

Frauenprogramm



„O Mensch, schau den Menschen an!
Der Mensch hat nämlich Himmel und Erde in sich.
Er ist eine Gestalt, und doch ist in ihm alles verborgen.“
(Causa et curae)

„Ich hörte und sah“ Hildegard von Bingen

6. November 2010
Frauenbesinnungstag

Hildegard von Bingen, vor mehr als 800 Jahren eine der bedeutendsten Frauengestalten Europas, fasziniert noch heute. Zum einen mit ihren Kenntnissen der Heilkunde, Naturforschung und Edelsteinkunde; zum anderen als eine Frau mit Visionen, mit Mut zur Offenheit und ihrer Forderung nach Reformen. Sie war eine Äbtissin mit Führungsqualitäten und Weitsicht und lebte durch ihre mystischen Visionen eine tiefe Spiritualität und Gottesbeziehung. All dies fordert uns heraus sich näher mit ihrem Leben und Wirken zu befassen.

Elisabeth Baur mit Team
SA 9 Uhr – 17 Uhr
25,- € inkl. Verpflegung

FRAUEN

*entfalten sich
geben auf Frauen zu
tun etwas
für sich selbst
tanzen sich frei
werden sich ihrer
Kraft bewusst
geben sich ein*
PROGRAMM

Urlaubswoche – Hinaus ins Weite

23. – 27.08.2010

Sehnsucht bejahen –
Wünsche träumen –
Ziele angehen

Leni Schüttel, Bibliodramaleiterin, Mediatorin

In diesen Tagen laden wir ein, zur inneren und äußeren Weite zu finden. Wir können spüren, was uns einengt und entdecken, was die Seele weitet.

Dabei wollen wir kreativ sein, tanzen, lachen, Frauen in der Bibel begegnen...

Die reizvolle Umgebung Schöntals lädt ein, sich nicht nur auf den Weg nach innen zu begeben, sondern auch die Natur wahrzunehmen. Eingeladen sind Frauen mit Lust und Eigensinn, Kreativität und Entdeckungsfreude. Es wird auch genügend Freiraum und Zeit geben für sich selbst und die Begegnung untereinander.

MO 14 Uhr – FR 13 Uhr
80,- € KG; 209,- € ÜN im DZ/Vpf.
Anmeldungen bis 30.07.

7. AUG

**„Von der orientalischen Göttin
zum Marienbild.“**

**Ausstellungsbesuch mit Führung von
Vera Zingsem, Autorin, Theologin**

Das Diözesanmuseum Bamberg zeigt anhand einer Fülle von archäologischen Zeugnissen eine über Jahrtausende sich erstreckende Sicht Gottes, welche im Gottesbild das Weibliche als Möglichkeit und Realität kannte und betonte. Die Exponate erfassen einen Zeitraum bis ins 10. Jahrtausend v. Chr. Sie entfalten Thema und Fragestellung der Präsenz des Weiblichen in der Gottesvorstellung.

Für alle, die diese besondere Ausstellung miterleben möchten eine willkommene Gelegenheit, sich wieder mit den Kraftquellen des Weiblichen zu verbinden. Vera Zingsem vermittelt ihr umfangreiches Göttinnen-Wissen gekonnt, mitreißend, berührend und humorvoll und stellt immer wieder den Bezug zu unserem heutigen Leben her.

Abfahrt: SA 9.00 Uhr

ab Bushaltestelle Schöntal

13.30 Uhr Führung in der Ausstellung

**Mittagessen, Kaffee und Stadtbesuch
in Bamberg**

Rückfahrt um 18.00 Uhr ab Bamberg

Kosten: Fahrt mit Bus ab Bushaltestelle

Schöntal: 25,- €

Leitung inkl. Eintritt und Führung: 20,- €

(Mahlzeiten auf eigene Rechnung)



Steinbildhauen für Frauen

31. AUG – 5. SEP

Aus purer Lust am Gestalten

Eva Brand, Bildhauerin, Dipl.-Pädagogin

Der Kurs ist gleichermaßen für Anfängerinnen und Fortgeschrittene in Steinbearbeitung geeignet.

