

Regeln in Pandemie-Zeiten, Seite 1 (19.10.2021)

Jede*r ist für die Einhaltung dieser Regeln selbst verantwortlich. Die Person, die die Leitung einer Gruppen-Übung übernimmt, wird jedoch auf die Einhaltung der Regeln hinweisen.

Generelle Regeln

Die allgemein bekannten Hygiene-Regeln beachten!

Die Hände bereits an der Eingangstür desinfizieren!

**Im Treppenhaus, auf Fluren und im Aufenthaltsraum
Mindestabstand von 1,5 m einhalten und medizinische
Maske (OP-Maske), KN95-Maske oder FFP2-Maske tragen!**

**Sich in die im Aufenthaltsraum ausliegende Liste
„Pandemie 2021 – Anwesenheitsliste“ eintragen!
(Mitglieder des Zen-Kreis Bremen: nur Vor- und Nachname)**

Es sind Sonderregelungen möglich, wenn folgendes sichergestellt ist: genesen, geimpft (2G) bzw. getestet¹ (3G). Jede sich regelmäßig treffende Gruppe entscheidet grundsätzlich und in eigener Verantwortung, ob die Treffen bis auf weiteres **ohne Nachweis** oder nach dem **2G- oder 3G-Modell** durchgeführt werden und trägt dies auf Seite 2 dieser Regeln ein. Die Verantwortung für die Kontrolle der Nachweise² liegt bei der jeweiligen Gruppe³.

¹ **genesen** bedeutet: innerhalb der letzten 6 Monate positiv mittels PCR oder einem anderen Nukleinsäurenachweis auf SARS-CoV-2 getestet; das Testergebnis muss mindestens 28 Tage zurückliegen.

getestet bedeutet: Antigen-Schnelltest durch anerkannte Teststelle, Kontrolle des Nachweis durch die Person, die die Leitung der Übung übernimmt.

² Hier kann von der jeweiligen Gruppe eine interne Liste (geimpft, wann genesen? etc.) angefertigt werden, damit nicht für jeden Termin ein Nachweis erforderlich ist.

³ Der **Vorstand** ist umgehend **über Änderungen zu informieren**, damit zeitnah eine Information über die Website erfolgen kann.

Regeln in Pandemie-Zeiten, Seite 2

Wenn nicht anders geregelt, gilt Spalte I.

Ausnahme: Eintrag einer Gruppe in Spalte II, dann **Zugang nur mit Nachweis** der Impfung, der Genesung oder ggf. Testung¹

I. Gruppe ohne Nachweis Beispiel: XY-Tag <i>abends</i>	II. 2G- oder 3G-Nachweis Beispiel: XY-Tag 18:00 Uhr <u>2G</u>

Querlüftung als Stoßlüftung alle 25 Minuten

mit weit geöffneten
Fenstern u. Türen

die Öffnung kann
deutlich reduziert werden

Tragen einer medizinischen Maske (OP-Maske), KN95-Maske oder FFP2-Maske

immer, außer bei der stillen
Meditation am Sitzplatz

keine Trageverpflichtung in der
Zendo oder im Raum 1. Stock

Begrenzte Teilnehmerzahl

Zendo: 12 Personen
Raum 1. Stock: 6 Personen

Zendo: 14 Personen
Raum 1. Stock: 8 Personen

Teezeremonie / gemeinsamen Rezitationen / Niederwerfungen

Nein

Ja, aber Rezitationen reduziert