





mission n

gänseblümchen



ein
kunstproj^{ekt}

Vorwort

Wieder zu lernen, seine Zeit aktiv und konstruktiv zu verbringen ist eines der Ziele unserer Behandlung und ist eine wichtige Ergänzung zur strukturgebenden Arbeitstherapie und Psychotherapie in der Langzeittherapiestation der Drogenabteilung. Die unstrukturierte Freizeit ist für viele PatientInnen ein Problem, das sie mit innerer Leere, Gier und Drogenwünschen konfrontiert. Alle unsere Freizeitaktivitäten wollen dieser Destruktivität entgegenarbeiten.

Dazu gehören insbesondere

- Entdecken und Schulen kreativer und motorischer Fähigkeiten
- Gemeinschaftsfördernde Arbeit in der Gruppe die auch lustbetonte gemeinsame Aktivität ist
- Entdecken neuer Interessensfelder durch das Wahrnehmen der Natur als Lebens- und Gestaltungsraum

Ein wesentlicher Schwerpunkt des Arbeitens im Gelände war und ist die Gestaltung und regelmäßige Pflege des Gartens. Schon vor einiger Zeit wurde mit dem Anlegen eines Gemüsegartens begonnen, der nun eine beachtliche Größe erreicht hat. Es war daher naheliegend den großen, wenig genutzten Park mit Wiesen und Wald für das Projekt einzusetzen.

Das Projekt ‚Mission Gänseblümchen‘ ist eine besonders gelungene Kombination von Gartengestaltung und Rückgewinnung des natürlichen Raumes unter einer künstlerischen Perspektive. Wobei wir Kunst hier mehr als Selbstdarstellung begreifen wollen. Unter der Anleitung der Künstler wurde das Projekt gestaltet. Die Planung und Durchführung dieser Aktivitäten wird nach Möglichkeit von den PatientInnen vorgenommen und ist sowohl Bezwingung des Arbeitsmaterials als auch Selbst-verwirklichung. Idealerweise obliegt den KünstlerInnen des Aktivprogramms lediglich die Supervidierung und die Kontrolle des Geschehens. Das gelang zu einem guten Teil.

Vor allem hat es sich gezeigt, dass damit die Freizeit wesentlich geordneter gestaltet wurde und die PatientInnengruppe dies mehrheitlich positiv empfand. Wir danken sowohl dem Anton Proksch Institut (Leitung Prim. Prof. Dr. Michael Musalek) für die Förderung dieses Projektes und noch mehr den KünstlerInnen DI Mag. Isabel Czerwenka-Wenkstetten, Mag. Ingrid Mückstein, Mag. Christian Rupp für die Konzeptentwicklung und die gelungene Zusammenarbeit mit den PatientInnen und dem Team.

Mödling im September 2004

Prim.Dr.Wilhelm Burian
Abteilung 5 / Drogenabteilung
Anton Proksch Institut

mission gänseblümchen

Ein Kunst-Projekt mit Menschen in der Drogenrehabilitation
Text von Isabel Czerwenka-Wenkstetten, Ingrid Mückstein
und Christian Rupp

Der Kontakt zwischen den KünstlerInnen und der Drogen-
therapiestation entstand bei einer Seminarwoche für
Künstler und Non-Profit-Organisationen im Rahmen der EU
Initiative „Equal Artworks“ im Februar 2004. Martina
Holzmann, Ergotherapeutin am Anton Proksch Institut
(API) in Mödling, einer Langzeittherapiestation für Drogen-
abhängige, suchte dort nach möglichen Kooperationen mit
KünstlerInnen.

Nach einer Vorbesprechung und Geländebegehung am
API Mödling entstanden unterschiedliche Konzepte für die
Zusammenarbeit mit den TeilnehmerInnen auch im Zusam-
menhang mit den vorhandenen Werkstätten (Papier,
Keramik). Als Schwerpunkt-Thema für ein erstes Projekt
kristallisierte sich bald das Arbeiten mit bzw. in der Natur
heraus. Eine Annäherung an die Natur, mit dem Ziel, sich
in einer turbulenten Lebensphase zu erden und zu stabili-

sieren. Es entwickelte sich schließlich ein über den Sommer
angelegtes Projekt. Die Sucht-PatientInnen wurden einge-
laden Teil der “MISSION GÄNSEBLÜMCHEN” zu sein.
(Mission steht für: Sendung, Auftrag, Botschaft, Duden 03;
Gänseblümchen symbolisch für Fruchtbarkeit, Neubeginn
und Sehen)

Die Mission Gänseblümchen gliederte sich in drei Phasen:
Exkursionen, Filme und Kunstprojekte.

exkursionen

Eröffnung und Basis des Projekts waren die Wanderungen, in zwei Gruppen zu jeweils 16 TeilnehmerInnen. Schritt für Schritt selbst in die Aktivität gehend.

Tagwanderung

Die botanischen Besonderheiten der Gegend sowie ein Einblick in Zusammenhänge der Pflanzenwelt wurden von Matthias Mann, Vegetationsökologe, in einer 7-Stündigen Wanderung erläutert.

Besprochen wurden die verschiedenen Baum- und Waldarten, die Beschaffenheit des Bodens und die sich daraus ergebende Vegetation, Pionierpflanzen und solche, die sich langfristig in einem gegebenen Umfeld durchsetzen, Pflanzengesellschaften und die Beziehungen der einzelnen Arten untereinander, etc...

Ein durch Verstehen angereicherter Genuss eines Tages in den Wäldern der Umgebung.

Nachtwanderung

Wir organisierten im weiteren Nachtwanderungen. Diese wurden von Gerhard Mittermüller von den Österreichischen Bundesforsten geleitet. Durch die Dunkelheit und durch

eine spielerische Annäherung wurde eine andere Wahrnehmung der Umgebung ermöglicht. Eine Aufgabe war einen Baum mit verbundenen Augen so genau wahrzunehmen, daß man ihn später wieder finden kann. Bäume wurden blind und bei Nacht erlebt, mit Tasten und Fühlen, Riechen, Hören, Glühwürmchen gefunden und die Stille im Nachtwald eingesogen.

