



Ripartire sicuri

Linee guida
per la rieducazione motoria
di gruppo



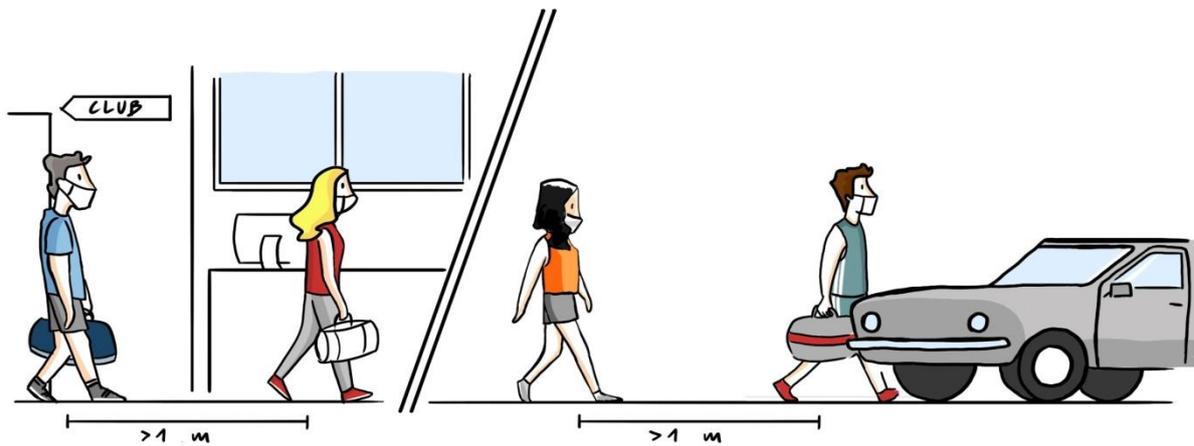
*Lo staff de “La Spalliera” è lieto di
annunciare che dal 1 giugno 2020 ripartirà
l’attività di rieducazione motoria di gruppo.
Vi chiediamo di leggere attentamente queste
linee guida e di impegnarvi a rispettare le
disposizioni contenute per la tutela di tutti.*



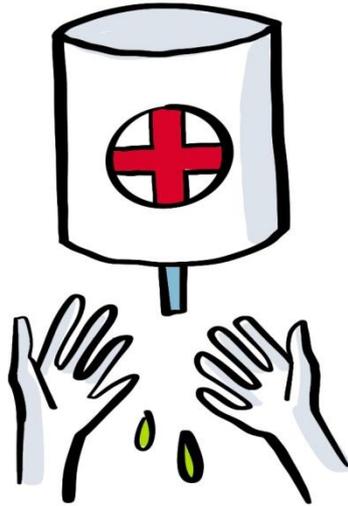
- *Prima dell'accesso alla struttura dovrà essere effettuato il controllo della temperatura corporea da parte del personale di segreteria.*
- *Se la temperatura risulterà superiore a 37,5 non sarà consentito l'accesso alla palestra.*



- *Raggiungere la struttura già vestiti per l'attività in palestra.*
- *L'accesso agli spogliatoi è consentito ad un numero massimo di 3 persone. Se la capienza massima è stata raggiunta si attenderà nel corridoio o all'esterno.*
- *All'interno degli spogliatoi deve essere mantenuta la distanza di sicurezza di mt. 1 tra le persone (seguire l'apposita segnaletica).*
- *Tutti gli indumenti e gli oggetti personali devono essere riposti dentro ad una borsa anche qualora depositati negli appositi armadietti.*
- *Per la palestra utilizzare un paio di calze previste esclusivamente per questo scopo.*



- *Mantenere le distanze di sicurezza all'interno e all'esterno dei locali (seguire l'apposita segnaletica)*
- *Evitare condizioni di assembramento e aggregazione negli spazi di attesa.*
- *L'accesso alla palestra è regolamentato dal terapeuta il quale provvederà a dare indicazioni per il posizionamento nelle varie aree al fine di garantire le distanze di sicurezza.*



- *E' obbligatorio provvedere all'igiene delle mani sia in ingresso che in uscita dalla palestra.*
- *Si può utilizzare il lavaggio con acqua e sapone per 40-60 secondi, avendo cura di strofinare bene le mani in ogni parte: spazi fra le dita, dorso, palmo e anche il polso.*
- *In alternativa sono a vostra disposizione i dispenser con apposito gel disinfettante.*



- *E' obbligatorio l'uso della mascherina negli spostamenti e durante l'attività motoria leggera.*
- *Nel caso di attività fisica intensa l'utilizzo della mascherina può essere evitato ma solo per il tempo necessario all'esecuzione dell'esercizio.*
- *L'utilizzo dei guanti è consigliato ma non obbligatorio. In questo caso i guanti devono essere nuovi.*



- *Portare da casa un asciugamano pulito e usare sempre il proprio asciugamano sugli attrezzi e sui lettini*
- *In assenza del proprio asciugamano è possibile usare i lenzuolini di carta che troverete a vostra disposizione.*



WELLNESS
INSTITUTE


- *Dopo l'utilizzo da parte di ogni singolo paziente, il terapista assicura la disinfezione della macchina o degli attrezzi usati.*
- *E' garantita la frequente pulizia e disinfezione degli ambienti condivisi.*
- *E' garantita l'aerazione naturale nell'arco della giornata negli ambienti dotati di aperture verso l'esterno nonché l'utilizzo di ventilatori meccanici di ingresso ed uscita dell'aria.*



Siamo fiduciosi che queste semplici regole ci aiuteranno a ripartire in sicurezza.

Vi ringraziamo per la collaborazione e vi chiediamo comprensione se le nuove procedure richiederanno attese o cambiamenti alle impostazioni alle quali eravate abituati.

Grazie

Lo staff de “La Spalliera”