

## Forsthaus Wochenende vom 01.05.- 03.05.2015

Zum 10. Mal fand in diesem Jahr das Forsthaus-Wochenende statt. Die neun Teilnehmenden kamen aus den Kreuzbundgruppen Dieburg 8 und 9 sowie der Gruppe Reinheim 2 zum Forsthaus nach Ober-Schönmattenweg. Alle freuten sich einander wieder zu sehen.



Samstags begann unser Workshop um 10:00 Uhr. Mit einer Eingangsrunde durch Frau Andrea Wiechert Dipl. Sozialpädagogin- Suchttherapie (VDR) - Supervision (EAG) zum Thema **„Vergangenheit - Gegenwart – Zukunft- ein Selbsterfahrungsworkshop zur Stärkung der Abstinenz“**

Was lerne ich aus der Vergangenheit? Wie kann ich dies als Ressource in der Gegenwart einsetzen und was erlebe ich positiv in der Gegenwart? Welche Ziele für die Zukunft bestimmen meine Gegenwart?“

Mit einer Meditation führte sie in das Thema ein. Im Verlauf des Vormittags bekamen wir die Aufgabe, eine Collage zu erstellen. „Oh graus“ wurde einigen ganz bang. Was jedoch dabei heraus kam, war schon sehr enorm und alle waren erstaunt über das Geschaffene.

Nach der Mittagspause machten wir einen „achtsamen“ Spaziergang durch die Natur.

Mit einer Übung „Was stärkt meine Abstinenz“ – Was nehme ich mit?“ ging es weiter.

Alle waren zufrieden und etwas erschöpft, aber das gehört ja dazu. Einige waren erstaunt über sich selbst und was sie über sich selbst erfahren haben.

Für das nächste Jahr haben wir schon ein Thema im Blick. Alle waren sich einige, wieder zu kommen.

Die Natur haben wir diesmal sehr intensiv erlebt. Sie ist erwacht! Der Wald im zarten Grün mit allen seinen sonstigen Eindrücken. Wir konnten uns gar nicht satt sehen. Hier einige Bilder:



Text, Foto: Rosi Patzer



Gefördert durch die AOK – Die Gesundheitskasse in Hessen.

**Zum 10. Mal sind wir nun da,**

es klappt wie immer alles wunderbar. Ein gut eingespieltes Küchen-Team,  
mehr erzählen wir nicht, sonst wird's zu intim.

Unsre Fans, ach du Schreck, fielen ja die Arme weg.

Frau Wiechert uns mit Zeitung und Schere motiviert, Schnipsel auf Papier zu kleben ganz kontrolliert.

Viele Collagen wurden erstellt, die unsere zufriedene Abstinenz erhellt,  
und die ist nicht zu bezahlen mit Geld.

„Die Patchwork“- Kreuzbundgruppen Dieburg 8 und 9, sowie Reinheim 2

Text: Gudrun Mathy