



## Nutzung des Raums der Stille

Der Raum der Stille steht allen Angehörigen und Besuchern der Universität im Rahmen der Gebäudeöffnungszeiten für die individuelle Nutzung offen. Er ist ein Ort des Rückzuges, der Ruhe, Meditation und gegenseitigen Achtung. Dieser Raum bietet Platz zum Entspannen, Meditieren und Beten.

Damit alle Personen den Raum unter gleichen Bedingungen nutzen können, sind ein paar Regeln zu beachten:

1. Der Raum darf nicht mit Schuhen betreten werden. Taschen, Mäntel und elektronische Geräte sind im Vorraum zu verstauen.
2. Der Raum der Stille wird leise und mit Rücksicht auf Anwesende betreten.
3. Im Raum wird nicht gearbeitet, gegessen, getrunken oder geschlafen. Der Raum wird nicht beschmutzt oder verändert.
4. Sitzkissen, Meditationsbänke, Yogamatten, Kissen und Decken werden von der Universität zur Verfügung gestellt. Sie werden nach dem Gebrauch in die Schränke zurückgelegt. Persönliche Gegenstände sollen nicht liegengelassen werden.

### Kontakt:

Bei Fragen, Anmerkungen oder Problemen wenden Sie sich an

Alexandra Baumkötter

Koordination Gesundheitsmanagement

Tel.: 0441 798-3006

[alexandra.baumkoetter@uni-oldenburg.de](mailto:alexandra.baumkoetter@uni-oldenburg.de)