

## Tied – de Seel bummeln laten Von Geschichten inspiriert, entdecken wir ganz neue Geschichten



© Kristin Beyer de Vera

Samstag, 10. Juni 2023  
11.00 bis 16.30 Uhr  
in Graal-Müritz/Torfbrücke (Strand)  
(in der Nähe des Ostseecamps Rostocker Heide)  
Anmeldeschluss: 31. Mai 2023

*Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln  
Ziel ist der Hauptbahnhof Rostock. Dort umsteigen in den Zug oder Bus nach  
Graal-Müritz (fährt ca. alle 2 Stunden). Ausstieg ist Torfbrücke!*

*Hinweis: Wenn Du an der Endstation ankommen solltest,  
bist Du zwei Stationen zu weit gefahren!*

# Systemiker\*innen treffen sich einen Tag an der Ostsee Du bist herzlich eingeladen!

## Tied – de Seel bummeln laten

Unter diesem Motto wollen wir uns einen Tag in der Natur von Geschichten inspirieren lassen und so ganz neue Geschichten – unsere Geschichten – entdecken und erzählen. Wir wollen die Zeit miteinander am/im Wasser und am Strand genießen, gemeinsam spielen, erzählen und was uns sonst so einfällt – es uns gut gehen lassen. Dabei sind wir in kleineren Gruppen in der Natur unterwegs, essen gemeinsam am Strand und kommen dort auch immer wieder zusammen.

In den letzten Wochen haben wir immer mal wieder gespürt, wie gut es uns tut, mit anderen Menschen gemeinsam Zeit zu verbringen, etwas zu erleben, zu erarbeiten und auch zu erstreiten. Wir brauchen die physische Nähe – auch, wenn es sich ungewohnt anfühlt und manchmal das Gefühl hochkommt: „Mir wird das alles zu viel!“

So nimmt sich jede\*r bewusst Zeit für sich, macht sich auf den Weg zum Me(h)er, um einfach zu genießen. Einen Tag in einem Teil unserer DGSF-Region genießen, in dem unser systemischer Verband noch nicht so bekannt ist, es aber viele Menschen gibt, die systemisch weitergebildet sind, die systemisch arbeiten und zudem hoch engagiert sind. Wir laden Euch ein, einander zu begegnen, mit- und voneinander zu lernen, die wunderschöne Landschaft zu genießen und einen Tag mit allen Sinnen zu erleben.

Auftanken – einen Zugang zu den eigenen Ressourcen (wieder)finden – einen liebevollen Umgang mit sich selbst finden – genießen können – durchatmen! Das alles und alles das, was Du selbst für Dich hinzufügst, kann unter dem Motto „Tied – de Seel bummeln laten“ geschehen.

Du bist herzlich eingeladen und wir freuen uns, einen Tag mit Dir am Meer verbringen zu dürfen.

**Kristin Beyer de Vera und Klaus Kupler**  
– Sprecher\*innen der Regionalgruppe Mecklenburg-Vorpommern –

**Manuela Siegerink-Schröder**  
– Sprecherin der Region Nord –

**PS: Bitte beachtet das Anmeldeformular sowie die wichtigen organisatorischen Hinweise (u. a. Becher, Teller, Besteck bitte selbst mitbringen) am Ende!!!  
Anmeldeschluss ist am 31. Mai 2023.**

## Ablauf

- 10.30 Uhr *Ankommen am Strand*
- 11.00 Uhr **Begrüßung, gemeinsamer Start**
- 12.00 Uhr **Mittagspause am Strand – für das leibliche Wohl ist gesorgt!**
- 12.45 Uhr **Wir machen uns in Gruppen mit einer Geschichte auf den Weg ...**
- Im Anschluss:  
Obst- und Gemüsepause, Kaffee/Tee, Kuchen*
- 15.00 Uhr **Geschichtenwerkstatt am Strand**
- 16.00 Uhr **Abschluss**
- 16.30 Uhr *Ende*

### Ans Meer

Einmal am Tag in Gedanken ans Meer reisen,  
alle Termine, alle Pflichten und Sorgen vergessen  
und den Fuß vorsichtig ins kalte Nass setzen.  
Spüren, dass wir klein sind wie ein Tropfen  
Und doch einzigartig und wunderbar.

*(Jochen Mariss)*



© Kristin Beyer de Vera

# Organisatorisches

## Veranstaltungsort

Wir planen, den gesamten Tag am Strand und in der Umgebung zu verbringen. Natürlich wird es geregelt sein, wo wir auf die Toilette gehen können. Bei schlechtem Wetter wird der Regionentag in der Familienferienstätte St. Ursula in Graal-Müritz stattfinden.

## weitere Informationen zur Anreise

Bei gutem Wetter: Strand/Station Torfbrücke

Bei schlechtem Wetter: Station Graal-Müritz

Beide Orte sind sehr gut von der Bahnstation erreichbar.

## Essen und Trinken – bitte Becher, Teller, Besteck mitbringen

Wir sorgen für eine Verpflegung, die gut für den Strand geeignet ist. Jede\*r bringt für sich bitte ein Trinkgefäß mit sowie einen Teller und nach Möglichkeit Besteck (es ist auch alles als Fingerfood möglich, einige mögen das aber nicht so sehr).

## Kleidung

Sorgt bitte für eine wetterangepasste Kleidung. Gutes Wetter ist für uns auch ein bewölklertes Tag, so dass wir auch dann in der Natur (am Strand) sein werden. Wer Lust hat, ist herzlich eingeladen, die Ostsee zu erleben. Badekleidung dann bitte mitbringen.

## Sitzmöglichkeiten

Wir werden ein oder zwei Festzeltbänke dort haben. Wenn Du nicht gerne direkt im Sand sitzen möchtest, bring' bitte einen Klapphocker oder eine andere Sitzmöglichkeit mit.

## Sonstiges

Einige nutzen den Aufenthalt vielleicht, um während des gesamten Wochenendes eine kleine Auszeit in Graal-Müritz zu nehmen. Wir sind an dem Strandabschnitt, an dem es einen Campingplatz gibt (Ostseecamp Rostocker Heide). Unterkünfte sind im Juni wahrscheinlich rar, da die Urlaubszeit schon begonnen hat. Das heißt also zügig etwas zu buchen, wenn Ihr das vorhabt.

In der Woche vor unserem Regionentag bekommen alle angemeldeten Mitglieder die letzten Infos per E-Mail. Wir hoffen, dass wir dann eine Wettervorhersage vorliegen haben, auf die wir uns verlassen können.

**Anmeldeschluss ist der 31. Mai 2023.**