DI 18 Uhr – SO 13 Uhr

145,50 € KG; 240,50 € ÜN im DZ/Vpf.



**FRAUENPROGRAMM
IM BILDUNGSHAUS
KLOSTER SCHÖNTAL**

Lebenswege trommeln im Labyrinth

1. – 5. SEP

**Gabriele Hüller,
freie Trommel- und Tanzlehrerin**

Gemeinsam begehen wir das Labyrinth: trommelnd, singend, tanzend, so wie es für jede stimmig ist. Vorerfahrungen im Trommeln sind nicht notwendig, aber auch willkommen. Sie brauchen eine Djembé und eine Rahmentrommel mit Kreuz oder Indianische Trommel. (Trommeln können gegen Gebühr geliehen werden.)

MI 18 Uhr – SO 13 Uhr

145,- € KG; 192,- € ÜN im DZ/Vpf.

Feldenkrais im „Kreis der Frauen...“

17. - 19. SEP

Wochenendkurs:

Feldenkrais ... lässt festgehaltene Energie wieder frei fließen, ... ist wohltuend und stärkend, ... bringt Frauen in Bewegung.

Christiane Albrecht, Feldenkrais-Leiterin

Wir verbringen ein Wochenende ohne Lärm mit Bewegungsexperimenten, die anleiten, das eigene Handeln zu verfeinern. Gewohnheitsmäßige Verhaltensweisen, die zu Einschränkungen führen, können erkannt und verändert werden. Ist eine Bewegung wieder leicht und unverkrampft, können wir auch wieder unbeschwerter atmen. Die behutsam und mit Aufmerksamkeit ausgeführten Bewegungen stimulieren die Phantasie und lassen uns zur inneren Ruhe kommen. Auf dem Hintergrund der Feldenkraisarbeit wird der freie Tanz eine Verbindung sein zu weiterem inneren Erleben und zur Gestaltung des eigenen individuellen Ausdrucks.

FR 18 Uhr – SO 13 Uhr

75,- € KG, 95,- € ÜN im DZ/Vpf.

Nachmittagskurs:

Feldenkrais im Kreis der Frauen

11 Termine:

13./27. SEP

4./11./18./25. OKT

8./15./22./29. NOV, 6. DEZ

jeweils MO 15.30 Uhr – 16.30 Uhr

115,- € KG

*Gutscheine für einen Kurs oder Geldbetrag
stellen wir auf Wunsch gerne aus.
Anfrage unter Tel. 07943-894-335*

Tee- und Gewürzkräuter

18. SEP

**Vortrag und Kräuterwanderung
in den Gärten und der Umgebung des Klosters**

**Elsbeth Wieland-Sautter,
Kräuterkundige, Dipl. Theologin**

Das Sammeln von wilden und kultivierten Kräutern in den "Frauendreißigern" ist seit alter Zeit bekannt. Wir suchen und erkennen Heilkräuter und vermitteln Informationen über ihre Zubereitung.

SA 14 Uhr – 18 Uhr

15,- € KG inkl. Tee

Lesekreis

Elisabeth Baur, Bildungsreferentin

**Elsbeth Wieland-Sautter,
Dipl. Theologin, Pädagogin**

Frauenbücher interessanter Autorinnen oder Biographien besonderer Frauen, Romane mit frauenspezifischen Themen werden in angenehmer Atmosphäre vorgestellt und besprochen:

21.07.

Langsamer Abschied – von Irina Korschunow

29.09.

Die Bienehüterin – von Sue Monk Kidd

10.11.

**Der König verneigt sich und tötet –
von Nobelpreisträgerin Herta Müller**

Einführung in die Literatur von Herta Müller durch
Buchhändlerin Annegret Harsch

jeweils MI 19.30 Uhr – 21.30 Uhr

3,- € KG (5,- € am 10.11.)

