

JULI-DEZEMBER 2021

FREIES
BILDUNGSWERK
BOCHUM



STAATLICH
ANERKANNTE
EINRICHTUNG DER
WEITERBILDUNG

FREIES BILDUNGSWERK BOCHUM

für anthroposophisch orientierte Menschenkunde,
Pädagogik, soziale Lebensgestaltung und Kunst

Staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung

Trägerverein und Anschrift:

Freies Bildungswerk e. V. Bochum
Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum
(im Kulturhaus OSKAR, am Schauspielhaus)
Tel. 0234-67661, Fax 0234-6406407
info@fbw-bochum.de
www.fbw-bochum.de

Persönlicher Kontakt/Beratung:

Das Freie Bildungswerk Bochum ist von Montag bis Donnerstag von 10:00 Uhr bis 15:00 Uhr sowie Freitag von 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr für eine Beratung erreichbar. Weitere Termine nach Vereinbarung. Sollten Sie uns persönlich nicht erreichen, hinterlassen Sie bitte eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter. Wir rufen gerne zurück.

Anmeldung unter www.fbw-bochum.de
oder telefonisch unter 0234 67661

Sprachregelung:

Zur Vereinfachung beim Schreiben und Lesen wird die männliche Form verwendet: der Teilnehmer, der Kursleiter usw. Diese Bezeichnung dient als allgemeiner Gattungsbegriff und schließt alle Geschlechter automatisch mit ein.

Ihr Lob sowie Anregungen, Verbesserungsvorschläge und Kritik nehmen wir gerne per Email, Telefon oder Fax entgegen.

Bankverbindung:

GLS Gemeinschaftsbank Bochum
IBAN: DE72 4306 0967 0017 7412 10
BIC: GENODEM1 GLS



„Krisen sind Angebote des Lebens, sich zu wandeln. Man braucht noch gar nicht zu wissen, was neu werden soll. Man muss nur bereit und zuversichtlich sein.“

Luise Rinser

Herzlich willkommen!

Nun haben wir bereits mehr als ein Jahr mit Corona hinter uns. Trotzdem bleiben wir zuversichtlich und blicken optimistisch in die Zukunft. Krisen, wie diese reißen uns aus der Gleichgültigkeit, wecken Kraftreserven, geben Denkanstöße für Veränderungen und Verbesserungen, Fortschritte und positive Entwicklungen.

Wir haben trotz vieler Kursausfälle und Absagen niemals aufgegeben, haben auch für das zweite Halbjahr 2021 wieder ein interessantes und vielfältiges Programm für Sie zusammengestellt. Gerne möchten wir Sie einladen, nach vorne zu schauen, sich vielleicht mit Hilfe unserer Kurse neu zu orientieren, neue Wege zu gehen oder alt vertrautes weiter zu festigen.

Auch wir mussten uns neu orientieren. Aufgrund der andauernden Situation haben wir uns mit Kürzungen und Einsparungen beschäftigen müssen, um das Bildungswerk gut und sicher durch diese Krise zu steuern. So haben wir uns entschlossen, unser Programmheft zu verschlanken und die ausführlichen Kursbeschreibungen nur noch auf unserer Website www.fbw-bochum.de zu veröffentlichen. Auf Nachfrage senden wir Ihnen gerne eine ausführliche Kurs-Aus-schreibung zu. Wir hoffen, zum Wohle des Freien Bildungswerkes, auf Ihr Verständnis für diese Maßnahmen.

Lassen Sie sich bitte auch weiterhin durch unsere Bildungsurlaube, Kurs- und Seminarangebote begeistern und inspirieren. Holen Sie sich Anregungen und betrachten Sie uns, auch in der Krisenzeit, als einen Wegbegleiter. Verlieren Sie nicht die Freude am Tun und seien Sie offen für alles Neue. Geben wir auch unseren Online-Kursen eine Chance! Lassen Sie uns diese Zeit gemeinsam als Chance und Neuorientierung, als Perspektiven- und Wertewandel betrachten.

Das Team des Freien Bildungswerkes Bochum

Inhaltsverzeichnis

Bildungsurlaube	3
Online-Bildungsurlaube	24
Fortbildungen	25
Lebensgestaltung	28
Natur erleben · Geomantie	38
Anthroposophie · Spiritualität	46
Gesundheit · Ernährung	48
Körper und Bewegung	49
Kreativität · Bildende Kunst	53
Musik und Gesundheit	54
Online-Kurse	56
Kursleiter · Kursangebote	58
Kursleiter · Vitae	59
Allgemeine Geschäftsbedingungen	62
Vorstand und Kooperationspartner	64
Impressum	64

Regelung bezüglich Ermäßigungen: Wir verzichten grundsätzlich auf Ermäßigungen unserer Kurse. Sollte Ihnen eine Teilnahme aus finanziellen Gründen nicht möglich sein, sprechen Sie uns an!

Informationen zum Bildungsurlaub

Mit dem Bildungsurlaub fördert der Staat die Initiative von Arbeitnehmern zum lebenslangen Lernen. Eine Woche oder mindestens drei Tage lang lernen, neue Erkenntnisse gewinnen - beurlaubt von der Arbeit. Die Kosten teilen sich Arbeitnehmer (Seminargebühren) und Arbeitgeber (Lohnfortzahlung). Arbeitnehmer können beim Bildungsurlaub selbst die inhaltlichen Schwerpunkte ihrer Weiterbildung festlegen (www.bildungsurlaub.de).

Erkundigen Sie sich außerdem nach der Möglichkeit, einen Bildungsscheck oder eine Bildungsprämie zu bekommen. Dadurch sind 50% Ermäßigung auf den Seminarpreis möglich! Wenden Sie sich dazu bitte an eine Volkshochschule (Weiterbildungsberatungsstelle) oder eine Industrie- und Handelskammer in Ihrer Nähe (www.bildungspraemie.info).

Das Freie Bildungswerk Bochum ist nach den §§ 9,10 Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) NRW eine anerkannte Einrichtung. Eine Besonderheit des Bildungsurlaubsgesetzes von NRW ist, dass die Veranstalter anerkannt werden, nicht die einzelnen Veranstaltungen.

Bildungsurlaube des Freien Bildungswerks Bochum

Unsere Bildungsurlaube sind offen für alle!

Anmeldungen oder Voranmeldungen (vorbehaltlich der Zustimmung durch den Arbeitgeber) sind online möglich. Sie erhalten automatisch eine Anmeldebestätigung und alle nötigen Unterlagen.

Unsere Schulplaner:

unkaputtbar!



Druckerei Nolte

www.druckerei-nolte.de | Tel. (0 23 71) 97 65 - 30

Reif für die Insel - Burnout-Prophylaxe, Stressbewältigung und Achtsamkeitstraining auf Schiermonnikoog

Mitten im Weltnaturerbe Wattenmeer auf der Nordseeinsel Schiermonnikoog ist der ideale Ort für ein Training zur Stressbewältigung, Achtsamkeit und Burnout-Prophylaxe. Wir lernen Bewegungs- und Atemübungen aus der Salutogenese kennen und praktizieren verschiedene Meditationstechniken. An Europas breitem Sandstrand kannst Du die Seele weiten und Kraft tanken. Ein idealer Ort für Entspannung, für Begegnung und Inspiration. Hier fällt es leicht, zu innerer Ausgeglichenheit zurückzufinden.

Leitung: Christine Blanke

Ort: Seminarhaus Springfield, Melle Grietjespad 17,
9166 LT Schiermonnikoog, NL

Gebühr in EUR: je 420,00

Dauer: je 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU12

C: Mo 12.07.2021 bis Do 15.07.2021 — 08:00 bis 21:00 Uhr
Fr 16.07.2021 — 08:00 bis 15:00 Uhr
D: Mo 04.10.2021 bis Do 07.10.2021 — 08:00 bis 21:00 Uhr
Fr 08.10.2021 — 08:00 bis 15:00 Uhr
E: Mo 27.09.2021 bis Do 30.09.2021 — 08:00 bis 21:00 Uhr
Fr 01.10.2021 — 08:00 bis 15:00 Uhr

Sommerkräuter - Wilde Kräuterküche und selbst gemachte Heilkräuterapotheke

Wir sammeln unsere Kräuter an den schönsten Ausflugszielen des Ruhrgebietes. Daraus zaubern wir ein Kräutermenü. Auch Heilkräuter werden Sie kennenlernen. Geeignet für alle Kräuter-Interessierte, für Erzieher, Lehrer, Krankenpfleger, Heilpraktiker, Köche, Hauswirtschafter, Gärtner und alle, die ihr Kräuterwissen weitergeben möchten, für Anfänger und Fortgeschrittene.

Leitung: Claudia Backenecker, Ursula Stratmann

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 380,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU18

Mo 02.08.2021 bis Fr 06.08.2021 — 09:30 bis 16:30 Uhr

Ein Training in Körpersprache am Strand von Renesse

Souverän auftreten, entspannter wirken, leichter kommunizieren

... mit genügend Abstand, bei frischer Luft ...

Mithilfe von vielen Übungen werden Sie in dieser Woche Ihre Stärken besser kennenlernen, und diese mit Leichtigkeit besser einsetzen für mehr Souveränität in Beruf und Alltag. Ein Training in Körpersprache.

Leitung: Martina Mann

Ort: Hotel De Zeeuwse Stromen, Duinwekken 5, 4325 GL Renesse, NL

Gebühr in EUR: 360,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 20BU43

B: Mo 16.08.2021 — **14:00 bis 21:30 Uhr**
Di 17.08.2021 bis Do 19.08.2021 — **09:30 bis 18:00 Uhr**
Fr 20.08.2021 — **09:30 bis 15:00 Uhr**

Gedächtnistraining - nicht nur für Berufstätige

Ziel dieses Seminars ist es, die Gedächtnisleistung zu verbessern und einen Einblick in die Arbeitsweise des Gehirns zu bekommen. Theorie und Praxis gehen hierbei Hand in Hand. Das Vorstellen von Lernhilfen und das Einüben von Memotechniken zum Einprägen von Namen, Zahlen und Fakten ergänzen das abwechslungsreiche Übungsangebot.

Leitung: Dr. Michaela Waldschütz

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 310,00

Dauer: 24 Kursstunden, 3 Tage

Kursnummer: 21BU13

B: Mi 18.08.2021 bis Fr 20.08.2021 — **09:30 bis 16:30 Uhr**

Hisst die Segel. Stärke Dich. Kläre Dich. Zeige Dich!

Mehr Ausstrahlung und Überzeugungskraft für ein erfolgreiches Berufs- und Privatleben

Bei unserem etwas anderen Designcoaching-Seminar kombinieren wir Schiff und Insel! Mit einem Plattboden-Segelschiff segeln wir zu der Insel Schiermonnikoog. Wir werden beim „Trockenfallen“ des Bootes und Gang im Watt an unserer Ausstrahlung und Überzeugungskraft arbeiten.

Das Seminar ist geeignet für Menschen, die sich in ihrem Leben besser auf die Spur kommen wollen. Menschen, die ihre Selbstmanagementfähigkeiten ausbauen wollen oder sich in ihrer jetzigen beruflichen Situation stärken wollen. Für alle, die sich gerade in einer beruflichen Erst- oder Neuorientierung befinden oder die sich eine neue Herausforderung (noch nicht) vorstellen können.

Leitung: Jens Steinhagen, Stefanie Joris

Ort: Het Dorpshuis, Torenstreek 18a, 9166 LK Schiermonnikoog, NL

Gebühr in EUR: 520,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU38

Mo 30.08.2021 bis Fr 03.09.2021 — 09:30 bis 17:30 Uhr

Fortbildung in Klangarbeit, Klangmassage, Atem und Stimme im Therapie-, Pflege-, Kinder-, Wellness- und Business-Bereich

Klangtherapiefortbildung und Retreat zur Gesundheitsförderung

In dieser Fortbildung lernen Sie, welche Möglichkeiten es gibt, mit klangtherapeutischen oder anderen für die Klangmassage-Praxis geeigneten Instrumenten zu spielen und sie im Beruf oder privat einzusetzen. Eine große Anzahl von hervorragenden klangtherapeutischen Instrumenten steht in ausreichender Anzahl in der außergewöhnlichen Klanggalerie Allton zur Verfügung.

Leitung: Marc Iwaszkiewicz

Ort: Klangmöbel-Manufaktur Allton, Wildunger Str. 7,

34596 Bad Zwesten

Gebühr in EUR: 310,00

Dauer: 21 Kursstunden, 3 Tage

Kursnummer: 21BU42

B: Mi 01.09.2021

— 11:00 bis 17:30 Uhr

Do 02.09.2021

— 09:30 bis 17:30 Uhr

Fr 03.09.2021

— 09:30 bis 15:00 Uhr

VEDIC ART - Intuitives Malen - Intensivkurs im Schloss Schmidtheim

Mitten in der Eifel, in der besonderen Atmosphäre von Schloss Schmidtheim machen Sie einen Bildungsurlaub, in dem Sie wieder das Vertrauen in die eigene Intuition finden. Vedic Art kann helfen, das Leben besser zu gestalten und das eigene Potenzial im Berufs- und Privatleben zu entdecken.

Jeder kann seiner Kreativität freien Lauf lassen und hat so die Möglichkeit, sich in der Natur auf eine spannende innere Reise zu sich selbst zu begeben.

Leitung: Beata Glatthaar

Ort: Schloss Schmidtheim, Hubertusstr. 6, 53949 Schmidtheim

Gebühr in EUR: 495,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU41

B: Mo 06.09.2021 bis Fr 10.09.2021 — 09:00 bis 17:00 Uhr

Herbstkräuter - Wilde Kräuterküche und selbst gemachte Heilkräuterapotheke

Wir sammeln unsere Kräuter an den schönsten Ausflugszielen des Ruhrgebietes. Daraus zaubern wir ein Kräutermenü. Auch Heilkräuter lernen wir kennen. Geeignet für alle Kräuter-Interessierte, für Erzieher, Lehrer, Krankenpfleger, Heilpraktiker, Köche, Hauswirtschaftler, Gärtner und alle, die ihr Kräuterkönnen weitergeben möchten, für Anfänger und Fortgeschrittene.

Leitung: Claudia Backenecker

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 380,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU27

Mo 06.09.2021 bis Fr 10.09.2021 — 09:30 bis 16:30 Uhr



Ausführliche Beschreibungen unserer Kurse und Veranstaltungen finden Sie auch auf unserer Webseite

www.fbw-bochum.de

Bäume an Orten der Kraft

In diesem Bildungsurlaub werden wir viel in der Natur sein und Bäume mit besonderen Wuchsformen aufsuchen. Wir werden die „Sprache der Bäume“ kennenlernen und uns an kraftvollen Orten aufhalten. So werden wir von den positiven Ortskräften profitieren und erfahren, wie wir an unserem persönlichen Wohnort kraftvolle Orte finden können.

