

HEARTH SUMMIT BERLIN

betterplace

LAB

Der Summit Guide



Der Guide enthält



Das Programm



Die Packliste



Den Lageplan des Ortes

Das Programm

Pre-Dinner

Mittwoch, 26. Februar 18-21 Uhr

mit 80 Teilnehmenden

Solltest du auf der Teilnehmendenliste stehen,
hast du bereits eine Bestätigung und
entsprechende Infos bekommen.

Zusammenkommen und Zuhören

„...und wie weiter?! –
Persönliche Geschichten der Transformation
zu Gesellschaft, Engagement
und Aktivismus”

Wandel verläuft selten linear.
Wie gehen wir mit Momenten um, in denen Transformation nicht wie erwartet funktioniert?
Wie erleben wir Fragmentierung – sowohl persönlich als auch im Aktivismus?

mit *Joana Breidenbach,*
Emilia Roig und *Raphael Thelen*



**HEARTH
SUMMIT
BERLIN**

Tag 1

Donnerstag, 27. Februar
Verbinden und Loslassen

**HEARTH
SUMMIT
BERLIN**

ab 8.00 Uhr: Registrierung im Foyer

Start des Programms um 9.30 Uhr im Auditorium

9.30 – 10.15	Willkommen und Orientierung
10.15 – 10.45	Regulation und Ko-Regulation unserer Nervensysteme
10.45 – 11.00	Poetry Performance: Herkunft, Stimme und Begegnung
11.00 – 11.15	Stimmen der Fragmentierung
11.15 – 11.30	<i>Pause</i>
11.30 – 11.45	Fragmentierung in der Gesellschaft
11.45 – 12.45	Ich mit mir - und Fragmentierung
12.45 – 12.55	Vorstellung der Tracks
12.55 – 14.10	<i>Mittagessen</i>

14.10 – 14.40	Sound & Silence
14.40 – 16.10	Begegnung in Fragmentierung
16.10 – 16.25	<i>Pause</i>
16.25 – 17.25	Ways of Being
17.25 – 17.55	Einführung in die Tracks
17.55 – 18.05	Regulation
18.05 – 18.15	Closing & Check-Out
18.15 – 19.45	<i>Abendessen</i>
19.45 – 20.45	Chormusik neu erleben

Das Programm im Detail

Tag 1, 27.2. Der Vormittag

Willkommen & Orientierung

Bettina Rollow und Lukas Harlan

- Kontext des Wellbeing Projects und des Hearth Summits
- Vorstellung des betterplace lab als gastgebende Organisation, Vorstellung der Facilitator*innen und des Teams
- Einführung in das Thema: Warum, Was und Wie?

Regulation und Ko-Regulation unserer Nervensysteme

Sucha Gesine Wolters

Sucha Gesine Wolters unterstützt die Gruppe dabei, im Raum anzukommen und das Nervensystem bewusst wahrzunehmen und damit umzugehen. Dabei werden die Gruppengröße, die Diversität innerhalb der Gruppe, soziale Ängste sowie das Thema der (sozialen) Fragmentierung und Polarisierung einbezogen.

Poetry Performance:

Herkunft, Stimme und Begegnung

Naima Nazir

Naima Nazir begibt sich mit uns auf eine poetische Reise. Dabei schafft sie Räume, in denen Kreativität und Selbstaussdruck zusammenkommen, um Verbindung und Reflexion zu ermöglichen. Herkunft, Kultur und Erziehung werden untrennbar mit dem eigenen künstlerischen Ausdruck und der Identität verwoben und erlebbar.

Fragmentierung in der Gesellschaft

Joana Breidenbach

Joana teilt ihre persönliche Geschichte und ihre Sichtweise auf gesellschaftliche Fragmentierung. Sie reflektiert, wie wir Fragmentierung betrachten:

Wie interagieren Sicherheit, Zugehörigkeit, Fragmentierung, Verbindung und Nicht-Verbindung miteinander?

Durch ihre persönliche Geschichte hilft sie der Gruppe, eine kognitive Orientierung für das Thema zu entwickeln.

