

Corona veiligheidsprotocol Zen Centrum Rotterdam

Inhoud

Inleiding.....	1
Uitgangspunt.....	1
De hoofdlijnen.....	2
Het veiligheidsprotocol	3
Afstand	3
Hygiëne	3
Bescherming.....	4
Handhaving	4
Belangrijk	4
Bronnen.....	5
Verwijzingen.....	5
BIJLAGE 1.....	6
Basisregels voor iedereen poster.....	6
Hygiëneregels voor iedereen poster.....	7

Inleiding

In het belang van alle sangha-leden alsook de leden van onze huurders, is een Corona veiligheidsprotocol ontwikkeld om meditatiebijeenkomsten weer te kunnen laten plaatsvinden in Zen Centrum Rotterdam. Het protocol is gebaseerd op de huidige richtlijnen van het RIVM en suggesties en ideeën van Boeddhistische Unie Nederland.

Uitgangspunt

De eigen verantwoordelijkheid van de sangha-leden en de leden van onze huurders is bij het werken met een veiligheidsprotocol belangrijk. Wanneer mensen in groepen bijeenkomen kan het Coronavirus zich snel verspreiden. Daarom dient iedereen naast het in acht nemen van de eigen veiligheid ook die van de ander zoveel mogelijk te borgen.

Heb je gezondheidsklachten (m.n. verkoudheidsklachten), dan blijf je thuis. Mensen die ernstiger ziek kunnen worden van het Coronavirus zijn mensen van 70 jaar en ouder en mensen met een onderliggende aandoening. Hen wordt ook geadviseerd thuis te blijven. Daarom en gezien de beperkingen binnen het openbaar vervoer, zal Zen Centrum Rotterdam, indien mogelijk, bijeenkomsten digitaal verzorgen via Zoom zodat ook vanuit de thuisomgeving geparticipeerd kan worden.

De hoofdlijnen

- De zendo/meditatieruimte gaat op 1 juli 2020 beperkt open voor meditatiebijeenkomsten.
- Daarnaast zullen bijeenkomsten zoveel mogelijk online worden aangeboden.
- Wie ook maar de minste verschijnselen vertoont van verkoudheid, blijft thuis.
- Dit geldt ook voor mensen die een huishouden delen met mensen met verkoudheidsklachten, of met een vastgestelde Coronabesmetting.
- In de zendo/meditatieruimte zijn maximaal 12 meditatie/zitplaatsen gemarkeerd, inclusief 1 voor de zen-/meditatieleraar.
- In de zendo/meditatieruimte mediteren kan nadat is ingeschreven bij de zen-/meditatieleraar en een bevestiging is ontvangen. Hiermee voorkomen wij dat leden voor niets naar Zen Centrum Rotterdam komen.
- Bij het betreden van Zen Centrum Rotterdam houdt iedereen 1,5 meter afstand van elkaar en loopt direct door naar de zendo/meditatieruimte. Vervolgens neemt met een gemarkeerde meditatie/zitplaats in, in volgorde van binnenkomst.
- Eén voor één (de 1,5 meter respecterend) doet iedereen zijn jas en schoenen uit in de ruimte direct na de voordeur. Daarbij neemt iedereen zijn jas en schoenen mee naar de zendo/meditatieruimte in een schone en gesloten tas en plaatst deze bij zich.
- De dharmales kan onderdeel zijn van de meditatiebijeenkomsten in de zendo/meditatieruimte.
- Daisan (onderhoud met de leraar) vindt plaats in de zendo/meditatieruimte of via Zoom op basis van afspraak met de zen-leraar.
- Bij zazen (mediteren) zit men met het gezicht naar de muur gekeerd.
- Het zingen van sutras en de vier-geloften zal in de zendo/meditatieruimte in stilte gebeuren (een sangha-lid die participeert via Zoom kan hardop reciteren).
- Er vindt geen zen-service en geen kinhin (loopmeditatie) plaats tijdens de zit-/meditatieavonden.
- De wc's zijn afgesloten en kunnen dus niet gebruikt worden.
- De keuken en thee ruimte worden niet gebruikt anders dan voor het schoonmaken van de handen en het doorlopen naar de zendo/meditatieruimte.
- In het geval van twee doorlopende groepen op één avond, dan verlaat de groep die in de zendo/meditatieruimte is, Zen Centrum Rotterdam via de achterzijde.
- Indien overheidsregulering in relatie tot Corona verandert, dan zal het bestuur van Zen Centrum Rotterdam overeenkomstig handelen. Leden en huurders worden vervolgens geïnformeerd.

