

Liz Dans Flamenco Corona Protocol / Veiligheid- en hygiëneregels voor iedereen

- houd anderhalve meter (twee armlengtes) afstand van ieder andere persoon buiten jouw huishouden
- hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes, en doe dit niet in de danszaal maar ga naar het toilet, dan kun je meteen handen wassen, desinfecteren.
- ga thuis naar het toilet
- was je handen met water en zeep voor en na de les en droog af met een tissue/ papier
- vermijd het aanraken van je gezicht
- schud geen handen
- kom niet eerder dan 5 minuten voor aanvang van de les aan
- kleed je zoveel mogelijk thuis om, je dansschoenen kun je natuurlijk wel wisselen en er zijn wel kleedkamers, douches en lockers aanwezig
- neem zelf een flesje water of volle bidon mee

Lees onderstaande vragen goed door:

Had je een of meerdere van deze klachten in de afgelopen 24 uur ?

 Hoesten	 Verkoudheids- klachten	 Verhoging of koorts	 Benauwdheid	 Reuk- en/of smaak- verlies
--	--	---	--	--

Heb je op dit moment een huisgenoot met koorts en/of benauwdheidsklachten?

Heb je het nieuwe coronavirus gehad en is dit de afgelopen 7 dagen vastgesteld (in een lab)

Heb je een huisgenoot /gezinslid met het nieuwe coronavirus en heb je in de afgelopen 14 dagen contact met hem/haar gehad terwijl hij/zij nog klachten had?

Ben je in quarantaine omdat je:

- direct contact had met iemand waarbij het nieuwe coronavirus is vastgesteld?
- je korter dan 14 dagen geleden uit een land/regio bent teruggekeerd met code oranje of rood?








Indien een van de vragen met ja beantwoord wordt, maak dan geen afspraak of annuleer de afspraak


Liz Dans Flamenco Corona Protocol / Safety and hygiene rules for everyone:


- keep one and a half meters (two arm lengths) distance from any other person outside your household
- cough and sneeze in your elbow and use paper handkerchiefs
- go to the toilet at home
- wash your hands with soap and water before and after rehearsal.
- avoid touching your face
- don't shake hands
- arrive no earlier than 5 minutes before the start of the rehearsal and go home immediately afterwards
- Change your clothes at home, of course you can change your dancing shoes and there are dressingrooms, showers and lockers
- bring your own bottle of water


Please read these questions:


Did you have one or more of the following symptoms in the past 24 hours ?

 Coughing	 Symptoms of a common cold	 Fever or elevated temperature	 Shortness of breath	 Loss of taste and smell
---	--	--	--	--

Does someone in your household have a fever and/or shortness of breath? 

Have you had a novel coronavirus infection? (Laboratory-confirmed in the past 7 days)? 

Does someone in your family or household have a COVID-19 infection, and have you had contact with them in the past 14 days while they still had problems? **14 dagen** 

Are you in quarantine because you have had direct contact with someone with a confirmed COVID-19 infection? 

More info: rtwm.nl/covid19

If you answered yes to one or more of these questions, do not make an appointment, or cancel your appointment