Baumkreis

Schließlich kamen alle Teilnehmer in einer großen Gruppe mit auf eine Ausfahrt zum "Baumkreis am Himmel" am Cobenzl bei Wien. Dies ist ein Areal, das aufgrund des keltischen Baumkreises, einem keltischen Äquivalent zu Sternzeichen, mit Bäumen in einer bestimmten Ordnung bepflanzt wurde. Jedem der TeilnehmerInnen wurde ein Infoblatt über den ihrem Geburtstag zugeordneten Baum gegeben. Sie hatten dann Zeit sich mit dem betreffenden Baum und auch den anderen auseinanderzusetzen. Auf dem aufbauend fanden dann Gespräche und Spiele statt, in denen es darum ging ob man sich von den jeweiligen Charakter-Zuordnungen angesprochen fühlt oder nicht.



filme

Verschiedenste Zugänge zum Thema "Natur" wurden begleitend durch die Projektion von Filmen eingeführt. Attraktiv durch die große Leinwand, auf die projiziert wurde, sprengte dieser Teil vorerst einmal den Rahmen des Alltagslebens in der Langzeittherapie-Station. Als erstes bekamen die Teilnehmer ein Werk von Akira Kurosawa, "Uzala, der Kirgise" zu sehen. Dieser Film ist 2 1/2 Stunden lang in russischer Sprache, und wurde mit englischen Untertiteln gezeigt. Eine Herausforderung für die sehr unterschiedlichen Teilnehmer mit ebenso verschiedenen Geschmäckern und Sehgewohnheiten. Von Cineasten, die Kurosawa schätzen bis zu denen, die eher zu Actionfilmen tendieren, stieß der Film doch auf erstaunlich gute Resonanz. 1902 trifft ein russischer Militär-Landvermesser-Trupp in der sibirischen Taiga auf einen dort autark lebenden Jäger und Fallensteller. Anfangs als amüsanter Kauz abgetan entwickeln die Soldaten zunehmend Respekt für den Mann der nicht genau sagen kann wie alt er ist und in seinem animistischen Weltbild den Wind, das Wasser den Wald und die ganze ihn umgebende Natur als "Leut" bezeichnet. Es entwickelt sich eine tiefe Freundschaft mit dem Hauptmann, der fasziniert ist von der harmonischen

Art in der Uzala als Teil der Taiga lebt. Als zweiten Film wurde mit "Natur im Garten – die „nackte“ Wahrheit", ein Film von Barbara Puskás aus der Serie Universum gezeigt. Auf humoristische Art wird Information über verschiedenartigen Umgang mit Natur und Garten weitergegeben. Alfred Dorfer und Erwin Steinhauer stellen zwei Grundverschiedene Typen von Hobbygärtnern mit passenden Charakteren dar. Dorfer als Bio-Gärtner inmitten üppig wuchernder Vegetation und Steinhauer als klassischer Hobbygärtner auf englischem Rasen. Die Filme wurden im Rahmen des Abendangebots des APIs gezeigt, von den Künstlern jeweils eingeführt und teilweise mit einer kleineren verstärkt interessierten Gruppe andiskutiert. Daraus ergab sich dann auch der Wunsch der Teilnehmer, einen 3. Film anzusehen, Pow-aqqatsi (Hopi-Indianisch für: Leben in Umwandlung) - der zweite aus einer Serie von drei Filmen von Godfrey Reggio, die wortlos, nur mit Musik von Phillip Glass begleitet, in Zeitlupe und Zeitraffer - Natur und Zivilisation zeigen. In beeindruckenden Einstellungen hinterfragen diese Bilder unsere Lebensweisen und unser Verhältnis zu unserem Planeten. Durch die Reduktion auf Musik und die sehr charakteristischen Filmsequenzen ist auch dieser Film ein untypisches Kino-Erlebnis.

künstlerisch-kreativer prozess

In den verschiedenen Phasen des Projektes wurde versucht, zunehmend auf die Aktivität der TeilnehmerInnen selbst hinzuarbeiten.

Als nächsten Schritt wurden die PatientInnen aufgefordert, sich für einen von drei verschiedenen kreativen Workshops zu entscheiden: „space up“, „der weg ist das ziel“ und „green reflex“:

AUSSTELLUNG, KATALOG und Presse

Diese sind wichtige Teile des Projekts, da hier mehr als eine Schnittstelle zur Öffentlichkeit geschaffen wird: nämlich ein Weg, eine Plattform, und vielfältige individuelle Kommunikationen an einen Teil der Gesellschaft, in die die PatientInnen wieder zurückkehren werden.

Abschließend

Das Projekt wurde vom Anton Proksch Institut durch die Finanzierung ermöglicht, und wir freuen uns über diese Kooperation.

Wir bedanken uns für die unkomplizierte Zusammenarbeit mit dem Team des API. Wir bekamen viel Unterstützung bei der Sponsorsuche, hier bedanken wir uns speziell bei Samy Teicher für seinen Einsatz. Martina Holzmann und Karin Rosenberger, und Dr. Ingrid Stolz waren uns für einen reibungslosen Ablauf des Informationsflusses mit dem Haus unerlässlich, wir bedanken uns für ihr Engagement.

Wir möchten noch sagen, dass wir beeindruckt waren von den PatientInnen in der Langzeit-Therapie-Station Mödling. Bei manchen war es das Engagement, bei anderen die kreative Leistung, bei anderen die Selbstreflexion die besonders herausragten und uns überraschten, auf jeden Fall haben Sie alle unsere Bewunderung für die Herausforderung der sie sich stellen um die Krankheit zu überwinden. Es war ein Projekt und eine Zusammenarbeit die wir genossen haben, und wir freuen uns über die Ergebnisse.



green_reflex (betreut von Christian Rupp)

Ausgangspunkt für die künstlerische Arbeit war die Auseinandersetzung mit Pflanzeigenschaften: die verschiedenen Bedürfnisse von Pflanzen (Menge an Licht, Art des Bodens, Häufigkeit/Menge an Wasser...), die unterschiedlichen Fähigkeiten von Pionierpflanzen, Nutzpflanzen usw. Das Zusammenleben von verschiedensten Pflanzen in Biotopen und Pflanzengesellschaften von Konkurrenz bis zu Symbiose aber auch vom Menschen zugeschriebene Eigenschaften (schön, bedrohlich, zart etc.) waren Thema. Von den einzelnen Eigenschaften zu Persönlichkeitsstrukturen weiterdenkend sollte dann bildnerisch umgesetzt werden.

