

# Program i Salen

## FREDAG

Fredag kl. 15.00-17.00

### Ankomst

Fredag kl. 17.00-17.30

### Velkomst og praktiske informationer

Fredag kl. 18.00-19.15

### Aftensmad

Fredag kl. 19.30-22.00

### Sang, samtale og samarbejde

*Ved Ditlev Nissen, bestyrelsesmedlem Landsforeningen for Økosamfund*

Kom og deltag i en festlig aften med sang, samtale og samarbejde! Vi vil synge et par sange sammen. Vi vil tale sammen i mindre grupper om spørgsmål som:

- \* Hvem er du?
- \* Hvad er du optaget af og hvad længes du efter i forhold til fællesskab og grøn omstilling?
- \* Hvad vil du gerne have ud af årsmødet?

Du får også mulighed for at høre, hvad de 5 grønne foreninger bag årsmødet er optaget af. Og hvordan de ser på samarbejdet med andre grønne foreninger i de kommende år.

Efterfølgende skal vi tale med hinanden om, hvordan vi som menige medlemmer, på tværs af foreningerne og på tværs af det lokale, kan udvikle samarbejdet, så vi fremmer en udvikling der har fokus på høj livsstillfredshed, lav miljøbelastning og lokal udvikling. I fællesskab er vi stærkere!

Fredag kl. 22.00-?

### Spil og snak

## LØRDAG

Lørdag kl. 7.00-7.45

### Morgenmad

Lørdag kl. 8.00-9.45

### Generalforsamling Landsforeningen Økologisk Byggeri

Lørdag kl. 10.00-11.45

### Generalforsamling Bofællesskab.dk

Lørdag kl. 12.00-12.45

### Frokost

Lørdag kl. 13.00-14.45

## Generalforsamling Landsforeningen for Økosamfund

Lørdag kl. 15.00-15.15

### Eftermiddagspause

Lørdag kl. 15.30-17.15

## Generalforsamling Permakultur Danmark

Lørdag kl. 18.00-19.30

### Aftensmad

Lørdag kl. 20.30-?

### Live musik og dans

*Ved Henrik Camillo, Simon Høirup og Bjarne Andersen, medlemmer Landsforeningen for Økosamfund*

Glæd jer til lørdag aften hvor musikerne Henrik Camillo, Simon Høirup og Bjarne Andersen vil fylde rummet med danse rytmer, sange om håb, kærlighed og om verden af i dag. Sangene er skrevet og komponeret af Henrik og spænder fra reggae til ballader og fra bluesrock til pop og latin.

Henrik og Simon har i gennem et par år spillet til forskellige events, små festivaler samt demonstrationer. Til koncerten lørdag aften bliver de to bakket op af Bjarne Andersen på diverse slagtojsinstrumenter.

Henrik Camillo: Aku guitar og sang.

Simon Høirup: Elguitar

Bjarne Andersen: Percussion

## SØNDAG

Søndag kl. 7.00-9.45

### Morgenmad

Søndag kl. 10.00-11.45

## Generalforsamling Landsforeningen Praktisk Økologi

Søndag kl. 12.00-12.45

### Frokost

Søndag kl. 13.00-14.00

### Grøn glæde og forandring

*Ved Pia Nørhede, bestyrelsesmedlem Landsforeningen Praktisk Økologi*

Som afslutning vil vi primært lade glædens og forandringens stemmer tale. Vi vil dele med hinanden, hvad vi har fået ud af weekenden, og hvordan vi evt. vil gå hjem og skabe forandringer. Ved behov bliver der også plads til kritikerens stemme. Forvent såvel at få lov til at arbejde med farvestrålende Post-Its som at få mulighed for at ytre dig mundtligt.

Søndag kl. 14.00-15.00

### Fælles oprydning og rengøring

# Program i lokalet Fællesskab

## LØRDAG

Lørdag kl. 7.00-7.30

### **Morgen yoga**

*Ved Mie Nørgaard Mouritsen, medlem Landsforeningen for Økosamfund*

Pawenmukta yoga er en meditativ yoga, hvor vi løsner led i kroppen via små dynamiske bevægelser, der synkroniseres med åndedrættet. Denne yoga er både til dig, som aldrig har lavet yoga før og dig, som ønsker at finde nye lag i en allerede etableret praksis.

