

erzählbar: im Gewölbekeller

(Storytelling nach der
Methode Erzählcafé)



Ernährung – Nahrung - Genuss



Was liebte ich in der Kindheit ganz besonders? Welche Essen schmeckten mir überhaupt nicht? Leide ich an einer Nahrungallergie? Welche Tagesmahlzeit ist meine wichtige? Wie geniesse ich das Essen? Hat sich meine Ernährung irgendeinmal geändert oder musste ich sie einmal gar an eine neue Situation anpassen? Welche Speisen lernte ich gerne zu haben oder sind mir irgendwann verleidet? Wie ernähre ich mich heute: bewusster, einfacher, spezieller?

Daten	Dienstag, 14. Juni 2022 um 19.00 Uhr Freitag, 24. Juni 2022 um 15.00 Uhr
Dauer	~2 Stunden mit 2. Teil bei Getränken & Selbstgebackenem
Unkostenbeitrag	CHF 20.00
Ort	Gewölbekeller, Grabenstrasse 6, 3400 Burgdorf
Anmeldung	erzaehlbar@outlook.com oder 034 422 23 30 (mit TBA) → Teilnahmebestätigung nach Anmeldungseingang ← Spontane Teilnahmen sind gerne willkommen

Ich freue mich auf Eure Geschichten und zwei genusswolle Stunden!

Johanna M. Schlegel-Probst
Erzählcafé-Moderatorin

erzählbar: im Gewölbekeller (Storytelling nach Methode Erzählcafé)

Einander zuhören ist genauso wichtig wie das freiwillige Erzählen von Geschichten aus dem eigenen Leben. Begleitet durch die vorbereitete Moderatorin tauschen wir unsere Erlebnisse zum festgelegten Thema aus. Die Moderatorin spannt einen Bogen zwischen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft und erlaubt den Teilnehmenden, ihre Erfahrungen im Wandel der Zeit zu reflektieren. Gleichzeitig werden Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen Generationen und Lebenswelten deutlich, die einzelne Person gestärkt und die Gemeinschaft gefördert. Es kann der Faden im eigenen Leben entdeckt und auf ungeahntes Potenzial gestossen werden.