Während jeder Teilnehmer eine eigene Arbeit gestaltete, entschieden sich auch einige dabei aber gemeinsam zu arbeiten was sich auch in den korrespondierenden Werken ablesen lässt. Die am Anfang stehende allgemeine Auseinandersetzung mit Kunst und dem gestellten Thema in Diskussionen wurde noch teilweise als anstrengend empfunden. Während der weiteren Termine, bei denen die Umsetzung der erarbeiteten Ideen immer mehr Raum einnahm, kam dann eine Art "Sommerakademie-

Stimmung von konzentriertem, gegenseitig inspiriertem und ich denke auch genüsslichem Arbeiten auf. Überraschend waren Momente wo, entgegen den Erwartungen der TeilnehmerInnen, das Besprechen der Arbeit in der Gruppe ihnen Inspiration bot und zu wesentlichen Einflüssen auf den kreativen Prozess und das Ergebnis führte. Für eine Teilnehmerin selbst wohl auch erstaunlich war, als sie ihre bisher sich eher zäh entwickelnde Arbeit in der letzten halben Stunde des letzten Termins durch einen simplen aber effektvollen Eingriff sehr ausdrucksstark fertig stellte. Andere entwickelten ihre Werke kontinuierlich. Meist von einer Grundidee weg die am Weg noch viele Verfeinerungen oder wesentliche Änderungen erfuhr und somit Qualität gewann. Zu Beginn konnten die TeilnehmerInnen nicht viel mit dem Thema anfangen (ein Teil auch generell mit der künstlerischer Auseinandersetzung nicht). Schön war zu beobachten wie diese TeilnehmerInnen sich nach und nach mehr auf den Prozess einließen und am Schluss mit Ihrer Arbeit zufrieden waren und die Werke mit Stolz präsentierten.



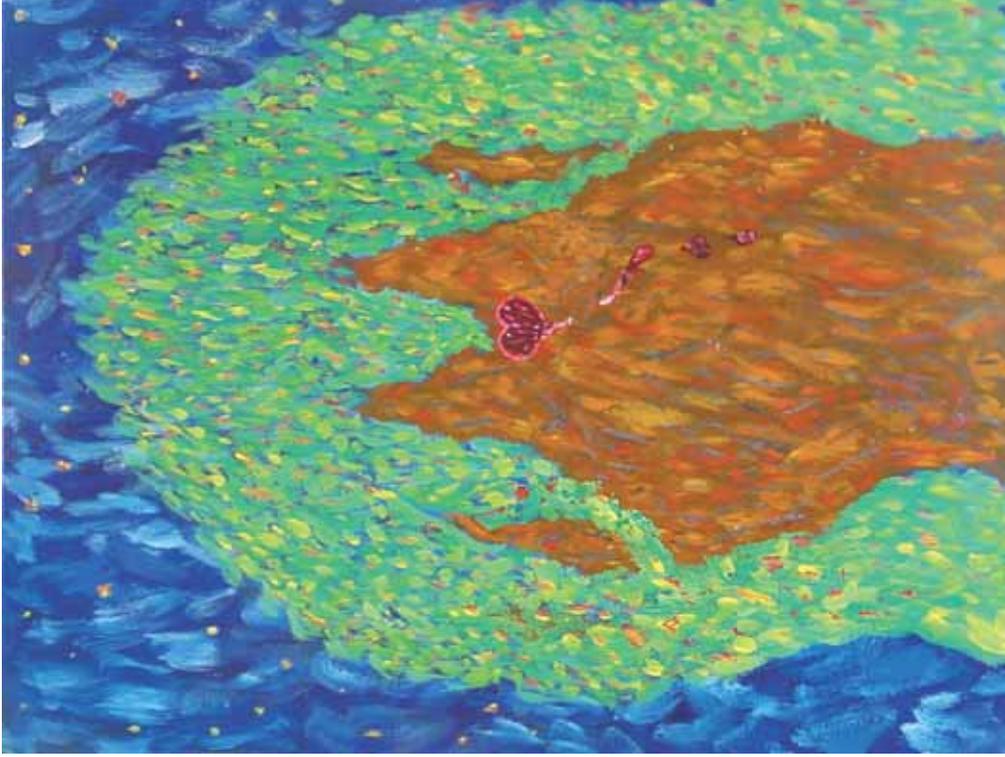


F. J.
"Der Gefallene Engel"
2004
Acrylfarbe, Löwenzahnblätter, Ahorn-Flugsamen auf Papier
42 x 60 cm



E. S.
"Obsessive Roots", 2004
Filzstift, Rosenblätter, Dornen, Gänseblümchen, Rinde und
Löwenzahnsamen auf Papier
42 x 60 cm





H. G.
O.T.
2004
Acrylfarbe, Rosenblätter auf Papier
36 x 48 cm



H. K. "Innere Einsamkeit" 2004
Lack, Rose, Holz, Rinde, Kastanien Schneckenhaus,
Dornenzweig, Stein auf Holzplatte. 45 x 50 cm







J. S. (gegenüberliegende Seite) und S.B.
"Fashion for Mooses + Fashion for Roses"
2004
Leinen, Moos





M. R.
"Das Blatt das sich wendet"
2004
Blätter und Farben auf Papier
42 x 60 cm

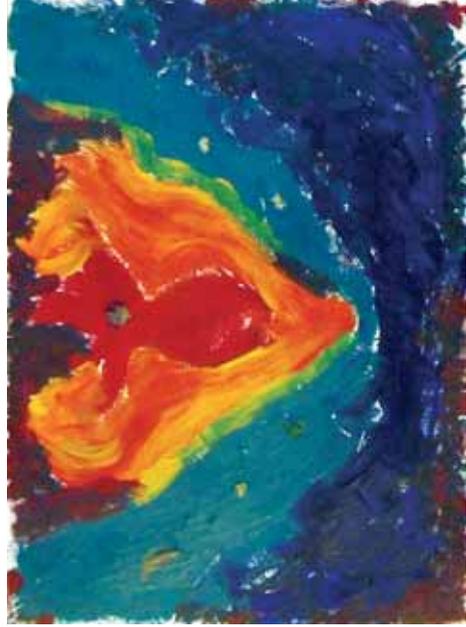


P.P. und W.B.
"Colours of Live" - Farbexperimente, 2004
Farben von Blütenblättern auf Papier
beide 36 x 48 cm





P.P.
"Colours of Live", 2004
Acrylfarben auf Papier
jeweils 36 x 48 cm



W.B.
"Colours of Live", 2004
Acrylfarben auf Papier
beide 36 x 48 cm





T.H.
"Majesty of Gaya", 2004
Holzscheiben, Steine und Minerale, Pflanzenteile, Acrylfarben
Durchmesser jeweils ca. 12cm