Leitung: Guntram Stoehr

Treffpunkt: Eingang zum Bergpark Kassel, Mulangstraße 23, 34131 Kassel

Gebühr in EUR: 280,00

Dauer: 24 Kursstunden, 3 Tage

Kursnummer: 21BU21

Mo 13.09.2021 bis Mi 15.09.2021 — 09:30 bis 16:30 Uhr

Tragfähige Entscheidungen in Teams finden

Wertschätzende Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg und Systemisches Konsensieren

Um zu tragfähigen und einvernehmlichen Entscheidungen in Teams, Vereinen, Familien, Parteien und weiteren Gemeinschaften zu kommen, bedarf es wesentlichen Kompetenzen: Akzeptanz, Wertschätzung und Gleichberechtigung.

Wir arbeiten mit zwei Methoden: Dem Systemischen Konsensieren, einem effizienten Lösungsfindungsverfahren und der Wertschätzenden Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg.

Leitung: Andreas Horn

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 330,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 20BU50

B: Mo 13.09.2021 bis Fr 17.09.2021 — 09:30 bis 16:30 Uhr



Freies
Bildungs
werk

Zum Verschenken schön

Geschenk-Gutscheine

...für Veranstaltungen aus dem Programm des
Freien Bildungswerks erhalten Sie in unserem Büro

Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum
www.fbw-bochum.de

Yoga und Achtsamkeit als Methoden zur Stressbewältigung

Innehalten und wahrnehmen, was jetzt ist, sich auf Wesentliches besinnen

In Theorie und Praxis können Sie erfahren, wie Atem- und Körperübungen, Meditation, Entspannung und Achtsamkeit ihre ausgleichende Wirkung im Alltag entfalten und dabei Lebensqualität und Arbeitskraft stärken. Durch die vielseitigen Erfahrungen haben Sie die Möglichkeit gezielte Achtsamkeits-Strategien zur Stressbewältigung für sich herauszufinden und in den Alltag zu integrieren.

Leitung: Angelika Janka

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 210,00

Dauer: 24 Kursstunden, 3 Tage

Kursnummer: 21BU02

B: Mi 15.09.2021 bis Fr 17.09.2021 — 09:00 bis 16:00 Uhr

Souverän auftreten, entspannter wirken, leichter kommunizieren - ein Training in Körpersprache

Einen Raum betreten und für sich einnehmen. Ein Bewerbungsgespräch führen und überzeugen. Die eigene Ausstrahlung stärken und authentisch wirken. Mithilfe von vielen Übungen werden Sie in dieser Woche Ihre Stärken besser kennenlernen und diese mit Leichtigkeit besser einsetzen für mehr Souveränität in Beruf und Alltag. Ein Training in Körpersprache.

Leitung: Martina Mann

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 300,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU10

Mo 20.09.2021 bis Fr 24.09.2021 — 09:30 bis 16:30 Uhr

Waldbaden

Yoga, Meditation und achtsames Wandern

Mit einfachen Körperübungen und Meditationen am Morgen und Abend werden Sie bei sich ankommen und Ruhe finden. Das langsame Gehen im Wald öffnet Sie für den Augenblick und gibt Ihnen die Möglichkeit, aus der Natur Kraft zu tanken.

Ziel des Seminars ist es, die körperlichen und psychischen Widerstandskräfte zu erhöhen.

Leitung: Norbert Mohr, Monika Vonau

Ort: Seminarhaus UnterLinden, Heister 4,
42929 Wermelskirchen-Dhünn

Gebühr in EUR: 288,00

Dauer: 24 Kursstunden, 3 Tage

Kursnummer: 21BU19

Mo 20.09.2021 — 10:00 bis 20:30 Uhr

Di 21.09.2021 — 07:15 bis 20:30 Uhr

Mi 22.09.2021 — 07:15 bis 15:00 Uhr

Regeneratives Yoga am Strand von Renesse

Neue Kraft für Körper und Geist - auch für Ihren Arbeitsplatz

Sanftes, regeneratives Yoga wirkt ausgleichend, entspannend, erholend und pflegend. Wir können damit für eine anmutige, aufrechte Haltung, einen gesunden Körper und für einen ruhigen, achtsamen Geist sorgen.

Sie erleben die Vielfalt positiver Auswirkungen auf Gesundheit und Psyche und das alles in der wunderschönen Umgebung von Meer, Luft und Strand.

Leitung: Christine Gott

Ort: Hotel De Zeeuwse Stromen, Duinwekken 5, 4325 GL Renesse, NL

Gebühr in EUR: 380,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU36

Mo 27.09.2021 bis Fr 01.10.2021 — 09:30 bis 16:30 Uhr

Prozessbewusstsein durch gegenstandsfreie Malerei

Wir durchlaufen gemeinsam einen dynamischen Malprozess. Er beginnt mit dem Erkunden der Farbe als Material und führt zu dem Entscheidungsmoment für ein individuelles Mal-Motiv. Nach dem „Zauber“ des Anfangs ist die Bearbeitung gefragt. Die praktischen Übungen für Skizzen und ein Bild auf Leinwand geben Anregungen an die Hand aus dem Farberleben und Farbengeschehen ein Bild entstehen zu lassen. Ziel der Annäherung an abstrakte oder gegenstandsfreie Malerei ist es, ein Bewusstsein für den Prozess der Entwicklung, Veränderung und Umwandlung zu gewinnen.

Leitung: Doris Brück

Ort: Treffpunkt Eickel, Reichsstr. 66, Herne (Wanne-Eickel)

Gebühr in EUR: 380,00

Dauer: 32 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU25

B: Mo 27.09.2021 — 10:00 bis 16:00 Uhr
Di 28.09.2021 bis Do 30.09.2021 — 09:30 bis 16:00 Uhr
Fr 01.10.2021 — 09:30 bis 13:00 Uhr

Fortbildung Focusing und Arbeit mit dem Inneren Team

In dieser Fortbildung werden die methodischen Ansätze des Focusing und der Arbeit mit dem Inneren Team vermittelt, indem mit ihnen an den Themen der Teilnehmer gearbeitet wird. Dabei werden wir nachvollziehbar erleben können, wie je nach Situation entweder eine der beiden Methoden oder auch eine Kombination beider am fruchtbarsten ist. Durch die praktische Arbeit mit diesen Ansätzen lernen wir, sie jeweils individuell anzuwenden.

Leitung: Bruno Martin

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 350,00

Dauer: je 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU20

B: Mo 27.09.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr
Di 28.09.2021 bis Do 30.09.2021 — 09:30 bis 17:00 Uhr
Fr 01.10.2021 — 09:30 bis 16:00 Uhr
C: Mo 31.01.2022 — 10:00 bis 17:00 Uhr
Di 01.02.2022 bis Do 03.02.2022 — 09:30 bis 17:00 Uhr
Fr 04.02.2022 — 09:30 bis 16:00 Uhr

Veranstaltungsleiter für Waldbaden - Ausbildung auf Schloss Schmidheim

In dieser Intensiv-Ausbildung lernen Sie theoretisch und praktisch alles, was Sie benötigen, um selber sicher Waldbaden anleiten zu können. Beim Waldbaden (Shinrin Yoku) unterstützen Sie ihre Kursteilnehmenden darin, Stress abzubauen, ihre Achtsamkeit zu schulen und ihre Gesundheit zu stärken. Besonders geeignet für Entspannungspädagogen, Stressmanagement-Trainer, Burn-out-Coaches, Yoga-Lehrer, Meditationslehrer, Umweltpädagogen, Wanderführer, Fastenleiter oder Achtsamkeitstrainer.

Leitung: Katrin Dahmen, Andrea Abu Muher

Ort: Schloss Schmidheim, Hubertusstr. 6, 53949 Schmidheim

Gebühr in EUR: 699,00

Dauer: 40 Kursstunden, 4 Tage

Kursnummer: 21BU33

Mo 27.09.2021 — **10:00 bis 18:00 Uhr**
Di 28.09.2021 bis Mi 29.09.2021 — **09:00 bis 21:00 Uhr**
Do 30.09.2021 — **09:00 bis 17:00 Uhr**

Bildungsurlaub auf Sylt - Vitalität gewinnen mit der Feldenkrais-Methode

In der einzigartigen Landschaft von Sylt ist jeder Teilnehmer durch Selbsterforschung und Selbsterkenntnis in der Lage, angemessen mit sich selbst und anderen umzugehen. Gleichzeitig lernt er seine eigene Befindlichkeit kennen (Ursachen von Schmerzen und Unwohlsein körperlicher und seelischer Art) und findet Lösungen für seinen Alltag.

Die Teilnahme ist unabhängig vom Alter, der körperlichen Verfassung oder sonstiger Voraussetzungen.

Leitung: Elke Schauer

Ort: Hotel Roth Am Strande, Strandstr. 31, 25980 Westerland/Sylt

Gebühr in EUR: 540,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 20BU21

D: Mo 04.10.2021 bis Fr 08.10.2021 — **08:30 bis 15:30 Uhr**

Erfolg durch Selbstanwendung - Gesundheitsvorsorge und Stressbewältigung mit Japanischen Heilströmen

MeridianEnergieBehandlung - Hilfe zur Selbsthilfe

In diesem Seminar werden Sie mit einer einfachen und sanften Methode zur Ausgeglichenheit in Berührung gebracht, die jedem zur Verfügung steht. Sie wirkt auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene. Verschiedene Entspannungstechniken, Meditation sowie Achtsamkeits- und Körperübungen runden das Programm ab. Nach dem Seminar sind Sie in der Lage, diese Methode gut und wirkungsvoll im Berufsalltag anzuwenden.

Leitung: Dagmar Sabine Holl

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 390,00

Dauer: je 38 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU44

B: Mo 04.10.2021 bis Do 07.10.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr
Fr 08.10.2021 — 10:00 bis 15:00 Uhr
C: Mo 24.01.2022 bis Do 27.01.2022 — 10:00 bis 17:00 Uhr
Fr 28.01.2022 — 10:00 bis 15:00 Uhr

Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg - Basis-Seminar

Anderen Menschen das eigene Empfinden mitteilen, sagen, was Sie möchten oder brauchen, ohne dabei verletzend zu kritisieren - ein geeignetes Mittel dafür ist die Gewaltfreie Kommunikation. Sie lernen die Kerntechnik der GfK kennen und trainieren die Anwendung - mit Humor und Leichtigkeit - anhand vieler praktischer und lebensnaher Beispiele.

Leitung: Ulrike Fehling

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 280,00

Dauer: 23 Kursstunden, 3 Tage

Kursnummer: 21BU23

B: Mo 11.10.2021 bis Di 12.10.2021 — 09:00 bis 16:00 Uhr
Mi 13.10.2021 — 09:00 bis 15:00 Uhr

Rücken - Yoga-Präventionsübungen am Plöner See

Verspannungen im Rücken, Hals oder Nacken mit Yoga lösen

Mit einem weiten Blick über den Plöner See, lernen Sie in diesem Bildungsurlaub, wie Sie mit Hilfe von Yoga selbstständig für einen gesunden, starken und schmerzfreien Rücken sorgen können. Dieser Bildungsurlaub befähigt Sie, Ihre eigene Yogapraxis zu entwickeln, die für eine nachhaltige Wirkung unerlässlich ist. Mit Yoga finden Sie ganz pragmatisch und alltagstauglich individuelle Lösungen für Ihre Rückenschmerzen.

Leitung: Christine Gott

Ort: Akademie am See, Koppelsberg 7, 24306 Plön

Gebühr in EUR: 380,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU29

Mo 11.10.2021 bis Fr 15.10.2021 — 09:30 bis 16:30 Uhr

Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR) - durchatmen im Bergischen Land

Ein Weg zu mehr Lebensqualität und Lebensfreude

Ein Bildungsurlaub für Menschen, die mit Stress und Belastung gelassener umgehen möchten. Das von Jon Kabat-Zinn entwickelte Programm des MBSR bietet mittels verschiedener Achtsamkeitsübungen, Meditation und Körperübungen Möglichkeiten, innere Ruhe und Klarheit zu entwickeln, Selbstkenntnis und Selbstfürsorge zu stärken und so das eigene Leben bewusster gestalten zu können.

Leitung: Angelika Feld

Ort: Tagungszentrum Auf dem heiligen Berg, Missionsstr. 9,

42285 Wuppertal

Gebühr in EUR: je 460,00

Dauer: je 35 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU32

A: Mo 18.10.2021 — 13:30 bis 18:00 Uhr

Di 19.10.2021 bis Do 21.10.2021 — 09:30 bis 18:00 Uhr

Fr 22.10.2021 — 09:30 bis 13:00 Uhr

B: Mo 07.03.2022 — 13:30 bis 18:00 Uhr

Di 08.03.2022 bis Do 10.03.2022 — 09:30 bis 18:00 Uhr

Fr 11.03.2022 — 09:30 bis 13:00 Uhr

Dem Lebendigen lauschen

Wege zu Entspannung, Präsenz und Kreativität

In diesen fünf Tagen nehmen wir uns Zeit, bei uns selbst anzukommen. Im Dialog zwischen Bewegung, Berührung, Tanz und bildnerischer Gestaltung entdecken wir unseren Körper von innen. Das Vertrauen in den eigenen Körper eröffnet Wege zu Entspannung und innerem Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele.

Leitung: Cornelia Budde

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 350,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU30

Mo 25.10.2021 bis Do 28.10.2021 — 09:30 bis 17:00 Uhr

Fr 29.10.2021 — 09:30 bis 15:00 Uhr

Pflanzenmärchen und das alte Wissen

Heilrezepte und Kräuterwissen entdecken

Früher erzählten die alten Großmütter den Enkelkindern Märchen und Geschichten. So transportierten sie Informationen und Wissen, welches auch die Enkelkinder an ihre Kinder weitergaben. In diesen drei Tagen werden wir diesem Wissen auf die Spur gehen. Wir werden Wildkräuter erkennen lernen, alte Rezepte ausprobieren, Salben, Tinkturen und Heilöle herstellen. Wir erleben einen gemütlichen Märchen-Nachmittag bei Kerzenschein mit selbstgemachten Kräutersnacks und vielen alten Gedichten und Liedern.

