

Hinweise zum Präventionsangebot, Nutzungs- & Teilnahmebedingungen und gesetzlichen Regelungen

für den digitalen Präventionskurs „**Balance im Alltag – Stressmanagement mit Achtsamkeit (Onlineseminar)**“

Hinweise zum Präventionsangebot

Anbieter des Präventionskurses ist **Mindyama | Ayurvedisches Stress- & Lifestylemanagement**, Judith Doherty, Kyhnaer Weg 19, 04509 Delitzsch.

Kursleitung: Judith Doherty

E-Mail: info@mindyama.com

Webseite: <https://mindyama.com/balanceimalltag>

- Der Kurs ist ein **präventives Gesundheitsangebot** gemäß § 20 SGB V.
- Ziel ist die **Stärkung der Stresskompetenz**, der Ressourcen und die Förderung gesundheitsförderlicher Verhaltensweisen.
- Der Kurs **ersetzt keine psychotherapeutische oder psychiatrische Behandlung**.
- Inhalte sind **allgemein und präventiv**, nicht individuell medizinisch.
- **Kontraindikationen** für die Teilnahme sind schwere und behandlungsbedürftige psychische Erkrankungen. Bei Vorliegen von Kontraindikationen kann die Teilnahme des Kurses verwehrt werden. Es besteht aber die Möglichkeit der ärztlichen Rücksprache, um eine Kursteilnahme zu ermöglichen.
- Die Teilnahme des Kurses erfolgt auf eigene Verantwortung. (s. Haftungsausschluss)

Nutzungs- & Teilnahmebedingungen

1. Anbieter

Anbieter des Präventionskurses ist **Mindyama | Ayurvedisches Stress- & Lifestylemanagement, Judith Doherty**.

Kursleitung: Judith Doherty

E-Mail: info@mindyama.com

Webseite: <https://mindyama.com/balanceimalltag>

2. Gegenstand des Angebots

Der Kurs „Balance im Alltag – Stressmanagement mit Achtsamkeit“ ist ein digitales Präventionsangebot zur Förderung von Stressbewältigung, Entspannung und gesundheitsförderlichen Alltagsroutinen.

Die Teilnahme erfolgt online über die digitale Plattform Zoom als live Onlineseminar.

Der Kurs stellt **kein psychotherapeutisches oder psychiatrisches Behandlungsangebot** dar und ersetzt keine psychotherapeutische oder psychiatrische Behandlung.

3. Teilnahmevoraussetzungen

Die Teilnahme am Kurs setzt voraus, dass

- die Teilnehmerin oder der Teilnehmer mindestens 18 Jahre alt ist
- keine schwere oder behandlungsbedürftige psychische Erkrankung vorliegt
- keine gesundheitlichen Einschränkungen bestehen, die einer Teilnahme entgegenstehen

Die Teilnahme erfolgt eigenverantwortlich.

Im Zweifel sollte vor Kursbeginn eine ärztliche oder therapeutische Abklärung erfolgen.

4. Anmeldung

Die Anmeldung zum Kurs erfolgt verbindlich über das bereitgestellte Anmeldeformular bzw. per E-Mail.

Mit der Anmeldung bestätigt die Teilnehmerin / der Teilnehmer:

- die Richtigkeit der angegebenen Daten
- die Kenntnisnahme dieser Nutzungs- und Teilnahmebedingungen
- die Zustimmung zur Verarbeitung personenbezogener Daten gemäß Datenschutzerklärung

5. Teilnahme und Kursdurchführung

Der Kurs findet zu den im Kursangebot angegebenen Terminen statt.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer verpflichten sich zu einem respektvollen und achtsamen Umgang miteinander.

Störungen des Kursablaufs oder unangemessenes Verhalten können zum Ausschluss vom Kurs führen.

6. Technische Voraussetzungen

Für die Teilnahme sind erforderlich:

- stabile Internetverbindung
- Computer, Tablet oder Smartphone
- Lautsprecher bzw. Kopfhörer
- ggf. Kamera und Mikrofon für interaktive Kurseinheiten

Die Verantwortung für die technische Ausstattung liegt bei den Teilnehmenden.

7. Urheberrecht und Nutzung der Inhalte

Alle Kursinhalte (z. B. Videos, Präsentationen, Arbeitsblätter, Audiodateien) sind urheberrechtlich geschützt.

Es ist **nicht gestattet**, Inhalte ohne Zustimmung des Anbieters:

- aufzuzeichnen
- weiterzugeben
- zu veröffentlichen

- kommerziell zu nutzen

Die Nutzung ist ausschließlich für den persönlichen Gebrauch bestimmt.

8. Haftungsausschluss

Die Teilnahme am Kurs erfolgt auf eigene Verantwortung.

Der Anbieter haftet nicht für gesundheitliche Schäden, die durch unsachgemäße Durchführung der Übungen oder durch Nichtbeachtung gesundheitlicher Einschränkungen entstehen.

Für technische Störungen außerhalb des Einflussbereichs des Anbieters wird keine Haftung übernommen.

9. Datenschutz

Personenbezogene Daten werden ausschließlich zum Zweck der Kursdurchführung und gemäß der Datenschutzerklärung verarbeitet.

Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht, sofern keine gesetzliche Verpflichtung besteht.

10. Änderungen

Der Anbieter behält sich vor, Termine oder Inhalte des Kurses aus organisatorischen Gründen anzupassen, sofern der Gesamtcharakter des Kurses erhalten bleibt.

11. Schlussbestimmungen

Sollten einzelne Bestimmungen dieser Nutzungsbedingungen unwirksam sein, bleibt die Wirksamkeit der übrigen Bestimmungen unberührt.

Es gilt das Recht der Bundesrepublik Deutschland.

Gesetzliche Regelungen

- Das Kursangebot entspricht den Vorgaben der ZPP und den gesetzlichen Bestimmungen für Präventionsangebote nach § 20 SGB V.
- Teilnahmebescheinigungen werden ausgestellt, um die **Erstattung durch die Krankenkasse** zu ermöglichen.
- Die Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt **DSGVO-konform**.