



VEILIG LESSEN VOLGEN CHECKLIST RICHTLIJNEN

VOOR AANVANG



- Blijf thuis bij verkoudheidsklachten of als jij of één van je huisgenoten last heeft van benauwdheid of koorts.
- Wees op de starttijd op de cursuslocatie (kom niet te vroeg).

TIJDENS DE CURSUS



In en om het pand:

- Volg de instructies op van de medewerkers.
- Houd je aan de looproutes en hygiënevoorschriften.
- Verlaat de cursuslocatie direct na afloop van de cursus.
- Was je handen voor en na de les en tussentijds na het toiletbezoek.

Veilig oefenen:

- Houd je aan de vaste zit- en oefenplekken.
- Gebruik de oefenmaterialen van het Rode Kruis en volg de hygiëne-instructies op.
- Werk in vaste duo's op een vaste pop of lichaamsdeel.
- Draag eigen handschoenen en gooi deze na afloop weg.

NA DE CURSUS



- Neem contact op met het Rode Kruis Bodegraven als je binnen twee weken na deelname aan een cursus positief wordt getest op COVID-19.