SommerAusKlang – HerbstGesang

24. – 26. SEP

Arunga Heiden, Sängerin, Klangtherapeutin

Mit Liedern, Tänzchen und Tönen verabschieden wir gemeinsam den Sommer, tanken noch mal letzte Wärme und sammeln das Licht der Sonne ein. Morgens gehen wir an den Lavendelbrunnen, öffnen unsere Sinne, atmen und singen uns in den Tag hinein, nehmen die Schönheit des Altweibersommers wahr und stimmen uns auf den Herbst ein. Die Zeit der Ernte – innen und außen – steht vor der Tür.

Wir werden uns stärken und entspannen im Singen unserer Herzensteine. Mantren und Kraftlieder nähren unsere Lebensfreude. Kreistänze führen uns in die Bewegung zu unserer Mitte.

FR 18 Uhr – SO 13 Uhr

85,- € KG; 95,- € ÜN im DZ/Vpf.

Trommle, bis du eins bist mit dem Herzschlag der Erde

24. – 26. SEP

Djembè und indianische Trommel

**Gabriele Hüller,
freie Trommel- und Tanzlehrerin**

Fühlst du dich auch vom Klang der Trommel angezogen? Mit der Djembè spielen wir kraftvolle Rhythmen und Lieder, locken und feiern unsere Feuerkraft und Lebenslust. Die indianische Herz-Trommel führt uns in die Welt der Trommelmeditation, verbindet uns mit der Mutter Erde und allem Sein. Indianische Gesänge begleiten unser Spielen. Feuerklänge und Herzens-Gesänge nähren und stärken uns für die beginnende Herbstzeit.

Frauen mit und ohne Trommelkenntnisse sind herzlich willkommen. Beide Trommeln werden benötigt und können gegen Gebühr ausgeliehen werden. Dies bitte bei der Anmeldung angeben.

FR 18 Uhr – SO 13 Uhr

85,- € KG; 95,- € ÜN im DZ/Vpf.

Heilsamer Umgang mit Angst und Panik

1. – 3. OKT

**Christiane Büssecker,
Heilpraktikerin für Psychotherapie,**

Angst und Panik können das Leben stark beeinträchtigen und einschränken. In innerer Achtsamkeit können wir lernen, der Angst kraftvoll zu begegnen, um zu verhindern, dass sie weiterhin unser Leben bestimmt. Darüberhinaus ist es möglich die Symptome als Chance für einen Wachstumsschritt in unserer persönlichen Entwicklung zu nutzen.

FR 18 Uhr – SO 13 Uhr

75,- € KG, 95,- € ÜN im DZ/Vpf.

Verwandlung

5. OKT

Renate Bertsch-gut, Gestalttherapeutin

Die einzige Zeit, die wir zur Verfügung haben, ist die Gegenwart. Auf die Vergangenheit haben wir keinen Einfluss mehr. Die Zukunft ist noch nicht da. Doch wie oft sind wir im Vergangenen oder auch schon in dem, was noch nicht ist.

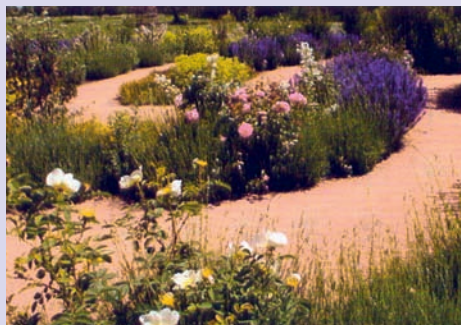
Es ist möglich, aus der Gegenwart heraus einen veränderten Blick für die Vergangenheit zu finden und gleichzeitig mutig in die Zukunft zu blicken.

