



ENTDECKE WEILERSWIST NEU

WIE EIN SCHRITT IHR LEBEN VERÄNDERT...

Erleben Sie **innerhalb von 24 Stunden in Weilerswist ein kleines „Abenteuer“!** Etwas, dass Sie aus dem *Alltag rausreißt* und Ihre *Batterien wieder auflädt*. Sie sind nur **einen Schritt davon entfernt**. Ich habe letztlich im Schnee an einem Wochenende mehr Energie getankt als in manchen „Urlauben“. Wenn Sie von der Arbeit kommen, das Wichtigste gerade noch erledigen können und sich wie in einem Hamsterrad fühlen, sollten Sie jetzt auf jeden Fall weiterlesen.

Das Zauberwort heißt **Mikroabenteuer**. Dabei handelt es sich um kurze Outdoor-Aktivitäten vor der eigenen Haustür. Sie ermöglichen ein *kurzzeitiges Ausbrechen aus dem Alltagstrott und lassen Sie neue Erfahrungen machen*. Gerade das macht sie so besonders. Oft besteht die Annahme, dass Abenteuer großangelegte Expeditionen sind, oder dass sich ein Forscher als einsamer Wolf durch den Dschungel schlägt. Ein Mikroabenteuer ist einfach. Es muss lediglich außerhalb Ihrer Komfortzone liegen und für Sie eine neue Erfahrung bedeuten. Hier einige Beispiele:



Mit Schneeschuhe die Natur entdecken

- Schlafen Sie unter freiem Himmel (Balkon, Garten, ...)!
- Wandern Sie eine längere Strecke die Erft entlang!
- Fotografieren Sie einen Sonnenaufgang vor der Arbeit!
- Wandern Sie durch die Wälder der Ville (Eifel-Spur)!
- Werden Sie in einem Dorfverschönerungsverein aktiv!
- Besuchen Sie alle Ortsteile in einer Wanderung!
- Ziehen Sie Ihr eigenes Gemüse oder Obst heran!
- Übernehmen Sie eine Beet-Patenschaft!
- Digital Detox – Erleben Sie die Natur ohne Smartphone!
- Laufen Sie barfuß durch die Natur!
- Werden Sie ehrenamtliche tätig!
- Suchen Sie Schätze mit GPS-Daten (Geocache)!



Neue Erfahrungen machen

Neben neuen Erfahrungen in der Natur *lernen Sie auch interessante Menschen kennen*. So lernte ich vor kurzem auf einer Wanderung den Designer der ersten beiden CD-Cover der Toten Hosen kennen – es war purer Zufall – aber sehr interessant. Auch Beet-Patinnen und -Paten berichten von schönen Erlebnissen. Was war Ihr letztes schönes Erlebnis in der der Natur an das Sie sicher gerne zurück erinnern? Teilen Sie Ihr Mikroabenteuer und bereichern Sie den Alltag anderer Menschen. Egal, wie unbedeutend es Ihnen erscheinen mag. Wenn Sie sich gerne daran zurückerinnern, hat es eine Bedeutung. Ich bin gespannt und wünsche Ihnen viele schöne Erlebnisse in Natur- und Garten.