Kom og start dagen med en afslappet krop og et balanceret nervesystem. Medbring yoga måtte/ligge underlag og tøj du kan bevæge dig i. Vel mødt.

Mie har boet en årrække i Nepal, og har her haft privilegiet at stå i lære hos yoga mester Sannyasi Premananda. Hendes særlige interesse er, hvordan vi gennem kroppen kan arbejde med vores mentale lag for at blive den mest positive version af os selv.

Lørdag kl. 8.00-9.45

### **Workshop med verdensmålskort fra GAIA Education**

*Ved Camilla Nielsen-Englyst, bestyrelsesmedlem Landsforeningen for Økosamfund(LØS)*

Lær at facilitere workshops om verdens udfordringer med verdensmålskortene fra GAIA Education som udgangspunkt – nu på dansk og som en del af LØS' undervisningstilbud. Du går fra workshoppen med en oplevelse og med en instruktionsbog til selv at kunne facilitere lignende workshops. Lad os dele ud af vores viden, interesser og materialer.

Lørdag kl. 10.00-11.45

### **Strukturelle konflikter i fællesskaber**

*Ved Olha Simon & Kristiane Ravn Frost, bestyrelsesmedlem Landsforeningen for Økosamfund*

Diane Leafe Christian har studeret strukturelle konflikter i mange økosamfund rundt om i verden. Når strukturelle konflikter forveksles med personlige konflikter får de et eget liv og bliver næsten uløselige. Diane har i bogen "Creating a Life Together" formidlet 9 praktiske tips til at skabe sunde og mere harmoniske miljøer i enhver gruppesammensætning.

På denne workshop vil vi med udgangspunkt i Dianes bog i teori og praksis arbejde med reduktion af strukturelle konflikter i lokalsamfund, organisationer eller virksomheder. Workshoppen vil blive afholdt på engelsk.

Lørdag kl. 13.00-14.45

### **Fif og tricks til etablering af et bofællesskab**

*Ved Rudy Madsen og Birger Kristoffersen, Bofællesskab.dk*

Landsforeningen for Økosamfund og Bofællesskab.dk har i samarbejde udviklet et "startpakke-koncept", som har til hensigt at støtte nye bofællesskaber og økosamfund i den svære opstartsfasen.

Processen med at opstarte et nyt bofællesskab kan nogle gange være både uoverskuelig, besværlig og langsommelig. Desværre når mange nye spæde opstartsinitiativer at opløses, inden de rigtigt er kommet i gang. Startpakken er derfor tænkt som en hjælp til, at nye opstartsinitiativer kan lade sig inspirere af allerede etablerede bofællesskaber og derved gøre processen både spændende og mere overkommelig.

Startpakken består af 5 komponenter eller temaer: Fællesskab, Bæredygtighed, Organisering, Kommunal og Jura/Økonomi. Startpakken kan ses på hjemmesiden Bofællesskab.dk.

Vi vil i en workshop form lege med emnerne og inspirere hinanden.

**Lørdag kl. 15.30-17.15**

## **Launch and Thrive – hvordan får man sin netværksorganisation til at trives?**

*Ved Camilla Nielsen-Englyst, bestyrelsesmedlem Landsforeningen for Økosamfund (LØS)*

LØS har gennem halvandet år været med i et EU projekt om, hvordan man kan styrke nationale foreninger, herunder økosamfundsnetværk. Det har resulteret i en masse ressourcer, metoder, gode spørgsmål osv., som vi her vil præsentere og afprøve, så flere kan få gavn af dem. Kom med – måske kan jeres forening komme til at trives endnu bedre?

**Lørdag kl. 19.30-20.30**

## **Rytme og tromme workshop**

*Ved Bjarne Andersen, medlem Landsforeningen for Økosamfund*

Musik kan udvikle vores evne til at lytte – både til os selv, til andre og til verden omkring os. Denne lytten kan støtte vores evner til samarbejde, kontakt og en dybere forbindelse til mennesker og naturen. Færdigheder og kompetencer som er gode at have med i fællesskaber.

På denne workshop vil vi udforske de rytmer, som vi har indeni og uden for kroppen. Vi vil anvende forskellige håndtrommer og rytmeinstrumenter, som jeg medbringer. Workshoppen har plads til ca. 30 deltagere.

Bjarne bor i øko-bofællesskabet Munksøgård, og har spillet trommer og percussion i 50 år.

