

Protocol, in verband met het corona-virus, voor het verhogen van de hygiëne en het minimaliseren van de kans op besmetting tijdens lesdagen op locatie van de Peirsman Cranio Sacraal Academie te Bussum.

1. Doel van dit protocol

Dit protocol is ontwikkeld om het mogelijk te maken de PCSA tijdens en na de Coronavirus pandemie veilig te heropenen en met studenten te werken waarbij aanraking van elkaar aan de behandeltafel weer mogelijk is. Veilig werken betekent de we procedures vastleggen en praktijken handhaven die de besmettingsrisico's voor studenten, werknemers en docenten minimaliseren. Deze procedures voldoen aan de actuele richtlijnen en voorschriften van het RIVM en andere toezichthouders die verantwoordelijk zijn voor de volksgezondheid. Deze hebben we als uitgangspunt genomen.

2. Principes die voor iedereen gelden

De volgende principes zijn gedefinieerd om de ontwikkeling van deze procedures te begeleiden.

1. **Objectieve criteria:** We gebruiken de RIVM Risicogroep-classificatie als criteria om te bepalen of individuen (studenten, docenten, medewerkers) wel of niet fysiek aanwezig kunnen zijn bij activiteiten op de PCSA (lessen, workshops, oefensessies etc.)

2. **Vooraf “Triage” -indeling:** We maken gebruik van een vragenlijst die is afgeleid van die in de medische / tandheelkundige beroepen (op basis van de RIVM-classificatie) is ontwikkeld om, voorafgaand aan activiteiten, te bepalen of individuen fysiek op de PCSA aanwezig kunnen zijn.

3. **Aanwezigheid met laag risico:** we zorgen ervoor dat alleen individuen met een laag risico fysiek activiteiten op de PCSA bijwonen door te eisen dat zij de vragenlijst opgenomen in de bijlage binnen 2 dagen voor elke activiteit invullen en toesturen; als het document niet van tevoren is ingevuld en aangeleverd, mag de persoon voor de geplande activiteit niet fysiek op de PCSA aanwezig zijn. Op de dag zelf vindt aan het begin van de dag nog een laatste check plaats.

4. **Wederzijdse verantwoordelijkheid:** Elke student, docent en werknemer is verantwoordelijk voor het bewaken van zijn of haar eigen risicoclassificatie; een wijziging in de risicoclassificatie naar C of D resulteert in uitsluiting van deelname aan geplande activiteiten bij PCSA. Deze eigen verantwoordelijkheid geldt ook voor gedrag van alle betrokkenen die met elkaar zorg dragen voor het voorkomen van besmettingen, op basis van de algemene maatregelen die door de regering zijn afgekondigd.

5. **Doorlopende beoordeling:** De beoordeling van risicoclassificatie is een continu proces dat vereist is voor elke individu voorafgaand aan een activiteit bij PCSA. Er zijn geen uitzonderingen.

6. **Verantwoordelijkheid:** PCSA is, voor zover van haar naar redelijkheid kan worden verwacht, verantwoordelijk voor het ontwikkelen, onderhouden, waarborgen van de naleving en het interpreteren van deze veiligheidsprocedures. Bij vragen en verschil van inzicht neemt de leiding van de PCSA de uiteindelijke beslissing.

PCSA moedigt iedereen aan om te allen tijde rekening te houden met anderen en zich consequent te houden aan alle regels rond persoonlijke hygiëne en afstand houden. We delen allemaal de verantwoordelijkheid voor het welzijn van elkaar en moeten dienovereenkomstig handelen.

Disclaimer

Dit protocol kent ook een disclaimer. Daarmee maken we voor iedereen helder bij wie het besluit ligt om deel te nemen aan een activiteit bij PCSA en hoe de aansprakelijkheid ligt mocht een deelnemer gedurende de periode dat hij/zij aan activiteiten op de PCSA meedoet toch besmet raken met het Coronavirus.

Ondanks alle genomen voorzorgsmaatregelen zoals omschreven in dit protocol blijft de kans, hoe gering ook, bestaan dat je besmet raakt tijdens de activiteiten op de PCSA of op weg daar naartoe. Met het nemen van het besluit om deel te nemen aan een of meerdere activiteiten bij PCSA, ga je akkoord met dit risico.

