

Harmoni og indre balance på Amager gennem 'Peruansk yoga' og kunst fra Amazonas regnskov

AF MARIA TAUBER WIESE, GRUNDLÆGGER AF PROJEKT "VERDEN VI LEVER I"

I et hjørne af Amager, hvor byen møder naturen, har en unik begivenhed fundet sted. Maria Tauber Wiese, som også er bosiddende i Peru og grundlæggeren af det inspirerende healing-projekt "Verden vi lever i," har igen bragt en dyb forbindelse mellem Peru og Danmark til Amager i form af en workshop i Kvarterhuset 26. oktober. Dette spændende arrangement fokuserede på healing af krop og sjæl gennem en kropslig forståelse af vores naturlighed.

Både Peru og Danmark har værdifulde lektioner at dele om kulturarv, forbindelse til naturen og engagement i sundhed, også gennem ritualer fra vores forfædre. Maria Tauber Wiese har rejst, boet og arbejdet de sidste 8 år i Peru og er blevet en brobygger, eller såkaldt "chaski" der kommunikerer mellem disse to verdener.

Deltagerne blev inviteret til at opleve Peru på Amager gennem en indre rejse, hvor sanserne kom i spil. Arrangementet blev muliggjort med støtte fra Amager Øst Lokaludvalg, og alle var velkomne samtidig med at der var fokus på stressramte personer, flygtninge, sygemeldte samt andre samfundsgrupper med ekstra behov.

WORKSHOPPEN BØD PÅ EN RÆKKE SPÆNDENDE AKTIVITETER

Yoga: Hvor deltagerne blev guidet til at genoprette deres indre harmoni med blide yogastillinger og ansigtsyoga, der reducerer stress og spændinger.

Naturmedicin og Urter: En mulighed for at blive inspireret af naturlige helbredende midler fra både Danmark og Peru, og hvordan de påvirker vores velbefindende.

Kunst-ørraskelse: Deltagerne blev udfordret til at udforske og udtrykke deres indre kreativitet.

Sov med din Intuition: Teknikker blev delt for at opnå dybere søvn og øge indre ro. I fællesskab blev der skabt en atmosfære af gensidig forståelse og indre balance, hvor alle kunne trække på hinandens styrker og skabe harmoni i naturen. Det var en begivenhed, der gik ud



■ Maria Tauber Wiese har rejst, boet og arbejdet de sidste 8 år i Peru

over kulturelle og geografiske grænser.

KUNSTPROJEKT "VERDEN VI LEVER I"

Deltagerne og arrangørerne ønsker at takke Amager Øst Lokaludvalg for deres støtte til at gøre denne workshop mulig. Sammen har de skabt et rum for forandring og healing, og de håber, at inspirere flere i Amager til at tage del i rejsen mod indre harmoni og bæredygtighed.

Denne workshop har vist, at når mennesker fra forskellige verdener og baggrunde kommer sammen, kan de skabe noget virkelig bemær-

kelsesværdigt. Det er en påmindelse om, at harmoni og balance er inden for rækkevidde for os alle, uanset hvor vi kommer fra. Eventen er en del af kunstprojektet "Verden vi lever i" med projektet "FERTILE LAND", som afholdt forskellige aktiviteter i Danmark i sammenspil med kunstnere og healere i Danmark og Amazonas Regnskov.

Du kan rejse med til kommende arrangementer i Danmark og Peru og læse mere om "Verden vi lever i" på: www.theworldwlivein.net og på de sociale medier: Maria Tauber Wiese.

Arrangementskalender Kvarterhuset for december-januar



Arrangement	Tid/dag	Billet	Information
Barselsformiddage: Rytmik for babyer	Torsdag 7. december kl. 10	Billetpris 60 kr. Køb på billetto.dk	Rytmik for babyer på 3-9 måneder
Historieklubben: Danmark og efterretningstjenesterne	Torsdag 7. december kl. 19	Billetpris 50 kr. Køb på billetto.dk	Oplev Hans David Nielsen i Historieklubben
Jazzkoncert: Claus Waidtløv Kvartet	Torsdag 28. december kl. 19.30	Billetpris fra 80 kr. Køb på billetto.dk	Foreningen Amagerbro Jazz byder på jazzkoncert med spændende navne og masser af stemning
Historieklubben: når du strammer garnet...	Torsdag 11. januar kl. 19	Billetpris 50 kr. Køb på billetto.dk	Oplev Camilla Stockman i Historieklubben

Faste aktiviteter i Kvarterhuset

Kvarterhusets har en række faste, åbne tilbud, som du kan benytte dig af:

Aktivitet	Dag/tidspunkt	Mere information
It-café	Tirsdag og torsdag kl. 14-16	Kig forbi med små og store it-udfordringer
Lektie-hjælp	Mandag, tirsdag og onsdag kl. 17-18.30	De dygtige frivillige hjælper dig med lektierne
Plastikpose-frit Amager syr stofnet af genbrugsstof	Tirsdag kl. 15-17.30	https://www.facebook.com/plastikposefritamager
Strikkeklubben strikker og hækler i fællesskab	Onsdag kl. 14-17	Meld dig ind i gruppen: https://www.facebook.com/groups/462122624544881
"Paraplyen", kreativt fællesskab for unge	Onsdag i ulige uger kl. 17.30-20	Meld dig ind i gruppen: https://www.facebook.com/groups/213090450243237
Advokathjælp	Onsdag kl. 16.30-17.30	For at tale med advokaten, skal du møde op på 2. sal i Kvarterhuset og trække et nummer fra kl. 16.
Barselsformiddagen	Torsdag kl. 9-12	Åben legestue: https://kulturs.kk.dk/det-sker
Hækle- og stikkegruppen	Torsdag i lige uger kl. 10-14	Gruppen mødes i "Maker Space" og du er velkommen til at være med
Det kreative fællesskab. Kreative sysler for alle	Torsdag kl. 18.30-21	Meld dig ind i gruppen: https://www.facebook.com/groups/359703774237638
Ung med job	Mandag kl. 14-16.30	Job-café, hvor alle mellem 13-17 år kan få hjælp til at søge et fritidsjob og lave et CV

Du finder mere information her: Kvarterhuset Amagerbro | Kultur og Fritid S (kk.dk) Vi huser desuden en række læseklubber med forskellige temaer og en klassisk lytteklub. Du kan finde nærmere information på Sundby Biblioteks hjemmeside: <https://bibliotek.kk.dk/bibliotek/sundby>

Spørgsmål er velkomne på mail: aa0k@kk.dk og j66l@kk.dk