

**In de praktijk houden we ons aan de regels van het RIVM en het protocol van de vakvereniging.**

Om te weten of de gezondheid van ons beide en onze huishoudens het toelaat om de afspraak definitief door te laten gaan, volgen we het onderstaande protocol:

Wanneer kan de afspraak niet doorgaan?

- Jij hebt corona of zit in thuis-isolatie
- Een van je huisgenoten heeft corona
- Jijzelf hebt één of meerdere van de volgende verschijnselen, of een of meerdere van je huisgenoten hebben deze:
  - hoesten, kuchen of niezen
  - koorts (38°C of hoger)
  - kortademigheid.

Wanneer is er reden voor overleg? In dit geval bespreken de situatie samen en maken we een besluit wat voor ons beide goed voelt.

- Wanneer je gezien je leeftijd of klachtenbeeld zou vallen onder wat men noemt de kwetsbare groepen
- Wanneer één of meerdere van deze verschijnselen aanwezig zijn:
  - (neus)verkoudheid, of loopneus;
  - keelpijn;
  - onbekende hoofdpijn;
  - onbekende moeheid;
  - onbekende diarree of buikklachten.
- Wanneer je last hebt van een allergie

Alle hierboven vastgestelde criteria zal ik zelf als behandelaar ook naleven en delen hoe het met mijn gezondheid en die van mijn gezin gaat.

## **BELANGRIJK:**

1) Tijdens deze Corona Tijd kun je, tot nader bericht, kosteloos op elk moment je afspraak verzetten. Dus zelfs als je bij wijze van spreken een paar minuten voor je afspraak merkt dat je bijv. ineens flink gaat hoesten, koorts of andere klachten krijgt.

2) Als je het niet fijn vindt om in deze corona tijd afspraken van tevoren te plannen én af te rekenen via de app, kun je tot nader bericht via mij de afspraken inplannen. App of mail me je moment van voorkeur en ik plan deze z.s.m. in, je ontvangt dan een mailtje met een bevestiging van de afspraak.

3) Indien je je angstig voelt om te komen, dan is een energetische afstandsbehandeling ook mogelijk.

4) je komt bij de app via de volgende link: <https://iedereenkanhelen.trainin.app>. Log in met je emailadres en wachtwoord, als je deze vergeten bent of nog niet eerder hebt ingelogd kun je via "wachtwoord vergeten?" een nieuwe aanmaken. In de app kun je je geplande afspraken zien, nieuwe afspraken plannen of verzetten en de afspraak betalen.

## **2) VOORBEREIDING OP DE AFSpraak**

\* Ik draag er zorg voor dat de praktijk volledig volgens de richtlijnen schoongemaakt is en voorzien van desinfecterende middelen. Voor, na en waar nodig tijdens de behandeling was ik mijn handen en onderarmen met desinfecterende zeep. Na iedere afspraak worden alle aangeraakte oppervlakken opnieuw schoongemaakt.

\* Graag twee grote handdoeken meenemen, één om op te liggen en één als dekentje. Vanwege hygiëne op 60 graden Celcius wassen.

\* Als het kan graag thuis van je toilet gebruik maken en alleen als echt nodig is in de praktijk

\* De afspraken zijn zo ingepland dat je nauwelijks in contact zult komen met andere wachtenden. Mocht je het op de bank niet zo prettig of hygiënisch vinden, kun je gebruik maken van één van de twee frisse, schoongemaakte stoelen langs de wand.

### **3) GANG VAN ZAKEN TIJDENS DE AFSpraak IN DE PRAKTIJK**

#### **Bij binnenkomst:**

- \* Desinfecteren van de handen met desinfecterende gel
- \* Aangezien een warme handdruk of knuffel niet toegestaan is, nodig ik je uit om op creatieve wijze een nieuwe warme afstand begroeting te delen. Ik zal daarin ook mijn uiterste best doen ;-)!
- \* Raak zo min mogelijk oppervlakken aan en bewaar je spullen in je jaszak of tas

#### **Tijdens de sessie:**

- \* Kleding hang je over de stoel.
- \* Je ligt comfortabel op/onder je eigen handdoeken
- \* Ik poog zoveel mogelijk de gepaste afstand te bewaren, voel je vrij om hier aan te geven wat je wel of niet prettig vindt.
- \* Nies of hoest in een papieren zakdoekje, dat je meteen wegwerpt in de prullenbak. Heb je geen papieren zakdoekje, dan niezen of hoesten in de elleboog. Na niezen of hoesten handen wassen met zeep of desinfectiegel;

#### **Ter afronding van de sessie:**

- \* Als je dat wenst kan ik een vervolgspraak voor je inplannen in de app
- \* Afrekenen gaat vooraf aan de sessie via de app van de praktijk, dus een contactmoment met pin is niet meer nodig. Ik help je op weg :-)!
- \* Herhaal je creatieve nieuwe begroeting of varieer naar hartenlust, net als ik ;-), en tot gauw!