|  |  |
| --- | --- |
| Afbeelding met zitten, teken, computer, monitor  Automatisch gegenereerde beschrijving | **ACUPUNCTUUR STRESS EN EMOTIES HANTEREN RUST EN INNERLIJK LEIDERSCHAP**  **COACHING EN YOGADOCENT****ERNA KRAAK**[**WWW.INSIDEOUT-HEALING.NL**](http://WWW.INSIDEOUT-HEALING.NL)**06-28965360 INFO@INSIDEOUT-HEALING.NL** |
|  |  |

Gelukkig mag ik je weer ontvangen in de praktijk voor een therapeutisch consult of coachsessie. Omdat het COVID-19 virus nog steeds actief is, zijn er bepaalde spelregels opgesteld voor het veilig werken in de acupunctuurpraktijk. Ik verzoek je deze aandachtig te lezen en te respecteren. Alleen samen kunnen we zorgen voor jouw en mijn veiligheid.

* Ik plan mijn afspraken zo, dat het aantal mensen in de wachtruimte tot een minimum is beperkt.
* Tijdens het maken van de afspraak via de mail stel ik een aantal vragen (triage), waardoor ik weet of behandelen veilig kan. Geef mij altijd vooraf door als er iets is veranderd dat zou kunnen duiden op een COVID-19 infectie. De symptomen vind je helemaal onderaan van dit document.
* Blijf thuis als je - of een van jouw gezinsleden - symptomen van verkoudheid, koorts of griepachtige verschijnselen hebt. Ik vraag je dringend contact met me op te nemen om dit te bespreken, zodat de afspraak geannuleerd kan worden of een onlineafspraak gemaakt kan worden. Tot nader order worden deze Covid-19 gerelateerde geannuleerde afspraken niet in rekening gebracht, ongeacht of de annulering  tijdig is.
* Indien je liever niet naar de praktijk wilt komen, is een telefonisch- of video-consult wellicht ook mogelijk. Dat bepalen we samen. Deze consulten kunnen mogelijk onder voorwaarden worden gedeclareerd bij de zorgverzekeraar.
* De wachtruimte is zo ingericht, dat je altijd minimaal 1,5 meter afstand kunt houden van anderen, mochten die er op dat moment toch zijn.
* Houd rekening met elkaar, als je in de praktijk toch iemand moet passeren.
* Neem zo min mogelijk spullen mee en houd wat noodzakelijk is in je tas of jaszak; laat uw horloge en sieraden thuis.
* Neem twee schone badlakens mee naar de praktijk.
* Kom op tijd, maar niet al te vroeg.
* Houd u te allen tijde aan de algemene hygiënerichtlijnen met betrekking tot hoesten en niezen in je elleboog, gebruik papieren zakdoekjes etc.
* Desinfecteer je handen bij binnenkomst: door deze 20 seconden te wrijven met handalcohol -staat op tafel-  tot ze droog zijn.
* Raak zo min mogelijk aan in de praktijk.
* Het toilet liever niet gebruiken, noodsituaties uitgezonderd; ga dus thuis naar het toilet vóór je vertrekt. Als je het toilet toch moest gebruiken, meld mij dit dan.
* Vermijd als het kan het OV en kom zoveel mogelijk alleen. Laat een eventuele begeleider elders wachten, bijvoorbeeld buiten of in de auto. Een kind (tot 16 jaar) mag uiteraard begeleid worden door een van de ouders.
* Voor en na de behandeling was ik mijn handen en polsen met zeep.
* Na ieder consult worden contactpunten zoals de deurklinken, armleuningen van de stoelen schoongemaakt en wordt de ruimte geventileerd.
* Ik blijf tijdens het consult zoveel mogelijk op 1,5 meter afstand van je.
* Tijdens therapeutische handelingen op minder dan 1,5 meter afstand hoef ik geen mondkapje of handschoenen te dragen, maar ik doe het soms wel, bijvoorbeeld als ik vlak bij je gezicht moet werken. Dit is een  professionele afweging voor jouw en mijn veiligheid.
* Neem desgewenst – het is niet verplicht- voor jezelf bescherming mee, een mondkapje, je kunt er in de praktijk ook eentje contant kopen voor €2,00.
* Ondanks het opvolgen van deze adviezen blijft er een kleine kans bestaan dat je in de praktijk of op reis daarnaartoe wordt besmet met het coronavirus. Door het maken van een afspraak aanvaardt je dat risico.
* Ik nodig je van harte uit om bij vragen telefonisch contact met mij op te nemen.

Ik raadpleeg dagelijks de websites van het RIVM en van de Rijksoverheid. Men vindt daar de nieuwste inzichten met betrekking tot eigenschappen en verspreiding van het virus, de meest recente demografische ontwikkelingen, richtlijnen en adviezen. **https://www.rivm.nl/coronavirus-covid-19**

**https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19/nederlandse- maatregelen-tegen-het-coronavirus**