

## KONTAKT

### Evangelische Bildung, Haus der Familie und Kreisbildungswerk

Pestalozzistr. 54 | 72762 Reutlingen

Telefon: 0 71 21 / 92 96 -11

E-Mail: [info.bildung@kirche-reutlingen.de](mailto:info.bildung@kirche-reutlingen.de)

[www.evangelische-bildung-reutlingen.de](http://www.evangelische-bildung-reutlingen.de)

## THEMENKATALOG

Evangelische Bildung Reutlingen, Haus der Familie  
und Kreisbildungswerk

gültig ab Juni 2021

Familienkreis

Vortragsabend


Elterncafé


Seniorenkreis

Elternabend

Frauengruppe

Männerrunde

**Evangelische Bildung**  
Kreisbildungswerk  
Haus der Familie  
Reutlingen

**Evangelische Bildung**  
Kreisbildungswerk  
Haus der Familie  
Reutlingen

## Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Kolleginnen und Kollegen,

mit dem neuen Themenkatalog präsentiert Ihnen die Evangelische Bildung Reutlingen ein vielfältiges Themenangebot mit qualifizierten Referent\*innen. In einem breiten Spektrum von Lebensthemen, Theologie, Psychologie, Pädagogik, Gesundheit und Selbstfürsorge, aber auch aus den Bereichen Nachhaltigkeit, Ökologie und geschichtliche Themen, finden Sie Referent\*innen, die Ihr Bildungsangebot in Kirchengemeinden und pädagogischen Einrichtungen bereichern können. Die Themen eignen sich sowohl für offene Veranstaltungen in Kirchengemeinden als auch für spezifische Gruppenangebote, z. B. Familienkreise, Seniorennachmittage oder Männervesper. Ebenso können diese Themen das inhaltliche Angebot bei Elternabenden oder Elterncafés in Kindertageseinrichtungen oder bei Fortbildungen erweitern.

### Wo finden die Veranstaltungen statt?

Den Ort der Veranstaltung wählen Sie selbst aus und klären die Rahmenbedingungen für die Örtlichkeit.

- » Reservierung und Kosten
- » Platzangebot
- » sonstiges

### Wie komme ich zu meinem Referenten, meiner Referentin?

- » Sie suchen ein Thema aus.
- » Sie fragen bei uns in der Evangelischen Bildung Reutlingen die Kontaktdaten zur Referentin, zum Referenten an.
- » Evtl. wollen Sie noch Konkretes zur Qualifizierung oder zum Thema wissen. Das erfahren Sie so gut es geht von uns.
- » Dann nehmen Sie Kontakt zur Referentin, zum Referenten auf.

### Was muss mit dem Referenten, der Referentin abgesprochen werden?

- » Thema, Ort, Datum, Uhrzeit
- » Honorar und ggf. Fahrtkosten; manche Referent\*innen spenden ihr Honorar
- » Wie setzt sich die Gruppe der Teilnehmenden zusammen?
- » Was benötigt die Referentin der Referent an technischen Voraussetzungen (Laptop, Beamer, Flipchart, etc.)?
- » Was muss sonst noch getan werden?
- » Es ist zu klären, ob ein Eintritt verlangt, eine Spende erbeten oder die Veranstaltung aus eigenen Mitteln finanziert werden soll.
- » Werbung
- » Getränkeangebot oder ähnliches

### Und nun kann es losgehen! Stöbern Sie in den Themen! Lassen Sie interessante und anregende Veranstaltungen vor Ihrem inneren Auge entstehen! Wir unterstützen Sie gerne!

[www.evang-bildung-reutlingen.de](http://www.evang-bildung-reutlingen.de)  
Telefon: 0 71 21 / 92 96 -13  
E-Mail: [info.bildung@kirche-reutlingen.de](mailto:info.bildung@kirche-reutlingen.de)

Ein herzliches Dankeschön geht an die Referent\*innen, die diesen Themenkatalog ermöglichen und den Themenkatalog mitgestalten!

Wir bedanken uns für die tatkräftige Unterstützung von Anna-Marie Reutter, die im Rahmen ihres Praktikums im Studium der Religions- und Gemeindepädagogik und Sozialen Arbeit die Herausgabe des Themenkatalogs maßgeblich begleitet hat.

Ihre  
Irmela Theurer-Weigle, Pädagogische Mitarbeiterin  
Anna-Marie Reutter, Praktikantin  
Frieder Leube, Geschäftsführer

## Theologie und Religionen



ab Seite 6

## Nachhaltigkeit und Schöpfung



ab Seite 38

## Lebensthemen und Historisches



ab Seite 16

## Gesundheit und Selbstfürsorge



ab Seite 42

## Pädagogik und Psychologie



ab Seite 24

## Service

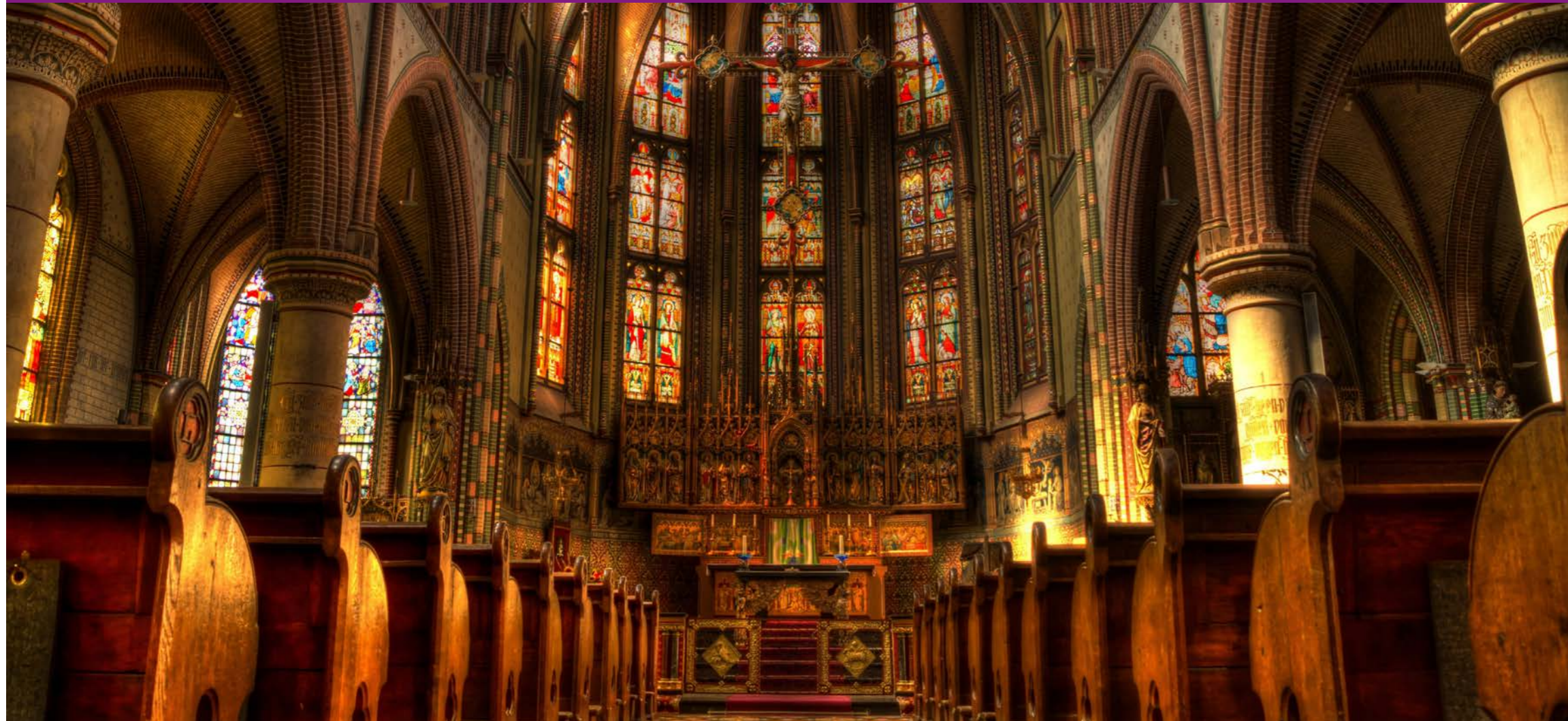
Verzeichnis Kursleiter\*innen  
und Referenten\*innen

46

Datenschutz / Impressum

47

# Theologie und Religionen



Männer und Frauen

Konfirmation

Engel

Seele

Bonhoeffer

Luther

von Bingen

### Frauengestalten aus der Bibel (AT und NT)

Jeder kennt Noah, Mose und König David. Aber auch Frauen haben immer wieder an entscheidenden Stellen durch ihr Handeln Zeugnis für den Glauben abgelegt. Ruths Treue zu ihrer Schwiegermutter fällt vielen ein: Wo du hingehst, da will auch ich hingehen. Mit Klugheit, Tapferkeit und List meisterten Frauen ihr Leben und stellten manche Weiche für bedeutende Ereignisse. Lernen wir einige von ihnen näher kennen.

Leitung: Katja Pfitzer



© PhotoCarnary / AdobeStock

### »Weib, was habe ich mit Dir zu schaffen?«

Maria, die Mutter des Gottessohnes begegnet uns sprichwörtlich in 1000 Bildern. Wir schauen uns einige dieser Bilder an, lernen deren Symbolik deuten und hören Texte über Maria, von Novalis bis Dorothee Sölle. Marias Erscheinen in der Bibel, ihre Stellung in der Kirchengeschichte, in der Volksfrömmigkeit und neuerdings in der Feministischen Theologie bringen uns zu der Frage, was wir (evangelischen heutigen Frauen) an ihr haben.

Leitung: Angelika Weller-Eylert



### »Die Frauen im Brunnen«

In einer Deutung des Märchens »Frau Holle« gehe ich dem Jahreslauf und den Stufen eines Frauenlebens entlang: den Sprung in den Brunnen wagen, Aufgaben erkennen, den Initiations-Weg gehen, die Angst vor der Über-Mutter überwinden und ganz neu auftauchen. Dabei werden der Mutter-Tochter-Konflikt und der Schwestern-Neid auch berücksichtigt.

Leitung: Angelika Weller-Eylert



© Komwanik / AdobeStock

### »Und siehe: es war sehr gut«

Nach einer theoretischen Einführung überlegen wir, was wir als heutige Frauen für unser eigenes Altwerden von Frauen aus der Bibel und der Literatur lernen können. Naomi (AT) und Hanna (NT), zwei Inuit-Frauen und die sogenannte unwürdige Greisin (von B. Brecht) dienen dabei als Denk-Vorlage.

Leitung: Angelika Weller-Eylert

### »Mütter und Töchter im Glauben«

Wer hat meine Glaubens-Biografie hilfreich geprägt? Unser Eingebundensein in die Kette der Glaubens-Mütter wird begründet anhand einer Bibelarbeit zur Syrophönizischen Frau (Matthäus 15, 21–28) und der Mutter und der Großmutter im 2. Timotheus-Brief 1, 3–7. Danach erinnern wir uns an unsere eigenen Wegbereiterinnen.

Leitung: Angelika Weller-Eylert

### Erste Christinnen

Frauen sind nach den Evangelien die ersten Zeuginnen der Auferstehung, und auch in der frühen Gemeinde waren sie prägend, auch wenn später manche »Korrektur« erfolgt sein mag. Grüßt Paulus eine Junia oder einen Junias? In seinen Briefen lässt er immer wieder Grüße übermitteln an Frauen, die in Gemeinden präsent waren. Es gibt Frauen wie Lydia, von der wir in der Apostelgeschichte erfahren und die laut dieses Berichtes in Philippi als erster Mensch auf europäischem Boden den christlichen Glauben annahm.

