

Tantra Protocol Corona

Jan en Caroline (Smalhoorn) - najaar 2020

(Zie ook het protocol van Smalhoorn).

Toelichting protocol

Het doel van dit protocol is onze tantra trainingen op een veilige manier te geven, binnen de richtlijnen van overheid en RIVM, aangevuld met mogelijkheden die we onderzocht hebben in overleg met het RIVM.

Voor ons is tantra een ontdekkingsstocht in het verlangen naar verbinding. Hoe je vrij kunt zijn in dit verlangen, en nieuwsgierig op onderzoek kunt gaan hoe je echt in contact kunt zijn, op elke afstand. Dat was tantra altijd al voor ons, en nu nog steeds. En we ontdekken dat het ook binnen de corona regels nog steeds mogelijk is om op deze manier elkaar respectvol, veilig, kwetsbaar en diepgaand te ontmoeten. Op deze manier willen we met onze tantraworkshops een bijdrage leveren aan het verlangen naar veiligheid en gezondheid én het verlangen naar intimiteit en ontmoeting. Voor ons is tantra een vorm van non-dualiteit, waarin deze schijnbare tegenstellingen op een liefdevolle manier samen kunnen komen.

Onderstaande uitgangspunten zijn de basis voor het protocol:

- Een veilige omgeving bieden voor alle gasten en medewerkers.
- Het naleven van de 1,5 meter maatregel (voor personen uit hetzelfde huishouden geldt dit niet) in en rondom de accommodatie.
- Géén fysiek contact tussen gasten en/of medewerkers. (Voor personen uit hetzelfde huishouden geldt dit niet)
- Aanvullende hygiëne maatregelen voor gasten en medewerkers.
- Actiever lichaamswerk zoals dansen, en zingen en ademwerk doen we zoveel mogelijk buiten.
- Uitzondering op deze regels: soms zijn contactoefeningen voor personen die niet uit hetzelfde huishouden komen zijn mogelijk volgens het protocol contact beroepen van het RIVM (zie verder het protocol hieronder).
- Er kunnen situaties zijn dat contact tussen medewerker en gasten niet te vermijden is, zoals bij het verlenen van bedrijfshulpverlening of rescue procedures.

Totstandkoming van het protocol

Bij het tot stand komen van dit protocol is gezorgd dat deze goed aansluit bij de geldende gezondheidsadviezen van het RIVM. Aanvullend is er telefonisch contact geweest met het RIVM.

Wet- en regelgeving

Het vastgestelde protocol is géén vervanging van de geldende wet- en regelgeving, waaronder de geldende noodverordeningen. Door de maatregelen uit het protocol toe te passen geven wij invulling aan de geldende maatregelen en de gezondheidsadviezen en laten daarmee zien aan de wet- en regelgeving te willen voldoen.

Het protocol is onderhevig aan wijzigingen die kunnen worden aangebracht die verband houden met nieuwe eisen en voorschriften die vanuit de overheden worden gesteld.

Protocol

- Thuis blijven bij de volgende klachten: verkoudheid, niezen, hoesten, keelpijn, moeilijk ademen, koorts, plotseling verlies van reuk of smaak. Laat je testen. Bij een negatieve test (geen corona) ben je alsnog welkom.
- Thuis blijven als iemand binnen het huishouden koorts heeft (vanaf 38 graden) en/of benauwdheidsklachten. Laat je testen. Bij een negatieve test (geen corona) overleggen met de test instantie wat te doen (is de test afdoende of is toch quarantaine nodig).
- Thuis blijven als je de afgelopen twee weken contact gehad hebt met iemand met bewezen corona of als je huisgenoten contact gehad hebben met iemand met bewezen corona.
- Ben je op reis geweest in een land met code oranje of rood, dan gaan we uit van 10 dagen thuis quarantaine.
- Houd 1,5 meter afstand tot elkaar en de medewerkers.
- Schud géén handen.
- Hoest en nies in de elleboog. Gebruik papieren zakdoekjes.
- Handen worden regelmatig gewassen volgens de richtlijnen van het RIVM. Hiervoor worden zeep en desinfecterende middelen beschikbaar gesteld.
- Volg altijd de aanwijzingen van de medewerkers op.
- **Uitzondering op deze regels:** soms zijn contactoefeningen voor personen die niet uit hetzelfde huishouden komen zijn mogelijk volgens het protocol contact beroepen van het RIVM (zie het gespreksverslag met de RIVM hieronder). Als dit gebeurt, wordt gedurende het weekend vast een stel gevormd, doe je geen contactoefeningen met anderen en hou je je verder aan de regels. Als je tijdens een weekend contactoefeningen wil doen, vragen we je om aanvullend daarop 10 dagen voor het weekend je zeer zorgvuldig aan de regels van het RIVM te houden: zoveel mogelijk thuiswerken, 1,5 m afstand tot iedereen behalve huisgenoten, geen mensen met relevante gezondheidsklachten bezoeken, geen deelname aan groepen waar deelnemers zich niet aan de regels houden.

