




## Themen- und ReferentInnenliste 01 / 2020

Wenn Sie auf der nachfolgenden Übersicht ein Angebot finden, das Sie in Ihrer Gemeinde/ Einrichtung anbieten wollen, sprechen Sie uns gerne an. Selbstverständlich stellen wir für Sie den Kontakt zu den Dozenten her. Über etwaige Honorarkosten informieren wir Sie ebenfalls gerne.

Kontakt:

### Andreas Pollak




Familien-, Erwachsenen- und Frauenbildung  
Leitung Familien-, Erwachsenen- und Frauenbildung

Auf dem Schulberg 8  +49 (0) 2174/8966-180  
51399 Burscheid  49 (0) 2174/8966-41180  
 [Andreas.Pollak@kirche-leverkusen.de](mailto:Andreas.Pollak@kirche-leverkusen.de)

### Svenja Müller




Hauptamtlich pädagogische Mitarbeiterin

Familien-, Erwachsenen- und Frauenbildung

Auf dem Schulberg 8  +49 (0) 2174/8966-182  
51399 Burscheid  49 (0) 2174/8966-41182  
 [Svenja.Mueller@kirche-leverkusen.de](mailto:Svenja.Mueller@kirche-leverkusen.de)

### Gudrun Klement

Koordinatorin Frauen- und Seniorenbildung

Auf dem Schulberg 8  +49 (0) 2174/8966-183  
51399 Burscheid  49 (0) 2174/8966-41183  
 [Gudrun.Klement@kirche-leverkusen.de](mailto:Gudrun.Klement@kirche-leverkusen.de)

## Theologie - Glaube - Spiritualität – Interkulturelles

### **Wer ist Gott? Antworten des Neuen Testaments**

Die Frage nach dem christlichen Gottesbild gehört zu den zentralen Fragen des christlichen Glaubens. Der Vortrag stellt die wichtigsten Aspekte des biblischen Gottesbildes vor. Leitfragen sind: Hat Jesus einen neuen Gott gepredigt? Ist Gott allmächtig? Wie tickt der Gott der Bibel?

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referent: Professor Dr. Kurt Erlemann

### **Fenster zum Himmel – Gleichnisse im neuen Testament**

Die Gleichnisse sind faszinierende Kurzerzählungen, die seit jeher als „Urgestein“ der Jesusüberlieferungen gelten. In ihnen wird Jesu Lehre vom Reich Gottes entfaltet, sie sind „das Fenster zum Himmel“ für die Leserinnen und Leser der Gleichnisse. Erkenntnisse der Gleichnisforschung fließen ebenso in den Vortrag ein wie Überlegungen zur Vermittlung der Gleichnisbotschaft: Was muss man wissen und was ist zu beachten, wenn man diese zweitausend Jahre alten Texte in die heutige Zeit sprechen lassen möchte?

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referent: Professor Dr. Kurt Erlemann

### **Vision oder Illusion – Zukunftshoffnungen im neuen Testament**

Die eschatologischen Hoffnungen der ersten Christengenerationen bewegen sich zwischen apokalyptischer Endzeiteuphorie und massiven Zweifeln an den biblisch-prophetischen Verheißungen und an den Hoffnungsbildern Jesu. Manche Hoffnung spendende Vision wurde von der Geschichte überholt, manches ging anders in Erfüllung als erwartet. Das Neue Testament bezeugt die Visionen und Illusionen, denen sich die Christen hingaben. Ein besonderes Augenmerk gilt den teilweise überzogenen Erwartungen und ihrem psychosozialen Hintergrund. Analysiert werden auch Resignation und mitunter heftige Polemik gegen die christliche Zukunftserwartung. Zentral ist die Frage nach dem Wahrheitsgehalt eschatologischer Auskünfte. Ein Schlüssel zur Beantwortung ist das Festhalten an Bildern und Visionen trotz ihrer historischen Fragwürdigkeit. Dieses Festhalten ermöglicht ein differenziertes Verständnis der umstrittenen Auskünfte und ist auch für die moderne Frage nach der christlichen Hoffnung wegweisend. Mit diesem Zugang wird nicht nur dem theologisch gebildeten Fachpublikum, sondern auch einer interessierten Laienöffentlichkeit ein zentrales Thema neutestamentlicher Theologie erschlossen.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referent: Professor Dr. Kurt Erlemann

## **Wissen, was dahinter steckt. Theologie leicht gemacht**

### **Was ist eigentlich Sünde?**

„Wir sind alle kleine Sünderlein...“ singen vielleicht auch Sie im Karneval. Auch ansonsten verwenden wir den Begriff „Sünde“ allenfalls noch augenzwinkernd, wenn wir von Verkehrssünden oder Diätsünden sprechen oder fragen, ob denn Liebe Sünde sein kann. Aber was steckt wirklich der Vorstellung von Sünde und Vergebung? Wo taucht der Begriff in der Bibel auf? Was ist damit gemeint? Was soll die Sache mit den sieben Todsünden? Wie kann man Sünde überwinden? Was hat es mit der Vergebung auf sich, die für Christen so wichtig ist? Und: Gibt es Grenzen der Vergebung? An einem Abend werden wir uns auf die Suche nach Antworten auf diese Fragen machen und einen schwierigen theologischen Begriff lebendig werden lassen.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referent: Dr. Claudia Eliass

## **"Erleben und Verhalten der ersten Christen. Ein Portrait des Urchristentums"**

Drei Abende im Rahmen der Denkwerkstatt.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referent: Pfarrer i.R. Wolfgang Vorländer

## **Abraham in Bibel und Koran – Einladung zum interreligiösen Dialog**

Wenn Regierungen Schwierigkeiten haben, sich zu verständigen, sollte es wenigstens die Basis versuchen. Im interreligiösen Dialog geht es um ein gegenseitiges Kennenlernen und um eine respektvolle Wahrnehmung der jeweils anderen Glaubens- und Lebenseinstellungen.

Wer den Glauben des anderen ernst nimmt, wird auch nicht behaupten, man sei sich ohnehin einig und sage vornherein dasselbe bloß in anderen Worten. Das hieße, Theologie durch Kalendersprüche zu ersetzen. Vielleicht verstehe ich mich als Christ, Jude oder Muslim sogar besser, wenn ich mit Gläubigen anderer Religionen rede.

Als Gesprächsgrundlage dienen uns einige Abschnitte der Abraham-Überlieferung. Alle drei Religionen nennen ihn den Stammvater ihres Glaubens.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referent: Pfr. i.R. Dieter Pohl

### **Lieber Gott, hörst du auch zu? - Beten mit Kindern**

Laut Albert Biesinger ist Beten „eine Kompetenz fürs Leben“. Kinder erleben, dass es außer den Erwachsenen noch jemanden gibt, der in ihrem Leben wichtig ist. Dem man alles anvertrauen kann – gute und schlechte Erlebnisse.

Wie und wann können Eltern mit ihren Kindern beten?

Mit praktischen Beispielen, auch für U3 Kinder.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / Vortrag & Diskussion

Referentin: Svenja Müller, FEBW

### **Die Fresken der Synagoge von Dura Europos**

Die Synagoge stammt von ca. 210 n. C. und wurde von den Sassaniden zerstört. Sie liegt am Euphrat an der heutigen Grenze von Syrien und Irak. Die gut erhaltenen Fresken wurden geborgen und ins Nationalmuseum von Damaskus gebracht. Sie schildern die Geschichten der hebräischen Bibel. Es ist spannend für die Zuschauer, herauszufinden, welche Geschichte dargestellt ist.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform                      Allgemeininteressierte/ Diavortrag und Gespräch

Referentin    Hannelore Schmiss

### **Erziehung zum Frieden - Die Schneller Schulen**

An den Schneller-Schulen in Jordanien und im Libanon leben und feiern christliche und muslimische Kinder zusammen. Im Miteinander erfahren sie das friedliche Zusammenleben und lernen den Respekt vor der Religion des Anderen.

Beide Schulen stehen in der Tradition des Syrischen Waisenhauses, die der Pädagoge Johann Ludwig Schneller 1860 in Jerusalem begründet hat.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform                      Allgemeininteressierte/ Vortrag und Gespräch

Referentin    Hannelore Schmiss

### **Die Rolle der Frau im Islam**

Über muslimische Frauen gibt es viele Vorurteile. Ist das Kopftuch wirklich ein klares Zeichen der Unterdrückung? Erlaubt der Koran den Männern, über ihre Ehefrauen zu bestimmen? Und wie gleichberechtigt leben Frauen in muslimischen Ländern heute? Männer und Frauen sind vor Gott beide gleich und deshalb auch gleichberechtigt, sagt der Koran. Darin sind sich Islamwissenschaftler einig. Doch weil Mann und Frau unterschiedliche Schwächen und Stärken besitzen, teilt Gott ihnen laut Koran unterschiedliche Aufgaben zu. Die Rechte und Pflichten der Frauen - und Männer - ergeben sich daher nach der Lehre des Korans.

In diesem Vortrag geht es auch um die Integrationsarbeit mit moslemischen Flüchtlingsfrauen in Deutschland. Wie sehen sie das Leben der europäischen Frauen?

Zielgruppe/ Veranstaltungsform                      Allgemeininteressierte/ Vortrag und Gespräch

Referentin    Hannelore Schmiss

**Weitere Themen Frau Schmiss auf Anfrage:**

Reiseberichte: Syrien im Jahr 2000 (Dias),  
Reiseberichte Jordanien, Usbekistan (Seidenstraße) und Iran.

**Weite wirkt: Pilgern - Beten mit den Füßen**

Manches kehrt plötzlich und unerwartet wieder. So gewinnt in jüngster Zeit auf der Suche nach religiöser Lebensdeutung und Lebensbewältigung eine uralte christliche Tradition wieder Bedeutung: Überall in Europa lebt das Pilgern auf. Auch evangelische Christen, von der Tradition der Wallfahrten nur mäßig geprägt, erfahren auf dieser mystischen Reise Schöpfung körperlich. In eine Welt ständiger Beschleunigung kehrt eine Kultur besinnlicher Langsamkeit zurück.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Interessierte, Familien/ Pilgern

Referentin: Eva Breuer

**Nachhaltigkeit zwischen Kanzel und Kirche – Impulse für den (Gemeinde-) Alltag**

Die Teilnehmenden lernen verschiedene Aspekte der Nachhaltigkeit kennen, z.B. die traditionelle Nachhaltigkeit, Nachhaltigkeit in der Bibel und Nachhaltigkeit als gesellschaftspolitisches Thema.

Ein besonderer Schwerpunkt wird auf die christliche Perspektive in Bezug auf Natur und Schöpfung, Schöpfungsglauben und Ethik, Schöpfungsglauben und Spiritualität gelegt.

Abschließend wird die Frage behandelt, wie sich Nachhaltigkeit sowohl in den Gemeinde-Alltag als auch in den Alltag von uns allen integrieren lässt.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / Vortrag und Gespräch

Referent: Frank Gennes Dipl. Sozialarbeiter/Naturpädagoge NABU-Stadtbeauftragter für Monheim

**Exkursion „Pflanzen der Bibel“**

In der Bibel werden über 100 verschiedene Pflanzen erwähnt: Von A wie Apfel über K wie Kiefer bis Z wie Zimt reicht die Palette der biblischen Nutzpflanzen, Waldbäume und Wildkräuter. Bei Rundgängen durch ausgewählte Parkanlagen in Monheim und Langenfeld können Exkursions-TeilnehmerInnen mehr über diese Lebewesen erfahren.

