



**RETREATHAUS
BERGHOF**

རིན་ཆེན་བང་མཛོད།

Meine Verantwortung für den Schutz von mir und allen anderen Kursteilnehmer*innen

Durch die SARS-CoV-2-Pandemie lernen wir, dass jede und jeder die Verantwortung übernehmen muss, uns selbst und alle anderen zu schützen.

Dies gilt in Zeiten der Pandemie in besonderer Weise, im Grunde aber natürlich generell. Denn wir alle kennen die Situation, dass, wenn eine Person zu Beginn eines Kurses oder Retreats „schnieft“, sich innerhalb weniger Tage der Infekt auf eine größere Anzahl Personen ausbreitet.

Damit Kurse im Retreathaus Berghof stattfinden können, sind wir darauf angewiesen, dass sich alle mit den folgenden Regeln vertraut machen und sie beherzigen:

- Bitte nicht anreisen, wenn Symptome einer Erkältung bzw. eines grippalen Infektes bestehen (akute, unspezifische Allgemeinsymptome, Geruchs- und Geschmacksverlust, Atemwegs-Symptome jeder Schwere). Ebenso bitte bei Übelkeit/Erbrechen und Durchfall.
- Bei wissentlichem Kontakt mit COVID-19-Infizierten in den letzten 14 Tagen*, und ggf. entsprechend aktuell geltenden Reiseeinschränkungen bitte nur mit negativem Test, also fehlendem Nachweis von COVID-19 anreisen. Zusätzlich empfehlen wir dringlich, mindestens eine Woche vor der Anreise sich auf möglichst wenig Kontakte zu beschränken.
- Falls während eines Kurses oder Aufenthalts im Retreathaus Berghof sich Symptome eines grippalen Infektes entwickeln, ist es zum Schutz aller anderen erforderlich, rasch die Kursleitung bzw. die Retreathaus-Berghof-Verantwortlichen zu informieren und ggf. in Absprache dem Kurs und der Gruppe fernzubleiben. Wir müssten dann die Möglichkeiten einer zeitnahen Abreise prüfen. Kursgebühren werden in dem Fall anteilig erstattet, allerdings nicht die Verpflegungskosten, sofern sie schon angefallen sind.

Zusätzlich bitten wir um die Beachtung der bekannten Hygieneregeln auf der Grundlage von **Abstand halten – Hygienemaßnahmen beachten – Alltagsmaske tragen** (in allen Gemeinschaftsräumen außer beim Essen und beim Meditieren)

Wir bitten insbesondere um Beachtung folgender Punkte:

- Bitte mehrere Mund-Nase-Bedeckungen zum Wechseln mitbringen (ggf. zum Selbstkostenpreis im Haus zu erhalten). Bitte keine Masken mit Ausatemventil, da diese die Ausatemluft ungefiltert nach außen abgeben.
- Wegen der erforderlichen Lüftungsperioden bitte genügend warme Kleidung und, wenn möglich, auch eine Decke mitbringen.
- Bitte möglichst eigene Bettwäsche, Handtücher und eigene Seife für den Gebrauch im Zimmer mitbringen (spart Plastikmüll von Flüssigseifenspendern).

Detailliertere Angaben in unserem Hygienekonzept auf der Homepage.

Die Anmeldung für einen Kurs oder ein Retreat beinhaltet das Akzeptieren dieser Schutzmaßnahmen.

*gilt nicht für medizinisches u. pflegerisches Personal mit geschütztem Kontakt zu COVID-19-Patienten