

Verklaring en overeenkomst deelname Verbindingscirkels

Gegevens deelnemer:

Voornaam:

Achternaam:

Adres:

Postcode + plaats:

Telefoonnummer:

E-mail:

Geboortedatum:

Deze verklaring wordt door beide partijen ondertekend en brengt voor beide partijen rechten en verplichtingen met zich mee, waarop zij kunnen worden aangesproken.

Met de ondertekening van deze overeenkomst verklaren ondergetekenden kennis te hebben genomen van de privacyverklaring en in te stemmen met de verklaring, bepalingen en op de hoogte te zijn van de contra-indicaties waaronder de uitvoering van deze overeenkomst zal plaatsvinden.

Deze overeenkomst bestaat uit 3 pagina's.

Op deze overeenkomst is het Nederlands Recht van toepassing.

Aldus naar waarheid ingevuld, te:

Datum:

Handtekening Begeleider:

Handtekening Deelnemer:

.....

.....

Persoonlijke verklaring (deelnemer)

- Deelname aan deze workshop is op basis van mijn eigen verantwoordelijkheid
- Het is mij duidelijk dat de aanwijzingen van de begeleiders voorstellen zijn en ikzelf bepaal in hoeverre ik deze volg
- Ik weet dat de workshop geen klinische of medische therapie is
- Voor het informeren en opvragen en/of lezen van informatie, draag ik zelf de verantwoordelijkheid
- Ik sta mijzelf toe te ervaren en te uiten wat zich tijdens de workshop aandient
- Zaken die mij kunnen helpen in mijn proces en de begeleiders in de begeleiding, deel ik zelf mee
- Om mijn eigen proces zo waardevol mogelijk te maken, richt ik me op mezelf, mijn ademhaling, lichaamssensaties en emoties, en niet die van een ander

Verklaring en overeenkomst deelname Verbindingscirkels

Algemene Bepalingen

- De deelnemer verplicht zich middels dit formulier relevante informatie aan de begeleider te verstrekken
- De begeleider is gehouden te handelen conform de regelgeving
- De begeleider mag zonder toestemming van de deelnemer geen bepaalde (be)handelingen verrichten. Deelnemer heeft de vrije keuze in het wel of niet meedoen aan oefeningen in de workshop
- De begeleider is beschikbaar voor vragen vooraf en tijdens de workshop
- Ook na afloop is de begeleider beschikbaar voor nazorg. Heb je dat nodig, neem dan contact op met sirpa@devrijekameleon.nl
- De begeleider(s) heeft een inspanningsverplichting, geen resultaatverplichting
- De begeleider gaat zorgvuldig conform AVG om met de (persoons)gegevens van de deelnemer. Verwerking van de persoonsgegevens zal uitsluitend plaatsvinden in het kader van de uitvoering van de verbindingcirkel(s)
- De begeleider zal de persoonsgegevens niet voor enig ander doel verwerken en nimmer langer bewaren dan noodzakelijk

Verbonden ademen is onderdeel van de verbindingcirkel. Lees hiervoor de onderstaande contra-indicaties en adviezen door. Is er sprake van twijfel of klachten, overleg dan altijd eerst met jouw arts voordat je deelneemt. Contact met mij opnemen kan ook. Deelnemen aan de verbindingcirkel kan altijd; de verbonden ademsessie kan ook overgeslagen worden.

Contra-indicaties voor Verbonden Ademhaling

Verbonden ademhaling is over het algemeen veilig voor de meeste mensen, maar er zijn enkele medische aandoeningen waarbij voorzichtigheid geboden is of medisch advies moet worden ingewonnen voordat je deelneemt. Hieronder worden de contra-indicaties en aandachtspunten uitgelegd:

Hartproblemen

Mensen met ernstige hartproblemen, zoals hartfalen, instabiele angina pectoris of een recent hartinfarct, moeten voorzichtig zijn met verbonden ademhaling. De diepe ademhalingsoefeningen kunnen de hartbelasting verhogen, wat risico's kan opleveren. Advies: overleg met een arts.

Status na Herseninfarct of Hersenbloeding

Na een herseninfarct of hersenbloeding is het belangrijk om voorzichtig te zijn met activiteiten die de bloeddruk kunnen verhogen, zoals diepe ademhaling. Advies: overleg met je behandelend arts over de geschiktheid van verbonden ademhaling in jouw specifieke situatie.

Ernstig Verhoogde Bloeddruk

Bij ernstig verhoogde bloeddruk (hypertensie) kan verbonden ademen de bloeddruk verder verhogen. Dit heeft risico's. Advies: overleggen met een arts en eventueel de medicatie aanpassen.

Psychische Aandoeningen

Heb je psychische aandoeningen, zoals borderline persoonlijkheidsstoornis, schizofrenie, (aanleg voor) psychose en ernstige depressie? Dan kan verbonden ademen overweldigende emoties en gevoelens opwekken. Advies: overleg met een professionele hulpverlener.

Paraaf:

Verklaring en overeenkomst deelname Verbindingscirkels

Epilepsie

Bij actieve epilepsie kan de verbonden ademhaling mogelijk aanvallen uitlokken. Advies: overleg met je neuroloog over de geschiktheid.

Oogaandoeningen

Bij glaucoom (verhoogde oogboldruk) en netvliesandoeningen kan de verhoogde druk tijdens verbonden ademhaling schadelijk zijn. Advies: raadpleeg een oogarts.

Ernstige Astma

Bij ernstige astma kan verbonden ademen aanvallen uitlokken. Advies: overleg met je longarts.

Actieve Drugs- of Alcoholverslaving

Een actieve verslaving aan drugs of alcohol kan invloed hebben op een verbonden ademsessie. Dit kan namelijk emoties en gevoelens opwekken die moeilijk te hanteren kunnen zijn in een kwetsbare toestand. Advies: overleg met een van ons wat het beste is in jouw situatie.

Paraaf:

--