T. S.
"Der Cocoon", 2004
Struktur aus Zweigen, Faden und Blättern
ca. 35 cm Durchmesser







DER WEG IST DAS ZIEL

Betreuung Isabel Czerwenka-Wenkstetten

Am Gelände des API gibt es einen Ort, der, obwohl er angenehm ist und in Fülle und Vielfalt, wenig bekannt war. Der Obstgarten. Bisher nur auf einem Trampelpfad, 40m weit durchs Gras, an Bäumen vorbei erreichbar, entstand die Idee, daß ein Weg gestaltet werden könnte, der dorthin führt. Das im Rahmen eines Kunst-Projektes zu tun verlockten mich zur Zusammenarbeit mit den Genesenden im API. Gesagt ist nicht getan: Der Anfang des Projektes war zäh. Viele befürchteten zusätzliche "Ackerei" und ich war anfangs angespannt und zu bemüht vor dem miteinander Sein und Tun mit den Unbekannten. Als beim ersten Arbeits-Treffen das gemeinsame Ziel klarer wurde, und daß es um das Interesse jedes Einzelnen Beteiligten ging, kamen Dynamik, viel Anpacken und auch Spaß auf. Mit der Frage, wie der Weg sein soll oder ist, damit er gut für die/den jeweiligen ist. Die Teilnehmer wählten schnell und intuitiv unterschiedliche Bereiche der Strecke. Viele hatten so eine eigene Teil-Strecke über, andere entschlossen sich, mit jemandem anderen zusammen oder parallel zu arbeiten. Ein Thema, das auch im Besonderen ins Bewußtsein trat waren die Übergänge von einem Bereich zum anderen und die vielfältigen

Möglichkeiten deren Gestaltung.



Ob der Weg als seitliche Leitschiene zum Obstgarten oder als betretbarer und so mit mehr Sinnen erlebter Weg erfahren wird, wird vom Besucher entschieden. Gesehen wurde nach Konstruktions-Beendigung beides.

Auf dieser Seite sehen Sie den Weg in seiner Gesamtheit, auf den folgenden die Einzel- oder Gemeinschaftswerke, sowie, falls vorhanden, Notizen der Teilnehmer darüber, was Ihnen bei ihrem Weg wichtig ist. Die hier und im folgenden zu sehenden Bilder wurden teils aus zumeist von den Teilnehmern, manchmal von mir aufgenommen, den Arbeitsprozess begleitenden Videos herausgenommen, teils sind es digitale Fotoaufnahmen.

Alle elf Leute, die begannen (im Folgenden mit ihren Initialen angegeben), konnten ihr Projekt trotz Wind und Wetter mit beachtlichem Engagement zu Ende bringen.

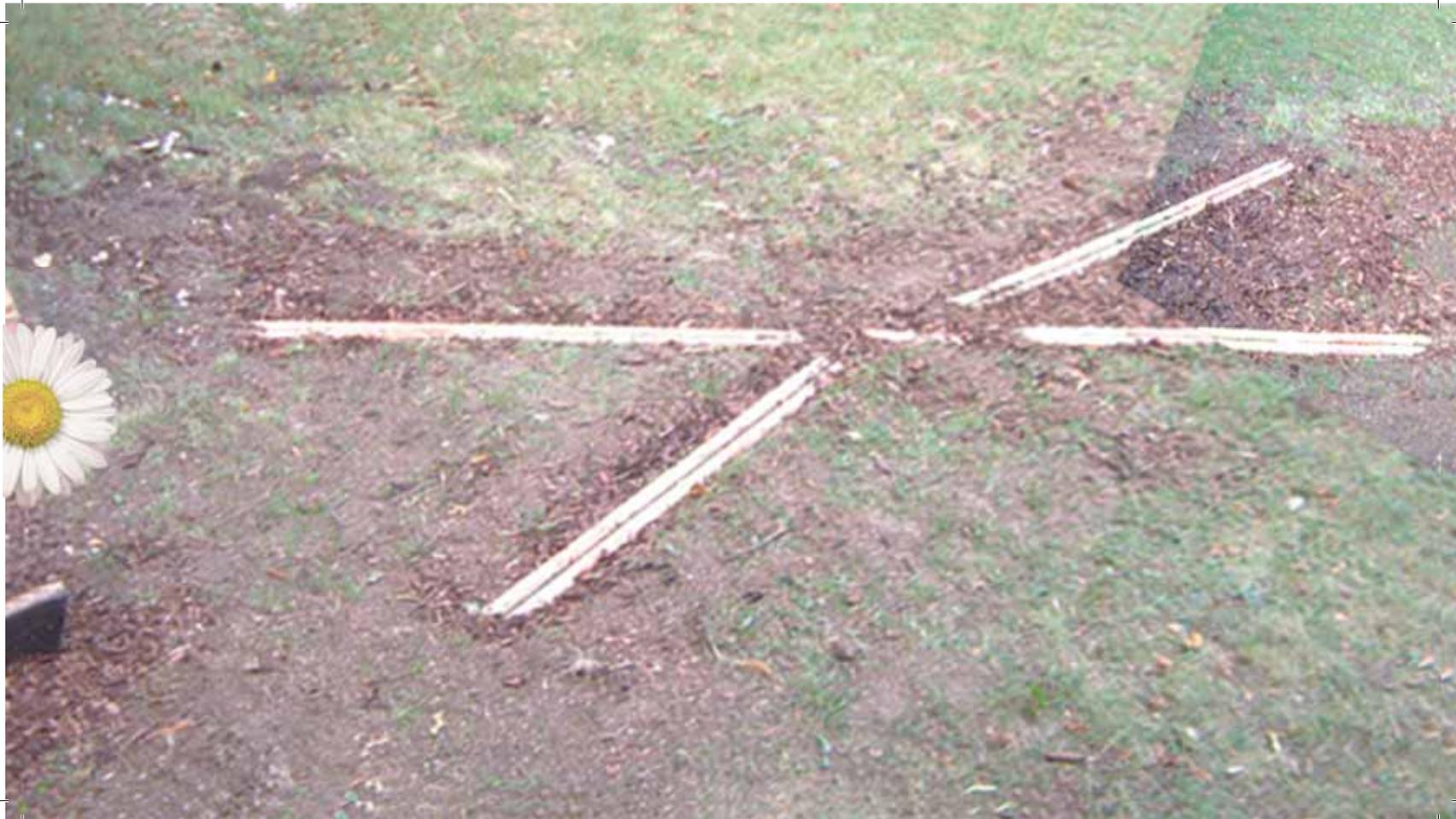


Materialien: Rindenmulch, Holz, Ytong, Glas, Keramik, Pflanzen, Gips-Beton-Mischung, Erfahrung und Phantasie.



