

Kontakt / Kontakty

Georg Salditt
Internationales Begegnungszentrum St. Marienthal
St. Marienthal 10
02899 Ostritz

Telefon: 0049 35823/77-0
Telefax: 0049 35823/77-250
E-Mail: Salditt@ibz-marienthal.de

Katrin Weiner
Akademie der Sächs. Landesstiftung Natur und Umwelt
Riesaer Str. 7
01129 Dresden

E-Mail: Katrin.Weiner@lanu.sachsen.de
Internet: www.lanu.de

Anfahrt / Příjezd

Deutsche Bahn:

Ab Bahnhof Görlitz mit der ODEG Richtung Zittau bis Ostritz/Krzewina Zgorzelecka. Der Bahnhof liegt auf polnischer Seite. Der Fußweg (ca.2,5 km) ist ausgeschildert.

PKW:

Auf der A4 bis nach Görlitz. In Görlitz weiter Richtung Zittau auf der B99. Durch Ostritz durchfahren, gleich nach dem Ortsausgang den Hinweisschildern nach St.Marienthal folgen.

Z ČR:

Vlakem přes Žitavu do zastávky Ostritz/Krzewina a odtud pěšky. Autem přes Žitavu směrem na Görlitz a odbočit doprava na St. Marienthal (značeno).

Inhalt / Obsah

Wir laden Sie herzlich ein zu dem Angebot „Natur und Gesundheit“ im Internationalen Begegnungszentrum St. Marienthal.

Unser Anliegen ist es, dass das Programm

- alle Generationen anspricht,
- grenzüberschreitende Begegnung fördert,
- die Besonderheiten der Region einbezieht,
- und die Schönheiten unserer Natur und Landschaft erlebbar macht.

Neues und Seltsames, Großes und Kleines, Geheimnisvolles und Spannendes über „Natur und Gesundheit“ werden wir für jeden erlebbar machen. So werden wir Workshops zum Arbeiten mit Naturmaterialien, Bewegung und gesunder Ernährung für Groß und Klein anbieten.

Somit können Sie in der Abgeschiedenheit der Klosteranlage St. Marienthal viele unvergessliche Momente erleben. Rundum findet hier die ganze Familie Spaß, Bildung, Naturerlebnis, Ruhe und Erholung.

Srdečně Vás zveme na program „Příroda a zdraví“ v Mezinárodním centru setkávání St. Marienthal. Chceme, aby program

- oslovoval všechny generace
- podporoval přeshraniční setkávání
- zahrnoval specifika regionu
- přibližoval krásy naší přírody a krajiny

Každý bude moci objevovat nové a jedinečné, velké i malé, tajemné a napínavé momenty vztahující se k přírodě a zdraví. Na program budou workshopy, kde se bude pracovat s přírodními materiály, pohyb a zdravá výživa. Můžete tak v odlehlém klášteře St. Marienthal zažít nezapomenutelné chvíle. Celá rodina si tu přijde na své, získá nové poznatky, zážitky z přírody, klid a odpočinek.



Sächsische Landesstiftung
Natur und Umwelt

Deutsch-tschechische Familienumwelttage *Česko-německé ekodny pro rodiny*

„Natur und Gesundheit“
„Příroda a zdraví“

08.-10.11.2019 / 29.11.-01.12.2019
Ostritz

Gefördert durch / za podpory



Europäische Union. Europäischer
Fonds für regionale Entwicklung.
Evropská unie. Evropský fond pro
regionální rozvoj.

Anmeldung / Přihláška

Für die Teilnahme an den Familienumwelttagen werden folgende Teilnehmergebühren erhoben:

Erwachsene: 100,00 €

Kinder ab 3 Jahre: 50,00 € ,

Kinder unter 3 Jahre: kostenfrei.

Bei Verhinderung ist eine Abmeldung 7 Tage vorher erforderlich, sonst wird eine Stornogebühr in Höhe des Teilnehmerbeitrages erhoben.

Za účast na Víkendech pro rodiny se budou vybírat tyto účastnické poplatky:

Dospělí: 100 EUR

Děti od 3 let: 50 EUR

Děti do 3 let: zdarma

Neúčast je třeba nahlásit 7 dní předem, jinak bude účtován stornovací poplatek ve výši účastnického poplatku.

Wir bitten deutsche Partner um Online-Anmeldung unter folgenden Links:

für den 08. bis 10.11.2019: <https://www.lanu.de/v8h>

für den 29.11. bis 01.12.2019: <https://www.lanu.de/v8j>

Bitte nutzen Sie die **Gruppenanmeldung** für die Anmeldung mehrerer Personen. Die Person, welche die Gruppe anmeldet, muss sich dabei selbst auch in die Liste eintragen.

Programm / Program

Freitag / Pátek

18:00 *Abendessen / Večeře*

19:00 **Begrüßung und Eröffnung / Uvítání a zahájení**
Georg Salditt, IBZ St. Marienthal
Katrín Weiner, Akademie der LaNU

19:30 **Eröffnungsveranstaltung / Úvodní program**
Spreading Joy – Was ist gesund? /Co je zdravé

Samstag / Sobota

8:00 *Frühstück / Snídaně*

9:00 - 12:00 **Workshops/ Workshopy:**

- 1. Gesundes Holz / Zdravé dřevo**
Massageroller und Hängematten / Masážní válečky a houpačí síť
Jan Deicke
- 2. Kreatives Gestalten mit Naturmaterial / Tvoření z přírodních materiálů**
Sandbilder / Obrazy z písku
Sabine Kulikov
- 3. Stoffe – natürlich schön / Látky – přirozeně krásné**
Textilmalerei und –druck / Malba a tisk na textil
Lucie Pavlíková, Klára Winterová
- 4. Tierisch gesund / Od zvířat pro zdraví**
Salben mit Bienenwachs / Masti ze včelího vosku
Wachswerkstatt Freital
- 5. Duft für die Sinne / Vůně pro potěšení**
Arbeiten mit Naturmaterialien / práce s přírod. materiály
Veronika Baštová, Beate Büchner
- 6. Achtsamkeit / Pozornost**
Waldbaden/Lesní koupel ,
Martina Keitel

7. Biodanza

10:30 / 16:00. Biodanza Praha

8. Klangyoga / Zvuková jóga

10:30 / 16:00, Hannes Heyne

9. Gesundheitswandern/ Zdravé vycházky

9:00 / 14:00, Silke Schubert

10. Gesundes Backen / Zdravé pečení

Brot und Gebäck / chléb a pečivo

Carina Mäusezahl, Iva Hollanová

12:30 *Mittagessen / Oběd*

14:00-17:00 **Workshops/ Workshopy 1 - 9**

18:00 *Abendessen / Večeře*

09.11.2019, 19:30

Konzert des Bohemia Chors der TU Liberec mit dem Kirchenchor Ostritz / Koncert sboru Bohemia TU Liberec s církevním sborem Ostritz

30.11.2019, 19:30

Musik und Tanz mit Dreh Wurm / Hudba a tanec s Dreh Wurm

Sonntag / Neděle

8:00 *Frühstück / Snídaně*

9:00-12:00 **Workshops / Workshopy 1-10**

12:30 *Mittagessen / Oběd*

13:00 Präsentation der Ergebnisse der Workshops / *Prezentace výsledků dílen* anschließend gemeinsames Kaffeetrinken und individuelle Abreise / *následně společná káva a individuální odjezd*