



Veiligheidsprotocol Coronavirus

Tantraworkshops voor stellen

Bliss Your Body / Wendy Doeleman

**Dit protocol is met zo groot mogelijke zorgvuldigheid geschreven,
op basis van de richtlijnen van het RIVM.**

A. Voorwaarden om workshops te kunnen geven

1. Het samenkomen met (levensbeschouwelijke) groepen van 30 personen in een ruimte is vanaf 1 juni 2020 toegestaan mits er 1,5 meter afstand tussen de aanwezigen gegarandeerd kan worden (gezinnen/stellen uitgezonderd).
2. Zolang deze maatregel geldt, geeft *Bliss Your Body* alleen workshops aan mensen die als stel komen. Zij blijven de hele avond bij elkaar op een eigen eiland van twee matten waar zij alle onderdelen samen doen. Alleen het delen van ervaringen (sharings) gebeurt eventueel met een ander stel, op 1,5 meter afstand. De 1,5 meter-afstand wordt ook aangehouden indien de begeleider of een assistent aanwijzingen of support geeft.
3. Alleen mensen die geen corona-gerelateerde klachten hebben, kunnen aanwezig zijn in de ruimte en deelnemen aan een workshop. Dit geldt voor de begeleider, assistenten en deelnemers, alsmede voor al ieders huisgenoten/andere gezinsleden. Onder corona-gerelateerde klachten verstaan we: **neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid, keelpijn of koorts**.
4. Bij aankomst teken je een formulier waarmee je aangeeft dat jij en je huisgenoten geen van deze klachten hebben en dat je akkoord gaat met alle maatregelen die we in dit protocol stellen.
5. Indien jullie en/of een huisgenoot/gezinslid tot een risicogroep behoort (chronische ziekte, leeftijd) raden we deelname aan live workshops in deze fase ten zeerste af.
6. De workshop bevat alleen onderdelen die momenteel toegestaan zijn. Dit zijn: meditatie, rustige beweging op de eigen plek, sharing en aanraking binnen een stel. Onderdelen die (nog) niet toegestaan zijn en/of een groter risico op besmetting geven zijn intensieve dans (sport), intensief ademwerk en contact binnen de 1,5 metergrens inclusief aanraking met andere mensen dan je eigen partner. Deze zaken zullen niet tijdens de workshop worden gedaan. Enkele onderdelen kunnen mogelijk wel buiten gedaan worden (intensiever bewegen, ademwerk).

B. Voorwaarden die *Bliss Your Body* stelt aan de locatie

1. *Bliss Your Body* zorgt voor een geventileerde ruimte met schoon sanitair.
2. Er is voldoende zeep en papieren handdoekjes.
3. De workshop vindt plaats in een dermate grote ruimte dat 1,5 meter afstand tussen de stellen gemakkelijk mogelijk is.
4. Er wordt geen koffie/thee/water geschonken. Neem je eigen drinkflesje gevuld met water mee.

C. Hoe bereid je je voor op een workshop?

1. Jullie brengen alle spullen die nodig zijn voor de workshop zelf mee. Denk aan een eigen drinkflesje, papieren zakdoekjes en voldoende handdoeken en/of mooie doeken om over de matten en jullie kussentje te leggen. Eventueel kun je ook een eigen (meditatie)kussentje meenemen. Al deze zaken zullen ook nog per mail worden gecommuniceerd.
2. Je hebt het corona-protocol gelezen toen je je aanmeldde én leest dit protocol vlak van te voren nog door, zodat je weet hoe de werkwijze ter plekke gaat zijn.
3. Je arriveert ruim van te voren zodat er alle tijd en ruimte is voor het tekenen van het formulier, handen wassen en toiletbezoek.
4. Je bent je ervan bewust dat als achteraf blijkt dat als een van de aanwezigen in de ruimte

binnen twee weken na de workshop positief getest wordt bij een corona-test, er contactonderzoek via de GGD kan plaatsvinden. Iedereen die in nauw contact (langer dan 15 minuten binnen 1,5 meter) met deze persoon is geweest, wordt hierbij gevraagd om alle bekende maatregelen te nemen (zoals quarantaine). Dit nauwe contact is dus wat we in de workshop echt willen en moeten vermijden.

D. Afmelden en annuleringsvoorwaarden

1. Indien de begeleider van *Bliss Your Body* of een van haar huisgenoten binnen 24 uur voor aanvang van de workshop klachten hebben, wordt de workshop per mail afgezegd. Controleer voor vertrek dus altijd nog je mail.
2. Indien *Bliss Your Body* annuleert, zal de workshop worden verzet naar een andere datum. Als je op die datum niet kunt of wilt meedoen, kun je tot 48 uur voor aanvang van de nieuwe datum kosteloos annuleren.
3. Indien een van jullie of een van jullie huisgenoten binnen 24 uur voor aanvang van de workshop klachten heeft, meld je je af per mail of telefoon.
4. Tot 48 uur van te voren is afmelden kosteloos. Je krijgt het bedrag via de ticketshop teruggestort.
5. Vanaf 48 uur van te voren vind bij annulering geen terugbetaling meer plaats, ongeacht de reden van afmelden. Wel kun je een ander stel zoeken dat in jullie plaats wil deelnemen. Ook is er een kans dat er een stel op de wachtlijst staat. Als een ander stel in jullie plaats deelneemt, krijg je de kosten van de workshop via de ticketshop teruggestort.
6. Indien tijdens de workshop blijkt dat je toch duidelijk corona-gerelateerde klachten hebt, dien je samen met de partner de ruimte en workshop te verlaten. Er vindt geen terugbetaling plaats.

E. Werkwijze

1. Bij het begroeten van andere deelnemers, begeleider en assistenten is er geen lichaamscontact.
2. Na binnenkomst was je direct je handen. Als je gebruik maakt van het toilet was je daarna opnieuw je handen.
3. Neus snuiten, hoesten, niezen doe je in je elleboog, niet in je hand(en). Eventuele vieze papieren zakdoekjes gooi je direct in de vuilnisbak.
4. Voor vertrek was je je handen.
5. Bij het afscheid van andere deelnemers en teamleden is er geen lichaamscontact.

Disclaimer

Ondanks alle genomen maatregelen kan het voorkomen dat je besmet raakt tijdens een workshop. Met het nemen van het besluit om deel te nemen aan een workshop bij Bliss Your Body, ga je akkoord met dit risico.

Aldus vastgesteld op 11 mei 2020 te Bilthoven. Bliss Your Body- KvK nr: 30171329