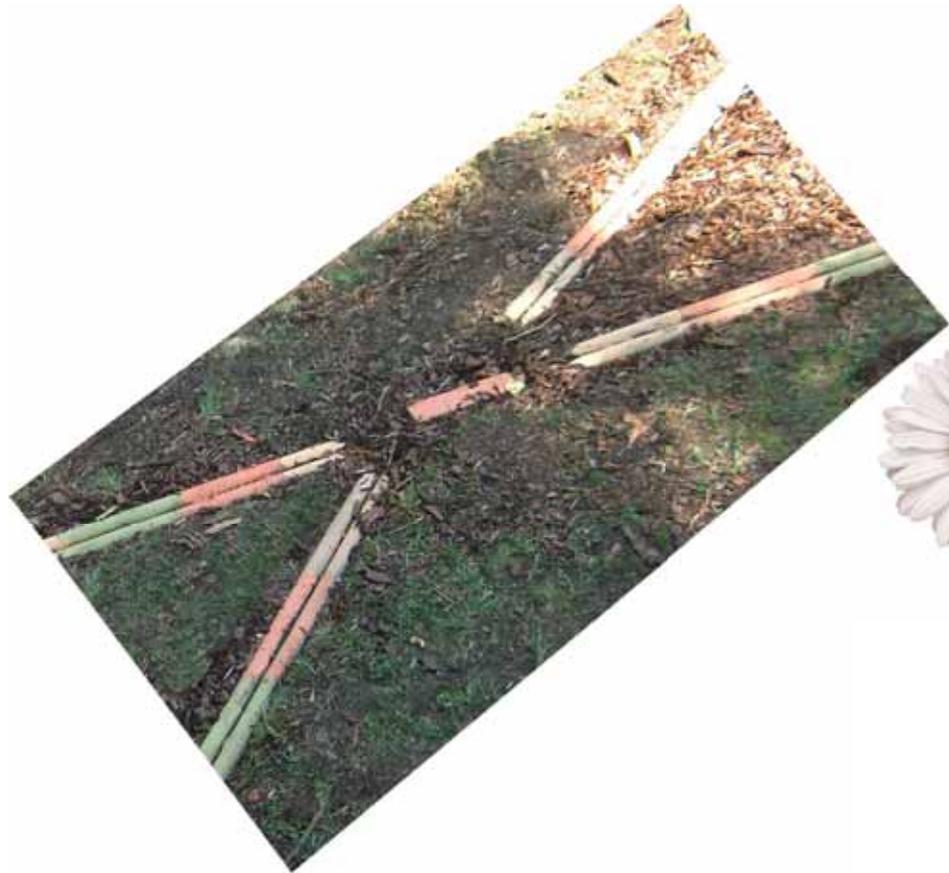


M.M.
Arbeit macht glücklich und Frei ich war dabei!
Stabil + Rastplatz





M.H.
Der Weg, den wir ins Leben hatten
anders als normale Wege
weich mit einem harten Untergrund
ein Weg, der sich selbst kreuzt
verbunden mit dem anderen Weg
ein Blickfang muß er wert sein
F.T.
ohne Kommentar





F.T.
ohne Kommentar

J.M.
Freilegung von Bedecktem und ohne Hilfe nicht
möglich





S.S. (linker Bogen)

Mut Überwindung
Hindernis
Ziel-man kommt immer ans
Ziel
Fortschritt
Wille
Kraft
Zeit. alles Frage der Zeit



A.K. (rechter Bogen)

Gabelung
außen hart, innen weich
steinig
Jeder muß seinen eigenen Weg finden
und gehen.
Freunde begleiten.
Zusammenhelfen





T.W.
Mein Weg!
Mein Weg ist ein Vergleich mit der Therapie.
Es gibt einen Anfang und ein Ziel. Jeder Pfeil
ist ein kleiner Schritt zu einem besseren
Leben. Am Anfang konnte ich nur kleine
Schritte bewältigen, deswegen sind auch die
Pfeile zuerst klein und werden dann größer.
Da ich auch oft von meinem Weg abkomme
habe ich auf meinem Weg links und rechts
eine Führung, die mich wieder auf den
rechten Weg leiten soll.





C.B.
wackelig und doch
sicher hinter jeder
Arbeit steckt etwas schönes







G.S.
Mahnmal!
Entscheidung!
Baum im Weg!
Wellen-
Unklarheit wo hin!
Begrenzung!







(gemeinsam: Wohngruppe "oben außen")
aus Gemeinschaft entsteht was neues
Weg wird sich verändern
Weg ist fertig, oder auch nicht





W.S.
Die Wurzel= der Anfang und das ende des
Baumes und des Lebens
Man kann sich nur von der Wurzel aus
ändern und einen neuen Weg einschlagen
Mein neuer Weg hat ein Ziel vor Augen.