Botanische Informationen zu den Pflanzenarten werden ergänzt durch interessante exemplarische Bibelstellen, in denen sie erwähnt werden. Auf die kulturelle Bedeutung dieser Pflanzen in der damaligen Zeit wird ebenfalls eingegangen.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / Exkursion und Gespräch

Referent: Frank Gennes Dipl. Sozialarbeiter/Naturpädagoge,  
NABU-Stadtbeauftragter für Monheim

### **Die Zehn Gebote - eine Einladung zur Freiheit?**

Die Zehn Gebote gehören neben der Bergpredigt, dem Vater Unser und Psalm 23 zu den bekanntesten Texten der Bibel. Thomas Mann hat sie als „Grundgesetz des Menschen“ bezeichnet.

In diesem Seminar nähern wir uns ihrer Entstehungsgeschichte, den Adressaten und denken über die aktuelle Bedeutung der Zehn Gebote nach.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Svenja Müller, FEBW

### **Steht auf!**

Abt Johannes Eckert lässt in seinem Buch „Steht auf!“ die namenlosen Frauen des Markusevangeliums zu Wort kommen. Ihre Handlungen waren für ihre Mitmenschen eine echte Provokation – vielleicht auch für die heutige Zeit?

Welchen Beitrag leisten die „gestandenen Frauen“ für die heutige Diskussion um die Rolle der Frau in der Kirche?

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Frauen / Vortrag & Diskussion

Referentin: Svenja Müller, FEBW

### **Kochen mit der Bibel**

Eine kulinarische Reise durch die Bibel und das Nachkochen der Gerichte gewährt einen neuen, sinnlichen Blick auf das Buch der Bücher. Die praktische Umsetzung ermöglicht einen neuen Blick auf den zuvor gehörten biblischen Text.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Interessierte/ Kochen, Austausch

Referentin: Svenja Müller, FEBW

### **Perlen des Lebens**

Die Perlen des Lebens oder mit anderem Namen die Perlen des Glaubens sind ein Hilfsmittel für den modernen Menschen, der unterwegs ist auf dem schwersten Weg, nämlich dem Weg, der ins eigene Innere führt.

Achtzehn Perlen: zwölf runde, sechs längliche. Jede Perle hat ihre eigene Bedeutung, jede stellt ihre eigene Frage. Alle zusammen bilden sie den Weg des Lebens ab, den anstrengenden, der durch das Dickicht des Lebens führt, der uns durch die Wüste und die Nacht führt, aber auch den Weg des Lebens, der uns zur Sorglosigkeit und Gelassenheit, der uns zur Liebe führt.

Das Seminar wird eine Einführung in die Bedeutung der unterschiedlichen Perlen geben.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Frauen/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Gudrun Klement/FEBW

### **Vertrauen**

Vertrauen ist ein kostbares, aber auch leicht zerbrechliches Gut. Auch „glauben“ bedeutet im tiefsten Sinn zu vertrauen. Vertrauen ist die Grundhaltung eines glücklichen Lebens.

Um dieses Vertrauen auch in schweren Zeiten geht es in dem Buch von Anne und Nikolaus Schneider. Ihr Buch macht Mut, trotz aller Enttäuschung immer wieder neu zu hoffen, neu zu vertrauen und das Leben zu lieben.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Frauen/ Lesung und Gespräch

Referentin: Gudrun Klement/FEBW

### **Seelsorge**

Seelsorge ist persönliche Lebens- und Glaubenshilfe. Sie ermutigt, stärkt, begleitet und tröstet.

Vom evangelischen Verständnis her ist Seelsorge die Aufgabe aller getauften Mitglieder der christlichen Gemeinde. Menschen, denen der Auftrag zur Seelsorge von der Kirche übertragen wird, brauchen eine Aus- und Fortbildung, die sie für die seelsorglichen Arbeitsfelder qualifiziert.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Frauen/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Gudrun Klement/FEBW

### **Welche Kinderbibel ist die Richtige? - Kinderbibeln als theologisch-pädagogische Herausforderung**

Auf dem Markt gibt es eine unübersichtliche Anzahl an Kinderbibeln. In diesem Seminar werden wir uns Bibel ansehen und hineinlesen und anhand unterschiedlicher Kriterien die "richtige" Bibel finden. Die eigene Kinderbibel darf gerne mitgebracht werden.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Eltern/Vortrag & moderierter Austausch

Referentin: Svenja Müller/FEBW

### **(Un)Heilige Paare?!**

„Es ist nicht gut, dass der Mensch allein sei“, spricht Gott den Menschen zu. Und so suchten sich Frau und Mann, und Mann und Frau und lebten glücklich bis an ihr Lebensende. Oder?  
Den biblischen Paaren sind Liebe, Leidenschaft, Treue und Begierde nicht fremd. In diesem Vortrag beleuchten wir das Zusammenleben bekannter und weniger Paare der Bibel.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / Vortrag & Diskussion

Referentin: Svenja Müller, FEBW

### **Bibellesen kreativ**

Was wäre wenn, POZEK oder doch lieber Västeras?  
Das Lesen der Bibel, ob allein oder in Gruppen, kann (und soll) eine Herausforderung sein.  
In diesem Seminar werden verschiedene Methoden und kreative Impulse zur Bibellektüre vorgestellt und in der Praxis erprobt.  
Das Seminar richtet sich an alle Menschen, die neue Zugänge zu biblischen Texten suchen; egal ob auf beruflicher oder persönlicher Ebene.  
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / praktische Übungen

Referentin: Svenja Müller, FEBW

### **Psalmen kreativ erleben - Ein Schöpfungs-Spaziergang**

Dies ist eine Einladung, sich auf kreative Weise mit Psalm 104 auseinanderzusetzen. Ein Spaziergang durch die Schöpfung wird mit spirituellen und kreativen Elementen untermalt und ermöglicht einen neuen Blick auf den Schöpfungpsalm.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Frauen/Spirituelles Unterwegs-Sein

Referentin: Svenja Müller, FEBW

**Den eigenen Fragen auf die Spur kommen, Antworten finden, neue Fragen stellen, Gott neu entdecken – dazu laden Kurse zum Glauben ein. Falls Sie einen der folgenden Kurse in Ihrer Gemeinde anbieten möchten unterstützen wir Sie gerne.**

### **Kaum zu glauben!?**

Kaum zu glauben?! Ein Kurs zum Glauben  
Sie wollen sich über Inhalte des christlichen Glaubens informieren und austauschen, Ihre Zweifel, Fragen und Erfahrungen teilen und mehr über sich und Gott erfahren?



An vier Abenden erschließt der Kurs grundlegende Inhalte des christlichen Glaubens:

- Woran du dein Herz hängst - Gott
- Mein Gott, was für ein Mensch - Jesus Christus
- Was mein Leben erhellt - Heiliger Geist
- Mit Gott per DU – Gebet

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Svenja Müller, FEBW, N.N.

### **Zwischen Himmel und Erde - ein Glaubenskurs**

Religiöse Themen beschäftigen heute viele Menschen. Allerdings scheuen sich Erwachsene oft, mit anderen über theologische Themen zu sprechen. Ziel ist es, Menschen ins Gespräch zu bringen über die „alten“ Fragen nach Lebensanfang und Lebensende, nach Schuld, Vergebung und Liebe, nach Verantwortung im menschlichen Zusammenleben, nach Lebenssinn und Lebenszielen. Dazu vermittelt der Kurs theologische Grundinformationen, führt lebendig in Themen der theologischen Anthropologie ein und gibt Raum für die Reflexion eigener biografischer Erfahrungen. Die Begegnung mit biblischen Überlieferungen und Offenheit gegenüber der Pluralität heutiger Lebensentwürfe, Kulturen und Religionen sind dabei grundlegend für den Kurs. Er zielt auf persönliche Vergewisserung und Stärkung der theologischen Urteilskraft.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Svenja Müller, FEBW, N.N.

### **Wege zur Heilung**

Ein Seminar zum Thema Heilung und heil werden mit biblischen Meditationen. Was bedeutet es, gesund zu werden? Ist damit nur die Abwesenheit von Krankheit gemeint? Wenn nicht, was dann? Was bedeutet Heilung und heil werden für mich persönlich?

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Frauen/Tages- oder Wochenendseminar

Referentin: Brigitte Krings, Kunst- und Entspannungstherapeutin,

Meditationslehrerin und Achtsamkeitstrainerin

### **Beschenkt von Gott – Dankbarkeit als Quelle für ein erfülltes Leben**

Christliche Meditationen bringen uns neu in Berührung mit der Lebensfülle Gottes. Dankbar schauen wir auf das, was uns von Gott geschenkt wurde und uns in schwierigen Situationen stärkt.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Frauen/Tages- oder Wochenendseminar

Referentin: Brigitte Krings, Kunst- und Entspannungstherapeutin,

Meditationslehrerin und Achtsamkeitstrainerin

### **Die befreiende und heilende Kraft der Vergebung**

„Wenn du einem Menschen vergibst, dann lässt du einen Gefangenen frei. Aber dann entdeckst du, dass der Gefangene du selbst warst.“ Lewis B. Smedes

Wie können wir lernen, zu vergeben?

Ein Tag mit biblischen Impulsen, christlicher Meditation, kreativen Elementen und Gesprächen im geschützten Raum

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Frauen/Tagesseminar

Referentin: Brigitte Krings, Kunst- und Entspannungstherapeutin,  
Meditationslehrerin und Achtsamkeitstrainerin

### **Die Welt ist Klang und ich bin mittendrin**

Wir wollen uns gemeinsam an diesem Vormittag vom Klang verführen lassen. Ob bewegte Entspannung oder Meditation, ob Phantasiereise oder das Hören auf die Stille.

Alles hat seinen Moment. Diesen zu fühlen und ganz in ihm zu versinken, ist die Kunst der Verschmelzung mit dem Klang der Welt.

Nada Brama heißt "die Welt ist Klang"

Alles, was lebt, hat einen Klang, auch wenn wir diesen oft nicht hören können.

Vielleicht können wir ihn aber spüren oder fühlen ihn, mitten in uns. Das

Verbundensein mit allem, was da ist, eins werden mit Gott, mit den Menschen, den Tieren, mit den Pflanzen und letztlich auch mit uns selbst. Wer weiß, vielleicht gelingt uns dies an diesem Morgen ja gemeinsam.

Lassen Sie uns auf die Suche gehen nach dem Klang in uns!

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte/ angeleitete Übungen

Kursleitung Ann-Carolin Boddenberg, Entspannungspädagogin, Meditationsleiterin

---

### **Ehrenamt stärken**

#### **Menschen mit Pflegebedarf und eingeschränkter Alltagskompetenz qualifiziert begleiten**

Basisqualifizierung mit dem inhaltlichen Schwerpunkt der Begleitung und Betreuung von Menschen mit Pflegebedarf und Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz

**(in Kooperation mit Kath. Bildungswerk)**

Konkrete Informationen erhalten Sie von den FEBW-MitarbeiterInnen.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Angehörige/ Reihenveranstaltung

Referentin: NN

### **Gewaltfreie Kommunikation - Eine Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg**

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall Rosenberg steht für eine Haltung, die dazu dient, dass wir in Kontakt bleiben, auch wenn es Meinungsverschiedenheiten und Konflikte gibt. Die GFK hilft, einvernehmliche und kreative Wege zu finden, um in Konfliktsituationen die Anliegen und Bedürfnisse aller Beteiligten zu berücksichtigen.