Wie gelingt das? Wir wollen mit unterschiedlichen kreativen Methoden kleine Experimente wagen. Dies kann uns überraschen und ganz Neues kann durch die

ses kreative Tun in uns entstehen. Eingeladen sind Frauen, die sich auf fünf Gesprächsabende in einer festen Gruppe einlassen möchten. An jedem Abend wird das besprochen, was gerade bei jeder Einzelnen im Vordergrund steht. Nach dem ersten Treffen kann jede verbindlich entscheiden, ob sie zu den weiteren Treffen kommen will. Die weiteren Termine werden mit den Teilnehmerinnen abgesprochen.

DI 19.30 Uhr – 22.00 Uhr

9,50 € 1. Abend; 47,50 € KG fünf Abende



Intuition und Selbstvertrauen

15. – 17. OKT

**Lisa Brand, Dipl. Sozialpädagogin,
Beratung und Kommunikation**

Es gibt eine Kraft in uns, die weiß. Sie gleicht einer unaufdringlichen, inneren Stimme. Sie unterstützt darin

- den eigenen Weg (wieder) zu gehen,
- tragfähige Entscheidungen zu treffen,
- Selbstvertrauen (neu) zu entwickeln.

Höre ich auf meine innere Stimme? Wie unterscheide ich sie vom Stimmengewirr in meinem Kopf? Was brauche ich, um ihr zu folgen?

Behutsam, ohne Hast und Wertung, gelangen Sie über einfache Körper- und Energieübungen in Kontakt mit Ihrer Intuition.

Sie stellen ihre Fragen und hören auf die von außen und innen kommenden Antworten.

Die Energie der Natur, fachlich fundierte Impulse und die Kraft der Gruppe laden zur Änderung des Blickwinkels ein.

FR 18 Uhr – SO 13 Uhr

75,- € KG, 95,- € ÜN im DZ/Vpf.

*Sie finden unser Programm auch als
PDF-Download im Internet unter:
www.keb-hohenlohe.de*

... und meine Seele leuchtet wieder

27. OKT

Vortrag mit Diskussion

Dr. Marion Schirling, Supervisorin und Coach

In ergreifenden Bildern und Symbolen zeigt das Grimm'sche Märchen von „Allerleirauh“ welche Heilungswege nach sexueller Gewalt möglich sind. An diesem Abend steht die Bildersprache dieses Märchens sowie ihre deutlichen Impulse der Kraft im Mittelpunkt. Sie können uns Anregung geben, um entschlossen und beharrlich eigene Bilder der Genesung und Heilung zu erkennen und zu verstärken.

MI 19.30 Uhr – 21.30 Uhr

8,- € KG

Rituale – Quellen der KRAFT

30. OKT

**Sylvia Herz-Lüftner,
Integrale Ausdrucks- und Tanztherapeutin**

Rituale prägen seit den Anfängen der Menschheit das Zusammenleben. Sie schaffen Bewusstheit für Veränderungen und Übergänge, überbrücken Gegensätze, schaffen Verbindung zwischen Vergangenen und Zukünftigen und fördern den Austausch zwischen den Menschen. Durch Festlegung und Wiederholung bringen Sie einen vertrauenerweckenden und beruhigenden Hintergrund in unser Leben.

In unserer Kultur praktizieren wir nur noch wenige Rituale bewusst. Sie haben jedoch am meisten Kraft, wenn Sie mit Herz und Verstand erlebt werden. Deshalb werden wir uns im Seminar unsere Rituale bewusst machen und unserer Lebenssituation entsprechend, neue entwickeln. Dadurch bekommen persönliche Veränderungen einen äußeren Rahmen und neue Kräfte werden nachvollziehbar und sichtbar gemacht.

SA 9.30 Uhr – 18 Uhr

45,- € KG inkl. Verpflegung

Reden und verstanden werden

19. – 21. NOV

**Leni Schüttel, Mediatorin, Bibliodramaleiterin
Elisabeth Baur, Bildungsreferentin**

Gehört, verstanden und wahrgenommen werden! Offen die eigene Meinung sagen und seine Rechte einfordern! – Frauen tun sich dabei manchmal schwer und wissen oft nicht, woran es liegt. In diesem Kommunikationsseminar können sie lernen, klar zu dem zu stehen, was sie sagen oder wünschen. Sie können ihr Gesprächsverhalten kennenlernen und Erfahrungen machen, durch die sie neu gestärkt werden in ihrem persönlichen Auftreten.

