



# Corporate Volunteering

Ihr Team-Anlass für Natur & Landschaft

## Gärtnern als Impuls für nachhaltiges Leben - Frutigen

### Firma - Datum

#### Warum sind Corporate Volunteering Einsätze wertvoll?

Gemeinsam mit Ihrem Team leisten Sie einen direkten Beitrag zum Schutz unserer Natur, indem Sie aktiv in der Landschaftspflege mitwirken. Sie erweitern nicht nur Ihr Wissen, sondern gewinnen auch wertvolle Inspiration, wie Sie das Gelernte in Ihren Alltag integrieren können, um ihn nachhaltiger und umweltbewusster zu gestalten. Ihr Beitrag zählt – für heute und für die Zukunft!

#### Gartenarbeit und nachhaltiges Leben: was können wir durchs Gärtnern lernen?

Einen Garten anzulegen und zu pflegen, bietet viele Vorteile: einheimische Natur fördern, gesunde Nahrungsmittel produzieren sowie körperliche Aktivität. Die Gartenarbeit und der direkte Kontakt zur Erde helfen, um Stress abzubauen, Achtsamkeit zu fördern und Inspiration zu wecken. Bei unserem Einsatz erfahren Sie und Ihr Team, wie der Kreislauf der Gartenarbeit auf Körper, Geist und schliesslich auch auf unsere Gesellschaft übertragen werden kann. Die Tätigkeiten Säen, Pflegen und Ernten sind wiederkehrende Elemente in unseren verschiedenen Lebensbereichen. Dieser Tag bietet Raum für gemeinsame Reflexion und inspiriert zu einem ökologisch sowie sozial nachhaltigeren Leben. [Weitere Informationen und Projekte zum Thema naturnahen Gärtnern finden Sie hier.](#) ✨

#### Mögliche Arbeiten: Wie tragen wir zum naturnahen Gärtnern bei?

Der Jahreszeit entsprechend säen wir Samen, bereiten den Boden vor und legen Gartenbeete an. Wir ernten, verarbeiten unsere Ernte weiter und erhalten und bereichern den Boden für die nächste Anpflanzung. Während dieser Arbeit lernen wir verschiedene Permakulturkonzepte kennen. Ausserdem lernen wir, wie wir diese Aspekte auf unsere eigene Gesundheit und andere Bereiche unseres Lebens übertragen können. [Hier](#) finden Sie einige Tipps, wie Sie auch zuhause einen naturnahen Garten oder Balkon schaffen können. [Hier](#) können Sie nachschauen, wie Sie Ihre Ernte länger haltbar machen.

**Treffpunkt:** Frutigen Bahnhof

## Programm

07:55 Uhr	Begrüssung am Bahnhof und Spaziergang entlang des Baches zum Einsatzort
08:30 Uhr	Kaffee / Tee am Einsatzort und Informationen zum Einsatz
09:00 Uhr	1. Arbeitseinsatz
12:15 Uhr	gemeinsames Mittagessen
13:00 Uhr	Input zu nachhaltigen Gärtnern-Ansätzen und wie man diese umsetzen kann
13:30 Uhr	2. Arbeitseinsatz
16:00 Uhr	Feiner Zvieri aus regionalen Produkten
16:30 Uhr	Verabschiedung der Teilnehmer und Spaziergang zum Bahnhof Frutigen (30 min)

**Die Verpflegung ist vegetarisch. Allergien bitte 14 Tage vorher bei Ihrer Kontaktperson melden.**

## Wir freuen uns auf Ihren Einsatz!

Mehr Informationen zum Einsatzort finden Sie unter [littlenepalevents@gmail.com](mailto:littlenepalevents@gmail.com)



### Unser Ziel

Gemeinsam schützen wir die Umwelt und gestalten eine lebenswerte Zukunft für nachkommende Generationen.