Bei diesem Einführungsseminar lernen Sie die GFK kennen, die Ihnen privat wie beruflich hilft, in Konflikten eine authentische und klare Sprache zu sprechen. Sie entwickeln ein Bewusstsein für die eigenen Bedürfnisse und für die Bedürfnisse der Anderen.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte/ Dialogischer Prozess

Kursleitung Jan Mallmann-Kallenberg, freier Trainer für Gewaltfreie Kommunikation; Gestalttherapeut; Supervisor; Sozialarbeiter

### **Supervisionsworkshop für Ehrenamtler in der Flüchtlingsarbeit**

Ein ehrenamtliches Engagement für Flüchtlinge ist von einem hohen persönlichen Aufwand geprägt und zudem können verschiedene Konfliktsituationen Bestandteil dieser Arbeit sein. Einige Ehrenamtler nehmen sich all die Sorgen der geflüchteten Menschen sehr zu Herzen, Absprachen mit den Flüchtlingen fruchten nicht, oder anderweitige Probleme treten auf.

Wir möchten Ihnen gerne die Möglichkeit geben, Ihre Eindrücke in einem vertraulichen Rahmen in Ruhe zu sortieren. Anhand Ihrer mitgebrachten Fallbeispiele können Sie sich mit einer erfahrenen Supervisorin dahingehend austauschen, was Sie berührt, was Sie ärgert oder an Ihre Grenzen stoßen lässt. Rechtliche Bewertungen der Arbeit mit Flüchtlingen werden in dieser Veranstaltung ausdrücklich nicht vorgenommen. Gerne möchten wir Sie bei Ihrer wichtigen Tätigkeit unterstützen.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform Allgemeininteressierte / Gespräch

Referentin Andrea Gorres, Seelsorgereferentin & Pfarrerin, N.N.

### **Lektorenschulung**

Wie gelingt uns eine stimmige Lesung im Gottesdienst?

Neue wie auch erfahrene Presbyter(innen) und Lektor(inn)en stellen sich immer wieder die Fragen: Wie betone ich richtig? Wann und wie braucht es Blickkontakt? Wie gelingt es, nicht zu schnell sprechen? Wie unterstützt mich ein Mikrofon? Da es dabei um Wege zu einer Stimmigkeit und Sicherheit beim Sprechen geht, gibt die Schulung nicht nur Hilfestellungen zu Lesetechniken wie Pausen und Text-Betonungen, oder zum Umgang mit der Mikrophonie, sondern auch Impulse einer

ganzheitlichen Stimmarbeit, die in ein Erleben von freier stimmlicher Herangehensweise beim Lesen liturgischer Texten führt. Gelesene Worte sprechen lassen, wenn wir sie sprechen.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform                      Presbyter, Lektoren/ Dialogischer Prozess

Referentin                      Rena Meyer Wiel, Sängerin, Therapeutin und Theologin.

### **Wie begegnen wir trauernden Menschen in unseren Gruppen, im beruflichen Umfeld?**

Wie wir jemandem begegnen, dem es offenkundig gut geht, wissen wir. Hier kennen wir uns gut aus, fühlen uns im Umgang zu Hause.

Der Umgang mit Trauernden hingegen fällt uns oft schwer. Hier fehlt uns das nötige "Handwerkszeug"; wir haben Angst, nicht die richtigen Worte zu finden, uns nicht richtig zu verhalten und den Trauernden zu verletzen.

Der Tag bietet Orientierungshilfen, das Erlangen von mehr Sicherheit im Umgang mit Trauernden und gibt Anregungen, wie die Begleitung Trauernder in Gruppen gut gelingen kann.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / Vortrag & Diskussion

Referentin: Simone Lukaszewicz / Trauerbegleiterin

### **TalentKompass NRW für EhrenamtlerInnen**

Sie wollen sich bürgerschaftlich engagieren und Ihre Fähigkeiten und Begabungen mit anderen Menschen teilen? Ältere Menschen besuchen, im telefonischen Besuchsdienst mitwirken, sich als PresbyterIn zur Wahl stellen, Gemeindebriefe austragen, Fußballmannschaften trainieren oder doch lieber Lesepate/-in der Kita werden?

In unserer Gesellschaft gibt es zahlreiche Möglichkeiten, Verantwortung zu übernehmen und sich ehrenamtlich zu engagieren.

Fragen Sie auch: Was sind meine Stärken, Talente und Fähigkeiten? Wo kann ich diese vielversprechend und in Einklang mit meinen Werten einsetzen? Wo kann ich mein erworbenes Wissen vorteilhaft einsetzen?

Welche Ansprüche habe ich an „mein“ Ehrenamt und den Menschen, die mir dabei begegnen?

Diese Fortbildung bietet Ihnen mit Hilfe des TalentKompasses NRW die Möglichkeit, Ihre Wünsche, Stärken und Überzeugungen noch besser kennen zu lernen und die ersten Schritte zum passenden Ehrenamt zu gehen.

Zielgruppe / Veranstaltungsform    Allgemeininteressierte / dialogischer Prozess

Referentin    Svenja Müller, FEBW

### **Geistliche Begleitung in der Seelsorge mit älteren Menschen**

Das Seminar möchte auf der Basis der eigenen spirituellen- geistlichen Lebensgeschichte, die eingangs erarbeitet wird, Strukturen für einen heilsamen und förderlichen Begleitungsstil mit älteren Menschen erarbeiten und lehren. Dazu wird aus dem Fundus der Anleitenden mit kreativen und leiblichen Übungen in größtmöglicher Theorie- und Praxisverschränkung gearbeitet. Der Schwerpunkt des Seminars liegt auf dem Entdecken geistlicher Entwicklungsmöglichkeiten und ihrer Gestaltung. Ziel des Seminars soll sein, die eigene Spiritualität und religiöse Tradition als Kraftquelle und Ressource in der Seelsorge mit älteren Menschen zu erschließen und neue Begleitungsmöglichkeiten für die eigene seelsorgliche Praxis zu entwickeln. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform                      Allgemeininteressierte / Vortrag und Gespräch

Referentin    Fr. Gorres, Seelsorgereferentin & Pfarrerin, N.N.

### **Belehrung/Schulung nach dem Infektionsschutzgesetz**

Lebensmittel sind ein idealer Nährboden für Mikroorganismen und können mit Rückständen und Schadstoffen belastet sein, die die Gesundheit gefährden. Strenge Vorschriften regeln daher die Produktion, Lagerung, Verarbeitung und Zubereitung der Nahrungsmittel zum Schutze des Verbrauchers. Die meisten betriebshygienischen Kontrollen werden nach dem HACCP Konzept durchgeführt.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende in den Gemeinden/ Vortrag

Referent: Armin Sagorski, NN

### **Das Leben nach dem Beruf - eine neue Herausforderung und Chance**

Der Schritt aus dem Berufsleben heraus, stellt jeden Menschen vor eine Herausforderung. Jeder weiß, dass dieser Schritt kommen wird und versucht sich darauf vorzubereiten und oftmals ist es dann doch anders, als man es erwartet hat. Herausforderung meint, dass es neue Aufgaben sein können, neue Perspektiven aber vielleicht auch neue Schwierigkeiten und Ängste, die anzugehen sind. Wir möchten Sie auf diesen Schritt vorbereiten und Ihnen Anregungen und Hilfestellungen geben, mit denen Sie sich diesen neuen Lebensabschnitt gestalten können.

Daher laden wir Sie ein, einen Tag mit anderen Menschen, die sich in dem gleichen Lebensabschnitt befinden, zu verbringen. Unter der Anleitung von Fachleuten darüber nachzudenken, was Ihnen wichtig ist, wo Sie eine Ihren Fähigkeiten entsprechende Aufgabe finden und mit anderen zusammen einsetzen können, was Sie dafür brauchen und welche Bedingungen Sie selbst dafür haben möchten und welche Unterstützung Sie dafür bekommen können.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform                      Allgemeininteressierte / Vortrag und Gespräch

Referent: Gerrit Heetderks, Dipl. Pädagoge, langjähriger Leiter des eeb nordrhein

### **Kleine Andacht - große Wirkung**

Eine Andacht ist mehr als nur „Gottesdienst light“: praxisnah und empathisch soll sie eine spirituelle Unterbrechung des

Alltags sein. Eine gute Andacht ist zugleich eine Stärkung und ein Gedankenimpuls und eine Brücke zwischen Gott und den Menschen.

Zu diesem Seminar laden wir ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ein, die gerne eine Andacht gestalten möchten oder sollen.

Neben der nötigen Theorie werden wir unterschiedliche Elemente in der Praxis im geschützten Rahmen proben.

Letztendlich soll Ihre Andacht nicht nur die Gemeinde, sondern auch Sie selbst ermutigen.

An zwei Abenden beschäftigen wir uns mit folgenden Themen:

- Inhalte und Ziele einer Andacht
- Vorbereitung und Aufbau
- Basics und Beispielandachten
- Methoden und Hilfsmittel

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende in den Gemeinden/Theorie und Praxis

Kursleitung: Svenja Müller, FEBW

---

### **Frauenbildung – Männerbildung**

#### **Wechseljahre - ein Wechsel mit Folgen?**

Ein Abend für Frauen, die noch viel vorhaben...

Der schlechte Ruf der Wechseljahre mit den möglichen Beschwerden und eventuellen Erkrankungen, wie z.B. der Osteoporose, vermittelt vielen Frauen das Gefühl, in dieser Zeit möglicherweise viel zu verlieren.

Während in früheren Jahren die Meinung galt, „durch diese unangenehme Zeit muss jede Frau durch, am besten Zähne zusammenbeißen und nicht weiter darüber reden“, können Frauen sich heute anders darauf einstellen und sich gut vorbereiten.

#### **Themen dieses Abends sind:**

Worin bestehen die Veränderungen, welche Auswirkungen haben sie und was kann jede Frau für ihr Wohlbefinden tun?

Wie gelingt ein ganzheitlicher Umgang mit möglichen Begleiterscheinungen des Klimakteriums und eine (naturheilkundliche) Unterstützung?

Zielgruppe / Veranstaltungsform

Frauen/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Jutta Reda, Heilpraktikerin und künstlerische und therapeutische Sprachgestalterin

### **Frauen brauchen starke Stimmen**

Der Stimme auf der Spur - Drei-Stunden-Stimmtraining für Frauen

Unsere Stimme ist weit mehr als ein Mittel zur Kommunikation mit den Mitmenschen. Sie ist unverwechselbarer Ausdruck unserer Persönlichkeit, unseres körperlichen und seelischen Zustands, unserer Stimmung.

Gemeinsam entdecken wir, wie Haltung und Atmung auf die Stimme und die stimmliche Präsenz Einfluss nehmen. Uns und unserer Stimme Raum geben heißt, Resonanzkörper zu werden für das, was klingen will und was wir zu sagen haben. Dazu werden wir mit physiologischen Zusammenhängen, Wahrnehmungsübungen und bewusster (körperlicher) Präsenz experimentieren. Stimmliche Improvisation und klangvolle Lieder bereichern unsere Entdeckungsreise.

