

Visjoner og aktiviteter

for foreningen **"Mehr Leben, Mas Vida, More Life, Lev mer"**

35120 Arguineguin, ADPO de Correos Nr. 191 Edif.: Rio Canario, Patalavaca
Tel./Fax +49-(0)32222493540 o. Mobil (0034) 637 03 55 63, <http://www.mehrleben.info>
E-Mail: club@mehrleben.info

Denne foreningen ønsker med sine aktiviteter å prøve å hjelpe mennesker til å gjenfinne og opprettholde sin personlige **harmoni**. Det er ofte de "små og enkle ting" i verden som gir oss harmoni. Det kan, for eksempel, være naturen i all sin mangfoldighet, det kan være havets brenninger, den salte lukten og smaken av dets fargespill fra dypblått til turkis. Eller det kan være å ganske enkelt ha det gøy med lek og sportsaktiviteter, uansett hvem som vinner, i henhold til det opprinnelige olympiske mottoet "det viktigste er å delta".

På fotturer i naturen kan man ikke bare høre og se naturen, men man kan også føle, lukte, smake og høre den. På den måten aktiveres alle våre fem sanser.

Denne kombinasjonen av fysisk bevegelse og stimulering av sansene skaper harmoni og tilfredshet. Å frambringe og oppleve denne harmonien sammen med andre er ett av formålene med vår forening.

Men også allmenne og samfunnsrelaterte temaer hører med i vår forening, for eksempel natur, miljø, teknikk, kosthold, forskning og helse.

Mange mennesker er syke og utilfredse fordi kropp, sjel og ånd ikke arbeider i takt, og dermed går mye energi til spille. Dette er energi som immunsystemet vårt kunne hatt nytte av, til å bygge opp et godt forsvar mot sykdommer.

HARMONI er løsningen.

Gjennom harmonisk likevekt kan vi løse mange av våre hverdagsproblemer, slik at de "slipper taket". Først da kan harmonien gjenopprettes.

Med bakgrunn i dette har vi utarbeidet mye informasjon og satt sammen mange aktiviteter som er i tråd med temaene som er nevnt over. For eksempel:

Fotturer: På fotturer nyter vi naturen, og gjennom fysisk aktivitet sørger vi for at kropp og sjel holder seg sunne. Det er lagt opp til ulike turløyper, slik at alle kan finne noe, uansett kondisjonsnivå.

Båtturer: Vi drar ut med båt for å oppleve soloppgangen, eller kanskje solnedgangen, fra havet. Alle som deltar, både unge og gamle, vil fryde seg over synet av delfiner og flygefisk på nært hold, og anledningen til å svømme og snorkle i havet.

Utflukter med bil eller minibuss: Her drar vi, for eksempel, til avsidesliggende steder ute i naturen, vi har piknik eller griller ved demningene,

eller vi lærer mer om urinnvånerne på Gran Canaria.

Videre kan vi også benytte oss av museums-, teater-, opera-, musikk- og konserttilbudene her på øya. I tillegg finnes det sportsarrangementer som galoppveddeløp, kanarisk bryting, fotball, vindsurfing-VM og bilrally som er svært populære. Det er også mulighet for individuelle turer, for eksempel til vanskelig framkommelige områder i fjellene, eller også fra flyplassen og til bostedet, eller omvendt.

Servicekontoret: Her finner du arrangementsoversikt, bøker, turkart, informasjon om bil-, båt-, og sykkelutleie samt valutaveksling.

Vi har også bussruter og rabattbilletter, kart over øyene, guanches historie og kultur, rimelige telefonsamtaler og mye mer.

Her på Gran Canaria kommer mange ulike folkegrupper sammen, og foreningen skal derfor holde en internasjonal profil og tjene som et **tagoror**, etter de kanariske urinnvåneres (guanches) ord for **samlingssted** og **treffpunkt** for idrettskonkurranser og viktige forsamlinger, dvs. som informasjons- og kontaktplattform. Gjennom samtaler mellom medlemmer fra ulike land kan vi utveksle personlige og historiske erfaringer når vi gjør ting i fellesskap.

Medlemskapet i foreningen er **gebyrfritt**, dvs. at det **ikke** betales månedlige eller årlige avgifter. Men siden foreningen har løpende utgifter, vil den ta betalt for deltagelse på arrangementene som tilbys, til en pris som dekker utgiftene. Det betyr at det kun koster noe å være medlem når man benytter seg av et tilbud.

Foreningen vil forsøke å sette prisene på en slik måte at jo flere som deltar i arrangementene, jo billigere blir det for hver enkelt å delta.

På den måten kan man si at foreningen gir grupperabatt til medlemmene sine. Noen av tilbudene blir ledet av andre medlemmer, det vil si av personer som ikke er ansatt i foreningen. Vennligst ikke glem å gi disse "aktivitetsmedlemmene" et passende beløp i tips, men selvsagt bare hvis du har vært fornøyd med opplegget. Foreningen har **ikke** som formål å bli perfekt, men den sikter mot å være **enkel, ekte og autentisk**, slik at det også blir tid til HARMONI.

Stiftelsesmedlemmene ønsker deg
hjertelig

VELKOMMEN I KLUBBEN VÅR