

9D Breathwork sessie

Belangrijke info vooraf – jouw veiligheid eerst

Wij stellen het welzijn en de veiligheid van al onze deelnemers voorop. Als onderdeel van onze toewijding om een veilige en zorgzame omgeving te creëren, vragen we je om een aansprakelijkheidsverklaring in te vullen voor aanvang van de sessie.

Omdat ademwerk diepgaand kan doorwerken op fysiek, mentaal en emotioneel niveau, willen we je graag informeren over een aantal situaties waarin een ademsessie mogelijk niet passend is.

Als je momenteel te maken hebt met onderstaande medische of psychische aandoeningen, is het belangrijk om dit eerst met ons of met je behandelend arts te bespreken:

- Cardiovasculaire aandoeningen
- Hoge bloeddruk die moeilijk onder controle te houden is
- Aneurysma's (zelf of in de familie)
- Epilepsie of een geschiedenis van toevallen
- Ernstige psychiatrische klachten (zoals psychose of paranoia)
- Bipolaire stoornis
- Gebruik van zware medicatie
- Osteoporose
- Een recente operatie
- Glaucoom
- Zwangerschap

Astma: Heb je astma, neem dan je eigen inhalator mee en overleg vooraf met ons. Zo kunnen we samen zorgen voor maximale veiligheid en comfort.

Emotionele of spirituele crisis / psychische kwetsbaarheid: Wanneer je door een emotionele of spirituele crisis gaat, of wanneer er sprake is van een psychische aandoening die momenteel niet (voldoende) behandeld of ondersteund wordt, is extra zorgzaamheid nodig. Neem in dat geval eerst contact op met je arts en met ons, zodat we kunnen afstemmen wat helpend en veilig is.

Twijfel je? We willen je graag ondersteunen op een manier die veilig en afgestemd is. Deze lijst is niet volledig. Als je een aandoening hebt die hier niet genoemd staat of je hebt vragen, raadpleeg dan bij voorkeur je arts voordat je deelneemt aan een ademsessie. We denken ook graag met je mee.

Verklaring van welzijn en afstemming

Ik bevestig dat ik op dit moment in goede fysieke, mentale, emotionele en psychische gezondheid verkeer. Ik begrijp dat deelname aan ademwerk alleen mogelijk is wanneer je je op al deze vlakken voldoende stabiel en gedragen voelt. Als dit op dit moment niet het geval is, is het belangrijk dit vooraf aan te geven en/of niet deel te nemen uit zorg voor jezelf en de veiligheid binnen het proces.

Deze verklaring vormt een wezenlijk onderdeel van het wederzijds vertrouwen en de afstemming die we nodig hebben om samen een veilige ruimte te creëren.

Ik ben me er ook van bewust dat de begeleider geen arts, psychiater of erkend zorgverlener is en dat de aangeboden sessies geen medische of therapeutische behandeling vervangen. Ze zijn bedoeld als ondersteuning op weg naar meer bewustzijn, verbinding en innerlijke rust en zijn geen diagnose of genezing van specifieke aandoeningen.

Verantwoordelijkheid en vrije keuze

Ik kies er bewust en vrijwillig voor om deel te nemen aan deze sessie, in het besef dat elke vorm van innerlijk werk – hoe liefdevol ook begeleid – bepaalde risico's of onverwachte reacties met zich mee kan brengen. Ik neem hierin volledige verantwoordelijkheid voor mijn eigen proces en de gevolgen ervan, zowel bekende als onbekende.

Ik begrijp dat de begeleider van deze sessie (naam invullen) met de grootste zorg werkt, maar niet aansprakelijk kan worden gesteld voor eventuele schade of kosten die voortvloeien uit mijn deelname. Mocht er medische hulp of behandeling nodig zijn, dan aanvaard ik zelf de financiële verantwoordelijkheid die daarmee gepaard gaat.

Door mijn naam te plaatsen onder deze verklaring bevestig ik dat ik bovenstaande met aandacht heb gelezen, en dat ik uit vrije wil en met helder bewustzijn kies om deel te nemen in vertrouwen én in verantwoordelijkheid.

Getekend door:

Handtekening:

Datum:

