

NaturTidsverkstad

Bohuslän

20 - 22 september 2011



Tre dagars time-out i Bohuslän

Stanna upp för att komma vidare

En NaturTidsverkstad är för dig som vill stanna upp, komma bort, tänka till, känna efter, sortera och samla kraft för att ytterligare öka välbefinnandet i vardagen.

Under tre dagar i september paddlar vi havskajak i vattnen kring Bassholmen, Flatön och Skaftö. Dagarna ger dig en härlig naturupplevelse, tid och ro till eftertanke, nya bekanskskaper, samt goda möjligheter att tänka nya tankar och samla handlingskraft. Du får utrymme att tänka och prata med andra. Vi använder en särskild samtalsform som garanterar respektfulla samtal och ger träning i lyssnande. Allt till glädje och nytta för dig själv, dina nära, arbetskamrater och andra i din omgivning.

Både snack och verkstad

Distansen till vardagen är påtaglig. Rörelsen och naturen stimulerar tankarna. Stundtals paddlar du i tysthet med en fråga att fundera på, för att sedan vila, paddla vidare och snacka med någon annan. Vi gör strandhugg för fika, lunch, samtal och bollande av idéer. Kvällarna fylls av omsorgsfullt lagad mat, lite ost och vin och mer samtal.

En NaturTidsverkstad är inte bara rörelse, reflektion och snack, utan också verkstad. Ibland spelar det ingen roll hur mycket vi tänker och snackar eller hur många fina idéer och intentioner vi väcker till liv. Det är ju skillnad på att bli väckt och att kliva ur sängen. Du blir därför också stimulerad till självvalda initiativ. Men du slipper generella sanningar om vad du kan göra för att öka din livskvalitet. Istället får du goda förutsättningar att själv komma fram till vad du vill göra utifrån din egen situation. Utan pekpinnar.

Lugn paddling i lugna vatten

De havsajaker vi använder är stabila och paddlingstempot är lugnt, så du behöver inte ha paddlat förut eller vara vältränad. I september är vanligtvis vattnet varmt och vädret vänligt, men skulle havet vredska, finns ändå gott om skyddade paddlingsvägar. Skulle de yttre förutsättningarna på vattnet mot all förmodan vara alldeles outhärdliga, finns ändå alternativ, både utomhus och inomhus.

Tid och plats

Kaffe finns framme från 10.00 den 20 september på Kärlingesunds Gård, som ligger i närheten av Fiskebäckskil i Bohuslän - c:a 1,5 timma med bil från Göteborg. Vi försöker fixa samåkning. Vi avslutar runt kl. 15.00 den 22:e. På Kärlingesunds Gård bor vi vackert och enkelt i enkelrum. Mer information om stället finner du på www.karlingesundsgard.se.

Ledare

NaturTidsverkstaden leds av Fredrik Warberg, som tillsammans med Jörgen Larsson grundade Föreningen Tidsverkstaden år 2000. De senaste 20 åren har Fredrik ägnat åt utvecklingsarbete inom vision & strategi, ledarskap, organisationskultur, etik, integration, miljöfrågor, arbetslivskvalitet, medarbetarskap och livskvalitet.

Deltagaravgift och anmälan

Om din arbetsgivare eller ditt företag betalar din medverkan, så kostar kalaset 9.500:- exkl. moms. I detta ingår mat, dryck, logi, kajakutrustning, ledning och material. Om du betalar som privatperson kostar det 9.500:- inkl. moms.

Det finns max 8 platser. Anmälan är bindande, men om du tvingas boka av och gör det senast 2 veckor före avresan, får du tillbaka halva avgiften. Du får packlista och tips i god tid.

Välkommen att höra av dig med frågor.

Fredrik Warberg

fredrik@tidsverkstaden.se

Mobil: 0708-78 78 06

Tidsverkstaden

Södra Larmgatan 6

411 16 Göteborg

Tel: 031 - 743 75 77

www.tidsverkstaden.se

