REFERIERENDE

Nela Adam, Gestalttherapeutin, Tanz- und Theaterpädagogin, Weiterbildungen in Massage-, Körper und Traumatherapie, Tantra, Trauerbegleitung, Masken- und Figurenspiel, Contact Improvisation, Schlehdorf

Dr. Peter Aschoff, Ev. Pfarrer in St. Johannis/Nürnberg, Blog-Autor zu Christentum, Spiritualität und Klima/Mitwelt (peregrinatio.net | wild-und-unaufhaltsam.de)

Mona Bricke, Aktivistin für Menschenrechte und Klima, seit einem Burnout schafft sie Räume, um Trauer und Verzweiflung zu teilen, resiliente Strukturen aufzubauen und neue Freude, Kreativität und Hoffnung zu finden; seit 2023 Projekt „Demokratiefreund*innen inklusiv" bei den NaturFreunden NRW und Bewegungsort für regenerativen Aktivismus, Köln

Gabi Bott, Trainerin für Tiefenökologie seit 2000, Dipl.-Ing. Landespflege; Ausbildung in Tiefenökologie u.a. bei Joanna Macy; Yogalehrerin; Weiterbildung in Essenzieller Psychotherapie; freiberuflich im Bildungsbereich tätig; seit 2001 in der Gemeinschaft Sieben Linden

Daniel Dermitzel, M.A. Urban Planning, Mitgründer von Cultivate Kansas City, Mitbegründer der Happy Farm im Plum Village Monastery, heute urbaner Gärtner, Mediator und Achtsamkeitsanleiter, Berlin

Katharina Hirschbrunn, Studienleiterin für Wirtschaft und Arbeitswelt sowie Nachhaltige Entwicklung, interreligiöse Praktiken von Andachten zu Dorothee Sölle bis Anleitung von Meditationsgruppen in der Plum-Village Tradition von Zen-Meister Thich Nhat Hanh, Tutzing

Katharina Kalchner, Fachschwester Palliative Care, Studium der buddhistischen Philosophie, Gründerin und geschäftsführende Vorständin der Intersein Stiftung, Kursleiterin für Achtsamkeit und Selbstmitgefühl, Lüneburg

Susanne Kraft, Kunsttherapeutin, Bestatterin, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (nach Marshall B. Rosenberg) und Mediatorin, Kunsttherapeutische Arbeit im Township Alexandra / Südafrika, mit Opfern des Bürgerkriegs in Kroatien und mit nach Deutschland Geflüchteten, Mitglied der Kerngruppe des Friedensprojektes „100.000 Women in White", Wessobrunn-Forst

Larissa Mazbouh, Kunsttherapeutin, Kulturpädagogin und freischaffende Künstlerin mit Schwerpunkt auf kreativer Persönlichkeitsentwicklung und achtsamkeitsbasierter Prozessbegleitung; Tätig in künstlerisch-therapeutischen Bildungsfeldern mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, Prien am Chiemsee

Mito, auch bekannt als Flying Monkey, seit 2014 Trainer für AcroYoga , Handstand und Thaimassage, 2016-2020 hauptberuflich, Mission: Begeisterung für Bewegung verbreiten – durch abwechslungsreiches, spielerisches Training, das Spaß macht, München

Dr. Geseko von Lüpke, Politikwissenschaftler, Ethnologe, freier Journalist, Buchautor und internationaler Netzwerker, Visionssuche-Ausbilder, Bücher über indigenes Wissen und über regenerative Zukunftsprojekte der globalen Zivilgesellschaft, Kempten

Karin Sittkus, seit 1998 Praktizierende von Yoga, seit 2004 Qigong und Tai Chi (traditioneller Yang Style), Zertifikation zur Qigong und Tai-Chi-Lehrerin, Kurse u.a. auch für Firmen-Mitarbeiter sowie für Tagungsteilnehmer an Bildungsinstitutionen, Tutzing

KOOPERATIONSPARTNER

Selbach Umwelt Stiftung

intersein stiftung

Evangelische Akademie Tutzing / Schlossstraße 2+4 / 82327 Tutzing
www.ev-akademie-tutzing.de / www.schloss-tutzing.de

facebook.com/EATutzing / x.com/eatutzing / instagram.com/eatutzing
youtube.com/EATutzing

EMAS GEPRÜFTES UMWELTMANAGEMENT DE-155-00299

EFQM QUALIFIED BY EFQM 2022

VERANSTALTUNGSLEITUNG

Katharina Hirschbrunn, Evangelische Akademie Tutzing

ORGANISATION & INFORMATION

Anja Böhm, E-Mail: boehm@ev-akademie-tutzing.de; Tel. 08158 251-123.
Ihre Anfragen zu der Veranstaltung erreichen uns in der Zeit von Montag bis Freitag von 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr.

