



Soweit nicht anders angegeben, finden nachfolgende Kurse im Bildungshaus Kloster Schöntal statt.

Meditieren und Wandern

Tage zum In-sich-Gehen und Auf-dem-Weg-Sein

Manchmal gibt es Zeiten, da haben wir das Gefühl, dass nichts mehr so recht läuft und wir nicht mehr weiterkommen. Wie finden wir wieder zur Quelle unserer Lebendigkeit zurück? Dabei wechseln sich Phasen der Stille und Meditation mit Phasen des Unterwegs-Seins in der schönen Natur rund um Schöntal ab. Impulse, gemeinsamer Austausch und die Möglichkeit zum Einzelgespräch können darüber hinaus hilfreiche Wegbegleiter sein.

So 6.09.2015, 11 Uhr – Do 10.09.2015, 13 Uhr

Elisabeth Baur, Bildungsreferentin

Jens Göltenboth, Priester, Geistlicher Begleiter

Ökumenisches Trauercafé

Der Verlust eines Menschen trifft uns und wir finden kaum Worte, um über die eigene Trauer zu sprechen. Ganz gleich um wen Sie trauern und wie lange „es“ schon her ist. Unter Gleichbetroffenen fällt ein Gespräch oftmals leichter. Einmal im Montag laden wir deshalb zum Treffen ins Trauercafé ein. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

17.09./8.10./12.11. und 10.12.2015

von 16 bis 18 Uhr (in der Sommerzeit), von 15 bis 17 Uhr (im Winter)

Ort: Demenzzentrum, Künzelsau, Frankenweg

Renate Bertsch-gut, Gudrun Schaller, Trauerbegleiterinnen

5,- € pro Nachmittag (Kaffee/Kuchen)

„Wenn es doch einmal ganz still wäre ...“

Einübung ins meditative Sitzen und Gehen

Wie ein Musikstück Pausen braucht, um klingen zu können, so brauchen wir Menschen Zeiten der Stille - um wieder zu Atem zu kommen. Unter Anleitung und eingebettet in einer Gruppe fällt es leichter, als nur auf sich selbst gestellt. Elemente eines Abends: Wahrnehmungsübungen für den Leib, zweimaliges Sitzen in der Stille mit einem Wort des Vertrauens, dazwischen meditatives Gehen. Vorerfahrungen sind nicht nötig. Einführungsabend (sehr empfohlen): Mo 14.09.2015

Weitere Termine: 21.09./5.10./19.10./2.11./16.11./30.11./14.12.2015

Mo. 19.45 bis 21 Uhr

Jens Göltenboth, Priester und Meditationsleiter

Autobiografisches Schreiben für Frauen

Mehr Klarheit im Beruf und im Leben

Kreatives Gestalten und Schreiben bieten Möglichkeiten, die Berufslaufbahn auszuleuchten, den Roten Faden und das eigene Lebensmuster zu entdecken. Methoden der Biografiearbeit und des Kreativen Schreibens, ermutigen die Teilnehmerinnen dazu, sich auf einen Erkenntnis- und Bewusstseinsprozess einzulassen und bestimmten Situationen aus ihrem Leben einen sprachlichen Ausdruck zu geben. Im Seminarverlauf werden Fertigkeiten, Fähigkeiten und Kraftpotenziale der Teilnehmerinnen sichtbar, hörbar und lesbar.

Fr. 18.09.2015, 18 Uhr – So. 20.09.2015, 13 Uhr

Mechthild Messer

Perlen der Trauer

Ein Tag für Trauernde

Wer um einen verstorbenen Menschen trauert, findet sich häufig in einem Karussell unterschiedlichster Gefühle und Stimmungen wieder. Sie reichen von Ohnmacht, Aufbegehren, Klage und Wut, über Erinnerungen an gemeinsame Zeiten, Dankbarkeit und Liebe, bis hin zur Hoffnung für den geliebten Menschen, wie für sich selber. Die zehn farbigen Perlen – aufgereiht als Kette - erinnern sowohl an Tränen als auch an das Kostbare, das jede Trauer birgt.

Sa 19.09.2015, 9.30 bis 17.30 Uhr

Gudrun Schaller, Trauerbegleiterin

Bettina Jörger, Hospizdienst Kocher/Jagst

Jens Göltenboth, Priester

Ferientag für Senioren

Sich ab und zu einen Ferientag gönnen, der Leib und Seele gut tut! Senioren aus Schöntal und Umgebung sind eingeladen, sich in den altehrwürdigen Räumen des Klosters zu erholen und bei gutem Essen verwöhnen zu lassen. Sie können zusammen mit anderen lachen, singen, erzählen, Gedächtnis trainieren und bei kreativen Angeboten frohe Gemeinschaft erleben.

