

Bezirksamt
Neukölln

BERLIN



Festival der Entschleunigung – Programm

Gutshof Britz, Museum Neukölln, Alt-Britz 81, 12359 Berlin

Begleitend zur Ausstellung "A 100 – Operation Beton" veranstaltet das Museum Neukölln mit dem Festival der Entschleunigung am Wochenende Sa. 26. / So. 27. August ein Freiluft-Festival auf dem gesamten Gelände des Gutshofes.

Samstag, 26.08.2023 und Sonntag, 27.08.2023

BEWUSSTE BEWEGUNG

12:30 – 13:30 ohne Kinder | 14:30 – 15:30 mit Kindern | 16:30 – 17:30 ohne Kinder

Obstgarten – rechts neben dem Gutshofeingang

BEWEGUNGSWORKSHOP – PAULA KRAMER

Gehen, stehen, sitzen, liegen, drehen – wir befassen uns mit ganz einfachen Bewegungen, atmen, balancieren, schauen in den Himmel, tanzen – vielleicht. Eine Stunde, um in die Zeitlichkeit des Körpers einzutauchen, unsere Wahrnehmung zu schulen und den Bewegungen zu folgen, zu denen uns Ort und Körper einladen. Teilweise mit Kindern und teilweise ohne – bitte beachten! Von und mit Tänzerin Paula Kramer.

12:30 – 13:30 | 14:30 – 15:30 | 16:30 – 17:30

Gutshof

BEWEG DICH MIT BAMBUS – ... MACH MIT MITTENDRIN – THEATER SALPURI

Hast du schon einmal versucht, mit einer 5m-langen Bambusstange zu tanzen? Theater Salpuri bietet dir Gelegenheit zum TANZ MIT DEM BAMBUS: einem intensiven Erleben von Selbstwahrnehmung, Achtsamkeit und Entschleunigung. Nach einer Einführung in die Regeln des Spiels wirst du zur Spielerin / zum Spieler auf unserem Spielfeld von 10 mal 10 Metern: dem ORT der ENTSCHEUNIGUNG. Jetzt kannst du spielerisch eine Sensibilität für VERBUNDEN-SEIN entfalten: Verbunden mit deinem Körper, deinen Bewegungen mit Bambus, mit dem Raum und mit den Mit-Spielenden. Durch radikal langsames BEWEGEN DES BAMBUS erspürst du die eigenen Bewegungen und Haltungen mit dem Bambus. Beginne ganz nah bei dir und dem BAMBUS, öffne allmählich deine Achtsamkeit mehr in den

Bezirksamt
Neukölln

BERLIN



Raum, dann zu den Mitspieler:innen, immer in Verbindung mit dem BAMBUS. Ein Spiel, das dich neben der Erfahrung von Verbunden-Sein zu Gelassenheit, Leichtigkeit und Weite führt: Ein Spiel, das entschleunigt.

14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 (Nur Samstag, 26.08.2023)

Lindengarten – links neben dem Eingang zum Gutshof

TAI CHI CHUAN – SCHNUPPERKURS MIT JUN WANG

Tai Chi Chuan entstammt der alten chinesischen Philosophie. Es ist eine vom Geist geführte Entspannungsübung mit ruhiger Atmung, die es dem Körper und dem Geist erlaubt, sich zu entspannen und zur Ruhe zu kommen, sodass das innere Qi – die Lebensenergie – wieder durch die Meridiane im Körper fließen kann, wodurch das Gehirn und die inneren Organe gestärkt werden und Stress abgebaut wird.

Kursleiterin Jun Wang führt Sie in die acht Methoden und fünf Schritte des Tai Chi Chuan ein und zeigt Ihnen die dreizehn Stellungen, welche kurz und leicht zu erlernen sind. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

14:00 | 15:00 | 16:00 | 17:00 (Nur Sonntag, 27.08.2023)

Lindengarten – links neben dem Eingang zum Gutshof

QI GONG – SCHNUPPERKURS MIT DRAGANA JOKIC

An diesem Sonntag gibt es die Möglichkeit, in der Natur die Verbindung von Himmel und Erde, Yang und Yin am eigenen Leib zu erfahren, über leichte Bewegung und natürliche Atmung Himmels- und Erdenergie wahrzunehmen und sich wieder als Teil der Natur zu begreifen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Ziel ist es, Sie mit den Techniken des Qi Gong bekannt zu machen.

KREATIV SEIN

Samstag, 26.08.2023 und Sonntag, 27.8.2023

12:00 – 18:00

Gutshof vor dem Museum

KERAMISCHE HANDARBEIT MIT CERAMIC KINGDOM

Bezirksamt
Neukölln

BERLIN



Die Kunstschule Ceramic Kingdom integriert die uralte Praxis des Töpferns in die heutige Gesellschaft. Madeline und Ulrike werden sowohl mit Kindern, als auch Erwachsenen kleine Keramikgefäße formen. Wecken Sie Ihren Tastsinn mit Ton! Alle sind herzlich eingeladen, am Tisch für keramische Handarbeit mitzumachen, wo wir einfache Wickel- und Quetschtechniken demonstrieren. Lernen Sie, eine Tasse zu formen oder spielen Sie einfach herum und hören Sie, wohin der Ton Sie führt. Vielleicht gewinnen Sie sogar unbekanntes Wissen aus Ihren Händen. Der Workshop eignet sich auch für Kinder. Nur prozessorientierte Erfahrung, keine fertigen Produkte.

Samstag, 26.08.2023 und Sonntag, 27.8.2023

12:00 – 18:00

Gutshof vor dem Museum

BUNTE HAARSTRÄHNEN KNÜPFEN MIT JILL

Am Stand von Jill kann man selbst zum Kunstwerk werden und sich bunte Bänder in die Haare flechten lassen, die bis zu einem Jahr halten und mitgewaschen werden dürfen. Viele bunte Farben und Perlen laden zur Kreativität und Fantasie ein.