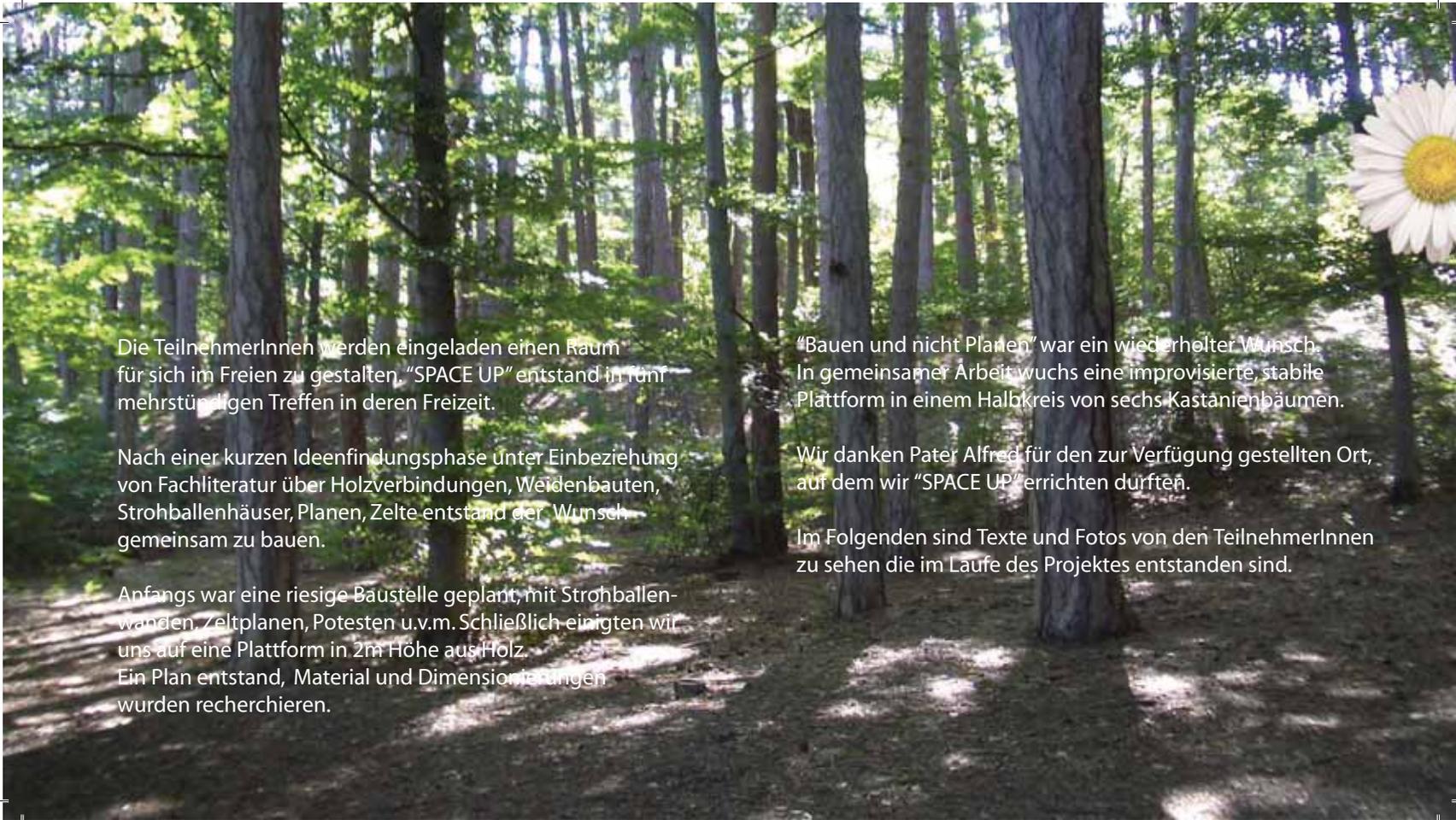


space up

ein experimenteller Wohlfühlraum im Freien

Auf den Tageswanderungen in den Föhrenwäldern wird das Matterhörnl besucht, ein keltischer Ort in der Hinterbrühl (siehe Foto im Hintergrund). Kultplätze der Kelten sind bis heute in der Mödlinger Umgebung bekannt und besucht.

Den eigenen Raum finden!
Am API-Gelände, das direkt an die Föhrenberge grenzt, mit vielen alten Bäumen und schönen Plätzen, wird ein experimenteller Raum im Freien errichtet...Baustelle, Baumhaus, Rückzug, Zuflucht, Abgrenzung, Ausgrenzung, Schneckenhaus, Plattform, Vogelhaus, Hülle, Zelt, Turm, Realität oder Fiktion, ...



Die TeilnehmerInnen werden eingeladen einen Raum für sich im Freien zu gestalten. "SPACE UP" entstand in fünf mehrstündigen Treffen in deren Freizeit.

Nach einer kurzen Ideenfindungsphase unter Einbeziehung von Fachliteratur über Holzverbindungen, Weidenbauten, Strohhallenhäuser, Planen, Zelte entstand der Wunsch gemeinsam zu bauen.

Anfangs war eine riesige Baustelle geplant, mit Strohhallenwänden, Zeltplanen, Potesten u.v.m. Schließlich einigten wir uns auf eine Plattform in 2m Höhe aus Holz. Ein Plan entstand, Material und Dimensionierungen wurden recherchiert.

"Bauen und nicht Planen" war ein wiederholter Wunsch. In gemeinsamer Arbeit wuchs eine improvisierte, stabile Plattform in einem Halbkreis von sechs Kastanienbäumen.

Wir danken Pater Alfred für den zur Verfügung gestellten Ort, auf dem wir "SPACE UP" errichten durften.

Im Folgenden sind Texte und Fotos von den TeilnehmerInnen zu sehen die im Laufe des Projektes entstanden sind.



Aus Holz, Stein und alles was so im Wald herumliegt etwas zu bauen, nicht gehalten, in der Natur Kreative zu sein