3. RIVM Risicogroep-classificatie

Op basis van de huidige RIVM-richtlijnen maken we onderscheid in vier groepen:

Groep A

Personen zonder COVID-19-klachten en die niet voldoen aan de onderstaande kenmerken.

Groep B

Deze groep bestaat uit 2 deelgroepen: mensen ouder dan 70 jaar en mensen jonger dan 70 jaar. Het gaat over de mensen die door onderliggende gezondheidsproblemen een verhoogd risico op het ontwikkelen van een ernstig verloop van COVID-19 hebben.

Het gaat hierbij om de volgende gezondheidsklachten die als risicofactoren worden gezien:

- Chronische afwijkingen en functiestoornissen van de luchtwegen en longen;
- Chronische hart- en vaatziekten;
- Diabetes mellitus;
- Ernstige nierziekten die leiden tot dialyse of niertransplantatie;
- Verminderde weerstand tegen infecties door medicatie voor auto-immuunziekten, na orgaantransplantatie, hematologische aandoeningen, (functionele) asplenie, aangeboren of latere immunostörungen waarvoor behandeling nodig is, of chemotherapie en/of bestralingstherapie bij kankerpatiënten;
- Aanwezigheid van een Hiv-infectie die extra behandeling vraagt

Groep C

Personen met symptomen die horen bij COVID-19 (verkoudheid, niezen, hoesten, keelpijn, moeilijke ademhaling, koorts ($\geq 38^{\circ}\text{C}$), gewrichtspijn, smaak- of reukverlies), of familieleden met symptomen passend bij COVID-19, of personen met een verhoogd risico op infectie: personen die minder dan 14 dagen geleden in een aangewezen transmissiegebied zijn geweest, of op enigerlei wijze contact hebben gehad met een bewezen COVID-19-patiënt.

Groep D

Personen met bewezen COVID-19, of familieleden met bewezen COVID-19, of personen in huisisolatie, of individuen <2 weken genezen van COVID-19.

4. RIVM Risicoclassificatie “Triage”

Vanwege de lengte van de lessen en het directe huidcontact dat hoort bij de werkwijze waarbij we op elkaar oefenen, kiezen we ervoor om een triage-aanpak te gebruiken om te bepalen wie activiteiten op de PCSA mag bijwonen. 'Triage' is het Franse woord dat in medische beroepen wordt gebruikt om patiënten in te delen in groepen – zodat de zorg het meest optimaal kan worden georganiseerd. Voor de doeleinden van de PCSA betekent het woord de selectie vooraf van personen die activiteiten kunnen bijwonen zodat de kans op besmetting met het SARS-CoV-2-virus tot een minimum wordt beperkt in combinatie met het uitsluiten van groepen die een verhoogd risico hebben op ernstige gezondheidsklachten in geval zij toch een besmetting oplopen.

De vragenlijst die gehanteerd wordt om tot de risicoclassificatie te komen is opgenomen in bijlage 1.

5. RIVM Risicoclassificatie en bepaling van fysieke aanwezigheid bij PCSA-activiteiten

groep A

Personen zonder COVID-19 klachten en personen die niet tot onderstaande groepen behoren.

- Fysieke deelname aan PCSA-activiteiten is toegestaan onder voorbehoud dat de risicoclassificatie sinds het invullen van de vragenlijst niet is veranderd.

Groep B

Personen zonder symptomen passend bij COVID-19, maar met een verhoogde kans op blootstelling of risico op COVID-19.

- Uitgesloten: als het individu ouder is dan 70 jaar EN lijdt aan een gediagnosticeerde aanvullende risicofactor (zoals gedefinieerd in RIVM Risicoclassificatie-groep B), kan het individu de PCSA-activiteit niet fysiek bijwonen.
- Niet op voorhand uitgesloten: als het individu ouder is dan 70 jaar zonder de genoemde risicofactoren en mensen jonger dan 70 jaar die lijden aan een gediagnosticeerde aanvullende risicofactor. We vragen het individu om in overleg te treden met zijn/haar behandelend arts en met de arts te overleggen of deelname aan een PCSA-activiteit verantwoord is. De student besluit mede op basis van dit advies of hij/zij kan deelnemen. In geval van twijfel kan overleg gevoerd worden met de staf van PCSA. Het besluit om al dan niet deel te nemen ligt uiteindelijk bij de student zelf.