Leitung: Katja Pfitzer

## Hildegard von Bingen

Nicht erst seit der Verfilmung mit Barbara Sukowa im Jahr 2009 ist Hildegard von Bingen eine Frau, die nicht nur für Frauen interessant ist. 1099 geboren in eine Zeit des Umbruchs muss sie mit ihrer kantigen Persönlichkeit ihren ganz eigenen Weg als Nonne in einer Männerwelt finden. Sie empfängt Visionen, mit deren Deutung sie ihre Zeitgenossen vor den Kopf stößt. Sie tauscht sich mit den wichtigsten Menschen ihrer Zeit aus. Mit ihrer Heilkunde ganz eigener Art spricht sie auch heutige Menschen an. Hauptaugenmerk liegt auf der Person, weniger auf ihren Rezepten.

**Leitung:** Brigitte Zirngibl



## Lesung Brautbriefe Dietrich Bonhoeffer und Maria von Wedemeyer

### Szenische Lesung aus den Briefen

Bei der Rückreise aus Schweden im Juni 42 erfährt Bonhoeffer, dass die Gestapo auch auf ihn aufmerksam wird. In dieser Zeit lernt er Maria von Wedemeyer kennen. Sie ist gerade 18 Jahre alt. Sie treffen sich bei ihrer Großmutter, die sehr viel von Bonhoeffer hält. Seine Schriften liest und fördert. Am 5. April 1943 wird Dietrich Bonhoeffer verhaftet. Maria erhält die Nachricht erst zwei Wochen später in ihrem Elternhaus. In dieser Zeit beginnt der Briefwechsel. Die beiden werden einander nicht mehr in Freiheit sehen. Nach dem Krieg wird sie als sprühende und beeindruckende Persönlichkeit beschrieben, die Männer von Geist und Substanz anzieht. Sie erlebt zwei Ehen, die beide nicht von Dauer sind und hat zwei Söhne. Maria sagt selbst von sich: »Ich bin immer wieder erstaunt, wie unglaublich verletztlich ich auf dem Gebiet von Dietrich und meiner Beziehung zu ihm bin.« Im Herbst 1977, kurz vor ihrem Tod in Boston, vertraut sie ihrer Schwester Ruh-Alice den Briefwechsel an. »Man müsste wohl einen guten Kommentar schreiben...« meint sie. »Ich war ja damals so sehr jung. Ich möchte eigentlich auch als der Mensch, der ich jetzt bin, neben Dietrich stehen.« Sie stirbt mit 54 Jahren an Krebs.

### Lesung einer Auswahl der Brautbriefe in verschiedenen Rollen

**Leitung:** Brigitte Zirngibl und Frieder Leube



## »Engel – um uns und in uns«

Wir sind umgeben von Engeln, nicht nur in der boomenden Esoterik-Welt. Wir schauen uns viele Darstellungen auf Postkarten an und werfen einen kurzen Blick in die Kunstgeschichte. Am meisten begegnen wir ihnen beim gemeinsamen Erinnern an Bibelstellen und zum Ende hin lauschen wir einer Novelle von W. Bergengruen.

**Leitung:** Angelika Weller-Eylert



## Vortrag Engel

Ganz klar: Engel haben Flügel und lockiges goldenes Haar! Oder? Engel begegnen uns in der Bibel und in vielen Kulturen in ganz unterschiedlicher Gestalt.

**Leitung:** Katja Pfitzer

## »... und sein Engel geleite uns«

Eine eigene Nacherzählung der Tobit-Legende (a. d. Apokryphen), als Gute-Nacht-Geschichte gestaltet. Sie handelt von einem lügenden Engel, einem treu-sorgenden Vater, einem folgsamen Sohn, vom Angsthaben und Mutigsein, von aufregenden Reise-Abenteuern, von einem neugierigen Hündlein und jüdischen Traditionen. Und die Liebe spielt auch eine wichtige Rolle.

**Leitung:** Angelika Weller-Eylert

## Berührende Gott-Geschichten

### Freie Nacherzählung biblischer Geschichten mit musikalischer Umrahmung

Sie sind fasziniert von der alten Tradition des Geschichtenerzählens? Sie lassen sich gern von der Weisheit biblischer Geschichten inspirieren? Sie erwarten theologisch Fundiertes in unterhaltsamer Form? Sie planen einen Seniorennachmittag, ein Fest mit Erzählzelt, eine Abendveranstaltung für Berührende Gott-Geschichten?

**Leitung:** Thomas Koser-Fischer

## Glaube Aktiv

Wo jedes Wort verstummt, fängt Glaube an. Im wachsamem Lauschen Gotteserfahrungen sammeln. In Kontemplation und Aktion Gott begegnen. Sie sind eingeladen in Geh-Beten und manch anderen Bewegungen ihre Wurzeln im Glauben zu stärken, oder auch ganz neu zu bilden. Für alle Altersgruppen, auch mit Schwachstellen. Gott wirkt in Schwachheit mächtig.

**Leitung:** Sr. Dominica Rudolph EBK

## Mit Gott in Bewegung

Bewegung befreit, hält jung und fördert die Achtsamkeit für das eigene Sein und das Miteinander. Wir nutzen unser »Körperkraftwerk« um Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. In der Konzentration und Aktivierung des Körpers passiert etwas in unserer Seele. Man kann es schlecht in Worte fassen. Es hat etwas mit tiefer Glückseligkeit zu tun. In der Bewegung und körperlichen Herausforderung kann der Geist Klärung und Anregung erfahren. Locker sein macht stark.

Dieser Workshop ist etwas für aktive Liebhaber Gottes, jeden Alters, die christlichen Glauben mit Körperarbeit verbinden möchten.

**Leitung:** Sr. Dominica Rudolph EBK

## »Flieg, meine Seele, flieg weit, in deine andre Heimat«

Lässt sich für unser Lebensende etwas lernen, und wenn ja: wie? Was ist das, was Sterbende bereuen? Wie komme ich mit meinen Angehörigen ins Gespräch über meine letzten Wünsche und wie kann ich gut das Zeitliche segnen? Es geht hier nicht um Patientenverfügung u.ä., sondern eher um ein »Spirituelles Vermächtnis«.

**Leitung:** Angelika Weller-Eylert

## Lutherlieder

Wer singt, betet doppelt, sagte Luther, der die Musik sehr schätzte. Er dichtete viele Lieder, die Glaubensinhalte und reformatorische Anliegen nicht nur in die Köpfe, sondern vor allem in die Herzen der Glaubenden brachten. Wer singt, verinnerlicht.

**Leitung:** Katja Pfitzer

## Vortrag zu Bildern von Sieger Köder (Passion und Ostern)

Sieger Köder malt einprägsam und einfühlsam, und immer wieder gelingt es ihm, die biblischen Botschaften so ins Bild zu setzen, dass sich die Betrachtenden unmittelbar ins Geschehen hineingenommen fühlen.

**Leitung:** Katja Pfitzer

## Vortrag »Finden und Jubeln« (thematisch in Richtung Osterzeit)

Wer schon einmal etwas verloren und wiedergefunden hat, kennt die Befreiung, die das Wiederfinden auslöst. Er-lösung im wahrsten Sinn des Wortes, Befreiung vom Grübeln: Wann hatte ich das Verlorene zuletzt gesehen, in der Hand gehabt, wo habe ich es hingelegt? Noch viel schöner kann es sein, etwas zu finden, von dem man nicht wusste, dass es im eigenen Leben fehlt: Dann kann man sich wirklich beschenkt fühlen.

**Leitung:** Katja Pfitzer

## Konfirmation – wer hat's erfunden?

### Vortrag zu Martin Bucer

Die Konfirmation ist ein wichtiger Tag im Leben, so wichtig, dass in der DDR mit der Jugendweihe eine Art weltlicher Ersatzfeier für die Konfirmation eingeführt werden musste. Aber wann wurde sie »erfunden« und eingeführt, und aus welchem Grund?

**Leitung:** Katja Pfitzer



© bildschonens / AdobeStock

## »...und einen Stern über sich zu sehen zur Nachtzeit«

Gedichte, Märchen und andere Texte zum Thema: Sterne, vom Grimm'schen Märchen »Sterntaler« bis zu Gedichten von Bert Brecht und Mascha Kaleko.

**Leitung:** Angelika Weller-Eylert

## Sprichwörter und Redewendungen aus der Bibel

Die Perlen vor die Säue oder der Saulus, der zum Paulus wurde – viele unserer Redewendungen und Sprichwörter stammen aus der Bibel. Ein Streifzug durch unsere Sprachgewohnheiten und das Buch der Bücher lässt es wie Schuppen von den Augen fallen.

**Leitung:** Katja Pfitzer



## Juden in Württemberg – Württemberg in Israel

Im Jahr 2021 gedenken wir in Deutschland an 1.700 Jahre jüdische Menschen in Deutschland. Ihre erste schriftliche Erwähnung stammt aus dem Jahr 321 n. Ch. Wir werden darüber nachdenken, wo es bei uns in Württemberg jüdische Dorf- und Stadtbewohner gab (z. B. Buttenhausen, Wankheim, Rexingen u. viele mehr), wo Juden wohnen durften (bei Rittern, in freien Städten, in katholischen Gegenden) und wo nicht (der vielgerühmte Herzog Eberhard im Bart verbot Juden die Ansiedlung in der Grafschaft Württemberg, das galt für Württemberg bis 1803!!!), warum Juden nur im Vieh- und sonstigen Handel tätig sein durften. Wir werden hören, welche Bedingungen sie erfüllen mussten, um sich überhaupt irgendwo niederlassen zu können. Wir werden hören von der Gleichberechtigung jüdischer Bürger mit ihren Württemberger Mitbürgern ab 1861 (!!!), vom Beitrag jüdischer Unternehmer zum wirtschaftlichen Aufschwung im 19. Jahrhundert, vom Zusammenleben von Juden und Christen, von der Auswanderung der Rexinger Juden nach Schaweh Zion in Israel 1938, vom Ende 1941 und vom schwierigen Neuanfang 1945.

Wie es Juden in Württemberg gab, gab es Württemberger in Israel, die so genannten »Templer«. Warum wanderten sie im 19. Jahrhundert nach Israel aus? Was haben sie dort geleistet? Warum ging es ab 1940 für die Templer nach Australien und Neuseeland? Welche Spuren haben sie in Israel hinterlassen? Machen wir uns auf »Spuren-Suche«!

**Leitung:** Frieder Brey Mayer



## Dorothee Sölle

Biografisches aus dem Leben und Werk einer unbequemen Theologin, Prophetin unserer Zeit. Was war ihre Botschaft? Wofür setzte sie ihr Leben ein? Annäherungen an »eine feurige Wolke in der Nacht« mit literarischen Kostproben

**Leitung:** Elke Elwert

## Sicher wie in Abrahams Schoß – eine Redewendung und ihre Hintergründe

Ein Mann, der vor rund 4.000 Jahren gelebt hat und dessen Schoß sprichwörtlich geworden ist, damit muss es schon etwas auf sich haben (mit Bildern).

**Leitung:** Bärbel Haug

## Maria aus Magdala

Bis in unsere Zeit hat Maria Magdalena Phantasien angeregt, so z. B. im Musical »Jesus Christ Superstar«, wo sie die Geliebte Jesu ist, oder im Kriminalroman von Dan Brown »Sakrileg« Wer also war Maria Magdalena? Anhand von Quellen und Beispielen aus Kunst und Literatur wird diesen Fragen nachgegangen.