Anmeldung
Ihre Anmeldung erbitten wir über das Online-Formular auf unserer Homepage (s. auch QR-Code). Sie wird von uns bestätigt, ist verbindlich und Voraussetzung für die Teilnahme. **Anmeldeschluss ist der 13. Juni 2025.**

Abmeldung
Sollten Sie an der Teilnahme verhindert sein, bitten wir bis spätestens **20. Juni 2025** um entsprechende schriftliche Benachrichtigung. Unsere Stornobedingungen entnehmen Sie unserer Homepage.

Preise pro Person für die gesamte Veranstaltungsdauer (in Euro):

Vortragsgebühr	65.–
(zzgl. Kaffee/Tee/Kuchen auch bei Teilnahme ohne Verpflegung)	
Vollpension	
– im Einzelzimmer	203.–
– im Zweibettzimmer	159.–
– im Zweibettzimmer als EZ	227.–
Kurzzeitzuschlag für eine Übernachtung	10.–
Verpflegung (ohne Übernachtung/Frühstück)	66.–

Wir bitten um Begleichung bei Anreise durch Barzahlung oder EC-Karte. Bestellte und nicht in Anspruch genommene Einzelleistungen können nicht rückvergütet werden.

Die Tagung wird zu einem erheblichen Teil aus Kirchensteuermitteln finanziert.

Preisnachlass
Auszubildende, Schüler:innen, Student:innen (bis zum 30. Lebensjahr) und Arbeitsuchende erhalten **eine Ermäßigung von 50 Prozent.** Journalist:innen wird der Teilnahmebeitrag erlassen, wenn ein aktueller Presseausweis einer ausstellungsberechtigten Organisation zusammen mit dem Auftrag zur Berichterstattung vorliegt. Eine Kopie Ihres Ausweises schicken Sie uns bitte mit Ihrer Anmeldung zu.

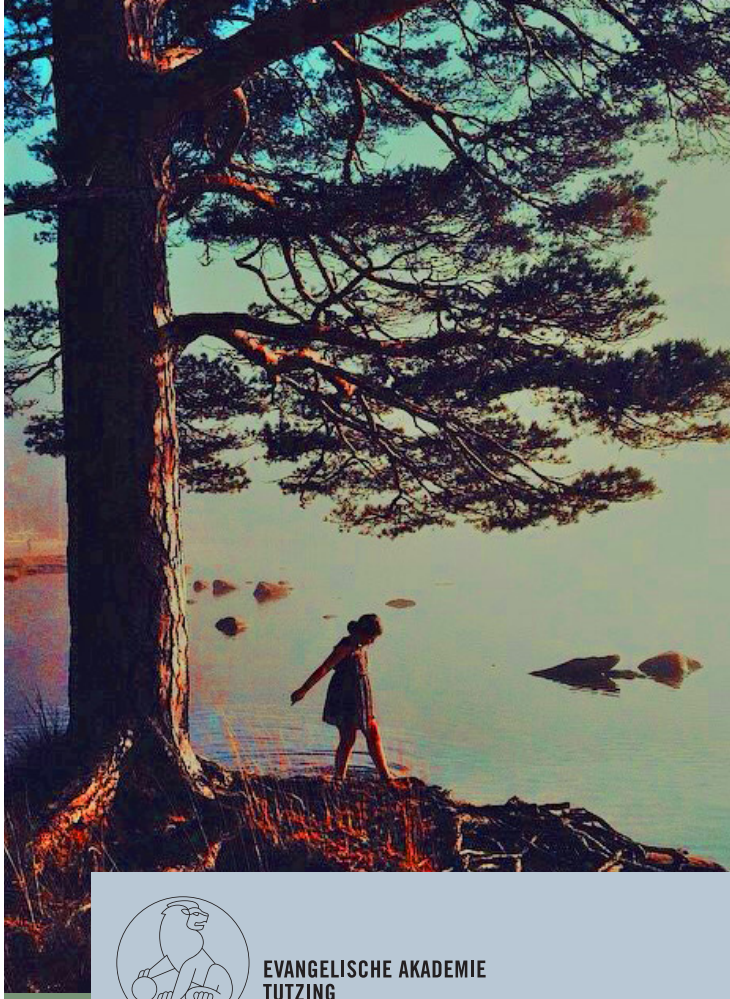
Stipendien
Der Freundeskreis der Evangelischen Akademie Tutzing fördert junge Menschen mit wenig Geld durch Bildungsstipendien, die eine kostenlose Teilnahme ermöglichen. Bei Interesse melden Sie sich bitte bei der zuständigen Studienleitung.