Mutig wollen wir einen Raum gestalten, in dem wir unser Stimme und unser Singen zur bewertungsfreien Herzensangelegenheit erklären. Zum Drei-Stunden-Stimmtraining sind alle Frauen willkommen - unabhängig von Erfahrungswerten und (Vor)Kenntnissen.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Frauen/Praktische Übungen

Referentin: Farah Fischbach, Sängerin und Stimmbildnerin

### **Workshop "Kreatives Schreiben"**

"Eines Tages werden wir alt sein und an all die Geschichten denken, die wir hätten erzählen können", heißt es in einem Songtext. Warum erst auf das Bedauern warten, wenn wir schon jetzt die Chance haben, unsere Geschichte(n) zu erzählen? Egal ob autobiografisch oder fiktiv, ob für Freunde oder Fremde, ob für unseren Partner, unsere Kinder oder "nur" für uns: Da ist kreatives Potenzial, das freigelassen werden will, da sind Erlebnisse, Ideen, Träume und Visionen, die erzählt werden wollen! Wie das gehen kann, wollen wir in diesem Workshop schreibend erfahren.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Frauen, Interessierte/ angeleitete Übungen

Zeit: 10.00 -16.00 Uhr

Referentin: Stefanie Mergehenn, Journalistin

### **Besichtigung einer Goldschmiedewerkstatt**

Nach Absprache ist es (auch für Gruppen) möglich, einen Einblick in das Handwerk einer Goldschmiedin zu erhalten.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an Gudrun Klement, FEBW

Referentin N.N.

### **Verstand, Gefühl und starke Frauen – Jane Austen**

„By a lady „ – unter diesem Pseudonym veröffentlichte Jane Austen ihre Romane, die bis heute weltweit gelesen und für Filme und Theaterstücke adaptiert werden.

Mit präziser Beobachtungsgabe, ausgefeilten Dialogen und feinem Humor karikierte sie die Konventionen ihrer Zeit. In ihren nicht fehlerfreien Charakteren können wir uns wiedererkennen.

Die Pfarrerstochter gilt zu Recht als eine der größten englischsprachigen Autorinnen.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform /Vortrag und Diskussion

Referentin: Svenja Müller, FEBW

### **Selbstbewusst durch den Alltag**

Schon jeder hat es erlebt. Am liebsten möchte man seine Meinung sagen, traut sich aber nicht. Der Mut verlässt uns oft, wenn wir in eine Diskussion geraten und oftmals „geben wir klein bei“. Im Nachhinein ärgern wir uns über uns selbst.

Warum ist das so?

Eigentlich möchten wir doch selbstbewusst auftreten....eigentlich. Warum erkennen andere, dass mein Selbstbewusstsein nicht so ausgeprägt ist, wie ich es mir wünsche? Und wie kann ich im Alltag oder Berufsleben selbstbewusst auftreten, ohne dass man mir nachsagt, ich sei unfreundlich, benutze die Ellbogen, usw.....

Wie sehe ich mich selbst und wie sehen mich die anderen? Sind Männer selbstbewusster als Frauen?

Ich lade Sie herzlich zu einer offenen Diskussion ein, die Sie mit gestärktem Selbstbewusstsein verlassen werden...

Zielgruppe/ Veranstaltungsform /Vortrag und Diskussion mit praktischen Übungen

Referent: Bernd Burchert, Coach

### **Herzenssprechstunde**

Die Herzenssprechstunden schaffen Kontakt zu anderen Menschen. Sie tragen dazu bei, die eigene Lebenssituation zu reflektieren und ermutigen, sich für die eigene Herzenssache zu engagieren.

Mit einem Vortrag und dem Herzenskoffer wird das Konzept der Herzenssprechstunden vorgestellt und lädt ein, an einer Kursreihe teilzunehmen. Der Herzenskoffer enthält eine Fülle von Sinnesmaterial rund um das Thema Herz.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform                      Allgemeininteressierte / Vortrag und Gespräch

Referentin    Gudrun Klement, FEBW

### **Käthe Kruse**

Der Name Käthe Kruse steht bis heute sinnbildlich für die berühmtesten Puppen der Welt. Die Schauspielerin, Mutter und Künstlerin machte als Unternehmerin Karriere, gewann schon in den zwanziger Jahren einen Markenschutzprozess gegen einen übermächtigen Spielzeugfabrikanten. Ihre Puppen sind heute begehrte Sammlerstücke.

Zielgruppe / Veranstaltungsform                      Frauen/ Vortrag und Gespräch



Referentin: Gudrun Klement, FEBW

### **I have a dream**

Vor 90 Jahren wurde Martin Luther King geboren, der als herausragender Vertreter im gewaltfreien Kampf gegen Unterdrückung und soziale Ungerechtigkeit weltweit bekannt ist. Sein Einsatz hat dazu geführt, dass die Rassentrennung gesetzlich aufgehoben und ein uneingeschränktes Wahlrecht für die schwarze Bevölkerung in den Südstaaten der USA eingeführt wurde.

Das Thema der Diskriminierung hat leider auch heute noch viel Brisanz und fordert uns alle heraus, dem Beispiel dieses mutigen Mannes zu folgen.

Zielgruppe / Veranstaltungsform                      Frauen/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Gudrun Klement, FEBW

### **Königin und wilde Frau**

Immer mehr Frauen wollen einen neuen Weg der inneren Freiheit gehen, trauen ihrem Frausein etwas zu und beginnen, sie selbst zu sein – mit allem, was dazu gehört. Anselm Grün und Linda Jarosch stellen in ihrem Buch 14 biblische Frauenbilder vor, die als Vorbilder für Kräfte und Erfahrungen dienen, die jede Frau durchlebt, und ermutigen Frauen, unabhängiger und stärker zu werden.

Zielgruppe / Veranstaltungsform                      Frauen/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Gudrun Klement, FEBW

### **Willy Schneider**

„Schütt die Sorgen in ein Gläschen Wein“ - Erinnerungen an den Volkssänger und Komponisten Willy Schneider (1905 – 1989)

Zielgruppe / Veranstaltungsform                      Frauen, Senioren/ Vortrag mit Musik und Gespräch

Referent:     Peter Becker, Pfarrer i.R.

### **Marlene Dietrich**

„Sag mir, wo die Blumen sind“ – Erinnerungen an eine große Schauspielerin und Sängerin

Zielgruppe / Veranstaltungsform                      Frauen, Senioren/ Vortrag mit Musik und Gespräch

Referent:     Peter Becker, Pfarrer i.R.

### **Mit Lale Andersen auf den Spuren von Lilli Marleen**

Hinter bedeutenden historischen Ereignissen steckt oft ein Zufall, oder Schicksal, jedenfalls etwas Unvorhergesehenes. So auch bei der Entwicklung von „Lili Marleen“ zum Welterfolg. 1939 nahm die sich mittlerweile Lale Andersen nennende Sängerin das von Texter Hans Leip und Norbert Schultze geschriebene Lied mit dem Untertitel „Lied eines jungen Wachpostens“ auf. Doch ein Erfolg wurde es zunächst nicht. Andersen tingelte auf eher kleinen Bühnen durch das kriegseuphorisierte Land.

Erst als der Soldatensender Belgrad das Lied aus dem Archiv fischte und auf Wunsch vieler Zuschriften von Soldaten immer und immer wieder spielte, entwickelte sich der traurige Schlager zu einem Hit. Der Inhalt war den Nazis jedoch zutiefst suspekt. Es handelt von einem Soldaten, der im Krieg davon träumt, seine Freundin endlich vor der Kaserne am alten Treffpunkt wieder zu sehen – doch die düstere Atmosphäre des Liedes legt kein gutes Ende nahe. „Lili Marleen“ wurde als „wehrmachtzersetzend“ verboten und durfte nicht mehr in Nazi-Deutschland gespielt werden.

Zielgruppe / Veranstaltungsform      Frauen, Senioren/ Vortrag mit Musik und Gespräch

Referent:      Peter Becker, Pfarrer i.R.

### **Kaiserin Auguste Viktoria, die Begründerin der Frauenhilfe**

Die Organisation "Frauenhilfe" - Frauen helfen - wurde in den Vereinigten Staaten von Amerika ins Leben gerufen.

Schirmherrin und Gründerin der Frauenhilfe deutschlandweit war die letzte deutsche Kaiserin, Auguste Viktoria.

Die Frauenhilfe wird ganz von selbst zu einem großen Erfolg. Denn es gibt in der Großstadt sehr viele fähige, bürgerliche Frauen, die nach einer eigenständigen Betätigung außerhalb der Familie suchen. Schon 1903 haben sich 751 Zweigvereine der Frauenhilfe gegründet. Die Frauen organisieren sich selbst und sorgen für die Aus- und Fortbildung der ehrenamtlichen Helferinnen. Sie übernehmen nicht nur Aufgaben in der Pflege, sondern auch im Gemeindeaufbau, leiten Mädchenkreise und Seniorinnennachmittage, bilden ihr eigenes Netzwerk, mit eigener Zeitschrift und eigenem Liederbuch.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform      Frauen, Allgemeininteressierte/ Vortrag und Gespräch

Referentin      Monika Heeland

### **Ernst Jakob Christoffel**

Der "Vater der Blinden" wurde über seine Missionsarbeit in der Türkei auf die Situation der Blinden im Orient aufmerksam, für die sich zu Anfang des 20. Jahrhunderts niemand zuständig fühlte, auch die europäischen Missionswerke nicht. Er baute nur mit Hilfe eines Unterstützerkreises die Blindenarbeit in der Türkei und später im Iran auf. Die daraus entstandene Christoffel- Blindenmission ist heute weltweit tätig.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform Frauen, Allgemeininteressierte/ Vortrag und Gespräch  
Referentin Monika Heeland

### **Margarete Steiff**

Sie ließ sich durch ihre Kinderlähmung nicht davon abhalten, neue Wege zu gehen - ungewöhnlich für eine Frau des 19. Jahrhunderts. Wir spüren den Tatsachen nach, die in dem bekannten Film nicht oder nur ausgeschmückt vorkommen.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform Frauen, Allgemeininteressierte/ Vortrag und Gespräch  
Referentin Monika Heeland

### **Schlossherrinnen in Böhmen**

Wir lernen eine meist unterschätzte Kaiserin und eine Mäzenin kennen - und eine Japanerin! Außerdem werfen wir einen Blick auf die von ihnen bewohnten Schlösser.

ca. 45 Minuten, mit Bildern

Zielgruppe/ Veranstaltungsform Frauen, Allgemeininteressierte/ Vortrag und Gespräch  
Referentin Monika Heeland

### **Noch mehr Schlossherrinnen in Böhmen**

Wir beschäftigen uns mit einer großen Wohltäterin, hören die Geschichte einer großen Liebe und einer Freundschaft, die uns ein Stück Weltliteratur eingebracht hat. Und wir besuchen die Schlösser, auf denen sie lebten.

ca. 40 Minuten, mit Bildern

Zielgruppe/ Veranstaltungsform Frauen, Allgemeininteressierte/ Vortrag und Gespräch  
Referentin Monika Heeland

### **Weitere Themen Frau Heeland auf Anfrage:**

Reise durchs Baltikum,

Die preußischen Könige und die Potsdamer Schlösser

Friedrich Wilhelm Raiffeisen

Eugen Roth

Amalie Sieveking

Elvine de la Tour und László Batthyány

**Bertha von Suttner (1843-1914) „Die Waffen nieder!“.**

Die österreichische Friedensforscherin, Journalistin und Schriftstellerin starb mit Beginn des Ersten Weltkriegs, den sie immer verhindern wollte – wofür sie 1905 als erste Frau mit dem Friedensnobelpreis ausgezeichnet wurde.