Leitung: Claudia Backenecker

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 280,00

Dauer: 24 Kursstunden, 3 Tage

Kursnummer: 21BU31

Di 02.11.2021 bis Do 04.11.2021 — 09:30 bis 16:30 Uhr

Familien-Bildungs-Werk

Erziehung, Bildung, Kunst, Anthroposophie

Begegnungsstätte und Café

Feste und Feiern aller Art (alkoholfrei)

Infos in unserem Programmheft
oder www.treffpunkt-eickel.de



Treffpunkt Eickel
Begegnung und Bildung

Reichsstraße 66, 44651 Herne
Telefon 02325 - 3 67 07
info@treffpunkt-eickel.de

Stärkt Euch. Klärt Euch. Bildungsurlaub im Kloster Frauenchiemsee

Entdecke Deine Stärken bei der Teamentwicklung und -gestaltung

Möchten Sie gestärkt und mit mehr Ausstrahlung in Ihr Team- und Privatleben treten? Klarheit und Sicherheit spüren, wenn Sie dort sind, wo Sie sein möchten?

Bei unserem Designcoaching-Seminar verbinden wir Inselaufenthalt und Urlaub. Wir kombinieren die Methoden des Systemischen und Klassischen Coachings mit den Methoden der Kommunikations- und Designentwicklung für die Stärkung einer Teamidentität und -entwicklung.

Leitung: Jens Steinhagen, Stefanie Joris

Ort: Abtei der Benediktinerinnen Frauenwörth im Chiemsee, Frauenchiemsee Nr. 50, 83256 Frauenchiemsee

Gebühr in EUR: 590,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU39

Mo 08.11.2021 bis Do 11.11.2021 — 09:30 bis 17:30 Uhr
Fr 12.11.2021 — 09:30 bis 15:00 Uhr

Burnout-Prävention - Stärkung des allgemeinen Wohlbefindens im Bergischen Land

Ängste und Stress schwächen Ihr Immunsystem. Da ein starkes Immunsystem sehr wichtig ist, ist es wichtig Stress zu vermeiden, vorhandenen Stress abzubauen und das Immunsystem durch professionelle Trainings zu stärken. In unserem Trainingsseminar lernen Sie verschiedene Übungen, welche Sie jederzeit, an jedem Ort selbstständig anwenden können, um positiven Einfluss auf Ihren Körper und auf Ihr Allgemeinbefinden nehmen zu können.

Leitung: Elvira Nüßgen

Ort: Seminar und Gesundheitshotel FIT, Berghausen 30, 53804 Much

Gebühr in EUR: 395,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU47

Mo 08.11.2021 — 11:00 bis 18:00 Uhr
Di 09.11.2021 bis Do 11.11.2021 — 09:30 bis 17:30 Uhr
Fr 12.11.2021 — 09:30 bis 15:00 Uhr

VEDIC ART - Intuitives Malen - Intensivkurs in der Eifel - Kloster Steinfeld

Ein Bildungsurlaub, in dem Sie wieder das Vertrauen in die eigene Intuition finden. Vedic Art kann helfen, das Leben besser zu gestalten und das eigene Potenzial im Berufs- und Privatleben zu entdecken.

Im klösterlichen Ambiente begeben Sie sich auf eine spannende Reise zu sich selbst. Wir werden in der mittelalterlichen Mal-Akademie, in großen, lichtdurchfluteten Ateliers malen.

Leitung: Beata Glatthaar

Ort: Kloster Steinfeld, Hermann-Josef-Straße 4, 53925 Kall

Gebühr in EUR: je 495,00

Dauer: je 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU08

B: Mo 15.11.2021 bis Fr 19.11.2021 — 09:00 bis 17:00 Uhr

C: Mo 14.03.2022 bis Fr 18.03.2022 — 09:00 bis 17:00 Uhr

Leicht und einfach eigene Glaubenssätze ändern mit Qi

Quanten Intelligenz - Intensiv-Workshop

Qi ist die Weiterentwicklung einer von Bruce Lipton entdeckten Methode, wie wir selber unsere Gesundheit kontrollieren und uns dabei auch noch das glücklichste Leben erschaffen können, das wir uns vorstellen können. Wir selbst bestimmen über die Entwicklung unserer Zellen und damit über unser ganzes physisches und psychisches Leben.

Diese neue Methodik ist leicht zu erlernen. Probieren Sie es aus, wie leicht und einfach es sein kann sein Leben selber zu bestimmen!

Leitung: Ingo Rasche

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 330,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU24

B: Mo 22.11.2021 bis Do 25.11.2021 — 09:30 bis 16:30 Uhr

Fr 26.11.2021

— 09:00 bis 15:00 Uhr

Lebensmuster und Schattenthemen verwandeln

Warum musste mir das passieren? Warum geschieht mir immer wieder das Gleiche? In diesem Bildungsurlaub lernen wir Methoden eines angemessenen Umgangs mit unseren Schattenthemen, wodurch es uns gelingen kann, diese Themen zu erlösen und die problematischen Lebensmuster zu verwandeln.

Leitung: Bruno Martin

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 360,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU46

Mo 22.11.2021	— 10:00 bis 17:00 Uhr
Di 23.11.2021 bis Do 25.11.2021	— 09:30 bis 17:00 Uhr
Fr 26.11.2021	— 09:00 bis 16:00 Uhr

Didgeridoo-, Atem-, und Stimmweiterbildung - Wenn der Atem tanzt

Untersuchungen und Berichte bestätigen, dass der alltägliche Atem, der Atem beim Spiel von Blasinstrumenten, der Atem in der Meditation und die Stimme, durch die Didgeridoo-Therapie nach Traumkraft, trainiert und gestärkt wird. Anregung, Ruhe, Konzentration, Entspannung und die Selbstheilungskräfte werden aktiviert und positiv gefördert.

Leitung: Marc Iwaszkiewicz

Ort: B: Hotel Rimberg, Rimberg 1, 57392 Schmallenberg

Gebühr in EUR: 310,00

Dauer: 21 Kursstunden, 3 Tage

Kursnummer: 21BU43

B: Mi 24.11.2021	— 11:00 bis 17:30 Uhr
Do 25.11.2021	— 09:30 bis 17:30 Uhr
Fr 26.11.2021	— 09:30 bis 15:30 Uhr



Ausführliche Beschreibungen
unserer Kurse und Veranstaltungen
finden Sie auch auf unserer
Webseite

www.fbw-bochum.de

5Rhythmen Tanz- und Bewegungsmeditation

Mit der 5Rhythmen Tanzmeditation bekommen wir Werkzeuge an die Hand, um den Boden unter unseren Füßen zu behalten, für Wurzeln und Flügel, für Balance innen und außen.

Die 5Rhythmen tanzen wir ohne feste Tanzschritte. Wir tanzen alleine und mit der ganzen Gruppe. Phasen von ausdrucksstarkem Tanz sind gleichermaßen geplant wie ruhigere Phasen der Reflexion und Integration des Erlebten.

Leitung: Christine Riemer

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 415,00

Dauer: 35 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU11

B: Mo 29.11.2021 — 10:00 bis 16:00 Uhr
Di 30.11.2021 bis Fr 03.12.2021 — 09:30 bis 15:45 Uhr

Die Rolle meines Lebens!

Theaterpädagogische Fortbildung

Ob in Freizeit oder im Beruf: wir spielen viele Rollen. Was wäre, wenn wir uns aussuchen könnten, wer wir heute sind?

Ausgehend von den Prinzipien der AlexanderTechnik und den Schauspieltechniken von S. Meisner und M. Tschechow werden wir uns spielerisch verwandeln. Die Teilnehmenden entwickeln mit der Schauspielerin und Lehrerin für AlexanderTechnik Irene Schlump Ideen, die den Arbeitsalltag erfrischen und erhalten Anregungen, die ihre Methoden bereichern.

Eine Woche voller spannender Theatermomente, Innehalten und Applaus.

Leitung: Irene Schlump

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 360,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU45

B: Mo 06.12.2021 bis Fr 10.12.2021 — 09:30 bis 16:30 Uhr

Rücken - Yoga-Präventionsübungen für den Alltag

Verspannungen im Rücken, Hals oder Nacken mit Yoga lösen

In diesem Bildungsurlaub lernen Sie, wie Sie mit Hilfe von Yoga selbst für einen gesunden, starken und schmerzfreien Rücken sorgen können. Dazu gehört auch eine aufrechte Haltung und ein gesundes Gefühl, um im Arbeitsalltag leistungsfähig zu sein. Mit Yoga finden Sie ganz pragmatisch und alltagstauglich individuelle Lösungen für Ihre Rückenschmerzen.

Leitung: Christine Gott

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 360,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 21BU05

C: Mo 13.12.2021 bis Fr 17.12.2021 — 09:30 bis 16:30 Uhr

Neue Kraft für Körper und Geist mit sanftem regenerativem Yoga - auch für Ihren Arbeitsplatz

Sanftes, regeneratives Yoga wirkt ausgleichend, entspannend, erholend und pflegend. Wir können damit für eine anmutige, aufrechte Haltung, einen gesunden Körper und für einen ruhigen, achtsamen Geist sorgen.

Sie erleben die Vielfalt positiver Auswirkungen auf Gesundheit und Psyche.

Leitung: Christine Gott

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 360,00

Dauer: 38 Kursstunden

Kursnummer: 22BU10

A: Mo 28.02.2022 — 10:00 bis 16:00 Uhr

Di 01.03.2022 bis Do 03.03.2022 — 09:00 bis 16:00 Uhr

Fr 04.03.2022 — 09:00 bis 15:00 Uhr

Stressprävention an der Ostsee - Bildungsurlaub für Frauen

In diesem Seminar geht es darum, die Zusammenhänge zwischen Berufs- und Alltagsleben, dem weiblichen System und Stress zu erkennen. Ziel ist eine gesteigerte Lebensfreude, Entspannung, die Fähigkeit konstruktiv mit den Herausforderungen des Lebens umzugehen und im Einklang zu sein mit dem eigenen Körper. Die Workshops sind explizit für die spezifischen Belange einer Frau in ihrer Ganzheit angelegt. Direkt an der Ostseeküste im schönen Landhaus Ostseeblick werden Sie Ihre Lebensfreude wieder entdecken und Ihre Lebensenergie stärken.

Leitung: Katrin Langholf

Ort: Landhaus Ostseeblick, Pottloch 3, 24395 Kronsgaard

Gebühr in EUR: 395,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 22BU12

A: Mo 07.03.2022 — **11:00 bis 17:30 Uhr**
Di 08.03.2022 bis Do 10.03.2022 — **09:30 bis 17:30 Uhr**
Fr 11.03.2022 — **09:30 bis 15:00 Uhr**

Erfolgreich mit Konflikten umgehen

Wie gehen wir mit unseren inneren und äußeren Konflikten um? Finden wir Wege, sie als sinnvolle Herausforderungen zu sehen? In diesem Bildungsurlaub lernen wir Schritt für Schritt, unseren Blick auf unsere Konflikte zu verändern und zu erweitern. Schließlich erfahren wir immer mehr, wie uns die Auseinandersetzung mit Konflikten souveräner, verständnisvoller, einfühlsamer und gelassener machen kann.

Leitung: Bruno Martin

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 380,00

Dauer: 38 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 22BU11

Mo 14.03.2022 — **10:00 bis 16:30 Uhr**
Di 15.03.2022 bis Do 17.03.2022 — **09:30 bis 16:30 Uhr**
Fr 18.03.2022 — **09:00 bis 15:30 Uhr**

Knospenapotheke selbst gemacht und Mythos Baum

Die Dozentin Claudia Backenecker möchte Sie gerne zum Zuhören, Lernen, Riechen und Schmecken sowie zum Nachdenken und Ausprobieren anregen. Entdecken Sie Ihre Liebe zu den Bäumen und erweitern Sie in diesen Kräutertagen Ihre persönliche Apotheke.

Leitung: Claudia Backenecker

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 210,00

Dauer: 21 Kursstunden, 3 Tage

Kursnummer: 22BU14

Mo 21.03.2022 bis Mi 23.03.2022 — 09:30 bis 16:00 Uhr

Work-Life-Balance mit Hund in Holland - Bildungsurlaub zur Stress- und Burnout-Prävention

Stärkung des Selbstbewusstseins, der inneren Balance, der Lebensenergie und Entspannungsfähigkeit im beruflichen Kontext

Zu diesem beruflichen Bildungsangebot dürfen Sie Ihren vierbeinigen Liebling mitbringen. Im 5-tätigen Seminar geht es um Stress- und Burnout-Prävention. Sie üben Entspannungsmethoden wie Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung, Bewegungsformen wie Yoga und Tai Chi sowie Achtsamkeit und Meditation. Sie erkennen den Zusammenhang von Verhaltensmustern und persönlichem Stressempfinden.

Leitung: Kathleen Schwiese

Ort: Hotel De Zeeuwse Stroom, Duinwekken 5, 4325 GL Renesse, NL

Gebühr in EUR: 415,00

Dauer: 40 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 22BU13

A: Mo 21.03.2022 — 11:00 bis 17:30 Uhr

Di 22.03.2022 bis Do 24.03.2022 — 09:30 bis 17:30 Uhr

Fr 25.03.2022 — 09:30 bis 15:00 Uhr

Die Stille annehmen - Atem, Haltung, Stimme und Gedanken schulen

Um Körper und Geist in ein gesundes Gleichgewicht zu bringen, arbeiten wir an den 5 Säulen der Gesunderhaltung (Atmung, Haltung, Gedanken, Ernährung, Bewegung). Sie haben die Gelegenheit, Ihre eigenen Stressmuster zu erkennen, diese mit Hilfe von passiven und aktiven Übungen zu verändern und zu ersetzen.

Leitung: Marc Iwaszkiewicz

Ort: Einbecker Sonnenberg, Am Brockenblick 2, 37574 Einbeck

Gebühr in EUR: 315,00

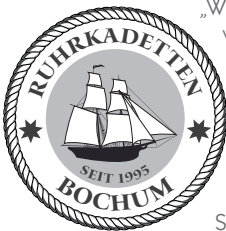
Dauer: 21 Kursstunden, 3 Tage

Kursnummer: 22BU15

Mo 28.03.2022 — 11:00 bis 16:30 Uhr

Di 29.03.2022 — 09:30 bis 16:30 Uhr

Mi 30.03.2022 — 09:30 bis 15:30 Uhr



„Wir entführen Sie an die Nordsee, wo die Wellen an den Strand spülen, wir fliegen über Helgoland, gehen auf die Seereise, einmal nach Bombay, einmal nach Hawaii. Wir singen über die vielen Lieben der Matrosen und über ihre Sehnsucht nach einer Heimat.“

RUHRKADETTEN BOCHUM

Die Ruhrkadetten singen Seemannslieder! Zu hören beim Seefest am Kernader See, auf dem Bochumer Musiksommer, dem Bochumer Weihnachtsmarkt, bei Gemeindefeiern und in Seniorenheimen. Wenn Sie möchten auch bei Ihnen!

