

# \* \* Invitation til \* \* LØS Internationalt Forårsseminar

Avalonhuset ved Odense

13.–15. marts 2026

Dette års forårsseminar i LØS bliver en international samling, skabt i samarbejde med "Regenera Bridgehouse." Formålet med forårsseminaret er at invitere deltagerne til at træde ind i deres kreative potentiale. Ved hjælp af forskellige teknikker vil deltagerne lære at forbinde sig med og navigere i deres indre landskab. Fra dette sted kan vi tage radikalt ansvar og sammen skabe en ny retning for LØS.

## Hvordan kan den danske økosamfundsbevægelse vise vejen i overgangen til en regenerativ og bæredygtig kultur?

Det første skridt er at skabe en regenerativ kultur internt i LØS. I 2025 var LØS ikke i stand til at vælge en bestyrelse. Derfor ønsker vi sammen med vores medlemmer at skabe en ny og klar retning for organisationen. Vi ser desuden et behov for en intern kulturforandring baseret på større klarhed og ansvarlighed. Under mottoet "Healing og Handling" arbejder den nuværende ledelse således på at skabe en mere visionær og regenerativ kultur med afsæt i Radikal Ansvarlighed .

Internt i koordineringscirklen/bestyrelsen er der allerede sket markante forandringer. Til forårsseminaret vil vi folde disse erfaringer ud og give dig mulighed for at lære nogle af de værktøjer, der har gjort dette muligt.

### **Om Regenera Bridgehouse:**

- *Regenera Bridgehouse finder sted i Avalonhuset fra den 8. marts til den 29. maj 2026. Regenera Bridgehouse er et "levende laboratorium for regenerativ kultur", hvor en gruppe på 8–12 mennesker i tre måneder vil undersøge og udforske, hvordan man kan leve sammen i et regenerativt, samskabende fællesskab.*
- *Læs mere om Regenera:*  
<https://tinyurl.com/regeneracodex>
- *Læs mere om bridgehouse:*  
<https://bridgehouse.mystrikingly.com>



# Program i overskrifter

## \* Fredag - Åbningscirkel med fokus på at sætte en fælles ramme \*

Vi vil skabe et ceremonielt rum gennem en kort meditation og en delingscirkel om det, der er vigtigt og levende for os hver især – hvorfor er vi her og hvad vil vi gerne skabe?

## \* Lørdag - ARC – Autentisk Relation og Creation \*

Workshop i at frigøre din skaberkraft, finde indre klarhed og navigere i dine autentiske følelser. Dette er nøglen til en regenerativ kultur præget af autentisk forbindelse og radikalt ansvar. Faciliteret af Aon Solarra og Regeneras spaceholder-team.

## \* Lørdag aften - High-on-life-fejring \*

En festlig aften med intimitets café, alkoholfri drinks og øl, samskabt med Regenera Bridgehouse-teamet.

## \* Søndag - Klarhed i Vision og Strategi – hvor går vi hen herfra? \*


Ved hjælp af værktøjerne fra de foregående dage udfolder og indkredser vi sammen en ny vision for LØS. Resultaterne fra denne proces vil danne grundlag for bestyrelsens forslag til kommende ændringer i strategi og vedtægter. Faciliteret af koordineringscirklen/bestyrelsen.

## Visioner og strategier, som bestyrelsen har drøftet, inkluderer blandt andet:


- At opdatere LØS' vision, så det bliver mere ambitiøst og konkret i forhold til overgangen fra et "bæredygtigt" samfund til et "regenerativt" samfund, hvor de tre søjler i økosamfundene (det spirituelle, sociale og økologiske) udgør en naturlig del af fremtidens samfundstænkning.
- At åbne medlemskab for "spektakulære fællesskaber", som kan tilføre ny energi og nye perspektiver.
- At forfølge en politisk vision om at gøre Danmark til et regenerativt eksperimentarium og opnå politisk opbakning til en mere ambitiøs dagsorden.

## Praktisk information og pris

 800 kr. -1250 kr. afhængig af overnatningsform

 Earlybird pris indtil 1. marts med 300 kr rabat på deltagelse

Weekenden starter fredag eftermiddag/aften og slutter søndag eftermiddag

 Læs mere og tilmeld dig her:

<https://okosamfund.dk/foraarsseminar-2026/>