Ich mit mir - und Fragmentierung

Anjet Sekkat & Jana Schmitz

Beide teilen die tiefe Berufung, traumasensibel zu arbeiten und bewusste Räume zu schaffen. Nach den vorherigen Inputs und Sessions soll hier ein Raum entstehen, um sich zu erden und anzukommen – für den gesunden Kontakt mit sich selbst und die Erforschung der eigenen Wahrnehmung von Fragmentierung.

Mittagessen: 12.55 Uhr (1h 15 min) →

Das Programm im Detail

Tag 1, 27.2. **Der Nachmittag**

Sound & Silence Nick Meehan

Nick Meehan entwickelt eine künstlerisch- immersive Hörerfahrung (Listening Session) und verbindet dabei die Rolle des Klangs mit der Synthese des Friedens und der Förderung des Verständnisses für die Verbindung mit uns selbst, miteinander und unserer Umwelt.

Begegnung in Fragmentierung

Anjet Sekkat & Jana Schmitz

Ways of Being

Joana Breidenbach & Bettina Rollow

Joana Breidenbach und Bettina Rollow nehmen uns mit auf eine zweistufige Reflexionsreise:

- Wie treten wir in Beziehung zu anderen?
- Wie praktizieren wir „Othering“ (die Abgrenzung von anderen)?

Welche inneren Mechanismen treiben dies an? Durch die Auseinandersetzung mit unseren Bewältigungsstrategien identifizieren wir unsere eigenen Glaubenssysteme und Beziehungsweisen.

Einführung in die Tracks

Regulation mit Sucha Gesine Wolters

Closing

Abendessen: 18:15 Uhr (1h 30 min)

Chormusik neu erleben Cantus Domus

Cantus Domus bietet eine chorische Reise anhand der Komposition *In C* von Terry Riley in Verbindung mit Wortwolken rund um Heldensagen der Kulturgeschichte. So entsteht ein interaktiver Reflexionsraum für aktuelle politische Prozesse und Fragmentierung in der Gesellschaft.

Tag 2

Freitag, 28. Februar

Erleben und Gestalten

**HEARTH
SUMMIT
BERLIN**

ab 8.00 Uhr: Ankommen

9.00 – 10.00 **Orientierung und Anschluss**

10.00 – 13.00 **Erfahrungsräume und Feldprozesse**

Auswahl zwischen 4 Tracks:

Emotionale Dynamiken in der Kommunikation
mit *Claudine Nierth* und *Roman Huber*

Auditorium

Marginalisierung und Fragmentierung
mit *Clementine Ewokolo Burnley* und *Flor Fischer*

Wintergarten

Grieving Circle
mit *Luka Faradsch*

bUm Box

Körper, Raum & Gesellschaft
mit *Christa Cocciole* und *Maegan Gorbett*

Somatische Akademie*

13.00 – 14.30

Mittagessen

14.30 – 14.50

Coming back together

14.50 – 15.50

Erfahrung und Begegnung

15.50 – 16.05

Pause

16.05 – 17.05

Fragmentierung im Hier & Jetzt

17.05 – 17.35

Abschluss

**Die Somatische Akademie ist leider nicht barrierefrei.*

Das Programm im Detail

Tag 2, 28.2. **Der Vormittag**

Orientierung für den zweiten Tag

Bettina Rollow & Lukas Harlan

Auswahl zwischen Workshops

Emotionale Dynamiken in der Kommunikation

Claudine Nierth & Roman Huber

Durch soziometrische Übungen reflektieren wir, wo wir in Bezug auf polarisierende Themen stehen (z. B. Corona, Geschlechteridentitäten). Anschließend vertiefen wir in Kleingruppen von vier Personen das Gespräch durch mehrere Gesprächsrunden.

Marginalisierung & Fragmentierung

Clementine Ewokolo Burnley & Flor Fischer

Durch erzählerische und experimentelle Prozesse erkunden wir, wo wir Fragmentierung und Marginalisierung erleben und wie diese in uns wirken.

