

3-Tagesprogramm: 26. August bis 28. August

Wir freuen uns auf Ihr Kommen – auch BürgerInnen der Region sind herzlichst eingeladen! Das digitale Gästeportal <https://www.gastfreund.net/d?id=4756> (einfach über Appstore downloaden) informiert Sie laufend über unsere Veranstaltungen und Programme. Das Team Natur & Sinn freut sich!

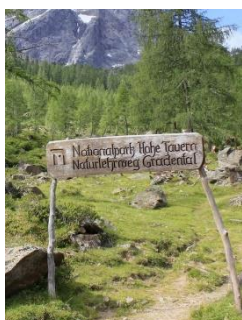
Infos und Anfragen: 0664 11 32 501 oder anfrage@natur-und-sinn.at

Bei Buchung einer Woche in einem Partnerbetrieb: **kostenlose Teilnahme:**

Die Kosten für das 3-Tages-Programm ohne Zimmerbuchung betragen **€ 40,- pro Person/Tag**. Kinder und Jugendliche bis 17 Jahre sind kostenlos. Im Preis enthalten sind: geführte Wanderung, Impulsvortrag, Führung durch die Viktor Frankl-Ausstellung, Vortrag aus dem Veranstaltungsprogramm, Kamin-Gespräch.

Speisen & Getränke und sonstige Verpflegung während des Aufenthaltes sind nicht enthalten. Kosten Lehrlinge und Studenten: auf Anfrage

Mittwoch, 26. August



9:30 Uhr: Große Wanderung: Gradenmoos – Adolf-Noßberger-Hütte

Wir treffen uns am **letzten Parkplatz im Gradental** – pünktlich um 9:30 Uhr – und wandern über das Gradenmoos in Richtung Adolf-Noßberger-Hütte. **Bitte unbedingt anmelden unter 0664 11 32 501 oder anfrage@natur-und-sinn.at.**

Wanderfittes gehen zur Adolf-Noßberger-Hütte. Es begleitet Sie **Eckhard Sauper**, Logopäde nach Viktor Frankl Zentrum.

Video zur Tour:

http://natur-und-sinn.at/wp-content/uploads/2020/07/Natur_Sinn_Gradenmoos.mp4

Logopädeologische Schwerpunkte:

- Erkennen der eigenen Position, Potentiale und Freiräume.
- Selbstdistanzierung – „Ich lasse mir von mir selbst nicht alles gefallen“.
- Selbstwirksamkeit erkennen und Gemüts-/Stimmungslage stärken.



16:00 bis 17:30 Uhr: Impulsvortrag und Viktor Frankl Ausstellung mit Führung

Wir treffen uns am Putzenhof bei der **ICH-WIR Skulptur** um 16:00 **Isabella Poredos** – Logopädeologin nach Viktor Frankl Zentrum – führt Sie ein in die Welt der Sinnlehre von Viktor Frankl.

Impulsvortrag: Was ist Sinn? Der Vortrag bringt Einblicke in die logotherapeutische Sinn-Definition und erläutert die Eigenschaften von Sinn.



18:30 Uhr: Dehnen und Entspannen Nacken | Schultern | Rücken

Dehnen löst Verspannungen, Verhärtungen und Verklebungen im Gewebe | ... fördert eine gute Stimmungslage und ist ein geistiger Gegenspieler bei psycho-physischen Problemen | ... fördert die Konzentrationsfähigkeit und die richtige Atmung.

Wir treffen uns vor dem Nationalparkhaus und gehen gemeinsam zu einem geeigneten Platz. Sportliche leichte Kleidung empfohlen, aber auch Wanderbekleidung. **Bitte unbedingt anmelden.**

Donnerstag 27. August



10:00 Uhr: Mittlere Wanderung – Sadrighaus – Astner Moos – Kröllalm

Wir treffen uns am **Parkplatz beim Sadrighaus – Asten** – pünktlich um 10:00 Uhr – und wandern über das Astnermoos in Richtung Kröllalm. **Bitte unbedingt anmelden.**

Wanderfritte gehen zum Mohar. Es begleitet Sie **Isabella Poredos und Eckhard Sauper**, Logopädagogin/e nach Viktor Frankl Zentrum.

Logopädagogische Schwerpunkte:

- Was sagen uns die Botschaften und Zitate von Viktor Frankl.
- Persönliche Interpretationen und was meint Frankl wirklich.
- Persönliche Gespräche



15:00 Uhr: Dehnen und Entspannen – Nacken | Schultern | Rücken

Dehnen löst Verspannungen, Verhärtungen und Verklebungen im Gewebe | ... fördert eine gute Stimmungslage und ist ein geistiger Gegenspieler bei psycho-physischen Problemen | ... fördert die Konzentrationsfähigkeit und die richtige Atmung.

