

**CORONA PROTOCOL**, Versie juni 2021

*Het oorspronkelijke protocol is geschreven door Marjolijne van Buren, voormalig directeur van Bodymind Opleidingen (BMO), en aangescherpt door medewerkers van de Bestuurs- en Managementkring.*

*Deze versie is herzien en aangepast aan de huidige corona maatregelen. Vragen/opmerkingen kun je richten aan [info@bodymindopleidingen.nl](mailto:info@bodymindopleidingen.nl)*

**Doel van dit protocol**

Dit protocol is bedoeld om zolang het coronavirus nog niet onder controle is, heldere kaders te stellen aan iedereen die betrokken is bij Bodymind Opleidingen (medewerkers, studenten, assistenten, docenten/trainers). Het beoogt het besmettingsgevaar voor alle bij Bodymind Opleidingen betrokken personen te minimaliseren. De [richtlijnen van het RIVM](#) worden hierbij als uitgangspunt genomen.

En voor quarantaine check verwijzen we naar: <https://quarantainecheck.rijksoverheid.nl/nl/jouw-situatie>

Dit protocol d.d juni 2021 is geldig totdat er een nieuw protocol gepresenteerd wordt, of het RIVM aangeeft dat de coronamaatregelen in Nederland niet langer van kracht zijn.

**Lichaamsgerichte therapie en de anderhalvemeter-maatschappij**

Wij zijn van mening dat ons instituut significant kan bijdragen aan het vinden van manieren om om te gaan met alles wat de anderhalvemeter-maatschappij veroorzaakt; niet alleen het nijpende gebrek aan aanraking, maar ook de spanning die deze uitzonderlijke situatie met zich meebrengt.

Onze inzet is om met elkaar, met gebruik van alle kennis en kunde die ons instituut rijk is, creatieve en werkbare oplossingen te vinden om ons werk toch naar behoren te doen. Natuurlijk zijn wij van mening dat aanraken van levensbelang is en zijn we erg verdrietig en gefrustreerd dat we ons vak in dat aspect niet op de ons vertrouwde manier kunnen uitoefenen.

Dat neemt niet weg dat we vinden dat wij als opleidingsinstituut een zekere maatschappelijke verantwoordelijkheid te nemen hebben. Daarom stellen we in dit document heldere kaders met de intentie alle bij Bodymind Opleidingen betrokkenen binnen de RIVM-richtlijnen optimaal te laten functioneren. Tegelijkertijd willen we iedereen uitnodigen om zowel onze geraaktheid, als onze creatieve ingevingen met elkaar te delen.

Studenten die nog vragen of opmerkingen hebben, kunnen terecht bij de contactpersoon van hun groep (jaarcoördinator, senior-assistent, trainer). Assistenten kunnen terecht bij de assistentencoördinator/ senior van hun branche. Docenten en trainers zijn van harte welkom bij hun manager onderwijs.

## Kort overzicht

Alle informatie over onderstaande punten kun je terugvinden op de volgende bladzijdes.

- Dit protocol geldt voor iedereen binnen BMO (studenten, docenten, medewerkers);
- We werken met een gezondheidscheck/ triage-vragenlijst. Deze wordt 2 dagen voor aanvang van een activiteit door jou zelf ingevuld;
- Afhankelijk van in hoe (on)gezond je bent, kun je wel of niet deelnemen;
- Als je helemaal gezond bent, mag je – mits je daarvoor voorafgaande aan de training kiest – deel uitmaken van een vast 2- of 3tal. Dit is afhankelijk van het type training dat je gaat volgen. Ook dit vul je in in de vragenlijst (zie de bijlage);
- Alle overige deelnemers houden de anderhalve meter afstand in acht;
- Sowieso zijn er diverse hygiënemaatregelen die de intentie hebben de kans op besmetting te minimaliseren;
- Het gebruik van mondmaskers is verplicht t/m 25 juni 2021, tenzij iedereen zich op een vaste plek in de ruimte bevindt op minimaal anderhalve meter afstand van elkaar (vaste 2- of 3tallen uitgezonderd);
- Voor onze in het buitenland woonachtige studenten, assistenten en trainers geldt
  - dat als jouw leefgebied door de Nederlandse overheid als risicovol is gekwalificeerd, je alleen onder strikte voorwaarden naar een training kunt komen. Zie: <https://www.nederlandwereldwijd.nl/>;
  - dat als de regio waar de training wordt gegeven door jouw overheid als risicovol is gekwalificeerd, we je adviseren de hiervoor geldende restricties op te volgen.
- Mocht je binnen 14 dagen na afloop van de training positief worden getest op Covid-19, stel je daar onmiddellijk de trainer/senior-assistent van op de hoogte. Deze zal vervolgens alle overige deelnemers en de accommodatie op de hoogte stellen.

## Algemene kaders

### 1. Algemene geldigheid

De kaders die we in dit protocol schetsen, gelden voor iedereen: docenten/trainers, assistenten en studenten/deelnemers. Als je je niet houdt aan deze kaders, kun je niet deelnemen.

### 2. Objectieve criteria

Vanuit de RIVM is een gezondheidscheck/ triage-vragenlijst opgesteld. Aan de hand van deze vragenlijst wordt bepaald of je kunt deelnemen.

### 3. Minimaliseren van risico op besmetting

Door de gezondheidscheck/ triage-vragenlijst precies 2 dagen voor aanvang in te vullen, kan men bepalen wie wel/ niet kan deelnemen. Bij aanvang van de eerste lesdag vindt nog een laatste check plaats door de staf (waarbij met 'staf' het begeleidend team wordt bedoeld: docent/trainer en/of assistent(en)).