Körper, Raum und Gesellschaft

Christa Cocciole und Maegan Gorbett

In diesem Workshop erforschen wir die Überschneidung von Somatik und Musik, indem wir eine dynamische Klanglandschaft erschaffen, während wir uns mit Beziehungsübungen beschäftigen. Wir untersuchen, wie sich Fragmentierung im Körper manifestiert, wie er sich bewegt und wie wir mit der Komplexität arbeiten können, statt gegen sie. Durch angeleitete Übungen und theoretischen Input kultivieren wir ein tieferes Bewusstsein für die Beziehung des Körpers zu Klang und Bewegung.

Grieving Circle

Luka Faradsch

Mittagessen: 13 Uhr (1h 30 min) →

Das Programm im Detail

Tag 2, 28.2. **Der Nachmittag**

Erfahrung und Begegnung

Bettina Rollow

Alle Gruppen werden zusammengebracht, um ihre Erfahrungen auszutauschen und auszudrücken - nicht nur durch Sprache, sondern auch durch Bewegung, Kunst und verkörperte Praktiken.

Fragmentierung im Hier und Jetzt

Bettina Rollow

Was passiert, wenn wir feste Strukturen loslassen und etwas entstehen lassen? In dieser Sitzung sammeln wir Stimmen, hören tief zu und bleiben so viel wie möglich im Gefühl. Anstatt ein Ergebnis zu formen, erschaffen wir im Moment mit und lassen zu, dass das, was auftaucht, Form annimmt.

Abschluss

Bettina Rollow und Lukas Harlan

Zum Abschluss des Hearth Summit Berlin nehmen wir uns Zeit, um nachzudenken, uns auszutauschen und Dankbarkeit auszudrücken.



Integrationsbrunch

Samstag, 1. März 10-13 Uhr

**HEARTH
SUMMIT
BERLIN**

mit 80 Teilnehmenden

Solltest du auf der Teilnehmendenliste stehen,
hast du bereits eine Bestätigung
und entsprechende Infos bekommen.

Reflektieren und Integrieren



Deine Packliste

– damit es dir gut geht.



Tee, Kaffee und Wasser sind im Ticketpreis enthalten*.
Bringe bitte deine eigene Wasserflasche mit,
um dein Wasser immer wieder auffüllen zu können.



Nimm doch gern dein Notizbuch mit, damit du nach
den Sessions die Möglichkeit hast zu reflektieren.



In den Sessions wird auch der Körper mit eingebunden und der
Prozess geht auch emotional tief. Schau, dass du dich bequem
kleidest und dir alles mitbringst, was dir gut tut.

*vor Ort gibt es auch andere Kaffeespezialitäten oder Softgetränke für Selbstzahler*innen.