Wir treffen uns vor dem Nationalparkhaus und gehen gemeinsam zu einem geeigneten Platz. Sportliche leichte Kleidung empfohlen, aber auch Wanderbekleidung. **Bitte unbedingt anmelden.**



16:00 bis 17:30 Uhr: Impulsvortrag und Viktor Frankl Ausstellung mit Führung

Wir treffen uns am Putzenhof bei der **ICH-WIR-Skulptur** um 16:00 **Isabella Poredos** – Logopädagogin nach Viktor Frankl Zentrum – führt Sie ein in die Welt der Sinnlehre von Viktor Frankl.

Impuls-Vortrag: Viktor Frankls drei Hauptstraßen zum Sinn. Wie kann der Mensch Sinn finden? Viktor Frankl beschrieb drei Wege, die zum Sinn führen. Der Vortrag erläutert die Wege zur Sinn-Findung mit Beispielen.



18:30 Uhr: Großer Veranstaltungssaal „Alte Schmelz“

Vortrag: Wir sind niemals frei von etwas, aber wir sind frei zu etwas | Wir können unser Leben gestalten und sind verantwortlich für unseren Sinn-Horizont

KommR Leo Klimt, Geschäftsführer der Klimt-Akademie, Dipl. Lebens- und Sozialberater, Schwerpunkt Existenzanalyse nach DDr. Alfried Längle, Coach & Supervisor für Führungskräfte und Teams. Er war Mitglied der Geschäftsleitung eines internationalen Unternehmens mit 500 Mitarbeitern. Oft stand er als Manager vor der Frage, wie er als Vorgesetzter mit Mitarbeitern umgeht, die persönliche Probleme haben. Er begann eine psychotherapeutische Ausbildung – noch bei Viktor Frankl – und konzentrierte sich dann auf die Lebens- und Sozialberatung.
www.klimtberatung.com

COVID-19-Maßnahmen: Alle Veranstaltungen finden im großen Veranstaltungssaal (400 Sitzplätze) statt. Wir stellen maximal 100 Stühle auf und können alle Abstandsregeln einhalten. Es gibt Desinfektionsspender, wir empfehlen von „Händeschütteln“ Abstand zu nehmen.

Freitag 28. August



9:30 Uhr: Kleine Wanderung – Nationalparkhaus – Gartl Wasserfall – Putzenhof

Wir treffen uns am **Parkplatz beim Nationalparkhaus in Döllach/Großkirchheim** – pünktlich um 9:30 Uhr – und wandern zum Gratl Wasserfall und weiter zum Putzenhof. **Bitte unbedingt anmelden.** Es begleitet Sie **Isabella Poredos und Eckhard Sauper**, Logopädagogin/e nach Viktor Frankl Zentrum.

Video zur Tour:

http://natur-und-sinn.at/wp-content/uploads/2020/07/Natur_Sinn_Gartl_Wasserfall.mp4

Logopädagogische Schwerpunkte:

- Wir können das Leben vieles fragen, aber es wird nicht antworten.
- Das Leben stellt die Fragen und wir haben zu antworten

„Es kommt nicht darauf an, was wir vom Leben erwarten, viel mehr, was das Leben von uns erwartet“



13:00 bis 14:30 Uhr: Impulsvortrag und Viktor Frankl Ausstellung mit Führung

Wir treffen uns am Putzenhof bei der **WIR-ICH Skulptur** um 14:00 **Isabella Poredos** – Logopädagogin nach Viktor Frankl Zentrum – führt Sie ein in die Welt der Sinnlehre von Viktor Frankl.

Impuls-Vortrag: Sinn-Erfüllung trotz Leid, Schuld und Tod. Erfahrungen mit Leid, Schuld und Tod gehören nach Viktor Frankl zur menschlichen Existenz. Der Vortrag erläutert den logotherapeutischen Umgang mit der „tragischen Trias“.



16:00 Uhr: Dehnen und Entspannen
Nacken | Schultern | Rücken

Dehnen löst Verspannungen, Verhärtungen und Verklebungen im Gewebe | ... fördert eine gute Stimmungslage und ist ein geistiger Gegenspieler bei psycho-physischen Problemen | ... fördert die Konzentrationsfähigkeit und die richtige Atmung.

Wir treffen uns vor dem Nationalparkhaus und gehen gemeinsam zu einem geeigneten Platz. Sportliche leichte Kleidung empfohlen, aber auch Wanderbekleidung. **Bitte unbedingt anmelden.**

Bitte um Anmeldung, eventuell mit Telefonnummer, damit wir bei Änderungen (z.B. Wetter) Sie auch verständigen können!