

HUISHOUELIJKE REGELS

MEDITATIEHUIS

Gelieve bij gebruik

*Stilte zoveel mogelijk als uitgangspunt te nemen.

*Jassen aan de kapstok, schoenen en tassen in de hal achterlaten in het daarvoor bestemde schoenen/tassen rek. De spullen kunnen ook in de kleedruimte achtergelaten worden.

***Niet met schoenen in de zaal.**

Tai Chi of lichte balletschoentjes met dun zacht zooltje mag, die alleen voor binnen worden gebruikt, geen gym schoenen.

*Respectvol met alle gebruikte materialen omgaan.

*Niet met scherpe of harde voorwerpen op de houten vloer krassen, dus ook voorzichtig met gebruik van meditatiebankjes en of stoelen.

***Meditatiebankjes en stoelen altijd op de gele ronde matjes plaatsen.**

*Na gebruik van alle materialen, deze weer netjes in de kast opbergen, de matjes, kussens en omslagdoeken eerst even goed uitkloppen.

De yogamatten terug rollen en elastiek er weer omdoen.

* De witte wollen omslagdoeken zijn alleen voor binnen in de zaal.

*In de kleedruimte liggen donker groenen dekens, die je wel voor buiten kan gebruiken, als je het koud hebt.

*Zorg dat beide schuifdeuren van de kast goed dicht zijn, anders blijft het licht in de kast branden.

*Na gebruik spiegel, de zijde doek voorzichtig terug voor de spiegel hangen

*Alleen de aanwezige waxinelichtjes gebruiken en bij vertrek uitmaken.

*Geen andere kaars en of vuur gebruiken.

*Wierook in overleg.

***Er wordt niet gegeten in het Meditatiehuis.**

*Er mag thee (geen koffie) gedronken worden in de zaal o.l.v. leraar(es) die zorg draagt voor de thee en de glazen.

*Gebruik de kurken onderzetters bij het plaatsen van de theekoppen/glazen op de vloer.

*Flesje water mag meegenomen worden in de zaal.

*Vocht geknoeid op de vloer, deze meteen drogen.

*Niet aan de computerscherm zitten van de warmtepomp of deze zelfstandig veranderen.

*Bij gebruik van muziek en versterker, deze na afloop uit zetten.

*Na afloop, de gebruikte ruimte opgeruimd achterlaten, alle lichten in de zaal uitdoen en glazen schuifdeuren als wel de schuifdeuren van de materialen, goed sluiten.

*Licht in het kleine halletje en de toilet gaat automatisch aan en uit.

*I.v.m. brandveiligheid alle doorgangen vrijhouden en brandblusser op zijn plaats laten staan.

*Bij schade of storing van of aan iets, of is er iets niet in orde of compleet, dit zo snel mogelijk doorgeven.

THEEHUIS

Gelieve ...

- *Voorzichtig met servies en materialen omgaan
- *Bij vertrek zorgen dat het aanrecht schoon is
- *Al het gebruikte servies of glazen, afgewassen en terug in de kast
- *Koffie/thee, suiker melk terug in de kast of koelkast
- *Afval in de daarvoor bestemde afvalcontainer
- *Tafel schoonmaken en stoelen terug op hun plaats
- *Boeken terug in de kast
- *Bij vieze vloer met veel zand en of bladeren, het grootste vuil even weghalen
- *Bij vertrek lichten uit en de Japanse schuifdeur goed sluiten.

KLEEDRUIMTE

Gelieve ...

- *na gebruik alles opruimen en stoelen weer op hun plaats
- *Gebruikte theeglazen afwassen en terug op dienblad zetten
- *Lichten uit bij vertrek en buitendeur dicht.

BAMBOETUIN

Gelieve ...

- *Zoveel mogelijk stil te zijn en de rust die daar is te bewaren
- *Geen afval achterlaten.

THEETUIN

Kan gebruikt worden bij de koffie en theepauzes en tijdens lunchtijden, daar kan gezellig buiten aan tafel gedronken, gegeten en gekletst worden :-)

Roken is niet toegestaan op het hele terrein van Het Zonnelicht.