

## **NORMAS DE SEGURIDAD E HIGIENE PARA LA PREVENCIÓN DE LA COVID-19 EN EL CENTRO ZEN DE PALMA.**

Fecha: 19-08-2020

- Siguiendo las disposiciones dictadas por el Gobierno y el Ministerio de Sanidad, y recogidas en el BOE N° 130 de fecha 09-05-2020:
  - Primera modificación dictada en el BOE N° 146 de fecha 23-05-2020.
  - Segunda modificación recogida en el BOE N° 153 de fecha 30-05-2020 correspondiente al 6-06-2020, (referencia: BOE-A-2020-5469).
  - Última modificación por el B.O.I.B. N° 143 de fecha 18-08-2020.
- Paso a informaros de aquellos cambios que nos afectan: las Autoridades Sanitarias han vuelto a ordenar una reducción del aforo en los lugares de culto del 75 al 50 % como consecuencia de los rebrotes de la Covid-19 que se vienen produciendo en España y en las Islas Baleares.
- Nuestro aforo normal es de 30 personas pero queda reducido a unas 15 personas en la Sala Dharma.
- Asimismo tenemos la obligación de cumplir las medidas generales de seguridad e higiene establecidas por las autoridades sanitarias para nuestra propia seguridad y la de las demás.

### **NORMAS**

1º Al acudir al Centro Zen debemos venir con mascarilla y mantener la distancia de seguridad entre todos nosotros (1,5 metros).

Posteriormente, nos descalzaremos y dejaremos los zapatos en una bolsa en los estantes de la entrada, a continuación, nos limpiaremos las manos con las soluciones hidroalcohólicas que encontraremos en la entrada, en la mesita de cristal (a la izquierda de la sala Dharma), en la cocina, en la mesa del ordenador y en el lavabo.

2º Cuando salgamos de los servicios será suficiente lavarnos con agua y jabón, pero para secarnos utilizaremos toallitas de papel. No debemos secarnos con las toallas.

3º No podremos utilizar los libros de cantos. En su lugar utilizaremos copias impresas de los cantos que serán unipersonales y cada uno debe guardarlas y hacerse responsable de ellas.

Para cantar el Head Dharma Teacher (H.D.T.) asignará un lugar para cada persona con una disposición/separación en zigzag, para que nadie cante frente a la persona que está delante de ella (consiguiendo una distancia de 6 metros).

Para el Zazen (meditación sentada) el H.D.T. separará a los asistentes 1,5 metros entre sí. Los asistentes utilizarán siempre la misma plataforma, cojín, y toalla o manta propia.

4º Al sentarnos para meditar deberemos mirar hacia la pared, para que en caso que estornudemos o tosamos, las gotículas que se expulsan vayan hacia la pared en lugar de a las personas.