

Hygienemaßnahmen für Veranstaltungen im Metta-Raum, um Infektionen mit dem Coronavirus SARS-CoV-2 vorzubeugen

- Teilnehmer/innen sind **Personen mit gutem Allgemeinbefinden** und ohne verdächtige Symptome („Erkältungszeichen“, d.h. insbesondere trockener Husten und Fieber).
- Vor und nach der Veranstaltung halten wir die **Türen offen**, damit unnötiges Anfassen der Klinken vermieden wird.
- Alle Personen **desinfizieren** sich nach Betreten des Gebäudes die **Hände**. Dazu werden Desinfektionsmittel im Eingangsbereich zur Verfügung gestellt.
- Das allgemein gültige **Abstandsgebot von 1,5 m** ist einzuhalten. Körperkontakt ist zu vermeiden.
- Der Meditationsraum wird **über die Küche betreten** und den **Flur wieder verlassen**, um einen Personenstau zu vermeiden.
- Die **Küche** wird wegen der Enge zum Durchgangsraum. Der übliche gemeinsame Aufenthalt in der Küche vor und nach den Meditationen wird in den großen Raum verlegt. Um den Holzboden im Mettaraum zu schonen trinken wir im grossen Raum ausschließlich Wasser. Dies bitte entweder in eigener Flasche oder einen eigenen Trinkbecher mitbringen da im Metta-Raum keine ausreichende Geschirreinigung möglich ist.
- **Jacken und Mäntel** werden mit zur eigenen Sitzgelegenheit genommen. Nur unsere Schuhe stehen im Eingangsbereich.
- **Meditationsmatten und Kissen** werden von uns selbst mitgebracht und wieder mitgenommen, das erleichtert die Reinigung des Bodens.
- Die genutzten Räume werden **häufig und gründlich gelüftet**.
- Die **Toiletten** werden vor und nach der Benutzung vom Benutzer selbst desinfiziert.
- Das Tragen **einer Mund-Nasen-Bedeckung** wird empfohlen.
- Die **Reinigung** der Böden wird im Wechsel nach, bzw. vor jeder Veranstaltung durchgeführt. Siehe Liste in der Küche.
- Eine **Anwesenheitsliste** wird bei jeder Veranstaltung erstellt. Auf dieser Liste sind Vor- und Nachname, vollständige Adresse und Telefonnummer aller Teilnehmenden festzuhalten. Mithilfe dieser Liste können alle Kontaktpersonen im Falle einer möglichen Ansteckung mit dem Coronavirus schnell kontaktiert werden. Die Anwesenheitsliste muss mindestens vier Wochen lang aufbewahrt und auf Verlangen an die zuständigen Behörden ausgehändigt werden. Nach Ablauf der vier Wochen wird diese Liste vernichtet.
- Auf die **Einhaltung der Hygienevorschriften** wird durch alle Teilnehmer/innen geachtet. Insbesondere sorgen Personen aus dem Orga-Team für einen reibungslosen vorgegebenen Ablauf dieser Maßnahmen.