Groep C

Personen met symptomen passend bij COVID 19, of familieleden met symptomen passend bij COVID-19, of personen met een verhoogde kans op infectie.

- Kan geen fysieke activiteiten bijwonen.

Groep D

Personen met bewezen COVID-19, of familieleden met bewezen COVID-19, of personen in huisisolatie, of personen <2 weken genezing van COVID-19.



- Kan geen fysieke activiteit op de PCSA bijwonen.

Samenvatting van wie fysiek PCSA-activiteiten kan bijwonen

1. **JA:** personen behorende tot Groep A mogen PCSA-activiteiten bijwonen als ze de vragenlijst binnen twee dagen voor een activiteit hebben beantwoord.
2. **ONDER VOORWAARDEN:** Niet-uitgesloten individuen behorende tot Groep B raadplegen hun behandelend arts en beslissen mede op basis van dit advies of zij de activiteit bij PCSA gaan bijwonen. In geval van twijfel kunnen zij ook nog met de staf of de docent bij PCSA overleggen. Wie deelneemt vult ook de vragenlijst in en versturen die binnen twee dagen voor een activiteit.
3. **NEE:** individuen behorende tot groep B die zijn uitgesloten (ouder dan 70 jaar met onderliggende gezondheidsklachten die leiden tot een verhoogd risico), individuen van groep C en groep D kunnen geen activiteiten bijwonen. Zij melden zich af met deze reden.

6. Werkwijze bij PCSA

Om de veiligheid van de studenten, de docenten en de medewerkers te verhogen, worden naast de algemene hygiënepraktijken de volgende afspraken gemaakt en maatregelen doorgevoerd. Ook hier geldt dat het zorgen voor een veilige omgeving een gezamenlijke verantwoordelijkheid is.

6.1. Maatregelen die PCSA treft vanuit haar verantwoordelijkheid

PCSA zorgt ervoor dat:

- a. de lessen die online kunnen plaatsvinden ook online verzorgd worden;
- b. examens daar waar mogelijk online zullen plaatsvinden;
- c. de veiligheidsvoorschriften die in het pand gelden zichtbaar voor iedereen zijn opgehangen en tevoren aan alle betrokkenen zijn toegestuurd;
- d. alle niet noodzakelijke objecten (tijdschriften, flyers, boeken of iets dergelijks) uit alle gemeenschappelijke ruimtes zijn verwijderd.
- e. alle deuren in het gebouw continu open staan, zodat deurhendels niet aangeraakt hoeven worden;
- f. de ruimtes waar we met elkaar in werken goed en regelmatig geventileerd worden;
- g. de planning van de activiteiten zo is vormgegeven dat er geen onnodige persoonsbewegingen zijn waarbij teveel personen tegelijk in een ruimte aanwezig zijn;
- h. het kantoor niet toegankelijk is;
- i. de keuken alleen toegankelijk is voor de staf;
- j. er voldoende papieren handdoekjes en afvallemmers aanwezig zijn in de toiletten en ruimtes waar we werken;
- k. er extra aandacht is voor het schoonmaken (zie hiervoor het laatste onderdeel).

6.2. Maatregelen waar iedere student voor verantwoordelijk is

De student zorgt voor de volgende zaken:

- a. Iedere student neemt een eigen drinkfles mee naar PCSA die voorzien is van een naamsticker. Deze drinkfles wordt alleen door de eigenaar gebruikt.
- b. We vragen je om je studieboeken en elektrische apparatuur thuis te laten en niet mee te brengen naar PCSA. Neem alleen een notitieboekje mee, voorzien van een naamsticker, dat je gebruikt om tijdens de lessen aantekeningen te maken.
- c. Draag geen sieraden (ringen, armbanden en horloges) tijdens het aanwezig zijn bij PCSA. Laat deze thuis.
- d. Zorg ervoor dat je haar is vastgebonden en zodat het niet in contact komt met voorwerpen om je heen.
- e. Verricht thuis je persoonlijke hygiëne en verzorging (zoals tandenpoetsen, nagelknippen en vergelijkbare activiteiten).