Telefon: Ede Rettemeyer (0234) 59 10 72

Mail: info@ruhrkadetten-bochum.de

Web: www.ruhrkadetten-bochum.de

Selbstenergiemanagement online - Yoga für Ihren Berufsalltag

Sanftes, regeneratives Yoga wirkt entspannend, erholsam und pflegend. Wir können damit für eine anmutige, aufrechte Haltung, einen gesunden Körper und für einen ruhigen, achtsamen Geist sorgen. Sie erleben die Vielfalt positiver Auswirkungen auf Gesundheit und Psyche.

Mit Hilfe der Methodik, durch den Austausch in der Gruppe und die vielen praktischen Übungen, werden Sie in der Lage sein, das Gelernte in Ihren (Berufs-) Alltag zu transferieren und zu integrieren.

Leitung: Christine Gott

Ort: Online-Kurs

Gebühr in EUR: je 300,00

Dauer: je 30 Kursstunden

Kursnummer: 22BU61

A: Mo 29.11.2021 bis Fr 03.12.2021 — 09:00 bis 14:00 Uhr

B: Mo 03.01.2022 bis Fr 07.01.2022 — 09:00 bis 14:00 Uhr

Nach Hause kommen ... zu mir

Kraftquellen im Ungewissen

In den eigenen vier Wänden nehmen wir uns in dieser Woche die Zeit, in unserem Körper anzukommen.

Mit somatischer Achtsamkeit lauschen wir schlummerndem Körperwissen: Jede Zelle hat etwas zu erzählen. Freie Bewegung, mit und ohne Musik, fördert Beweglichkeit und Wohlbefinden.

Spielerische Gestaltungsaufgaben und Materialexperimente mit einfachen Mitteln helfen uns die Erfahrungen am eigenen Leib zu integrieren und bringen unsere (Ko)kreativität in Fluss.

Leitung: Cornelia Budde

Ort: Online-Kurs

Gebühr in EUR: 350,00

Dauer: 30 Kursstunden, 5 Tage

Kursnummer: 22BU62

Mo 03.01.2022 bis Fr 07.01.2022 — 10:00 bis 15:00 Uhr

Informationen zu Fortbildungen

Erkundigen Sie sich nach der Möglichkeit, einen Bildungsscheck oder eine Bildungsprämie zu bekommen. Dadurch sind 50% Ermäßigung auf den Seminarpreis möglich! Wenden Sie sich dazu bitte an eine Volkshochschule (Weiterbildungsberatungsstelle) oder eine Industrie- und Handelskammer in Ihrer Nähe.

Infos unter: www.bildungspraemie.info

BodySense - Bewegung nach den 5-Elementen

BodySense ist ein Bewegungskonzept, welches darauf ausgerichtet ist, die Bewegungen mit den 5 Naturereignissen Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser mit positiven Gedankenbildern zu verbinden und so die Elemente im Menschen ins Gleichgewicht zu bringen. Die Übungen von BodySense sind leicht zu lernen und reichen aus, um Lebensprozesse zu unterstützen. Sie erlernen ihr eigenes Übungsprogramm und wie sie es in ihren Alltag einbauen können.

Leitung: Wolfgang Iwanowski

Ort: Gesundheitsgemeinschaft Kordts-Iwanowski,

Dr.-C.-Otto-Str. 134, 44879 Bochum

Gebühr in EUR: 120,00

Dauer: 9 Kursstunden

Kursnummer: 21FB02

B: Sa 28.08.2021 — 10:00 bis 18:00 Uhr

Matrix Movement - Aus eigener Kraft

Mehr Leichtigkeit im Leben mit Quantenheilung

In dieser Fortbildung lernen Sie die Grundprinzipien des Energiefeldes und der Quantenheilung kennen und erkennen welchen Nutzen sie persönlich davon haben. Diese Fortbildung dient dazu, Matrix Movement kennen zu lernen. Nach dem Seminar können sie das Gelernte für sich und andere nutzen.

Leitung: Antje Kordts-Iwanowski

Ort: Gesundheitsgemeinschaft Kordts-Iwanowski,

Dr.-C.-Otto-Str. 134, 44879 Bochum

Gebühr in EUR: 120,00

Dauer: 8 Kursstunden

Kursnummer: 21FB03

C: Sa 02.10.2021 — 10:00 bis 18:00 Uhr

Fortbildung Coaching

Coaching als die Kunst, andere Menschen in ihren Lebensfragen in hilfreicher Weise zu begleiten und in ihrer Entwicklung zu fördern, ist eine anspruchsvolle Aufgabe. Der Erfolg eines Coachings hängt davon ab, wie gut der Coach in der Lage ist, differenziert zu erkennen, wo die zu begleitende Person in ihrer Entwicklung steht und was sie jetzt, in diesem Moment, als Unterstützung braucht. In dieser Fortbildung können die Teilnehmenden genau diese Erfahrung zunächst an sich selbst machen.

Diese Fortbildung in der Kunst des Coachings richtet sich an Menschen, die diese Aufgabe schon ergriffen haben oder in näherer Zukunft ergreifen wollen und bereit sind, sich auf einen intensiven Prozess in der Entfaltung ihrer Fähigkeiten einlassen wollen.

Leitung: Bruno Martin

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 1.440,00

Dauer: 113 Kursstunden

Kursnummer: 21FB05

So 03.10.2021 bis So 19.06.2022 — 10:00 bis 18:00 Uhr

Gesunder Rücken und Gelenke nach Dorn

In dieser Fortbildung lernen Sie praktische Hilfen bei Rückenbeschwerden. Was kann ich selber tun oder wie kann ich Jemanden schnell und effektiv bei akuten oder chronischen Rücken- und Gelenkbeschwerden helfen.

Es werden die Grundlagen der Dorn-Methode und andere weiterentwickelte sanfte Techniken gezeigt.

Leitung: Antje Kordts-Iwanowski

Ort: Gesundheitsgemeinschaft Kordts-Iwanowski,

Dr.-C.-Otto-Str. 134, 44879 Bochum

Gebühr in EUR: 120,00

Dauer: 9 Kursstunden

Kursnummer: 21FB01

C: Sa 23.10.2021 — 10:00 bis 18:00 Uhr

Flotte Karotte

Mein knackiger Bio-Lieferservice



- Ihr Bioladen auf Rädern
- regional und saisonal
- Kistentausch statt Verpackung
- sozial und fair
- leise und emissionsarm
- 100% Bio



WWW.FLOTTEKAROTTE.DE

Bewusster und stressfreier durchs Leben gehen

Stress - Streitigkeiten - Corona - Überforderung - Erschöpfung. Es gibt die Möglichkeit, innezuhalten. Wie das gehen kann, lernen Sie an diesem Nachmittag kennen. Wir arbeiten mit Elementen aus dem Programm „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“ von Jon Kabat-Zinn.

Leitung: Wilfried Ranft

Ort: Ev. Gemeindezentrum Winz-Baak, Schützstr. 2a,
45529 Hattingen

Gebühr in EUR: 38,00

Dauer: 4 Kursstunden

Kursnummer: 21201

Sa 24.07.2021 — 14:00 bis 17:00 Uhr

Das Rote Zelt - aus Deinem Kraftzentrum als Frau leben

Was heißt es für dich, in der heutigen Zeit als Frau zu leben? Was ist dir wichtig? Familie, Beruf/Berufung, Beziehung, Muttersein ... Ein ganz wichtiger Schlüssel zu meiner Kraft, Schönheit und Freude liegt in der Beziehung zu meinem Schoßraum. Dazu gehört auch, meine Sexualität in Einklang mit meinem Wesen zu gestalten. Du bist herzlich eingeladen diesen Weg zu gehen!

Leitung: Mari Sawada

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 130,00; A-E: 550,00

Dauer: je 12 Kursstunden, 2 Termine

Kursnummer: 21202

A: Fr 13.08.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

Sa 14.08.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr

B: Fr 10.09.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

Sa 11.09.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr

C: Fr 08.10.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

Sa 09.10.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr

D: Fr 19.11.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

Sa 20.11.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr

E: Fr 10.12.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

Sa 11.12.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr

Abenteuer Intimität

Intimität - körperlich wie seelisch - ist ein Abenteuer, ein Wagnis. Mich wirklich so zu zeigen wie ich bin, erfordert Mut!

Wie kann ich mir selbst und meinen Mitmenschen wirklich nahe sein mit klarem Ja und Nein? Und wie kann ich Menschen, die mir nahe sind, wirklich sehen?

Eine herzliche Einladung an alle, die ganz sie selbst sein wollen.

Leitung: Mari Sawada, Christopher Johannes Then

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 80,00; A-E: 350,00

Dauer: je 8 Kursstunden

Kursnummer: 21203

A: So 15.08.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr

B: So 12.09.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr

C: So 10.10.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr

D: So 21.11.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr

E: So 12.12.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr

Tages-Workshop: Stress bewältigen mit Achtsamkeit (MBSR)

In diesem Workshop, in Anlehnung an das Programm „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“ von Jon Kabat-Zinn, werden die drei achtsamkeitsbasierten Grundübungen zur Stressreduktion vorgestellt: der Bodyscan (eine Körperwahrnehmungsübung), die Achtsamkeitsmeditation im Sitzen und Gehen und sanfte Körperübungen aus dem Yoga. Des Weiteren lernen Sie die Grundzüge von Wahrnehmung, Stressentstehung und Stressbewältigung kennen.

Leitung: Wilfried Ranft

Ort: Ev. Gemeindezentrum Winz-Baak, Schützstr. 2a, 45529 Hattingen

Gebühr in EUR: 65,00

Dauer: 7 Kursstunden

Kursnummer: 21204

Sa 21.08.2021 — 10:0 bis 16:00 Uhr

Stressbewältigung durch Achtsamkeit - MBSR

„Wege entstehen dadurch, dass man sie geht.“ (Franz Kafka)

In unserem MBSR-Acht-Wochenprogramm, welches von Jon Kabat-Zinn in den USA entwickelt wurde, lernen Sie, das Steuer des Lebens wieder in Ihre Hand zu nehmen, Handlungsoptionen zu entdecken und vom Tun zum Sein zu gelangen. Der Kurs ist Zertifiziert als Präventionskurs der gesetzlichen Krankenkassen.

Leitung: Uwe Wawrzyniak

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 280,00

Dauer: je 31 Kursstunden, 9 Termine

Kursnummer: 21103

C: Di 24.08.2021 bis Di 12.10.2021 — 18:30 bis 21:00 Uhr
Sa 02.10.2021 — 09:00 bis 15:00 Uhr
D: Di 09.11.2021 bis Di 28.12.2021 — 18:30 bis 21:00 Uhr
Sa 18.12.2021 — 10:00 bis 16:00 Uhr

Schutz vor Energievampiren - Tages Workshop

Wie kann ich mich vor Energievampiren schützen, ohne den Kontakt zu ihnen komplett einzustellen?

Es gibt sehr viele Methoden, die einen Schutz versprechen.

In diesem Workshop untersuchen wir gemeinsam und lernen, welcher Schutz für einen selbst sinnvoll und wirksam ist und wie wir vorgehen müssen, um dies herauszufinden.

Leitung: Ingo Rasche

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 90,00

Dauer: je 8 Kursstunden

Kursnummer: 21205

A: Sa 28.08.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr

B: Sa 16.10.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr



Freies
Bildungs-
werk

Zum Verschenken schön

Geschenk-Gutscheine

...für Veranstaltungen aus dem Programm des
Freien Bildungswerks erhalten Sie in unserem Büro

Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum
www.fbw-bochum.de

Focusing und das Innere Team

Durch innere Prozesse Klärung, Selbstbewusstsein und Entscheidungskraft fördern

Im Focusing lernen wir, dem Gefühl unsere Aufmerksamkeit zu schenken, welches sich in jeder Situation, zu jedem Thema im Körper bildet. In der Arbeit mit dem Inneren Team geben wir den inneren Stimmen Raum. In diesem Kurs werden diese beiden methodischen Ansätze durch die praktische Anwendung auf die eingebrachten Themen der Teilnehmer vermittelt.

Jeder Termin ist in sich abgeschlossen und auch einzeln buchbar.

Leitung: Bruno Martin

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 85,00; Einzeltermin: 30,00

Dauer: je 16 Kursstunden, 4 Termine

Kursnummer: 21206

A: Do 02.09.2021 bis Do 23.09.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

B: Do 28.10.2021 bis Do 18.11.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

C: Do 25.11.2021 bis Do 16.12.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

Vertiefungskurs Achtsamkeit - MBSR

Für Menschen, die einen 8 Wochen MBSR Kurs besucht haben und/oder Meditationserfahrene

In diesem Kurs können Sie Ihre Achtsamkeits- / Meditationspraxis vertiefen.

Bewährte Übungen aus dem MBRS (Mindfulness based stress reduction) Kurs werden aufgefrischt und intensiviert.

Leitung: Uwe Wawrzyniak

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 120,00

Dauer: je 8 Kursstunden, 4 Termine

Kursnummer: 21112

B: Do 09.09.2021 bis Do 30.09.2021 — 18:30 bis 20:45 Uhr

C: Do 11.11.2021 bis Do 02.12.2021 — 18:30 bis 20:45 Uhr

Lebensmuster und Schattenthemen verwandeln

Warum musste mir das passieren? Warum geschieht mir immer wieder das Gleiche? An diesen Abenden lernen wir Methoden eines angemessenen Umgangs mit unseren Schattenthemen, wodurch es uns gelingen kann, diese Themen zu erlösen und die problematischen Lebensmuster zu verwandeln.

Leitung: Bruno Martin

Ort: Kulturhaus OSKAR, 1. Etage, Praxisgemeinschaft Martin, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 30,00

Dauer: je 4 Kursstunden

Kursnummer: 21207

A: Mi 15.09.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

B: Mi 13.10.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

C: Mi 08.12.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

Die 7x7-Jungbrunnenformel

Unser Lebensglück, unsere Gesundheit, unsere Energie und unsere Vitalität sind davon abhängig, wie wir mit einigen Lebensbereichen umgehen. In diesem Kurs gehen wir auf die individuellen Motive jedes Einzelnen ein, schauen, zu welchen positiveren Änderungen jeder Einzelne von uns motiviert ist und praktizieren *den Weg der kleinen Schritte*.

