

Good Mood Event 3.0

– Die globale Bedeutung der Moore erleben – mit allen Sinnen und in entspannter Atmosphäre –

Ort: Emsland Moormuseum e.V., Geestmoor 6, 49744 Geeste/ Groß Hesepe

Datum: Freitag, 18.09.2026; 16.00 Uhr – 20.00 Uhr

Ablauf:

Uhrzeit	Inhalt
16:00 Uhr	Begrüßung durch den Fachbereich Gesundheit der VHS Meppen und das Emsland Moormuseum
16:05 Uhr	Vortrag 1: Mit allen Sinnen ins Moor: Wie Achtsamkeit den Klimaschutz stärken kann
17:00 Uhr	Pause mit Snacks und Getränken (im Café)
17:30 Uhr	Vortrag 2: Wer trägt die Last? Moore zwischen Klimaschutz und globaler Ungerechtigkeit
18:30 Uhr	Pause mit Snacks und Getränken (im Café)
19:00 Uhr	Workshops: 1. Selbstliebe auf körperlicher Ebene Den eigenen Körper spüren - begleitet von Klangschalen. 2. Chan Mi Gong Sanfte Bewegung in einer aufrechten Haltung. 3. Breathwork Natürliche Atmung für eine gute Lebensenergie. 4. Moorbaden Mit allen Sinnen das Moor erleben.
20:00 Uhr	Verabschiedung durch den Fachbereich Gesundheit der VHS Meppen und das Emsland Moormuseum

Änderungen vorbehalten