



## Leitung

Sandra Maria Neff  
Integrativer LifeCoach  
Tanz- und Bewegungs-  
therapeutin gpk

Sam Boonkue  
Leiter Permakultur

## Datum

29. - 30. März 2025  
09:30 bis 17:30

## Kosten in CHF

480.-  
32.- Mittagessen inkl.  
Kaffee & Tee

## Optional

55.- bis 121.- ÜN/ BnB

## Ort

Wirkstatt Auboden  
Auboden 1387  
CH-9125 Brunnadern

## Anmeldung

+41 71 375 66 00

# Innere & Äussere Ökologie im Gleichgewicht

## Modul 1: Säen & Ernten

Jede Pflanze will zuerst gesät werden. Jeder Mensch benötigt individuelle Bedingungen, damit er sich entfalten kann.

So lautet „**people care**“ einer der drei ethischen Grundsätze in der Permakultur. Entscheidend sind immer die Beziehungen; unser Verhältnis zu allem Lebendigen, sei dies eine Landschaft, ein Garten, der Partner, die Freundin, ein Stein, ein Baum, dein Haustier und natürlich die Beziehung zu dir selbst.

## Fragen, mit denen wir uns beschäftigen

- Wie können wir säen und ernten, was wir für ein zufriedenes Leben brauchen?
- Wie gehe ich in Beziehung zum Land, zur Pflanze, zum Mensch, zu mir?
- Wie können wir einzeln und als Kollektiv Lebendigkeit und alles Lebendige fördern?
- Wie gelingt es uns, soziale Zusammenhänge wie Familie, Freunde, Nachbarschaft so zu gestalten, dass sie uns und das ganze System nähren?





# Innere & Äussere Ökologie im Gleichgewicht

## Modul 1: Säen & Ernten

**Sam Boonkue & Sandra Neff** leiten diesen Workshop gemeinsam. Einzelne Teile finden im Garten statt, andere im Seminarraum, um eine tiefe und ganzheitliche Erfahrung zu ermöglichen.

**Zielgruppe:** Alle, denen innere Entwicklung genauso am Herzen liegt wie die Natur und die sich als Hüter:innen allem Lebendigen gegenüber verstehen und ihre Beziehungsfähigkeit tiefer verstehen wollen.

## Modul 2: 23. - 24. August 2025 - Beziehungs- und Spiegelwelten

Die Module können einzeln gebucht werden. Bei Buchung von Modul 1 + 2, kostet das Modul 2 CHF 410.

### Ort

Wirkstatt Auboden  
Auboden 1387  
CH-9125 Brunnadern

### Anmeldung

+41 71 375 66 00  
info@wirkstatt-auboden.ch