**Leitung:** Bärbel Haug

## Frauen entdecken ihr eigenes Leben – vor fast 800 Jahren

### Spirituelles aus dem Pfullinger Cäcilienkloster

Eine freie Frauengemeinschaft lebte in dem vom 13. Jahrhundert gegründeten und bis zur Reformation bestehenden Klarissenkloster in Pfullingen. Reinhard Haug, ehemaliger Pfarrer in Pfullingen, erzählt anhand von Bildern von den frommen Klosterfrauen und von ihrem heute nahezu unbekanntem Pfullinger Liederschatz. Mit dazu gehört ein Gang in die sehr gut erhaltene Klosterkirche mit ihren frühgotischen ornamentalen Freskomalereien und ihren besonderen Kirchenfenstern. Den Abschluss bildet eine kleine Liturgie in der Klosterkirche.

**Leitung:** Reinhart Haug

## Einführung in das Johannesevangelium

Verglichen mit den synoptischen Evangelien zeichnet sich das Johannesevangelium durch eine theologisch reflektierte Diktion aus. Mit dialogischen Reden und Erzählungen bringt der vierte Evangelist zur Sprache, wer Jesus Christus ist und was der glaubende Mensch an ihm hat.

Anhand der Unterschiede zu den Synoptikern wird die Eigentümlichkeit des Johannesevangeliums erkennbar. Die für dieses Evangelium zentralen christologischen und soteriologischen Aussagen werden ebenso zur Sprache gebracht wie die Auseinandersetzungen um eine sachgerechte Auslegung.

**Leitung:** PD Dr. Thomas Knöppler

## Die Johannesapokalypse – ein Buch mit sieben Siegeln?

»Kaum ein Buch der Bibel wurde im Laufe der Kirchengeschichte so oft gelesen, zitiert, gedeutet und missbraucht wie die Johannesapokalypse. Wenig geschätzt von den Reformatoren, als unecht abgetan von der Aufklärung, aber leidenschaftlich geliebt von den Schwärmern aller Jahrhunderte, setzt dieses einzige 'prophetische' Buch des Neuen Testaments noch immer der historisch-kritischen Auslegung beachtliche Schwierigkeiten entgegen.« (Otto Böcher)

Den Herausforderungen des letzten Buches der Bibel soll mit einer Auskunft über die ursprüngliche Aussageintention und die theologische Bedeutung dieser Schrift begegnet werden. Auch das Christusbild und die zeitgeschichtlichen Bezüge werden thematisiert. Bei Bedarf werden auch gern Spezialfragen geklärt.

**Leitung:** PD Dr. Thomas Knöppler



© Carlos Santa Maria / AdobeStock

## ➔ Querhinweise

Es gibt was Besseres in der Welt – ein Abendspaziergang mit Matthias Claudius, Seite 19

Interkulturelle und -religiöse Erziehung am Kind, Seite 29

Wie kann Glaube verwurzeln, stärken und Sicherheit geben? Seite 32

Neues aus der Methodenkiste, Seite 35

# Lebensthemen und Historisches



Resonanz

Namen

Biographiearbeit

Spurensuche

Lebenswege



### Spuren der Vergangenheit – Fusstritte der Gegenwart!?

Jeder von uns erlebt Dinge im Lesen, die tiefe Wunden in der Seele hinterlassen. Begegnungen, Erlebnisse, Erfahrungen... die uns zu dem werden lassen, der wir heute sind. Wir verletzen uns immer gerade in den Bereichen, in denen wir selber immer tiefe Verletzungen erlebt haben. Auch mit 70 tragen wir oft noch Dinge mit uns herum, die in unsrer Kindheit geschehen sind. Wunden die nicht heilen wollen. Sprachlosigkeit, die immer noch hilflos nach Worten ringt. Mauern, die nach all den Jahren noch immer zu schützen versuchen.

Auch unsere Kinder, Eltern, Freunde, Nachbarn, haben solche Verletzungen. Und manchmal tut es gut zu verstehen, warum wir sind, wie wir sind. Aber auch zu erkennen, dass wir nicht nur Opfer, sondern auch immer wieder selber derjenige sind, die anderen Wunden zuführen.

Ebenso ist unsere Beziehung zu Gott durch die Erfahrungen in unsrem Leben geprägt. Doch muss alles so bleiben wie es ist? Bleiben wir immer Opfer unseres eigenen Schicksals? Wie begegnet Gott uns in unserer Not? Ein Vortrag, der nicht heilen kann, aber vielleicht verbindet...

**Leitung:** Michaela Ender



### Biographiearbeit

#### Was bedeutet eigentlich »Erinnern«?

Vergegenwärtigen von Vergangenem, Neuentdecken von Vergangenem, Entdecken von Ressourcen und Potenzialen, Beklagen von Schmerzhaftem

Biographiearbeit bedeutet über die Beschäftigung mit Vergangenem hinaus auch Lebensbewältigung, Veränderung und mit Blick auf die Zukunft: Lebensplanung. Die Referentin kann in Gemeindegruppen zu folgenden Themen eingeladen werden:

- Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne – Grundlagen der Biographiearbeit
- Bring dein Leben ins Spiel – Erinnerungen spielend bearbeiten
- Liebe deine Fehler wie dich selbst! – Der Blick aufs eigene Leben – Selbstreflexion
- Täglich »Ja« zum Leben sagen – Lebenskunst und Spiritualität
- Meine eigene Lebensspur

Die Themen werden in Absprache mit der Referentin auf die jeweilige Gruppe zugeschnitten.

**Leitung:** Bettina Deissing



### Die Bedeutung unserer Vornamen

Namen sind keinesfalls nur »Schall und Rauch«! Eltern wollen ihren Kindern mit der Auswahl ihrer Vornamen schon eine Vision, ein Programm für die Zukunft mitgeben. Früher waren die Vornamen oft an die Familie gebunden, an die Eltern und Großeltern oder die Paten. Heute möchten die Eltern ihren Kindern oft »einmalige« Namen geben, die etwas ganz Besonderes sind.

Wir werden mit einander nachdenken über biblische Vornamen und ihre Bedeutung (z. B. »Sarah« = »Fürstin« oder »Ben-Jamin« = Glücks-Kind), germanische Vornamen (z. B. »Adolf« = der edle Wolf oder »Eber-hard« = »stark und kühn wie ein Eber« oder »Hed.wig« = stark im Streit und Krieg). Lateinische Vornamen (»Viktor, Viktoria« = Sieger, »Claudia« = die Hinkende), griechische Vornamen (»Alexander« = der die Männer abwehrt, und »Alexandra« ??? Philipp = der Pferdefreund). Jede Zeit hat »ihre« Namen, in der Zeit des deutschen Nationalismus waren »Hermann« (ein Mann im Heer), »Horst« (der dem Raubvogel Schutz gewährt) »Irmgard« (vom germanischen Gott Irmin behütet) hoch im Schwang. Heute leben wir in der »globalisierten« Welt. Da gibt es alles von »Liam« bis »Paul«, von »Mia« bis »Damaris«. Und was bedeuten DIESE Namen?

**Leitung:** Frieder Breytmayer

### Die Bedeutung unserer Nachnamen

Warum heißt jemand mit Nachnamen »Bauer« oder »Schröder« oder »Merkel«? Wann, wie und warum sind Nachnamen entstanden? Was sind die 10 häufigsten deutschen Nachnamen? Warum kam jemand zu einem Nachnamen wie »Tränkle« oder »Eberle« oder »Schlaginhaus« oder »Hass den Teufel«? Wie heißt ein Herr Schmid in Polen oder Frankreich oder Italien oder Arabien? Darüber wollen wir uns Gedanken machen und auch darüber: »Liebe ich meinen Namen? Oder hätte ich lieber einen andern?«

**Leitung:** Frieder Breytmayer

### Resonanz tut gut

Es tut uns gut, wenn uns jemand zuhört und sich auf das einlässt, was einen gerade bewegt. Dann erleben wir Resonanz. Aber auch beim Wandern in der Natur, beim Hören von Musik oder beim Beten kann etwas in uns ins Schwingen kommen. Warum Resonanz so wichtig ist für unser Leben, das hat der Soziologe Hartmut Rosa in einem spannenden Buch beschrieben. Seine Beobachtungen sind auch für den Besuchsdienst sehr anregend. Denn die Begegnungen bei Besuchen können sehr unterschiedlich sein, je nachdem, was im Laufe der Begegnung an Beziehung entsteht. Manchmal entwickelt sich einfach ein nettes Gespräch, ein anregender Austausch über dieses und jenes. Dann haben wir das Gefühl, es war ein schöner Besuch. Es kann aber auch auf einmal sehr persönlich werden. Dann erzählt jemand von seinen Sorgen und das kann einem sehr nahegehen. Auf den andern oder die andere gut einzugehen, ist dabei das eine. Auf sich selbst gut achten, ist das andere. Wo entstehen welche Resonanzen und wie gehen wir damit um? Darüber lohnt sich ein Austausch.

**Leitung:** Dr. Günter Banzhaf

## Die Weisheit der Sprichwörter

Viele klugen Lebenserfahrungen haben unsere Vorfahren in Sprichwörtern festgehalten. Damit sie jeder gut behalten kann, haben sie einen lebendigen Rhythmus: z. B. »jung gewohnt-alt getan« oder sind in Reime gefasst, z. B. »Was du nicht willst, das man dir tu/ das füg auch keinem andern zu!« Viele Sprichwörter oder Redewendungen stammen aus der Bibel, z. B. »Wer andern eine Grube gräbt/ fällt selbst hinein« oder »Hochmut kommt vor dem Fall«. Wir wollen auch nachdenken: welches Sprichwort gilt UNBEDINGT, z. B. »quäle nie ein Tier zum Scherz, / denn es fühlt wie DU den Schmerz!« und welches Sprichwort gilt wohl nur BEDINGT z. B. »jung gefreit / hat noch selten gereut.« Weisheit der Sprichwörter: man lernt nie aus!

**Leitung:** Frieder Brey Mayer



## Vorsorge für die letzte Lebenszeit

Thema des Vortrags ist die Patientenverfügung. Frau Dettweiler vom Ambulanten Hospizdienst Reutlingen spricht über Fragen rund um die letzte Lebensphase, vor allem darüber, dass wir beizeiten selbst bestimmen können, wie wir dann versorgt und behandelt werden wollen, wenn wir nicht mehr selbst entscheiden können. Frau Dettweiler ist Mitarbeiterin des Arbeitskreises Vorsorge, der eine praxisnahe und verständliche Informationsmappe zusammengestellt hat.

**Leitung:** Karin Dettweiler

## Es gibt was Besseres in der Welt – ein Abendspaziergang mit Matthias Claudius

Goethe nannte ihn einen Narren, aber für Michael Ende, der die »Unendliche Geschichte« und »Momo« geschrieben hat, ist das Abendlied »Der Mond ist aufgegangen« das schönste deutsche Gedicht überhaupt. Matthias Claudius lebte sehr naturverbunden. Seine Gedichte wirken intensiver, wenn man ihnen in der Natur begegnet. Deshalb also: Abendspaziergang mit Lesungen von Gedichten, geeignet vor allem ab Mitte April bis Anfang Oktober.

**Leitung:** Bärbel Haug

## Frauenalltag in Nigeria

Was bestimmt den Alltag von Frauen in Nigeria? Im Spannungsfeld von Tradition, Verantwortung und Selbstbewusstsein. Dazu die Bedrohung politischer Instabilität. Die Referentin lebte selbst einige Jahre im Land und hat bis heute persönliche Kontakte. Sie begleitet hier vor Ort Nigeriannerinnen, die nach der Flucht in Deutschland leben. Mit Bildern und Texten nähern wir uns dem Alltag afrikanischer Frauen.

