



ErlebnisReich e.V.

Come As You Are

**Designdokument Version 1.0
(01.10.2023)**

Designdokument

Version 1.0

(01.10.2023)

Changelog

Version	Datum	Änderungen
1.0	01.10.23	- First release

Inhalt

Changelog	2
Inhalt	3
Information for foreign guests	4
Come as you are?	5
Ist das auch so ein ifol?	5
Come as you are!	5
Partizipativ	5
Familienfreundlich	5
Inklusiv und divers	6
Ausstattung	6
Spezielle Diäten, Allergien und Unverträglichkeiten	7
Definition vegan	7
Definition vegetarisch	7
Definition omnivor	7
Definition Diät	7
Zimmerbelegung	8
Aktivitäten	9
Verfügbare Ressourcen	9
Praktische Informationen Come As You Are 2023	10
Termin und Kosten	10
Anreise	10
Abreise	10
Ticketpreise	10
Das bekommst Du dafür	10
Was muss ich mitbringen?	10
Was wir von Dir erwarten	11
Anmeldung	11
Location	11
Erreichbarkeit	12
Mit dem Auto	12
ÖPNV/Fahrgemeinschaften	12
Kontakt	13

Information for foreign guests

Come as you are...

We can't name an event like this and then expect you to be in a certain way, can we?

Well, for communication purposes we recommend having at least basic language skills in German or English – be it written or spoken.

We expect most participants to be German native speakers, we also expect them to be more or less fluent in English.

So if you feel comfortable to communicate in either of those languages, you should be fine. In every other case, contact us and we'll try to find a way...

Discord: <https://discord.gg/GxQ3KRSb>

e-mail: vorstand@erlebnisreich.org

Come as you are?

Ist das auch so ein ifol?

Über verschiedene Kanäle wurde an uns herangetragen, dass mensch sich auf das neue ifol im Dezember in Sohrschied sehr freue. Auf unsere Nachfrage, wer das denn organisiere, kam immer dieselbe Antwort: "Ja, Ihr!"

Deswegen einmal ganz klar und deutlich:

"*Come as you are*" ist KEIN "*It's full of larps*", KEIN "*It's full of food*" – es ist irgendwie gar kein "*It's full of...*" Auch wenn sich hier vielleicht die gleichen Menschen treffen, stehen bei diesem Event ihr als Teilnehmende und die Begegnung miteinander an sich im Mittelpunkt.

Come as you are!

Es geht um eine Gelegenheit, Menschen, die ich schon oft gesehen habe und mit denen ich schon oft gelarpt, gekocht oder sonstwas gemacht habe, genauso wie ganz neue Menschen, die ich noch nicht kenne, zu treffen und (näher) kennenzulernen – und das ganz ohne Rolle oder stressige Aufgabe. Ein bisschen so nach dem Motto: Alles kann, nichts muss.

Kurz: "*Come as you are*" seid ihr und das, was ihr daraus macht. Natürlich dürft ihr Mini-Larps miteinander spielen und danach tolle Gerichte austauschen und kochen. Ihr könnt aber auch alles andere machen, wonach Euch ist, solange ihr dabei einigen grundlegenden Regeln folgt, denn wir wollen den Grundcharakter der ifol-Veranstaltungen übernehmen – auch "Come As You Are" ist also:

Partizipativ

"*Come as you are*" ist, was Du daraus machst: Als partizipative Veranstaltung lebt es davon, dass alle Teilnehmenden sich einbringen. Wir organisieren im Vorfeld die Location und koordinieren die Einkäufe und danach bist Du verantwortlich. Natürlich nicht Du alleine, sondern Du und alle anderen Teilnehmenden.

Vor Ort wird das Event von allen Teilnehmenden gemeinsam organisiert. Alle sind gemeinsam dafür verantwortlich, dass nach den Mahlzeiten das Geschirr gespült wird, auf den Toiletten genug Toilettenpapier vorhanden ist, Programm angeboten wird, hart gegen das Programm ange-chillt wird, usw.

Erlaubt ist, was Dir gut tut, solange niemand anderes dadurch eingeschränkt wird. Gegenseitige Rücksichtnahme und damit verbunden auch Absprachen sorgen dabei dafür, dass die Veranstaltung für alle ein positives Event wird.

Familienfreundlich

"*Come as you are...*" ist familienfreundlich. Eltern und Kinder sind bei uns gerne gesehen. Es liegt dabei im Ermessen der Begleitpersonen, wie weit die Kinder aktiv am Geschehen

teilnehmen können und dürfen. Wir versuchen im Rahmen der Möglichkeiten, den Kindern Raum zum Spielen und Toben einzuräumen. Das Haus verfügt über ein tolles Außengelände, mit Wiesen, einem Bachlauf und Übergang in einen echten Wald.