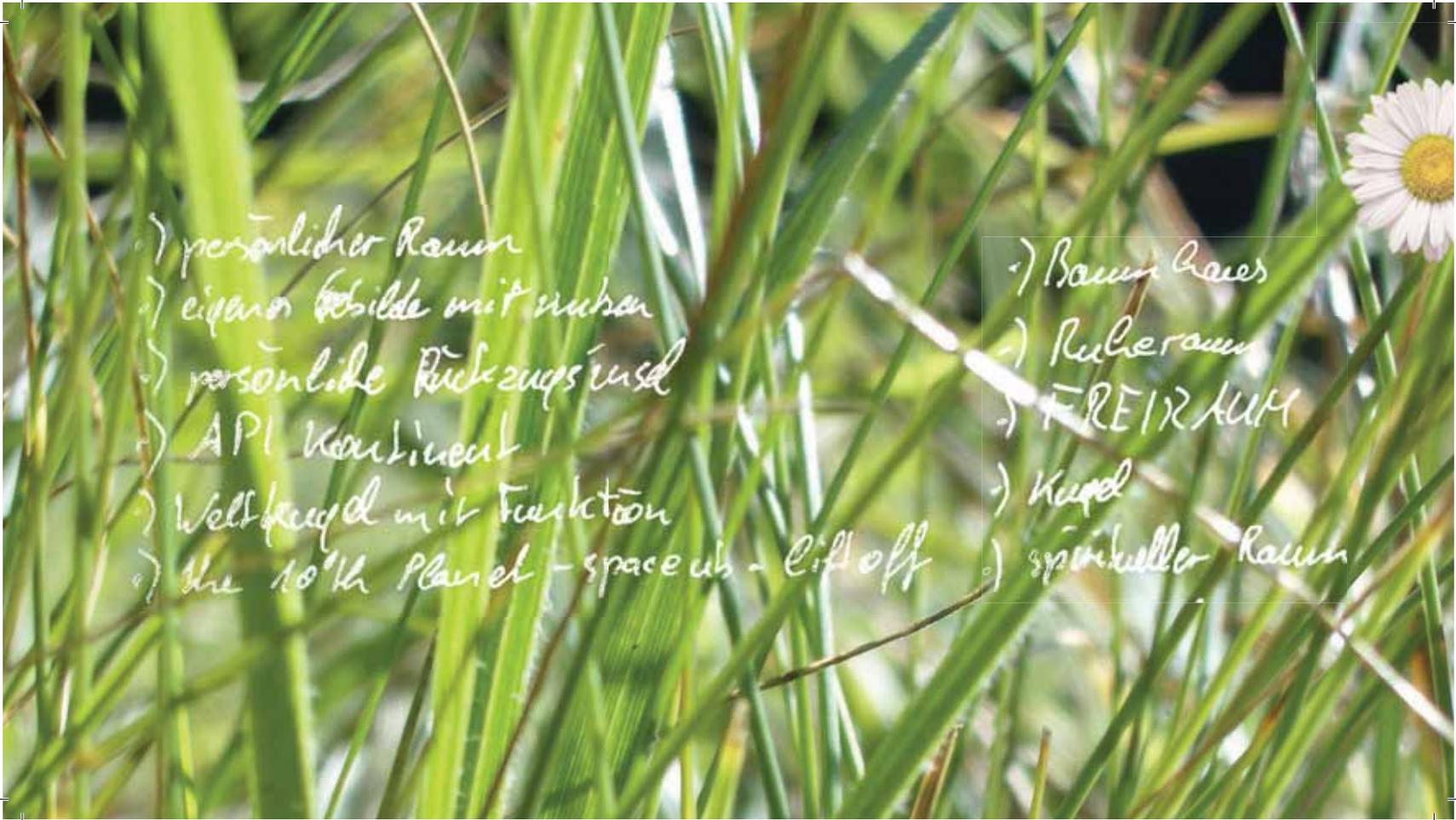


• DEN BEGRIFF „RAUM“ AUFBRECHEN, ZERLEGEN
IN EINEN ANDEREM ZUSAMMENHANG
ZU THEMATISIEREN BZW
ZU ERWEITERN

• LESS IS MORE / MORE IS LESS

• FUNKTION RAUM \Rightarrow WIRKUNG, ASSOZIATIONEN, ...

• KONTRAST

- 
- persönlicher Raum
 - eigene Gebilde mit nutzen
 - persönliche Rückzugswelt
 - API Konzepte
 - Weltbezug mit Funktion
 - the 10th Planet - space us - life off

- Baumhaus
- Ruhe Raum
- FREIRAUM
- Kugel
- spiritueller Raum

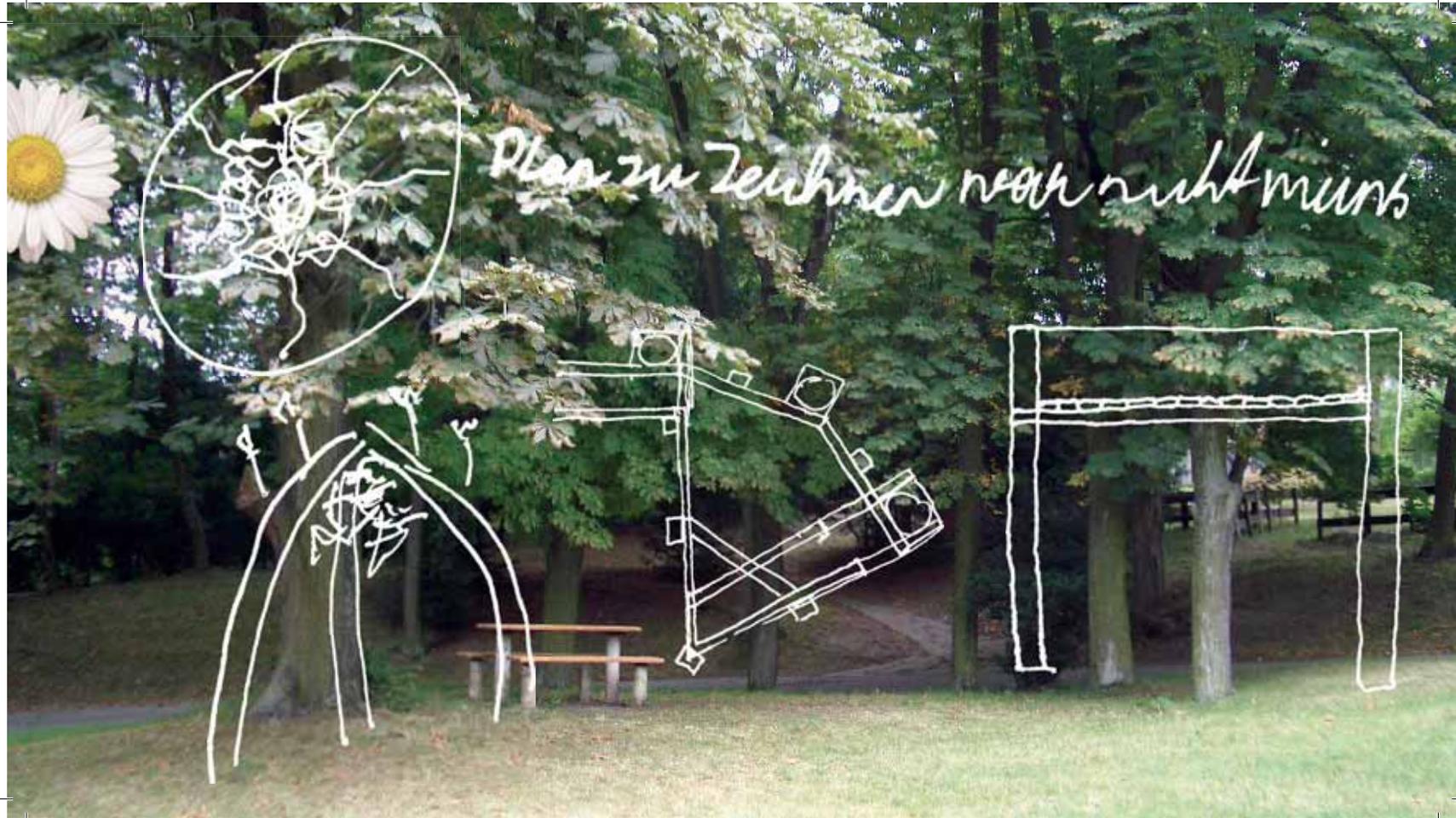


Mit Holz oder anderen Materialien etwas Bauen.
Spirietuele Dinde erforschen. (Kulturen vergangener Zeit
Spaß haben.)

Aus Holz und anderen Materialien
aus dem Wald ~~etwas~~ Eine Rochete
bauen. Skulpturen bauen. Eine
Kugel bauen. Oder eine ~~dit~~
Raumschiff.