**Leitung:** Elke Elwert



## Sexueller Missbrauch

Immer wieder reden wir davon und schieben das Thema doch so gut es geht von uns weg. Sexueller Missbrauch geschieht jeden Tag, mitten unter uns. In unserer unmittelbaren Nachbarschaft wird ein Kind geschlagen, gedemütigt, missbraucht. Jede Woche sterben knapp 3 Kinder in Deutschland durch häusliche Gewalt und Vernachlässigung.

Ein Thema, eine Chance um einmal in einem geschützten Raum Klartext zu reden. Fakten auf den Tisch, wieviele Menschen sind wirklich davon betroffen? Wer sind die Missbraucher? Der Fremde, Nachbar, Ehepartner, Freund? Woran kann ich Missbrauch erkennen? Wie kann ich helfen? Wie kann ich mein Kind schützen?

**Leitung:** Michaela Ender



## Von der Alb ra bis nach Beirut und Jerusalem: Johann Ludwig Schneller und das syrische Waisenhaus

Früher hielten manche im schwäbischen Unterland die Bewohner auf der Alb für einfältig und beschränkt. Dass dem nie so war, dafür ist Johann Ludwig Schneller (1820-1896) ein schlagendes Beispiel. Geboren in dem Albdorf Erpfingen als Sohn eines armen Leinwebers, hoch begabt, vom Pfarrer und Lehrer des Dorfs gefördert, wird Lehrer, Leiter eines Missionshauses in St. Chrischona bei Basel, gründet in Jerusalem das syrische Waisenhaus für Waisenkinder nach den schrecklichen Morden im Libanon an christlichen Familien 1860. Ziel seines Werks: Schulausbildung für christliche und muslimische arabische Kinder, danach Berufsausbildung zum Schreiner, Maurer, Schuhmacher usw., damit sie »in Ehren ihr Brot verdienen«. Von Schnellers Werk kommen hoch geschätzte Facharbeiter. Gleichzeitig hilft dieses Werk durch gemeinsames Lernen und Leben zum Frieden zwischen Muslimen und Christen. Schnellers gesegnetes Werk geht auch heute weiter in Khirbet Kanafar/Libanon und Amman/Jordanien. Es hilft gerade heute in der ungeheuren Not im Nahen Osten.

**Leitung:** Frieder Brey Mayer



## Württemberg und Russland

Sie liegen ja viele Kilometer auseinander, die beiden Länder. Und doch ist zwischen ihnen viel hin- und hergegangen: eine württembergische Prinzessin hat es bis zur russischen Zarin gebracht, ihre Tochter Katharina wiederum hat den württembergischen König Wilhelm I. geheiratet und zum Beispiel den Grund für das Katharinenhospital in Stuttgart gelegt und die Universität für Landwirtschaft in Stuttgart-Hohenheim. Da war auch die Zarentochter Olga aus Sankt Petersburg, die den württembergischen König Karl geheiratet hat und das »Olgäle«, das Kinderkrankenhaus in Stuttgart gegründet hat, dazu das Nikolausheim für Blinde in Stuttgart und viele segensreiche Einrichtungen gefördert hat wie Marienberg und das Diakonissenkrankenhaus in Stuttgart.

Ebenso haben in den Jahren nach der furchtbaren Hungersnot 1816 viele arme, hungernde Württemberger in Russland eine neue Heimat gefunden, am Schwarzen Meer und bis zu den Höhen des Kaukasus. Viele Württemberger haben im 2. Weltkrieg in Russland ihr Leben gelassen, umgekehrt haben viele russische Männer und Frauen als Zwangsarbeiter in Württemberg gelitten. Seit 1990 kamen zahlreiche Russlandsdeutsche zu uns, auch Nachfahren der Württemberger, die 1816 und danach aus dem Elend ausgewandert sind. Ein Hin und Her zwischen beiden Ländern, trotz manchem Leid auch oft segensreich!

**Leitung:** Frieder Brey Mayer

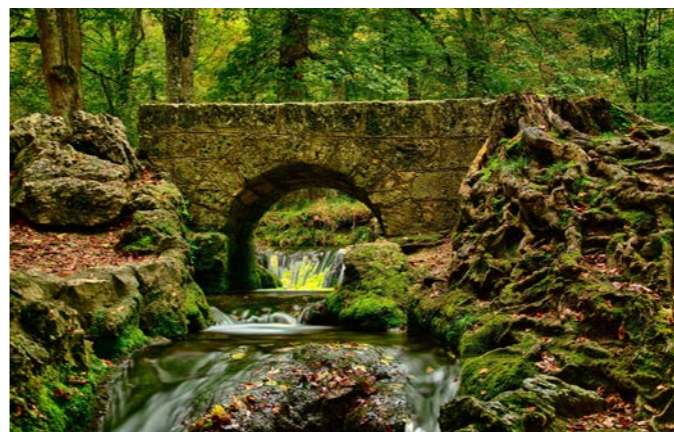


© Gispb / AdobeStock

## Württemberg und Frankreich

Die Schwaben sind nicht weit weg von la France. Das sieht man schon an der Sprache. Schwaben haben kein Problem mit der nasalen Sprache unserer Nachbarn. Sie sprechen wunderschön »bon jour«, während es die norddeutschen Landsleute nur zu »bong jour« bringen. Auch wissen Schwaben ganz genau, was »vis à vis« bedeutet, der »suttrei« (von sousterrain), was ein Bottschambr (un pot de chambre) ist, ein Trottwar (le trottoir), der Plaffo (le plafond) und viele, viele andere französische Wörter, die ihre deutschen Landsleute so nicht kennen. Woher kommt diese Kenntnis der französischen Sprache, auch bei ganz »einfachen« Leuten? Welche Rolle hat Frankreich gespielt, dass Württemberg 1534 evangelisch wurde? Mömpelgard-Montbéliard (in Frankreich bei Belfort) württembergisches Land von 1397 bis 1793!! Von wegen »Erbfeindschaft« zwischen Deutschland und Frankreich, wie es teutsche Nationalisten im 19. und 20. Jahrhundert predigten! Ja, es gab die französischen Einfälle unter dem »Nachtschattengewächs« namens »Sonnenkönig Louis XIV«, und die Zerstörung von Kloster Hirsau und die Kriege Napoleons. Aber ohne Napoleon auch kein Königreich Württemberg. Es gab immer wieder ein gutes Her und Hin zwischen den beiden entfernteren Nachbarn. Ganz überraschend: nach den Greueln zweier Weltkriege entstand 1950 die erste Partnerschaft zwischen Mömpelgard/Montbéliard und Ludwigsburg durch den Bürgermeister von Montbéliard, Widerstandskämpfer gegen die Nazis, im KZ Buchenwald und dann: wir müssen ganz neu mit einander anfangen! Seither gibt es viele Partnerschaften zwischen deutschen und französischen Gemeinden – auch bei Ihnen?

**Leitung:** Frieder Brey Mayer



## ➔ Querhinweise

Dorothee Sölle, Seite 13

Neues aus der Methodenkiste, Seite 35

Achtsamkeit und Stressreduktion, Seite 46

Achtsamkeitsmeditation für mehr Gelassenheit, Seite 46

# Pädagogik und Psychologie



Lebenswerte

Resilienz

Hochsensibilität

Streit und Zorn

**Selbstwirksamkeit**

Gewaltfreie Kommunikation

### Welche Werte vermitteln wir unseren Kindern?

In der Begegnung mit Afrikanern bekommen eigene Werte eine neue Dimension, müssen u.U. auch hinterfragt werden. Was kann ich von Afrikanern lernen? Gibt es Werte, die uns verbinden? Werte, die für alle gültig sind? Anhand zweier Bilderbücher entwickeln wir einen Wertekatalog aus zwei Kulturen.

Leitung: Elke Elwert

### Kinder lernen aus den Folgen – oder wie wir aus den alltäglichen Machtkämpfen mit unseren Kindern aussteigen

Wer kennt sie nicht, die alltäglichen kleinen und großen Kämpfe mit unseren Kindern, bei denen es eigentlich keine Sieger\*innen gibt. Welche Bedürfnisse dahinter stecken und wie wir und mit Hilfe von folgerichtigerem Verhalten viel Schimpfen und Strafen sparen können, wird Inhalt dieses Abends sein.

Leitung: Sandra Knauber

### In der Hitze des Zorns

Wut und Zorn sind die Emotionen, die für uns und unsere Kinder am schwersten zu kontrollieren sind und ein Familienleben am nachhaltigsten stören können.

Wie wir Kindern helfen, einen guten Umgang mit diesen Gefühlen zu erlernen und dabei selber gute Vorbilder sein können, wollen wir uns gemeinsam an diesem Abend anschauen.

Leitung: Sandra Knauber



© mandygotheater www.fotosearch.de

### Streit und Eifersucht unter Geschwistern

Wie kommt es dazu, wie können Eltern damit am besten umgehen und günstig auf die kleinen Streithälse einwirken?

Leitung: Sandra Knauber

### Vater, (Tages-)Mutter, Oma, Kind... wer bestimmt?

#### Wie können verschiedene Betreuungspersonen füreinander, wie auch fürs Kind zu einer Bereicherung werden?

Die eine richtige Erziehungsmethode gibt es nicht. Dennoch fällt es uns schwer, wenn andere, und sei es jemand aus der eigenen Verwandtschaft oder der andere Elternteil, »es« anders mit dem Kind machen, wie wir selbst »es« für richtig halten. Einerseits sind wir oftmals, aus beruflichen oder gesundheitlichen Gründen darauf angewiesen, dass sich andere um unser Kind kümmern oder wir brauchen einfach mal ab und zu eine »Aus-Zeit«; andererseits ist es nicht einfach, die Kindererziehung mit anderen Personen zu teilen und diese verantwortungsvolle Aufgabe damit ein Stück weit aus der Hand zu geben.

Wie kann Erziehung, an der unterschiedliche Personen, Generationen und »Miterzieher« wie Kindergarten, Schule, Hort, u.a. mitwirken, gelingen und sogar bereichern?

Worauf ist zu achten, damit das betreffende Kind nicht überfordert wird? Wie kann im konkreten Fall mit Konflikten, sowohl der Betreuungspersonen untereinander, als auch zwischen dem Kind und einer Betreuungsperson umgegangen werden?

Als berufstätige Mutter möchte ich Ihnen hierzu eine Vielzahl praktischer Anregungen und Hilfestellungen vermitteln.

Leitung: Rita Landenberger

### »Du fragst mir noch ein Loch in den Bauch«

#### Wie sag' ich's meinem Kind? – Umgang mit Kinderfragen

Kinder stellen viele Fragen und sind dabei, wie eine bekannte Kinderpsychologin schreibt, »Gäste, die nach dem Weg fragen.« Oft erheitern uns Kinderfragen – manchmal sind sie uns jedoch unangenehm oder machen uns gar unsicher und hilflos. Auf einiges haben wir selbst keine Antwort und vor manchem würden wir unsere Kinder gerne noch fernhalten und verschonen. Kinder spüren allerdings, wenn sie »verschont« und in Wirklichkeit angeschwindelt werden und sie nehmen letztlich all' das wahr, was wir ihnen ersparen wollten.