Inklusiv und divers

Uns ist jeder Mensch willkommen mit all seinen Fähigkeiten, Bedürfnissen, Orientierungen und Zuweisungen. Vielfältigkeit und Toleranz sind dabei Werte, die uns ständig begleiten. Vielfältigkeit bedeutet auch bis zu einem gewissen Maß Unsicherheit.

Unser Grundsatz ist es, voneinander lernen zu wollen und uns dabei auf Augenhöhe zu begegnen. Dies erfordert zum einen die Offenheit, sich die eigene Unwissenheit einzugestehen und daran arbeiten zu wollen, und zum anderen auch den Mut, andere auf deren Unwissenheit hinzuweisen.

Auch wenn wir versuchen, in allen Bereichen barrierefrei und inklusiv zu sein, werden wir dieses Ziel nicht erreichen. Wir haben aber den Anspruch, uns stetig in dieser Hinsicht zu verbessern.

Wir müssen uns eingestehen:

Wir werden sicherlich Dinge nicht bemerken, sie übersehen oder nicht mitdenken.

Unsere Bitte ist daher:

Geht mit uns im Vorfeld ins Gespräch, um Bedürfnisse und Erforderlichkeiten abzuklären und hoffentlich gemeinsam Lösungen dafür zu finden.

Unsere Toleranz endet dort, wo Menschen aufgrund von Intoleranz Freiheit aberkannt wird.

Verstehe Toleranz nicht als Wert oder Eigenschaft, sondern als Vertrag mit der Selbstverpflichtung zu gegenseitiger Anerkennung (im besten Falle sogar Wertschätzung, zumindest aber Akzeptanz) der individuellen Besonderheiten der anderen Personen. Menschen, die dies nicht erbringen, sind kein Teil dieses Vertrags und fallen damit auch nicht unter dessen Schutz.

Ausstattung

Die Location verfügt über folgende Einrichtungen:

- zwei rollstuhlgerechte Zimmer
- ein rollstuhlgerechtes Bad
- das EG ist zugänglich mit dem Rollstuhl, das 1. und 2. OG hingegen leider nicht ohne Unterstützung

Weitere Informationen und Bilder der Location:

<https://www.vbs-sohrschied.de/index.php?menuid=20>

<https://www.vbs-sohrschied.de/index.php?menuid=21>

Spezielle Diäten, Allergien und Unverträglichkeiten

Wir bieten auf allen unseren Veranstaltungen veganes Essen (ggf. mit ergänzenden tierischen Produkten für Omnivore, Ovo-, Lacto- oder Pesco-Vegetarier). Wir bemühen uns, auf Allergien und Unverträglichkeiten Rücksicht zu nehmen.

Falls Du eine vegetarische Diät bevorzugst, eine Lebensmittelallergie hast oder einfach bestimmte Dinge nicht essen möchtest, bitten wir Dich um zwei Dinge:

- Zum ersten, bitte achte selbst darauf, was Du isst. Wir werden uns bemühen, Dinge möglichst gut auszuweisen. Du kannst aber auch jederzeit in der Küche zu den Produkten nachfragen. Die allermeisten Dinge werden wir komplett selbst herstellen, dennoch wird es wohl auch einige vorproduzierte Zutaten geben. Dies gilt es zu beachten.
- Zum zweiten bitten wir Dich dennoch, uns über Deine Diät, speziell auch bei Allergien, zu informieren. Wir bemühen uns, schon im Vorfeld auf für Dich kritische Gerichte hinzuweisen bzw. für Alternativen zu sorgen.

Definition *vegan*

Du meidest jegliche Nutzung von Tieren, sei es als Nahrung, in anderen Produkten (z.B. Kleidung) oder auch zur Freizeitgestaltung, so gut es geht.

Definition *vegetarisch*

Zur Zubereitung Deiner Nahrung nutzt Du keine Nahrungsmittel tierischer Herkunft. Eventuell machst Du Ausnahmen hiervon und bist Ovo-, Lacto- oder Pesco-Vegetarier.

Definition *omnivor*

Generell isst Du alles. Natürlich hast Du eventuell Vorlieben / Abneigungen oder sogar Allergien, Du schließt aber keine Nahrungsmittel-Kategorie aus.

Definition *Diät*

Du bevorzugst bzw. exkludierst bestimmte Lebensmittel und Zutaten in/aus Deiner Nahrung. Hierfür musst Du Dich nicht rechtfertigen.