Wir ergründen, was die böhmische Adelige motiviert hat, sich unter großen persönlichen Entbehungen so vehement für den Pazifismus, die Frauenbewegung und den Tierschutz einzusetzen. Zielgruppe/

Veranstaltungsform: Frauen, Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Stefanie Mergehenn, Journalistin

### **Elisabeth Selbert (1896-1986) - eine der vier „Mütter des Grundgesetzes“**

Der deutschen Politikerin und Juristin ist es zu verdanken, dass die Gleichberechtigung in den Grundrechte-Teil der bundesdeutschen Verfassung aufgenommen wurde. Schon in der Weimarer Republik hatte die Sozialdemokratin als Journalistin und Rednerin immer wieder an die Pflicht der Frauen gemahnt, sich politisch zu informieren und zu engagieren. Während ihr Mann als politischer Häftling im KZ war, ernährte sie als Anwältin die Familie. Seit 1948 kämpfte sie als Mitglied des Parlamentarischen Rates für die Chancengleichheit von Mann und Frau.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Frauen, Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Stefanie Mergehenn, Journalistin

### **Hedwig Dohm**

(1831-1919) war eine Berliner Schriftstellerin und Frauenrechtlerin. Mit ihrem Mann Ernst, dem Chefredakteur der satirischen Zeitschrift „Kladderadatsch“, hatte sie vier Töchter, die im Gegensatz zur intellektuellen Autodidaktin eine fundierte Schul- und Berufsausbildung erhielten. Neben den Forderungen nach gleicher Ausbildung und weiblicher Erwerbstätigkeit sprach Dohm sich vehement für das Frauenwahlrecht aus, das jetzt 100 Jahre alt wird: Bei der Wahl zur Deutschen Nationalversammlung am 19. Januar 1919 durften die Frauen in Deutschland erstmals ihr Wahlrecht nutzen.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Frauen, Interessierte/ Vortrag, Gespräch

Referentin: Stefanie Mergehenn, Journalistin

### **Rosa Luxemburg**

Die Kommunistin und Frauenrechtlerin Rosa Luxemburg (1871-1919) wurde als fünftes Kind eines jüdischen Kaufmanns im russisch kontrollierten Polen geboren. Sie las schon als Schülerin die verbotenen Schriften von Karl Marx und musste 1889 nach Zürich fliehen, wo sie Nationalökonomie und Jura studierte. Frisch promoviert wurde sie preußische Staatsbürgerin und agitierte von Berlin aus. Doch selbst ihre

Haft als „Vaterlandsverräterin“ hielt sie nicht davon ab, weiter mit ihrem Parteigenossen Karl Liebknecht zu kämpfen. Vor 100 Jahren wurden beide ermordet.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Frauen, Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Stefanie Mergehenn, Journalistin

### **Marie Juchacz**

Die sozialdemokratische Frauenrechtlerin **Marie Juchacz** (1879-1956) gründete auf den Tag genau vor 100 Jahren die Arbeiterwohlfahrt. Als Autodidaktin hatte sich die ehemalige Hausangestellte, Fabrikarbeiterin, Krankenpflegerin und Schneiderin in die Parteizentrale der SPD hochgearbeitet, wo sie von Clara Zetkin 1917 die Stelle als Frauensekretärin und die Redaktionsleitung der Frauenzeitschrift „Gleichheit“ übernahm. Juchacz hielt im Februar 1919 als erste Frau eine Rede in der Weimarer Nationalversammlung und gründete zehn Monate später die AWO. 1933 emigrierte sie erst nach Frankreich, dann in die USA.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Frauen, Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Stefanie Mergehenn, Journalistin

### **Weitere Themen Frau Mergehenn auf Anfrage:**

„Die Betrogene“ Novelle von Thomas Mann

Dietrich Bonhoeffer

Kohelet

Jochen Klepper

Katia Mann

"Nesthäkchen kommt ins KZ - das Schicksal der Kinderbuch-Autorin Else Ury"

Clara Schumann – „nur“ die Frau an seiner Seite?

Edith Stein (1891-1942): Jüdin, Philosophin und katholische Heilige

### **Ich weiß genau, was da passiert... Kinder erklären Kunst**

Überraschend, lustig und kreativ erklären Kinder im Alter zwischen fünf und sieben Jahren große Werke der Kunst. Von den Interpretationen der Kinder profitieren auch Erwachsene, die so einen neuen Blick auf die Kunst wagen können. Und das Buch regt dazu an, Kinder mit den Werken großer Meister bekannt zu machen und diese frei zu erleben.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Interessierte/ Buchvorstellung, Vortrag

Referentin: Ingrid Werner

### **Heinrich Heine**

Er nannte Deutschland „meine ferne Liebe“ und galt vielen als „Nestbeschmutzer“, er liebte die Romantik und verkündete ihr Ende, er sah die Notwendigkeit einer sozialen

Revolution und fürchtete sie. Er fragte nach Gott und wollte den Himmel „den Engeln und den Spatzen“ überlassen. Deutsche liebten seine „Volkslieder“ und ließen ihn schon zu Lebzeiten ihren Judenhass spüren.

Heine ist spannend wie eh und je – und sehr unterhaltsam...

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Frauen, Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Iris Schuchardt

### **Erich Kästner**

„Nur wer ein Kind bleibt, ist ein Mensch.“ „Es gibt nichts Gutes/ außer: man tut es.“ Erich Kästner ist unzähligen Menschen als Kinderbuchautor und Schöpfer von heiteren Geschichten wie „Drei Männer im Schnee“ bekannt. „O wäre ich/ der Kästner Erich“, dichtete Heinz Ehrhardt.

Hinter dem Namen „Kästner“ steht ein Leben, dessen Auf und Ab zutiefst von der deutschen Geschichte im 20. Jahrhundert bestimmt wurde; ein Mensch, dessen Menschlichkeit und lakonischer Humor sich in dieser Geschichte mal mehr, mal weniger bewährte. Einer, der unpolitisch sein wollte, aber dem die Politik nicht erlaubte, unpolitisch zu bleiben.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Frauen, Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Iris Schuchardt

### **Jenseits von Bullerbü**

Mit Pippi, Michel und Bullerbü eroberte die schwedische Autorin viele Kinderherzen. Weniger bekannt sind ihre Tagebucheintragungen während der Jahre 1939 bis 1945 oder ihre leidenschaftlichen Plädoyers für eine gewaltfreie Erziehung und gegen die Massentierhaltung. Wir erfahren mehr über ihr bewegtes Leben, ihre Lieben, ihre Träume und ihre Veröffentlichungen.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Frauen / Vortrag & Diskussion

Referentin: Svenja Müller, FEBW

### **Die Frau mit der Lampe – das Leben der Florence Nightingale**

Begründerin der modernen Krankenpflege, Reformerin des Sanitätswesens, Mystikerin und begabte Mathematikerin: 2020 feiern wir die 200. Geburtstag von Florence Nightingale.

Was bewegte die jüngste Tochter einer wohlhabenden Familie zu ihrem außergewöhnlichen Berufswunsch, den sie gegen alle Widerstände verfolgte? Wir hören von Erweckungserlebnissen, ihrer Ausbildung in Kaiserswerth, ihr Engagement während des Krimkriegs, ihr ausgestopftes Haustier und den Beginn der organisierten Krankenpflegelehre.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Frauen / Vortrag & Diskussion

Referentin: Svenja Müller, FEBW

## **Albert Schweitzer und die Ehrfurcht vor dem Leben**

"Ich bin Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will."

Ein Vortrag über das Leben von Albert Schweitzer, Theologe + Philosoph, Musikwissenschaftler + Organist, Urwald-Arzt

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / Exkursion und Gespräch

Referent: Frank Gennes Dipl. Sozialarbeiter/Naturpädagoge,  
NABU-Stadtbeauftragter für Monheim

## **Ätherische Öle**

Wir laden zu einem Vortrag über ätherische Öle ein.

- Was sind ätherische Öle?
- Wie werden ätherische Öle gewonnen?
- Was machen ätherische Öle im Körper?
- Wie wende ich ätherische Öle sicher an?
- Welche Ätherischen Öle eignen sich für die kleine Hausapotheke?
- Einladung zu einer kleinen Duftreise

Fragen werden gerne beantwortet.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Interessierte/ Vortrag, Austausch

Referentin: Ilona Ördög,

---

## **Arbeitswelt – Beruf**

### **Microsoft Office Schulungen**

Microsoft Office ist ein Software-Paket aus dem Hause Microsoft. Die enthaltenen Produkte im Office-Paket, wie Access, Excel, PowerPoint, Word und Outlook sind innerhalb des beruflichen Alltags zum Standard geworden. Mehr Kompetenz im Umgang mit den Produkten wird durch spezielle Schulungen erreicht.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Interessierte/ Schulung, Tagesveranstaltung

Referent: N.N.

### **Projektentwicklung und Präsentation**

Für das gute Gelingen von Projekten ist eine fundierte Projektentwicklung und eine überzeugende Projektpräsentation entscheidend. Das gilt sowohl für kleine

hausinterne Projekte, als auch für neue Ideen. Das Seminar wird Ihnen einen grundsätzlichen Überblick von der Entwicklung bis zur Präsentation von Projekten und somit mehr Sicherheit geben. Bitte bringen Sie eine Idee für ein Projekt im Rahmen Ihres Arbeitskontextes mit. Anhand dieser Projektideen werden wir gemeinsam Projektpläne erarbeiten. Sie erfahren auch, wie Sie Ihre Ideen und Inhalte überzeugend präsentieren können.

2 Kurstage

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Interessierte/ Praxisveranstaltung

Referentin: Ellen Anders

### **Konstruktiver Umgang mit Beschwerden**

Im beruflichen Kontext kann es zu Beschwerden und daraus entstehenden, schwierigen Situationen kommen. Dabei müssen Sie möglicherweise in der "Sandwichposition" zwischen Vorgesetzten, Kollegen und "Kunden" souverän auftreten. Neben fachlichem Input lernen Sie verschiedene Möglichkeiten kennen, um solche Situationen konstruktiv meistern zu können. Dabei werden wir konkret Ihre Beispiele aus der Praxis nutzen.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Interessierte/ Praxisveranstaltung

Referentin: Ellen Anders

### **"Pressearbeit / Journalistisch schreiben lernen**

**oder: Wie bringe ich mein Anliegen in die Medien?":** WER sich schon oft darüber gewundert hat, WARUM sein Anliegen in den örtlichen Medien so wenig Resonanz gefunden hat, kann in diesem Workshop erfahren, WORAN das gelegen haben könnte und WIE man es besser machen kann. WAS Redakteure gerne veröffentlichen und WANN man sie bevorzugt darauf ansprechen sollte, wird ebenso verraten wie das Erfolgsrezept der "journalistischen W's" und Anekdoten aus dem Redaktionsalltag. Die Referentin war 18 Jahre lang Lokalredakteurin bei zwei großen Tageszeitungen und arbeitet jetzt in einer städtischen Pressestelle. Zusätzlicher Exkurs: Segen und Fluch von „Social Media“

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Frauen, Interessierte/ angeleitete Übungen

Zeit: 10.00 -17.00 Uhr (Mittagspause)

Referentin: Stefanie Mergehenn, Journalistin

### **Was macht uns innerlich stark? Resilienz – unser emotionales Immunsystem**

Wir erleben täglich unsere größeren und kleineren Krisen, regen uns über dieselben Dinge immer wieder auf oder haben resigniert, weil sich ja doch nichts ändern lässt...Wir schleppen schon so viel mit uns herum – und müssen vielleicht gerade heute darauf gefasst sein, dass die wahren Schicksalsschläge noch kommen könnten (Krankheiten, Arbeitslosigkeit, Trennungen...)



