

# Hygiene-Regeln (Stand 1.10.22)

Wie wir uns gegenseitig unterstützen, um während der Covid-19-Pandemie gesund zu bleiben:

- 1) Das Kloster bitte nur mit Mund-Nasenschutz betreten.
- 2) Bitte desinfiziere Deine Hände, wenn Du das Kloster betrittst. Desinfektionsmittel steht am Eingang bereit.
- 3) Wenn Du Deinen Platz verlässt, um zur Toilette oder nach Hause zu gehen, setze bitte vorher zuerst Deinen Mund-Nasenschutz wieder auf.
- 4) Bitte nimm Deinen Mund-Nasenschutz erst ab, wenn Du auf Deiner Matte bist. Natürlich kannst Du auch gerne mit Mund-Nasenschutz Yoga machen.
- 5) Wenn du eine unserer Lammfellmatten und/oder ein Kissen nutzen willst, lege bitte ein Handtuch darüber. Wenn Du eine rutschfeste Yogamatte benutzt hast, dann desinfiziere sie bitte mit dem Desinfektionsspray, das im Materialraum zur Verfügung steht.
- 6) Bitte bleibe daheim, wenn du Anzeichen einer Erkältung hast.
- 7) Wir lüften alle 45 Minuten den Raum. Im Raum Oase sind die Tür und das gegenüberliegende Fenster in der Garderobe geöffnet, um für ausreichend Luftzirkulation zu sorgen. Im Kirchenraum wird das Fenster zur Straße und die Tür sowie alle Fenster zum Garten geöffnet, sodass eine gute Zirkulation gewährleistet ist.

Bitte nimm diese Regeln ernst. Sie dienen Deiner und der allgemeinen Sicherheit und Gesundheit und sind für uns verpflichtend, um überhaupt wieder „live“ unterrichten zu können. Bitte habe hierfür Verständnis und unterstütze uns in unserem Bemühen, wieder im Kloster unterrichten zu können.