FR 18 Uhr – SO 13 Uhr

75,- € KG, 95,- € ÜN im DZ/Vpf.

Steinbildhauen

19. – 21. NOV

„Der Frau vom hohlen Fels auf der Spur – Handfiguren und Amulette aus Stein und Mammutelfenbein“

Eva Brand, Bildhauerin, Dipl.-Pädagogin

Schon seit tausenden von Jahren formen die Menschen kleine Figuren und Amulette aus Stein, Horn, Bein, Holz ... Gut vorstellbar, dass sie diese bei besonderen Lebenssituationen, zum Beispiel beim Übergang von der Kindheit zum Erwachsenwerden, bei Schwangerschaft und Gebären, bei Krankheit mit sich getragen haben. Darstellungen von Tieren und kleine Frauenfiguren aus frühen Zeiten sind gefunden worden. (Eine ganz „neuer“ Fund ist eine 6 cm hohe Figur aus Mammutelfenbein, die Frau vom Hohlen Fels – auf 40 000 Jahre geschätzt, Fundort: schwäbische Alb)

Vielleicht haben Sie Lust, sich an diese alte Tradition anzuschließen und für sich oder eine andere Person eine kleine Figur oder Form zu fertigen? Neben Speckstein, Alabaster und afrikanischem Serpentin kann auch mit Mammutelfenbein gearbeitet werden. Entspannungs- und Körperübungen und das Miteinander in der Frauengruppe begleiten und unterstützen unser Tun.

FR 18 Uhr – SO 13 Uhr

85,- € KG; 95,- € ÜN im DZ/VpF.

Herzwärts

11. DEZ

Innere Bilder als Ratgeberinnen

Dr. Marion Schirling, Supervisorin und Coach

Auf den Wegen der Veränderung und des inneren Wachstums können uns oftmals Meditationen, Phantasierreisen und eigene innere Bilder hilfreich begleiten. Scheinbar festgefahrene Vorstellungen können dadurch aufgelockert oder gar verändert werden. Impulse zu Wachstumsprozessen werden angeregt und laden zu neuen Sichtweisen ein, die oftmals auch zu neuem Aufbruch führen. Durch Entspannung, Ruhe und das aufmerksame Wahrnehmen der inneren Bilder wird ein neuer Zugang zu unseren innersten Räumen der Achtsamkeit und der Erkenntnis geschaffen.

Empfehlenswert sind hierbei Papier und Stift, um den einen oder anderen Gedanken und Impuls festzuhalten und um die Welt der inneren Bilder mit der äußeren Welt zu verbinden. In gemeinsamen Gesprächen kann die Kraftquelle der inneren Bilder uns vertiefend auf eine Reise zu uns selbst führen – herzwärts.

SA 9.30 Uhr – 18 Uhr

45,- € KG inkl. Verpflegung



Sahara – mit der Karawane wandern

4. – 11. APR 2011

1 Woche in Tunesien - Tage der Einkehr, Tage der Erholung, Tage des Schweigens Wüstenwanderung für Frauen

Reiseleitung und Vorbereitungswochenende:

**Ingrid A. Mettert, Coach und
Meditationsleiterin**

Eva Brand Bildhauerin und Diplompädagogin

Immer wieder können uns stille Zeiten Kraft geben. Sie können uns helfen, wieder mehr zu uns selbst zu finden, unsere Seele aufatmen zu lassen. In stillen Tagen erfahren wir am besten die Fülle des Lebens - so paradox das klingen mag. In den Traditionen der Wüstenvölker, der Juden und der frühen Christen ist immer wieder von Wüstenerfahrungen die Rede, wo die Seele sich prüfen kann. Dazu laden wir ein.

