

# COVID 19 PROCEDURE

## Aanraken

Iedereen wordt op een bepaalde manier geraakt in deze tijd. Levens zijn niet meer hetzelfde als voor de Corona-crisis. Aanraken is in veel gevallen niet toegestaan, we worden, buiten ons gezin om, aangeraden op fysieke afstand van elkaar te blijven. Dat kan leiden tot angst, eenzaamheid, stress, onzekerheid en verdriet. Zowel op fysiek, emotioneel, als sociaal-maatschappelijk niveau neemt de gezondheidsschade toe en is aanraken juist nu zo wezenlijk belangrijk. Bij Touch for Care dragen wij door onze holistische manier van werken (de aanraking in combinatie met het voelend aanwezig zijn) in belangrijke mate bij aan het verbeteren van iemands gezondheid. Laten we zeker in deze tijd ook zorgen voor elkaar en blijven aanraken op een veilige manier.

## Principes die voor iedereen gelden

De volgende principes zijn gedefinieerd om de ontwikkeling van deze procedures te begeleiden.

**1. Objectieve criteria:** We gebruiken de RIVM Risicogroep-classificatie als basis voor de criteria om te bepalen of individuen (studenten, docenten, medewerkers) wel of niet fysiek aanwezig kunnen zijn bij de lessen van Touch for Care.

**2. Vooraf “Triage” -indeling:** We maken gebruik van een vragenlijst die op basis van de RIVM-classificatie is ontwikkeld om, voorafgaand aan activiteiten, te bepalen of personen bij de lessen Touch for Care aanwezig kunnen zijn. Deze lijst wordt per email aan je verzonden en dien je 1 dag van te voren in te vullen en mee te nemen naar de les. Bij inname voorafgaande aan de les volgt een laatste check.

**3. Aanwezigheid met laag risico:** We zorgen ervoor dat alleen personen met een laag risico fysiek activiteiten bij Touch for Care bijwonen door de vragenlijst opgenomen in de bijlage te laten invullen voordat de activiteit zal plaatsvinden. Op de dag zelf wordt de vragenlijst ingenomen en vindt aan het begin van de dag nog een laatste check plaats.

**4. Doorlopende beoordeling:** De beoordeling van risicoclassificatie is een continu proces dat vereist is voor elke persoon voorafgaand aan een activiteit bij Touch for Care.

**5. Verantwoordelijkheid:** Elke student, docent en werknemer is verantwoordelijk voor het bewaken van zijn of haar eigen risicoclassificatie; een wijziging in de risicoclassificatie resulteert in uitsluiting van deelname aan geplande activiteiten bij Touch for Care. Touch for Care is, voor zover van haar naar redelijkheid kan worden verwacht, verantwoordelijk voor het ontwikkelen, onderhouden, waarborgen van de naleving en het interpreteren van dit protocol. Daarnaast doen we ook een beroep op al onze studenten, docenten en medewerkers om te allen tijde rekening te houden met anderen, zich consequent te houden aan de regels en verantwoordelijkheid te zijn voor zijn eigen handelen. We delen allemaal de verantwoordelijkheid voor het welzijn van elkaar. Bij vragen en verschil van inzicht neemt de leiding van de Touch for Care de uiteindelijke beslissing.

## RIVM Risicogroep-classificatie

Op basis van de huidige RIVM-richtlijnen maken we onderscheid in vier groepen. Vanwege de lengte van de lessen en het directe huidcontact dat hoort bij de werkwijze waarbij we op elkaar oefenen, kiezen we ervoor om een triage-aanpak (selectie) te gebruiken om te bepalen wie activiteiten bij Touch for Care mag bijwonen. Met een selectie vooraf van personen zorgen we er voor dat de kans op besmetting met het virus tot een minimum wordt beperkt.

# COVID 19 PROCEDURE

## Groep A

Personen zonder COVID-19-klachten en die niet voldoen aan de onderstaande kenmerken. Heb je hooikoorts en heb je dit elk jaar, dan val je ook in groep A.

