

Her følger forslag til, hvordan man på sikker vis kan udføre NADA:

Borgerne

Personer med symptomer på Covid-19 (feber, hoste, ondt i halsen, hovedpine og ømme muskler) skal ikke møde op.

Hjælp borgerne med hensigtsmæssig adfærd – f.eks. opslag på døren med enkle og klare Covid-19 forholdsregler.

Borgeren vasker/spritter hænder ved ankomsten. Anvend ikke fælles håndklæde.

Hav sprit stationer på strategiske steder i lokalerne.

Minimer risiko for smittespredning. F.eks. skal ugeblade og lekture ikke være frit tilgængeligt, hav ikke vandkander til fælles afbenyttelse osv.

Hold 2 meters afstand mellem personer i rummet (Sundhedsstyrelsens (SST) anbefaling er aktuelt 1-2 meter).

Overhold SST's påbud mht. antal personer i samme rum.

Overhold SST's påbud mht. rum størrelse og personantal.

Luft grundigt ud efter hver gruppe seance og afsprit relevante objekter (f.eks. armlæn på stole, strategiske håndtag mv.). Virus kan ikke undgås, men vi skal begrænse mængden af vira i et lokale.

NADA-udøveren

Vask/sprit hænderne inden NADA.

Hav alt udstyr ved hånden.

Rør ikke ved dit ansigt under seancen.

Gennemfør NADA hurtigt. Minimer tiden med al kontakt som er tættere end 1-2 meter.

Afslut med igen at vaske eller spritte hænder.

Brug papirhåndklæde om muligt. Hav evt. dit eget håndklæde.

Værnemidler:

Handsker, masker og visir anbefales som udgangspunkt ikke. Ifølge SST. anbefales maske ved mere end 15. min. tæt øjenkontakt. SST. anbefaler maske i særlige tilfælde, hvis der er en risiko for at bringe smitte videre til andre. Det samme er tilfældet, hvis der er begrundet mistanke om Covid-19

hos en borger. Men sidstnævnte gruppe skal som allerede nævnt ikke modtage NADA, før de er symptomfri. Ønskes værnemidler kan de fås hos [Wendy og Co](#) til lave priser. Vær opmærksom på at anbefalinger kan ændres.

Alle gældende anbefalinger fra SST skal til enhver tid følges.

Gør grundig og hyppig håndvask til en rutine. Det beskytter i længere tid end sprit.

Udvis ansvarlighed og vær med til at sikre, at vi fortsat kan hjælpe de mange.