Wij zorgen voor de randvoorwaarden en duidelijke richtlijnen om een veilige omgeving te creëren. Voor de naleving en handhaving van het protocol hebben de deelnemers ook een eigen verantwoordelijkheid. Tijdens een training is een groep ook zelf verantwoordelijk en kunnen wij niet voortdurend toezien op de omgang met de regels. We doen het met elkaar.

Trainingszaal

- Bij de inrichting van de trainingszaal wordt rekening gehouden met de 1,5 meter afstand tot elkaar.
- Ventilatie in de trainingszaal is mogelijk door openen van de buitendeuren.

Slaapkamers

- Als een kamer gedeeld wordt door personen die samen geen huishouden vormen, moeten bedden zo opgesteld worden dat er tussen de hoofdkussens minstens 1,5 meter afstand is.

Sanitair

- Er zijn net zoveel personen toegestaan op het sanitair als dat er toiletten en douches aanwezig zijn – 1 persoon per wastafel.

- We gaan nog afspraken maken over het tussentijds schoonmaken van sanitair.
- Er staan bij het sanitair dispensers met zeep en desinfecterende handgel.

Aankomst

- Auto's kunnen geparkeerd worden op de daarvoor bestemde parkeerplaats.

Protocol maaltijden

De keuken van Smalhoorn is alleen toegankelijk voor de kok en een eventuele hulp.

Uitzondering is het afruimen en de afwas door de deelnemers, dit organiseren we ter plaatse met jullie in overleg.

Verder gelden de volgende maatregelen en richtlijnen:

- Bij de inrichting van de eetzaal (tafels en stoelen) wordt er rekening gehouden met de 1,5 meter afstand tot elkaar.
- De maaltijden worden aangeboden als buffet in de eetzaal, waarbij de aangegeven looprichting en afstand van 1,5 meter in acht wordt genomen.
- De maaltijden zullen mogelijk en afhankelijk van de grootte van de groep, op verschillende plaatsen worden genuttigd.
- Maaltijden worden klaargezet en aangevuld op het buffet door de kok en /of eventuele keukenhulp, waarna zij de ruimte weer verlaten.
- Bij het betreden van de eetzaal wordt desinfecterende handzeep beschikbaar gesteld welke gebruikt dient te worden bij binnenkomst.

Commitment aan de afspraken

Doel van het protocol is om de introductie van het coronavirus te beperken, en de risico's zowel voor jezelf, voor de groep als voor de samenleving te beperken.

Als je meedoet met de training committeer je je aan de afspraken:

- het protocol dat hierboven beschreven is
- je realiseert je dat er desondanks toch een risico van besmetting kan zijn
- de trainers en het centrum zijn niet verantwoordelijk als je ondanks de richtlijnen van dit protocol in de groep toch corona oploopt

Na afloop:

- als je binnen twee weken na afloop van de training klachten of een verdenking van corona hebt, laat je je testen en informeer je ons
- wanneer in de 14 dagen na afloop bij een van de deelnemers of bij ons corona wordt vastgesteld, dan wordt iedereen anoniem geïnformeerd
- je hebt de bereidheid om deel te nemen aan bron- en contact op verzoek van de GGD en volgt die adviezen op

Ondertekening

Iedereen die aanwezig is in de groep ondertekend onderstaande verklaring:

Ik hou mij aan de richtlijnen zoals opgesteld in het coronaprotocol van Jan en Caroline en zal deze gedurende de training naar beste kunnen respecteren.

Orvelte, datum:

Naam:

Handtekening:

Bijlage: gespreksverslagen RIVM:

Telefoon gesprek RIVM, Richard van Veen, 2 juni 2020, 17:00 uur.

Gestelde vraag: wat is in een workshop met massage en meditatie mogelijk in contact tussen mensen die geen relatie hebben?

Samenvatting antwoord: uitgaan van veilig werken bij contactberoepen. Zie de website: RIVM.nl <https://www.rivm.nl/coronavirus-covid-19/werk/contactberoepen> Het is mogelijk op die manier paren te vormen die samenwerken. Zorg wel dat je de contacten beperkt tot de momenten van contact tijdens een massage en dergelijke. Verder hou je je aan de 1,5 meter regel. Stel elkaar de vragen over de gezondheid. Houd je aan alle regels zoals het gebruik van desinfecterende gel. Een gezichtsmasker is niet nodig.

Telefoongesprek RIVM , Rachel, 25 juni 2020, 12:35 uur

Gestelde vraag: wat is in een workshop met massage en meditatie mogelijk in contact tussen mensen die geen relatie hebben? En wat verandert er naar aanleiding van de persconferentie van gisteren?

Samenvatting antwoord: contact sporten en dergelijke zijn nu ook toegestaan, er is meer mogelijk, dus als je in het algemeen uitgaat van de 1,5 m en je houdt je aan de regels en protocollen bij een aanraakoefening of massage dan is dat mogelijk.