***Fysieke deelname aan Touch for Care-activiteiten is toegestaan onder voorbehoud dat de risicoclassificatie sinds het invullen van de vragenlijst niet is veranderd.***

## Groep B

Deze groep bestaat uit 2 deelgroepen: mensen ouder dan 70 jaar en mensen jonger dan 70 jaar. Het gaat over de mensen die door onderliggende gezondheidsproblemen een verhoogd risico op het ontwikkelen van een ernstig verloop van COVID-19 hebben. Het gaat hierbij om de volgende gezondheidsklachten die als risicofactoren worden gezien:

- Chronische afwijkingen en functiestoornissen van de luchtwegen en longen;
- Chronische hart- en vaatziekten;
- Diabetes mellitus;
- Ernstige nierziekten die leiden tot dialyse of niertransplantatie;
- Verminderde weerstand tegen infecties door medicatie voor auto-immuunziekten, na orgaantransplantatie, hematologische aandoeningen, (functionele) asplenie, aangeboren of latere immuunstoornissen waarvoor behandeling nodig is, of chemotherapie en/of bestralingstherapie bij kankerpatiënten;
- Aanwezigheid van een Hiv-infectie die extra behandeling vraagt

***Als de persoon ouder is dan 70 jaar zonder de genoemde risicofactoren en mensen jonger dan 70 jaar die lijden aan een gediagnosticeerde aanvullende risicofactor. We vragen het persoon om in overleg te treden met zijn/haar behandelend arts en met de arts te overleggen of deelname aan een Touch for Care-activiteit verantwoord is. De student besluit mede op basis van dit advies of hij/zij kan deelnemen. In geval van twijfel kan overleg gevoerd worden met een medewerker van Touch for Care. Het besluit om al dan niet deel te nemen ligt uiteindelijk bij de student zelf.***

***Als het persoon ouder is dan 70 jaar EN lijdt aan een gediagnosticeerde aanvullende risicofactor kan het individu de Touch for Care-activiteit niet fysiek bijwonen.***

## Groep C

Personen met symptomen die horen bij COVID-19 (verkoudheid, niezen, hoesten, keelpijn, moeilijke ademhaling, koorts ( $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ), gewrichtspijn, smaak- of reukverlies), of familieleden met symptomen passend bij COVID-19, of personen met een verhoogd risico op infectie: personen die minder dan 14 dagen geleden in een aangewezen transmissiegebied zijn geweest, of op enigerlei wijze contact hebben gehad met een bewezen COVID-19-patiënt.

***Personen van groep C kunnen geen activiteiten bijwonen.***

## Groep D

Personen met bewezen COVID-19, of familieleden met bewezen COVID-19, of personen in huisisolatie, of individuen minder dan 2 weken genezen van COVID-19.

***Personen van groep D kunnen geen activiteiten bijwonen.***

## COVID 19 PROCEDURE

### Maatregelen die Touch for Care treft vanuit haar verantwoordelijkheid

Touch for Care zorgt ervoor dat:

- De veiligheidsvoorschriften tevoren aan alle betrokkenen worden gemaïld en op de website worden vermeld.
- De ruimte waar we met elkaar in werken wordt geventileerd door een systeem waarmee alle lucht weer naar buiten wordt afgevoerd.
- De planning van de activiteiten zo is vormgegeven dat er geen onnodige persoonsbewegingen zijn waarbij te veel personen tegelijk in een ruimte aanwezig zijn. Touch for Care werkt altijd met kleine groepen.
- De keuken is toegankelijk voor koffie/thee etc. Je bewaard hier ook de 1,5 meter afstand.
- Er voldoende desinfecterende middelen en handgel aanwezig zijn.
- Touch for Care/P&G Safety zorgen ervoor dat er voldoende menskracht en middelen zijn om de ruimte en de materialen regelmatig schoon te maken.
- We maken bij het schoonmaken gebruik van reinigingsmiddelen met 70% alcoholoplossing (of gelijkwaardige).
- Alle oppervlakken en objecten (bijv. Werkoppervlakken, toetsenborden, telefoons, uitrustingsstukken, deurkrukken, koffiemachines en andere objecten), worden regelmatig gereinigd, vooral als ze door veel mensen worden aangeraakt.
- We zorgen ervoor dat we iedere nieuwe les pas beginnen nadat de ruimte en apparatuur in een schone en gedesinfecteerde staat zijn.