Leitung: Bruno Martin

Ort: Kulturhaus OSKAR, 1. Etage, Praxisgemeinschaft Martin, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 85,00

Dauer: 16 Kursstunden, 4 Termine

Kursnummer: 21208

Mi 22.09.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

Mi 06.10.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

Mi 27.10.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

Mi 10.11.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

Hochsensibilität neu ergreifen und verstehen - für Betroffene, Eltern, Pädagogen und Interessierte

Kann es sein, dass die Hochsensibilität ein nächster Schritt unserer evolutionären Entwicklung als Menschheit ist? Wie gehen wir gesellschaftlich in Schulen, Unternehmen usw. mit der zunehmenden Hochsensibilität um?

Wie steht es um unseren Zugang zur Spiritualität. Wie sich das bemerkbar macht und was sonst noch daraus geschlossen werden kann, darüber möchte ich mich an diesem Abend austauschen.

Leitung: Joachim Welz

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 15,00

Dauer: 3 Kursstunden

Kursnummer: 21209

Fr 24.09.2021 — 19:00 bis 21:15 Uhr

Systemische Aufstellungsarbeit als sozial-künstlerische Methode

Die systemische Aufstellungsarbeit ist eine hochwirksame Methode, die das Erkennen der inneren Dynamik und die Wirksamkeit alter Muster und Gewohnheiten ermöglicht. Im Dialog und ggf. Rollentausch mit den einzelnen Vertreterpositionen werden Selbsterkenntnis, Wandlung und Integration ermöglicht. Innerer Frieden, Verbundenheit und wache Präsenz stellen sich ein, neue Wege werden sichtbar.

Leitung: Annette G. Geersen, Klaus Begall

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 15,00 Seminarteilnahme; je 100,00 eigene Aufstellung

Dauer: je 5 Kursstunden

Kursnummer: 21111

F: So 26.09.2021 — 12:00 bis 16:00 Uhr

G: So 17.10.2021 — 12:00 bis 16:00 Uhr

H: So 21.11.2021 — 12:00 bis 16:00 Uhr

I: So 05.12.2021 — 12:00 bis 16:00 Uhr

Stressbewältigung durch Achtsamkeit - MBSR 8-Wochen-Kurs

Stressbewältigung durch Achtsamkeit - MBSR nach Prof. Jon Kabat-Zinn ist ein wissenschaftlich anerkanntes und wirksames Programm, Stress abzubauen und körperliches sowie geistiges Wohlbefinden zu fördern. Der Kurs vermittelt die drei achtsamkeitsbasierten Grundübungen zur Stressreduktion, die in der Gruppe gemeinsam eingeübt und zu Hause weiter vertieft werden.

Leitung: Wilfried Ranft

Ort: A: Ev. Gemeindezentrum Winz-Baak, Schützstr. 2a, 45529 Hattingen, B: Online-Kurs

Gebühr in EUR: je 290,00

Dauer: je 31 Kursstunden, 9 Termine

Kursnummer: 21210

A: Mo 27.09.2021 bis Mo 25.10.2021 — 19:00 bis 21:30 Uhr
Mo 08.11.2021 bis Mo 22.11.2021 — 19:00 bis 21:30 Uhr
Sa 13.11.2021 — 10:00 bis 16:00 Uhr
B: Mi 29.09.2021 bis Mi 17.11.2021 — 19:00 bis 21:30 Uhr
So 07.11.2021 — 10:00 bis 16:00 Uhr

Leicht und einfach eigene Glaubenssätze ändern mit Qi

Quanten Intelligenz - Grundlagen-Workshop

Qi ist die Weiterentwicklung einer von Bruce Lipton entdeckten Methode, wie wir selber unsere Gesundheit kontrollieren und uns dabei auch noch das glücklichste Leben erschaffen können, das wir uns vorstellen können. Wir selbst bestimmen über die Entwicklung unserer Zellen und damit über unser ganzes physisches und psychisches Leben. Probieren Sie es aus, wie leicht und einfach es sein kann, sein Leben selbst zu bestimmen!

Leitung: Ingo Rasche

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 150,00

Dauer: 15 Kursstunden, 5 Termine

Kursnummer: 20311

B: Di 28.09.2021 bis Di 12.10.2021 — 19:00 bis 21:15 Uhr
Di 26.10.2021 bis Di 02.11.2021 — 19:00 bis 21:15 Uhr

Focusing

Wenn man Focusing erlernt hat, kann man sich damit selbst innerhalb kurzer Zeit gut zentrieren, aus Stress befreien, seine Gefühle klären und neue Orientierung in Lebens- bzw. Entscheidungsfragen gewinnen. An diesen Abenden werden die sechs Schritte des Focusing vermittelt.

Leitung: Bruno Martin

Ort: Kulturhaus OSKAR, 1. Etage, Praxismgemeinschaft Martin, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 25,00

Dauer: je 3 Kursstunden

Kursnummer: 21211

A: Mi 29.09.2021 — 19:00 bis 21:15 Uhr

B: Mi 20.10.2021 — 19:00 bis 21:15 Uhr

C: Mi 24.11.2021 — 19:00 bis 21:15 Uhr

Tag der Achtsamkeit

Der Tag der Achtsamkeit ist geeignet für alle, die einen MBSR-Kurs absolviert und die bereits etwas Erfahrung in der Meditation haben. Angeleitete Meditationen führen durch den Tag des Schweigens.

Leitung: Uwe Wawrzyniak

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 45,00

Dauer: je 7 Kursstunden

Kursnummer: 21110

C: Sa 02.10.2021 — 09:00 bis 15:00 Uhr

D: Sa 18.12.2021 — 10:00 bis 16:00 Uhr

Anthroposophie - Waldorfpädagogik - Heilpädagogik



**Berufsbegleitende
Kurse**
für Waldorfpädagogik
Ruhrgebiet e.V.

- Seminare
- Vorträge
- Tagesveranstaltungen
- Fort- und Weiterbildungen

Holsterhauser Str. 70 · 44652 Herne

Fon: 02325-919-230 · e-mail: info@waldorfpaedagogik-ruhrgebiet.de

www.waldorfpaedagogik-ruhrgebiet.de

Den Alltag draußen lassen ... Zeit für mich!

Ich biete ein Frauentreffen.

An jedem Termin werden wir ankommen, tanzen, malen und Zeit für uns haben. Ich freue mich auf Euch!

Leitung: Ana Isabel Da Cruz Almeida Schrage

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 15,00

Dauer: je 2 Kursstunden

Kursnummer: 21212

A: Sa 02.10.2021 — 14:00 bis 15:30 Uhr

B: So 07.11.2021 — 11:00 bis 12:30 Uhr

C: Sa 11.12.2021 — 14:00 bis 15:30 Uhr

Ätherische Öle - Emotionen in Balance bei Stress, Beruf, Sport, Freizeit und Familie

Fühlen Sie sich gestresst? Sie können nicht entspannen? Bricht Ihr Gefühlskonstrukt manchmal zusammen?

Zur Stressbewältigung können reine ätherische Öle wunderbar eingesetzt werden. Ganz ohne Risiken und Nebenwirkungen!

An diesem Abend werden verschiedene vorgestellt, die eine einfache und leichte Hilfe zur Selbsthilfe für unsere Emotionen bieten.

Leitung: Ingo Rasche

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 15,00

Dauer: 3 Kursstunden

Kursnummer: 21213

A: Di 19.10.2021 — 19:00 bis 21:30 Uhr



HENNERKES®

Werbetechnik | Lichtwerbung
Reklame | LED | Neon | Schilder
Beschriftungen | Digitaldruck

Licht+
Werbung

Ingenieur- und Meisterbetrieb

Hennerkes Licht+Werbung GmbH | Kohlenstraße 199-201 | 44793 Bochum

Tel. (0234) 1 60 46 | hlw.de | info@hlw.de



Advent im Lichterlabyrinth

An diesem Abend haben Sie die seltene Gelegenheit, ein Lichterlabyrinth zu begehen. Wählen Sie Ihr eigenes Tempo, bringen Sie Freunde mit oder gehen Sie ganz für sich. Der anstehende Jahreswechsel ist einer der besten Zeitpunkte für die Begehung eines Labyrinthes.

Im Zeitraum von 17.00-21.00 Uhr besteht für jeden die Gelegenheit zur Begehung des Lichterlabyrinthes. So lange oder so kurz, wie Sie es wollen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Für Fragen rund um das Labyrinth ist die Kursleiterin vor Ort ansprechbar.

Leitung: Claudia Geldner

Ort: Kulturhaus OSKAR, Saal des Vidar-Zweigs,
(2. Seiteneingang Links), Oskar-Hoffmann-Str. 23, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: Freiwilliger Beitrag erbeten

Dauer: 5 Kursstunden

Kursnummer: 20313

B: So 19.12.2021 — 17:00 bis 21:00 Uhr

Do it yourself - Hilfe zur Selbsthilfe mit ätherischen Ölen

Haben Sie auch keine Zeit und Lust, Stunden beim Arzt im Wartezimmer zu verbringen? Bei Husten, Schnupfen, Heiserkeit, bei kleinen und größeren Wehwechen, können wir uns mit Pflanzen aus der Natur, in Form von reinen ätherischen Ölen, hervorragend selber helfen. Aber da gibt es noch mehr ...

Leitung: Ingo Rasche

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 15,00

Dauer: 3 Kursstunden

Kursnummer: 22302

A: Di 25.01.2022 — 19:00 bis 21:30 Uhr

Waldbaden im Weitmarer Holz

Yoga, Meditation und achtsames Wandern

Mit einfachen Körperübungen und Meditationen werden Sie bei sich ankommen und Ruhe finden. Das langsame Gehen im Wald öffnet Sie für den Augenblick und gibt Ihnen die Möglichkeit, aus der Natur Kraft zu tanken.

Ziel des Seminars ist es, die körperlichen und psychischen Widerstandskräfte zu erhöhen.

Leitung: Norbert Mohr, Monika Vonau

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 54,00

Dauer: 8 Kursstunden

Kursnummer: 21115

B: So 22.08.2021 — 10:00 bis 17:00 Uhr

Arbeitskreis für Geobiologie und Geomantie

Geobiologischer Arbeitskreis Westfalen

Der „Geobiologische Arbeitskreis Westfalen“ beschäftigt sich vor allem mit der Bedeutung der feinstofflichen Energien der Erde für Mensch und Natur. Durch themenspezifische Vortragsabende und gemeinsame Exkursionen wollen wir unseren Wissenshorizont erweitern und neue Erkenntnisse vor allem im Bereich der Geobiologie und der Geomantie zusammentragen. Aktuelle Erkenntnisse und Forschungsergebnisse werden vorgestellt und Möglichkeiten für eine ganzheitliche Lebensführung und Gesundheitsfürsorge aufgezeigt.

Leitung: Reiner Padligur

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: kostenlos

Dauer: 14 Kursstunden, 3 Termine

Kursnummer: 21214

Mi 25.08.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

Sa 25.09.2021 — 13:00 bis 18:00 Uhr

Mi 17.11.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

Naturwanderung und Meditation an der Ruhr

Wo die Erdkräfte und Naturwesen uns unterstützen

Mit geöffneten Sinnen spazieren wir gemeinsam, auf fast barrierefreien Wegen, in idyllischer Natur entlang der Ruhr zu einem mystischen Ort in Witten.

An diesem Ort befindet sich ein besonderes Portal, wo wir meditieren werden. Die dortigen speziellen Erdkräfte und Naturwesen können uns unterstützen und helfen. Wir lernen Feinstoffliches wahrzunehmen und damit einfühlsam umzugehen.

Leitung: Undine Hossmann

Treffpunkt: Parkplatz Rittergut Haus Herbede,
Von-Elverfeldt-Allee 12, 58456 Witten Herbede

Gebühr in EUR: je 27,00

Dauer: je 5 Kursstunden

Kursnummer: 21116

D: Sa 04.09.2021 — 10:00 bis 14:00 Uhr

E: Sa 23.10.2021 — 10:00 bis 14:00 Uhr

Klänge für die Landschaft

Können wir direkt in der Landschaft mit Instrumenten klingen?

Wir werden mit verschiedenen Klanginstrumenten aus Metall, Holz und Steinen versuchen wieder in der Landschaft zu klingen, im Garten, im Wald, am Wasser, auf der Anhöhe...

Unser Spielen wird dabei von Wahrnehmungsübungen vorbereitet und begleitet werden.

Leitung: Klaus Weithauer

Ort: Örkhof, Hohlstr. 139, 42555 Velbert-Langenberg

Gebühr in EUR: 20,00

Dauer: 6 Kursstunden

Kursnummer: 21215

So 05.09.2021 — 11:00 bis 16:30 Uhr

Naturwanderung und Meditation am Kraftplatz

Wo die Erdkräfte und Naturwesen uns unterstützen

Wir spazieren gemeinsam inmitten schönster Natur in Witten, teilweise auf unbefestigten Wald-Pfaden, zu einem Ort, an dem die Erdkräfte und Naturwesen uns unterstützen und helfen können. An diesem Ort befindet sich ein alter Energiepunkt von Witten. Wir lernen, diese Erdkraft zu spüren und mit ihr liebevoll umzugehen.

Leitung: Undine Hossmann

Treffpunkt: Kreuzung Wartenbergweg/Lange Straße,

Bushaltestelle Wartenberg, 58453 Witten

Gebühr in EUR: je 25,00

Dauer: je 4 Kursstunden

Kursnummer: 21117

D: Mi 08.09.2021 — 17:00 bis 20:00 Uhr

E: Sa 30.10.2021 — 10:0 bis 13:00 Uhr

Naturwanderung und Meditation - Leichtigkeit erleben

Wo die Erdkräfte und Naturwesen uns unterstützen

Durch eine abwechslungsreiche Landschaft mit Wald, Feld, Hügel und Bächen begeben wir uns über einige kurze Stationen mit einfachen Wahrnehmungsübungen Richtung Hauptkraftplatz, an dem wir uns meditativ zum Thema Leichtigkeit vertiefen werden. Die dortigen Erdkräfte und Naturwesen können uns unterstützen und helfen. Wir lernen Feinstoffliches wahrzunehmen und damit einfühlsam umzugehen.

Leitung: Undine Hossmann

Ort: Bushaltestelle Osterheidestr. auf Höhe der Oberstr. 152 in

44892 Bochum-Langendreer

Gebühr in EUR: 27,00

Dauer: 5 Kursstunden

Kursnummer: 21216

Mi 15.09.2021 — 16:00 bis 20:00 Uhr

Kraftorte der Natur

Heilsame Plätze erspüren und ihre Energie erfahren

Warum fühlen wir uns am Meer oder an einem See mit Blick auf die Berge so wohl? An diesen „Übergängen“ treffen die Lebensströme der Landschaft zusammen. Guntram Stoehr führt Sie in dem Vortrag an Orte, wo die Naturenergie am stärksten ist.

