DELTAGARAVTAL

Fysisk integrations- & releasehelg

Detta avtal gäller deltagande i någon av de fysiska helger som arrangeras och faciliteras av **Guide of Consciousness Institute**, nedan kallad **Arrangören**.

Avtalet gäller oavsett om deltagaren deltar i helgen i Göteborg/Alingsås eller Stockholm/Ösmo.

Facilitatorer för helgerna är Mimi Grosselius och Filip Löwing.

Genom att godkänna avtalet bekräftar deltagaren att den har läst och förstått villkoren för deltagandet.

1. SYFTET MED HELGEN

Helgen är ett upplägg inom personlig utveckling, emotionell reflektion, grupparbete och kroppsligt uttryck.

Under processen kan deltagaren bland annat få möjlighet att:

- reflektera över livserfarenheter, känslor, behov och programmeringar
- sätta ord på sådant som varit svårt att uttrycka
- bli lyssnad på och bevittnad av gruppen
- utforska egna gränser och behov
- delta i reflektionsövningar
- utforska känslomässigt och kroppsligt uttryck genom exempelvis rörelse, ljud, dans och liknande övningar
- integrera upplevelser och insikter tillsammans med facilitatorerna och gruppen

Arbetet kan väcka starka känslor och minnen.

Syftet är inte att framkalla en viss reaktion eller att deltagaren måste återuppleva eller "släppa" en viss erfarenhet.

Deltagaren bestämmer alltid själv hur mycket den vill berätta, uttrycka och delta i.

2. PROCESSENS OMFATTNING

Deltagandet omfattar inte endast själva fysiska helgen.

Processen kan bland annat innefatta:

- förberedande information och material
- individuellt reflektionsformulär
- individuellt samtal inför helgen
- tillgång till gemensam WhatsApp-grupp före helgen
- den fysiska helgen med faciliterade sessioner
- mat och boende enligt vad som kommunicerats
- WhatsApp-grupp efter helgen
- gemensamt integrations-/uppföljningssamtal efter helgen

Den gemensamma processen påbörjas på **måndagen före respektive fysisk helg**, då deltagaren får tillgång till WhatsApp-gruppen och den förberedande delen av tjänsten.

3. ÅNGERRÄTT OCH PÅBÖRJANDE AV TJÄNSTEN

Om deltagaren köper tjänsten på distans kan lagstadgad ångerrätt gälla enligt distansavtalslagen.

Genom att boka helgen och godkänna detta avtal begär deltagaren uttryckligen att Arrangören får **påbörja tjänsten under eventuell pågående ångerfrist**, inklusive genom att ge tillgång till förberedande material, WhatsApp-grupp, stöd, formulär och individuellt förberedande arbete.

Deltagaren är införstådd med att om deltagaren därefter utnyttjar sin lagstadgade ångerrätt efter att tjänsten har börjat tillhandahållas, kan Arrangören ha rätt till skälig och proportionell ersättning för den del av tjänsten som redan har utförts eller gjorts tillgänglig, i den utsträckning som följer av tillämplig lag.

Det innebär att deltagaren inte ska utgå från att hela deltagaravgiften kan återbetalas efter det att processen har påbörjats.

Arrangören lämnar inte genom detta avtal någon begränsning av rättigheter som enligt tvingande konsumentlagstiftning inte får avtalas bort.

4. AVBOKNING OCH SJUKDOM

Om deltagaren blir sjuk eller av annat allvarligt skäl inte kan genomföra helgen ska deltagaren meddela Arrangören så snart som möjligt.

Arrangören kan efter individuell bedömning besluta om hel eller partiell återbetalning.

Om processen redan har påbörjats kan Arrangören göra avdrag för exempelvis:

- redan genomfört individuellt samtal
- redan tillhandahållet material eller stöd
- förberedande arbete
- kostnader för mat eller boende som inte kan avbokas
- andra faktiska kostnader som redan uppstått för deltagarens plats

Återbetalning vid sjukdom innebär därför inte automatiskt rätt till 100 procent av deltagaravgiften.

