

## Shiatsu in tijden van corona

Om het mogelijk te maken veilig een shiatsubehandeling te geven, heb ik – naast de normale hygiëne – onderstaand protocol opgesteld.

Een gemaakte afspraak kan niet doorgaan als een van ons beiden of onze huisgenoten:

- zich niet lekker voelt, heftige hoofdpijn of verhoging heeft, niest of hoest;
- in de twee weken voorafgaande de behandeling in aanraking is geweest met iemand die corona heeft.

Binnen de praktijk zijn, naast de gebruikelijke hygiëne, de volgende voorzorgsmaatregelen van kracht:

- Voor iedere cliënt komt, zorg ik dat alle deurklinken, het toilet en eventuele hulpmiddelen, als het body-cushion en de massagetafel, gedesinfecteerd zijn met 70% alcohol.
- Er zal ruime tijd zijn tussen iedere behandeling zodat ik alles goed kan ventileren en desinfecteren en u niet hoeft te wachten in de hal.
- Bij binnenkomst worden de handen met 70% alcohol gedesinfecteerd, ter verzachting is er ook een voedende handlotion aanwezig.
- Mocht iemand toch niezen of hoesten, dan wordt een doekje gebruikt, direct weggegooid en vervolgens de handen gedesinfecteerd.
- De onderlinge afstand zal voor en na de behandeling ruim 1,5 meter zijn.
- Het benodigde hoofdkussen en/of de hoofdsteun wordt bedekt met een disposable doekje.
- Tijdens de behandeling en bij binnenkomst zal ik een mondkapje dragen.
- Er wordt niet gepraat tijdens de shiatsubehandeling.
- Direct na de behandeling zullen we beiden wederom onze handen desinfecteren.

Van de cliënt vraag ik het volgende:

- Neem een grote schone badlaken mee; hier ligt u op tijdens de behandeling.
- Draag lichaam bedekkende katoenen kleding – zijnde een shirt met lange mouwen, lange broek en sokken – of neem deze mee. Er is gelegenheid om u om te kleden.
- Bij binnenkomst en tijdens de behandeling draagt u een mondkapje.
- Neemt u zo min mogelijk spullen mee en stopt u uw spullen die noodzakelijk zijn, weg in uw tas of jaszak.
- Kom niet vroeger op de afspraak dan afgesproken. Hierdoor hou ik voldoende tijd voor het ventileren en schoonhouden van de praktijkruimte.
- Neem een eigen flesje water mee.

## Shiatsu in tijden van corona

Natuurlijk zal ik er alles aan doen om te zorgen dat ik niemand kan besmetten, door de hygiënemaatregelen van de RIVM te volgen, in mijn vrije tijd voldoende afstand te houden en geen drukte op te zoeken.

Ik hoop dat we op deze wijze naar volle tevredenheid de shiatsubehandelingen kunnen continueren.

Met vriendelijke groet,

Arine Maat