

Vorwort: Aufgrund des Beschlusses vom Bundesrat vom 03.12.2021 und in Anlehnung an die Empfehlungen von PhysioSwiss und QualiCert ergreifen wir folgende Massnahmen:

1. Allgemeine Hygiene- und Verhaltensregeln des BAG

- a. Maskenpflicht
(Der Mundschutz muss durch den Patienten selbst organisiert werden)
- b. Abstand halten (mindestens 1.5 Meter) überall in der Praxis.
Ausnahme: während der Behandlung
- c. Gründlich Hände waschen
- d. Hände schütteln vermeiden
- e. In ein Taschentuch oder in die Armbeuge niesen und husten

2. Verhalten bei Erkrankungen und Risikopatienten

- a. Wenn Sie positiv auf Corona getestet wurden, dürfen Sie die Praxisräume erst wieder betreten, wenn Ihr Arzt die vollständige Genesung bestätigt hat.
- b. Wenn Sie grippale Symptome haben, dürfen Sie nicht zur Therapie erscheinen. Melden Sie sich hierbei bitte so schnell wie möglich bei uns ab.
- c. Sollten Sie zur Gruppe der Risikopatienten gehören, bitte den Therapeuten informieren.

Zur Risikogruppe zählen Patienten mit:

- i. über 65 Jahren
- ii. Bluthochdruck
- iii. Herz-Kreislaufkrankungen
- iv. Chronischen Atemwegserkrankungen
- v. Diabetes
- vi. Erkrankungen/Therapien, die das Immunsystem schwächen
- vii. Krebs unter medizinischer Behandlung

3. Aufenthalt in unseren Räumlichkeiten

- a. Fitnesskunden und KursteilnehmerInnen dürfen die Räumlichkeiten des Reha-Zentrum Cham nur dann betreten, wenn Sie über ein gültiges COVID-19 Zertifikat verfügen.
- b. Patienten der Physiotherapie mit einer Verordnung eines Arztes sind von der Zertifikatspflicht ausgenommen. Dazu zählen auch die Patienten der medizinischen Trainingstherapie (MTT).
- c. Bei Betreten des Hauses, ist die Maskenpflicht zwingend.
- d. Kommen Sie bitte erst kurz vor Ihrem Termin in die Praxis.
- e. Desinfizieren Sie Ihre Hände gründlich mit dem zur Verfügung gestellten Desinfektionsmittel.
- f. Halten Sie Abstand zu anderen Patienten, während Sie warten. Hierfür haben wir die Sitzmöglichkeiten auseinandergestellt.
- g. Bitte füllen Sie das Ihnen ausgehändigte COVID-19-Formular aus
- h. Lesematerial haben wir aus dem Wartebereich entnommen.
- i. Gehen Sie in engen Gängen nicht dicht aneinander vorbei, sondern warten Sie, bis ihr Gegenüber vorbei gegangen ist.
- j. Verlassen Sie die Praxis nach der Behandlung/dem Training bitte zügig.

4. Behandlung der Physiotherapie, Massage und MTT

- a. Während den Behandlungen benutzen unsere Mitarbeiter einen Mundschutz
- b. Mundschutz für Patientinnen und Patienten ist Pflicht und muss von zu Hause mitgebracht werden. Sie kann für einen symbolischen Wert von 1.- im Sekretariat bezogen werden.
- c. Wenn unsere Mitarbeiter den Mundschutz berührt haben, werden wir uns im Anschluss daran die Hände desinfizieren
- d. Während des Aufenthalts auf der Trainingsfläche sprechen sich die Mitarbeiter gegenseitig ab, damit wir den Abstand zu anderen wahren können
- e. Einige Geräte auf der Trainingsfläche bleiben für die Zeit der Pandemie inaktiv, um den Abstand zu anderen Geräten zu gewährleisten. Dies wird durch entsprechende Beschilderung gekennzeichnet.
- f. Vor und nach der Benutzung der Trainingsgeräte, werden alle Bauteile, die in Hautkontakt kommen grosszügig mit dem bereit gestellten Flächendesinfektionsmittel gereinigt

5. Training von Abo-Kunden und Gruppenkurse

- a. Fitnesskunden und KursteilnehmerInnen dürfen die Räumlichkeiten des Reha-Zentrum Cham nur dann betreten, wenn Sie über ein gültiges COVID-19 Zertifikat verfügen.
- b. Es haben weiterhin nur eine beschränkte Anzahl an Personen Zutritt in unsere Räumlichkeiten.
- c. Kunden, die bei uns trainieren möchten, müssen vorgängig einen **Termin** abmachen.
- d. Teilnehmer der Gruppen- und Rückbildungskurse müssen an ihrem zugewiesenen Platz trainieren, damit die 1.5m Abstand eingehalten werden können.
- e. Wenn möglich, kommen Sie bereits weitgehend umgezogen zum Training, sodass Sie nur noch Ihre sauberen Trainingsschuhe anziehen müssen.
- f. Es dürfen sich maximal zwei Personen zur selben Zeit in einer Umkleidekabine befinden. Vermeiden Sie lange Aufenthalte in der Umkleidekabine.
- g. Duschen Sie, wenn möglich, zu Hause. Sollten Sie doch bei uns duschen müssen, reduzieren Sie die Zeit bitte auf ein Minimum.
- h. Halten Sie mindestens 1.5 Meter Abstand zu anderen Menschen.
- i. Vermeiden Sie es, sich ins Gesicht zu fassen. Ist dies unumgänglich desinfizieren Sie Ihre Hände im Voraus.
- j. Respektieren Sie die ausgehängte Beschilderung an den Geräten.
- k. Desinfizieren Sie alle Griffe/Vorstellvorrichtungen (Pins, Hebel etc.) vor und nach der Benutzung einer Trainingsstation.
- l. Legen Sie ein sauberes und ausreichend grosses Tuch auf die Sitze und Lehnen der Trainingsgeräte.

6. Desinfektion der Mitarbeiter und Reinigung der Praxis

- a. Nach jeder Behandlung desinfizieren sich die Therapeuten gründlich die Hände.
- b. Die Praxis wird mindestens drei Mal pro Tag für 10 Minuten gelüftet.
- c. Alle Türgriffe werden regelmässig desinfiziert.
- d. Die Behandlungsliegen werden nach jeder Behandlung desinfiziert.
- e. Trainingsgeräte werden unabhängig von der Benutzung regelmässig von unserem Personal gereinigt.
- f. Die Arbeitskleidung wird nach jedem Arbeitstag bei 60°C gewaschen.
- g. Nach jedem Behandlungstag wird die Praxis professionell gereinigt.

Die Geschäftsleitung, 04.12.2021