



Programm: Resiliente Mitarbeiter*innen

Einstieg in den Tag				
Bauernhof				
<p>Essen: Gemüse ernten und kochen - Kräuter kennenlernen und sammeln - Getreide vom Feld: Dreschen, Mahlen, Brot backen – Melken und Milch verarbeiten (Käse, Quark, Butter) - Eier im Stall sammeln</p> <p>Energie: Brennholz machen, Kochen und Backen mit dem Holz-Back-Herd und/oder mit dem Solarkocher</p>				
Gemeinsames Mittagessen				
Kleidung aus Wolle: Eine nachhaltige, regionale Funktionsfaser (Tier- Faserkunde)				
<ul style="list-style-type: none"> • (Schafe scheren) • Wolle waschen • Verschiedene (Schaf-)Wollarten kennenlernen 	<ul style="list-style-type: none"> • Gewaschene Wolle kämmen • Faden herstellen mit der Handspindel (wie anno dazumal?) • Verschiedene Tierfasern kennenlernen 	<ul style="list-style-type: none"> • Spinnenlernen mit dem Spinnrad • Menschheitsgeschichte: Das Spinnrad - Beginn der industriellen Revolution 	<ul style="list-style-type: none"> • Spinnrad • (Pflanzen)farben Evt. Färben mit Pflanzen • Färbekunde 	<ul style="list-style-type: none"> • Spinnrad • Das Spinnen als Urbild in Mythologie, Gedichten und Märchen
Mensch				
<p>Persönlich: Den Lebensfaden anhand der eigenen Lebensrollen entspinnen - Aktuelle Situation beleuchten anhand einer geführten Reflexion - In Verbindung zur Landschaft persönliche Symbole als Thementräger finden - Erstellen eines persönlichen Erlebnishes</p> <p>In der Gruppe: Gemeinsamer Einstieg in den Tag und Abschluss des Tages - Wechsel zwischen Beobachter- und Aktivenrolle - Die Bedeutung von Symbolen gemeinsam deuten</p>				
Abschluss des Tages				