

## Vereinbarung Sicherheit und Risiko für Teilnehmende

1. Als Teilnehmende/r dieser Kriegsenkel-Seelenreise

---

Dein Name/Titel der Seelenreise/Datum

übernehme ich die volle Verantwortung für mein Handeln in der Natur.

2. Ich verstehe, dass Camping oder Wandern in der Natur Risiken beinhalten können, die in eigenen und fremden physischen, oder emotionalen Verletzungen, sowie Schaden an Land und (fremden) Eigentum resultieren können.

Ich verstehe, dass solche Risiken nicht komplett vermieden werden können, ohne dass die essenzielle Qualität dieser Veranstaltung aufs Spiel gesetzt werden würde.

Diese Risiken beinhalten: Ausrutschen und Fallen. Herunterfallende Steine, Äste oder andere „Gegenstände“. Hohen oder niedrigen Temperaturen ausgesetzt zu sein. Sonnenstich, Sonnenbrand, Dehydrierung. Kontakt mit (möglicherweise gefährlichen) Wildtieren ausgesetzt sein. Insektenstiche und (giftige) Pflanzen. Versagen von Ausrüstungsgegenständen. Essen und Trinken. Falsches Tragen oder Heben. Meine eigene physische Konstitution und die physische „Ausübung“ dieser Seelenreise.

Für die Begleiterinnen und die Veranstalterin der Kriegsenkel-Seelenreise gilt immer: Sicherheit geht vor. Allerdings sind sie nicht unfehlbar. Es ist möglich, dass sie sich nicht bewusst sind, über die tatsächliche Fitness oder Fähigkeiten der Teilnehmenden. Sie können das Wetter, oder andere Umweltbedingungen falsch einschätzen. Sie können falsche oder unvollständige Warnungen oder Instruktionen aussprechen. Das verwendete Ausrüstungs-Material kann fehlerhaft sein und/oder nicht richtig funktionieren.

2. Ich stimme hiermit zu und verspreche alle diese Risiken zu akzeptieren. Meine Teilnahme ist freiwillig und ich stimme – trotz der Risiken – zu, teilzunehmen.

3. Ich spreche hiermit die Veranstalterin und die Begleiterinnen der Kriegsenkel-Seelenreise von allen rechtlichen Ansprüchen frei.

4. Ich trage alle gerichtlichen Kosten, sollte es zu einer Klage kommen.

5. Ich bestätige, dass ich versichert bin, gegenüber Schäden die ich mir selbst oder Anderen möglicherweise zufüge, bzw. für diese Schäden aufkommen werden. Das gilt auch für Schäden, die ich dem Land, sowie Seminarhaus auf dem wir uns befinden zufüge und dass ich, oder meine Versicherung alle entstehenden Kosten decken werden.

6. Ich stimme hiermit zu, die Veranstalterin, sowie alle Begleiter/innen der Kriegsenkel-Seelenreise (Iris Wangermann & Angelika Unfug), von jeglichen Schadensersatzforderungen freizusprechen.

Ich hatte ausreichend Zeit, dieses Dokument zu lesen. Ich habe es gelesen und verstanden und ich stimme den hier geschriebenen Vereinbarungen zu.

