

# Insight. Outside.

Dreiteilige Seminarreihe  
im Ökodorf 2020

16.-18.10. / 27.-29.11. / ???\*

\*Dritter Termin wird  
gemeinsam ausgesucht

Uns lebendig, berührbar fühlen. Wie kann ich dahin kommen? Wie können wir unser Handeln und Sprechen in Einklang bringen mit dem, was wir fühlen? Was erfüllt uns wirklich? Das fasziniert uns. Dies ist ein Forschungsseminar zur eigenen Kreativität, Innenschau und authentischen Begegnung in der Gruppe. Unser Bezugspunkt ist die Lebensphilosophie der Gewaltfreien (bedürfnisorientierten) Kommunikation (GfK) in Verbindung mit Zeichnen/Malen. Im ersten Teil widmen wir uns inneren und gruppeninternen Prozessen. Im zweiten Teil verarbeiten wir Erkenntnisse in Plakaten und runden durch den Fokus auf die kreative Außendarstellung eigene Prozesse ab. Wir zeigen die Plakate dann in einer Ausstellung im Lebensgarten. Vom künstlerisch-technischen Ausdruck her ist die Seminarreihe genauso für Unsichere geeignet, wie für Erfahrene.

*Create your mind for a better world*

gebildet.com



Landeskulturbund  
Weser-Hunte e.V.



Wälder

Lebensgarten  
ökologische Bildung



AVEV  
Arbeitskreis  
Vereinsentwicklung

## Der Lebensgarten.

Wir tagen im „Lebensgarten“. Dies bietet eine rare Möglichkeit ein Ökodorf von Innen kennenzulernen. Im dortigen Alltag sind offene Angebote integriert, an denen die Gruppe teilnehmen kann. Der Lebensgarten besteht seit über 30 Jahren, umfasst heute 170 Menschen und ist Teil und Gründungsmitglied vom „Globale Ecovillage Network“. Dort befinden sich u.a. ein Seminarbetrieb, ein Permakulturgelände, verschiedene Betriebe, Vereine & Projekte.



## Kurzprogramm.

### Freitag

15 Uhr Ankommen  
Kennenlernen & Vision

### Samstag

Offene Morgenangebote  
des Lebensgartens  
Frühstück  
10–13Uhr Workshop  
Mittagessen  
Freie Pausenaufgaben  
16–19Uhr Workshop  
Abendessen

### Sonntag

Frühstück  
09–12Uhr Workshop  
Mittagessen  
14–17Uhr Letzte  
gemeinsame Zeit  
Ab 17.00 Uhr Abfahrt

## Die Menschen dahinter.

Jan ist Trainer für Kommunikation und Mediator auf Basis der GfK.  
Liz hat Bildende Kunst und freie Pädagogik studiert und arbeitet als Freiberuflerin.  
Beide arbeiten als Freundinnen zusammen, mit Herzblut und aus Überzeugung für den Wandel in Richtung einer besseren Welt. Sie organisieren die Seminare komplett selbst.

## Kontakt & Fragen:

jan@frielings.de  
Nach dem Anmeldeschluss unter  
communityseminare@posteo.de

## Das gemeinsame Sein und Unterkunft.

Achtsamkeit und ressourcenschonendes Handeln bilden die Basis für unser gemeinsames Sein. Wir sind in einem der Gemeinschaftshäuser untergebracht, wo wir tagen, schlafen und essen. Das Seminar lebt von deiner Beteiligung und Eigenverantwortung, wie beim gemeinsamen Kochen. Alle können sich basisdemokratisch nach ihren Fähigkeiten und Bedürfnissen einbringen. Geschlafen wird auf Matratzen in Gemeinschaftszimmern, zelten ist möglich. Es werden verschiedene Orte im Lebensgarten einbezogen und wir gehen in die Natur.

## Anmeldung

Bis zum 07.10. über das Onlineformular -> [tiny.cc/8ntssz](http://tiny.cc/8ntssz)  
Die Anmeldung und Überweisung erfolgt für die komplette Reihe. Die Plätze sind begrenzt, es soll eine überschaubare & intensive Gruppe werden.

## Teilnahme & Finanzen.

Der Teilnahmebeitrag beträgt pro Wochenende bis zum 27. Lebensjahr 55€ bis 95€ nach Selbsteinschätzung. Ab dem 28. Lebensjahr 95€ bis 425€ nach Selbsteinschätzung. Ab 3x95€ sind wir für Raten offen. Unterkunft und Verpflegung (vegan, bio) sind enthalten.

**Anfahrt.** Der Lebensgarten besteht aus wenigen Straßen und befindet sich inmitten von Feld und Wald, etwas abgeschieden vom Dorf Steyerberg. Nienburg/Weser ist die nächstgelegene Stadt, 20 Autominuten weiter. Vom Nienburger Hbf fahren Busse in 50min direkt in den Lebensgarten.

Adresse: Rosenanger 36  
31595 Steyerberg