- 
- BAUM PLATTFORMEN
 - WENDEGANG
(KEINE STUFE)
SCHLAG!
 - MEHRERE GRENZEN

Einem Raum gehalten
Mit Holz verbunden oder etwas anders



Ploeg zu Teufeln noch nicht müde



was gar nicht gefallen hat:
der Beginn = Planung, Material aussuchen, besprechen

GARNIX! : X LÖCHER ZUSCHÜTTEN

+

X ANTI-MOTIVATION

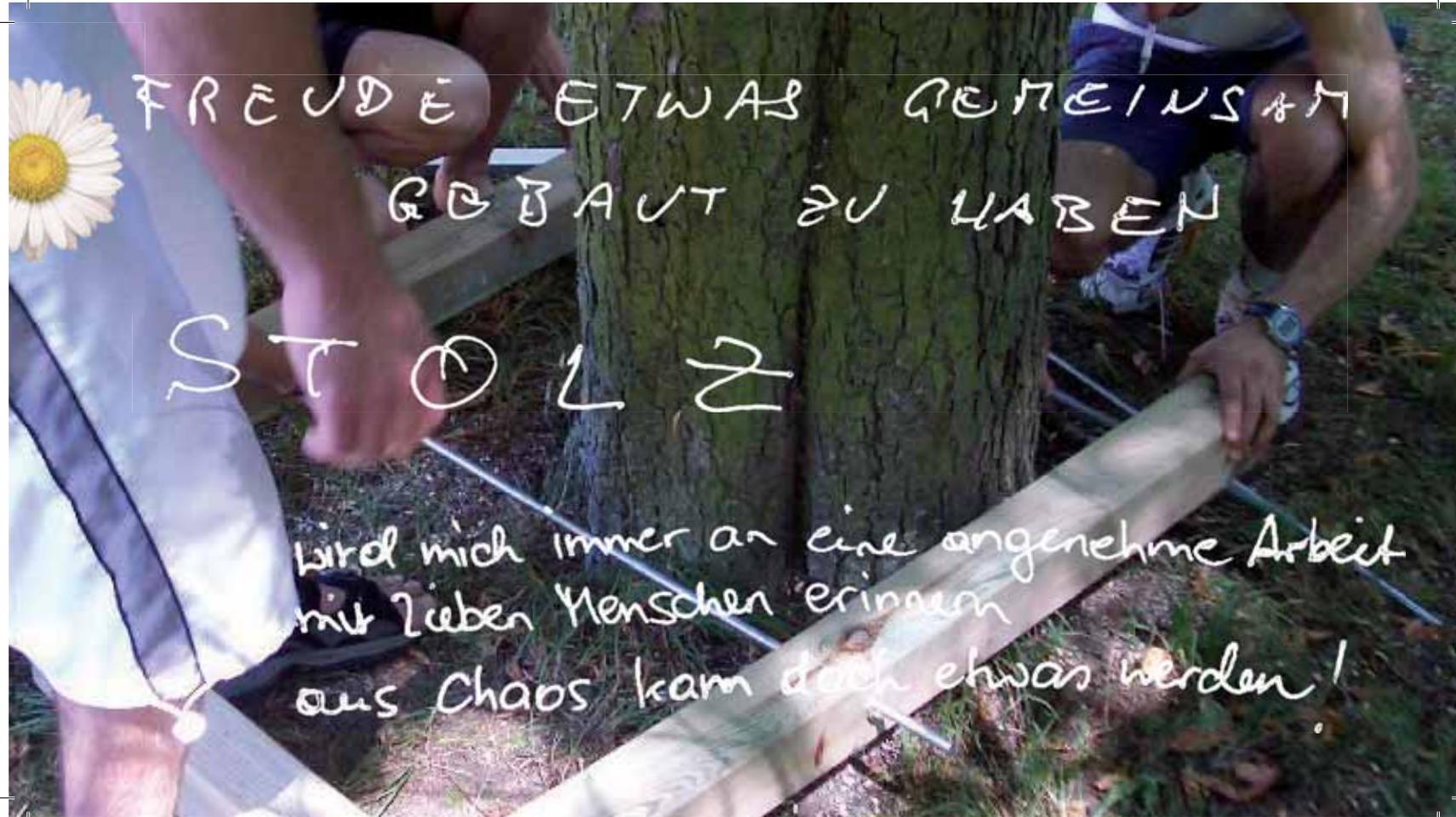
ZU BEGINN

Planung

Bau

Fertigstellung

X DIE ERSTEN 10 MINUTEN



FREUDE ETWAS GEMEINSAM
GEBAUT ZU HABEN

STOLZ

Wird mich immer an eine angenehme Arbeit
mit lieben Menschen erinnern
aus Chaos kann doch etwas werden!

AN BESTEN: ZAHN BREITER MIT
X STÄMMCHEN NIEDERREISSEN
X BOHLEN
X ~~BOM~~ GERÜST HALTEN
X KRAFTARBEITEN
X BEISAMENSEIN

Ein Platz um innere Ruhe
zu finden. Oberhalb vom Boden,
knapp unterhalb vom Blätterdach.





FÜR MICH HABE ICH EINEN PLATZ FÜR
YOGA-ÜBUNGEN UND MEDITATION GEFUNDEN.
ICH FÜHLS GUT, DASS WIR UNS DAS SEHR
ERBAUT HABEN UND DASS ICH TEIL DARAN
HABE

Boxing für Widerständige

Teerunden Nutzen für

- ①
- ② Betreuungsgespräche
- ③ Rückzug

JOGA-PLATZ

PLATZ UM ZURÜCKZIEHEN

PLATZ FÜR GEMEINSCHAFTS-
IRGEND WAS

FÜR MICH STELT DIESSE PLATTFORM EINE IDEALE
RÜCKZUGSSTELLE WIE KEIN ANDERER (ALLEN OD. KL. GRUPPE)

→ ALLES NICHT ÜBERNUTZEN → SCHWIEBENDES GEFÜHL

→ ÜBER DEN BODEN
→ SELBST SCHWER SICHTBAR

→ UNTER FÜR ALLE MITTEL

→ UNTER EINER HÜLTERDACH
SIE FÜßEN NACH OBEN
MEIN GEIST GRW FENLOS

FÜR FR. GEODANKEN WO





Was mir gut gefallen hat:
 das Ende, durch die Dinge, die sich beim Arbeiten
 ergeben haben (zB Eingang zum Ring,
 Bretter schrauben, war mehr am Ende ~~beschrieben~~
~~haben~~ Schmeck, welcher sich ergab

Ein Gedankenabschalt u. näher bei Gott sein
 Eine Pause
 Atempause

GEFALLEN? DOKUMENTIERT
 VON AUSBAU
 BIS FERTIGSTELLUNG
 GEMEINSCHAFTS AKTIVITÄT
 ETWAS GEMEINSAM ANSTEUERN LASSEN



Am Boden war den Tounn niedersweiben

zeitweilige
Landschaft

⊕ DICKES PLUS FÜR INGRID. GANZ LIEBER
UND INTERESSANTER MENSCH U. SEHR KOMPETENT