Het veiligheidsprotocol

Afstand

- Bijeenkomsten zullen zoveel mogelijk online worden aangeboden.
- Voordat er wordt afgereisd naar Zen Centrum Rotterdam, is de komst geregistreerd en bevestigd door de zen-/meditatieleraar of degene die de bijeenkomst leidt. Er is plaats voor maximaal 12 personen in de zendo/meditatieruimte, inclusief 1 plaats voor de zen-/meditatieleraar.
- Bij de ingang van Zen Centrum Rotterdam zullen de basisregels voor iedereen middels een poster zijn weergegeven, inclusief de anderhalve meter afstand die iedereen in acht dient te nemen.
- Ook buiten Zen Centrum Rotterdam houdt iedereen die wacht om naar binnen te gaan, afstand tot de andere wachtenden (minimaal 1,5 meter).
- Na het betreden van Zen Centrum Rotterdam, loopt ieder sangha-lid/bezoeker direct door naar de zendo/meditatieruimte.
- Eén voor één (de 1,5 meter respecterend) doet iedereen zijn jas en schoenen uit in de ruimte direct na de voordeur. Daarbij neemt iedereen zijn jas en schoenen mee naar de zendo/meditatieruimte in een schone en gesloten tas en plaatst deze bij zich.
- Begroeting blijft beperkt tot een knikje of het vouwen van de handen. Anderhalve meter afstand is de norm, er worden geen handen geschud en er wordt niet geknuffeld.
- Op de deur van de zendo/meditatieruimte staat aangegeven dat deze ruimte een maximaal aantal van twaalf (12) personen mag bevatten.
- In de zendo/meditatieruimte is op de vloer duidelijk aangegeven waar de twaalf zit-/meditatieplekken zich bevinden. Dit is een vaste opstelling. Bij het bepalen van deze vaste plaatsen is rekening gehouden met minimaal 1,5 meter ruimte tussen de zit-/meditatieplekken.
- Na het betreden van de zendo/meditatieruimte wordt direct een plaats ingenomen, op volgorde van binnenkomst.
- De zendo/meditatieruimte zal in stilte worden betreden zodat ieder sangha-lid aandacht heeft voor de omgeving en afstand behoudt tot de anderen
- In het geval van twee zitgroepen na elkaar, zal de eerste groep de zendo/meditatieruimte via de achterzijde van Zen Centrum Rotterdam verlaten. Pijlen op de grond geven de looprichting aan. Ook bij het verlaten van de zendo/meditatieruimte houdt iedereen 1,5 afstand tot elkaar. De tweede groep zal Zen Centrum Rotterdam pas betreden nadat de zen-/meditatieleraar de voordeur heeft geopend.
- Feestelijke bijeenkomsten worden tot nader besluit niet georganiseerd.

Hygiëne

- Deurknoppen zullen voorafgaand aan iedere bijeenkomst worden schoongemaakt.
- De toilet- en keukenruimtes zijn afgesloten en kunnen dus niet gebruikt worden.
- Voor het betreden van de zendo/meditatieruimte worden de handen schoongemaakt met aanwezige desinfectiegel.
- De deuren van de zendo/meditatieruimte zullen deels open blijven staan om een goede ventilatie te garanderen en om te voorkomen dat de deurklink gebruikt moet worden.
- Het ventilatiesysteem zal bij het gebruik van Zen Centrum Rotterdam aanstaan ten einde goede luchtcirculatie te verzorgen.
- Bij zazen (mediteren) zit men met het gezicht naar de muur gekeerd.

- Gezamenlijk zingen is niet toegestaan. Dus, het zingen van sutras en de vier-geloften zal in de zendo/meditatieruimte in stilte gebeuren (een sangha-lid die participeert via Zoom kan hardop reciteren).
- Daisan (onderhoud met de leraar) vindt plaats in de zendo/meditatieruimte of via Zoom op basis van afspraak met de zen-leraar.
- Er vindt geen zen-service en geen kinhin (loopmeditatie) plaats tijdens de zit-/meditatieavonden.
- Tijdens de zit-/meditatieavonden kan een dharmales plaatsvinden aangezien de afstand tussen de leraar en de rest van de aanwezigen meer dan 2 meter bedraagt.