Leitung: Guntram Stoehr

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 15,00

Dauer: 3 Kursstunden

Kursnummer: 21125

Do 16.09.2021 — 19:00 bis 21:30 Uhr

Kraftplätze in Haus und Garten

Gestaltung und Nutzung eines persönlichen Kraftplatzes

In diesem Seminar werden einige der Grundregeln und Traditionen vorgestellt, die für eine Kraftplatzgestaltung wichtig sind. Ziel ist es Anregungen zu geben, wie man auch im eigenen Umfeld einen persönlichen Kraftplatz gestalten kann.

Leitung: Reiner Padligur

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 20,00

Dauer: 3 Kursstunden

Kursnummer: 21217

Mi 22.09.2021 — 19:00 bis 21:30 Uhr

HERDECKER BÜCHERSTUBE

Am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke

Gerhard-Kienle-Weg 4 · 58313 Herdecke · Tel.: 02330-73915

- Anthroposophie
- allg. Literatur
- Kinder/Jugend
- Ratgeber
- anthr. Medizin



Montag-Freitag: 10:00-18:00 Uhr

Samstag: 10:00-14:00 Uhr

www.anthro-buch.de

Kontemplative Naturwanderung und Meditationen am Kraftplatz

Wo die Erdkräfte und Naturwesen uns unterstützen

Kontemplativ und meditativ wandern wir in einem besonders schönem Waldgebiet in Witten, teilweise auf unbefestigten Pfaden, zu einem Ort, an dem die Erdkräfte und Naturwesen uns unterstützen und helfen können. Dort, wo wir uns in Naturmeditationen weiter vertiefen, befindet sich ein alter, aktiver Energiepunkt. Basiserfahrung in Naturmeditation oder vorheriger Besuch einer meiner Kurse ist wünschenswert.

Leitung: Undine Hossmann

Treffpunkt: Kreuzung Wartenbergweg/Lange Straße,

Bushaltestelle Wartenberg, 58453 Witten

Gebühr in EUR: 27,00

Dauer: 5 Kursstunden

Kursnummer: 21123

B: Sa 25.09.2021 — 10:00 bis 14:00 Uhr

Die Kraft aus dem Ursprung - Geomantie der Dortmunder Hohensyburg

Tagesseminar mit Exkursion

Bei der Exkursion werden neben einer theoretischen Einführung in die Geomantie auch die Kulturgeschichte der karolingischen Wallburgenanlage und der Wallfahrtskirche St. Peter mit dem Peters- oder auch Donarbrunnen in Hohensyburg vorgestellt.

Unterstützt durch Wahrnehmungsübungen werden auf der Exkursion die geomantischen Qualitäten der Hohensyburg auch praktisch erkundet.

Leitung: Reiner Padligur

Ort: Parkplatz der Spielbank Hohensyburg,

Hohensyburgerstr. 200, 44265 Dortmund

Gebühr in EUR: 60,00

Dauer: 6 Kursstunden

Kursnummer: 21218

Mi 29.09.2021 — 13:00 bis 18:00 Uhr

Zuwendung zur Landschaft

Was können wir als Menschen für eine Landschaft tun?

Wie können wir uns heute einer Landschaft zuwenden und ihr Kräfte zuführen? Wir wollen in dieser Richtung erste tastende Versuche durch Wahrnehmungsübungen, eurythmische und musikalische Gesten, innere Zuwendung u.a. unternehmen.

Leitung: Klaus Weithauer

Ort: Örkhof, Hohlstr. 139, 42555 Velbert-Langenberg

Gebühr in EUR: 15,00

Dauer: 6 Kursstunden

Kursnummer: 21219

So 03.10.2021 — 11:00 bis 16:30 Uhr

Ein Tag im Wald

Waldbaden und meditatives Wandern mit Yoga

Wir tauchen ein in die heilende Welt des Waldes, die uns Menschen seit Jahrtausenden als Kraft- und Energiequelle dient. Im Wald beruhigen sich unsere Gedanken und unser Körper kann sich entspannen und Kraft schöpfen. Leichte Yogaübungen und einfühlsame Texte verbinden Wahrnehmungsübungen aus der Meditation und dem Yoga mit Waldbadenübungen zu einer stimmigen Komposition, aus der Sie Gesundheit und Wohlbefinden schöpfen.

Leitung: Norbert Mohr, Monika Vonau

Treffpunkt: Wanderparkplatz am Haus Haard,
Haardgrenzweg 338, 45739 Oer-Erkenschwick

Gebühr in EUR: 48,00

Dauer: 6 Kursstunden

Kursnummer: 21119

B: So 10.10.2021 — 11:00 bis 16:30 Uhr

Die Kraft des Heiligen Ortes - Über die spirituelle Kraft der Landschaft

In diesem Vortrag werden die wichtigsten geomantischen Betrachtungs- und Einflussdimensionen vorgestellt, die dazu beitragen, einen Ort heilig werden zu lassen. Anhand verschiedener Beispiele aus unterschiedlichen Kulturen und einigen Beispielen Heiliger Orte oder Kraftorte aus der Region des Ruhrgebiets werden diese vielfältigen Aspekte konkretisiert.

Leitung: Reiner Padligur

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 20,00

Dauer: 4 Kursstunden

Kursnummer: 21220

Mi 10.11.2021 — 18:30 bis 21:30 Uhr

KLIMA SCHÜTZEN UND ENERGIE SPAREN

Ihr Fachmann für Solarwärme
Sonnenstrom, Holzpelletheizung
und Kraft-Wärme-Kopplung

UMWELTFREUNDLICHE HAUSTECHNIK
SOLARANLAGEN FÜR STROM UND WÄRME
REGENWASSERANLAGEN



Sonnen- und Windenergieanlagenbau GmbH
Karl-Hermann-Str. 14 – 45701 Herten
Tel. 023 66 / 4 39 65 – Fax 023 66/4 14 28

www.swb-herten.de

ICH & DU

ZUKUNFT
GEMEINSAM
VERANTWORTLICH
GESTALTEN

Schulbildung
Berufsausbildung
Persönlichkeitsbildung

VON DER 1. KLASSE
BIS ZUM ABITUR

hibernia schule[®]

Staatlich genehmigte Gesamtschule und Kolleg
eigener Art nach der Pädagogik Rudolf Steiners.

Holsterhauser Straße 70 · 44652 Herne

www.hiberniaschule.de

Geistiges Wahrnehmen

Die Bedeutung des Denkens und der Selbstentäußerung bei der geistigen Wahrnehmung

An diesem Abend werden wir erfahren, wie das funktioniert, welches Wahrnehmungsorgan wir dafür verwenden und welche Voraussetzungen uns zu einer objektiven Wahrnehmung verhelfen. Wir werden uns die Doppelrolle des Denkens bewusst machen, erfahren was Selbstentäußerung ist und welchen Einfluss sie auf die geistige Wahrnehmung hat.

Leitung: Joachim Welz

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 15,00

Dauer: 3 Kursstunden

Kursnummer: 21221

Fr 01.10.2021 — 19:00 bis 21:15 Uhr

DER INNERE WEG DER HEILUNG
BEWUSSTSEINS COACHING
HEILUNG DURCH ERKENNTNIS
AKTIVIERUNG DER SELBSTHEILUNGKRÄFTE
UND AUFLÖSUNG
PHYSISCHER & PSYCHISCHER PROBLEME
DURCH (SELBST)ERKENNTNIS

SPIRITUELLE ERDHEILUNG
DAS WOHNUMFELD ALS SPIEGEL
DER SEELENKRÄFTE

JOACHIM WELZ
WEGBEGLEITUNG & GEOMANTIE
ERKENNTNISARBEIT & WUNDER
HEILPRAKTIKER PSYCH.
www.Joachim-Welz.de
mail@Joachim-Welz.de
Tel. 0177-37 53 52 7





Rudolf Steiner Schule
Bochum



*Die Waldorfschule
für Ihr Kind*

Info-Veranstaltung I

für die Eltern der Schulanfänger 2022
und andere Interessierte

17. + 18. September 2021

Fr 20 Uhr Sa 10 – 13 Uhr

Schwerpunkte: Künstlerische Fächer, Handwerk,
Naturwissenschaften und Mathematik



www.rss-bochum.de

Autogenes Training

Das Training für autogene (selbsttätig erzeugte) Entspannung hilft, die Fähigkeit zur Selbstberuhigung zu erlangen. Regelmäßig angewendet kann Autogenes Training helfen, durch Stress bedingte Beschwerden zu lindern. Es steigert die in den Alltag integrierbare Ruhe und fördert die Gelassenheit. Einmal erlernt und andauernd ausgeübt, ist diese Form der Selbstregulation zu jeder Zeit anwendbar.

Leitung: Raphaela Munteanu

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 50,00

Dauer: je 5 Kursstunden, 5 Termine

Kursnummer: 21128

C: Mo 26.07.2021 bis Mo 23.08.2021 — 19:00 bis 20:00 Uhr

D: Mo 11.10.2021 bis Mo 25.10.2021 — 19:00 bis 20:00 Uhr

Mo 08.11.2021 — 19:00 bis 20:00 Uhr

Mo 22.11.2021 — 19:00 bis 20:00 Uhr

Wilde Kräuter und selbst gemachte Heilkräuterapotheke

Wir lernen verschiedene Kräuter (auch Heilkräuter) kennen, stellen Salbe und Heilöle her und geniessen einen selbstgemachten Kräuter-Snack.

Leitung: Claudia Backenecker

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 55,00

Dauer: 5 Kursstunden

Kursnummer: 20315

A: So 05.09.2021 — 14:00 bis 19:00 Uhr



Freies
Bildungs-
werk

Ausführliche Beschreibungen
unserer Kurse und Veranstaltungen
finden Sie auch auf unserer
Webseite

www.fbw-bochum.de

5Rhythmen Tanz- und Bewegungsmeditation

Tanzend können wir Stress und Anspannung in Körper und Seele lösen, innere Balance und Lebensfreude gewinnen und den Körper in Bewegung bringen. Wir bewegen uns durch die Rhythmen: Flowing Staccato Chaos Lyrical Stillness®. Wir tanzen ohne feste Tanzschritte, zumeist barfuß oder in weichen Tanzschuhen.

Leitung: Christine Riemer

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 30,00

Dauer: 3 Kursstunden

Kursnummer: 21133

D: So 04.07.2021 — 15:00 bis 17:15 Uhr

Kraftort - Kreistanz

Mit Rhythmen aus unterschiedlichen Kulturen, aus dem Orient, aus Europa, Afrika und Südamerika, gehen wir auf eine beschwingte und freudvolle Entdeckungsreise. Tanzen wirkt auf den ganzen Menschen und beflügelt Körper, Seele und Geist. Jede(r) ist willkommen.

Leitung: Tobias Schneider

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 18,00

Dauer: je 2 Kursstunden

Kursnummer: 21134

E: So 08.08.2021 — 14:30 bis 16:30 Uhr

F: Sa 04.09.2021 — 14:30 bis 16:30 Uhr

G: Sa 09.10.2021 — 14:30 bis 16:30 Uhr

H: So 28.11.2021 — 14:30 bis 16:30 Uhr



MEDIZINISCHE ASTROLOGIE

DER INDIVIDUELLE WEG
ZUR GESUNDHEIT

Beratungen finden telefonisch
nach Vereinbarung statt

email: info@astrologie-medizin.com

WWW.ASTROLOGIE-MEDIZIN.COM

Hatha Yoga - Yoga für Anfänger

Die Yoga-Übungsreihen sind fließend und sanft aufeinander aufgebaut. So haben Sie die Möglichkeit, die Übungen achtsam durchzuführen und ganz bewusst zu spüren, was Sie tun, wie Sie es tun und wie es Ihnen dabei geht. Ihre Muskeln, Faszien und Gelenke werden gut koordiniert und auf eine gesunde Weise bewegt.

Leitung: Elke Himmighofen

Ort: Kulturhaus OSKAR, Saal des Vidar-Zweigs,
(2. Seiteneingang Links), Oskar-Hoffmann-Str. 23, 44789 Bochum
Gebühr in EUR: A: 100,00; B: 60,00

Dauer: A: 20 Kursstd., 10 Termine; B: 12 Kursstd., 6 Termine

Kursnummer: 21222

A: Mo 09.08.2021 bis Mo 11.10.2021 — 17:00 bis 18:30 Uhr

B: Mo 25.10.2021 — 17:00 bis 18:30 Uhr

Mo 08.11.2021 bis Mo 13.12.2021 — 17:00 bis 18:30 Uhr

Yin Yoga - Faszien Yoga

Yin Yoga ist ein sehr entspannender Yoga-Stil. Durch das lange Verweilen in den Positionen wird neben dem Muskel- und Bandapparat auch das tiefe Bindegewebe, die Faszien, nachhaltig gedehnt, die Gelenke geöffnet und der Energiefluss im Körper harmonisiert. Dies hat einen sehr heilsamen und lösenden Effekt, der sofort spürbar ist.

Leitung: Claudia Geldner

Ort: Kulturhaus OSKAR, Saal des Vidar-Zweigs,
(2. Seiteneingang Links), Oskar-Hoffmann-Str. 23, 44789 Bochum
Gebühr in EUR: A: 60,00; B: 84,00

Dauer: A: 10 Kursstd., 5 Termine; B: 14 Kursstd., 7 Termine

Kursnummer: 21223

A: Do 19.08.2021 bis Do 26.08.2021 — 18:00 bis 19:30 Uhr

Do 23.09.2021 bis Do 07.10.2021 — 18:00 bis 19:30 Uhr

B: Do 28.10.2021 bis Do 09.12.2021 — 18:00 bis 19:30 Uhr

Osteopathische Selbstbehandlung

„Leben ist Bewegung“ ist das Grundthema der Osteopathie. Damit ist die Beweglichkeit aller Strukturen und Organe zueinander und der Organe in sich selbst. Über die Schulung der Selbstwahrnehmung erkennen wir unbemerkte Mobilitätsverluste und können hier schon präventiv wirken.

Im Kurs befassen wir uns überwiegend mit Beschwerden des Bewegungsapparates. Wir befassen uns aber auch „craniosacral“ mit der Behandlung des Schädels und des Rückenmarkkanals. Gezeigt und geübt werden Möglichkeiten für die häufigsten Beschwerden. Neben der Geschichte und Theorie der Osteopathie werden wir uns mit der Anatomie und Physiologie (Funktionsweise) des Körpers befassen, die eigenen Gegebenheiten erkunden und die Hilfsmöglichkeiten erforschen.