## **SØNDAG**

**Søndag kl. 7.00-7.30**

## **Morgen yoga**

*Ved Mie Nørgaard Mouritsen, medlem Landsforeningen for Økosamfund*

Pawenmukta yoga er en meditativ yoga, hvor vi løsner led i kroppen via små dynamiske bevægelser, der synkroniseres med åndedrættet. Denne yoga er både til dig, som aldrig har lavet yoga før og dig, som ønsker at finde nye lag i en allerede etableret praksis.

Kom og start dagen med en afslappet krop og et balanceret nervesystem. Medbring yoga måtte/ligge underlag og tøj du kan bevæge dig i. Vel mødt.

Mie har boet en årrække i Nepal, og har her haft privilegiet at stå i lære hos yoga mester Sannyasi Premananda. Hendes særlige interesse er, hvordan vi gennem kroppen kan arbejde med vores mentale lag for at blive den mest positive version af os selv.

Søndag kl. 8.00-12.00

## Grobund Brenderup og off-grid huset på Brenderup Højskole

Ved Lotte Holk Hansen og Ole John Andersen, Grobund Brenderup

Vi starter i lokalet Fællesskab med et oplæg om Grobund Brenderup. Grobund Brenderup er en forening, som arbejder på at realisere en off-grid, affaldsfri og gældfri småhus bydel i Brenderup. Vi vil kort beskrive processen, som vi har været igennem som forening fra idé til lokalplan. Herefter fortæller vi om de tanker, der ligger bag off-grid projektet, og hvordan vi forestiller os, at det kan realiseres. Afslutningsvis vil vi komme ind på de idéer, som vi har til organiseringen af fællesskabet.

Senere arrangerer vi samkørsel til Brenderup for at se off-grid huset på Brenderup Højskole samt ejendommen og de skønne omgivelser, hvor Grobund Brenderup skal realiseres. På rundvisningen vil vi dele jer op i grupper, så I følges rundt med én af os og kan høre om vores motivationer for at være med i projektet.

## Program om byggeri - primært i lokalet Byggeri

### LØRDAG

Lørdag kl. 10.00-11.45

## Energi i byggeriet (foregår i lokalet Haven)

Ved Rikke og Bernhard Schwegler, bestyrelsesmedlemmer Landsforeningen Økologisk Byggeri

Vi har bygget vores eget hus med fokus på energiforbruget i hele processen. Vi fortæller om, hvordan vi kan bygge vores huse, og om baggrunden for valg af materialer.

Efter en lille pause gennemgår vi eftermiddagens praktiske lerpudse-workshop på Hesbjerg. Hvis du vil med til lerpudse-workshopen, **skal** du have deltaget i dette forberedende foredrag. Eftermiddagens workshop har en begrænsning på ca. 15 deltagere. Hvis flere ønsker at deltage, bliver der trukket lod. Blandt dem som skal deltage om eftermiddagen arrangerer vi samkørsel, inden vi går til frokost.

Rikke og Bernhard underviser i økologisk byggeri på projekter og uddannelsesinstitutioner. Bernhard er uddannet arkitekt MAA og har beskæftiget sig med ressourceskånende byggeri siden studietiden i 1980erne.

Lørdag kl. 13.00-17.30

## Praktisk lerpudse-workshop på Hesbjerg

Ved Rikke og Bernhard Schwegler, bestyrelsesmedlemmer Landsforeningen Økologisk Byggeri

Hvis du vil med til lerpudse-workshopen, **skal** du have deltaget i formiddagens forberedende foredrag "Energi i byggeriet". Eftermiddagens workshop har en begrænsning på ca. 15 deltagere. Hvis flere ønsker at deltage, bliver der trukket lod. Blandt dem som skal deltage om eftermiddagen arrangerer vi samkørsel til Hesbjerg, inden vi går til frokost. Vi kører fra Ankersminde kl. 13. Husk praktisk og varmt tøj, som kan tåle at blive snavset.

På Hesbjerg vil vi pudse indervægge i Marias hus. Vi fordeler deltagerne i grupper, som skiftes til at røre puds op og pudse væggene, så alle får føling med materialet og dets egenskaber. Væggene i Marias hus er afsluttet med OSB-plader, hvorpå der er hæftet et underlag af rørvæv. Vi bruger glittebrætter til at påføre

mineralsk lerpuds i ca. 1½ cm tykkelse på rørvævet. Til sidst vasker og renser vi redskaber og ser på resultatet. Vi ser også på eksisterende pudsproblemer på stedet. Fejl fører til læring og er vigtige for at kunne udvikle forståelsen for materialet.