Bescherming

- Handschoenen zijn aanwezig voor degene die de deurkrukken schoonmaakt na iedere meditatiebijeenkomst.
- Een sangha-lid/bezoeker met gezondheidsklachten (m.n. verkoudheidsklachten), komt niet naar Zen Centrum Rotterdam. Deze kan, indien mogelijk, participeren via een onlineverbinding.
- Dit geldt ook voor mensen die een huishouden delen met mensen met verkoudheidsklachten, of met een vastgestelde Coronabesmetting.
- De RIVM adviseert sangha-leden/bezoekers van 70 jaar en ouder en mensen met een onderliggende aandoening (die over het algemeen ernstiger ziek kunnen worden van het Coronavirus), om zoveel mogelijk thuis te blijven en, indien mogelijk, via een onlineverbinding te participeren.
- Bij niesen of hoesten zal dit te allen tijde in de elleboog gedaan worden.
- Bij twijfel over verkoudheid; blijf thuis.

Handhaving

- Het veiligheidsprotocol is aanwezig in Zen Centrum Rotterdam, staat op de website van Zen Centrum Rotterdam en is gedeeld met de huurders.
- De zen-/meditatieleraar of degene die een bijeenkomst in de zendo/meditatieruimte leidt, handhaaft het veiligheidsprotocol.
- Alleen bezoekers van Zen Centrum Rotterdam die hun komst aangemeld hebben en een bevestiging hebben ontvangen van de zen-/meditatieleraar (of degene die de bijeenkomst leidt), kunnen Zen Centrum Rotterdam betreden.
- Mensen die zich opzettelijk niet aan de instructies houden worden wordt onmiddellijk na constatering van dit feit gevraagd de zendo te verlaten en zij worden in het vervolg uitgesloten van deelname aan de bijeenkomsten in Zen Centrum Rotterdam'.

Belangrijk

Op basis van veranderende besluitvorming van de overheid en RIVM kan het Corona veiligheidsprotocol veranderen. Het bestuur van Zen Centrum Rotterdam zal de leden en de huurders van de zendo/meditatieruimte hierover informeren.

Bronnen

- Rijksoverheid
- RIVM
- Veiligheidsprotocol bijeenkomsten boeddhistische gemeenschap, Boeddhistische Unie Nederland
- Peter Rottier, hoogleraar virologie, Universiteit Utrecht, o.b.v. NRC-artikel van Jette Pellemans, 8 mei 2020

Verwijzingen

- Rijksoverheid: <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/coronavirus-covid-19/nederlandse-maatregelen-tegen-het-coronavirus/openbaar-en-dagelijks-leven>
- RIVM: <https://www.rivm.nl/coronavirus-covid-19/actueel>

BIJLAGE 1.

Basisregels voor iedereen poster



8 mei 2020

Rijksoverheid

Basisregels voor iedereen

Alleen wanneer iedereen zich aan de maatregelen houdt, zetten we samen een stap vooruit.

- **Heb je klachten? Blijf dan thuis.**
Ben je ook benauwd en/of heb je koorts? Dan moeten alle huisgenoten thuisblijven.
- **Werk zoveel mogelijk thuis.**
- **Houd 1,5 meter afstand.**
- **Vermijd drukte.**
- **Was vaak je handen.**
- **Schud geen handen.**
- **Hoest en nies in je elleboog.**
- **Gebruik papieren zakdoekjes.**

alleen samen krijgen we corona onder controle

Voor meer informatie:
rijksoverheid.nl/coronavirus
of bel 0800-1234

Hygiëneregels voor iedereen poster

8 mei 2020



Rijksoverheid

Hygiëneregels voor iedereen

Alleen wanneer iedereen zich aan de maatregelen houdt,
zetten we samen een stap vooruit.

 <p>Was vaak je handen.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Was je handen in ieder geval voor je naar buiten gaat, als je thuis komt, na het snuiten van je neus, voor het eten, en nadat je naar de wc bent geweest.	<ul style="list-style-type: none">• Was je handen zo seconden lang met water en zeep. Droog ze daarna goed.
 <p>Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog.</p>	 <p>Gebruik papieren zakdoekjes om je neus te snuiten.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Gooi de zakdoekjes weg na gebruik.• Was na het snuiten altijd je handen.
 <p>Schud geen handen.</p>	 <p>Houd 1,5 meter afstand.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Behalve bij mensen uit je gezin of huishouden.• Door twee armlengtes afstand te houden is de kans kleiner dat mensen elkaar besmetten.

**alleen samen krijgen we
corona onder controle**

Voor meer informatie:
rijksverheid.nl/coronavirus
of bel 0800-1237