

# FAQ

## Antworten auf Eure Fragen zum Laugh & Learn 2021

### Wie lautet die genaue Adresse?

Fürs NAVI: Jugendhof Bessunger Forst, Aschaffener Str. 183, 64287 Darmstadt.

Damit wirst Du uns im Forst nicht verfehlen. Folge dem Schild zum **Jugendhof**.

**Wo parken?** Beim Schild zum Jugendhof und gegenüber auf der anderen Straßenseite gibt es jeweils einen Parkplatz im Wald an der Straße. Ihr seht das schon. Parkt bitte so, dass alle Platz finden.

**Hier im Wald** gibt es weder Geschäfte, noch Geldautomaten und so gut wie kein Internet/Empfang. Yippie.

### Ankunft, Start & Ablauf - wir beginnen um 10:00 Uhr

Du kannst gerne 20 Minuten eher auf dem Gelände sein. Kaffee / Tee steht bereit ☺

**Wer bist Du denn? Kennst du oder den da?** Mach Dir doch ein Namensschild.

### Gibt es feste Gruppen?

**WIR** sind die Gruppe. Die Angebote können nach Vorliebe mitgemacht werden. Keine Listen oder so. Dennoch kann die Teilnehmerzahl im August möglicher Weise begrenzt sein. Wenn es mal keinen Platz mehr gibt, schlenderst Du einfach zum Angebot nebenan. Es können immer alle irgendwo teilnehmen. Jedes Angebot ist auf seine Weise einzigartig.

**Die Gruppengrößen.** Nach aktuellem Stand ist unter Einhaltung des gebotenen Abstands draußen keine Limitierung mehr notwendig. **Im 100m<sup>2</sup> Saal ist es anders. Du siehst die im August maximal mögliche Teilnehmerzahl im Zeitplan, der direkt vor der Veranstaltung entsprechend aktualisiert wird.** So haben wir es bereits letztes Jahr gemacht, um allen Anforderungen gerecht werden zu können. Vertraue darauf, dass wir noch im letzten Moment flexibel agieren werden, um gemeinsam einen wundervollen Tag zu erleben. Yeah.

**Startzeiten der Angebote** Der Ablauf ist so ausgerichtet, dass man gut von einem Angebot zum nächsten kommt und sich keine Schlangen vor den Toiletten bilden (hohohoffentlich).

**Du möchtest nur einzelne Angebote mitmachen und nicht den ganzen Tag?** Ruh Dich aus, wenn Dir danach ist. Wir haben viel Platz dort.

**Knie – Rücken – Fuß...** Fast alles kann sitzend mitgemacht werden. Suche Dir einen persönlichen Stuhlträger ☺. Lache viel. Das lindert Schmerzen & beschleunigt die Heilung.

### Verpflegung vor Ort

Jeder Teilnehmer bekommt ein **leckeres Mittagessen**. Nimm Dir morgens gleich eine Flasche Wasser und schreibe bitte deinen Namen darauf. Auch Kaffee & Tee sind inklusive. Es steht etwas Obst bereit sowie kleine Snacks. Nachmittags kann man auch selbstgebackene Kuchen probieren, die dort verkauft werden. **Geschirr, Besteck etc. ist alles vorhanden.** Du magst Deinen Kaffee nur aus Deiner Lieblingstasse? Dann bring sie mit.

### Grillen danach.

Ausklang.  
Es gibt Wilde Wurst oder Seitan vom Grill, Salat und Brot. Gib gleich bei Deiner Anmeldung an, ob Du bleibst und was Du vom Grill möchtest. Die Bestellung des Essens wird zum 07.08. abgeschlossen.

Reines Privatvergnügen, jeder trägt seine Kosten selber = nicht Bestandteil des *Laugh & Learn*.

### Barfuß oder Lackschuh?

Wir sind auf einem Gelände im Wald. Komm in bequemster Freizeitkleidung.

**Was bedeutet „regelkonform“ (Stand 28. Juni 2021)**

**Im Gebäude** (Weg zur Toilette): denke daran, einen Mundschutz zu tragen, falls gefordert. Es sind nur N95 und FFP2 Masken zulässig. Du erhältst einen einfachen Mundschutz, falls Du keinen dabei hast.

**Dynamische Lach- und Bewegungsangebote finden ausschließlich draußen statt.** Auch bei leichtem Regen. Wir haben offene Zelte. Für bestimmte Angebote kann der große 100m<sup>2</sup> Saal mit kompletter Fensterfront genutzt werden.

Bei Symptomen einer Infektion wie Schnupfen, Heiserkeit, Halskratzen, erhöhter Temperatur, Husten, Kopfschmerzen, Durchfall, Geschmacks- oder Geruchsverlust ist eine Teilnahme nicht möglich. Das galt schon immer für Lachyogasessions.

**Du zeigst ungenaue Symptome? Bleib bitte zu Hause! Hygiene, Abstand usw. Ein Hygienekonzept liegt vor. Es gelten die hessischen Regelungen – egal wo Du herkommst. Ein tagesaktueller Test (24 h) oder der Nachweis der vollständigen Impfung (Covid19) ist notwendig.**

**Kein Körperkontakt** wie beispielsweise Umarmungen, Abklatschen, Einhaken usw.

Nimm bitte Rücksicht und wahre stets angemessenen Abstand. **Jeder soll sich wohl fühlen können.** Wir haben viel Platz und werden alle gemeinsam darauf achten. Kann der Abstand nicht gehalten werden, ist Maskenpflicht. Auf dem Weg zu den Toiletten kann z. B. Maskenpflicht sein.

**Mund-Nase-Bedeckung, Visiere etc. Du entscheidest für Dich,** ob und was Du draußen trägst – außer Deinem Lächeln. Wir gestalten draußen alles so, dass ohne Mundschutz teilgenommen werden kann und darf. Wichtig ist jedoch, dass Du Dich wohl fühlst.

**Lach-Abstand** immer und überall. Wir lachen uns an – und wie ;-) Unser Lachen geht **diagonal durch den Kreis** und erschüttert unser Zwerchfell. Rundherum und zurück gibt es ein Feuerwerk der Spiegelneuronen. Die Waldluft füllt unsere Lungen und wir genießen Lachmoleküle überall.

**Was gibt es nicht:** Keine Umarmungen, kein gegenseitiges Kitzeln oder Klatschspiele. Keine Jonglierbälle, Luftballons, Kuschtiere, Herzkissen. Kein Schwungtuch – **aktuell einfach gar nichts zum Anfassen und Rumreichen. OK?!**

**Was gibt es dann?** Tolle Angebote: neue & alte, laute & leise, wilde & ruhige, lustige & informative.

**Bring Dich ein.** Zeig Deine Lieblingsübung. Dafür gibt es extra **Your Stage** im Programm. **Hau raus, was kommt. Lass uns mit Begeisterung daran teilhaben und kreativ sein. Darin sind wir super gut.**

Wir haben ausreichend Bänke & Biertischgarnituren.

Bring Dir doch eine **eigene Decke oder Matte** mit, wenn Du entspannen / in der Sonne relaxen möchtest.

**Lachgarantie ☺**

Wir wissen nicht genau, wie das Wetter wird. Bei Regen lachen wir auch, denn wenn wir nicht lachen, regnet es trotzdem.

**Fotos?** Es darf natürlich fotografiert werden, wenn die Bilder auch geteilt und nicht missbräuchlich oder kommerziell genutzt/vermarktet werden!

**Wer** richtet uns eine Cloud oder Dropbox ein, wo wir alle unsere Bilder hochladen können?