Der Ort

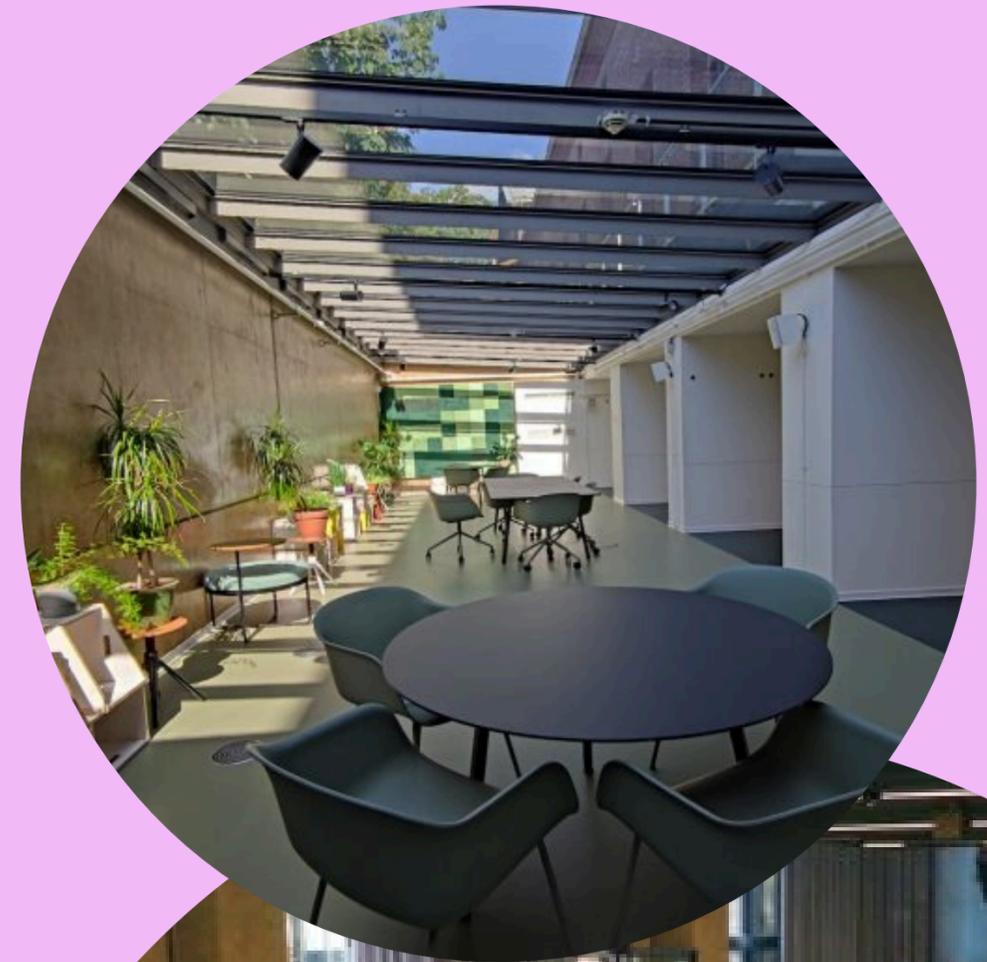
bUm - Raum für solidarisches Miteinander
Paul-Lincke-Ufer 21
10999 Berlin

**Auf den folgenden Folien findest du einen
Lageplan des bUms.**

Farblegende

-  Workshopräume
-  Aufenthaltsräume
-  Rückzugsräume + Infopunkt
-  Toiletten
-  Treppenhaus und Fahrstuhl*

