



KlimaWelten
HILCHENBACH

Gefühle zum Klimawandel

Wie reagieren wir in der Krise?



Drei Abende zum Austauschen und in sich Forschen

jeweils donnerstags
29. Sep. | 27. Okt. | 01. Dez.
von 19:00 bis ca. 21:30
in den KlimaWelten Hilchenbach



Gefühle zum Klimawandel

Wie reagieren wir in der Krise?

Wie geht es Dir, wenn Du beobachtest, was in der Welt passiert?

Für mich sind vor allem die Folgen der Klimakrise oft sehr bedrohlich. Mein Wissen lähmt mich – *Ich fühle mich hilflos*. Trotzdem will ich im normalen Alltag funktionieren und kann es mir oft nicht erlauben zu spüren, wie es mir damit geht. Kennst Du das?

Ich wünsche mir einen Raum, in dem wir uns darüber austauschen. Hier dürfen wir erfahren, wie gut es tut unsere Gefühle zu teilen und ohne Scham sichtbar werden zu lassen. Sehnst Du dich (auch) nach Unterstützung und Austausch?

Was entsteht, wenn plötzlich die Energie, die wir auf Verdrängung verschwenden, frei wird und wir die Kraft der Wut und die Kreativität der Angst zum Gestalten nutzen? Wie kann uns die Trauer helfen anzunehmen was ist und loszulassen was war? Was braucht es eigentlich, damit Veränderung möglich wird, für uns selbst, aber auch im größeren Maßstab?

Gemeinsam machen wir uns auf die Suche, tauschen uns aus und gestalten den Raum, den wir brauchen. Kleine Übungen und Impulse aus der „Wandelforschung“ unterstützen uns dabei. Was für dich persönlich hilfreich ist, entscheidest Du.

Es geht nicht um neues Faktenwissen zum Klimawandel, sondern darum, wie es uns mit den ganzen Informationen geht und wie wir mit ihnen umgehen können.

Geleitet wird der Abend von **Janine Lückerath** (*M.Sc. Geoökologin und Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation*), die sich seit Jahren mit genau diesen Themen beschäftigt und gerne ihre Erfahrungen und ihr Wissen teilt. Inspiriert wurde sie unter anderem von M. Rosenberg (*Gewaltfreie Kommunikation*), J. Macy (*Tiefenökologie*), O. Scharmer (*Theorie U*), H. Pourian (*Wandelforscherin*) und V. Dittmar (*Gefühlsforscherin*).



Wann? Jeweils donnerstags: 29. Sep., 27. Okt. und 01. Dez.
von 19:00 bis ca. 21:30 mit Pause
Einsteigen ist jederzeit möglich, kontinuierliche Teilnahme empfohlen

Wo? KlimaWelten, Kirchweg 17, 57271 Hilchenbach

Kosten? Der Eintritt zur Veranstaltung ist frei
Im Anschluss hast Du die Möglichkeit etwas zu spenden (Orientierung 0 - 25 €)

Anmeldung oder Rückfragen: Bis einen Tag vorher bei Janine Lückerath unter janine.lueckerath@klimawelten.de oder Tel. 02733-2864794 (Mo - Do 9:00 - 15:00 Uhr)

Mit der Anmeldung stimme ich folgenden Sätzen zu: *Ich versichere, alle im Workshop/Kurs geteilten Informationen vertraulich zu behandeln, damit ein geschützter Raum entsteht. Der Workshop/Kurs ist keine Therapie und kann eine solche nicht ersetzen. Es können starke Emotionen ausgelöst werden. Ich bin bereit und fähig, Selbstverantwortung für mich zu übernehmen.*