

„unterwegs-sein“

Ein Wander-Wochenende in der freien Natur
ohne Handy, Kühlschrank & PC...

An diesem Wochenende wandern wir mit einfachem Gepäck durch die Natur und lassen uns dabei überraschen, was uns draußen begegnet und wo wir am Abend unser Lager aufschlagen werden. Wir kochen gemeinsam schmackhafte Mahlzeiten und halten unsere heißgelaufenen Füße in einen kühlen Bach... Mit einfachen Wahrnehmungsübungen schärfen wir unsere Sinne in der Natur und unsere Achtsamkeit gegenüber anderen Wesen ringsum.

In persönlichen Auszeiten sind wir für eine Weile allein in der Natur unterwegs, um tief in uns hineinzuspüren und zu entdecken, was gerade für uns von Bedeutung ist. Im Fokus steht an diesem Wochenende vor allem das Wohlgefühl, das sich einstellt, wenn wir auf einfache Weise draußen unterwegs sind und unsere Seele sich „ins Freie“ wagt...

**7. bis 9. Juni 2013, Beginn um ca. 16 Uhr
Treffpunkt am Bahnhof Rotenburg/Wümme
Das Ganze kostet 120 Euro, plus eine Umlage für
Bio-Lebensmittel. Kontakt und Anmeldung:**

**Ellen Keusen
Naturerlebnispädagogin, Naturtherapeutin i.A.
04261-1657 ehkeusen@web.de**

**Johannes Heine
Visionssucheleiter, systemische Naturtherapie
04205-315757 johannes.heine@gmx.net**

Dies ist eine Veranstaltung von Naturpädagogik Rotenburg e.V.

