



22. - 24. SEPTEMBER 2023

SELBSTERFAHRUNGSSEMINAR

Klimachaos

Transformation gesund gestalten



Wann?

Freitag, 22.09.23 (11 Uhr) bis Sonntag, 24.09.23 (14 Uhr)

Wo?

Schindelhaus Weißenbach bei St. Georgen im Schwarzwald

Kosten?

60 Euro Unterkunft und Verpflegung, zzgl. Seminarkosten je nach finanziellen Möglichkeiten (Richtbetrag 200 Euro)

Anmeldung

Es können bis zu 12 Menschen teilnehmen. Wenn du gerne eine*r davon sein möchtest oder Fragen zum Seminar hast, schreib eine Mail an

gesunde-transformation@posteo.de

Ich freue mich auf Dich!

Bist du in Anbetracht des Klimawandels frustriert, entmutigt, wütend oder hast Angst vor der Zukunft?

Damit bist du alles andere als allein: Viele Menschen kennen diese Gefühle im Zusammenhang mit der Klimakrise leider allzu gut. Im Alltag gibt es kaum Raum, um die Sorge vor den Veränderungen oder die Wut über die aktuellen Entwicklungen zu thematisieren. In der Folge wird die Auseinandersetzung mit diesem Thema oft vermieden oder führt zu Ohnmacht und Frustration.

Wie gelingt es, trotz der täglichen Begegnung mit bereits Verlorenem, bedrohlichen Entwicklungen und schleppenden politischen Entscheidungen auf Dauer engagiert und zuversichtlich zu bleiben?

Umweltpsychologische Erkenntnisse zeigen, dass ein bewusster Umgang mit belastenden Emotionen und die Entwicklung einer positiven Zukunftsvision hilfreich sind. Genau darum geht es in diesem Workshop!

Gemeinsam werden wir eine Vision für eine klimafreundliche Zukunft entwickeln.

Auf dem Weg dorthin wirst du die Gelegenheit bekommen, dich intensiv mit deinen eigenen Stärken und Ressourcen und gleichzeitig auch mit deinen belastenden Gefühlen zu beschäftigen. Unterstützt wird dieser Prozess durch angeleitete Selbsterfahrungsübungen, die sowohl alleine als auch in der Gemeinschaft stattfinden. Dabei wirst du immer klarer sehen, auf welche Weise du dich für diese Vision einsetzen möchtest und wie du dich für die Möglichkeit einer klimafreundlichen Zukunft öffnen kannst.

Rahmenbedingungen

Wir verbringen das Wochenende am Schindelhaus Weißenbach nahe St. Georgen im Schwarzwald, wo du dein Zelt aufschlagen kannst (Dusche und WC vorhanden). Unser Seminar findet in einem Seminarraum, sowie in dem umgebenden Wald statt. Für die Verpflegung (vegan) ist gesorgt, zubereiten werden wir die Mahlzeiten gemeinsam.

Lisa Hafer

Geschäftsführerin Naturschule Deutschland e.V.

B.Sc. Waldwirtschaft und Umwelt, M.Sc. Systemisches Management und Nachhaltigkeit

Personorientierte Beraterin (zert. nach GwG)