Vi forlader Hesbjerg kl. 17.30 og kører tilbage til Ankersminde for at deltage i aftensmad og det videre program.

Lørdag kl. 10.00-11.45

## Byggeteknik for boligejere

*Ved Mads Kissow, bestyrelsesmedlem Landsforeningen Økologisk Byggeri*

Jeg vil holde et holistisk oplæg om, hvordan vi som bygnings- og boligejere relaterer os til klima, omgivelser, sociale forhold, økonomi og byggeteknik. Fokus vil være på bæredygtige materialer, sociale byggeprocesser og løsninger, der ikke kræver massiv gæld eller en guldske i munden.

Jeg kommer ind på problemstillinger omkring renovering og efterisolering af eksisterende bygninger, hvad angår fugthåndtering, den iboende energi og dermed bæredygtighed i materialevalg. Jeg kommer også ind på balancerne imellem energi, bevaring, historie og egen formåen.

Ligeledes kommer jeg omkring nybyggeri og de muligheder og udfordringer, man kan have som boligejer med nybygger-drømme, uanset om det er som selvbygger, medbygger eller blot som aktiv bygherre.

Som rammesætning vil jeg berøre Bygningsreglementet og andre officielle forskrifter og undersøge, hvilke muligheder og begrænsninger, der ligger i forskellige zoner, bygningstyper og områder.

Oplægget vil bruge en række eksempler fra mit firmas byggesagsarkiv til at eksemplificere udfordringer, gode løsninger og nødvendige kompromisser. Oplægget vil også vise, at det mest centrale, som vi mangler i omstillingen af vores byggede miljø, er vilje og hænder, og ikke nye tekniske løsninger.

Mads Kissow er professionel bygnings- og energirådgiver i sit eget firma Holdbart ApS med speciale i holistiske og reelt bæredygtige byggede miljøer.

## SØNDAG

Søndag kl. 10.00-10.45

## Naturlig spildevandsrensning

*Ved René Kilian, bestyrelsesmedlem Landsforeningen Økologisk Byggeri*

Jeg vil fortælle om og vise eksempler på, hvordan du kan rense husspildevand på naturlig vis. Du kan få anlagt et moderne sivanlæg eller et pileanlæg. Du kan bygge et komposttoilet. Jeg viser konkrete eksempler på eksisterende anlæg i alle størrelse fra Tiny houses til Øko-fællesskaber. Til sidst fortæller jeg om muligheder for at genbruge det rensede spildevand og at bruge regnvand.

René Kilian er miljøingeniør og startede sit firma Kilian Water ApS i 1997. Firmaet står for praktiske og bæredygtige løsninger for spildevandsrensning i det åbne land.

Søndag kl. 11.00-11.45

## Bæredygtige badeværelser

*Ved Benjamin Rasmussen og René Kilian, bestyrelsesmedlem Landsforeningen Økologisk Byggeri*

René og Benjamin vil facilitere en interaktiv workshop, om det kan lade sig gøre at lave et bæredygtigt badeværelse. René skal i gang med at renovere sit private badeværelse, og vil lægge sine tanker og idéer

frem. Benjamin kender til de specifikke krav, der er til vandtæthed, materialer og udluftning i et vådrum. Han er dog træt af, at der ved renovation kasseres så mange gode materialer fra de eksisterende badeværelser. Han leder derfor efter ny inspiration i byggebranchen til i højere grad at kunne genbruge materialer og vælge mere bæredygtige materialer.

Sammen med deltagerne vil vi både i mindre grupper og i plenum udveksle erfaringer om de ønsker og behov der er i forhold til at etablere et bæredygtigt badeværelse. Vi vil også sammen se på mulige løsninger. Fokus vil være på energi- og vandbesparelse, materialevalg, genbrug af materialer samt lovgivning for eksisterende byggeri og nybyggeri. Sammen bliver vi forhåbentlig klogere på, om det kan lade sig gøre at lave et bæredygtigt badeværelse.