Mit welchen »schwierigen« Fragen müssen Eltern eventuell rechnen? Wie können Eltern auf entsprechende Fragen ihrer Kinder reagieren – ohne sie einerseits zu täuschen oder sie andererseits unnötig zu belasten? Es sollen verschiedene Wege und Möglichkeiten aufgezeigt werden, so dass Sie den zu Ihnen passenden »Antwortstil« finden können.

Leitung: Rita Landenberger

### »Szenen in der Familie« oder: »Spielchen«, die Kinder mit ihren Eltern und Eltern mit ihren Kindern spielen

»Ihr habt meine Schwester /meinen Bruder viel lieber als mich.«  
»Ich bin halt nun mal so...vergesslich, unordentlich, ungeschickt...«  
»Gleich, später, morgen.... erledige ich meine Aufgaben.«

Diese und viele andere Sätze und »Spielchen« haben ihren Sinn und Zweck, aber auch ihre Tücken im täglichen Miteinander. Sie nerven die Kinder und kosten die Eltern ein Übermaß an Kraftaufwand, Zeit und Kontrolle. Welches sind die am häufigsten angewandten »Spielchen« von Kindern und Eltern?

Welches Ziel wird mit den einzelnen Spielchen insgeheim verfolgt, was wird versucht, insgeheim damit zu vermeiden?

Woran erkennt man sie und wie entlarvt man sie?

Und vor allen Dingen: Wie setzt man sie außer Kraft?

Welche sinnvollen und konstruktiven Alternativen stehen uns zur Verfügung?

Leitung: Rita Landenberger

## Smartphone, Handy und Co. – Bildschirmmedien im Kindergartenalter

Bildschirmmedien gehören zu unserem gewohnten Alltag dazu. Abends noch gemütlich einen Film vor dem Fernseher anschauen, morgens schnell die Emails auf dem Laptop checken und tagsüber im Kontakt mit anderen per WhatsApp, Facebook und Instagram sein. Gleichzeitig sind wir verunsichert, wenn wir entscheiden sollen, welche Rolle Bildschirmmedien im Leben unserer Kinder einnehmen sollen. Wie lange sollen unsere Kinder fernsehen? Welche Apps sind geeignet? Was dürfen sie am Laptop spielen? All diesen Fragen wollen wir gemeinsam nachgehen.

**Leitung:** Carola Leonhardt

## Kinder unter 3 Jahren – welche High-Needs haben sie und wie können sie den Tag in der KiTa gut verbringen

In Deutschland besuchen 35% aller Kinder unter 3 Jahre 2020 eine KiTa. In den letzten Jahren wurde der Krippenausbau stark forciert, aber noch immer stellen sich betroffene Eltern und Großeltern die Frage: »Ist für unser kleines Kind ein Besuch in der KiTa wirklich gut?« Gemeinsam erörtern wir, was Kinder unter 3 tatsächlich brauchen. Wie muss ein Alltag und ein Umfeld aussehen, das die jungen Kinder zum Forschen, Entdecken und Wohlfühlen benötigt. Und welche Kriterien und Entscheidungshilfen kann es geben, um für jede Familie die passende individuelle Lösung zu finden.

**Leitung:** Evelin Weirauch

## »Ich will aber!« – Relaxter Umgang mit der Trotzphase

Die sogenannte Trotzphase wird von vielen Eltern gefürchtet. Schreiende Kinder im Supermarkt oder Kinder, die sich nicht die Zähne putzen lassen wollen, lassen uns Eltern immer wieder an den Rand der Verzweiflung bringen. Die gute Nachricht: ein relaxter(er) Umgang mit der Trotzphase ist möglich, wenn wir uns diese und deren Funktion genauer anschauen.

**Leitung:** Carola Leonhardt

## Was uns wichtig ist – Werte als Eckpfeiler für eine liebevoll-konsequente Erziehung

Im Familienbett schlafen oder schnell ins eigene Kinderzimmer? Gemeinsames Essen am Tisch oder auch mal zwischendrin am Sofa? Tagesmutter oder doch gleich in die Krippe? Eigenes Handy als Grundschüler/in oder doch warten? Als Familie sind wir immer wieder mit vielen alltagsbestimmenden Fragen konfrontiert. Daher ist es wichtig, sich immer wieder zu überlegen, welche Basics in der Familie wichtig sind. Denn Kinder brauchen in der Erziehung liebevolle Erwachsene, die ihnen Orientierung und Halt geben.

**Leitung:** Carola Leonhardt

## Was tun bei kindlichen Aggressionen? Die Evolutionspädagogik® zeigt einen möglichen Umgang damit

Aggression ist in allen Erziehungsbereichen ein großes Thema, immer häufiger stehen Eltern, Erzieher\*innen oder Lehrer\*innen den Wutausbrüchen von Kindern hilflos gegenüber. Gleichen Aggressionsausbrüche einem Rundumschlag, oder sind sie zielgerichtet auf eine Person gerichtet? Eine entscheidende Frage im Umgang mit Aggressionen. Die Evolutionspädagogik® hebt mit den »2 Gesichtern der Aggression« deutliche Unterschiede hervor. Wie Sie diese erkennen, einordnen und entsprechend handeln können, wird Thema an diesem Abend sein.

**Leitung:** Melanie Lerch



## Das Konzept der Evolutionspädagogik®

Die Evolutionspädagogik® ist ein Beratungs- und Trainingskonzept, das auf den aktuellen Erkenntnissen der Gehirnforschung beruht. Sie lässt uns Verhalten fundamental begreifen und Entwicklung gezielt aktivieren. Wir können das Verhalten einer Person grundsätzlicher und tiefer begreifen. Symptome werden nicht einzeln gesehen, sondern wie Puzzleteile zusammengesetzt und ergeben dann ein Gesamtbild. Eine wichtige Rolle spielen Wahrnehmung, Reaktion und Verhalten einer Person, sowie Entwicklungsschritte im Kleinkindalter. Mit dem Konzept der Evolutionspädagogik® kann es gelingen, direkt an den Ursachen der Verhaltensauffälligkeiten oder Lernprobleme anzuknüpfen und schnell sicht- und spürbare Erfolge zu erzielen.

**Leitung:** Melanie Lerch



## Sieben Sicherheiten, die Kinder brauchen

Die Evolutionspädagogik® zeigt wo die Grundlagen für eine positive Entwicklung liegen. Die kindliche Entwicklung folgt sieben naturgegebenen Evolutionsstufen. Dürfen Kinder diesen Entwicklungsweg ungestört durchlaufen, entfalten sie wie von selbst sieben Grundsicherheiten. Ist dies aus irgendwelchen Gründen (Stress, Unfälle, Ereignisse, schwierige Geburt...) nicht möglich, können sich Auffälligkeiten wie mangelndes Selbstvertrauen, Schüchternheit, Hyperaktivität, Aggression, Schlafprobleme, verzögerte Sprachentwicklung, Lernschwierigkeiten u. v. m. zeigen. Die Evolutionspädagogik® hilft kindliches Verhalten besser zu verstehen und zeigt einen Weg, um eine positive Entwicklung der Kinder gezielt zu aktivieren.

**Leitung:** Melanie Lerch

## Interkulturelle und -religiöse Erziehung am Kind

Es gibt sie, die internationale Verständigung auf der Grundlage von Mimik und Gestik. Wie kann wortlose Beziehungsentwicklung zu Mitmenschen und Schöpfung gelingen.

**Leitung:** Elisabeth Lorenzoni

## Tagesgestaltung mit dem kleinen Kind

Ein gleichmäßiger, im Rhythmus aufgebauter Tagesablauf hilft dem Kind, sich zu orientieren. Wiederkehrende Rituale bieten ihm Sicherheit und die Grundlage für eigenaktives Erkunden und Gestalten. An diesem Abend wollen wir darauf schauen, wie mit Hilfe der Piklerpädagogik und anderen Elementen, z. B. dem Blick auf den Rhythmus des Jahreslaufs, ein Tag strukturiert gestaltet werden kann. So werden gute Voraussetzungen geschaffen, das Kind zufriedener und unseren Tag entspannter und stressfreier zu erleben.

**Leitung:** Elisabeth Lorenzoni

## Konsequenz und Kompromiss – Kooperative Erziehung als Schlüssel für ein gelingendes Familienleben

Wie viel Konsequenz ist in der Erziehung richtig und wichtig und wann ist es angebracht gemeinsam Kompromisse auszuhandeln? Was genau verstehen wir überhaupt unter Konsequenz und was bedeuten Kompromisse für mich und mein Kind? Diese und weitere Fragen werden wir uns an diesem Abend stellen und uns vertieft mit einer kooperativen Erziehung auseinandersetzen. Eine kooperative Erziehung, in der Konsequenz und Kompromisse eine tragende Rolle einnehmen, kann nachhaltig Ihren Erziehungsalltag sowie die Entwicklung Ihres Kindes positiv beeinflussen. Ich lade Sie ein, sich an diesem Abend mit Konsequenz und Kompromissen in der kooperativen Erziehung zu befassen und biete Ihnen einen Rahmen um wertvolle Anregungen für Ihre Erziehung mitzunehmen.

**Leitung:** Yvonne Reyhing

## Positive Selbstwirksamkeit bei Kindern wecken

Kinder lernen sehr früh, mit welchen Verhaltensmustern sie sich durchsetzen können und welche Verhaltensweisen bei bestimmten Menschen auf wenig Gegenliebe stoßen. Je nachdem, welche Erfahrungen sie dabei machen, entsteht die eigene Selbstwirksamkeit: eine individuell unterschiedlich ausgeprägte Überzeugung, inwieweit Menschen sich Dinge zutrauen oder nicht.

In dieser Fortbildung beschäftigen wir uns damit, wie positive Selbstwirksamkeit (self-efficacy beliefs) in Kindern geweckt werden kann: ich kann etwas bewirken, ich schaffe das, ich will das Lernen, ich will auch diese Herausforderung oder gar schwierige Situation meistern usw. Persönliche Reflexion, kollegialer Austausch und vor allem eine Vielfalt praktischer Impulse für die Arbeit mit Kindern sind Teil dieser Fortbildung.

**Die Fortbildung findet an einem Vormittag von 8.30 – 12.30 Uhr statt.**

**Für pädagogische Fachkräfte**



**Leitung:** Ulrike Palmer



© Robert Kriesche / AdobeStock

## Resilienz bei Kindern fördern

Resilienz – mehr als ein neues pädagogisches Modewort? Ja, und es lohnt sich, in dieses spannende Thema einzusteigen. Denn hier geht es nicht um Probleme und Defizite, sondern um individuelle Stärken, Ressourcen und Widerstandskraft.

In dieser Fortbildung werden wir genauer erkunden, was sich hinter diesem Begriff verbirgt und wie die sogenannten Resilienzfaktoren uns helfen, als pädagogische Fachkräfte den Kindern – in unserem Alltag integriert – innere Stärke und Kompetenz zu vermitteln; viele praktische Ideen inbegriffen. Im zweiten Teil der Fortbildung denken wir zum einen über unsere eigene »resiliente« Haltung nach. Gemeinsam wollen wir die Vorzüge einer »resilienten« Haltung entdecken: Wie finden wir als pädagogische Fachkräfte (evtl. wieder) eine positive Sichtweise gegenüber uns selbst, der Situation und vor allem den Kindern gegenüber. Wo kommt uns ein resilientes Denken und Handeln zu gute? Wir fragen uns, wie wir als pädagogische Fachkraft den Alltag für uns und die Kinder leichter gestalten und uns dabei positiv unterstützen können. Zum anderen wollen wir gemeinsam alltagsnahe Ideen zur eigenen Resilienz und Entspannung ausprobieren, die sich gut in den Alltag in der Kindertagesstätte »hinüber retten« lassen.