Zimmerbelegung

Wir werden älter und unsere Bedürfnisse nach Unterbringung sind nicht mehr mit einem Jugendherbergzimmer für 8 Menschen in Stockbetten und Toilette auf dem Gang gedeckt. Manche von uns mögen immer noch den Partyraum, manche sehnen sich aber nach schnarchfreier Ruhe, manche haben Familie, manchen sind schon drei Menschen in einem Raum zu viel, manche wollen gerne mit ihren Partner*innen in ein gemeinsames Zimmer und manche wollen vielleicht in ein Zimmer, um neue Menschen kennen zu lernen. Mit begrenzten räumlichen Ressourcen und manchmal gegenläufigen Interessen können wir uns nur (und wollen wir uns dennoch) bemühen, Deinen individuellen Bedürfnissen Raum zu verschaffen.

Hierzu benötigen wir Deine Hilfe! In der Anmeldung haben wir ein Feld, in dem Du Deine Bedürfnisse frei und so individuell, wie diese sind und es Dir wichtig ist, eintragen kannst. Wir werden uns bemühen, anhand dieser Bedürfnisse Raumkapazitäten zu definieren. In einer nur für angemeldete Teilnehmende einsehbaren Liste werden wir die Namen die Namen der Teilnehmer*innen und die Raumkapazitäten zur Verfügung stellen. In diese Liste kannst Du Dich eintragen, gerne auch in Absprache mit anderen Teilnehmenden und/ oder mit uns.

Schlussendlich bleibt aber immer auch die Möglichkeit uns zu kontaktieren und nach Lösungen zu suchen, die noch nicht gefunden wurden.

Aktivitäten

Ja, was denn nun? Erst sagen sie, ich kann einfach so sein, wie ich bin und muss nichts vorbereiten – und jetzt fragen sie doch nach Aktivitäten?

Es gibt nun einmal Dinge, die in einer Location funktionieren oder nicht - warum auch immer. Dinge, die viel Aufwand benötigen würden. Wenn wir also schon ein klein wenig im Vorfeld wissen, was Ihr vorhabt, dann können wir Euch auch schon vorher mit Rat und Tat zur Seite stehen, ob das, was Ihr mitbringen wollt, was Ihr vielleicht anbieten wollt, vor Ort überhaupt funktionieren kann.

Und wenn wir das ein oder andere in der Vorbereitung für Euch mitbesorgen können, weil wir ohnehin Dinge besorgen müssen, ist das eine Win-Win-Situation für uns alle.

Aktivitäten werden von Teilnehmenden angeboten, die Lust auf eine bestimmte Aktivität haben und andere einbinden möchten. Vielleicht möchtest Du ein Lagerfeuer machen, Brettspiele oder ein MiniLarp spielen, eine Cuddle Puddle bilden, eine one-hour-Disco-Party ausrufen, den Wald erkunden, Yoga anbieten oder Joggen gehen...

Wir freuen uns, wenn Du eine Aktivität anbieten möchtest – es gibt aber keinen Zwang dazu. Ebenso gibt es keinen Zwang für andere Teilnehmende, bei Deiner Aktivität mitzumachen. Aber unsere Erfahrung sagt: Wer was anbietet, findet auch Mitstreiter*innen.

Falls Du bestimmte Ressourcen (Licht, Sound, Handouts, Spiele, Wanderschuhe, Feuerholz...) für Deine Aktivität benötigst, bringe diese bitte mit oder frage sie bei uns an. Wenn andere Teilnehmenden Dinge (z.B. Wanderkleidung) mitbringen müssen um an Deiner Aktivität teilzunehmen, sag uns bitte vorher Bescheid, wir schreiben eine eMail.

Verfügbare Ressourcen

Folgende allgemeinen Ressourcen stehen vor Ort grundlegend zu Verfügung bzw. werden wir bereitstellen:

Drucker, Papier, Stifte, einige Brettspiele, Licht und Sound, Moderationskoffer

Praktische Informationen *Come As You Are 2023*

Termin und Kosten

Anreise

14.12.2023, ab 17:30 Uhr

Eine erste Mahlzeit ist für 19 Uhr geplant. (*Z.B. Familien mit abweichenden zeitlichen Bedürfnissen melden sich bitte bei uns.)

