

## 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. stützt sich an die Vorgaben von SCPRS, Schweizer Arbeitsgruppe für kardiale Rehabilitation sowie dem Verband der Schweizerischen Fitness- und Gesundheitscenter Verband (SFGV)
3. Ist Bestandteil des Schutzkonzepts „Fitness (gerätegestützter Krafraum / 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

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 bei Eintritt in das Trainingszentrum eine Maske, **sofern kein gültiges COVID-Zertifikat vorhanden.**

Je nach Rehabilitationsaktivität gelten folgende Massnahmen (**sofern kein gültiges COVID-Zertifikat**):

**Gymnastik:** Während der Gymnastiklektion muss keine 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 keine Maskenpflicht, da 1.5m Abstand.

**Kraftraum:** Während dem Training an den Kraftgeräten sowie bei der Ausdauerbelastung kann (sofern Abstand von 1.5m eingehalten ist) die Maske abgelegt werden.

- 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, **ausser bei gültigem Zertifikat und Abstand von 1.5m**
- 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 Aktualisiert am 26.6.2021

**SO SCHÜTZEN  
WIR UNS.** 

# Aktuell besonders wichtig:

✓ **Impfung**



Empfohlen: Covid-19-Impfung.

✓ **Testen**



Auch ohne Symptome  
regelmässig testen lassen.

## Weiterhin wichtig:

✓ 

Maske tragen,  
wenn vorge-  
schrieben.

✓ 

Abstand halten.

✓ 

Mehrmals täglich  
lüften.

✓ 

Gründlich Hände  
waschen und  
Händeschütteln  
vermeiden.

✓ 

Zur Rückverfolgung  
Immer vollständige  
Kontaktdaten  
angeben.

✓ 

Bei Symptomen  
sofort testen lassen  
und zu Hause  
bleiben.

[www.bag-coronavirus.ch](http://www.bag-coronavirus.ch) Regeln können kantonal abweichen.

