

Workshops i inre omställning

- Går det att leva utan skyggglappar
utan att bli galen?

Aktivt Hopp

"Action isn't a burden to be hoisted up and lugged around on our shoulders. It is something we are. The work we have to do can be seen as a kind of coming alive. More than some moral imperative, it's an awakening to our true nature, a releasing of our gifts." - Joanna Macy

Aktivt Hopp grundar sig i en metodik framtagen av amerikanskan Joanna Macy. Hon har i ett halvt sekel hjälpt människor genom workshops att öva sig på att omvandla den oro, frustration och ångest vi känner

över vad som händer i världen - till att istället aktivt bidra till att skapa den världen vi önskar. Metodiken grundar sig i modern psykologi och buddhistisk filosofi. Tanken liknar omställningsrörelsen tanke - att istället för att hoppas på att politikerna ska lösa kriserna, så kan vi agera själva. Vad är vårt bidrag till att skapa den världen som vi önskar?

Inte bara morötter

- Det handlar inte om att det är roligt att odla morötter. Det är inte därför vi gör det här.

Ungefär en sådan här fras har återkommit igen och igen under åren när jag pratat med människor som har sysslat med självhushållning. Jag tror att många känner igen sig. För självhushållning handlar om något helt annat. Kanske insikten att det inte bara behövs små steg mot ett "klimatsmartare" liv - utan det behövs tas ett helt kliv ut ur det nuvarande paradigmet? Men med den ena foten i en framtid - som vi förr eller senare kommer att behöva anpassa oss till - är den andra foten kvar i en nutid. En nutid som ibland är väldigt påtaglig och som vi behöver hantera. Vi behöver på ett sätt leva i två paradigmer samtidigt. Hur känns det?



Workshop:

Aktivt Hopp

14 april 2018
kl 14-18

Workshop:
Inte bara
morötter

15 april 2018
kl 13-15

Praktisk info

Vad kostar det?

200:- för båda dagarna.
125:- om du bara önskar delta i Aktivt Hopp-workshop.
75:- om du bara önskar delta i Inte bara morötter-workshop.
Fika ingår. Efter Aktivt Hopp-workshop så är du välkommen att stanna kvar på vegetarisk middag för 75:-.

Hur anmäler jag mig?

Anmäl dig senast 10/4 till info@sambruket.se. Ange namn, telefonnummer samt vilken workshop du vill gå på - eller båda - samt middag. Ange allergier. Betalning till bg 672-2227 eller Swish till: 1235788872 ange "Workshop april".

Anmälan räknas när betalning inkommit och är bindande.

Vart är det?

Klockaregården Norra Mellby
1161, 28273 Sösdala

Vem leder?

Sofia Nygren. Hon utforskar inre omställningen genom projektet *Inte bara morötter* samt håller workshops i *Aktivt Hopp*.
sofia.nygren@intebaramorotter.se
intebaramorotter.com

Vem ordnar?

Sambruket i Sösdala tillsammans med Holma Folkhögskola arrangerar.

www.sambruket.se
www.holmafolkhogskola.se
Kontakt vid frågor:
info@sambruket.se
073-0863260



Holma Folkhögskola

tillsammans odlar vi en hållbar värld



SAMBRUKET
I SÖSDALABYGDEN