



european institute
of applied buddhism

eiab

Mindfulness Concentration Insight

Energiesparmaßnahmen im EIAB

Oktober, 2022

Lieber Gäste,

durch die gestiegenen Energiekosten sind wir gezwungen die folgenden Maßnahmen zu ergreifen, um die Kosten im gerade noch erträglichen Rahmen zu halten. Sonst müßten wir für den Winter schließen und können dann nur noch Online-Kurse anbieten.

Um geöffnet zu bleiben, brauchen wir aber Ihre Mithilfe.

Sollten Sie gesundheitliche Probleme haben, die Ihnen nicht erlauben sich in kühlen Räumen aufzuhalten, dann sprechen Sie uns bitte vorher an.

1. Bitte tragen Sie warme Kleidung sowie warme Hausschuhe und warme Socken. Darüber hinaus empfehlen wir eine warme Mütze und Thermo-Unterwäsche.
2. Sie finden in jedem Zimmer eineextra Decke, die Sie über Ihre Bettdecke legen können, damit Sie nachts genügend warm haben.
3. Ziehen Sie über Nacht die Vorhänge vor das Fenster, so wird der Wärmeverlust über die Glasflächen verringert. Die Vorhänge sollten nicht vor dem Heizkörper hängen, damit die Wärme in den Raum gehen kann, dh. eventuell das untere Ende der Vorhänge auf das Fensterbrett legen.
4. Wenn Sie den Raum lüften, ersuchen wir um Stoßlüftung, dh. keine gekippten oder offenstehenden Fenster über längere Zeiträume, sondern kurzes Öffnen des ganzen Fensterflügels, am besten auch Öffnen der Türe, um einen völligen Luftaustausch zu erreichen, maximale Dauer 3-5 Minuten, zweimal bis dreimal pro Tag.
5. Bitte duschen Sie kurz.
6. Wir ersuchen Sie, in unbenutzten Räumen die Beleuchtung auszuschalten.
7. Bitte schließen Sie die Türen von Stiegenhäusern, Eingängen und ähnlichem, sollten diese nicht automatisch schließen.