

5. Wenn ja, wie hoch ist deine Motivation dafür aus deiner Komfortzone herauszutreten?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
(1 = wenig motiviert, 10 = sehr motiviert)

6. Was würdest du dir genau als Ergebnis des Seminars wünschen?

7. Hast oder hattest du körperliche Krankheiten oder psychische Beschwerden, z.B. Psychose, Depression, Trauma, die dich in deinem Leben eingeschränkt haben bzw. einschränken? Wenn ja, welche?

(Das Seminar ist für Menschen, die Psychopharmaka einnehmen nur bedingt geeignet. Wir werden in Kontakt treten.)

8. Wie bist du auf die Heldenreise aufmerksam geworden?

Anmeldeablauf:

1. Schicke deinen Anmeldebogen ausgefüllt und unterschrieben als PDF an info@selbst-gesund.ch oder per Post an Ayesha le Pair, Poststrasse 24, 7000 Chur.
2. Nach deiner Anmeldung, teilen wir dir mit, ob du an der Heldenreise teilnehmen kannst.
3. Überweise den Betrag für das Seminar an:
Ayesha le Pair u/o Simon Jetter, 7000 Chur
UBS, IBAN: CH91 0020 9209 1048 0940 B

Für den ermässigten Seminarbeitrag trete mit uns in Kontakt.

Für den Standardbetrag, 780 CHF, und auch den solidarischen Betrag, 1100 CHF, bedarf es keiner Kontaktaufnahme.

Für die Reservierung und Überweisung für Übernachtung und Verpflegung trete bitte direkt mit dem Seminarhaus in Kontakt.

Bei der Seminarplatzvergabe richten wir uns nach Eingang der Zahlungen.

Bei einem Rücktritt nach erfolgreicher Anmeldung behalten wir 80 CHF Bearbeitungsgebühren ein.

Ab 4 Wochen vor Seminarbeginn ist eine Rückerstattung nur dann möglich, wenn dein Platz durch einen anderen Teilnehmer oder Teilnehmerin besetzt werden kann.

Ca. 2 Wochen vor Beginn des jeweiligen Seminars bekommst du alle notwendigen Informationen, wie Wegbeschreibung und eine Teilnehmerliste zugesandt.

Vereinbarungen für das Seminar:

1. Diskretion: Du verpflichtest dich, Erlebnisse und persönliche Informationen anderer Teilnehmer nicht an Dritte weiterzugeben.
2. Eigenverantwortung: Du verpflichtest dich, bei Schwierigkeiten mit anderen Teilnehmern, Seminarleitern, Übungen oder Situationen, bei denen für dich eine Grenze erreicht ist, deine Eigenverantwortung wahrzunehmen, d.h. nichts mitzumachen, was dir widerstrebt, sondern dich klar mitzuteilen, und dir, wenn du möchtest, Unterstützung von einem Leiter zu holen.
3. Umgang: Keine Gewalt gegen dich selbst, andere Menschen bzw. Gegenstände und Inventar. Das Wort „Stopp!“ kannst du jederzeit benützen, um eine Partnerübung oder eine Situation mit einem Gegenüber zuverlässig zu unterbrechen.
4. Bewusstseinsverändernde Substanzen: Du verpflichtest dich, während dem Seminar keine bewusstseinsverändernden Substanzen (inkl. Alkohol), zu dir zu nehmen. Wir empfehlen dir dies auch eine Woche vor und eine Woche nach dem Seminar einzuhalten.
5. Gruppe: Du entscheidest dich dafür, gemeinsam mit der Gruppe, bis zum Ende des Seminars da zu bleiben. Eine vorzeitige Abreise ist nur in dringenden Notfällen und in Absprache mit der Seminarleitung möglich. Die Erfahrung zeigt, dass dieser klare Entschluss in entscheidenden Momenten des eigenen Prozesses eine wesentliche Selbstunterstützung darstellt.

Einverständniserklärung

1. Hiermit stimme ich den beschriebenen Regeln 1 -5 zu und werde mich an diese halten.
2. Meine Teilnahme am Seminar geschieht auf eigene Gefahr und auf eigene Verantwortung. Die Haftung der Gruppenleitung ist auf grobe Fahrlässigkeit und Vorsatz beschränkt. Ich bestätige mit der Anmeldung, dass ich in normalem Maße körperlich und psychisch belastbar bin. Ich spreche vor der Anmeldung mit den Leitern und mit meinem Arzt/Therapeuten, falls ich starke körperliche Probleme (wie z.B. Herzkrankheiten, Epilepsie...) oder eine ansteckende Krankheit habe, wenn ich regelmäßig Medikamente einnehme und/oder mich in Therapie befinde und/oder eine psychische Krankheit oder ein Verdacht darauf (z.B. Psychose, Depression, Trauma...) besteht. Mir ist klar, dass das Seminar keine medizinische Heilbehandlung oder Psychotherapie ist und eine solche auch nicht ersetzt.
3. BITTE BEACHTEN: Durch meine Unterschrift erkläre ich mich damit einverstanden,

dass meine persönlichen Daten (Name, Email, Telefonnummer, Herkunftsort) an die Seminar-Teilnehmer, - Leiter meines gebuchten Seminars weitergegeben werden. Diese dürfen von jenen ausschließlich zur Organisation (z.B. für Mitfahrgelegenheiten) des Seminars genutzt werden und nicht für Werbezwecke in eigener Sache. Aktuelle Informationen zu Seminaren zu versenden ist hiermit allein dem Veranstalter Selbst-Bestimmt GbR vorbehalten. Solltest Du dazu Fragen haben oder mit etwas nicht einverstanden sein, melde Dich bitte bei uns.

Mit Deiner Unterschrift hier erklärst du dich einverstanden, mit den oben genannten Punkten:

Ort / Datum _____ Unterschrift _____