Leitung: Norbert Hermann

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 104,00

Dauer: 16 Kursstunden, 8 Termine

Kursnummer: 21131

C: Do 02.09.2021 bis Do 09.09.2021 — 20:00 bis 21:30 Uhr
Do 23.09.2021 bis Do 28.10.2021 — 20:00 bis 21:30 Uhr

Biodanza

Gemeinsam das Leben tanzen!

Biodanza ist für alle Menschen jeden Alters geeignet, die Lust haben, sich zu Musik zu bewegen und offen für neue Erfahrungen sind. Biodanza stärkt unsere Lebenslust, beflügelt unser Miteinander und berührt alle Ebenen unseres Seins.

Leitung: Sandra Baumann

Ort: Kulturhaus OSKAR, Saal des Vidar-Zweigs,

(2. Seiteneingang Links), Oskar-Hoffmann-Str. 23, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 20,00

Dauer: je 3 Kursstunden

Kursnummer: 21224

A: So 05.09.2021 — 15:30 bis 17:45 Uhr

B: Fr 08.10.2021 — 18:00 bis 20:15 Uhr

C: Sa 20.11.2021 — 18:00 bis 20:15 Uhr

Wohlfühltag für Frauen und Männer - Handmassage sowie Finger-Yoga

Entspannung, Ruhe und Wohlbefinden durch Selbstanwendung

Berührung ist die meist vergessene Sprache. Viele Menschen sehnen sich nach einer Auszeit von Hektik, Stress und kleinen Unpässlichkeiten des Alltags. Mit einer wohltuenden Hand- und Unterarmmassage kann da schnell Hilfe geleistet werden, um das körperliche, seelische und geistige Wohlbefinden zu fördern. Basisübungen des Fingeryogas werden an diesem Wohlfühltag vermittelt und praktisch geübt, so dass Sie beide Selbstanwendungsmethoden zu Hause mit wenig Aufwand zur Entspannung durchführen können.

Leitung: Dagmar Sabine Holl

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 55,00

Dauer: 7 Kursstunden

Kursnummer: 21135

B: Sa 15.01.2022 — 10:00 bis 16:00 Uhr

Ganzheitliche Wohn- und Geschäftsberatungen

seit 33 Jahren



Feng Shui
Erdstrahlen
Elektrosmog
Geomantie

Untersuchungen, Beratungen, Seminare
Kompetenz durch umfassende Ausbildungen und eine über 33jährige Praxis in Beratungen und Untersuchungen.

Aktuelle Angebote im Freien Bildungswerk:
22.09.2021 - Kraftplätze in Haus und Garten - Vortrag Gestaltung und Nutzung eines persönlichen Kraftplatzes
23.10.2021 - Geomantie des Ruhrgebiets - Exkursion Die Dortmunder Hohensyburg
10.11.2021 - Die Kraft des Heiligen Ortes Vortrag Über den spirituellen Aspekt der Landschaft

Reiner Padligur
Alle Str. 37 b, 58452 Witten
Tel.: 02302/31324
Fax: 02302/ 932788
e-Mail: info@reiner-padligur.de
www.reiner-padligur.de

Bitte kostenlose Informationen anfordern.

VEDIC ART - Intuitives Malen

„Die ersten drei Prinzipien“

„Vedic Art lehrt keinen das Malen. Nein! Vedic Art erinnert wie man malt.“ (Curt Källman). Finde Deine eigene Kreativität und entdecke Dich neu!

Leitung: Beata Glatthaar

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 45,00

Dauer: 5 Kursstunden

Kursnummer: 21140

B: So 04.07.2021 — 14:00 bis 18:00 Uhr

Naturheilpraxis

Gabriele Fischer Heilpraktikerin



- Traditionelle Chinesische Medizin
Akupunktur - Tuina Massage - Qigong
- Rhythmische Einreibung
nach Wegmann/Hauschka
- Dorn - Breuss - Therapie

Telefon 0151/11 66 76 40

kontakt@naturheilpraxis-gabriele-fischer.de

www.naturheilpraxis-gabriele-fischer.de

DE-ÖKO-006

HUTZEL Die Bio-Bäckerei.

Bioland

GUTES BROT
...macht glücklich

Viele Dinkel- und vegane Spezialitäten

♦ Verkaufsstellen u. Info: www.hutzelbrot.de
Tel. 0234 - 450590

AHORA-SOUND HEALING

Spirituelles Heilen, Monochordklänge, Obertöne, Tanpura, Stimme, Mantras und heilende Rhythmen

Ziel dieses Seminars ist es, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren, körperliche, seelische und geistige Blockaden zu lösen, den gesunden Energiefluss wiederherzustellen und damit den Energielevel in Körper, Seele und Geist zu erhöhen. AHORA-Soundhealing ist eine Ausbildung auf Innerer Ebene und wirkt wie ein Intensiv-Workshop. Genießen Sie die wunderschönen Klänge in unserem großen Saal. Hier können die Selbstheilungskräfte wirken.

Leitung: Brigitte Geuss

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 30,00

Dauer: je 2 Kursstunden

Kursnummer: 21141

G: So 22.08.2021 — 16:00 bis 17:30 Uhr

H: So 26.09.2021 — 18:00 bis 19:30 Uhr

I: So 24.10.2021 — 16:00 bis 17:30 Uhr

J: So 21.11.2021 — 18:00 bis 19:30 Uhr

K: Fr 17.12.2021 — 19:00 bis 20:30 Uhr

Singen erleben

Begegnung mit meiner Stimme - meinem Gesang

Das Singen ist eine Quelle der Freude und Kraft. Sie befindet sich in uns selbst. Es ist die Begeisterungsfähigkeit in uns, die sich durch das Wecken der Freude beim Singen zeigt. Wenn wir lernen aus ganzer Seele und von ganzem Herzen zu singen, dann kommen wir in Kontakt mit dieser Quelle.

Leitung: Jutta Carstensen

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: je 40,00

Dauer: je 4 Kursstunden

Kursnummer: 21147

D: Sa 11.09.2021 — 11:00 bis 14:00 Uhr

E: So 10.10.2021 — 11:00 bis 14:00 Uhr

F: Sa 20.11.2021 — 14:00 bis 17:00 Uhr

G: So 30.01.2022 — 14:00 bis 17:00 Uhr

TeeRäucherKörperKlangKonzertRitual

Loslassen und Neues begrüßen. Energie auftanken und sich mit allem verbunden fühlen. Still sein und das Leben feiern. Meditation, Trance und Tiefenentspannung erleben. Ankommen im Jetzt. Es werden Körper, Seele und Geist angesprochen und Du gehst entspannt, erholt und mit neuen Energien aus dem Konzert heraus.

Leitung: Marc Iwaszkiewicz

Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Gebühr in EUR: 49,00

Dauer: 4 Kursstunden

Kursnummer: 21142

B: Fr 19.11.2021 — 19:00 bis 22:00 Uhr

ERGOTHERAPIE NEUROFEEDBACK



OLIVER ZIMMERMANN

0234 61065626

ergotherapie-zimmermann.de

Imbuschplatz 11
(am Nordring)

44787 Bochum

Höntroper Töpfermarkt

Töpfe aus Meisterhand

25. & 26. SEPTEMBER 2021



Samstag 11-19 Uhr

Sonntag 11-18 Uhr

Im Park der

Villa Baare

Reiterweg 13, 44869 Bochum-Höntrop

www.höntroper-töpfermarkt.de

Bewusster und stressfreier durchs Leben gehen - Online

Bewusster und stressfreier durchs Leben gehen - wie kann das gehen? Und dann auch noch zu Hause ohne eine persönliche Begegnung nur vor dem Bildschirm? Ja, es gibt die Möglichkeit, inzuhalten. Wie das gehen kann, lernen Sie an diesem Vormittag kennen. Wir arbeiten mit Elementen aus dem Programm „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“ von Jon Kabat-Zinn.

Leitung: Wilfried Ranft

Ort: Online-Kurs

Gebühr in EUR: 38,00

Dauer: 4 Kursstunden

Kursnummer: 21248

So 25.07.2021 — 11:00 bis 14:00 Uhr

Yoga online

Neue Kraft für Körper und Geist mit sanftem regenerativem Yoga

Sanftes, regeneratives Yoga wirkt ausgleichend, entspannend, erhaltensam und pflegend. Wir können damit für eine anmutige, aufrechte Haltung, einen gesundem Körper und für einen ruhigen, achtssamen Geist sorgen. Sie erleben die Vielfalt positiver Auswirkungen auf Gesundheit und Psyche. Alles ganz entspannt. Sei mutig, traue Dich, gerne unterstützen wir Dich dabei!

Leitung: Christine Gott

Ort: Online-Kurs

Gebühr in EUR: 160,00

Dauer: 34 Kursstunden, 17 Termine

Kursnummer: 21260

A: Di 24.08.2021 bis Di 14.12.2021 — 18:00 bis 19:30 Uhr

Kinder suchen Pflegeeltern

Neue Aufgaben für erfahrene Familienmenschen!

Bei Interesse informieren wir Sie gerne zu unserem Weiterbildungs- und Unterstützungsangebot:

0234 / 60 600 355

info@fachberatung-pflegekinder.de
www.schnelle-hilfe-bochum.org



Schnelle Hilfe

Verein für Sozialarbeit und Jugendhilfe
Glockengarten 70 - 44803 Bochum

Fantasiereise online - Methode gegen Grübeln!

„Lösungsorientiert denken“ kann man lernen

Es gibt eine Methode gegen Grübeln! Eine Methode, die unseren Stress zu reduzieren vermag, uns den Zugang zu unseren intuitiven Fähigkeiten ermöglicht und uns lösungsorientiertes Denken lehren kann: „Von Problemen lernen“. Das ist eine Methode, die die Teilnehmenden befähigt, belastende, problematische Erfahrungen oder Situationen des eigenen Lebens zu betrachten und sie zu verwandeln. So lernen die Teilnehmenden die positive Absicht hinter jedem Problem zu erkennen. Alles ganz bequem von zu Hause aus!

Leitung: Margit Zink

Ort: Online-Kurs

Gebühr in EUR: je 48,00

Dauer: je 8 Kursstunden, 4 Termine

Kursnummer: 21259

C: Di 07.09.2021 bis Di 28.09.2021 — 18:30 bis 20:00 Uhr

D: Di 05.10.2021 bis Di 26.10.2021 — 18:30 bis 20:00 Uhr

E: Di 02.11.2021 bis Di 23.11.2021 — 18:30 bis 20:00 Uhr

YOGA am Sonntag - die kraftvolle Verbindung von Körper, Atem und Geist

In diesem Sonntag-Yoga-Seminar kannst Du Dein Leben mit der Kraft der Yoga-Meditation und Entspannungsübungen entschleunigen, Dich mit Deinem wahren Selbst verbinden und das tiefe Gefühl von Entspannung, Kraft, Ruhe, Freude, Klarheit und Frieden erleben. Geübt werden Übungen aus verschiedenen Yogastilen. Finde heraus, was Dir gut tut!

Leitung: Christine Gott

Ort: Online-Kurs

Gebühr in EUR: je 40,00

Dauer: je 4 Kursstunden

Kursnummer: 21261

A: So 10.10.2021 — 15:00 bis 18:00 Uhr

B: So 31.10.2021 — 10:00 bis 14:00 Uhr

C: So 07.11.2021 — 13:00 bis 16:00 Uhr

D: So 12.12.2021 — 10:00 bis 13:00 Uhr

Kursleiter	Seite(n)
Abu Muher, Andrea	12
Almeida Schrage, Ana Isabel da Cruz	36
Backenecker, Claudia	4, 7, 15, 22, 48
Baumann, Sandra	51
Begall, Klaus	33
Blanke, Christine	4
Brück, Doris	11
Budde, Cornelia	15, 24
Carstensen, Jutta	54
Dahmen, Katrin	12
Fehling, Ulrike	13
Feld, Angelika	14
Geersen, Annette G.	33
Geldner, Claudia	37, 50
Geuss, Brigitte	54
Glatthaar, Beata	7, 17, 53
Gott, Christina	10, 14, 20, 24, 56, 57
Hermann, Norbert	51
Himmighofen, Elke	50
Holl, Dagmar Sabine	13, 52
Horn, Andreas	8
Hossmann, Undine	39, 40, 42
Iwanowski, Wolfgang	25
Iwaszkiewicz, Marc	6, 18, 23, 55
Janka, Angelika	9
Joris, Stefanie	6, 16
Kordts-Iwanowski, Antje	25, 26
Langhof, Katrin	21
Mann, Martina	5, 9
Martin, Bruno	11, 18, 21, 26, 31, 32, 35
Mohr, Norbert	10, 38, 43
Munteanu, Raphaela	48
Nüßgen, Elvira	16
Padligur, Reiner	38, 41, 42, 44
Ranft, Wilfried	28, 29, 34, 56
Rasche, Ingo	17, 30, 34, 36, 37
Riemer, Christine	19, 49
Sawada, Mari	28, 29
Schauer, Elke	12
Schlump, Irene	19
Schneider, Tobias	49
Schwiese, Kathleen	22
Steinhagen, Jens	6, 16
Stoehr, Guntram	8, 41
Stratmann, Ursula	4
Then, Christopher Johannes	29
Vonau, Monika	10, 38, 43
Waldschütz, Dr. Michaela	5
Wawrzyniak, Uwe	30, 31, 35
Weithauer, Klaus	39, 43
Welz, Joachim	33, 46
Zink, Margit	57

