

## Verantwoord werken en masseren in de 1,5 meter samenleving op ons opleidingscentrum:

Ook wij als Massageopleidingapeldoorn hebben in deze (corona)tijd te maken met extra beperkingen en regels. Voor zover het tot nu toe mogelijk en toegestaan is proberen we onze opleidingen en cursussen nog steeds optimaal vorm te geven.

Wij zien graag onze cursisten op het opleidingscentrum verschijnen waarvan we met vrij grote zekerheid weten dat ze **gezond zijn en dat ze niet vallen onder de risicogroepen** zoals gedefinieerd door het RIVM. Dit doen we aan de hand van een (telefonische) triage / gezondheidscheck.

Mocht u voor een afspraak of cursus toch klachten (hoesten, verkoudheidsklachten, verhoging of koorts, benauwdheid, reuk- en/of smaakverlies) krijgen dan verzoeken wij u niet op de cursus(afspraak) te komen. Daarnaast hebben wij in ons opleidingscentrum aanvullende maatregelen genomen ten aanzien van hygiëne.

## Aanvullende maatregelen in ons opleidingscentrum:

### Wat vragen we van u?

- Algemeen geldt: geen handen schudden, handen wassen, hoesten en niezen in de elleboog en gebruik van papieren zakdoekjes.
- Kom niet te vroeg, dus liefst vlak voor cursustijd.
- Bij binnenkomst wast u op de daarvoor aangewezen plaats de handen (of gebruikt de handalcohol).
- Houd 1.5 meter afstand van andere cursisten.
- Probeer als het mogelijk is zo min mogelijk deurkrukken, tafelloppervlakken en stoelen aan te raken met uw handen.
- Houdt u er rekening mee dat de toiletten tijdelijk gesloten zijn. Alleen voor noodgeval
- Twijfelt u over uw gezondheid op de dag van de cursus? Neem dan voor de cursus even telefonisch contact met ons op om te overleggen.
- Volg de instructies van de opleider altijd op.
- Mocht u zich niet prettig voelen of twijfelt u om op de cursus te komen, dan hebben wij er uiteraard alle begrip voor.

### Onze voorzorg maatregelen:

- De docent heeft geen ziekteverschijnselen.
- Wij geven geen hand bij binnenkomst.
- Na iedere cursus reinigen en/of desinfecteren we alle vervuilde oppervlakken en ruimtes.
- We ventileren en/ of luchten het lokaal steeds.

**Voor alle cursisten geldt: U kunt niet op de cursus komen als u één van onderstaande vragen met JA beantwoord.**

1. Had u een of meerdere van deze klachten in de afgelopen 24 uur: hoesten, verkoudheidsklachten, verhoging of koorts, benauwdheid, reuk- en/of smaakverlies.
2. Heeft u op dit moment een huisgenoot/gezinslid met koorts en/of benauwdheidsklachten?
3. Heeft u het nieuwe coronavirus gehad (vastgesteld met een laboratoriumtest) en is dit in de afgelopen 7 dagen vastgesteld?
4. Heeft u een huisgenoot/gezinslid met het nieuwe coronavirus (vastgesteld met een laboratoriumtest) en heeft u korter dan 14 dagen geleden contact gehad met deze huisgenoot/gezinslid terwijl hij/zij nog klachten had?
5. Bent u in quarantaine omdat u:
  - direct contact had met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld?
  - terug bent gekomen uit een COVID-19 risicogebied?[\(<https://www.nederlandwereldwijd.nl/reizen/reisadviezen?>\)](https://www.nederlandwereldwijd.nl/reizen/reisadviezen?)

U kunt pas deelnemen aan de cursus, als elke bovenstaande vraag met NEE wordt beantwoord.

## Kwetsbare mensen (volgens definitie RIVM)

1. Mensen van 70 jaar en ouder.
2. Volwassenen (ouder dan 18 jaar) met een van de onderliggende aandoeningen
  - Mensen met chronische luchtweg- of longproblemen die daar van zo veel last hebben dat ze onder behandeling van een longarts zijn.
  - Chronische hartpatiënten, die daar zoveel last van hebben dat ze onder behandeling zijn van een cardioloog.
  - Mensen met suikerziekte die slecht ingesteld zijn en/of met complicaties.
  - Mensen met een nierziekte die moeten dialyseren of wachten op een nier transplantatie.
  - Mensen met een verminderde weerstand tegen infectie doordat zij medicijnen gebruiken voor een auto-immuunziekte en mensen die een orgaan of stamceltransplantatie hebben ondergaan. Mensen die geen milt hebben of een milt die niet functioneert en mensen die een bloedziekte hebben. Mensen met een verminderde weerstand doordat ze weerstand verlagende medicijnen nemen. Kankerpatiënten tijdens of binnen 3 maanden na chemotherapie en/of bestraling. Mensen met ernstige afweerstoornissen waarvoor zij behandeling nodig hebben van een arts.
  - Mensen met een hivinfectie die (nog) niet onder behandeling zijn van een arts of met een hivinfectie met een CD4 cluster of differentiation 4 getal onder <200/mm<sup>2</sup>.
  - Mensen met ernstige leverziekte.
  - Mensen met ernstig overgewicht (BMI > 40).

U heeft een grotere kans om ernstig ziek te worden als u besmet wordt met het nieuwe coronavirus dan anderen. Dat komt doordat de natuurlijke afweer van het lichaam bij mensen op leeftijd en bij mensen die een ziekte hebben vaak lager is.

**Wees extra voorzichtig.** Het kan verstandig zijn om zoveel mogelijk thuis te blijven.

We zullen u over de verdere ontwikkelingen blijven informeren.  
Blijf gezond!

MassageopleidingApeldoorn