

## **SCHUTZKONZEPT COVID-19**

Es gelten die Vorgaben des BAG und der Kantone zu Abstands- und Verhaltensregeln, sowie Hygienemassnahmen mit dem Ziel, eine weitere Verbreitung und Übertragung des Virus zu verhindern.

### **1. Hygienemassnahmen**

- Die Hygienevorgaben des BAG sind in allen Räumlichkeiten einzuhalten
- Kursteilnehmende und Dozierende sind angehalten, sich bei Ankunft, vor und nach Pausen, vor und nach therapeutischer Tätigkeit die Hände mit Wasser und Seife zu waschen und zu desinfizieren.
- Desinfektionsmittel stehen in allen Räumlichkeiten und Sanitären Anlagen bereit

### **2. Maskenpflicht / Schutzmassnahmen / Abstand halten**

- Wenn der Abstand von 1.5m nicht möglich ist, ist das Tragen von Hygienemasken ist sowohl für den Dozenten und alle Teilnehmer / Klienten in allen zugänglichen Innenräume (Toilette, Pausenraum, Wartezimmer, Behandlungs- und Kursraum) obligatorisch.
- Personen, die aus medizinischen Gründen keine Maske tragen dürfen, melden dies vor der Behandlung oder dem Kurs und belegen dies mit einem ärztlichen Attest.
- In einer Behandlung mit Körperkontakt, oder im Unterricht mit Körperkontakt, sind obligatorisch für alle Teilnehmer die Maske zu tragen. Händewaschen vor und nach jeder Partnerübung/Behandlung. Es wird darauf geachtet, dass der Körperkontakt auf einen kurzen Zeitraum reduziert wird.
- Zur Verhinderung einer Kontamination und Verbreitung des Virus, über die Kleidung, tragen die Kursteilnehmer frisch gewaschene Kleidung und bringen frisch gewaschene Frottiertücher zum Unterricht mit. In Einzelsitzungen wird vom Therapeut ein frisch gewaschenes Frottiertuch oder Decke gestellt.
- Der Abstand von 1.5 Metern ist, wenn immer möglich einzuhalten

### **3. Bezug von Schutzmasken und Desinfektionsmittel**

- Schutzmasken werden von jedem Teilnehmer/Klient selber mitgebracht, oder können kostenlos von Elisabeth Müller ...free your minds! bezogen werden.

### **4. Pausen und Verpflegung**

- Kann in der Pause der Abstand von 1.5 Meter nicht eingehalten werden, gilt ebenfalls Maskenpflicht
- Geschirr wie Tassen, Gläser, Teller & Besteck können momentan nicht zur Verfügung gestellt werden. Es steht Einweg Geschirr zur Verfügung.
- Vor Benutzung der Kaffeemaschine oder Wasserkrüge sind die Hände zu desinfizieren.

## 5. Reinigung

- Es stehen Desinfektionstücher und –mittel zur Verfügung um die gebrauchten Flächen zu reinigen
- Die Teilnehmer reinigen benutzte Gegenstände, sowie Stühle, Tische,...
- Gegenstände, die von mehreren Personen angefasst werden wie bspw. Türgriffe, Kaffeemaschine sowie die WC-Anlagen werden regelmässig durch den Kursleiter/Elisabeth Müller gereinigt
- Kurs- und Praxisräume werden regelmässig durch Elisabeth Müller gelüftet.

## 6. Umsetzung der Massnahmen / Contact Tracing

- Kursteilnehmer und Klienten werden vor Beginn des Kurses oder der Behandlung auf die Umsetzung der Massnahmen (Hygiene, Maskenpflicht, Distanz, Reinigung) und auf die Infektionsrisiken hingewiesen.
- Personen, die in Kontakt mit einer infizierten Person waren oder die Symptome aufweisen, werden unverzüglich nach Hause geschickt und ...free your minds! Elisabeth Müller meldet dies den Behörden.
- Klienten und Kursteilnehmer werden über die Möglichkeit einer Kontaktaufnahme durch die zuständige kantonale Stelle und deren Kompetenz, eine Quarantäne für alle Beteiligten anzuordnen, informiert.
- Rückverfolgung: die Vertraulichkeit der Kontaktdaten bei der Erhebung und die Datensicherheit namentlich bei der Aufbewahrung der Daten werden gewährleistet.

## 7. Gefährdete Personen bleiben nach wie vor Zuhause

- Personen mit COVID-19-Symptomen (Husten, meist trocken, Halsschmerzen, Kurzatmigkeit Fieber, Fiebergefühl, Muskelschmerzen, plötzlicher Verlust des Geruchs- und/oder Geschmackssinns, Kopfschmerzen, Magen-Darm-Symptome, Bindehautentzündung, Schnupfen)
- Personen, die vom Corona-Virus betroffen waren, dürfen erst nach mindestens zwei Wochen nach der überstandenen Krankheit am Unterricht/Einzelsitzung teilnehmen oder nach Rücksprache mit Arzt
- Personen, die eine relevante Erkrankung gemäss COVID-Verordnung (Bluthochdruck, Chronische Atemwegserkrankungen, Diabetes, Erkrankungen und Therapien, die das Immunsystem schwächen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs) wird empfohlen die Sitzung oder den Kurs fern zu bleiben.

## 8. Regeln für Kurse / Workshops

- Max. 5 Personen (inkl. Kursleitung) / 4 m<sup>2</sup> pro Person Raumgrösse
- Abstand 1.5 Meter
- Kontaktdaten werden angegeben (obligatorisch)
- Während Partnerübung Mund-Nasenschutz/Handschuhe tragen
- Theorieunterricht mit 1.5 Meter Abstand kann ohne Maske durchgeführt werden
- Regelmässiges Lüften
- Regelmässiges Händewaschen/desinfizieren



[https://bag-coronavirus.ch/wp-content/uploads/2020/10/BAG\\_Platat\\_SocialShutdown\\_Generell\\_Wichtiger\\_A3\\_297x420\\_co\\_d.pdf](https://bag-coronavirus.ch/wp-content/uploads/2020/10/BAG_Platat_SocialShutdown_Generell_Wichtiger_A3_297x420_co_d.pdf)

**Ich freue mich DICH in meiner Praxis  
oder in einer meiner Workshops  
PERSÖNLICH begrüßen zu dürfen.**

**Bleib g'sund und pass auf Dich auf!**



Elisabeth Müller

**Lisa - Was ist jetzt alles möglich?**