Verpflegung
Unsere Küche bietet Ihnen gegen 10.– € Aufpreis pro Person & Veranstaltung bei veganer Ernährung, Unverträglichkeiten oder Allergien ein darauf abgestimmtes Essen an. Bitte teilen Sie uns dies verbindlich mit Ihrer Anmeldung mit.

Weitere Informationen zu
Schlosseuro / Datenschutz / AGB / E-Mobilität und Anreise finden Sie unter dem Titel der Tagung auf unserer Homepage: www.ev-akademie-tutzing.de
(s. auch QR-Code)

Bildnachweis: © flickr.com
Veranstaltungsnummer: 0552025

Programmänderungen vorbehalten. *Stand 27.06.25*



EVANGELISCHE AKADEMIE TUTZING

Den Atem der Erde spüren

Training zu Achtsamkeit und Aktivismus

27. bis 29. Juni 2025

In Kooperation
mit Selbach-Umwelt-Stiftung und der Intersein-Stiftung

GEFÜHLE WAHRNEHMEN – MIT NEUEN AUGEN SEHEN – KRAFT SCHÖPFEN

Klima, Krieg und Diskriminierung – viele Menschen engagieren sich auch in diesen herausfordernden Zeiten. Ob bei Baumbesetzungen, bei Demonstrationen, bei Haustürgesprächen, am Arbeitsplatz oder wenn vor Gericht Recht durchgesetzt wird. Das Engagement der Menschen in sozialen Bewegungen und Initiativen hat – trotz aller Widerstände – historisch viel Gutes für unsere Gesellschaften bewirkt.

Dabei ist Engagement gerade für Umwelt- und Klimathemen, aber auch in vielen anderen Bereichen, nur selten von direkt sichtbarem Erfolg gekrönt. Engagement braucht vielmehr einen langen Atem und starke Nerven im Umgang mit Rückschlägen. Engagement braucht Zeit, die für anderes und für die Regeneration fehlt.

Wer sich selbst viel abverlangt, steht in der Gefahr zu verhärten. Mitgefühl und Liebe, die oft Antrieb für politisches Handeln sind, können gar in Depression, Verzweiflung oder Hass umschlagen. Freundschaften werden belastet, Familienverhältnisse von gegenseitigem Unverständnis geprägt. Wer sich politisch engagiert, riskiert, teils die Gesundheit oder berufliche Laufbahn. Und auch soziale Bewegungen selbst sind nicht immer nur von Gemeinschaftssinn und Solidarität bestimmt, sondern auch von Macht, Konkurrenz, Leistungsdruck und unterschiedlichen Privilegien.

Auf unserer Tagung wollen wir einen Raum schaffen und gemeinsam erkunden, in dem Regeneration und Neuausrichtung möglich sind. Achtsamkeits- und Körperübungen in der Natur am See zentrieren uns und ermöglichen schrittweise Besinnung und Beruhigung. In kleineren Gruppen lernen die Teilnehmenden verschiedene Methoden, sich zu erden, Stabilität zu gewinnen und sich durch Dankbarkeit der eigenen Ressourcen zu vergewissern. Wir nehmen uns Zeit, unsere Gefühle wahrzunehmen und zu halten. Übungen aus Achtsamkeitspraxis, Psychotherapie, Gestalttherapie und Tiefenökologie helfen uns, mit neuen Augen zu sehen und Kraft für nächste Schritte zu entwickeln. Gerahmt wird das Tagungsprogramm von Körperübungen wie Qigong, Acroyoga, Tanz und achtsamem Gärtnern.

Wie können wir offen und verwundbar bleiben und dabei Trauer, Wut und Verzweiflung transformieren? Herzliche Einladung an alle, die – in welcher Weise auch immer – engagiert sind!

