

## **Grundregeln**

1. Alle Personen im Unternehmen reinigen sich regelmässig die Hände.
2. Mitarbeitende und andere Personen halten 2 Meter Abstand voneinander.
3. Bedarfsgerechte regelmässige Reinigung von Oberflächen und Gegenständen nach Gebrauch, insbesondere, wenn diese von mehrerer Personen berührt werden.
4. Angemessener Schutz von besonders gefährdeten Personen.
5. Kranke im Unternehmen nach Hause schicken und anweisen, die (Selbst-) Isolation gemäss BAG zu befolgen.
6. Berücksichtigung von spezifischen Aspekten der Arbeit und Arbeitssituationen, um den Schutz zu gewährleisten.
7. Informationen der Mitarbeitenden und anderen betroffenen Personen über die Vorgaben und Massnahmen.
8. Umsetzung der Vorgaben im Management und die Schutzmassnahmen effizient umzusetzen und anzupassen.

## **1. Händehygiene**

- Ich wasche mir die Hände mit Wasser und Seife bei der Ankunft in der Praxis, zwischen den Behandlungen sowie vor und nach den Pausen.
- Eine Waschgelegenheit mit Wasser und Seife sowie Händedesinfektionsmittel sind vorhanden.
- Die Kunden waschen sich bei der Ankunft die Hände mit Wasser und Seife.
- Eine Waschgelegenheit mit Wasser und Seife sowie Händedesinfektionsmittel stehen zur Verfügung. Die Kundinnen werden entsprechend informiert.
- Ich vermeide das Anfassen von Oberflächen und Objekten und instruiere meine Kundinnen entsprechend.
- Ich lasse Türen nach Möglichkeit offen, um das Anfassen zu vermeiden.
- Ich fasse möglichst keine Gegenstände von Kunden an (zum Beispiel Aufhängen von Jacken).
- Nachdem ich etwas angefasst habe, desinfiziere ich meine Hände und die entsprechenden Gegenstände.
- Ich habe alle unnötigen Gegenstände, die von den Kundinnen angefasst werden können (zum Beispiel Bücher, Flyer und Zeitschriften im Wartezimmer), entfernt.
- Ich entsorge Schutzmaterial nach Gebrauch in einem geschlossenen Abfallbehälter.

## **2. Distanz halten**

- Ich halte, wenn immer möglich, 2 Meter Abstand zu meinen Kundinnen.
- Die Distanz von 2 Metern zwischen wartenden Kundinnen und Kundinnen, welche die Praxis verlassen, ist gewährleistet.
- Ich trage zu jeder Zeit einen Mundschutz.
- Es befinden sich nie mehr als 3 Personen (inkl. mir) in meinen Arbeitsräumen. Bei der Behandlung von Paaren können es kurzzeitig 4 Personen sein.
- Die Kundinnen gehen sofort nach dem Händewaschen in den Warteraum.
- Ich bediene keine Laufkundschaft.
- Ich bediene nur Kundinnen, die einen Termin vereinbart haben.

## **3. Reinigung**

### **Oberflächen und Gegenstände**

- Ich reinige und desinfiziere Oberflächen und Gegenstände regelmässig und bedarfsgerecht. Insbesondere, wenn sie von mehreren Personen berührt werden.
- Ich entsorge Abfälle sicher und wechsle meine Arbeitskleidung täglich.
- Ich reinige und desinfiziere nach allen Kundinnen sämtliche Oberflächen, Türfallen und Türen sowie die Toilette, die Liege und den Body Cushion.
- Ich wechsle die gesamte Frotteewäsche, die bei der Behandlung in Kontakt mit der Kundin kommt, nach der Behandlung und wasche sie mit 60 Grad.

### **Toilette**

- Ich reinige die Toilette nach jeder Kundin gründlich mit Desinfektionsmittel.
- Ich stelle für meine Kundinnen auf der Toilette Seife aus dem Dispenser, Händedesinfektionsmittel und Einweghandtücher zur Verfügung.

### **Abfall**

- Ich vermeide Kontakt mit möglicherweise infektiösem Abfall.
- Ich vermeide das Anfassen von Abfall.
- Ich trage im Umgang mit Abfall Handschuhe und entsorge diese anschliessend.
- Ich leere meine Abfalleimer regelmässig und drücke Kehrichtsäcke beim Entsorgen nicht zusammen.

### **Arbeitskleidung und Wäsche**

- Ich wechsle und wasche meine Berufswäsche jeden Tag vollständig und halte sie sauber.
- Ich wasche die Wäsche meiner Kundinnen separat bei 60°.
- Ich verwende wo immer möglich Einwegmaterial.

### **Lüften**

- Ich lüfte und reinige meine Praxis nach jeder Kundin gründlich.

#### **4. und 5. Besonders gefährdete Personen**

- Das Poster des BAG beim Eingang macht Kundinnen und Kunden mit Symptomen (Schnupfen, Husten etc) darauf aufmerksam, dass sie die Praxis nicht betreten dürfen und Zuhause bleiben müssen.
- Ich habe an der Hauseingangstüre das Plakat des BAG mit den Verhaltensregeln sowie auf der Toilette das Plakat zum richtigen Händewaschen und Händedesinfizieren angebracht.

#### **6. Informationen**

- Ich informiere alle Kundinnen und Kunden über die vorgeschriebenen Schutzmassnahmen und die korrekte Umsetzung.
- Ich habe das Poster mit den Schutzmassnahmen des BAG beim Hauseingang angebracht. Die Anleitung zur richtigen Händedesinfektion sowie der Hinweis, dass die Kunden mit Symptomen die Praxis nicht betreten dürfen, sind klar ersichtlich.
- Alle Kundinnen und Kunden müssen einen Mundschutz tragen, der er im Wartezimmer aufliegt.
- Ich halte den Abstand wenn immer möglich ein und untersage alle unnötigen Körperkontakte wie Händeschütteln und Umarmen.
- Ich behandle keine Personen mit Symptomen. Ich schicke entsprechende Kundinnen und Kunden umgehend nach Hause.
- Ich behandle nur gesunde Frauen und Männer.

#### **7. Management**

- Ich fülle Seifenspender und Einweghandtücher regelmässig auf und achte auf genügend Vorrat.
- Ich fülle Desinfektionsmittel und Reinigungsmittel regelmässig auf und achte auf genügend Vorrat.
- Ich garantiere für eine engagierte und seriöse Umsetzung der Hygienerichtlinien.