### Maatregelen waar de docenten voor zorgen

- De docent neemt het ingevulde triageformulier in en vraagt aan de deelnemer of hij/zij momenteel verkouden zijn, andere klachten hebben van de luchtwegen dan wel koorts hebben. Zo zorgt de docent voor een laatste check om te voorkomen dat er mensen aanwezig zijn die mogelijk met het virus besmet zijn. Indien het risico is vergroot, dan kan de student alsnog niet deelnemen.
- De docent checkt of iedere cursist de gevraagde beschermingsmaterialen bij zich heeft.
- Docenten zullen de te leren technieken zo toepassen dat het directe contact tussen personen tot een minimum wordt beperkt.
- Er zijn slechts twee personen tegelijk in een contact oefening/praktijkoefening toegestaan. De docent wast /desinfecteert na het voordoen bij een student direct zijn handen.
- De docent checkt of iedere tafel een eigen fles met massageolie heeft.
- De docent vraagt aan het eind van de les om alle persoonlijke items mee te nemen uit de ruimte en checkt of er niets is blijven liggen.
- De docent ziet er op toe dat alle gladde oppervlakken die aangeraakt of gebruikt zijn na iedere les worden gedesinfecteerd, inclusief tafels, massageolie flesjes, stoelen enz.

### Maatregelen waar iedere student voor verantwoordelijk is

- De ingang tot de cursusruimte bevindt zich op de eerste verdieping. Deze is toegankelijk per trap. Bij binnenkomst en op de trap dient de 1,5 meter regel te worden gehandhaafd. Aan de linkerkant staat bij binnenkomst een desinfectie zuil waar iedereen die het gebouw betreedt zijn handen dient te desinfecteren.
- Zorg er zoveel mogelijk voor dat je je jas niet hoeft op te hangen. Neem dus geen jas mee of stop deze anders in je tas.

## COVID 19 PROCEDURE

- Geen fysiek contact tussen individuen bij begroeting of afscheid; al het fysieke contact binnen Touch for Care wordt beperkt tot de oefeningen en massages.
- Neem het minimaal noodzakelijke materiaal (handdoeken, kussen etc.) naar de lesruimte mee. Alle eigen benodigdheden voor de cursus worden zo veel mogelijk in een gesloten tas bij de eigen zitplaats neergelegd.
- Persoonlijke elektronische apparaten zoals mobiele telefoons en tablets worden in principe niet gebruikt. Indien apparatuur toch gebruikt wordt, dan moeten de handen na elk gebruik worden gewassen en de apparatuur voorgebruik gereinigd worden.
- Houd een afstand van 1,5 meter aan tijdens alle delen van de lesdag, behoudens het elkaar masseren en oefenen. De docent zal dit aangeven.
- Denk aan extra hygiëne maatregelen zoals: draag geen sieraden en zorg ervoor dat je haar is vastgebonden zodat het niet in contact komt met voorwerpen om je heen.
- Gebruik uitsluitend het flesje met massageolie en het gezichtsmasker dat bij jou plaats staat.
- Beperk het fysieke contact tot de grepen en aanrakingen die op dat moment worden aangeleerd; raak je gezicht of mondmasker niet aan als je er een gebruikt.
- Cursist en 'model' wassen de handen **vóór** de oefening en/of massage (volgens protocol) Cursist en 'model' wassen de handen **na** de massage (volgens protocol)
- Hanteer dezelfde veiligheidsregels tijdens het oefen van de praktijkopdrachten thuis/werk.

### Persoonlijke beschermingsmaterialen

Indien iedere cursist de gezondheidscheck goed doet én als iedereen zich aan het protocol houdt zijn persoonlijke beschermingsmiddelen niet nodig aldus het RIVM. Touch for Care heeft besloten om desondanks tijdens de praktijkoefeningen te werken met gezichtsmaskers en/of mondkapjes en soms met handschoenen.

Touch for Care heeft voor iedere deelnemer een gezichtsmasker beschikbaar.



**De deelnemers dienen zelf het volgende mee te nemen naast de andere zaken die aangegeven worden.**

- 2 mondkapjes
- Flesje handgel
- 2 paar handschoenen die strak om de hand sluiten. (Touch for Care heeft eventueel reserve handschoenen).

### Naleven van het protocol

***Bij deelname aan een cursusdag gaat zowel de docent als de cursist akkoord met dit Corona protocol en het naleven hiervan.***