Katharina Hirschbrunn
Studienleiterin für Wirtschaft und Arbeitswelt, Nachhaltige Entwicklung, Evangelische Akademie Tutzing
Dr. Manuel Schneider
Geschäftsführer Selbach-Umwelt-Stiftung

PROGRAMM

Freitag, 27. Juni 2025

Anreise ab 16.30 Uhr

18.00 Uhr — Beginn der Tagung mit dem Abendessen

19.00 Uhr — **Begrüßung & Einführung**
Katharina Hirschbrunn & Dr. Manuel Schneider

19.15 Uhr — **In Verbundenheit leben – politische und spirituelle Impulse aus aller Welt**
Dr. Geseko von Lüpke

19.40 Uhr — **Ankommen am Ort und Beieinander – Einführende Übungen zu Dankbarkeit**
Gabi Bott

anschließend
Vorstellung der Workshop-Anleiter:innen

21.00 Uhr — Begegnungen und Gespräche in den Salons und Park
Alternativ, parallele Angebote:
- **Gehmeditation** mit Katharina Hirschbrunn
- **Meditation** mit Gabi Bott

Samstag, 28. Juni 2025

07.45 Uhr — Morgenmeditation am See
Katharina Hirschbrunn

08.00 Uhr — Frühstück

09.00 Uhr — **Bewegung: Sich erden und im Körper ankommen**
Parallele Angebote

- **Qigong: Tiefes Loslassen & Regeneration**
  mit Karin Sittkus
- **Yoga und Acro(batik)-Yoga** mit Mito
- **Wild Church - Beten mit Baum und Boden**
  mit Dr. Peter Aschoff

10.00 Uhr — Kaffeepause

10.30 Uhr — **Gefühle wahrnehmen, halten & damit umgehen**
Übungen und interaktiver Austausch in Kleingruppen
Workshop-Runde I

1. **Umgang mit schwierigen Gefühlen**
   mit Katharina Kalchner
2. **Hart zu mir, hart zu anderen – Warum Stress und Burnout zu Konflikten in Beziehungen, Familien und Organisationen führen** mit Mona Bricke

12.00 Uhr — Mittagessen

13.30 Uhr — **Gefühle wahrnehmen, halten & damit umgehen**
Workshop-Runde II

15.00 Uhr — Kaffeepause

15.30 Uhr — **Mit neuen Augen sehen & wirkungsvoll handeln**
Workshop-Runde I

1. **Verbunden mit meinen Bedürfnissen: Handeln aus der inneren Tiefe**
   mit Susanne Kraft
   oder
   Achtsam und in stiller Verbundenheit gärtnern
   mit Daniel Dermitzel
2. **Innehalten. Ausdrücken. Weitergehen – kreativ Gefühle als Kraft nutzen nutzen** mit Larissa Mazbouh

17.00 Uhr — **Sich neu zentrieren**
Parallele Angebote

- **Body Scan: Sich mitfühlend dem Körper zuwenden** mit Katharina Kalchner
- **Die Weisheit der keltischen Christ:innen – Poesie und Kontemplation** mit Dr. Peter Aschoff
- **Gehmeditation** mit Daniel Dermitzel

18.00 Uhr — Abendessen

19.00 Uhr — **Gefühle bewegen in einer Wave**
Nela Adam

21.00 Uhr — Begegnungen und Gespräche an der Bar und im Park

Sonntag, 29. Juni 2025

07.45 Uhr — Morgenandacht in der Schlosskapelle
Katharina Hirschbrunn

08.00 Uhr — Frühstück

09.00 Uhr — **Mit neuen Augen sehen & wirkungsvoll handeln**
Workshop-Runde II

10.30 Uhr — Pause

10.45 Uhr — **Tiefenzeit-Übung nach Joanna Macy – „Die Siebte Generation“**
Mona Bricke

12.00 Uhr — Abschlussrunde

12.30 Uhr — Ende der Tagung mit dem Mittagessen

Stipendien für Menschen unter 40 Jahren mit wenig Geld.
Für eine komplett kostenfreie Teilnahme melden Sie sich bitte bis spätestens 12. Juni 2025 per E-Mail an:
hirschbrunn@ev-akademie-tutzing.de
(begrenzte Anzahl, weitere Ermäßigungen s. Rückseite)