

Unser Themenabend widmet sich diesmal einer ganz besonderen Form und Möglichkeit der Bewältigung und Überwindung von Krisen oder anderen Problemen: dem Bergwandern.

Das Wandern und Bergwandern sind faszinierende Arten & Wege, aus einer Lebenskrise bzw. aus Problemen buchstäblich „herauszugehen“. Welche Rolle dabei die Natur selbst, die Berge, das Gehen, die Dauer der Wanderung und/oder die gemeinsame Situation in der Gruppe spielen, werden wir an diesem Abend genauer beleuchten.

Für den Einstieg in das Thema zeigen wir Ihnen den Dokumentarfilm „Bergauf nach der Krise“ von Jana Kalms und danach einen Erfahrungsbericht mit Fotos von zwei Wanderreisen. Im Anschluss daran haben wir Zeit für Fragen, Antworten und anregende Gespräche.

Zum Film von Jana Kalms: Im Sommer 2009 bricht eine Gruppe von vier Berliner*innen in die österreichischen Alpen auf. An der Seite des erfahrenen Bergwanderführers Jan Reissig geht es eine Woche lang nur bergauf. Dabei tragen die Wanderer nicht nur ihre 20 Kilo schweren Rucksäcke. Jorika, Jana, Dyrk und Benny haben schwere Krisen hinter sich: Ihre Diagnosen: Burn-Out, Borderline, Magersucht, Psychose und Depression. Doch auf dem Weg zum Gipfel machen sie eine erstaunliche Entdeckung:
Je länger die Bergtour dauert, desto befreiter fühlen sie sich.

Wir freuen uns auf Sie und einen inspirierenden Abend!
Ihre KBS und Prenzlomm

Zuhören – Lauschen – Nachdenken – Fragen – Austauschen

Die Bar ist bis 22 Uhr geöffnet. Nach dem Vortrag gibt es also noch Gelegenheit, gemütlich zusammen zu sitzen und sich auszutauschen.