

## **Regeln in Pandemie-Zeiten (20.05. 22)**

Wer an einer plötzlich aufgetretenen und (noch) nicht ärztlich abgeklärten Atemwegserkrankung leidet, darf nicht an Veranstaltungen des Zen-Kreis Bremen teilnehmen. Ein Nachweis über Impfung, Genesung oder Testung ist nicht mehr erforderlich.

Bekannte Nieß- und Husten-Etikette beachten! Abstand halten! Bei allen Bewegungen im Gebäude (Ausnahme: Niederwerfungen vor der Sitzmatte) ist eine medizinische Maske (OP-Maske) oder FFP2-Maske zu tragen. Auf dem Meditationsplatz sitzend kann auch bei Rezitationen<sup>1</sup> auf das Tragen einer Maske verzichtet werden.

Die Teilnehmerzahl ist für die Zendo auf 16 Personen<sup>1</sup> (siehe Sitzplan am Aufgang zur Zendo) und für den Raum im 1. Stock auf 8 Personen beschränkt. Alle Räume sind während der Nutzung stoßweise alle 25 bis 45 Minuten quer zu lüften. Wenn die Nutzung beendet ist, sind alle Fenster und Türen (auch zum Treppenhaus) wieder zu schließen.

Die Tassen für die Teezeremonie werden ausschließlich im Schrank der Teeküche gelagert, da eine Bereitstellung in der Zendo trotz gutem Abwasch nicht den hygienischen Anforderungen genügt; die Servietten verbleiben in der Zendo. Es ist auch möglich, eine eigene für den jeweiligen Termin mitgebrachte (und wieder mitgenommene) Tasse zu benutzen. Diese Tasse sollte in Farbgebung und Größe an die anderen Tassen angeglichen sein.

Jede Gruppe kann über diese Regeln hinausgehende Hygieneregeln beschließen. Für geschlossene längere Veranstaltungen wie Sesshins ist ein gesonderter Hygieneplan festzulegen.

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. Diese Regeln ersetzen die Regeln vom 31.03. 22.

*Der Vorstand des Zen-Kreis Bremen*

---

<sup>1</sup> **15-16 Personen:** Pro Rezitationsperiode dürfen max. zwei Texte (ggf. mit Wiederholung und Übersetzung) gemeinsam rezitiert werden. Niederwerfungen werden nur im Stehen angedeutet.