

Um in Corona-Zeiten wieder gemeinsam miteinander meditieren zu können, haben wir ein Hygienekonzept erstellt, das den zuständigen Behörden vor Ort auf Verlangen vorgezeigt werden muss.

Wir bitten Euch, die Umsetzung gemeinsam mit uns sicherzustellen.

Das Motto hierfür ist uns bekannt: Auf mich selbst achtend, achte ich auf den Anderen -
auf den Anderen achtend, achte ich auf mich selbst.

1. Personen mit Krankheitssymptomen (wie z. B. Fieber, Husten, Halsweh, Schnupfen, Geschmacksstörungen etc.) bei sich selbst oder einer Person, die mit ihm in einem Haushalt lebt, bleiben zu Hause.
2. Ausgeschlossen sind auch Personen, die innerhalb der letzten 14 Tage Kontakt mit einer Person hatten, bei der ein Verdacht auf Covid-19-Erkrankung vorliegt oder bestätigt wurde.
3. Wenn gemäß der gültigen Corona-Verordnung die 3-G-Regel gilt, haben folgende Personen freien Zugang:
 - vollständig geimpfte Personen (ab dem 15. Tag danach)
 - negativ getestete Personen (Schnelltest oder PCR-Test Befund < 24 h)
 - Genesene (positiver PCR-Test, der mind. 28 Tage und max. 6 Monate alt ist) und
 - Genesene Geimpfte (positiver PCR-Test, der mind. 28 Tage alt ist + Impfung).

Die entsprechenden Nachweise müssen vorgezeigt werden.

4. Die Teilnehmerzahl ist entsprechend der gültigen Corona-Verordnung begrenzt. Für die Planung und Kontrolle der maximalen Teilnehmerzahl ist eine vorherige Anmeldung notwendig (Link in der wöchentlichen Einladungsmail).
5. Die Nies- und Hustenetikette ist zu beachten.
6. Der Sicherheitsabstand zu anderen Personen beträgt mind. 1,5 Meter und ist in allen Räumen der Zendo einzuhalten.
7. Ein Mund-Nasen-Schutz ist zu tragen.

Ablauf:

- a) Das Gebäude sowie die Zendo ist mit einem Mindestabstand von 1,5 m und mit Mund-Nasen-Schutz zu betreten.
- b) Die Hände sind mit dem am Eingang zur Verfügung gestellten Desinfektionsmittel zu desinfizieren.
- c) Der zuständige Jiku führt eine Anwesenheitsliste. Hier werden Name, Adresse und Telefonnummer sowie Datum und Uhrzeit aufgeführt. Bei Vereinsmitgliedern ist der Name ausreichend. Dies dient dazu, bei einer möglichen Infektion die vom Gesundheitsamt erforderliche Kontaktnachverfolgung zu ermöglichen.
- d) Der zuständige Jiku wird Euch einen Platz in der Zendo zuweisen. Die Matten sind in einem Mindestabstand von 1,5 m angeordnet.
- e) Während der Meditation kann der Mund-Nasen-Schutz abgelegt werden.
- f) In allen Räumlichkeiten und der Zendo müssen Socken getragen werden.
- g) Wir sitzen 3 Runden mit einer Pause von ca. 5 Minuten.
- h) Während der Pause bleiben wir auf unserer Matte. Ein Aufenthalt im Flur ist während der Pause zu vermeiden.
Wir werden sowohl vor der Meditation als auch in der Pause für eine Durchlüftung der Zendo sorgen. Bitte bringt ggf. eine Jacke oder Decke mit.
- i) Rezitation, Kinhin und Tee-Zeremonie sind aufgrund der erforderlichen Einhaltung des Infektionsschutzes während der Corona-Pandemie nicht möglich.
- j) Das Verlassen der Zendo erfolgt in der Form. Jedoch verlassen die Teilnehmer einzeln den Raum im Abstand von mind. 1,5 m.
- k) Gespräche nach Beendigung der Meditation sollten möglichst im Freien stattfinden.
- l) Der Jiku desinfiziert nach der Meditation alle mit den Händen berührten Flächen, Türklinken und Lichtschalter. Taku, Inkin und Bänkchen werden nach der Meditation desinfiziert.
- m) Die Toilette wird regelmäßig gereinigt. Das Waschbecken ist mit ausreichend Seife, Desinfektionsmittel und Papierhandtücher ausgestattet.

Dieses Hygienekonzept liegt auch in der Zendo aus.

Vielen Dank für Eure Unterstützung!

Das Team der Zendo Heilbronn