



Shiatsu in tijden van Corona

Zolang er geen vaccin is tegen het Coronavirus, zullen we er alles aan moeten doen om besmetting te voorkomen. Om het jou mogelijk te maken veilig een shiatsubehandeling te ondergaan, heb ik – naast de normale hygiëne - onderstaand protocol opgesteld.

Als het om de afspraak zelf gaat:

- Blijf thuis indien jij of een van je gezinsleden symptomen hebt van verkoudheid, koorts of griepachtige verschijnselen. Je wordt geacht je afspraak te annuleren of contact met mij op te nemen om dit te bespreken. Tot nader order worden deze annuleringen je, ongeacht of deze tijdig zijn, niet in rekening gebracht.
- De behandelafspraken plan ik zo, dat het aantal cliënten in de wachtruimte tot een minimum wordt beperkt.
- In de wachtruimte staan de stoelen zo opgesteld, dat je altijd op minimaal 1,5 meter afstand bent van medepatiënten, mochten die er toch nog zijn. Er is ruimte genoeg om elkaar te passeren. Kom op tijd, maar niet te vroeg.
- Kom zoveel mogelijk alleen, laat je partner thuis. Een van beide ouders kan uiteraard met hun kind (tot 16 jaar) meekomen.
- Neem zo min mogelijk spullen mee en stop de spullen die noodzakelijk zijn, weg in je tas of jaszak.

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

- Voor iedere cliënt zorg ik dat alle deurklinken, het toilet en eventuele hulpmiddelen, gedesinfecteerd zijn met 70% alcohol.
- Bij binnenkomst worden de handen met 70% alcohol gedesinfecteerd, ter verzachting is er ook een voedende handcrème 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. Handen schudden doen we vooralsnog niet.
- Het eventueel benodigde hoofdkussen wordt bedekt met een schone katoenen handdoekje.
- Mocht je dat willen, prettig vinden, dan kan ik tijdens de behandeling een (niet-medisch) mondkapje dragen. Laat mij dit dan voorafgaand aan de behandeling weten.
- Direct na de behandeling zullen we beiden wederom onze handen desinfecteren.

Van de cliënt vraag ik het volgende:

- Neem een schone badhanddoek mee; hier lig je 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 je om te kleden.
- Neem een eigen flesje water mee.

Wat de administratie betreft:

- Voorlopig verstuur ik facturen niet op papier maar via email.
- Contante betalingen in de praktijk zijn niet mogelijk, gelieve te betalen via een tikkie of overschrijving.

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 tot anderen te houden en drukte zoveel mogelijk te vermijden.

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

Tot snel, op de mat!

Groeten van Tanja



Shiatsu in times of Corona

As long as there is no vaccine against the Coronavirus, we will have to do everything we can to prevent infection. To enable you to safely undergo shiatsu treatment, in addition to normal hygiene, I have drawn up the following protocol.

When it comes to the appointment itself:

- Stay at home if you or any of your family members have symptoms of a cold, fever or flu-like symptoms. You are expected to cancel your appointment or contact me to discuss this. Until further notice you will not be charged for these cancellations, regardless of whether they are on time.
- I plan the treatment appointments in such a way that the number of clients in the waiting room is kept to a minimum.
- The chairs in the waiting room are set up in such a way that you are always at least 1.5 meters away from other patients, if they are there. There is enough space to pass each other. Arrive on time, but not too early.
- Come alone as much as possible, leave your partner at home. One of both parents can, of course, come with their child (up to the age of 16).
- Bring as little stuff as possible and put it away in your bag or coat pocket.

Within the practice, in addition to the usual hygiene, the following precautions apply:

- For each client I make sure that all door handles, the toilet and any aids, are disinfected with 70% alcohol.
- Upon arrival the hands are disinfected with 70% alcohol, to soften them, there is also a nourishing hand cream present.
- If someone sneezes or coughs, a cloth is used, immediately thrown away and then the hands disinfected.
- The distance between the hands will be more than 1.5 meters before and after the treatment. We do not shake hands for the time being.
- Any pillow needed will be covered with a clean cotton towel.
- If you like, I can wear a (non-medical) mouth cap during the treatment. Please let me then know before the treatment.
- Immediately after the treatment we will both disinfect our hands again.

From the client I ask the following:

- Bring a clean bath towel; you lie on it during the treatment.
- Wear body-covering cotton clothing - being a shirt with long sleeves, long pants and socks - or take these with you. There is opportunity to change clothes.
- Bring your own bottle of water.

As far as administration is concerned:

- For the time being, I do not send invoices on paper but via email.
- Cash payments are not possible in the practice, please pay by tikkie or bank transfer.

Of course I will do everything I can to make sure that I can't infect anyone, by following the hygiene measures of the RIVM, keeping enough distance from others in my spare time and avoiding crowds as much as possible. I hope that in this way we will be able to continue the shiatsu treatments to full satisfaction.

See you soon, on the mat!

Greetings from Tanja