

Das Feuer in mir

Tage Draußen - Schulprogramme der Alpenvereinsjugend



Das Feuer in mir

Das Feuer in mir

Gemeinsam werden wir in 5 Tagen in einer gemütlichen Selbstversorger – Hütte / Unterkunft umgeben von Natur verbringen.

Wo stehe ich? Was beschäftigt mich gerade? Wo will ich hin?

Wir richten den Blick auf uns selbst und unsere Stärken. Mutig lassen wir uns auf Veränderungen ein, übernehmen Verantwortung für uns und unsere Umgebung und beginnen jetzt unseren neuen Weg in eine spannende Zukunft.



Das Feuer in mir

ein exemplarischer Ablauf

Tag 1 – Ankommen

- Klären der Rahmenbedingungen, Vereinbarungen treffen, gemeinsames Einkaufen und Kochen
- Vorstellen der Methodik: Erlebnis- und handlungsorientiertes Lernen, Selbstversorgung, Klärung offener Fragen
- Umgebung erkunden



Das Feuer in mir

ein exemplarischer Ablauf

Tag 2 – Hier & Jetzt: Wo stehe ich?

- Wir geben uns einen Tag Zeit hinzuhören, welche Themen uns bewegen.
- Damit Neues entstehen kann, ist Altes loszulassen
- Methoden: Land-Art, kreatives Gestalten, Wahrnehmungsübungen, in die Stille gehen, Solo, ...



Das Feuer in mir

ein exemplarischer Ablauf

Tag 3 – Ich als Gestalter_in?

- Spielerisches Erleben der eigenen Lernzugänge & Erweiterung der Komfortzone
- Welche Qualitäten habe ich, welche brauche ich?
- Mögliche Methoden: Gruppendynamische Übungen, Geschichten erzählen, Vertrauensübungen, mit allen Sinnen



Das Feuer in mir

ein exemplarischer Ablauf

Tag 4 – Ausblick: Wohin gehe ich?

- Lebens-Träume & Lebens-Ziele
- Was sind meine Ziele & wie erreiche ich sie?



Das Feuer in mir

ein exemplarischer Ablauf

Tag 5 – Ausklang

- Gemeinsam den Übergang feiern und den Neubeginn einleiten
- Reflexion, Transfer, Feedback, Verabschiedung
- Methoden: Wertschätzungskreis, Abschlussritual - z.B. Feuerritual: Wofür brennst du?



Das Feuer in mir

Leistungen

- Buchungszeitraum: April bis Oktober
- 5 Tagesprogramm (3 Ganz- & 2 Halbtage)
- Übernachtungen im Mehrbettzimmer bzw. im Biwak, Vollpension
- Begleitung durch ExpertInnen bei den jeweiligen Inhalten & Übungen
- Arbeiten in Kleingruppen



Das Feuer in mir

Detaillierte Informationen

- **Österreichischer Alpenverein**
Alpenvereinsjugend
Olympiastraße 37
A-6020 Innsbruck
- **Kontakt:**
T: +43 / (0)512 / 59547-73
E: schulprogramme@alpenverein.at
H: www.alpenvereinsjugend.at