Om Arrangören själv ställer in helgen och inte erbjuder ett likvärdigt alternativ ska den del av tjänsten som inte har levererats återbetalas enligt tillämpliga regler.

5. HELGEN ÄR INTE HÄLSO- OCH SJUKVÅRD ELLER TRAUMABEHANDLING

Deltagaren är införstådd med att Arrangören, Mimi och Filip inom ramen för denna helg inte tillhandahåller hälso- och sjukvård, psykoterapi, psykologisk behandling, psykiatrisk vård eller medicinsk behandling.

Helgens övningar ska inte betraktas som diagnostik eller behandling av psykisk eller fysisk sjukdom.

Facilitatorernas uppgift är att hålla och facilitera helgens upplägg inom personlig utveckling och emotionellt grupparbete.

Helgen ersätter inte vård, psykoterapi eller annan professionell behandling när sådan hjälp behövs.

Deltagaren ansvarar för att söka legitimerad hälso- och sjukvård vid behov.

6. DELTAGARENS MÅENDE OCH EGET ANSVAR

Deltagaren förstår att arbete med känslor och svåra livserfarenheter kan innebära att starka emotionella eller kroppsliga reaktioner uppstår både under och efter helgen.

Deltagaren åtar sig därför att så långt det är möjligt:

- lämna ärlig information i formuläret och det individuella samtalet
- meddela om något väsentligt kring måendet förändras

- kommunicera när en övning känns för intensiv
- respektera sina egna fysiska och emotionella gränser
- säga stopp eller ta paus när det behövs

Deltagaren behöver inte dela detaljer om erfarenheter som den inte vill dela.

Att avstå från en övning eller avbryta en pågående övning är alltid tillåtet.

7. FYSISK BERÖRING OCH SAMTYCKE

Ingen fysisk beröring är obligatorisk.

Deltagaren kan när som helst:

- säga ja
- säga nej
- säga stopp
- be om mer avstånd
- be någon komma närmare
- ändra ett tidigare ja till ett nej
- ändra ett tidigare nej till ett ja

Ett tidigare samtycke innebär inte automatiskt samtycke i en senare situation.

Ett svar i formuläret inför helgen innebär inte heller ett generellt samtycke till fysisk kontakt.

Ett nej ska alltid respekteras omedelbart.

8. SEKRETESS INOM GRUPPEN

För att helgen ska kunna upplevas som trygg krävs stor respekt för deltagarnas integritet.

Genom att godkänna avtalet förbinder sig deltagaren att behandla det som andra deltagare delar under:

- helgen
- gruppövningar
- samtal i anslutning till helgen
- WhatsApp-gruppen
- integrations-/uppföljningssamtalet

som konfidentiellt.

Deltagaren får inte utan den berörda personens uttryckliga tillåtelse:

- återberätta någon annans historia för utomstående
- dela identifierbara uppgifter om någon annans erfarenheter
- dela skärmdumpar från WhatsApp-gruppen
- spela in samtal eller processer
- fotografera eller filma någon i en sårbar situation
- publicera information som gör en annan deltagare identifierbar

Deltagaren får självklart prata om **sin egen upplevelse**, men ska göra det utan att röja andra deltagares privata information.

Sekretessen gäller även efter att helgen och efterföljande grupp har avslutats.

9. RESPEKT FÖR ANDRAS PROCESSER

Deltagaren förbinder sig att respektera andra deltagares gränser och processer.