**Diese zweiteilige Fortbildung kann entweder als ganztägige Veranstaltung oder an zwei Vormittagen angeboten werden.**

**Für pädagogische Fachkräfte**



**Leitung:** Ulrike Palmer

## Optimismus in Kindern wecken

Optimismus ist eine Lebenshaltung, die den Blick auf die positiven Möglichkeiten einer (auch schwierigen) Situation richtet. An diesem Abend beschäftigen wir uns damit, wie wir in unseren Kindern Optimismus wecken können und ihnen dabei helfen, zu einem offenen, lebensbejahenden und positiven Menschen heranzuwachsen.

Ebenfalls bietet Abend viele praktische Impulse für den Alltag: Wie können wir unsere Kinder ermutigen und innere Stärke vermitteln? Wie können den Kindern helfen, Misserfolge konstruktiv zu verarbeiten, damit es Ihnen gelingt, trotz Rückschlägen wieder aufzustehen und optimistisch weiter zu gehen. Hierzu erhalten Sie mutmachende Anregungen.

**Leitung:** Ulrike Palmer

## Konstruktiver Umgang mit Misserfolgen

Erfolge werden gerne berichtet und gehört. Doch unser Leben besteht nicht nur aus Erfolgen. Ein Scheitern erzeugt nicht selten Schuldgefühle, die in einem »nagen«. Aber können Misserfolge überhaupt konstruktiv verarbeitet werden? Und wie sieht ein gesunder Umgang mit Schuldgefühlen aus? In welcher Weise kann der Glaube uns helfen, Misserfolge zu verarbeiten? Lassen Sie sich überraschen, wie wir von »Nichterfolgen« langfristig profitieren können.

**Leitung:** Ulrike Palmer

## Kindern innere Sicherheit geben – in unsicheren Zeiten

Die Ereignisse der letzten Monate haben zeitweise den Familienalltag völlig verändert und alle Familienmitglieder mehr oder weniger verunsichert. Doch gerade in unsicheren Zeiten brauchen Kinder Halt. Deshalb stellt sich die Frage, wie wir als Eltern unsere Kinder liebevoll begleiten können und trotzdem ihnen die für sie notwendige sowohl innere als auch äußere Sicherheit geben. Wie kann es gelingen, unseren Kindern bei allen Herausforderungen Geborgenheit zu vermitteln, die Ihnen Halt und Stärke gibt? Hierzu erhalten Sie mutmachende Anregungen.

**Leitung:** Ulrike Palmer

## Online – offline? Wie können wir in der Familie gut miteinander kommunizieren?

Kommunikation und Beziehung in der Familie bewusst gestalten. Welche Chancen haben wir angesichts der Herausforderungen durch neue Medien, die innerfamiliäre Kommunikation im Alltag mit unseren Kindern neu zu gestalten? Der Abend bietet nach einer kurzen Einführung über die Veränderung unserer Kommunikationsstrukturen sowie unserer Lebenswelt viele praktische Impulse, wie es uns gelingen kann in der Familie gut im direkten Kontakt zu bleiben und unsere Kinder zu unterstützen ohne die Medien zu verteufeln.

**Leitung:** Ulrike Palmer

## Warum Kinder nicht (immer) hören

Manchmal hat es den Anschein, dass das, was wir zu unseren Kindern sagen oder besonders das, was wir von ihnen wollen, gar nicht bei ihnen ankommt. Nachdem wir an diesem Abend zuerst kurz über die Gründe hierfür nachdenken, wollen wir uns hauptsächlich damit beschäftigen, was uns kann helfen, dass unsere Kinder und wir wieder besser zuhören können – Hilfestellungen bzw. praktische Impulse für den Familienalltag inbegriffen.

**Leitung:** Ulrike Palmer

## Spielregeln in der Familie

In jeder Familie gibt es bestimmte Spielregeln; manche wurden von den Eltern bewusst gewählt, einige unausgesprochene Regeln haben sich im Laufe der Zeit »einfach so« eingespielt. Doch wie entstehen und wirken Regeln eigentlich? Wie viele Regeln sind sinnvoll? Wie können Eltern die Familienspielregeln positiv kommunizieren? Und wie können diese Familienregeln mit dem Alter der Kinder mitwachsen? Der Abend bietet zu diesen Fragestellungen konkrete Impulse und praktische Ideen, damit Regeln nicht nur ärgern, sondern als Spielregeln zu gelingendem Familienalltag beitragen.

**Leitung:** Ulrike Palmer

## Wie kann Glaube verwurzeln, stärken und Sicherheit geben?

An diesem Abend wollen wir entdecken, wie der Glaube für Kinder innere Kraft bedeuten kann und welche Ressourcen Kinder aus dem Glauben schöpfen können. Ebenso widmen wir uns den Themen, wie sich bei Kindern das Vertrauen auf Gott entwickeln kann, welche Rituale und praktische Ideen sich gut in den Familienalltag einbinden lassen und wie es gelingt, dass der Glaube mit dem Alter der Kinder mitwächst.

**Leitung:** Ulrike Palmer





## »Bloß nichts verpassen!«

### Wie Kinder lernen und die Welt verstehen und welche Rolle dabei die Erwachsenen einnehmen

Frühe Bildung? Wann müssen wir damit anfangen? Eltern fragen sich sehr häufig, wie sie ihr Kind darüber hinaus d.h. neben Erziehung und Fürsorge noch fördern können. Welche Angebote brauchen Kinder in welchem Alter und welches Spielmaterial sollte ihnen zur Verfügung stehen? Wie lernen Kinder überhaupt und welche Rolle nehmen dabei die Erwachsenen ein? Wie verhalte ich mich denn als Eltern beim Spiel meines Kindes? Ist es denn auch in Ordnung nur zu beobachten? Im Rahmen dieser Veranstaltung erhalten Eltern Input aus der Entwicklungspsychologie der frühen Kindheit und zur Bedeutung des kindlichen Spiels.

Als Elternnachmittag oder -abend denkbar.

Methode: Es erfolgt ein Wechsel zwischen Input und Austausch mit Hilfe von praktischen Beispielen

**Leitung:** Martina Ruggeri-Neuscheler



## Ich will nicht! Der Umgang mit kindlicher Selbstbestimmung

Was ist das für eine anstrengende Zeit! Eltern erleben das Streben ihrer Kinder nach Autonomie oftmals als Belastung und Grenzerfahrung. Was passiert in dieser Zeit eigentlich genau mit meinem Kind? Warum ist das alles immer so schwierig, wenn wir »nur« kurz vor die Türe wollen? Im Rahmen dieser Veranstaltung können Eltern die Bedeutung des so genannten ersten Autonomiealters ihres Kindes verstehen lernen. Sie werden angeregt über Möglichkeiten des Umgangs mit dieser Entwicklungsphase nachzudenken, um diese auch zu Hause erproben zu können. Als Elternnachmittag oder -abend denkbar. Methode: Es erfolgt ein Wechsel zwischen Input und Austausch mit Hilfe von praktischen Beispielen

**Leitung:** Martina Ruggeri-Neuscheler

## Hochsensible Kinder gut begleiten

Hochsensible Jungen und Mädchen zeigen ihren besonderen Wesenszug in einer großen Bandbreite von angstvoll-schüchtern bis laut-draufgängerisch. Häufig wird das Verhalten der Kinder falsch verstanden und die Kinder erleben ihr Anders-Sein belastend. Nach einer kurzen Einführung in die Welt der Hochsensiblen schauen wir auf den Kinderalltag und erleben »typische Situationen«, die Kinder und Eltern herausfordern. Damit ein hochsensibles Kind sich gut entwickeln kann, braucht es verständnisvolle Menschen an seiner Seite. Wir beschäftigen uns daher ganz wesentlich mit der Frage, wie Sie Ihr Kind in seinem Alltag unterstützen und begleiten können. Beispiele aus Ihrem Alltag sind willkommen!

**Leitung:** Eva Schaber

## Hochsensible Kinder erkennen und im Kita-Alltag gut unterstützen und begleiten

### Präsenzveranstaltung

Hochsensible Jungen und Mädchen nehmen ihre Umgebung intensiver wahr und sind den vielfältigen Reizen ihres Umfeldes stärker ausgesetzt. Die Bandbreite dieses Wesenszuges reicht von ängstlich-schüchtern bis laut-draufgängerisch. Es gibt nicht »das« hochsensible Kind. Die Hochsensibilität kann sich in ganz verschiedenen Facetten zeigen. Diese Fortbildung bietet Ihnen einen ersten Einstieg in die Welt der hochsensiblen Kinder. Wir schauen auf den Alltag in der Kita und erleben »typische Situationen«, die die Kinder herausfordern. Damit ein hochsensibles Kind sein eigenes Potential entwickeln kann, braucht es gute Wegbegleiter\*innen an seiner Seite. Wir beschäftigen uns daher ganz wesentlich mit der Frage, wie Sie als pädagogische Fachkraft ein hochsensibles Kind unterstützen und begleiten können.



### Für pädagogische Fachkräfte

**Leitung:** Eva Schaber



## Hochsensible Kinder in der Kita

### Reflexion und Austausch für pädagogische Fachkräfte – Webseminar oder Präsenzveranstaltung

Diese Kleingruppe ermöglicht die intensive Betrachtung der Bedürfnisse hochsensibler Kinder in Ihrer Einrichtung und einen Austausch unter Kollegen\*innen. Damit sich ein hochsensibles Kind mit all seinen Begabungen in eine Gruppe einbringen und dort wohl fühlen kann, braucht es eine besondere Unterstützung. Wenn Sie ein oder mehrere hochsensible Kinder in Ihrer Gruppe haben und sich fachlich gut begleitet darüber austauschen möchten, wie Sie diese Kinder ganz konkret unterstützen können, dann bietet dieses Webseminar hierfür den richtigen Rahmen. Aktuelle Informationen zum Thema »Hochsensibilität« bilden eine zentrale Grundlage.



### Für pädagogische Fachkräfte

**Leitung:** Eva Schaber



## Mein Inneres Kind wiederfinden

Jeder Mensch besteht aus verschiedenen Persönlichkeitsanteilen, die eigentlich harmonisch miteinander verbunden sein sollten. Das gesunde Innere Kind in uns repräsentiert unsere Lebensfreude, Begeisterungsfähigkeit, Kreativität, Intuition und Leichtigkeit.

Durch unsere Erziehung, gesellschaftliche Umstände, Erfahrungen in den ersten Lebensjahren verlieren die meisten Menschen mehr und mehr den Zugang zu dieser Quelle Ihrer Kraft und Selbstliebe.

An diesem Abend möchte ich Sie mit dieser großartigen Ressource in Ihnen bekannt machen. Sie lernen, wie Sie selbst wieder den Zugang zu Ihrem Inneren Kind schaffen und den Kontakt zu ihm erneuern können. Ich verspreche

Ihnen einen interessanten Abend und lege Ihnen einige einfach durchzuführende und in Ihren Alltag einzubauende Übungen ans Herz, die Sie staunen lassen werden.

**Leitung:** Rita Landenberger



## Neues aus der Methodenkiste

In unserer Gemeindegemeinschaft sind wir immer wieder mit Gruppen am planen und überlegen welche Themen und Ideen umgesetzt werden können. Im Seminar soll es darum gehen Methoden auszuprobieren wie man mit unterschiedlichen Gruppen von der Idee zur Umsetzung kommt. Wie sieht eine gute Ideensammlung aus? Welche Methoden können wir einsetzen, um Ideen zu bündeln und daraus Projekte entstehen zu lassen? Welche kleinen Methoden braucht eine Gruppe zwischendrin um motiviert und produktiv zu bleiben? Und wie komme ich schließlich zu einem guten Ergebnis?

