

Fragebogen Hintergrundinformationen

Um dein Wohlergehen und deine Sicherheit während des Retreats bestmöglich unterstützen zu können, bitten wir dich um Beantwortung der folgenden Fragen zu deiner Meditationspraxis und deiner körperlichen und psychischen Gesundheit. Alle Angaben sind streng vertraulich und werden ausschliesslich von der Retreat-Kursleitung gelesen. Das Formular wird nach Beendigung des Retreats vernichtet. Wenn du Bedenken haben solltest, sprich bitte mit Regula Saner (regulasaner@me.com), bevor du das Formular ausfüllst.

Name / Vorname

Adresse

PLZ, Stadt, Land

Geburtsdatum

Geschlecht

Beruf

Zur Zeit wieviel Prozent tätig

Andere Tätigkeit(en)

Nahestehende Person, die weiss, dass du den Kurs besuchst und die im Notfall kontaktiert werden könnte (Telefonnummer)

Deine Meditationserfahrung? (nicht Voraussetzung)

Hast du schon an einem Meditationsretreats teilgenommen? Wenn ja, wann:

Hast du aktuell eine tägliche oder wöchentliche Meditationspraxis? Wenn ja, welche:

**Nimmst du Medikamente ein, von denen die Kursleitung Kenntnis haben sollte
Wenn ja, welche?**

**Liegen körperliche Erkrankungen oder Einschränkungen vor, die durch Sitz - und Gehmeditationen beeinflusst oder verschlimmert werden könnten?
Wenn ja, mache bitte nähere Angaben:**

Gibt es aktuell in deinem Leben Umstände, die dich aussergewöhnlich belasten oder die deine Praxis erschweren (z.B. kürzlicher Verlust eines geliebten Menschen, Verlust des Arbeitsplatzes, Abhängigkeit, Fasten)?

Gibt es weitere Dinge, über die die Kursleitung ebenso informiert sein sollte?

Ort und Datum

Unterschrift

Ausgefülltes Formular bitte senden an regulasaner@me.com