Und wir alle kennen Menschen – oder haben von ihnen gehört und gelesen – die auch in schwierigen Lebenssituationen nicht aus dem Gleichgewicht geraten, nicht den Kopf verlieren, gelassen bleiben.

Wie machen die das bloß? An diesem Abend wollen wir zusammentragen, was unsere inneren Abwehrkräfte stärkt. Gut umzugehen mit kleinen und großen kritischen Lebensereignissen ist eine Fähigkeit, die wir an diesem Abend (wieder)entdecken und erfahren können.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Eltern, Allgemeininteressierte/Vortrag & moderierter Austausch

Referent/-in: Cordula Heuberg / Dipl.-Pädagogin, Facilitator Dialogprozess-Begleitung

---

## **Eltern werden – Familienleben – Erziehung**

### **ElternstartNRW**

Hier können Sie:

- sich mit anderen Eltern austauschen
- die "Sprache" Ihres Säuglings besser verstehen lernen
- Anregungen und Tipps für den Familienalltag mit Baby erhalten
- mehr Sicherheit in Ihrer Elternrolle gewinnen
- in unsere Angebote für Familien hinein schnuppern.

Das Angebot ist kostenfrei!

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Eltern & Kinder im ersten Lebensjahr / Kurs

Referent/ -in: N.N. / pädagogisch geschultes Personal

### **Babymassage nach Leboyer**

Die Babymassage nach Leboyer ist in erster Linie eine Sinneserfahrung für Ihr Kind. Sie fördert aber neben dem seelischen Wohlbefinden auch das körperliche Wohlbefinden Ihres Kindes, stärkt die Lebenskraft und ist ein uraltes Heilmittel zur Linderung und Verhütung vieler Krankheiten. Die Babymassage eignet sich gut zur Behandlung von unruhigen Kindern, von Kindern, die oft erkältet sind, unter Schlafstörungen oder Koliken leiden oder Verdauungsprobleme haben.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Eltern & Kinder im ersten Lebensjahr / Kursreihe

Referent/ -in: N.N. / pädagogisch geschultes Personal

### **Eltern-Kind-Gruppen**

Gemeinsam wollen wir Zeit und Raum schaffen, um das Kind in seiner Wesensart wahrzunehmen, die Sinne des Babys und deren Entwicklung auf behutsame Weise zu unterstützen und Ideen für Sing- und Liebkosespiele sowie Bewegungsanregungen

zu erfahren. Zudem sollen Informationen und Fragen rund um das 1./2. Lebensjahr (Ernährung, Pflege, päd. Themen) ausgetauscht und Kontakte zu anderen jungen Familien geknüpft werden.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Eltern & Kinder / Kursreihe

Referent/ -in: N.N. / pädagogisch geschultes Personal

### **Eltern-Kind-Gruppen im Wald**

Das Tarp, eine Decke, regenfeste Kleidung und schon sind die Waldmäuse gewappnet für Aktivitäten im Wald. Jetzt in Ruhe umsehen und viel Spannendes entdecken, singen und spielen. Die Kinder und ihre Eltern verbringen einen entspannten Vormittag im Wald und entdecken gemeinsam die Natur. Eine kleine Wanderung, auf Baumstämmen balancieren, ein Mobile mit Tannenzapfen basteln, in der Hängematte schaukeln und vieles mehr.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Eltern & Kinder / Kursreihe

Referentin: N.N.

### **Naturpädagogische Aktionen**

U.a. Kräuterwanderung, Kochen mit Kräutern, Sinneswanderung im Wald, Fledermausexkursionen, Unterwegs mit der Biene Maja, Kleine Krabbeltiere usw.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Eltern & Kinder, Allgemeininteressierte / Aktionen im Wald

Referent/-in: u.a. Corinna Schön, Frank Gennes, Michael Knott, Martina Schultze

### **Starke Eltern - Starke Kinder ®**

Ziel der Elternkurse "Starke Eltern Starke Kinder"® ist es, das Selbstvertrauen der Eltern als Erziehende zu stärken, die Kommunikation in der Familie zu verbessern und den Kinderrechten Geltung zu verschaffen. Vermittelt wird das Modell der anleitenden Erziehung.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Eltern mit Kindern bis zum 10. Lebensjahr/Dialogischer Prozess

Referentin: Svenja Müller, FEBW

### **Pubertät - Aufbruch, Umbruch, kein Zusammenbruch ®**

Viele Eltern empfinden das Zusammenleben mit ihren pubertierenden Kindern als schwierig und konfliktreich. Sie haben Sorge, wohin sich ihre Kinder entwickeln und wie sie in Beziehung zu ihnen bleiben können. Der Elternkurs will Hilfen geben, um das Verständnis zwischen Eltern und ihren erwachsen werdenden Kindern zu verbessern.

Welche Aufgaben haben Pubertierende, welche Aufgaben ihre Eltern? Welche Regeln und Grenzen gibt es in unserer Familie und wie sieht es mit Konsequenzen aus?

Der Kurs folgt dem Konzept "Starke Eltern - Starke Kinder" des Kinderschutzbundes, angepasst an die Situation von Eltern pubertierender Kinder.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Eltern mit Kindern bis zum 17. Lebensjahr, Eltern von Konfirmand\*innen/ Dialogischer Prozess

Referentin: NN, Svenja Müller, FEBW

### **Pubertät und Dialog**

Pubertät und Dialog - ein Seminar für Eltern von (demnächst) jugendlichen Kindern  
Informationen, was während der Pubertät in Herz und Hirn der Teenager vor sich geht, gibt es massenhaft - und unzählige Ratgeber und Tipps....

Trotzdem fühlen sich viele Eltern hilflos. Vielleicht reicht es nicht, viel zu wissen über die Pubertät - sondern es ist entscheidender, mit welcher Haltung Eltern ihren jugendlichen Kindern begegnen?

Deshalb gibt es dieses etwas andere Seminar zum Thema „Pubertät“:

An zwei Abenden werde ich Ihnen die "dialogische Haltung" vorstellen, die Beziehungen gerade dann stärkt, wenn sie besonders strapaziert werden. Wir werden konkret zusammen besprechen, wie der Dialog in Ihrem Alltag hilfreich sein kann - für ein gutes Familienklima auch in kritischen Phasen.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Eltern, Eltern von Konfirmand\*innen, / Seminar und Diskussion

Referentin: Cordula Heuberg, Dipl. Pädagogin, Facilitator

**Weitere pädagogische Themen können nach Bedarf angeboten werden.  
Bitte sprechen Sie uns an.**

---

### **Aktiv für die Gesundheit**

#### **Gesunde Ernährung - ein Informationsabend mit Austausch**

Eine gesunde Ernährung ist die Basis für ein gesundes Leben. Sie fördert Leistung und Wohlbefinden und gibt dem Organismus, was er braucht. Dieses Thema ist sehr vielschichtig, anhand der folgenden Fragestellungen wollen wir Schwerpunkte setzen:

Was gehört zu einer ausgewogenen Ernährung?

Was ist der Säure-Basen-Haushalt?

Warum ist sauer nicht immer lustig?

Ernährungsumstellung - wie halte ich mein Gewicht?

Zielgruppe/Veranstaltungsform: Interessierte/ Vortrag Diskussion

Kursleitung Elke Mielke, Heilpraktikerin

### **Heilfastenwoche nach Buchinger**

Fasten ist eine Auszeit für die Verdauungsorgane und den gesamten Organismus. Durch die reduzierte Zufuhr von Nahrung und die Aufnahme von viel Flüssigkeit wird die Verbrennung körpereigener Fettreserven aktiviert und der Organismus entgiftet.

Der Internist Dr. Otto Buchinger (1878–1966) begründete das Heilfasten als eine ganzheitliche Form der Reinigung von Körper, Geist und Seele. Heilfasten nach Buchinger ist eine Trinkkur, bei der die Fastenden ausschließlich Gemüsebrühen, Säfte und Tees zu sich nehmen.

Zielgruppe/Veranstaltungsform: Interessierte/ Begleitung & Austausch

Kursleitung Elke Mielke, Heilpraktikerin

### **Entspannungsworkshop**

Progressive Muskelentspannung ist eine leicht erlernbare und äußerst effektive Entspannungsmethode. Sie kann bei vielen Beschwerden unterstützend eingesetzt werden, wie z. B. Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Ängsten etc.. Dazu werden schnell erlernbare Tipps zur Entspannung regelmäßig mitgegeben.

Referentin: Margit Kubitzek

### **Was hält den Menschen gesund?**

Schon immer ist uns Frauen der Anteil in der Gesellschaft zugekommen, der für die körperliche und seelische Gesundheit sorgt.

Dabei ist das Wissen über die Ernährung, die Haushaltsführung und die Kenntnisse über Heilweisen ein wichtiger Beitrag.

Innere Harmonie ist eine wesentliche Grundlage, um unsere Gesundheit zu erhalten.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform Frauen/ Vortrag und Gespräch

Referentin Hannelore Theißen, Gesundheitsberaterin, Hauswirtschafterin

### **Zirkeltraining für das Gehirn**

Unser Gehirn liebt die Abwechslung! Also fordern wir es heraus mit unterschiedlichen Aufgaben und kleinen Bewegungen, die beide Gehirnhälften trainieren.

Dabei ist nicht wichtig, wie gut oder schlecht uns etwas gelingt. Im Zentrum steht immer der Spaß an den gemeinsamen Übungen.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform Senioren/ angeleitete Übungen

Kursleitung Gudrun Klement, FEBW

### **Tanzen**

In einer lockeren und netten Runde wollen wir kleine Tänze einstudieren, die unser Wohlbefinden und unsere geistige Fitness fördern. Gemeinsam tanzen macht Spaß und schafft Erfolgserlebnisse. Auch für Senioren gut geeignet. Wir empfehlen bequeme Schuhe.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform                      Senioren/ angeleitete Übungen

Referentin: Eva Gabriel

### **Entspannung für Männer und Frauen ab 65 Älter werden in Balance.**

Sie würden gerne einen Entspannungskurs besuchen, denken aber "auf dem Boden liegen" kann ich nicht mehr. Runter ging ja noch, aber wie komme ich wieder hoch? Ich biete einen Entspannungskurs an, bei dem Sie garantiert auf dem Stuhl oder auch im Rollstuhl sitzen bleiben können.

Dieser Workshop ist speziell für älter Menschen in Zusammenarbeit mit der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung entwickelt worden.