---

Datum/Ort/Unterschrift

---

Vorname/Name/Adresse

## SICHERHEIT



Picture: pexels

Campen, Fasten und die Solo-Zeit in der Wildnis bergen Gefahren und Risiken in sich. Diese Risiken sind sowohl physischer als auch psychologischer Natur. Das Kriegsenkel-Seelenreise Team tut, was es kann, damit diese Reise für Dich und die gesamte Gruppe so sicher wie möglich werden wird. Allerdings können wir nicht alle Gefahren ausschließen. Aus unserer Sicht verstärkt es den Effekt, oder die Tiefe Deiner Kriegsenkel-Seelenreise **nicht**, wenn Du Dich hierbei einem Risiko, oder einer Gefahr aussetzt. Es kann Dich in der Regel sogar viel eher noch von Deiner eigentlichen Reise (nach innen) ablenken. Wir bitten Dich und erwarten auch von Dir, dass Du mit einer entsprechenden Haltung auf Deine Seelenreise gehst. Wir erwarten, dass Du die Risiken die damit einhergehen können, akzeptierst und dass Du Dein Bestes gibst, diese zu vermeiden. Die Teilnahme an dieser Seelenreise und auch die Unterschrift, um die wir Dich hier bitten, dient der Bestätigung Deines Einverständnisses hierzu. Der größere Kontext unseres Umgangs mit Sicherheit soll Euch auch ein Bild geben für den Ansatz, mit dem wir uns in der Wildnis im Allgemeinen bewegen: mit tiefem Respekte voreinander und den Wirklichkeiten der natürlichen Welt gegenüber.

Hier ist eine Liste derjenigen Sicherheits-Aspekte, über die wir im Detail während unserer gemeinsamen Zeit – kurz nach Eurer Ankunft - sprechen werden:

1. **Achtsamkeit:** ist die Basis für unsere Sicherheit. Sei Dir bewusst über Deinen physischen und emotionalen Körper und seine Umgebung. Werde langsamer und agiere mit größerer Sensibilität, wenn Du fühlst, schaust, hörst.

2. **Körpertemperatur regulieren – mit Hitze und Kälte umgehen:** verhindere und beachte Überhitzung oder Hyperthermie. Umgang mit Regen und Sonne. Sonnenbrand vermeiden.
3. **Wasserhaushalt ausbalancieren:** Daran denken ausreichend zu trinken. Je nach Gegend: 2-4 Liter pro Tag. Besonders in warmen und heißen Gegenden (Wüste). Trink, bevor Du durstig wirst. Achte auf Deinen Urin (Farbe/Menge).
4. **Orientiert bleiben:** Auch wenn das Gelände auf dem wir sind sehr überschaubar ist, markiere Deinen Weg, wenn Du auf Deine täglichen Wanderungen gehst. Denk daran, die Markierungen wieder zu entfernen. Schau Dich öfters mal um und merke Dir wichtige Punkte. So findest Du auch wieder zurück.
5. **Das Buddy-System benutzen:** Gilt für das 11 Tages Format.
6. **Achtsamkeit in der Natur:** Tiere, Pflanzen, Steine. Regen, Gewitter und Sturm. Umgang mit den anderen Teilnehmenden.
7. **Dir einen sicheren Camping-Platz suchen:** falls Du nicht im Heuschober, oder im Planwagen übernachten willst.
8. **Feuer vermeiden**
9. **Erste Hilfe**
10. **Emotionale Sicherheit:** Auf Dich selbst gut aufpassen. Vorsorge. Aufeinander achtgeben. Tools zum Erden. Emotionalen Stress feststellen und damit während der Zeremonie umgehen können.
11. Vor der Solo-Zeit gibt jede Teilnehmende einen Schwur zum Thema Sicherheit ab.

---

## WILDNIS-ETHIK

Diese Richtlinien basieren auf Respekt gegenüber der Natur und all ihren Kreaturen. Unsere Haltung ist immer die einer Achtsamkeit in und an ihren wilden Plätzen. Der Aufenthalt in der Natur ist für uns ein Geschenk und wir geben unser Bestes, keine Spuren zu hinterlassen und darüber hinaus die Natur in ihrer Einzigartigkeit zu schützen und zu bewahren. Wir sehen das nicht als ein Opfer an, sondern als Möglichkeit unsere Dankbarkeit auszudrücken, für die tiefgreifenden und nachhaltigen Lehren von Mutter Natur.

---

## DEINE AUFGABE

- Drucke das erste Blatt aus und schicke es unterschrieben und ausgefüllt – zusammen mit Deinem Gesundheitsformular – innerhalb der nächsten 4 Wochen an mich zurück. **Deadline: Ende April.** Die Adresse ist in der Fußzeile.