



# SKÄRGÅRDSHÄLSAN

## INFORMERAR:

Vi vill tacka alla för ert tålamod och väntan i dessa tider. I takt med att samhället öppnar, öppnar även vi lugnt våra mottagningar fr.o.m 1.6.

För att vi på ett tryggt sätt kan hjälpa både riskgrupper och icke riskgrupper hoppas vi att du som kund kan checka av dessa innan du dyker upp hos oss:

- Uteslut 2 senaste veckor:
  - o feber, hosta, ont i halsen, andningssvårigheter eller -nöd, muskelvärk i kombination med andra Covid-19-symptom.

Vi terapeuter behöver ha 15min paus mellan kunderna för att

- Vädra 10-15minuter innan nästa kund.
- Desinficerar likt förut men även där du som kund tar i.
- Vi använder i dessa tider handskar till varje kund.
- Vi använder munskydd för att skydda dig som klient. Om du hör till riskgruppen eller annars önskar kan vi använda extra skydd.

Då du kommer till oss:

- Kom gärna punktligt inomhus. Du får gärna ta en promenad eller värma upp kroppen utomhus för att effektivera behandlingen, det gör gott!
- Berätta alltid vid ditt besök oss att du är frisk sedan åtminstone 2 veckor och är utan ovanstående uteslutningskriterier **samt** om du hör till riskgruppen.
- Vi vill gärna extra observera innan behandling om du är
  - o Över 70år
  - o Hjärtsjukdom/hjärtsvikt
  - o Kranskärslsjukdom.
  - o Högt blodtryck
  - o Astma eller lungsjukdom
  - o Diabetes
  - o Kronisk lever eller njursvikt
  - o Cancer
  - o Immunsänkande sjukdom, kortisonkrävande sjukdom
  - o Neurologisk sjukdom eller andra sjukdomar
- Berätta om du vill att vi använder extra skydd eller om du vill ha ett andningsskydd.

Vid sjukdom tar vi ingen avgift vid avbokning likt förut.

- Vid förhinder avboka senast föregående dag före kl 18. I övrigt har vi rätt att fakturera dig.
- Om vi är sjuka eller hamnar i karantän kontaktar vi dig.

Vi ser framemot att få träffa och behandla er igen! Efter regn kommer solsken!

Med glädje kan vi även informera att vår nya produkt "Fysioterapi på distans" har varit väldigt lyckad under dessa tider.

*" 'Fysioterapi på distans' har gett helt nya perspektiv på omvårdnad till mig som terapeut såväl som kund. Då jag fysiskt inte är där intill så "måste" du göra det själv - Tänk vad fint för mig att uppleva att fler och fler hittar nycklarna till sin egen kropp då de börjat känna in sig själva och ta hand om sig på ett nytt sätt som ger resultat i bättre välmående. VAU! Jag är imponerad av er öppenhet och utvecklingsvilja! Det här är inget supplement till fysisk behandling men ett jäkligt bra sätt för uppföljning på ny nivå, jag tror många skulle ha nytta av! Jag kan vara med typ var som helst och hjälpa till i din vardag – hur fantastiskt fint är inte det!?"*

Soliga hälsningar,

*Team SkärgårdsHälsan*

