

# TILLBAKA

## ZURÜCK ZU MIR

Es gibt Phasen im Leben, in denen wir nicht wissen, wohin mit uns.  
Es gibt Zeiten, in denen alles zu viel ist.  
Es gibt Momente, in denen wir nicht wissen, wer wir sind.  
Es gibt Fragen, auf die kein anderer Mensch eine Antwort geben kann.....

### ZEIT FÜR DICH!

Ich lade Euch ein zum Abschalten beim Spaziergang durch den Wald, zum gemeinsamen Austausch am Lagerfeuer, zum Ruhen und Verweilen!

Während wir spazieren gehen, innehalten wenn wir es brauchen und uns austauschen, haben wir die Möglichkeit, die vergangene Zeit Revue passieren und hinter uns zu lassen. Es wird besinnliche Stunden am Feuer geben, in denen wir kochen, backen, schnitzen und einfach nur sein können.

Wir hören den Worten und dem Schweigen der anderen zu und lassen uns von der Erde tragen, vom Wald umhüllen, vom Wind beflüsteren.

### FERTIGKEITEN, DIE IHR GANZ NEBENBEI LERNT:

- Einen guten Lagerplatz wählen und errichten
  - Feuer machen ohne Streichhölzer
  - Kochen und Backen auf dem Feuer
  - Den Umgang mit Axt und Messer
  - Ohne Zelt draußen schlafen
  - Ein paar Entspannungs-Übungen für den Alltag
- **SICH IM WALD ZUHAUSE FÜHLEN!**

WANN?  
WO?  
INFOS...