- Abu Muher, Andrea** - Systemischer Coach, Burnout-Coach, Leiterin für Waldbaden, Yoga-Lehrerin und Personal Trainerin, www.frauensindanders.com
- Almeida Schrage, Ana Isabel da Cruz** - Körpertherapeutin in Integraler Leibarbeit (Institut für Integrale Leibarbeit, Stuttgart), Dipl.-Übersetzerin und Dolmetscherin, www.ana-almeida.de
- Backenecker, Claudia** - Konditorin, Köchin, Ausbildung zur Ethnobotanikerin bei W. D. Storl, Phytaro Dipl. Kräuterfachfrau mit Schwerpunkt Einheimische Ethnologie, www.wildkraeuter-alessia.de
- Baumann, Sandra** - Biodanza-Lehrerin System Rolando Toro, Ergotherapeutin
- Begall, Klaus** - Dipl. Sozialarbeiter, Fortbildung zum Systemischen Berater bei A. Geersen, langjährige Praxis mit der Systemischen Aufstellungsarbeit
- Blanke, Christine** - Achtsamkeitstrainerin für Stressbewältigung (tao-health* mit Zertifikat), LoveCreation® Leader für Meditation, Körperpsychotherapie und Biografiearbeit, www.schierlicht.de
- Brück, Doris** - Trainerin für Dynamische Urteilsbildung®, freischaffende Malerin, Erziehungswissenschaftlerin, www.dorisbrueck.de
- Budde, Cornelia** - Body-Mind Centering® Practitioner, Bildhauerin, Tanzsoziotherapeutin, www.leibreise.de
- Carstensen, Jutta** - Sängerin, Gesangslehrerin und Stimmcoach, Dozentin für musikalische Fortbildungen
- Dahmen, Katrin** - Diplom Biologin, Systemischer Coach, Natur-Coach, Leiterin für Waldbaden und Meditation, www.waldbaden-eifel.de
- Fehling, Ulrike** - Heilpraktikerin für Psychotherapie, Dipl. Sozialpädagogin, Ausbildung in integrativer Psychotherapie, Familien- und Strukturaufstellungen, Paar-Therapie, www.ulrike-fehling.de
- Feld, Angelika** - Tanztherapeutin, Heilpraktikerin Psychotherapie, Yoga-Lehrerin und MBCT-Lehrerin, www.achtsame-koerperarbeit-feld.de
- Geersen, Annette G.** - Diplom-Pädagogin, Systemische Beraterin, Gesundheitstrainerin, tätig in Beratung und Supervision, www.annettegeersen.de
- Geldner, Claudia** - Yoga- und Meditationslehrerin, www.astrologie-meditation.com, www.kraftorte-nrw.de
- Geuss, Brigitte** - Heilerin, Musikerin, geistiges/spirituelles Heilen, energetische Musiktherapie, Konzerte, Malerei, www.brigittegeuss.de
- Glatthaar, Beata** - Vedic Art Lehrerin, freischaffende Künstlerin, vedicart-germany.com
- Gott, Christina** - Heilpraktikerin, Yoga- und Qigong-Dozentin, Autogenes-Training u. Progressive Muskelentspannung, Burnout- u. Stressprophylaxe, www.christigott.com
- Hermann, Norbert** - Diplomsozialwissenschaftler, Osteopath, Heilpraktiker
- Himmighofen, Elke** - Yogalehrerin BDY/EYU
- Holl, Dagmar Sabine** - Kosmetikerin, Diplom-Lebensberaterin, Practitioner für Hawaiianische Körperenergiearbeit, Seminarleiterin zu Gesundheitsthemen, www.inbalance-massagen.de

- Horn, Andreas** - Zertifizierter Mediator (MediationsG), GFK, Soziokratie, Zürcher Ressourcen-Modell, www.sprachraum.biz
- Hossmann, Undine** - Geomantin (Ausbildung u.a. bei Dr. Gregor Arzt und Marko Pogacnik), Heilerin, Künstlerin für energetische Bilder, Autorin, www.energetikbild.de
- Iwanowski, Wolfgang** - Dipl. Sportlehrer, www.gesundheitsgemeinschaft.de
- Iwazkiewicz, Marc** - Atemlehrer nach Dr. Parow, Burnout Berater, Musiker, Ausbilder für Atem, Klang u. Instrumente, Vipassana Meditation, www.traumkraft.de
- Janka, Angelika** - Zertifizierte Yogalehrerin und Yoga-Therapeutin, www.yoga-live-bochum.de
- Joris, Stefanie** - Diplom Kommunikations-Designer, NLP Coach (DVNLP), www.designcoachings.de
- Kordts-Iwanowski, Antje** - Heilpraktikerin, Ausbildung in Clown und Theaterarbeit, www.gesundheitsgemeinschaft.de
- Langholf, Katrin** - Heilpraktikerin für Psychotherapie und Diplom Kulturpädagogin, www.weiblichkeit-entfalten.de
- Mann, Martina** - Schauspielerin, Körpersprache- und Gedächtnistrainerin, www.koerpersprache-bochum.de
- Martin, Bruno** - Biografieberater, Coach, Klientenzentrierte Gesprächsführung, Focusing, Inneres Team, Fortbildungsleiter für Lebensberatung und Coaching, www.bruno-martin.net
- Mohr, Norbert** - Yogalehrer (BDY), Meditationsausbildung, 30-jährige Yoga- und Meditationspraxis, Zen- und Vipassanameditation, www.mohr-yoga.de
- Munteanu, Raphaela** - Gesundheits- und Krankenpflegerin, Kursleiterin Autogenes Training
- Nüßgen, Elvira** - staatlich zertifizierte Entspannungstrainerin/Entspannungspädagogin/Mental Coach, www.relaxing-training.de
- Padligur, Reiner** - Wohn- und Geschäftsberatungen für Feng Shui, Geomantie, Erdstrahlen und Elektrosmog, Vermessungstechniker, Dipl. Sozialarbeiter, www.reiner-padligur.de
- Ranft, Wilfried** - Ev. Pfarrer, körperorientierter Krankenhausesorger, zertifizierter TRE® (Tension and Trauma Releasing Exercises)-Advanced Provider, Meditations- und MBSR-Lehrer
- Rasche, Ingo** - Ernährungs- und Gesundheitsberater, Coach, Dozent für ätherische Öle, Aufstellungen, Ahnenheilung, www.rasche.vision
- Riemer, Christine** - Dipl. Sozialpäd., Heilpraktikerin, 5Rhythmen® Tanz- und Bewegungslehrerin, körperorientierte Traumatherapeutin (Somatic Experiencing®), www.5rhythmen-tanzen.de
- Sawada, Mari** - Frauenmasseurin, Sexualcoach, Psychologin, Pädagogin, www.marisawada.com
- Schauer, Elke** - Feldenkreis- und Ergotherapeutin, www.ergotherapie-schauer.de
- Schlump, Irene** - Schauspielerin, Lehrerin für AlexanderTechnik
- Schneider, Tobias** - Bewegungslehrer, Teilnehmer von vielen internationalen Folkloreseminaren, 10-jährige Erfahrung in Tanzgruppen-Leitung

Schwiese, Kathleen - Yogalehrerin (RYT), Pilates Trainer (STOTT), Personal Trainer (DFAV), Mental-, Stress-Management-, Entspannungs- u. Meditationstrainerin, www.kathleenschwiese.de

Steinhagen, Jens - Dipl. Volkswirt, zertifizierter NLP Master-, Business- und Systemischer- Coach, DVNLP Trainer, zertifizierter Mediator, www.designcoachings.de

Stoehr, Guntram - Dipl. -Ing., Freier Architekt (Bauhaus-Universität Weimar), Schule für Geomantie und Vastu, Buchautor, www.architektur-geomantie.com

Stratmann, Ursula - Dipl. Biologin, Autorin, Kräuterführungen, www.kraeutertour-de-ruhr.de

Then, Christopher Johannes - Therapeutische Ausbildung (noch nicht abgeschlossen) in „Internal Family Systems“ und tantrischer Körperarbeit

Vonau, Monika - Yogalehrerin BDY/EYU, eigene Yogaschule seit 2008, www.yoga-gelsenkirchen.de

Waldschütz, Dr. Michaela - zertifizierte Gedächtnistrainerin und Ausbildungsreferentin BVGT

Wawrzyniak, Uwe - Diplom Sozialarbeiter, Achtsamkeitstrainer, MBSR Trainer, Lebensberatung/Coaching

Weithauer, Klaus - Landwirt, Gartenbaulehrer, Musiker, Geomant

Welz, Joachim - Dipl. Sportlehrer, Heilpraktiker Psychotherapie, Natur- und Wildnispädagoge, Geomant, www.joachim-welz.de

Zink, Margit - LAV Coach, www.margitzink.de



**WEITER
BILDUNGS
ANGEBOTE
IN BOCHUM**

**Clownerie
Schauspiel
Figurentheater
Märchen erzählen**

Infos: 0234-284080 www.figurentheater-kolleg.de

I. Geltungsbereich

Die nachfolgenden Geschäftsbedingungen des Freien Bildungswerks Bochum (FBW) gelten für alle zwischen dem FBW und dem Teilnehmer abgeschlossenen Verträge über die Teilnahme an den Veranstaltungen des FBW.

II. Anmeldungen

Mit der Anmeldung bietet der Teilnehmer dem FBW verbindlich den Abschluss eines Teilnahmevertrages an den Veranstaltungen des FBW an. Die Anmeldung erfolgt durch die Teilnehmer persönlich, telefonisch, schriftlich, per E-Mail oder über die Homepage des FBW. Die Annahme der Anmeldung durch den FBW bedarf keiner bestimmten Form. Bei Bildungsurlauben und Fortbildungen erhalten die Teilnehmer eine Anmeldebestätigung per E-Mail. Mit der Anmeldung erkennt der Teilnehmer diese Geschäftsbedingungen an.

Die Teilnahme an einer Veranstaltung kann mit Zustimmung des FBW auf eine andere Person übertragen werden.

III. Teilnahmegebühren

Mit der Anmeldung werden auch die jeweiligen Teilnahmegebühren sofort fällig. Die Bezahlung erfolgt per Lastschrift, Überweisung oder bar. Überweisungen müssen spätestens eine Woche vor der Durchführung der Veranstaltung erfolgen. Barzahlungen müssen bis zum Beginn der Veranstaltung erfolgt sein. Ermäßigungen oder Ratenzahlungen sind auf Anfrage möglich, ein Rechtsanspruch hierauf besteht keinesfalls.

Die Pflicht des Teilnehmers zur Zahlung der Teilnahmegebühr bleibt bestehen, wenn der Teilnehmer seine Teilnahme an der Veranstaltung nicht rechtzeitig absagt.

IV. Kursabmeldung/Stornierung

Das FBW behält sich vor, Durchführungszeit, -ort und -abläufe zu ändern. Dies berechtigt nur dann zum Rücktritt, wenn die Teilnahme aufgrund der Änderung unzumutbar wird, was der Teilnehmer zu belegen hat.

Wenn eine Veranstaltung belegt/ausgebucht ist oder ausfällt, benachrichtigt das FBW den Anmeldenden. Daneben ist die Durchführung einer Veranstaltung an eine notwendige Mindestteilnehmerzahl von 5 Personen gebunden. Liegen nicht genügend Anmeldungen vor oder liegen sonstige wichtige Gründe vor (z.B. Krankheit des Kursleiters), kann eine Veranstaltung durch das FBW abgesagt werden. Bereits entrichtete Teilnahmegebühren werden - ggf. anteilig - erstattet.

Dem FBW bleibt es jedoch vorbehalten, die Veranstaltung auch bei Unterschreiten der Mindestteilnehmerzahl durchzuführen. Jede Stornierung einer Anmeldung bedarf der Schriftform.

Bei Bildungsurlauben und Fortbildungen gilt:

Bei der Stornierung einer Anmeldung seitens des Teilnehmers bis zu 4 Wochen vor Veranstaltungsbeginn wird eine Bearbeitungsgebühr von 25,00 EUR fällig. Bei der Stornierung einer Anmeldung im Zeitraum von 2 - 4 Wochen vor dem Veranstaltungsbeginn werden 50% der Seminargebühren

berechnet. Bei der Stornierung von weniger als 2 Wochen vor Veranstaltungsbeginn werden die gesamten Seminargebühren erhoben.

Bei allen anderen Kursen gilt:

Es fallen keine Stornierungsgebühren an, wenn die Stornierung mehr als eine Woche vor Beginn der Veranstaltung erfolgt. Danach werden die gesamten Seminargebühren erhoben. Unterbricht oder beendet ein Teilnehmer die Veranstaltung, hat er keinen Anspruch auf eine (anteilige) Erstattung der bereits entrichteten Gebühr.

V. Haftung

Das FBW schließt seine Haftung für leicht fahrlässig verursachte Pflichtverletzungen aus, soweit dies rechtlich zulässig ist. Zudem schließt das FBW seine Haftung für leicht fahrlässig verursachte Schäden an dem Eigentum der Teilnehmer aus, insbesondere für Beschädigungen, Diebstahl, Verlust oder sonstigen Unregelmäßigkeiten durch Dritte. Gleiches gilt für Pflichtverletzungen der gesetzlichen Vertreter und der Erfüllungsgehilfen des FBW. Die Haftung ist begrenzt auf den vertragstypischen und vorhersehbaren Schaden.

Dieser Haftungsausschluss gilt nicht in den Fällen einer Verletzung des Lebens, des Körpers, der Gesundheit oder von wesentlichen Vertragspflichten.

VI. Pflichten des Teilnehmers

Die Teilnehmer verpflichten sich, der am Veranstaltungsort geltenden Hausordnung sowie den Anweisungen des Kursleiters Folge zu leisten. Zudem unterlassen die Teilnehmer alles, was der ordnungsgemäßen Durchführung der Veranstaltung entgegenstehen könnte.

VII. Erfüllungsort

Erfüllungsort ist Bochum. Dies gilt auch dann, wenn die Veranstaltung selbst an einem anderen Ort erfolgt. Gerichtsstand ist Bochum.

IX. Salvatorische Klausel

Sollten eine oder mehrere Klauseln dieser Vereinbarung unwirksam sein, berührt dies nicht die Wirksamkeit der übrigen. Die unwirksame Klausel ist durch eine Regelung zu ersetzen, die dem Gewollten möglichst nahe kommt. Im Übrigen gelten die Bestimmungen des BGB.

Stand 10.12.2019

Vorstand

Annette G. Geersen, Dortmund
Christoph Jaenicke, Witten
Katharin Kattinger, Berlin
Andrea Roßlan-Brandt, Herne
Volkmar Scholta-Molnár, Bochum

Geschäftsführung

Jolanthe Maria Herker

Mitarbeiter

Kerstin Richter

Kooperationspartner und befreundete Einrichtungen

- Anthroposophische Gesellschaft, Vidar Zweig Bochum
- Arbeitsgemeinschaft Freie Bildungswerke NRW
- Berufsbegleitende Kurse für Waldorfpädagogik Ruhrgebiet e.V.
- Die Christengemeinschaft, Bochum
- Forum Weiterbildung fakt 21 Kulturgemeinschaft, Bochum
- Freies Bildungswerk Rheinland, Köln
- IAG Institut für Autogenes Training und Gruppenarbeit, Bochum
- Runder Tisch Weiterbildung, Bochum
- Treffpunkt Eickel, Herne

Impressum

Herausgeber/ Freies Bildungswerk Bochum,
V.i.S.d.P.: Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum
Redaktion: Jolanthe M. Herker
Satz, Druck, Druckerei Nolte, Iserlohn
Verarbeitung: www.druckerei-nolte.de
gedruckt auf FSC-zertifiziertem Papier