René Kilian er miljøingeniør og startede sit firma Kilian Water ApS i 1997. Firmaet står for praktiske og bæredygtige løsninger for spildevandsrensning i det åbne land. Benjamin Rasmussen kommer fra BR Totalbyg, og er vant til at lave professionelle badeværelser på den traditionelle måde. Han har dermed en del praktisk og lovgivningsmæssig viden om, hvordan man laver badeværelser.

## Program om haven - primært i lokalet Haven

### LØRDAG

Lørdag kl. 8.00-12.00

## **Lær at lave kompost, bygge kvashegn, skabe en banancirkel eller lave et skyggebed på Hesbjerg**

*Ved Sabine Dedenroth og Christine Nielsen*

Vi mødes i lokalet Haven for at arrangere samkørsel til Hesbjerg. Der bliver 4 forskellige praktiske haveworkshops, som du kan vælge imellem:

- Lær at lave kompost (maks. deltagerantal på ca. 15)
- Lær at bygge et kvashegn (maks. deltagerantal på ca. 25)
- Lær at skabe en banancirkel. I en banancirkel udnytter vi gråt spildevand og en solrig plet i haven til at skabe et mikroklima, hvor varmekrævende planter kan trives.
- Lær at lave et skyggebed. Vi opstarter et skovbed i tæt skygge. Vi gennemgår de udfordringer og muligheder, der ligger i at arbejde tæt sammen med den jord, man har tilgængelig.

Husk praktisk og varmt tøj, som kan tåle at blive snavset.

Lørdag kl. 10.00-11.45

## **Besøg Erholm Økologiske Besøgshave og Erholm Fødevaremarked (foregår på Erholm Slot - kørsel selv dertil)**

*Ved frivillige i besøgshaven*

På Erholm Slot kan du både besøge et fødevaremarked med fynske specialiteter og en lille økologisk besøgshave, som bliver passet af frivillige.

Fødevaremarkedet er åbent fra kl. 10 til 13. Den Økologiske Besøgshave ligger i slotsparken, som det koster 20 kr. at gå en tur i. Det er dog gratis, hvis du kun besøger Den Økologiske Besøgshave, som ligger lige indenfor indgangen til parken fra Karen Borchfeldtsvej. Frivillige vil arbejde i besøgshaven fra kl. 11, så du har mulighed for at kunne tale med dem om haven.

Erholm Slot ligger en 15 minutters køretur fra Ankersminde. Adressen er Karen Borchfeldtsvej 2, 5560 Aarup.

Lørdag kl. 10.00-11.45

## Opstart af Permakultur Landbrugsgruppe (foregår i lokalet Madrasrum 1)

Ved Ruth Marie Korndrup, bestyrelsesmedlem Permakultur Danmark

Vil du være med til at udbrede et landbrug, der producerer sunde fødevarer, regenererer naturressourcer og biodiversitet samt modvirker klimaforandringerne?

Permakultur Danmark har opstartet en dedikeret landbrugsgruppe med dette formål. Alle er velkomne - hvad enten man er helt ny i bevægelsen eller er en dedikeret permakulturist. Læs vores [manifest](#) - kan du se dig selv i det, så glæder vi os meget til at arbejde sammen med dig.

Vi mødes fysisk første gang her på Ankersminde.

Lørdag kl. 13.00-13.45

## Lav din egen så- og pottejord

Ved Per Kring og Lotte Børresen, bestyrelsesmedlem Landsforeningen Praktisk Økologi

Jorden er fundamentet for alt planteliv. Derfor er den gode jord central for succes med vores planter. Mange bruger stadig posejord med spagnum. Det belaster vores klima og miljø. Heldigvis kan vi selv lave en god og bæredygtig så- og pottejord. Udover at vi skåner miljø og klima, når vi laver vores egen så- og pottejord, så får vi også en bedre jord og sparer penge.

På dette værksted lærer du, hvordan du kan lave din egen såjord, pottejord og krukkejord med de midler, som du har til rådighed. Du lærer, hvordan den gode jord føles, lugter og ser ud. Du får også mulighed for at lave din egen jord. Det er lettere, end de fleste tror.

Her kan du følge Lotte og Per på [Instagram](#) og på [Facebook](#).