ZU SCHADE, UM ES WEGZUWERFEN – BASTELSTAND TINA UND THOMAS

Tina und Thomas haben tolle Bastelideen für Groß und Klein und werden insbesondere die Kreativität der Kinder anregen. Aus Wegwerf- und Naturmaterialien entsteht etwas Neues: fantasievolle Klorollen-Schmetterlinge, süße Bilderrahmen aus Eisstielen, lustige Eierkartonmonster, niedliche Figuren aus Korken, bunte Falter aus Wäscheklammern, kleine Musik-Kunstwerke aus Kronkorken und vieles mehr. Zudem falten wir Origami-Tiere, Tütchen oder Schachteln.

SICHERES RADVERGNÜGEN

Samstag, 26.08.2023

12:00 – 18:00

An der Freilichtbühne

FAHRRADCHECK UND REPARATUR – TASCHENGELDFIRMA

Bezirksamt
Neukölln

BERLIN



Aus alt mach neu, heißt es bei den Recyclingspezialisten des Taschengeldfirma e. V. aus der Neuköllner Flughafenstraße. Sie bauen nicht nur Fahrräder neu zusammen, sondern stellen auch ganz individuelle Lastenräder oder E-Bikes her. Auf dem Festival der Entschleunigung bieten sie einen kostenlosen Fahrradcheck und Reparaturservice an.

Lassen Sie sich diese einmalige Gelegenheit für Ihren Drahtesel nicht entgehen!

FAHRRADPARCOURS FÜR KIDS

Ein freundliches und erfahrenes Team der Verkehrssicherheitsberatung der Berliner Polizei unterstützt unser Festival mit einem Fahrradparcours für Grundschulkids. Hier sind Geschicklichkeit, sicheres Radfahren sowie einzelne Elemente des Radfahrens für eine sichere Teilnahme am Straßenverkehr, wie z. B. ein deutliches Handzeichen geben können und einen Schulterblick machen, gefragt.

Samstag, 26.08.2023

Abendlicher Höhepunkt

Freilichtbühne

21:00 – 22:30

FAHRRADKINO: "MENSCHEN AM SONNTAG" – MUSIKALISCH BEGLEITET DURCH "DER DRITTE STAND"

Mit Sonnenuntergang startet unser Fahrradkino auf der Freilichtbühne. Gezeigt wird der Stummfilmklassiker „Menschen am Sonntag“ (Robert Siodmak 1930); musikalisch live begleitet durch das Trio „Der dritte Stand“ (Matthias Müller – Posaune, Matthias Bauer – Kontrabass und Rudi Fischerlehner – Schlagzeug). Das Besondere: Der Film wird durch 8 Radfahrende am Laufen gehalten. Beim Fahrradkino geht es darum, erlebbar zu machen, was es bedeutet, wenn die Energie nicht aus der Steckdose kommt, sondern mit eigener Muskelkraft erzeugt werden muss. Für das Fahrradkino suchen wir Menschen, die mit Ausdauer, Lust und Laune in die Pedale treten.

Bitte melden Sie sich bei uns unter dem Stichwort: „Pedalritter:in“ an:

baerbel.ruben@museum-neukoelln.de

Bezirksamt
Neukölln

BERLIN



MENSCH UND NATUR

Sonntag, 27.08.

13:00 – 18:00

Auf dem Gutshof, Tierhof, Wiesen und Pferdekoppel

PANTOMIME BASTIAN MIT DEM GRÜNEN DAUMEN

Pantomime Bastian hat den Grünen Daumen – und er gibt ihn sogar weiter! Lassen Sie sich zum gemeinsamen Gärtnern einladen, denn zu gern lässt er Sie an seinem Wissen teilhaben. In seinem liebevoll dekorierten Gärtnerwagen findet sich alles, was ein guter Gärtner braucht: allerlei Pflanzensamen, Pflanztöpfchen, Blumenerde, Pflanzkelle, kleine Schaufeln und – nicht zu vergessen – eine ganz spezielle Blumenbräuse, damit die Mini-Pflänzchen nicht gleich einen Schreck bekommen, wenn das Wasser auf sie herunter regnet. Suchen Sie sich einfach Ihr Lieblings-Pflänzchen aus und befüllen Sie das kleine Pflanztöpfchen.

LEBEN IM AUGENBLICK: NUTZTIERE; PERSPEKTIVWECHSEL UND HAIKU

Die Kulturstiftung Schloss Britz betreibt in Zusammenarbeit mit der Union Sozialer Einrichtungen gGmbH eine robuste Tierhaltung mit historischen Nutztierassen, um den ländlichen Charakter des Gutes zu erhalten. Gäste unseres Festivals können im Rahmen von pädagogischen Führungen Hintergründe und Fachwissen über die Tierhaltung erfahren. Beim gemütlichen Flanieren über das Gelände erzählt „Pferdeflüsterer“ Nico Astor Spannendes über unsere Pferde, Rinder, Schafe, Ziegen, Enten und Tauben. Umweltpädagogin Annika Groß lädt Groß und Klein auf die „Entschleunigungswiese“ ein, um mit allen Sinnen (riechen, fühlen, lauschen, schmecken) die Natur auf dem Gutshof zu erleben. Hier können Sie Ihre poetische Ader entdecken: Versuchen Sie sich an einem HAIKU, einem japanischen Silbengedicht.

Das Festival wird durch DRAUSSENSTADT der Senatsverwaltung für Kultur und Gesellschaftlichen Zusammenhalt gefördert.