

Schutzkonzept COVID-19 für die Rehabilitation im Gesundheitszentrum Gut

Dieses Schutzkonzept

1. erfüllt die Voraussetzungen:
 - a. Verordnung über Massnahmen in der besonderen Lage zur Bekämpfung der Covid-19-Epidemie (Covid-19-Verordnung besondere Lage)
 - b. Verordnung 3 über Massnahmen zur Bekämpfung des Coronavirus (Covid-19) (Covid-19-Verordnung 3)
2. ist konzipiert, um den Anstieg der Infektionszahlen zu stoppen. **Der Bund lockerte per 19.04.2021 die Massnahmen, welche hier umgesetzt werden.**
3. stützt sich an die Vorgaben von SCPRS, Schweizer Arbeitsgruppe für kardiale Rehabilitation sowie dem Verband der Schweizerischen Fitness- und Gesundheitscenter Verband (SFGV)
4. Ist Bestandteil des Schutzkonzepts „Fitness (gerätegestützter Kraftraum / Gruppenkurse)“ sowie „Therapie“ im Gesundheitszentrum Gut

Das Ziel ist Patienten sowie Mitarbeitende der Gesundheitszentrum Gut AG so gut wie möglich zu schützen. **Sicherheit und Wohlbefinden bilden die Basis für unsere Gesundheit. Das gezielte Kraft- und Ausdauertraining stärkt Immunsystem sowie physische und psychische Gesundheit.**

Freundliche Grüsse



Maggie Gut
Geschäftsführerin



Nicole Greter
Leitung KAREK

**Hier gilt
Maskenpflicht.**





Weil in der Rehabilitation mit Risikopatienten gearbeitet wird, ist es umso wichtiger die Schutz- und Distanzmassnahmen einzuhalten.

Distanzmassnahmen

- Reduzierte Anzahl Patienten in Reha- Gruppentherapien
- Distanzmarkierungen am Boden gewährleisten die 1.5m Distanz

Schutzmassnahmen Patienten

- Beim Eingang steht eine Station mit Desinfektionsständer und Eintrittsfragebogen
- Die Patienten/Kunden tragen ab Eintritt in das Trainingszentrum eine Maske.

Je nach Rehabilitationsaktivität gelten folgende Massnahmen:

Gymnastik: Während der Gymnastiklektion muss eine Maske getragen werden.

Walking: Vor dem Eingang und beim Melden des Blutdruckes, muss die Maske getragen werden. Beim Laufen, kann diese abgelegt werden.

Vortrag: Während des Vortrages gilt Maskenpflicht.

Kraftraum: Während dem Training an den Kraftgeräten, muss die Maske getragen werden. Bei der Ausdauerbelastung (Laufband, Crosstrainer, Ergometer) kann die Maske am Platz abgelegt werden sofern die 15m pro Person gewährleistet sind oder wirksame Abschränkungen zur Verfügung stehen.

- Treppengeländer sind abgeklebt (nicht anfassen)
- Patienten können auch den Lift nehmen. Nur eine Person pro Lift.
- Blutdruckmessungen werden zu Hause gemacht und den Therapeuten vor Beginn des Trainings angegeben.
- Sollte der Patient kein eigenes Blutdruckgerät haben, kann die Messung im Kinderhort vorgenommen werden – dieser wird danach desinfiziert
- Nach dem Training werden alle benutzten Gegenstände desinfiziert.

Schutzmassnahmen Therapeut

- Jeder Therapeut trägt eine Maske
- Die Hände werden vor und nach der Gruppentherapie gründlich gewaschen und desinfiziert.
- Vor dem Training werden alle Kleinmaterialien desinfiziert und für jeden Patienten bereitgelegt. Nach dem Training werden alle Oberflächen und Kleinmaterialien, die berührt worden sind, desinfiziert.
- Vor, zwischendurch und nach jeder Gruppentherapie wird gründlich gelüftet.

Persönliche Massnahmen (Vor Eintritt ins Zentrum)

- Nur Patienten mit Termin (Terminvereinbarung telefonisch, über mywellness App oder per Mail), damit Contact Tracing sichergestellt werden kann
- Patienten/Kunden sowie Therapeuten, die sich krank fühlen oder COVID-19-Symptome aufzeigen, werden aufgefordert, zu Hause zu bleiben.
- Alle Therapeuten nehmen auf Mitmenschen Rücksicht und unterstützen die Umsetzung des Schutzkonzeptes.
- Alle Therapeuten überprüfen die Einhaltung der getroffenen Massnahmen regelmässig und setzen diese Schutzmassnahmen sowie die generellen Massnahmen des BAG und SECO um.

Die Vorschriften des BAG:

Coronavirus
SO SCHÜTZEN WIR UNS. ✓

STOP CORONA

Aktualisiert am 22.3.2021

 <p>So wenige Menschen wie möglich treffen.</p>	 <p>Abstand halten.</p>	 <p>Maske tragen, wenn Abstandhalten nicht möglich ist.</p>	 <p>Maskenpflicht an öffentlichen Orten, im öffentlichen Verkehr und am Arbeitsplatz.</p>	 <p>Homeoffice-Pflicht wo möglich.</p>
 <p>Gründlich Hände waschen.</p>	 <p>In Taschentuch oder Armbeuge husten und niesen.</p>	 <p>Hände schütteln vermeiden.</p>	 <p>Mehrmals täglich lüften.</p>	 <p>Veranstaltungen: Öffentlich verboten Privat max. 10 Pers. Ansammlungen im öff. Raum max. 15 Pers.</p>
 <p>Bei Symptomen sofort testen lassen und zu Hause bleiben.</p>	 <p>Zur Rückverfolgung Immer vollständige Kontaktdaten angeben.</p>	 <p>Um Infektionsketten zu stoppen: SwissCovid App downloaden und aktivieren.</p>	 <p>Bei positivem Test: Isolation. Bei Kontakt mit positiv getesteter Person: Quarantäne.</p>	 <p>Nur nach telefonischer Anmeldung in Arztpraxis oder Notfallstation.</p>

www.bag-coronavirus.ch Regeln können kantonal abweichen