



SEMINARANGEBOT

am Vereinssitz EHRfurcht e.V.



Am Vereinssitz:
Dorfstr. 7,
14822 Mühlenfließ, OT Niederwerbig
Leitung: Mojca Dommès
Stand: März 2022



ALLGEMEIN

1. Kennenlernen

Zum Seminarbeginn findet eine kurze Vorstellungsrunde statt. Niemand wird gezwungen zu reden, jeder kann erzählen so viel er/sie mag. Die Aktivitäten werden beschrieben, der Plan wird besprochen und nach der Wunschvorstellung der Teilnehmer angepasst.

2. Grundstücksbesichtigung

Gemeinsamer Rundgang über den Vereinssitz mit dem Verweis auf einzelne Stationen. Rückzugsmöglichkeiten werden verortet, Tabuzonen festgelegt.

3. Verpflegung

In einer Vormittagspause werden Verpflegungsmöglichkeiten erläutert, ein Plan wird festgelegt. Jeder soll sich am Kochen, Grillen, Feuermachen beteiligen, es wird gemeinsam fürs Essen gesorgt.

4. Verabschiedung

Am Ende verabschiedet man sich gemeinsam. Erfahrungen, Erlebnisse und das Feedback zum Programm werden eingeholt. Wurden die Erwartungen erfüllt was nimmt man mit, was kann noch besser/anders werden.

AKTIONEN

5. Tiergestützte Aktivitäten

Pferde sind sehr soziale Wesen. Sie haben sich als Fluchttier hoch spezialisierte Wahrnehmungs- und Verhaltensweisen zugelegt. Deshalb können sie bei ihrem Gegenüber und in der Umgebung sofort emotionale Spannungsfelder wahrnehmen und sich entsprechend darauf einstellen.

Diese Fähigkeit der Pferde, uns unsere innere und äußere Haltung widerzuspiegeln, bietet eine Möglichkeit der persönlichen Weiterentwicklung. Das Pferd sendet eindeutige Signale auf der nonverbalen Ebene im Gegensatz zum Menschen, wo verbale und nonverbale Botschaften differieren können.

Das Pferd fordert uns so zu einer eindeutigen Kommunikation und Klarheit auf. Dadurch kommen wir in Kontakt mit uns selbst und finden einen konkreten Ausdruck unserer Emotion und unseres Wollens.

Auch Hunde sind einfühlsam, anpassungsfähig, kommunizieren durch Mimik und Gestik und fördern die Kontaktaufnahme.

Kameradinnen und Kameraden, sowie die Angehörigen sollen durch Tiere und die Arbeit mit ihnen eine Möglichkeit zur Kommunikation sowohl mit dem Tier als auch dem begleitenden Fachpersonal finden.

(s. EHRfurcht Konzept tgA)



6. Bogenschießen

Bogenschießen verbindet den Körper, den Geist und die Seele: Es ermöglicht sich selbst neu zu erfahren und sich zu spüren. Dabei bildet sich ein Kontrast zwischen Spannung, Entspannung und Gelassenheit, die Erfahrungen ermöglichen einen neuen Blickwinkel auf die Denk- und Handlungsmuster. Bogenschießen ist leise und braucht keine Worte. Es führt in das Innere und bleibt in sich ruhend.

7. Messer- und Axtwerfen

Ähnlich wie Bogenschießen verbinden auch das Messer- und Axtwerfen unseren Körper und unsere Sinne. Diese Aktivität erdet in ihrer ursprünglichen Art und bildet eine Brücke zurück zum Soldaten Dasein als auch daraus.

8. Orientierungsmarsch

Eine Teamarbeit um gemeinsam die Aufgaben zu lösen. Die Länge und Schweregrad können variieren. Eine und/oder mehrere Gruppen sind möglich. Ziel ist es Teamgeist und Konzentration zu fordern und zu fördern. Im Anschluss gibt es Verpflegung, entweder am Vereinssitz oder am Zielort in der Nähe. Wenn der Zielort der Vereinssitz ist, dann müssen durch den Marsch Aufgaben erledigt werden. Wenn der Zielort wo anders liegt, dann ist die Findung des Ortes die Aufgabe vom Marsch.

9. Waldarbeit

Bäume fällen, sägen und aus dem Wald tragen. Waldwege freimachen. Eine schwere körperliche Arbeit die nur gemeinsam zu schaffen ist. Der Teamgeist wird gefordert, die Teilnehmer haben durch die Bewegung wenig Zeit zu grübeln.

10. Holzarbeit

Aus dem gesägten Bäumen oder aus dem vorhandenen Material kann Unterschiedliches gebaut werden. Ob nach Einleitung oder frei nach Gefühl. Eine körperliche Arbeit die auch Konzentrationsvermögen fordert und zu einem sichtbaren Ergebnis führt.

11. Schmiedearbeit

Das alte Metall sowie benutzte Hufeisen können weiter verwendet werden. Ob Skulpturen, Dekoelemente, groß oder klein, Möglichkeiten gibt es viele. Die Teilnehmer können Neues lernen und Erfahrung im Bereich der Schmiede sammeln.



SONSTIGES

12. Hufschmied

Zuschauen beim Ausschneiden und Beschlagen der Pferdehufe. Ein Angebot das vielleicht interessiert. Möglich nur, wenn es zeitlich passt.

13. Kremserfahrt

Eine Möglichkeit für gemeinsames Verweilen auf dem Kremser. Bietet ein weiteres Erlebnis, soll aber individuell und in Absprache mit den Teilnehmern eingeführt werden.

Und auch Spaziergehen, Fahrradfahren, Umgebungsdörfer und Städte entdecken,