

Földhangoló Közösségi Ökotábor 2014
Programterv



Augusztus 11. Hétfő:

9:15 Gyülekező a Nyugati Pályaudvaron, a főbejáratnál, a kijelzők alatt (aki velünk tervezi az utazást)

12:00 Érkezés a táborba, szobafoglalás (Akik közvetlenül Nagybörzsönybe jönnének, azokat kérjük 12:00 és 12:30 között érkezzenek meg Nagybörzsönybe a Reménység házához (Nagybörzsöny, Kossuth utca 57.) Hétfőn még nem kapunk ebédet, kérjük csomagoljatok az útra élelmet.

13:00- 16:00 Ismerkedős játékok, táborrend megbeszélése, jurtaállítás

16:00-19:00 Falutörténeti túra

19:00 Vacsora, tábortűz, gitározás

Augusztus 12. Kedd:

6:00-8:00 Reggeli túra a tóhoz, akváriumhoz szedünk víz élőlényeket, gyógyfüveket gyűjtünk reggeli teához (a program korai kezdete miatt szabadon választható)

8:00-9:00 Reggeli

9:00- 12:00 Délelőtti programcsoport (itt 3 csoportban fogunk tevékenykedni)

1. Íjászat, vívás, önvédelmi gyakorlatok
2. Pszichológiai műhely
3. Művészeti program (land art)

12:00- 13:00 Ebéd

13:00-14:00 Délutáni szieszta (lehetőség van egyéni konzultációra a pszichológussal, mozgásterepeutával)

Földhangoló Közösségi Ökotábor 2014
Programterv



14:00- 16:00 Délutáni programcsoport

1. Íjászat, vívás, önvédelmi gyakorlatok
2. Pszichológiai műhely
3. Művészeti program (land art)

16:00-18:00 Filozófiai műhelybeszélgetés

18:00- 19:00 Mozgásgyakorlatok, vezetett meditáció

19:00- 20:00 Vacsora

20:00- 22:00 Csillagászat és egy rövid éjszakai túra (akik szeretnék és nem fáradtak, az éjszakai túra folytatható, erdőben alvással kötjük egybe)

Augusztus 13. Szerda:

7:00-8:00 Mozgásgyakorlatok, vezetett meditáció

8:00-9:00 Reggeli

9:00- 12:00 Délelőtti programcsoport

1. Sajt- és lekvárkészítés
2. Pszichológiai műhely
3. Művészeti program (land art)

12:00-13:00 Ebéd

13:00- 14:00 Szieszta

14:00-17:00 Kerti program (ehető gyomnövények, bevezetés a permakultúrába, kaszálás)

17:00- 18:00 Tehénfejés

18:00-20:00 Vacsora és beszélgetés a közösségek szerepéről

20:00- 22:00 Borkóstolás egy helyi gazdánál

Augusztus 14. Csütörtök:

7:00-8:00 Mozgásgyakorlatok, vezetett meditáció

8:00- 9:00 Reggeli

9:30- 18:00 Egész napos túra (a túra közben többféle programmal készülünk: kincskeresés, érzékgyakorlatok, patak élővilága, ehető vadnövények, gombák, gyógynövények, fák-bokrok, erdei állatok, nyomkövetés, stb.)

20:00 Vacsora, tábortűz, zenélés

Földhangoló Közösségi Ökotábor 2014
Programterv



Augusztus 15. Péntek:

6:00- 8:00 Túra a Rustok oldalba, kakukkfűgyűjtés (a program korai kezdete miatt szabadon választható)

8:00-9:00 Mozgásgyakorlatok, vezetett meditáció

9:00-9:30 Reggeli

9:30- 12:00 Filozófiai beszélgetések

12:00- 13:00 Ebéd

13:00- 14:00 Szieszta

14:00-17:00 Délutáni programcsoport

1. Lóismeret, lóápolás, nagybörzsönyi tájház megtekintése, denevér les
2. Háztartási praktikák zöld mindennapokra
3. Sajt- és lekvárkészítés

17:00- 19:00 Beszélgetés az energetikai problémákról, alternatívákról

19:00- 20:00 Vacsora

20:00-22:00 Táncház

Augusztus 16. Szombat:

6:00-8:00 Túra a Pánholcra (a program korai kezdete miatt szabadon választható)

7:00-8:00 Mozgásgyakorlatok, vezetett meditáció

8:00-9:00 Reggeli

9:00- 12:00 Délelőtti programcsoport

1. Lóismeret, lóápolás, nagybörzsönyi tájház megtekintése, denevér les
2. Háztartási praktikák zöld mindennapokra
3. Sajt- és lekvárkészítés

12:30- 15:00 Börzsönyi lepénysütés és elixírfőzés (pl. öko fogkrém, szappan, stb.)

15:00- 17:00 Beszélgetés a pénzről, alternatív pénzek

17:00-20:00 Kőleves

20:00 Táborértékelő beszélgetés, tábortűz, zenélés

Földhangoló Közösségi Ökotábor 2014
Programterv



Augusztus 17. Vasárnap:

7:00-8:00 Mozgásgyakorlatok, vezetett meditáció

8:00-9:00 Reggeli

9:30- 12:00 Délelőtti programcsoport

4. Lóismeret, lóápolás, nagybörzsönyi tájház megtekintése, denevér les
5. Háztartási praktikák zöld mindennapokra
6. Íjászat, vívás, önvédelmi gyakorlatok

12:00-13:00 Morzsafaló ebéd

13:00 Táborzárás

A programváltozás jogát fenntartjuk. Az időbeosztások irányadóak, az időjárás függvényében is változhatnak. A tervezett előadók esetleges távolmaradása esetére alternatív programokkal készülünk..