

# Hygienekonzept Durchführung des Einfach Liebe Retreats (Seminarhotel PARIN)

Seite 1 / 3 Stand: 23. Oktober 2021

## Allgemein:

Es gilt die **2-G-Regel**.

Für die Teilnahme am Einfach Liebe Retreat ist erforderlich:

- **Geimpfte legen ihren Impfpass/digitalen Impfnachweis vor**, aus dem hervorgeht, dass die vollständige Impfung mindestens 14 Tage zurückliegt (es ist nur ein in der EU zugelassener Impfstoff erlaubt).
- **Genesene weisen ein positives PCR-Testergebnis vor**, das mindestens 28 Tage und höchstens sechs Monate alt ist.
- **Wir empfehlen zusätzlich** – falls nicht sowieso zum Retreat-Zeitpunkt vorgeschrieben (2G +) –, dass Geimpfte und Genesene zusätzlich **einen negativen Selbsttest 24 Std. vor Anreise durchführen** und diesen vorweisen.

**Bitte haltet diese Unterlagen bei Ankunft im Seminarhaus für die Rezeption bereit.**

Wir bitten, die aktuellen Hygieneregeln des jeweiligen Hauses, in dem wir unser Retreat abhalten, zu akzeptieren.

**Dem Retreat ist fernzubleiben, bzw. der Besuch ist abubrechen**, wenn sich Symptome einer Atemwegserkrankung, bzw. Fieber zeigen. Bitte informiert euch selbstständig darüber, ob das Gebiet, in dem ihr wohnt/in dem ihr euch aufhaltet, zum Zeitpunkt der Anreise eventuell zum Hochinzidenz/Virusvariantengebiet erklärt worden ist. Bei der Einreise aus dem Ausland gilt ganz allgemein die Verordnung zum Schutz vor einreisebedingten Infektionsgefahren in Bezug auf das Coronavirus SARS-CoV-2: <https://www.auswaertiges-amt.de/de/quarantaene-einreise/2371468>

Um euch für diesen Fall abzusichern empfehlen wir sehr, eine Seminarversicherung abzuschließen: [www.seminarversicherung.info](http://www.seminarversicherung.info)

Teilnehmer\*innen, die ein geschwächtes Immunsystem haben, sowie alle anderen Teilnehmer\*innen entscheiden über die Teilnahme am Seminar in eigener Verantwortung.

### Bitte beachte:

Der Aufenthalt im Seminarhotel und die Teilnahme am Retreat erfordert in Teilen das Tragen einer medizinischen Maske – ein Ablegen der Maske am Sitzplatz ist erlaubt. Ist dir das Tragen einer Maske generell nicht möglich (zum Beispiel bei Befreiung der Maskenpflicht), ist eine Teilnahme am Retreat nicht möglich.

# EINFACH LIEBE

*Entspannte Sexualität leben*

**Wichtig ist, die allgemeine Corona-Schutzverordnung zu respektieren und sie praktisch anzuwenden:**

- Der **Mindestabstand von 1,5 m** von Menschen, die nicht ihr Sozialleben teilen, ist einzuhalten. Das gilt während der Gruppenzeiten im Seminarraum, sowie während des Aufenthaltes im Seminarhaus allgemein. Bitte folgt den Markierungen und dem Einbahnstraßensystem des Hauses, sowie allen anderen erforderlichen Maßnahmen.
- Das **Tragen einer FFP2-Maske oder** falls möglich wahlweise einer **medizinischen Maske** ist aktuell in allen öffentlichen Bereichen des Seminarhauses einzuhalten – je nach Corona-Situation kann die Maske am Sitzplatz im Gruppenraum abgelegt werden oder die Masken-Pflicht im Gruppenraum entfällt.
- **Nach 72 Stunden Aufenthalt** kann je nach Inzidenzwert und Vorgabe des zuständigen Gesundheitsamtes ein **Zwischentest** erforderlich sein. Die Kosten hierfür tragen die Teilnehmenden selbst. Tests werden aktuell vor Ort im Seminarhaus durchgeführt und sind gegen eine Gebühr von 7,50 € erhältlich.
- Es sind die **allgemein gebotenen Hygienemaßnahmen** zu beachten: viel und ausreichend Händewaschen, **Husten- und Niesetikette** einhalten, gebrauchte Taschentücher sofort zu entsorgen, und sich so wenig wie möglich mit den Händen ins Gesicht, bzw. an die Schleimhäute fassen.
- Des Weiteren sind die allgemeinen Kontaktbeschränkungen zu beachten: **wir bitten von Umarmungen oder Händeschütteln abzusehen.**