- f. Neem bij een module waarbij je op tafel gaat, je eigen strandhanddoek en deken mee in een afsluitbare tas en was ze van tevoren op 60 °C
- g. Houd consequent 1,5 meter afstand van elkaar. Alleen tijdens het met elkaar werken aan de behandeltafel is er lichamelijk contact.
- h. Raak zo min mogelijk voorwerpen aan zoals deurkrukken e.d.
- i. Was of ontsmet zeer regelmatig je handen. In ieder geval bij binnenkomst, voor en na toiletbezoek en voorafgaand en direct na afloop van het geven van een sessie.
- j. Berg je handdoek en deken direct na de sessie op in een afsluitbare verpakking (tas met rits o.i.d.). Laat ze niet in de ruimte rondslingeren.

6.3. Wat zorgen onze docenten voor

- a. De docent vraagt voorafgaand aan het begin van iedere les of er deelnemers zijn die momenteel verkouden zijn, andere klachten hebben van de luchtwegen dan wel koorts hebben. Zo zorgt de docent voor een laatste check om te voorkomen dat er mensen aanwezig zijn die mogelijk met het virus besmet zijn. Indien het risico is vergroot, dan kan de student alsnog niet deelnemen.
- b. Docenten zullen de te leren technieken zo toepassen dat het directe contact tussen personen tot een minimum wordt beperkt.
- c. De docent vraagt aan het eind van de les om alle persoonlijke items mee te nemen uit de ruimte en checkt of er niets is blijven liggen.
- d. De docent ziet er op toe dat alle gladde oppervlakken die aangeraakt of gebruikt zijn na iedere behandeling worden gedesinfecteerd, inclusief tafels, krukken, enz. Dat geldt ook voor lesmaterialen die tijdens de les zijn gebruikt.

6.4. Afspraken die ten alle tijden gelden tijdens de les

- a. We spreken af dat studenten, als ze rechtstreeks met en in de nabijheid van anderen werken, om alleen te spreken wanneer dat strikt noodzakelijk is. Hiermee voorkomen we onnodige aerosolvorming op het moment dat we dichter dan 1,5 meter bij elkaar in de buurt zijn. Bewaar het gesprek over het uitwisselen van ervaringen voor na de sessie en houd hier de 1,5 meter afstand in acht.
- b. We beperken het fysieke contact tot de grepen en aanrakingen die op dat moment worden aangeleerd.
- c. We werken tijdens een uitwisseling met slechts één partner. Als je van partner wisselt, zorg er dan voor dat alle betrokkenen de handen grondig wassen en de gebruikte materialen worden gereinigd voordat je verdergaat. Zorg ervoor dat je badlaken en deken vervangt als je met een nieuwe partner werkt. Beperk het aantal partners tijdens een lesdag.
- d. Bij het werken aan het hoofd worden beide personen aangemoedigd om gezichtsbescherming (mondmasker) te gebruiken en de tijd in deze positie te beperken.

- e. Er zijn slechts twee personen tegelijk aan een tafel toegestaan. Bij het geven van uitleg of het voordoen van een techniek zal ook de docent hieraan voldoen door de studenten te laten observeren vanaf minimaal 1,5 m afstand.
- f. We delen de ruimte in om de afstand van 1,5 m tussen de studenten zoveel mogelijk te waarborgen. Deze indeling moet worden gehandhaafd. Met elkaar zorgen jullie ervoor dat iedereen voldoende ruimte heeft om vrij aan de tafel te kunnen werken.

