



# Ranch & Farm Kunst Handwerk Garten & Ernährung Wald & Wiese

## Projekt Ranch & Farm

Im Projekt *Ranch & Farm* arbeiten Sie auf unserem Bauernhof und kommen so mit unterschiedlichen Tierarten im Rahmen der tiergestützten Intervention in Kontakt.

Auf unserem klinikeigenen Hof in Albertshausen stehen Selbstwahrnehmung und Aktivierung durch Bewegung und Kontakt zum Tier im Vordergrund.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Hinweis** Die Therapie findet überwiegend draußen statt. Bitte der Jahreszeit, dem Wetter und dem Anlass passend kleiden. Ebenso finden die Anwendungen im Mittelgebirge auf teils un- ebenem Untergrund statt. Die Wegstrecken von 3 km müssen bewältigt werden können.

## Projekt Wald & Wiese

Im Projekt *Wald & Wiese* steht die Beziehung zwischen Mensch und Natur auf einer theoretischen, praktischen und emotionalen Ebene im Vordergrund.

Es werden dabei Möglichkeit zur Selbstwahrnehmung und Selbstreflexion im Erlebnisraum Umwelt geschaffen. Es gilt Natur als Kraftquelle und Resonanzraum erlebbar zu machen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Hinweis** Die Therapie findet stets draußen statt. Bitte der Jahreszeit, dem Wetter und dem Anlass passend kleiden. Ebenso finden die Anwendungen im Mittelgebirge auf teils unebenem Untergrund statt. Die Wegstrecken betragen max. 9 km.

MEDIAN Klinik Mühlengrund  
Bad Wildungen

## Projektarbeit in der Psychosomatik

*Wer bin ich?*

Selbstreflexion & Selbstwahrnehmung

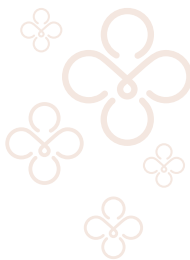
*Was will ich?*

Motivation & Kreativität

*Wie geht das?*

Selbstfürsorge & Akzeptanz

Das Leben leben





## Projekt Kunst

Im Projekt *Kunst* haben Sie die Möglichkeit kreativ zu arbeiten. In diesem Prozess können biografische Herausforderungen und persönliche Belastungen Platz finden.

Material und Technik sind in der Gestaltung wählbar und umfassen Zeichnung, Acryl- und Aquarellmalerei genauso wie unterschiedliche Filztechniken.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Hinweis** Kontakt mit Schafwolle und Silikon möglich.



## Projekt Handwerk

Das Projekt *Handwerk* ermöglicht Ihnen in der Holzwerkstatt die künstlerische Gestaltung von Holz. In der Bearbeitung des organischen Werkstoffs eröffnen sich Ihnen vielfältige Gelegenheiten der Selbstwahrnehmung.

Sie wählen ihr persönliches Werkstück sowie die Handwerkszeuge in der Bearbeitung selbst.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Hinweis** Kontakt mit Holzstäuben und werkstattüblichem Lärm.



## Projekt Garten & Ernährung

Das Projekt *Garten & Ernährung* zielt, sowohl im Garten als auch in der Lehrküche, auf Selbstfürsorge und Genuss. In unserem Garten werden in den Sommermonaten Gemüse, Beeren, Kräuter sowie Heilpflanzen angebaut. **Im Winter, wenn der Garten nicht bewirtschaftet werden kann, arbeiten Sie kreativ in der Mosaikwerkstatt an einem selbst gewählten Mosaik.** In der Lehrküche möchten wir Ihr Wissen zu Ernährung, Genuss und dem Kochhandwerk erweitern. Dabei werden Produkte aus dem Garten in saisonalen und überwiegend vegetarischen Gerichten verarbeitet.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Hinweis** Bitte entsprechende Kleidung für die Gartenarbeit mitbringen. Bei Unverträglichkeiten oder ernährungsbedingten Erkrankungen wählen Sie bitte ein anderes Projekt.