# Hygienekonzept Durchführung des Einfach Liebe Retreats (Seminarhotel PARIN)

Seite 2 / 3 Stand: 23. Oktober 2021

## Informationen zum Aufbau und Konzept des Einfach Liebe Retreats in Bezug auf die aktuelle Corona-Entwicklung und diesbezüglich erforderliche Maßnahmen:

Es handelt sich um ein Seminar, an dem ausschließlich Paare teilnehmen. Die Paare bleiben in dem 5-tägigen Seminar unter sich. Es handelt sich beim Einfach Liebe Retreat um keinen Gruppenprozess. Bei allen Übungen kann der Mindestabstand zu Teilnehmer\*innen, die nicht in einem Haushalt leben, bzw. ihr Sozialleben nicht miteinander teilen, eingehalten werden.

Das Tragen einer FFP2-Maske oder aktuell wahlweise einer medizinischen Maske ist in allen öffentlichen Bereichen des Seminarhauses, sowie beim Betreten oder Verlassen des Gruppenraumes einzuhalten. Im Außenbereich auf dem Gelände darf die Maske abgesetzt werden. Die Teilnehmer\*innen, bzw. das Paar nimmt im Gruppenraum einen festen Platz ein mit Mindestabstand von 1,5 m zu anderen Personen. **Sind die Teilnehmer\*innen an ihrem Platz im Raum angekommen, kann die Maske abgenommen werden.** Die Teilnehmer\*innen sind aufgefordert, den Gruppenraum mit entsprechendem Abstand zueinander zu betreten, bzw. wieder zu verlassen. Je nach Corona-Situation dürfen sich die Teilnehmer\*innen auch ohne das Tragen einer Maske im Gruppenraum bewegen.

Bei schönem Wetter sind die Fenster auf Kipp geöffnet, ansonsten wird der Gruppenraum regelmäßig gelüftet. Es werden im Tagesverlauf des Retreats mehrere Pausen eingerichtet, um zusätzlich länger zu lüften. **Sollte dir generell kühl sein, bring bitte Schal, Hoodie mit Kapuze, Jacke oder Ähnliches mit.**

**Vielen Dank für ein gutes Zusammenwirken und wir freuen uns auf das gemeinsame Retreat.**

# EINFACH LIEBE

*Entspannte Sexualität leben*

Wir arbeiten im Bereich von Persönlichkeitsentwicklung, der zum größten Teil aus der Vermittlung von Wissen besteht. Angeleitete Praxiseinheiten wie Achtsamkeitsübungen und Meditationen im Gruppenraum sind ruhige Übungen, die keine sportliche Betätigung darstellen und keine expressiven Atemübungen beinhalten.

Um Übertragungen zu vermeiden, sind folgende eigene Gegenstände in den Gruppenraum mitzubringen: Schreibzeug und eigene Wasserflasche.

**Die Teilnehmer\*innen werden gebeten, dieselbe Sitzgelegenheit während der Dauer des Retreats zu nutzen** – falls gewünscht kann diese mit einem eigenen Tuch abgedeckt werden. Alle persönlichen Gegenstände sind am Ende des Seminartages wieder mitzunehmen. Das ermöglicht eine gründliche Reinigung des Raumes.

Unsere Materialien zur Vermittlung von Wissen (Mappen, Notizheft, DIN-A4-Blätter, Infokarten aus Papier etc.) werden vor Beginn der Gruppe auf den Platz der Teilnehmer\*innen gelegt oder liegen aus. Weiterführende Literatur liegt im Gruppenraum aus. Möchten die Teilnehmer\*innen eines der Bücher erwerben, erfolgt dies über Rechnungsstellung im Anschluss des Seminars.

Wir halten uns flexibel in der Gestaltung unserer gruppeninternen Abläufe, um gegebenenfalls veränderten Maßnahmen der Coronaschutzverordnung Folge zu leisten.