Wir werden im Seminar Methoden praktisch ausprobieren und schauen was sich für welche Themen eignet.

**Leitung:** Katrin Fehrl



© contrastwerkstatt – Fotolia.com

## Achtsame und Gewaltfreie Kommunikation in Familie, Beziehung und Beruf

Wie wir miteinander sprechen prägt unsere Beziehung zueinander auf lange Zeit. Unbedachte Wörter sind schnell gesagt und können nicht zurückgeholt werden. Die Übung der achtsamen Kommunikation lädt uns ein unsere Bedürfnisse bewusst zu äußern und die der anderen wahrzunehmen. Erste Schritte dazu werden in diesem Vortrag mit anschließender Übung vorgestellt.

**Leitung:** Ulla König



© Konstantin Yuganov – Fotolia.com

## Beruf – Berufsmittle – Berufung, Klarheit gewinnen für ein erfülltes Berufsleben

Arbeit kann eine Quelle für Energie, Lebensfreude und Sinn sein – wenn wir eine klare innere Ausrichtung haben und im Kontakt mit unserem persönlichen »roten Faden« sind. Gönnen Sie sich eine Auszeit, um Ihre persönlichen beruflichen Prägnanzen, Potentiale und Werte zu betrachten. Sie entdecken den »roten Faden« Ihres bisherigen Arbeitslebens, der untrennbar mit Ihrer Identität verbunden ist. Sie kommen in Kontakt mit inneren Bildern und Ihren Kraftquellen. Innehalten und Auftanken ermöglichen Offenheit für neue Impulse und für eine Ausrichtung, die Sinn gibt. Wir arbeiten mit Methoden aus der Biographiearbeit – in der Gruppe, zu zweit und jede/jeder für sich. Sie werden in der Gruppe und im Einzelgespräch begleitet.

**Leitung:** Kerstin Maisch



# Nachhaltigkeit und Schöpfung



## Fairer Handel

Klimawandel

## Globalisierung

Kaffee und Schokolade

### Globalisierung ist gestaltbar

Seit Mitte der 70er Jahre gibt es die Arbeit des Fairen Handels. Was will der Faire Handel? Wie funktioniert er? Wer profitiert davon? Was kann mein Beitrag sein, Globalisierung positiv mitzugestalten und trotzdem mein Familienbudget nicht zu überlasten?

**Leitung:** Elke Elwert

### »...damit unsere Enkel gut leben können«

Die Klimaaktivistin Luisa Neubauer sagt: »Ich wünsche mir, dass Menschen, die sich in Gemeinden engagieren, die sich mit Religion, Glaube, Gott, Frieden, Schöpfung und Hoffnung beschäftigen, zu unseren Verbündeten werden.« Dieser Einladung können wir folgen. Auch kommende Generationen sollen auf diesem blauen Planeten gut leben können. Spirituelle Texte helfen dabei mehr als moralische Appelle. Wir entdecken solche bei Papst Franziskus oder Dietrich Bonhoeffer, aber auch in anderen Religionen oder bei staunenden Naturwissenschaftlern. Davon wollen wir uns inspirieren lassen. Und dann miteinander ins Gespräch kommen, was wir als Einzelne und als Gesellschaft tun können, damit unsere Enkel gut leben können. Der Abend ist eine Einladung zu einer spirituellen Entdeckungstour.

**Leitung:** Dr. Günter Banzhaf

### Politik mit dem Einkaufskorb

Erdbeeren und Tomaten im Winter? Das T-Shirt für 5,-€? Kann denn Schnitzel essen Sünde sein? Hat mein Einkaufsverhalten Auswirkungen auf die Ungerechtigkeit dieser Welt? Was kann ich als Verbraucher\*in schon positiv bewirken? Wie kann, soll, muss eine gerechtere Zukunft für alle aussehen?

**Leitung:** Elke Elwert



© DCC RABE Media / AdobeStock

### Hoffnungsprojekte aus der Welt des Fairen Handels

Verantwortungsvoller Konsum ist ganz einfach – jede Tasse Kaffee und jeder Schokoriegel aus Fairem Handel stärkt kleinbäuerliche Erzeuger\*innen und schafft Lebensperspektiven für sie und ihre Familien. Drei Beispiele aus Peru, Honduras und Ghana machen Hoffnung, welche Veränderungen durch Fairen Handel möglich sind.

**Leitung:** Mechthild Ruf



© bunyart / AdobeStock

### Stationenweg zum Klimawandel

Eine abwechslungsreiche und anschauliche Art, sich mit dem Klimawandel zu beschäftigen, bieten wir mit dem Stationenweg an.

Vier Themenwege stehen zur Auswahl:

- Wasser
- Energie
- Verkehr
- Ernährung

Die Wegstrecke an Ihrem Ort legen wir jeweils mit Ihnen als Veranstalter fest. Bei jedem Themenweg gehen wir zu einzelnen Stationen – mit Informationen und Lesungen. Beim Gehen wollen wir miteinander ins Gespräch kommen. Mit einer Meditation schließen wir ab.

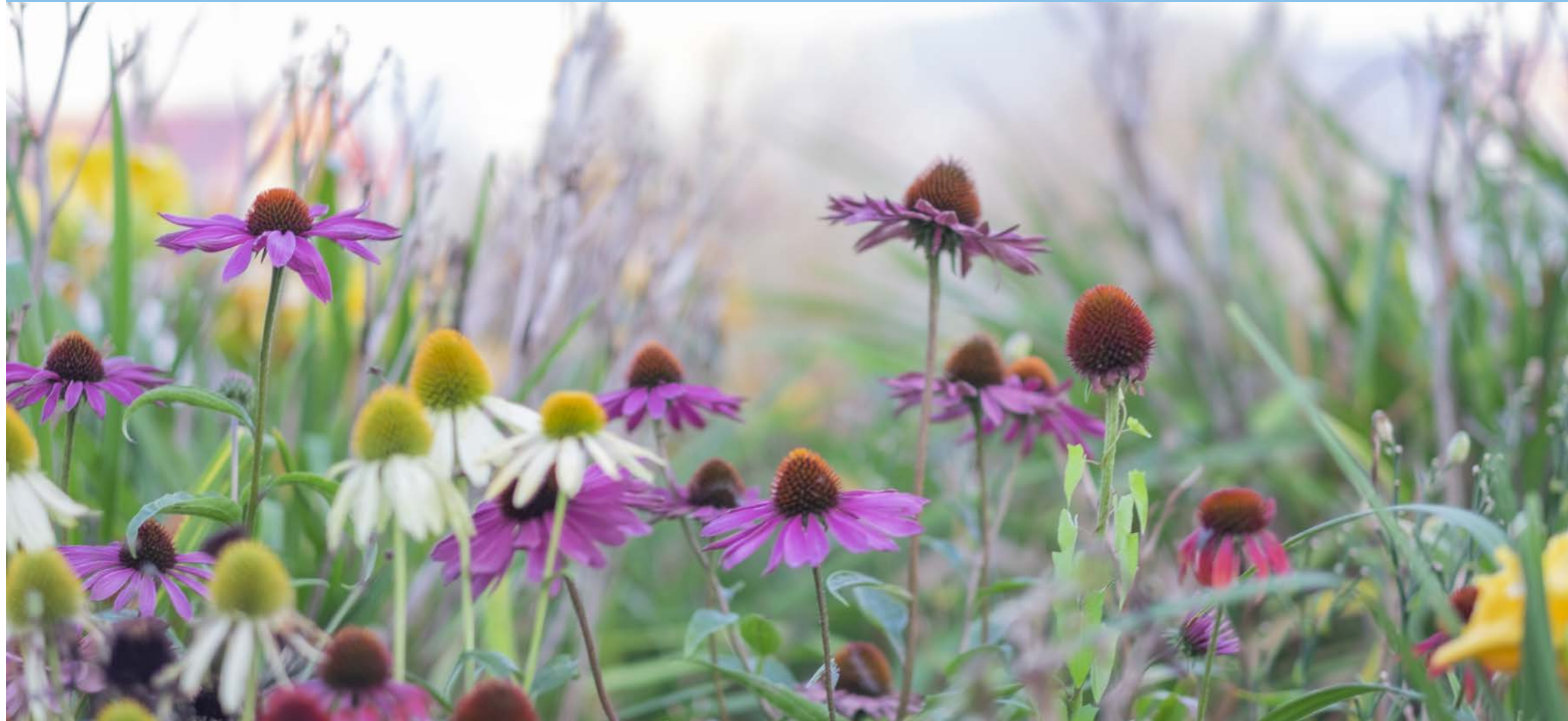
Jeder Themenweg dauert etwa 1 ½ Stunden; er findet bei jedem Wetter statt.

**Leitung:** Bärbel und Richard Haug



© Romo Tavani / AdobeStock

# Gesundheit und Selbstfürsorge



**Achtsamkeit**

Allergien

**Homöopathie**

Stressreduktion

**Rückenstärkung**

### Sanfte Hilfe für den Rücken – die Dorn-Methode

Aufgrund von falschen oder einseitigen Bewegungen, Stürzen, Beckenschiefstand und vielem mehr kann es zur Blockierung von Wirbeln kommen. Die Dorn-Methode bietet die Möglichkeit, blockierte Wirbel auf sanfte Weise wieder an die richtige Position zu bringen. Durch diese schonende Anwendung wird die Statik des Körpers normalisiert, die Beweglichkeit der einzelnen Wirbel verbessert und eventuell gequetschte Nerven freigelegt. Damit ist sie bei sämtlichen Rückenbeschwerden einsetzbar. Aber auch bei funktionellen Organstörungen, die mit einer Wirbelblockade einhergehen, bietet die Dorn-Methode Hilfe an.

Der Vortrag führt theoretisch in diese Therapieform ein, zeigt einige Selbsthilfeübungen und beantwortet offene Fragen.

Leitung: Michael Schray



### Allergien, deren Entstehung und Behandlungsmöglichkeiten

In den letzten 30 Jahren ist weltweit eine deutliche Zunahme allergischer Erkrankungen zu beobachten. Dazu gehören neben Heuschnupfen, allergischem Asthma und Neurodermitis auch Nahrungsmittelallergien und Unverträglichkeiten.

Die NAET-Therapie ist eine wunderbare Art Allergien effektiv zu behandeln. Sie ist wirksam und schmerzfrei und erfolgt ohne Medikamente. Sie bietet die Möglichkeit sich nicht dauerhaft einschränken zu müssen und hebt die Lebensqualität erheblich. Das Immunsystem wird gestärkt und somit können sich auch in anderen Bereichen Verbesserungen einstellen. Das Verfahren eignet sich auch für die Therapie von Babys und Kleinkindern.

In diesem Vortrag erhalten Sie Informationen über die Entstehung von Allergien und deren Behandlungsmöglichkeit in der Naturheilpraxis. Eva-Maria Stielow (Heilpraktikerin, NAET-Therapeutin) gibt Ihnen eine Einführung in die NAET-Methode und zeigt Fallbeispiele aus der eigenen Praxis.

Leitung: Eva-Maria Stielow



### Homöopathie für Kinder – was tun, wenn das Kind krank ist?

Die Homöopathie kann auf einfache und wirkungsvolle Weise den Heilungsprozess des Kindes unterstützen – und das ohne Nebenwirkungen. Die Selbstheilungskräfte werden angeregt und die Gesamtpersönlichkeit des Kindes gestärkt.