Abreise

17.12.2023 bis 13 Uhr

Ticketpreise

Standard Ticket	125 €
Rainmaker Ticket (Du möchtest uns helfen, die Social Tickets zu finanzieren.)	140 €
Social Ticket (Von Rainmakern und ErlebnisReich e.V. subventioniertes Ticket.)	100 €
Kinder und Jugendliche (7–17 Jahre)	100 €
Kinder (unter 6 Jahre)	65 €

Das bekommst Du dafür

- Unterkunft
- Gutes und ausreichendes Essen
- Getränke (Wasser, Saft) – alle weiteren Getränke für den persönlichen Bedarf müsst ihr selbst besorgen
- Gute Gesellschaft

Was muss ich mitbringen?

Bitte bringe unbedingt folgende Dinge zur Veranstaltung mit

- Bettzeug + -wäsche (das bedeutet: (Spann)betttuch und Bettware [Bettdecke und Kopfkissen PLUS Bezüge]), alternativ geht auch ein Schlafsack.
In den Betten sind lediglich die Matratzen vorhanden!
- **nach persönlichem Bedürfnis mindestens ein** (Dusch-)Handtuch

- Hygieneartikel Deiner Wahl. Bitte achte bei Duschgel o.ä. darauf, dass dieses kein Mikroplastik enthält, da das Gelände mit einer Pflanzenkläranlage betrieben wird.
 - Solltest Du etwas vergessen haben, sprich uns vor Ort bitte direkt an, wir können Dir für den Notfall mit einer begrenzten Anzahl an Dingen aushelfen.
- Warme Kleidung für den Abend im Freien – es wird im Hunsrück abends KALT!

Wenn Du in der Küche helfen möchtest:

- Küchenmesser
- Küchenhandtuch/Grubentuch

Was wir von Dir erwarten

Das *“Come as you are”* ist eine Mitmachveranstaltung.

Das bedeutet, dass wir von Dir und allen anderen Teilnehmenden ein aktives Mitwirken erwarten.

Einkaufen, Kochen, Abspülen, Putzen, Aufräumen, Toilettenpapier nachfüllen oder Abends das Licht ausmachen, gemeinsam die Kinder bespaßen, ein Rahmenprogramm erstellen, am letzten Tag die Location übergeben, Menschen vom Bahnhof abholen / hinbringen oder nachts um halb vier nach dem Pulled Pork schauen – all das sind Aufgaben, die niemand für uns übernimmt:

Wir machen das selbst und übernehmen gemeinsam Verantwortung.

Dies sollte Dir vor der Anmeldung zur Veranstaltung klar sein. Bitte melde Dich nicht an, wenn Du Dich hier nicht siehst.

Anmeldung

<https://www.erlebnisreich.org/caya23-anmeldung/>

Englischsprachige Anmeldung: <https://www.erlebnisreich.org/caya23-registration/>

Location

Tagungshaus des VBS Sohrschied

Zum Kyrbach 1

55487 Sohrschied

[What3words?: ///soviel.rasierer.rochen](https://www.soviel.rasierer.rochen)

<https://www.vbs-sohrschied.de/index.php?menuid=15>

Erreichbarkeit

Mit dem Auto

- Mit dem Auto fürs Navi: <https://goo.gl/maps/ocy8tegrQEMTEPj28>

ÖPNV/Fahrgemeinschaften

Hier gibt es mehrere Möglichkeiten: mit dem Zug bis Bad Kreuznach, Bingen (Rhein), Boppard oder Bullay, von dort aus dann jeweils entweder mit dem Bus bis Dillendorf und anschließend ca. 20-25 min zu Fuß oder bis zum Flugplatz Hahn und von dort aus dann weiter.

Es lohnt auf jeden Fall, nach einem Shuttle oder einer Mitfahrgelegenheit zu schauen. Hierfür haben wir eine [Google-Tabelle](#), in die Ihr Euch eintragen könnt, als Mitfahrzentrale eingerichtet.

Kontakt

ErlebnisReich e.V.
% Larson Kasper
Borngasse 3
67822 Oberhausen an der Appel

Discord – <https://discord.gg/GxQ3KRSb>

Email – ifof@erlebnisreich.org

Bitte nutzt vorerst die Mailadresse der “It’s full of Food”-Reihe, bis wir eine eigene Adresse für CAYA eingerichtet haben.

Amaru – +49-1522-1657253
Björn – +49-176-61198987
Johannes – +49-162-2808577
Larson – +49-1525-3844019

Du findest uns auf Facebook:

- Facebookevent “Come as you are” 12/23:
<https://www.facebook.com/events/2066666116802275/>

“Come as you are” wird organisiert von Amaru, Björn, Johannes & Larson für den ErlebnisReich e.V.

Kurt swore to have no gun – but he had one...