6.5. Reiniging waar PCSA voor zorgt

- a. PCSA zorgt ervoor dat er voldoende middelen zijn om de ruimtes en de materialen regelmatig schoon te maken.
- b. We maken bij het schoonmaken gebruik van reinigingsmiddelen met 70% alcoholoplossing (of gelijkwaardige). Alle oppervlakken en objecten (bijv. werkoppervlakken, toetsenborden, telefoons, uitrustingsstukken, deurkrukken, koffiemachines en andere objecten), worden regelmatig gereinigd, vooral als ze door veel mensen worden aangeraakt.
- c. Kopjes, glazen, borden of keukengerei worden na gebruik in de afwasmachine gereinigd.
- d. We houden de toiletten gedurende de lesdag in de gaten en vragen iedereen om voorafgaand en na het toiletbezoek alles wat is aangeraakt te reinigen en de handen te wassen.
- e. We maken de prullenbakken regelmatig leeg.
- f. We maken tafels, stoelen en ander meubilair schoon in alle gemeenschappelijke ruimtes die worden gebruikt tijdens activiteiten bij PCSA. We gebruiken alleen de krukken (ook in de lesruimte) en niet de stoffen stoelen en de banken om het schoonmaken te vergemakkelijken.
- g. We zorgen ervoor dat we iedere nieuwe lesdag pas beginnen nadat de ruimte en apparatuur in een schone en gedesinfecteerde staat zijn.

Bijlage 1: “Triage” -vragenlijst

Deze vragenlijst is bedoeld om individuen te categoriseren op RIVM-risicoclassificaties. Deze vragenlijst wordt online aangeboden voor gebruik door alle studenten, docent en medewerkers.

Werkwijze

De vragenlijst moet worden ingevuld voor elke activiteit die het individu wil bijwonen. De vragenlijst mag niet eerder dan 2 dagen voor de activiteit worden ingevuld. De ingevulde vragenlijst wordt digitaal verstuurd naar de betreffende docent van de PCSA. Het mailadres staat in de reminder.

Op basis van de risicoclassificatie-triage kunnen individuen fysiek al dan niet deelnemen aan de activiteit volgens de classificatie:

- Groep A: Ja,
Groep B: overleg met je behandelend arts of deelname aan een activiteit op de PCSA verantwoord is. Beslis zelf op basis hiervan of je naar de PCSA komt.
Groep C en D: geen deelname mogelijk.

Iedereen die bij PCSA aanwezig is, verklaart middels de ingevulde vragenlijst dat hij/zij een classificatie met een laag risico heeft. De registratie van PCSA zal dienen als bevestiging dat de persoon heeft voldaan aan dit Triage-gedeelte van de veiligheidsprocedure.

Als de persoon op enig moment na het invullen van de vragenlijst van mening is dat hij/zij een verandering in de gezondheid ervaart, is onmiddellijke kennisgeving en terugtrekking van de activiteit vereist.

Door onderstaande vragenreeks te volgen, kunnen individuen snel worden ingedeeld in de vier RIVM Risicogroepen. De vragen gaan van hoog naar laag risico. Om door te gaan naar de volgende groep vragen moet je ze allemaal met een negatief (nee) hebben beantwoord. Een positief (Ja) antwoord geeft aan dat de cliënt thuishoort in deze triagegroep.

1. Heb je nu corona?
2. Heb je nu huisgenoten / familieleden met bewezen corona?
3. Ben je geïsoleerd in huis?
4. Ben je minder dan 2 weken geleden hersteld van corona?

Is het antwoord op een of meer van deze vragen JA, dan zit je in groep D.

5. Ben je minder dan 14 dagen geleden in een aangewezen risicogebied voor corona geweest?
6. Heb je symptomen van verkoudheid, niezen, hoesten, keelpijn, moeilijke ademhaling, koorts ($\geq 38^{\circ}\text{C}$), gewrichtspijn en / of stank- of smaakverlies?

7. Heb je kamergenoten / gezinsleden met een van deze klachten?
Is het antwoord op een of meer van deze vragen JA, dan zit je in groep C.

8. Ben je 70 jaar of ouder?

9. Heb je een chronische aandoening of een aandoening die jouw immuunsysteem heeft verlaagd?

Is het antwoord op één van deze vragen JA, dan zit je in groep B. Heb je JA geantwoord op zowel 8 als 9, dan kun je niet meedoen aan activiteiten bij de PCSA.

10. Ben je anderszins gezond en voel je je momenteel gezond?

Zo ja, dan zit je in groep A.