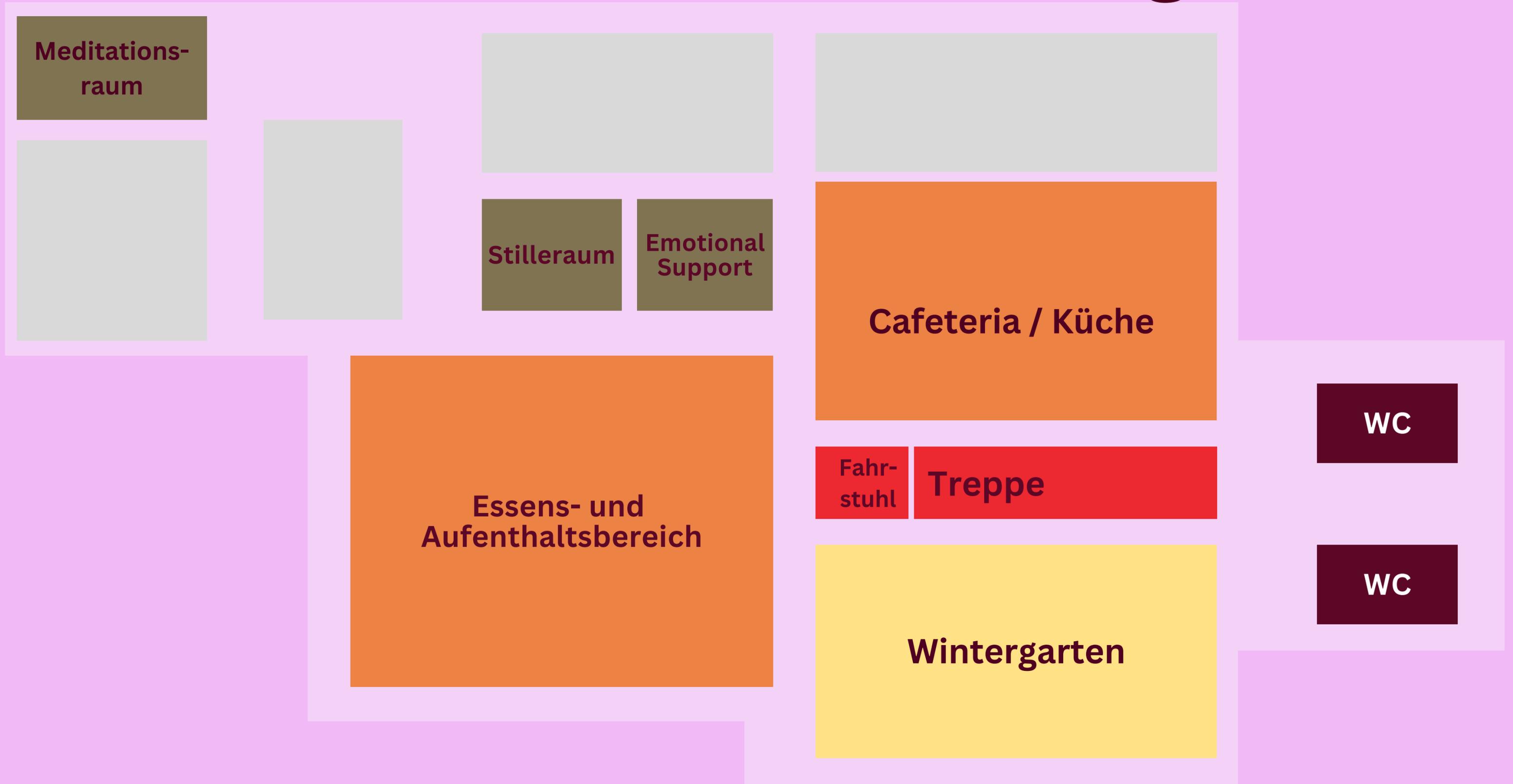
*das bUm ist barrierefrei.



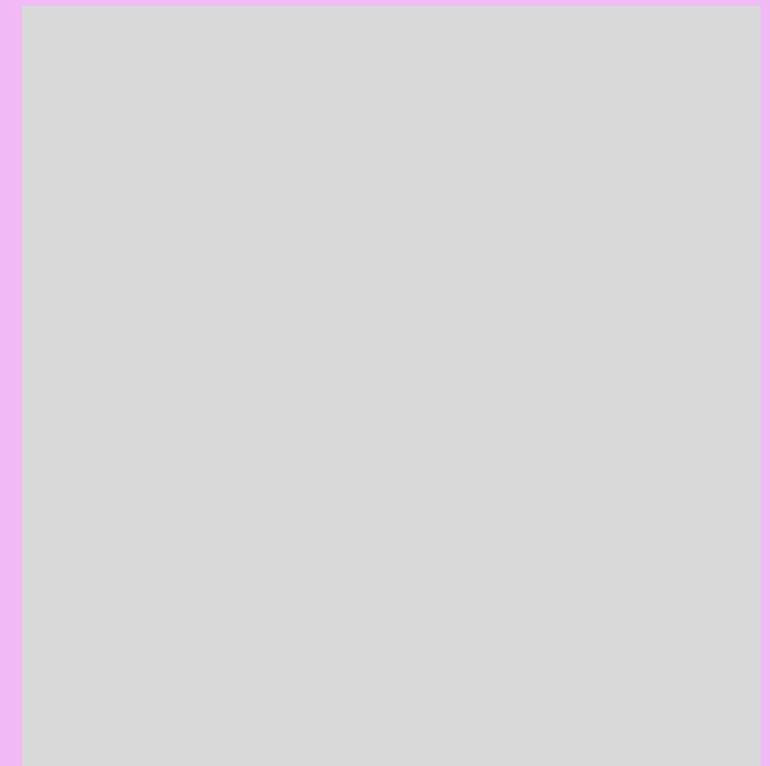
Erdgeschoss



Untergeschoss



Erster Stock



HEARTH SUMMIT BERLIN

