

# Schutzkonzept meiBodyBalance betreffend Coronavirus

Gültig ab 19. Oktober 2020

Ich richte mich nach den Empfehlungen des schweizerischen Physioverbandes und des bgb.

Nebst den allgemein gültigen Empfehlungen des BAG (1.5m Abstand, Hände waschen/ desinfizieren, in Ellenbeuge niesen/ husten) gelten folgende Punkte für meine Praxis:

## Allgemein:

- Wir werden aufs Hände schütteln verzichten.
- Ich bitte Euch ohne Begleitpersonen in die Praxis/ das Studio zu kommen.
- Ich werde zwischen den Kursen / Behandlungen gut lüften während 15 min.
- Ich bitte Euch nicht zu früh zum Termin zu kommen und nach der Behandlung / Lektion das Haus wieder zu verlassen, damit es zu keinen Überschneidungen kommt.
- Die Türklinken etc. werden regelmässig desinfiziert.
- Wer hat, bitte eine eigene Maske mitnehmen. Ich werde im EG auf dem WC Masken bereitstellen. Vor dem Anziehen der Maske bitte die Hände waschen und beim Tragen der Maske vermeiden an die Maske zu greifen, da sonst die Viren übertragen werden. Auch vor dem Ausziehen der Maske sollten die Hände desinfiziert werden.
- Im Eingangsbereich stelle ich Händedesinfektionsmittel zur Verfügung. Die Kunden müssen beim Eintreten und Austreten die Hände desinfizieren oder waschen.

## Massagen/ Einzelbehandlungen:

- Ich werde ausreichend Zeit zwischen den Behandlungen einplanen, um Begegnungen zu vermeiden.
- Aufgrund der Maskenpflicht tragen alle Beteiligten eine Hygienemaske .
- Kunden mit Symptomen des Covid 19 Virus müssen sich abmelden und über ein positives Testergebnis müsste ich bei Kontakt informiert werden.
- Ich werde die Kunden sofort informieren, falls ich einen positiven Test hätte.
- Die Termine werden abgesagt, falls ich als Therapeutin Symptome habe.

## Gruppenkurse:

- In den Gruppenkursen tragen wir aufgrund der Maskenpflicht eine Hygienemaske. Aufgrund der Abstandsregeln können max.3 teilnehmerinnen im Raum trainieren. Die anderen Teilnehmer nehmen online via zoom an den Lektionen teil.
- Wir trainieren immer in der gleichen Gruppenkonstellation.
- Ich führe eine Präsenzliste.
- Ich gebe Korrekturen nur verbal ohne Körperkontakt an die Teilnehmerinnen.
- Bei einem positiven Test muss die Gruppe über die whatsapp-Gruppe informiert werden, damit bei allfälligen Symptomen rasch reagiert werden kann.
- Falls ich Symptome oder einen positiven Test habe, werden die Kurse abgesagt oder auf Onlinekurse geändert.
- Die Matten und Geräte werden von jeder Teilnehmerin nach der Lektion desinfiziert mit dem bereitgestellten Desinfektionsmittel.

Ich danke Euch für Eure Kooperation. Bei Unsicherheiten melden unter 078/ 794 49 64.

Hebed Sorg! Alles Liebe, Alex

Alexandra Meierhofer  
Schaffhauserstrasse 19  
8461 Oerlingen



Telefon 078/794 49 64  
alex.meierhofer@gmx.ch  
www.meibodybalance.ch