

Ablauf Wiibercamp - Anmeldung - Packliste



Liebe

schön, dass Du Dich für das **Wiibercamp** anmeldest. Hier findest du die Infos zu der An- und Abreise, die Koordinaten des Lagerplatzes, die Packliste, das Anmeldeformular inkl. Einzahlungsvorgaben und die Inhalte des Wiibercamps.

Wir freuen uns auf Dich!
Cécile und Marianne

TAG 1		Ankommen - Kennenlernen - Einnisten - Gesprächsrunde zum Thema Ängste und Freuden - Besinnliche Dämmerung «nichts müssen, alles dürfen»
TAG 2		Morgenbaden - Bachmeditation - Vier Himmelsrichtungen - Schwellengang - SoloPlatz finden «scheitern voll ok, abheben voll ok»
TAG 3		In der Morgendämmerung aufbrechen 36 Stunden allein in der Natur
TAG 4		In der Abenddämmerung zurückkehren - Gemeinsames Nachtessen in der Stille
TAG 5		Dich wieder in der Gemeinschaft einfinden - Erzählen und Zuhören - Das Erlebte verdauen «Feuern und Feiern»
TAG 6		Das Erlebte wertschätzen - Schwellengang - Gesprächsrunde zum Thema Ängste und Freuden «Perlen für den Alltag»

Die Idee ist, dass du während deinem 36-Std-Solo auf etwas verzichtest, um der Auszeit mehr Raum für Neues zu geben. zB Bewegungsradius, Süßes, Essen, Rauchen, etc. Was könnte es für Dich sein?

Adresse	Seligraben 2, Rüti bei Riggisberg
Koordinaten	<u>46°46'38.9"N 7°25'57.5"E</u>
 // 	Kommt gerne mit ÖV, wenn nötig sind Parkplätze für PW vorhanden
ÖV-Verbindung	Bern ab 12:12, Richtung Thun → Thurnen an 12:33 Umsteigen auf Postauto Richtung Schwarzenburg/ Gurnigel Thurnen ab 12:35 → Laas, Rüti bei Riggisberg an 12:56 Empfang durch Marianne oder Cécile an Postautostelle Laas
Rückreise	Laas, Rüti bei Riggisberg ab 16:41 // Bern an 17:48

Anmeldung Wiibercamp 25. bis 30.Juli 2022

Vorname und Name:

Strasse:

PLZ, Ort:

Mailadresse:

Telefon:

Telefon Kontaktperson für Notfall:

Krankenkasse und Policen-Nummer:

Regamitglied: JA NEIN

Ich bin NUB versichert:
(nichtberufsunfallversichert) JA NEIN

Regelmässige Medikamente:

Bemerkungen zum Essen/ Allergien/
Vegi / Fleisch:

Das wollte ich euch noch sagen:

Ich bezahle den Betrag von CHF:

Total CHF 600.- bis 900.-

(Kost & Logis CHF 300.- plus Richtpreis Wiiberbegleitung und Organisation CHF 300.- bis CHF 600.-)

Schriftliche Anmeldung und
Einzahlung

bis 25.Juni 2022

Cécile Keller, Brunnmattstrasse 47, 3007 Bern
cecile.keller@vtxmail.ch

PC-Konto 30-121317-2

IBAN CH92 0900 0000 3012 13172

Ort, Datum

Unterschrift

.....

Annulationsbedingungen:

Bei Absage vor dem Anmeldeschluss 50% des Gesamtbetrags.

Bei Absage nach dem Anmeldeschluss Gesamtbetrag.

Packliste

Unser Camp befindet sich auf ca 800m.ü.M. in unmittelbarer Nähe zu einem Wildbach. Es kann kalt und feucht oder auch trocken und warm sein. Die Jurte kann eingeheizt werden.

- Jedem Wetter angepasste Kleidung
- Regenjacke, Regenhose
- Ersatzkleider
- Wanderschuhe
- falls vorhanden Stiefel, Crocs oder ähnliches (wasserdicht ist praktisch)
- Pyjama oder Trainer
- Kopfbedeckung für heiss und kalt (Mütze, Käppi, Sonnenhut)
- Halstuch
- Badekleid
- Frottiertuch
- Necessaire & Co
- Biologisch abbaubare Seife, kein Shampoo
- Sonnenschutz
- Insekten- und Zeckenspray
- Taschentücher
- Schreibzeug
- Notizpapier/ Notizbuch
- Mätteli
- Schlafsack (je nach Bedürfnis Decke, Kissen, Bettflasche)
- zwei Blachen mit Ösen und Schnüren zum Spannen - wenn nicht vorhanden, meldest du dich bei uns und wir stellen es dir zur Verfügung
- Tagesrucksack
- Trinkflasche
- Sackmesser
- kleiner Abfallsack
- Stirn- oder Taschenlampe (bitte aufgeladen, es gibt keinen Strom im Camp)
- Uhr und kleine Notfallapotheke für das 36-Stunden-Solo
- Krankenkasse-Karte
- Identitätskarte

Das liebe Handy und die Erreichbarkeit

Wir finden es schön, wenn das Handy in dieser Zeit möglichst im Hintergrund bleibt. Für Notfälle und wichtige Mitteilungen sind Marianne und Cécile jederzeit erreichbar. Bitte die Nummern bei deinen Lieben zuhause deponieren.

Kontakt

Cécile Keller, **079 437 25 92**, cecile.keller@vtxmail.ch // www.cecilekeller.ch
Marianne Eggenberger, **078 806 30 04**, eggenbergermarianne@bluewin.ch
www.marianne-eggenberger.ch