### 4. Persoonlijke verantwoordelijkheid

Niet alleen vul je de gezondheidscheck/ triage-vragenlijst eerlijk en accuraat in; ook een eventuele wijziging in de 2 dagen na het invullen en tijdens de trainingdagen zelf geef je direct aan de staf (voor de staf zelf geldt: aan elkaar) door. Daarnaast houd je je aan dit protocol en dus ook aan de door het RIVM vastgestelde [gedragsrichtlijnen](#).

#### 5. Verantwoordelijkheid van Bodymind Opleidingen

Voor zover dat van ons naar redelijkheid kan worden verwacht, zijn wij verantwoordelijk voor de implementatie en naleving van dit protocol. Bij verschil van inzicht heeft Bodymind Opleidingen, in de persoon van de trainer/docent en/of een andere representant van het instituut, het laatste woord.

#### 6. Gezamenlijke verantwoordelijkheid

Binnen deze richtlijnen zullen wij doen wat we kunnen om alle trainingen en lesdagen zoveel mogelijk aan te laten sluiten bij onze visie en doelstelling. Van onze deelnemers en studenten verwachten we eenzelfde positieve, op mogelijkheden gerichte houding.

Vanuit deze attitude willen we graag telkens het gesprek met elkaar aangaan.

### **Werkwijze tijdens les- of trainingsdagen**

#### Bodymind Opleidingen draagt zorg voor:

- a. heldere afspraken, conform de RIVM-richtlijnen, met de centra waar de trainingen georganiseerd worden;
- b. heldere afspraken met de deelnemers over de voorwaarden voor fysieke aanwezigheid (gezondheidscheck/ triage-vragenlijst);
- c. heldere afspraken met de deelnemers over de gedragsregels, conform RIVM-richtlijnen.

#### De docenten en assistenten dragen zorg voor:

- a. het uitleggen van en het herinneren aan de algemene gedragsregels (anderhalve meter afstand, bij verplaatsing mondkapje voor (t/m 25 juni, 2021), hoesten/niezen in elleboog, handen wassen, aangeven als er veranderingen in gezondheid zijn);
- b. het zo goed mogelijk schoonhouden en ventileren van de zaal;
- c. het zo toepassen en aanbieden van de te leren technieken dat er ook geleerd kan worden met inachtneming van anderhalve meter afstand.

#### Alle deelnemers (docenten, assistenten en studenten) dragen zorg voor:

- a. een eigen drinkfles, voorzien van een naamsticker;
- b. een eigen notitieblok en pen;
- c. een eigen, afsluitbare tas, waarin je al je spullen telkens opbergt (waaronder ook de kleren die je eventueel uittrekt, notitieblok, drinkfles e.d.);
- d. goede persoonlijke hygiëne: gewassen lichaam, schone kleding, e.d.
- e. 1,5 tot 4 meter afstand van elkaar, afhankelijk van hoe intensief er gewerkt wordt (hoe intensiever het werken, hoe meer adem zich verplaatst als gevolg van fysieke inspanning, geïnduceerde verdieping van de adem en/of het maken van geluid) wordt de onderlinge afstand groter.

Alleen in uitzonderlijke gevallen, in overleg met de staf en vooraf zo afgesproken kan er lichamelijk contact plaatsvinden (zie volgende paragraaf 'werken in vaste 2- of 3tallen');

- f. het structureel wassen/ontsmetten van de handen (bij binnenkomst in de zaal, na een toiletbezoek, e.d.);
- g. het buiten de werkruimte strikt naleven van de regels die in het centrum gelden waar gewerkt wordt (deze worden door het office management voorafgaande aan een training naar de deelnemers gestuurd).
- h. Eigen mondmaskers (t/m 25 juni, 2021)

#### Werken in vaste 2- of 3tallen

Omdat wij opleiden in contactberoepen (lichaamsgerichte psychotherapie, lichaamsgerichte traumatherapie), behouden we ons het recht voor om – met die deelnemers die daarmee akkoord zijn – bij oefeningen die daarom vragen op minder afstand dan anderhalve meter afstand te werken. Waar nodig voor het leerproces, zullen studenten in leersituaties elkaar ook aanraken. Of dit wel of niet van toepassing is, is altijd ter beoordeling van de docent/trainer.

Voor deelnemers die dit risico niet willen nemen, zal altijd een alternatief geboden worden.

#### **De regels die gelden voor deelnemers in vaste 2- of 3tallen:**

- a. het werken in vaste 2- of 3tallen is voorbehouden aan deelnemers die daar voorafgaande aan de training schriftelijk mee hebben ingestemd;
- b. 2/3tallen blijven gedurende een heel lesblok ongewijzigd
- c. vaste 2/3tallen houden naar andere vaste 2/3tallen de 1½ tot 4 meter afstand in stand;
- d. iedere deelnemer kan te allen tijde aangeven niet langer deel uit te willen maken van een vast 2/3tal. Het tijdens een trainingsblok overstappen naar een andere 2/3tal is echter geen optie;
- e. als er op minder dan anderhalve meter gewerkt wordt, wordt zorg gedragen dat de kans op het overdragen van het covid-19-virus zo minimaal mogelijk is, door structureel de handen goed te wassen of te ontsmetten;
- f. In de openbare ruimtes van de accommodatie (dus buiten de werkruimte) gelden te allen tijde de regels van de accommodatie, ook m.b.t. afstand houden.