In nur wenigen Reisetagen sind wir in Djerba, der Bus bringt uns dann nach Douz, an den Rand der Sahara. Dort werden wir erwartet von Khalifa, unserem Beduinenführer. Wir wandern zu Fuß, die Kamele tragen das Gepäck, wir werden geführt und bestens versorgt von den Beduinen.

Spannend wird dann der Höhepunkt der Wanderung durch die stille Weite der Sahara: die gut vor- und nachbereitete 24stündige **Visionssuche**, das Allein-Sein im Schweigen, die Begegnung mit der leisen inneren Stimme und mit der Quelle unserer Energiereserven.

Kosten:

**Flug:
zwischen 300,- € und 500,- € je nach aktuellen Flugpreisen.**

Reiseleitung und Organisation:

345,- €;

Kosten vor Ort:

300,- € (Übernachtungen im Hotel zu Beginn und am Ende der Reise, Übernachtung im Freien mit eigenem Schlafsack; Reiseleitung und Verpflegung durch die Beduinen, Gepäcktransport in der Wüste.)

Ausführliches Prospekt anfordern.

Vorbereitungswochenende zur Wüstenwanderung – in Schöntal

14. – 16. JAN 2011

Wir werden uns gemeinsam auf die Reise einstellen und die Packliste und organisatorischen Details genau besprechen. Die Erwartungen der Gruppe, viele Fragen und persönliche Wünsche werden in Ruhe ausgetauscht. Die Teilnehmerinnen lernen die Reiseleiterinnen kennen: Die gestalterische Arbeit von Eva Brand; Leib-Atem-Arbeit, Meditationen und Friedentänze von Ingrid Mettert. Sie können sich dann abends am Feuer auf die alte orientalische Wüstenweisheit einstellen lassen.

FR 18 Uhr – SO 13 Uhr

84,- € KG, 95,- € ÜN im DZ/VpF

Trommeln zwischen Erde und Himmel

11. – 13. FEB

**Tief verwurzelt mit der Erde,
offen für die Schätze des Himmels**

Gabriele Hüller,

freiberufliche Trommel- und Tanzlehrerin

Eine musikalisch- spirituelle Trommelreise für **geübte Trommelfrauen.**

FR 18 Uhr – SO 13 Uhr

85,- € KG; 95,- € ÜN im DZ/VpF.

VERANTWORTLICH FÜR DAS PROGRAMM:

ELISABETH BAUR, Pädagogische Leiterin

ELSBETH WIELAND-SAUTTER,

Dipl. Theologin, Pädagogin

BIRGIT SCHATZ, Geschäftsführerin

VERANSTALTET VON:

KATH. ERWACHSENENBILDUNG HOHENLOHEKREIS e.V.

EVANG. BILDUNGSWERK HOHENLOHE

KOSTEN:

Der Einzelzimmerzuschlag beträgt 10,- €. Teilnahme ohne Übernachtung/Frühstück ist möglich. Mahlzeiten werden nicht herausgerechnet. Bei Kursstornierungen wird eine Ausfallgebühr berechnet. Dazu bitte die Anmeldebedingungen im Programmteil der Kath. Erwachsenenbildung Hohenlohekreis oder im Internet beachten.

INFORMATION UND ANMELDUNG:

Kath. Erwachsenenbildung Hohenlohekreis e.V.

74214 SCHÖNTAL, Klosterhof 6

TELEFON: 0 79 43 894-335 TELEFAX: 0 79 43 894-200

keb-hohenlohe@kloster-schoental.de (Anmeldung)

e.baur@kloster-schoental.de (Programminhalte)

Internet: www.keb-hohenlohe.de oder

www.kloster-schoental.de

unter der Ruprik: keb Bildungsangebote/Kurse

Titelbild: : Die Bildtafel ist reproduziert nach dem

Kodex der Abtei St. Hildegard, Eibingen.