Gemeinsam werden wir lernen, uns zu spüren und gezielt zu bewegen. Elemente der inneren Stille, sowie Atemübungen werden sich immer wieder abwechseln.

Im Anschluss an den Workshop bekommen sie eine Packung "Bewegung" mit, damit sie die Übungen auch zuhause weiter machen können.

Seien Sie mutig, kommen Sie und lassen sich überraschen. Die grauen Zellen werden es Ihnen danken. Bitte bringen Sie sich zu trinken, eine Decke oder eine warme Strickjacke zum Überziehen und ein Kissen zum darauf sitzen mit. Wer ein Keilkissen benötigt, bringe sich dies bitte auch mit. Ich freu mich auf Sie!

Zielgruppe/ Veranstaltungsform                      Senioren/ angeleitete Übungen

Kursleitung Ann-Carolin Boddenberg, Entspannungspädagogin, Meditationsleiterin

### **Workshop "Be Happy"**

„Be Happy“ ist ein neues Konzept, was schon viele Menschen in kurzer Zeit „glücklicher und zufriedener“ gemacht hat. Was heißt eigentlich „Glücklich sein“, kann ich das auch?

Seid den 80er Jahren gibt es auch in Deutschland die Glücksforschung. Sie hat einen humanistischen Anspruch und möchte dazu beitragen, dass wir alle zufriedener werden.

Zuerst schauen wir, was schon die alten Philosophen wie Aristoteles, Epikur und Seneca dazu meinten und was sich seit jener Zeit verändert hat. Wir hören, was andere Völker berichten und schauen auf uns, im Inneren und Äußeren. Gemeinsam erfahren wir, wie Körper, Geist und Seele im Zusammenhang stehen. Der Workshop besteht aus theoretischen und praktischen Anteilen. Wir werden zusammen atmen, uns bewegen, innehalten und unseren persönlichen Glücksanker finden. An diesem

Vormittag wollen wir uns gemeinsam auf den Glückspfad machen. Kommen Sie vorbei und Sie werden glücklicher und zufriedener.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform                      Senioren/ angeleitete Übungen

Kursleitung   Ann-Carolin Boddenberg, Entspannungspädagogin, Meditationsleiterin

---

### **Lebensfragen und Lebensgestaltung – Älter werden**

#### **Wohnschule/ Wohnen im Alter**

In der Nachbarschafts- und Quartiersarbeit gerät das Thema „Wohnen und Leben im Alter“ immer stärker in den Fokus des Interesses. In den Quartiersprojekten zeichnet sich ab, dass das Thema nicht nur den Hochbetagten und ihren Angehörigen unter den Nägeln brennt, sondern auch für die Mitglieder der neuen Altersgenerationen von Bedeutung ist und existenzielle Fragen aufwirft.

*Was können wir tun, um möglichst lange selbstbestimmt zu leben?*

*Wer kümmert sich um mich, wenn ich auf Hilfe angewiesen bin?*

*Bringe ich die nötigen Voraussetzungen für eine Senioren-WG mit?*

*Wie kann ich vorsorgen?*

Referentin: Karin Nell, eeb nordrhein  
Ingrid Zurek-Bach

#### **Jörg Zink**

„Wenn ich einmal gestorben bin [...] wird mein Blick tiefer dringen in das Geheimnis Gottes, tiefer in das Geheimnis seiner Welt und auch in das Geheimnis, das ich mir selbst bin.“ (Jörg Zink)

Der bekannte evangelische Theologe verstarb im September 2016 im Alter von 93 Jahren. Seine Biographie und ein Einblick in die Vielzahl seiner Werke stehen am Beginn des Vortrags. Eingehender beschäftigen wir uns mit seinem Buch „Die Stille der Zeit“, in dem er seine Gedanken zum Altwerden mit den Leserinnen und Lesern teilt.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform                      Allgemeininteressierte,/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Gudrun Klement, FEBW

#### **Die Jahre sind mein Lebensglück – Schriftsteller über das Alter**

Wer etwas über das Alter erfahren will, und darüber, was es heißt, alt zu sein, tut gut daran, die Dichter zu befragen. Was bedeutet Altwerden und Altsein? In welchem Verhältnis zueinander stehen der „biologische Verfall“ und das subjektive Lebensgefühl?

Beiträge bekannter Schriftsteller wie Simone de Beauvoir, Astrid Lindgren, Thomas Mann und Agatha Christie laden ein zum Nachdenken und Austausch über eigene Erfahrungen und Einstellungen zum Thema Alter.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform

Allgemeininteressierte/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Gudrun Klement, FEBW

### **Wenn Tod und Leben sich begegnen – Organspende**

Soll ich mich für die Organspende entscheiden oder dagegen? Eine Antwort zu finden, ist nicht leicht, denn die Entscheidung für oder gegen eine Organspende beeinflusst, wie die Hinterbliebenen den Tod erleben.

Und sie lässt nicht selten Zweifel offen: Ist mit dem Hirntod wirklich das Leben beendet? Kann ich mir vorstellen, etwas von meinem Körper an andere weiterzugeben?

Mit diesen Fragen wollen wir uns auseinandersetzen und sie werden erfahren, was Sie über Organ-, Gewebe - und Lebendspenden wissen sollten.

Zielgruppe/Veranstaltungsform: Interessierte/ Podiumsdiskussion

Referent: NN

### **„Ganz Ohr“**

Die Besuchsdienste treffen auf Menschen, von denen sie vorher nicht wissen, was die Besuchten bewegt, in welchen Lebenssituationen sie sich befinden und welche Themen und Gefühle im Gespräch entstehen. Wie gelingt ein seelsorgliches Gespräch bei einem Besuch? Wie komme ich gut in ein Gespräch hinein und auch wieder hinaus? Wie kann ich gut zuhören lernen? Um diese Fragen soll es bei der Fortbildung für Besuchsdienstkreise gehen.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: EA im Besuchsdienst / Vortrag & Diskussion

Referentin: Andrea Gorres, Pfarrerin & Seelsorgereferentin des Kirchenkreises Leverkusen

### **Pflege- und Wohnberatung**

„ Ich brauche Hilfe im Haushalt.“

„ Wer bietet ambulante Pflege an?“

„ Wer hilft mir, Pflegegeld zu beantragen?“

„ Ich brauche jemanden, der mich bei der Pflege meiner Mutter entlastet.“

„ Wo finde ich einen Heimplatz?“

Eine plötzliche Veränderung der Gesundheit oder der Beweglichkeit stellt Senioren und besonders auch ihre Angehörigen vor ganz neue Herausforderungen.

Die Referentin informiert und berät rund um das Thema Pflege. Zum Beispiel zu ambulanter Pflege inklusive ergänzende Leistungen, wie fahrbarer Mittagstisch, Hausnotruf oder hauswirtschaftliche Hilfen. Wohnberatung, Pflegeheime sowie bei Fragen zur Finanzierung von ambulanten und stationären Angeboten oder Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Senioren, Angehörige von Senioren/ Vortrag und Gespräch

Referent: N.N.

### **Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht**

Wer regelt Ihre Angelegenheiten, wenn Sie es nicht mehr können?

Jeder kann plötzlich und unabhängig vom Alter in eine Situation kommen, in der andere für ihn entscheiden müssen.

Damit Sie sicher sind, dass Ihre Angelegenheiten im Ernstfall so geregelt werden, wie Sie es sich wünschen, können Sie Vorsorge treffen.

Zielgruppe/Veranstaltungsform: Interessierte / Vortrag und Gespräch

Referent      Thomas Holtzmann, Diakonisches Werk Leverkusen

### **Biographiearbeit mit demenziell veränderten Menschen**

Warum ist Biographiearbeit so wichtig?

Wer die Biographie Demenzkranker kennt, kann die mit dem Verhalten verknüpften Bedürfnissignale besser entschlüsseln und im Umgang mit dem Kranken berücksichtigen.

Die Biographie ist oftmals der Schlüssel zu noch vorhandenen Fähigkeiten, die es bewusst zu fordern gilt, um sie noch möglichst lange zu erhalten.

Mit dem Demenzkranken über Ereignisse aus seinem Leben zu reden, hilft ihm, seine allmählich untergehende Identität ("die letzten Erinnerungsinseln") länger zu bewahren.

Biographiearbeit verleiht dem Kranken Sicherheit und stärkt sein Selbstvertrauen; das hilft, schwierige Situationen besser zu bewältigen.

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Senioren, Angehörige von Senioren/ Biographiearbeit

Referentin: Frau Thöne, Pädagogin & Theologin

### **Menschen mit Pflegebedarf - Umgang mit aktuellen Krisen und Konflikten**

Inhalte:

o Gefühlslandschaften einer Person mit Pflegebedarf erkennen



- o Positive Augenblicke schaffen
- o Vermeidung von Konflikten
- o Überlastungssituationen oder Familienkrisen erkennen
- o Gewalt in der Pflege
- o Konfliktverhalten von Menschen mit Pflegebedarf, Angehörigen und Betreuenden
- o Umgangsmöglichkeiten bei Konflikten
- o Selbstständigkeit und Selbstbestimmtheit fördern und ermöglichen
- o Verhaltensauffälligkeiten in der Demenz
- o Ggf. Kindeswohlgefährdung

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Senioren, Angehörige von Senioren

Referentin: Astrid Kothe-Matysik, Pädagogin

**Weitere Themen der Referentin:**

- „Umgang mit aktuellen Krisen und Konflikten“,
- „Freiheitsentziehende Maßnahmen“ (im Bereich der Altenpflege)

**Durch Pflegehilfsmittel den Alltag erleichtern - Praxisworkshop für Angehörige und externe Begleiter**

Sie kümmern sich als Angehörige um ein pflegebedürftiges Familienmitglied, das Hilfsmittel benötigt? Sie werden im Rahmen Ihrer Arbeit immer wieder mit Fragen zu Hilfsmitteln konfrontiert?

Pflegehilfsmittel sind Geräte und Sachmittel, die zur Erleichterung der häuslichen Pflege oder zur Linderung der Beschwerden der Pflegebedürftigen beitragen. Unter Umständen können sie dem Pflegebedürftigen eine selbstständigere Lebensführung ermöglichen. Die Pflegehilfsmittel „nützen“ also sowohl dem Pflegebedürftigen als auch der Pflegeperson.

In praxisnahen Übungen erproben wir mit Angehörigen und externen Begleitern den Umgang verschiedener Hilfsmittel und erlernen Kenntnisse zur Durchführung erforderlicher Hilfestellungen (z.B. bei Aufstehen, Begleitung am Rollator etc.).

Weitere Schwerpunkte:

- Sensibilisierung der Bewegungswahrnehmung
- Erleichterung der Mobilisation
- Eigenbewegung erhalten und fördern

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Senioren, Angehörige von Senioren

Referentin: N.N.

**Kuddelmuddel in Omas Kopf**

Warum ist Oma so wütend? Warum vergisst Opa meinen Namen? Und was macht die Brille im Kühlschrank?

Nicht nur Söhne und Töchter, sondern auch Enkelkinder haben zu dem Thema Demenz viele Fragen.

Wir laden alle interessierten Menschen zu dieser Veranstaltung ein.