Det innebär bland annat att deltagaren inte ska:

- pressa någon att dela mer än den vill
- ge fysisk kontakt utan samtycke
- tolka eller diagnostisera någon annan
- tala om för någon vad den "egentligen känner"
- pressa någon till förlåtelse
- försöka behandla en annan deltagare

Gruppens uppgift när någon annan delar är i första hand att **lyssna, bevittna och respektera.**

10. RÄTT ATT PAUSA ELLER AVBRYTA

Deltagaren har alltid rätt att:

- avstå från en övning
- ta paus
- lämna rummet tillfälligt
- be om stöd
- säga att någonting känns för mycket

Facilitatorerna har samtidigt rätt att pausa eller avbryta en process om de bedömer att detta behövs för deltagarens eller gruppens säkerhet.

Om det finns anledning att tro att någon befinner sig i omedelbar fara kan Arrangören kontakta 112 eller annan relevant akut hjälp.

11. KROPPS- OCH UTTRYCKSÖVNINGAR

Under helgen kan deltagarna erbjudas övningar med exempelvis:

- rörelse
- dans
- röst
- ljud
- kroppsligt uttryck
- andra reflektions- eller uttrycksövningar

Alla sådana övningar är frivilliga.

Ingen deltagare ska rikta fysiska uttryck mot en annan deltagare.

12. ALKOHOL OCH DROGER

Deltagarna ska vara nyktra under helgens faciliterade delar.

Deltagande under påverkan av illegala droger eller andra berusningsmedel är inte tillåtet.

Ordinerade läkemedel omfattas inte av detta förbud och ska användas enligt ordination.

Deltagaren ska inte ändra eller avsluta medicinsk behandling eller medicinering på grund av helgen utan att rådgöra med ansvarig vårdgivare.

13. FORMULÄR OCH INDIVIDUELLT SAMTAL

Inför helgen får deltagaren ett individuellt reflektionsdokument.

Formuläret används för att hjälpa deltagaren och facilitatorerna att förstå bland annat:

- behov
- gränser
- känslomässiga reaktioner
- vad som skapar trygghet
- sådant facilitatorerna behöver känna till inför helgen

Information från dokumentet delas inte automatiskt med gruppen.

Om Mimi eller Filip vill använda något som deltagaren skrivit i en gemensam övning ska detta först stämmas av med deltagaren.

Deltagaren bestämmer själv vad som känns tryggt att dela.

Separat information och eventuellt uttryckligt samtycke för behandling av känsliga personuppgifter lämnas i anslutning till formuläret.

14. WHATSAPP-GRUPP OCH UPPFÖLJNING

WhatsApp-gruppen används för gemenskap, praktisk kommunikation, stöd och integration före och efter helgen.

Gruppen är inte akutstöd, psykoterapi eller en vårdtjänst och facilitatorerna kan inte garantera omedelbara svar.

Vid akut psykisk eller fysisk fara ska deltagaren kontakta 112 eller annan relevant akut vård.

Efter helgen genomförs även ett gemensamt integrations-/uppföljningssamtal.

15. ANSVAR

Arrangören ska genomföra helgen med rimlig omsorg och enligt de ramar som har kommunicerats.

Deltagaren är medveten om att emotionellt arbete kan innebära individuella och oförutsägbara reaktioner och att Arrangören inte kan garantera ett visst emotionellt, terapeutiskt eller personligt resultat.

Ingen del av detta avtal innebär att Arrangören friskriver sig från ansvar som enligt tvingande lag inte får avtalas bort.

16. GODKÄNNANDE

Genom att aktivt godkänna detta avtal bekräftar deltagaren att:

- deltagaren har läst och förstått avtalet
- deltagaren förstår helgens syfte och upplägg
- deltagaren förstår att helgen inte är hälso- och sjukvård eller traumabehandling
- deltagaren förstår att starka känslor och minnen kan uppstå
- deltagandet i varje enskild övning är frivilligt
- deltagaren får säga stopp och ändra sig

- deltagaren förbinder sig att respektera gruppens sekretess
- deltagaren förbinder sig att respektera andra deltagares gränser
- deltagaren förstår villkoren kring ångerrätt, påbörjad tjänst och eventuell återbetalning
- deltagaren har haft möjlighet att ställa frågor innan avtalet godkänns