In dem Vortrag geht es darum, welche Mittel man wann anwenden kann, wie die Verabreichung ist, was in die homöopathische Hausapotheke gehört und wann man mit dem Kind doch zum Arzt soll.

Leitung: Michael Schray



### Eine Reise in die Welt der Aromaöle...

Sie erhellten und begleiten im Winter

In den ätherischen Ölen ist die Sonne des Sommers, seine vielfältigen Düfte und Aromen eingefangen und sie werden oft als Stimme/Seele der Pflanze beschrieben. Sie sind eine hervorragende Antwort auf die Herausforderungen der heutigen Zeit – Stress, schädliche Inhaltsstoffe z. B. in diversen Körperpflegeprodukten und Reinigungsmitteln und deren Auswirkungen auf unseren Körper. Ätherische Öle sind eine gute Alternative aufgrund ihrer positiven Eigenschaften für Körper, Geist und Seele und sie wirken meist sofort auf unsere Stimmung und unser Wohlbefinden ein.

In diesem Vortrag erfahren Sie: allgemeines zu den Aromaölen, wie ihre Gewinnung und Verarbeitung. Lernen ihr Wesen und ihre Wirkung, sowie ihre Anwendung in Form belebender und aufhellender Düfte für die Aromalampe kennen ebenso ihre Anwendung zur Raumbefugung und als mögliche Vorbeugung und Unterstützung in der Erkältungszeit.

»Pflanzendüfte sind die Musik für unsere Sinne« Altpersisches Sprichwort  
Ein Abend für die Sinne mit vielen Düften zum »Schnuppern«

Leitung: Barbara Ziegler-Schneeberger



## Gute Laune und neue Lebenskraft mit Bitterstoffen

»Was bitter dem Mund, ist für den Magen auch gesund«, lautet eine alte Volksweisheit. Das Wissen um die erstaunliche Wirkung der Bitterstoffe in Kräutern, Gemüse und Wurzeln wurde früher in den Klöstern aktiv gepflegt. Bitter, der fast vergessene Geschmack erlebt gerade auf kulinarischem und gesundheitlichem Gebiet eine Art Renaissance. Und das nicht ohne Grund, denn die häufig verkannte Geschmacksrichtung der Bitterstoffe hat der Gesundheit viel zu bieten. Sie aktivieren die Verdauung, regen den Appetit an und stimulieren das Immunsystem. Nicht umsonst sind sie die Basis vieler Lebenselixiere.

An diesem Abend erfahren Sie genaueres über die Bitterstoffe und warum sie von vielen Pflanzen überhaupt produziert werden. Sie lernen Pflanzen kennen, die vor »Bitternis« strotzen und erfahren nebenbei, warum sie den Heißhunger auf Süßes dämpfen können. Leckere Kostproben bringen uns das Ganze näher.

Auf Wunsch sind Kostproben möglich gegen einen Unkostenbeitrag, z. B. eine Rosmarinbutter ...

**Leitung:** Barbara Ziegler-Schneeberger



## »Zauber der Gewürze« – was die Kräuter dem Sommer, sind die Gewürze dem Winter...

### Wärmende Begleiter in der kalten Jahreszeit...

Feine Düfte von Zimt, Vanille und Kardamom zaubern märchenhafte Stimmungen. Ihr Geschmack streichelt den Gaumen und entführt uns in ferne Welten. An diesem Abend lernen Sie die wichtigsten Gewürze kennen, deren Inhaltsstoffe und Heilkraft und erfahren nebenbei, welches Gewürz am besten wofür verwendet wird. Und das nicht nur in der Vorweihnachtszeit. Ein Abend mit kleinen Gewürz-Duftgläschen zum Riechen für die Sinne.

**Leitung:** Barbara Ziegler-Schneeberger



## »Topfit statt Triefnase«

### Genießen und Gesundbleiben im Herbst – heimisches Superfood hilft uns auf die Sprünge...

Das Immunsystem – unsere Schwäche, unsere Stärke!

Möchten Sie dem Erkältungswetter und der Winterdepression ein Schnippchen schlagen und abwehrstark durch Herbst und Winter gehen? Sie erfahren, wie Sie Ihr Immunsystem trainieren können, welche Lebensmittel, sprich heimische Superfoods in dieser Jahreszeit besonders wertvoll sind und welche weiteren Kräfte (Echinacea, Propolis, Thymian, usw.) uns aus der Natur zur Verfügung stehen.

**Leitung:** Barbara Ziegler-Schneeberger



## Achtsamkeit und Stressreduktion

Achtsamkeit kann uns dabei helfen Stress, Unruhe und Anspannung zu mindern. Sie lädt uns ein, neue Wege einzuschlagen, die zu mehr Ruhe und Gelassenheit führen. Welche ersten Schritte wir dafür in unserem ganz alltäglichen Erleben tun können, wird in diesem kurzen Vortrag mit anschließender Übung vorgestellt.

**Leitung:** Ulla König

## Achtsamkeitsmeditation für mehr Gelassenheit

Gerade in herausfordernden Situationen haben wir Schwierigkeiten damit, uns so wichtige Qualitäten wie Ruhe und Klarheit zu bewahren. Dabei sind sie es, die uns befähigen wichtige Entscheidungen zu treffen und Konflikte friedlich zu lösen. Wie wir mittels Übungen der Achtsamkeit mehr Gelassenheit in unseren Alltag einladen, wird in diesem kurzen Vortrag mit anschließender Übung vorgestellt.

**Leitung:** Ulla König

## Ich tu mir gut! – kreativer Umgang mit Stress

Ein gewisses Maß an Stress gehört zum Leben. Häufig wird dieses Maß jedoch überschritten. Ständige Neuanpassung und die Erfüllung von Bedürfnissen anderer strengen an und kosten viel Kraft und Energie. Wie sorgen wir gut für uns selbst, damit wir auf Dauer nicht ausbrennen?

In diesem praktisch-orientierten Vortrag werden die körperlichen und seelischen Zusammenhänge von Stress erläutert. Wege werden gezeigt, auf kreative und lösungsorientierte Weise mit Stress, Überlastung und dem Gefühl der Überforderung umzugehen.

**Leitung:** Michael Schray

## Verzeichnis Kursleiter\*innen und Referenten\*innen

Name, Vorname	Berufsbezeichnung	Seitenzahl der Angebote
Banzhaf, Dr. Günter	Pfarrer i. R.	17, 38
Brey Mayer, Frieder	Pfarrer i. R.	12, 17, 18, 20, 21
Deissing, Bettina	Pfarrerin, Studienrätin, Erwachsenenbildnerin (Diplom)	16
Dettweiler, Karin	Trauerbegleiterin	18
Elwert, Elke	Dipl.-Pädagogin, Bildungsreferentin für nachhaltige Entwicklung	12, 19, 24, 38
Ender, Michaela	Krankenschwester	16, 19
Fehrle, Katrin	Dipl.-Sozialpädagogin	34
Haug, Bärbel	Oberstudienrätin a. D.	12, 18, 39
Haug, Reinhart	Pfarrer i. R.	39
Haug, Richard	Dekan i. R.	39
Knauber, Sandra	Systemische Familien- und Paartherapeutin, Systemische Supervisorin, Erzieherin	24, 25
Knöppler, Thomas	Pfarrer	13
König, Ulla	Achtsamkeits- und Meditationslehrerin, Kommunikationstrainerin	35, 45
Koser-Fischer, Thomas	Pfarrer i. R.; Supervisor DGSv	9
Landenberger, Rita	Systemische Paar- und Familientherapeutin, Sozialpädagogin (FH), Staatlich anerkannte Erzieherin	25, 34
Leonhardt, Carola	Sozialpädagogin (M. A.), sozialpädagogische Beraterin	26
Lerch, Melanie	Evolutionspädagogin und Lernbegleiterin der Praktischen Pädagogik	27, 28
Leube, Frieder	Diakon	8
Lorenzoni, Elisabeth	Waldorf-Erzieherin, Kleinkindpädagogin, Weiterbildung in Emmi-Pickler-Seminaren	28
Maisch, Kerstin	Dipl.-Rel.-Pädagogin	35
Palmer, Ulrike	Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Systemische Familientherapeutin	29, 30, 31
Pfitzer, Katja	Pfarrerin	6, 7, 9, 10, 11
Reyhing, Yvonne	Erziehungswissenschaftlerin, MA Frühe Kindheit, BA Soziale Arbeit	28
Rudolph, Dominica	Ordensschwester (Modedesignerin in Ausbildung, Tanzpädagogin für Dance & Praise)	10
Ruf, Mechthild	Dipl.-Volkswirtin, Weltladen Reutlingen	39
Ruggeri-Neuscheler, Martina	Dipl.-Pädagogin, Dipl.-Sozialpädagogin, Staatlich anerkannte Erzieherin, Theaterpädagogische Spielleiterin	32
Schaber, Eva	Politologin (M. A.), Pädagogin, Mediatorin, KOMPASS Hochsensibilität	32, 33
Schray, Michael	Heilpraktiker	42, 43, 45
Stielow, Eva-Maria	Staatlich geprüfte Masseurin und Heilpraktikerin	42
Weirauch, Evelin	Erzieherin	26
Weller-Eylert, Angelika	Referentin, früher: Buchhändlerin, Referentin i. d. Evang. Frauenarbeit, Trauerbegleiterin Feministische Theologie-Treibende	6, 7, 9, 10, 11
Ziegler-Schneeberger, Barbara	Gesundheitstrainerin Ernährung, Heilpflanzenfachfrau, Wechseljahresberaterin / Kursleitung Wechseljahre GfG	43, 44, 45
Zirngibl, Brigitte	Lebens- und Sozialberaterin	8

## Datenschutz / Impressum

### Evangelische Bildung Reutlingen, Haus der Familie und Kreisbildungswerk

Pestalozzistraße 54, 72762 Reutlingen  
Telefon: 0 71 21 / 92 96 -11  
Telefax: 0 71 21 / 92 96 -23

E-Mail: [info.bildung@kirche-reutlingen.de](mailto:info.bildung@kirche-reutlingen.de)  
[www.evangelische-bildung-reutlingen.de](http://www.evangelische-bildung-reutlingen.de)

Bankverbindung: Kreissparkasse Reutlingen  
IBAN: DE87 6405 0000 0000 0418 94  
BIC: SOLADES1REU  
Gläubiger-ID: DE75ZZZ 000000 36061

Bankverbindung für Spenden:  
IBAN: DE65 6405 0000 0000 0048 48  
Kennziffer: 48-57  
BIC: SOLADES1REU

**Verantwortlich für den Inhalt des Kursprogramms:** Frieder Leube

**Fotos:** Die Fotografien stammen teilweise aus unseren Kursen und Vorträgen. Für die freundliche und entgegenkommende Unterstützung bedanken wir uns bei unseren Kursleitern \*innen und Kursteilnehmern\*innen.

Titelfoto: © sarajuggernaut – pixabay.com, Seite 3 und 14/15: © estherpoon / AdobeStock, Seite 3 und 22/23: © Irina84 / AdobeStock, Seite 3 und 36/37: © Panya Studio / AdobeStock, Seite 3 und 40/41: © Ana Tramont / AdobeStock  
Weitere Quellen: siehe Hinweise bei den Fotos

Wir haben uns bemüht, die Rechte für die abgedruckten Bilder zu klären. Sollte uns das in einzelnen Fällen nicht gelungen sein, geben Sie uns bitte Nachricht, wir werden dies umgehend korrigieren.

**Gestaltung | Design:** FREIRAUM K . Kommunikationsdesign . Karen Neumeister, [www.freiraum-k.de](http://www.freiraum-k.de)