Gerne können Sie Ihre eigenen Fragen und Erfahrungen mitbringen.  
Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte, Eltern, ErzieherInnen/ Vortrag & moderierter Austausch  
Referentin: Svenja Müller, FEBW

### **Demenzsensible Gemeinde**

In der Evangelischen Kirche im Rheinland haben etwa 55.000 Mitglieder eine Demenz – doch viele von ihnen tauchen im Gemeindeleben nicht mehr auf. Verunsichert und beschämt ziehen sich viele Betroffene aus der Gemeinschaft zurück. Wichtige soziale Kontakte gehen verloren.

Wie kann es gelingen, dass sich auch Menschen mit Demenz in unseren Gottesdiensten und Gemeindegruppen weiterhin wohlfühlen können? Welche Informationen brauchen wir, um sie verstehen und gut begleiten zu können? Wie können wir die eigene Unsicherheit überwinden?

Zielgruppe/ Veranstaltungsform                      Gemeindegruppen, Presbyterien, ehren- und hauptamtliche MitarbeiterInnen/ Dialogischer Prozess

Referent:        Beatrice Döhner, Fachschwester und Dozentin für Gerontopsychiatrie, Gestalttherapeutin

---

### **Gesellschaft / Soziales**

**Ziel des Evangelischen Familien-und Erwachsenenbildungswerk ist es, Orte und Begegnungen der diskursiven Verständigung von Demokrat/innen zu schaffen, die ihren Beitrag leisten wollen, mit Zivilcourage die Zivilgesellschaft zu bewahren.**

### **Das christliche Abendland – Historische Realität oder Chimäre?**

Die Verteidigung des „christlichen Abendlandes“ wird von Rechts zur existentiellen Herausforderung stilisiert. Fußt der Begriff auf historischen Fakten oder ist er nur eine Chimäre, die instrumentalisiert wird?

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referent:        Jörgen Klußmann, Islam- und Politikwissenschaftler

### **Die Würde des Menschen ist unantastbar! – Oder doch nicht?**

Die sogenannte „Neue Rechte“ gewinnt zunehmend an Einfluss in Deutschland. Sie bedient sich alter und neuer Feindbilder und übt sich in einer aggressiven Rhetorik, die den Tabubruch zum Prinzip erhebt. Davon könnten auch die Ewigkeitsklauseln des Grundgesetzes betroffen sein! Sprache schafft Wirklichkeit: Über den Wandel in

der politischen Kultur, die Strategien der Neuen Rechten, ihre Netzwerke und wie sich der gesellschaftliche Diskurs verändert hat!

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Interessierte/ Vortrag und Gespräch

Referentin: Dipl.-Pol. Martina Wasserlos-Strunk ( Leiterin der Phillipus-Akademie, Kirchenkreis Gladbach- Neuss)

### **Ist die Demokratie noch zu retten?**

Spätestens seit der Wahl von Donald Trump wissen wir: Unsere liberale Demokratie ist in Gefahr. Wir haben keine Garantie, dass autoritäre Kräfte nicht auch bei uns die Oberhand gewinnen. Wie können wir die Substanz unserer Demokratie verteidigen gegen die immer lauter werdenden Verächter? Wie andere ermutigen, mitzumachen? Die Bücher „Zehn Regeln für Demokratieretter“ und „Zu Fuß durch ein nervöses Land – Auf der Suche nach dem, was uns zusammenhält“ des Journalisten und Philosophen Jürgen Wiebicke geben uns Hinweise an die Hand, mit deren Hilfe jeder jederzeit anfangen kann.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte/ Lesung und Diskussion

Referent: Gudrun Klement, FEBW

### **Ursachen von Flucht und Migration**

Mehr als 60 Mio. Menschen befinden sich derzeit weltweit auf der Flucht vor Krieg, Gewalt, Hunger und Naturkatastrophen. Die meisten von ihnen bewegen sich innerhalb der armen Länder des globalen Südens. Zunehmend kommen auch Menschen des Südens in den Globalen Norden. Dies tun sie nicht leichtfertig. Sie suchen Schutz und ein besseres Leben. Was sind die tieferen Gründe für ihren Aufbruch?

Die Veranstaltung ist kostenfrei

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / Vortrag und Gespräch

Referent Mathias Schmid, GMÖ

### **Müllvermeidung für Einsteiger**

Das Thema Müllvermeidung ist ein weitestgehend unbekanntes Feld, es geht uns aber alle an, denn die Auswirkungen bekommen wir alle zu spüren.

Warum ist Müllvermeidung wichtig? Was bedeutet eigentlich Müll? Wie kann ich loslegen, wenn ich Müll vermeiden will? Wie kann ich dabei sogar noch Geld einsparen? Und warum wird das Leben dadurch nicht ärmer, sondern reicher?

Olga lebt seit 5 Jahre „Zero Waste“ und möchte ihre Erfahrungen teilen und Fragen beantworten.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / Vortrag und Gespräch

Referentin Olga Witt, Architektin, Autorin und Mitbegründerin des  
ersten verpackungsfreien Ladens in Köln "Tante Olga"

### **„Money, money, money“ – ethischer Umgang mit (meinem) Geld**

„Wie die Menschen mit Geld umgehen, das sagt immer etwas über ihre Seele aus.“  
(Anselm Grün)

Ausgehend von einem biblisch-theologischen Zugang zum Thema „Geld“, wird der Blick auf unseren konkreten privaten Umgang mit Geld gelenkt. Welchen Stellenwert hat Geld in meinem Leben? Und welche Rolle spiele ich als „kleines Rädchen“ in einer uns umgebenden durch Geld bestimmten Welt?

Auch das Thema „Geldanlagen“ soll aus ethischer Sicht unter die Lupe genommen werden.

Zielgruppe / Veranstaltungsform                      Interessierte / Vortrag und Gespräch

Referent            Matthias Schmid, GMÖ

### **Nachhaltigkeit als sozialetisches Prinzip - heute und in Zukunft**

In diesem Vortrag werden die Grundlagen des Begriffes „Nachhaltigkeit“ erörtert. Dabei lernen die Teilnehmenden verschiedene Aspekte der Nachhaltigkeit kennen. Anschließend wird anhand von praktischen Beispielen gezeigt und diskutiert, welche Möglichkeiten es gibt, den eigenen Alltag so zu gestalten, dass Ressourcen geschont werden.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / Vortrag & Diskussion

Referent:        Frank Gennes Dipl. Sozialarbeiter/Naturpädagoge NABU-  
Stadtbeauftragter für Monheim

### **Rund um die Honigbiene**

Die steigende Zahl von Hobbyimkern belegt, dass immer mehr Menschen sich aktiv für Natur und Umwelt einsetzen.

Im Vortrag wird die Lebensweise der Bienen, das Führen eines Bienenvolkes bis hin zur Honiggewinnung anschaulich dargestellt.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / Vortrag & Diskussion

Referent:        Heinz Vogelfänger, Imker

### **Bienensterben – was steckt dahinter?**

Momentan ist es in aller Munde: Das Thema Bienensterben.

Was genau es damit auf sich hat und dass beileibe nicht nur unsere Honigbienen davon betroffen sind, darüber spricht die Monheimer Imkerin Marie Förster.

Sie zeigt nicht nur die ökologisch und wirtschaftlich wichtige Rolle der Honig- und Wildbienen auf, sondern berichtet auch über die jetzigen und zukünftigen Auswirkungen des Bienen- und Insektensterbens, sowie über vermutete und bewiesene Gründe und Ursachen.

Außerdem gibt sie Auskunft über die Maßnahmen, die jeder sofort auf Balkon, Terrasse und Garten umsetzen kann.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / Vortrag & Diskussion

Referentin: Marie Förster, Imkerin

### **Faszination Honigbiene**

Marie Förster berichtet in diesem Vortrag von ihrem abwechslungsreichen Imkeralltag.

Neben vielen wissenswerten Dingen über die Honigbiene (Wussten Sie beispielsweise, dass eine Biene für 1kg Honig sechsmal um die Erde fliegen muss?), kommen auch kurzweilige Kuriositäten und spannende wissenschaftliche Erkenntnisse nicht zu kurz.

Die engagierte Imkerin bringt außerdem Licht in das Dunkel rund um das Thema „Bienensterben“ und gibt hilfreiche Praxistipps für Balkon, Terrasse und Garten.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / Vortrag & Diskussion

Referentin: Marie Förster, Imkerin

### **Imkerin berichtet aus ihren ersten Bienenjahren**

Honigbienen liegen – vollkommen zu Recht! - absolut im Trend.

Neben ihrem köstlichen Honig übernehmen die Bienen die Aufgabe der Bestäubung vieler Nutzpflanzen, die für uns alle überlebenswichtig ist. Die Monheimer Imkerin Marie Förster berichtet aus ihren ersten Jahren mit den Bienen und erklärt, wie und wo man Grundausstattung, Bienen und erstes Fachwissen erlangen kann.

Außerdem lädt sie alle Interessierten ein, mehr über das große Thema des weltweiten Bienensterbens zu erfahren und gibt Tipps wie sie in Ihrem eigenen Garten aktive Hilfe leisten können.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / Vortrag & Diskussion

Referentin: Marie Förster, Imkerin

### **Wesensgemäßes Imkern**

Wesensgemäßes Imkern bedeutet, den Bienen ein möglichst artgerechtes und naturnahes Leben zu ermöglichen.

Im Mittelpunkt stehen dabei der Naturwabenbau sowie die Integrität des Brutnestes. Die Bienen bauen ihre Waben selbst, das heißt Verzicht auf Mittelwände, die den Bienen u.a. die Zellgröße vorschreiben. Lediglich ein schmaler Wachsenfangsstreifen weist den Bautrupps die Richtung.

Die Ordnung des Brutnestes wird nicht angetastet, es gibt keine Absperrgitter, so dass sich die Königin im ganzen Stock frei bewegen kann und das Brutnest nach Gutdünken ausweiten kann.

Die Monheimer Imkerin Marie Förster lädt ein zum gemeinsamen Blick in ihre Bienenvölker. Dabei gewährt die Bienensachverständige Einblicke in ihren Imkeralltag, berichtet Wissenswertes über die Abläufe im Bienenstock und gibt Tipps und Tricks zum Schutz unserer Insekten.

Zielgruppe / Veranstaltungsform: Interessierte / Vortrag und Anschauung

Referentin: Marie Förster, Imkerin

### **Kleine Veränderungen für eine bessere Welt**

Wenn wir unseren Planeten retten wollen, müssen wir dringend unser Konsumverhalten ändern. Aber wie kann das gelingen? Wie können wir weniger Plastikmüll produzieren? Worauf können wir beim Klamottenkauf achten? Und wie erkennt man Mikroplastik in Pflegeprodukten? In ihrem umweltfreundlichen Jahr stellt sich Journalistin und TV-Moderatorin Jennifer Sieglar monatlich einer neuen Herausforderung: von nachhaltigem Reisen bis zu umweltverträglichem Lebensmitteleinkauf. In diesem Buch schildert sie ihre spannenden Erfahrungen mit Verzicht und dem inneren Schweinehund – und liefert zahlreiche Tipps, wie wir alle durch kleine Veränderungen im Alltag viel für unseren Planeten tun können. Denn wenn viele ein bisschen was tun, kann das in der Summe Großes bewirken!

Zielgruppe/ Veranstaltungsform: Frauen/ Lesung und Gespräch

Referentin: