

Regeln in Pandemie-Zeiten (19.08.2021)

- Bitte die allgemein bekannten Hygiene-Regeln beachten.
- Bitte die Hände bereits an der Eingangstür desinfizieren (Händedesinfektionsmittel neben der Eingangstür)!
- Bitte einen Mindestabstand von 1,5m einhalten! Im Treppenhaus nur auf den Treppenabsätzen aneinander vorbeigehen. In der Zendo bleibt jede zweite Matte frei, ggf. werden weitere Matten ausgelegt.
- **Außer bei der stillen Meditation am Sitzplatz (Zazen, jedoch nicht Dokusan/Taiwa)** ist immer eine medizinische Maske (OP-Maske), KN95-Maske oder FFP2-Maske zu tragen.
- Alle Räume sind während der Nutzung quer zu lüften. Eine Stoßlüftung mit weit geöffneten Fenstern u. Türen alle 25 Minuten ist zu bevorzugen.
- Die Teilnehmerzahl ist für die Zendo auf **12 Personen**, für den Essraum im 1. Stock auf **6 Personen** beschränkt. Eine parallele Nutzung ist nur dann zulässig, wenn auf zeitlich versetzte Umkleidezeiten geachtet wird.
- Bitte tragt euch in die im Aufenthaltsraum ausliegende Liste „Pandemie 2021 – Anwesenheitsliste“ ein (bei Mitgliedern des Zen-Kreis Bremen reicht der Vor- und Nachname). Diese Liste wird 4 Wochen nach dem letzten Eintrag entfernt.
- Keine Teezeremonie, keine gemeinsamen Niederwerfungen (Ersatz durch Verbeugungen im Stehen) und keine gemeinsamen Rezitationen.
- Jede*r ist für die Einhaltung dieser Regeln selbst verantwortlich. Die Person, die die Leitung der Übung übernimmt, wird jedoch auf die Einhaltung der Regeln hinweisen.
- Für geschlossene längere Veranstaltungen wie Sesshins ist ein **gesondertes Hygienekonzept** zu erstellen.

Der Vorstand des Zen-Kreis Bremen