Lørdag kl. 14.00-14.45

## Lokale grønne havenetværk

Ved Mikael Elke Lund, direktør Landsforeningen Praktisk Økologi

Lokale grønne havenetværk kan spille en nøglerolle i at forbinde og inspirere lokalsamfund til bæredygtige løsninger. Praktisk Økologi og Permakultur Danmark har i mange år delt viden i haverne, når vi åbner havelågen, og inviterer folk indenfor i vores haver. Haven er et læringsrum, hvorfra man kan koble en praksisnær jordbundet viden med de store udfordringer, som verden står over for med et overforbrug af ressourcer, biodiversitetstab og mangel på klimahandling.

På dette samtaleværksted tager jeg fat i, hvordan vi med lokale grønne havenetværk sammen kan få flere danskere til at dyrke haverne, og opleve glæden over rene, hjemmedyrkede råvarer. Begejstringen over de



hjemmedyrkede måltider og jord under neglene fører til en forståelse for vores jord, natur og miljø. Den forståelse er den direkte vej til en bæredygtig husholdning og livsstil. Og en bæredygtig verden.

Lørdag kl. 15.30 -16.15

## Hjælp med at få klimasynderen spagnum ud af haverne

Ved Astrid Sandmark, forkvinde Landsforeningen Praktisk Økologi

De danske haveejere udleder hvert år mange kilo CO<sub>2</sub> via deres forbrug af 'posejord' med et højt indhold af spagnum. De fleste haveejere er ikke bevidste om indholdet i 'posejord', og er derfor ikke klar over den negative klimaeffekt deres krukke, potter og plantekasser har.

I Landsforeningen Praktisk Økologi vil vi have spagnum helt ud af de danske haver. Første skridt er, at haveejere får viden om, hvilken klimasynder spagnum faktisk er.

På denne workshop er du inviteret med i kampen mod brug af spagnum. Du får en grundlæggende viden om, hvad spagnum er, og hvorfor stop for spagnumforbrug er en væsentlig klimahandling. Du bliver også præsenteret for Praktisk Økologis plan for en kampagne, som du kan blive en del af. Sammen identificerer vi konkrete handlinger, som du kan gøre, så vi sammen kan stoppe brugen af spagnum.

Lørdag kl. 16.30-17.15

## Soil Food Web – jordens mikroliv

Ved Pia Nørhede, bestyrelsesmedlem Landsforeningen Praktisk Økologi

Når jordens mikroliv er i balance får vi større udbytter samtidig med at vores jord bliver mere robust over for klimaforandringer. Jeg vil i dette oplæg introducere, hvordan jordens mikroliv frigiver næringsstoffer fra jorden til planterne og beskytter planterne mod skadedyr og sygdomme. Svampe i jorden hæmmer forekomsten af ukrudt.

Et balanceret mikroliv i jorden skaber desuden struktur og binder kulstof i jorden, hvilket modvirker klimaforandringerne. Du vil gå fra oplægget med en indsigt i vigtigheden af jordens mikroliv, og hvordan du kan beskytte det og forbedre det med en balanceret kompost.

Pia bor på et lille landbrug på Midsjælland sammen med sin mand, Steen. De er begge i gang med at tage uddannelsen som Soil Food Web konsulent.

Lørdag kl. 19.30-20.30

## LAND center fejring

Ved Skye Jin, bestyrelsesmedlem Permakultur Danmark

Skye Jin fortæller om sit LAND center projekt Sønderlundens Familie Permakulturhave – et spændende familie permakultur haveprojekt i Roskilde. Vi glæder os til at fejre det nye LAND center. Alle er velkomne til projektpræsentationen og efterfølgende kaffe og kage.

## SØNDAG

Søndag kl. 10.00-11.45

## Move more for your food!

Ved Krista Klijzing, bestyrelsesmedlem Permakultur Danmark

In today's discussions & recommendations about how to transition to healthy, inclusive and sustainable food systems we seem to have forgotten that historically we had to work hard for our food; gathering plants

& animals and then processing it into something edible. Food and movement were tightly related and *essential* for our biological requirements. Today we have outsourced almost all food-related movements to other people and machines, leaving us overfed, undermoved, and detached from our food system with profound implications on the climate, biodiversity, social and economic inequality, human health, and food accessibility. This movement-oriented workshop is about understanding why food moves are essential, what they are, and how we can invite them back into our lives again. In doing so, we *can* make ourselves, our communities and our planet healthier again. The workshop will be held in English.