

# Programm FamilienCamp 2025

## Freitag 06.06.2025

Anreise ab 15 Uhr (Zeltlager / Zimmer / Scheune / Wohnwagen)

18:00 - Abendessen

ab 19:00 - Kennenlernenrunde / Information zum Programm und Ablauf

## Samstag 07.06.2025

07:00 - 8:00 Guten-Morgen-Workout / Kaltwasserabhärtung

08:00 - Frühstück

10:00 – 12:45 Schnitzeljagd im Wald

13:00 - Mittagessen

15:00 – 16:00 Seminar "Meine Vorfahren. Verbundenheit mit deiner Familie"

16:30 - 17:30 Rollenspiel "Ich mache ein Familienfoto"

18:00 - Abendbrot

ab ca. 20:00 Lagerfeuer / Geschichtenerzählung / Gemeinsam Lieder singen

## Sonntag 08.06.2025

07:00 - 8:00 Guten-Morgen-Workout / Kaltwasserabhärtung

08:00 - Frühstück

10:00 – 12:45 Wer ist dein Totemtier? Waldspiel

13:00 - Mittagessen

15:00 – 16:00 Seminar "Altersgerechte Initiierungen: Bedeutung, Auswirkung, Folgen ..."

16:30 - 17:30 Reigenspiele / Freizeit

18:00 - Abendbrot

ab ca. 20:00 Lagerfeuer / Geschichtenerzählung / Gemeinsam Lieder singen

## Montag 09.06.2025

06:30 - 7:30 Guten-Morgen-Workout / Kaltwasserabhärtung

08:00 - Frühstück (Vesper mitnehmen)

9:30 – 13:00 Ausflug ins Friedensland

13:00 - Vesper vor Ort

15:00 – 17:30 Freizeit: Knotenkunde, Bogenschiessen, Reigenspiele

18:00 - Abendbrot

ab ca. 20:00 Lagerfeuer / Geschichtenerzählung / Gemeinsam Lieder singen

# Programm FamilienCamp 2025

## Dienstag 10.06.2025

- 07:00 - 8:00 Guten-Morgen-Workout / Kaltwasserabhärtung
- 08:00 - Frühstück
- 10:00 – 12:45 Männerrunde / Mädlestreff
- 13:00 - Mittagessen
- 15:00 – 17:30 Seminar “Muskelkunde” / “Heilkraft der Bäume”
- 18:00 - Abendbrot
- ab ca. 20:00 Lagerfeuer / Geschichtenerzählung / Gemeinsam Lieder singen

## Mittwoch 11.06.2025

- 07:00 - 8:00 Guten-Morgen-Workout / Kaltwasserabhärtung
- 08:00 - Frühstück
- 10:00 – 12:45 Freizeit / Malwerkstatt etc.
- 13:00 - Mittagessen
- 15:00 – 17:30 Seminar “Muskelkunde” / “Heilkraft der Bäume”
- 18:00 - Abendbrot
- ab ca. 20:00 Lagerfeuer / Geschichtenerzählung / Gemeinsam Lieder singen

## Donnerstag 12.06.2025

- 07:00 - 8:00 Guten-Morgen-Workout / Kaltwasserabhärtung
- 08:00 - Frühstück
- 10:00 – 12:45 Gedächtnis und Bewegungsspiele / Abschluss
- 13:00 - Mittagessen
- Abreise

## *Mit-Mach-Prinzip*

### REGELN

Da wir keine zusätzliche Betreuungspersonal haben wird es erwartet, dass jeder Teilnehmer sich an gemeinsamen Aufgaben beteiligt:

### **Küchendienst:**

- beim Kochen helfen und selber mitkochen\*
  - Gemüse, Obst oder Brot schneiden
    - Wasserlimonade machen
      - Abwaschen
      - Abtrocknen
    - Saubermachen

### **Aufräumen:**

- Tische und Bänke aufstellen und zurückbringen
  - Müll sammeln und entsorgen
  - Boden fegen und waschen
  - Toiletten und Küche sauber machen
- Gelände und die Natur sauber hinterlassen

\* es wird überwiegend vegetarisch gekocht, freiwillige Verzicht vom Alkoholkonsum (es wird genügend Anregungen für den Körper, Seele und Geist vorgesorgt)