

**Kursleitung:** Sarah Metzger  
Yogalehrerin und  
Trainerin für Tiefenökologie

Freitag 24.04.15, 19 - 22 Uhr  
Einführungs Abend in die  
Tiefenökologische Arbeit

Samstag 25.04.15, 10 - 18:15 Uhr  
Workshop „Die Kraft der Spirale“

**Zusatzangebot an Sonntag**  
eine gemeinsame Wanderung vom Schauinsland  
zum Knöpflesbrunn

**Achtung:** Einführungsabend und Seminar  
sind an verschiedenen Orten !

**Einführungsabend:**  
Friedrichsbau, Kaiser-Joseph-Str. 268  
Paritätischer Wohlfahrtsverband

**Samstagsseminar:**  
Berghaus Schauinsland [www.berghaus-freiburg.de](http://www.berghaus-freiburg.de)  
(Anfahrtsmöglichkeiten auf der Webside)

**Kosten:**  
Der Teilnehmerinnenbeitrag ist nach  
Selbsteinschätzung auf Spendenbasis  
(Richtwert: Fr und Sa 70 - 130 €,  
nur Freitagabend 15 - 30 €)  
Bezahlung auch in Freitaler möglich !

Anmeldung und Info:  
unter [sarah-manuela@posteo.de](mailto:sarah-manuela@posteo.de)  
oder 0761 5561311



### Die Tiefenökologische Arbeit verbindet uns:

Mit unserem Körper, unseren Gefühlen,  
der Mitwelt, der Vergangenheit  
und der Zukunft.

Diese gefühlte Verbundenheit,  
schenkt uns Geborgenheit und ist die Grundlage  
unseres Handelns für eine zukunftsfähige Welt.



# Erbblühen durch starke Wurzeln



## Stärkung unserer Widerstandsfähigkeit 24.-25. April 2014

Tiefenökologischer Workshop  
(nach Joanna Macy)

24. April 2015  
Einführungsabend  
im Friedrichsbau

Zusatzangebot am 26. April  
gemeinsame Wanderung vom  
Schauinsland zum Knöpflesbrunn

Wir werden in diesen Tagen, die „Spirale der Kraft“ miteinander teilen. Wenn wir uns der Dankbarkeit bewusst werden für das Wunder und die Schönheit der Schöpfung, für die Vielfalt des Lebens, dann werden wir ebenso wach für die Verletzlichkeit und Verwundbarkeit allen Lebens.

Wir anerkennen unseren Schmerz um die Welt als normale menschliche Reaktion, indem wir unseren Sorgen und unseren Ängsten Raum geben und aussprechen, was auf unserer Erde geschieht. Dabei erfahren wir die tiefe Verbundenheit und gegenseitige Abhängigkeit mit allem Lebendigen.

Von dort können wir mit neuer Kraft weitergehen, in unserem Engagement für das Leben oder uns fragen, was ruft mich und was brauche ich an Unterstützung, um meine Ziele umzusetzen.

How to face the mess, we are in without going crazy ? Die Tiefenökologische Arbeit gibt uns Kraft und Klarheit, unser Handeln im Alltag in die Entwicklung von zukünftig anpassungs- und lebensfähigen Systemen und Prozessen hineinzustellen.

Diesen Kurs möchte ich besonders den Aktiven 1, die sich für mehr Lebensqualität einsetzen durch

- Schutz des Lebens,
- Analysen & entwickeln von Alternativen und
- Erweiterung der persönlichen Wahrnehmung /innerer Wandel, anbieten.

Ich wünsche mir, dass durch diesen Kurs das Netz der Beziehungen innerhalb der Bewegung dichter wird.

Gemeinsame Wanderung Schauinsland über Knöpflesbrunn nach Todtnau

Sonntag 9.30 - 16.30 Uhr

Eine gemeinsamen Wanderung mit weiteren „Tiefenökologie“, „Transition Town“, „Be-the-change“ und „Solawi“- Bewegten... in Freiburg

Startpunkt 9.30 Uhr, Bushaltestelle Schauinsland Hotel Halde  
**Start Freiburg Hbf 8.40 Uhr**  
Zug bis Kirchzarten danach Buslinie 7215 nach Todtnau  
Ende: 16.30 Busbahnhof Todtnau  
**Ankunft Freiburg Hbf 17.48 Uhr**

Anmeldung und Info:  
unter [sarah-manuela@posteo.de](mailto:sarah-manuela@posteo.de)  
oder 0761 5561311

1 SoLaWi, Ernährungssouveränität, kommunale komplementäre Währung, Schenkökonomie, Betriebe die sich für fairen Handel einsetzen, Klima-, Naturschutzgruppen.....