

PERMAKULTUR UND YOGA

***Ein Wochenende zur Aktivierung Deiner Tatkraft
und zur Stärkung der persönlichen Resilienz.***

Klima-Katastrophen, Ukraine-Krieg, Corona- Maßnahmen, Inflations-Rekorde, Energie-Krise, Unsere aktuelle Zeit hat nach Jahrzehnten des Wohlstands und Friedens in Deutschland die Gesellschaft in mancher Hinsicht erschüttert.

Wenn Herausforderungen weit über unsere individuellen Handlungsmöglichkeiten hinausgehen, stellt sich die Frage nach unserer Selbstwirksamkeit.

Mit "PERMAKULTIVIERUNGS-YOGA" möchten wir sowohl unsere eigenen Lebenskräfte nähren als auch unsere Handlungsspielräume erweitern.

Permakultur, als ein modernes Konzept zur Gestaltung zukunftsfähiger Lebensweisen, stimmt in den grundlegenden Werten sehr stark mit den alten **Yoga**-Lehren überein.

Durch eine verspielte Kombination von Yoga-Übungen mit Permakultur-Ideen möchten wir einen hoffnungsspendenden, lebendigen Zugang zu uns selbst pflegen, als auch unser Wirken in der Welt stärken und neu erschließen.

Es sind keine Vorerfahrungen nötig. Erwünscht ist die Lust, Dir und anderen Menschen sowie dem Leben in Achtsamkeit und Fürsorge zu begegnen.



Zeit: Samstag, 11. Februar, 11 – 18 Uhr &
Sonntag 12. Februar, 10 – 17 Uhr

Ort: Familienzentrum Lindenblüte,
Haus 37, Freiburg-Vauban

Kursbeitrag: 100 € - 280 € nach Selbsteinschätzung

Kursleitung: Viola Fuoß:

Yogalehrerin und Waldorf-Pädagogin

Ronny Müller:

Permakultur-Designer

Anmeldung: violila@posteo.de