Mo 21.09.2015, 9.30 bis 17 Uhr

Schw. Hildegard Oechsle, Referentin der Landpastoral

Karin Schuster, Seniorenkreisleiterin

Gisela Strommer, pädagogische Mitarbeiterin

„Bunt ist meine Lieblingsfarbe.“

Schöpferisch neue Energien freisetzen

Das Leben ist bunt. Möchten Sie mehr davon für sich entdecken und dem auch Ausdruck geben? Auf der anderen Seite kann es einem manchmal aber auch „zu bunt“ werden vom Zuviel an Angeboten, Möglichkeiten und Aufgaben.

Unsere Mittel: Gestalten mit Farben und anderen Materialien, Gespräche, Momente der Stille, Musik. Es sind keinerlei Vorkenntnisse nötig.

Fr 25.09.2015, 18 Uhr – So 27.09.2015, 13 Uhr

Monika Friess-Teuchert, Kunst- und Gestaltungstherapeutin

Jens Göltenboth, Priester

LebensFaden



Kursreihe „Mitten im Leben- aktive Vorsorge“

Die eigene Vorsorge ist wichtig, um selbstbestimmt und ohne Angst dem Alter und Sterben entgegen zu gehen. Dazu ist es notwendig sich frühzeitig zu informieren über Vollmachten,

Patientenverfügungen, wie ein Testament gemacht wird und was man vererben möchte. Es geht um medizinische und ethische Fragen und um die Kunst, mit Tod und Sterben so umzugehen, dass es dem Leben dient.

Diese Reihe lädt an vier Abenden zu diesen Themen ein und wird ganz bewusst in verschiedenen Gemeinden Schöntals angeboten:

I. Patientenvorsorge: Vollmachten, Betreuungsverfügungen und Patientenverfügungen

Was muss rechtlich geregelt sein, wenn ich mich nicht mehr äußern kann? Wer hilft mir diese Dinge zu regeln und auf den Weg zu bringen?

Mo 5.10.2015, 19.30 Uhr , Kath. Gemeindehaus Bieringen, Lindenstr. 4

Stephanie Stier; Betreuungsverein im Hohenlohekreis e.V.

Christine Grünemay-vonTils, „LebensFaden“ Caritas-Heilbronn-Hohenlohe

II. Wie die Kunst, mit dem Tod umzugehen dem Leben dient

mit Einladung zu einem besonderen Abendessen

Wenn Menschen es wagen, dem Thema „Tod“ ins Auge zu schauen, wird ihr Leben befreiter und erfüllter. Dies lässt sich immer wieder erfahren. Bei köstlichem Essen und guter Musik bekommen Sie dazu wertvolle Impulse. „Lassen Sie uns einmal über den Tod reden und gleichzeitig das Leben genießen. Sie werden sehen, es geht!“

Mo 12.10.2015, 19.30 Uhr, Seniorenzentrum Westernhausen, Schulweg 15

Sabine Focken, Pfarrerin; Bettina Jörger, Hospizdienst, Kocher-Jagst

III. Medizinische und ethische Fragen am Lebensende

Welche medizinischen Hilfen stehen mir am Lebensende zur Verfügung? Welche Überlegungen sind wichtig für meine medizinischen Behandlungswünsche? Was ist für mich Lebensqualität in dieser Lebensphase?

Mo 19.10.2015, 19.30 Uhr, Kath. Gemeindehaus Berlichingen, Hauptstr. 45

Dr. Elisabeth Schrödter, Hausärztin und Palliativmedizinerin

IV. Vererben und das Testament

Wie vererbe ich richtig? Wie gestalte ich ein Testament oder Erbvertrag? Welche finanziellen und ideellen Werte möchte ich weiter geben? Wen möchte ich bedenken und über den Tod hinaus unterstützen?

Mo 26.10.2015, 19.30, Uhr Gemeindesaal Oberkessach, Merchingerstr. 5.

Herbert Dümmler Notar a.D.

Angelika Hipp, Lebenswerk Zukunft Caritas

Kursgebühr pro Abend: 3,- €

Sie können entscheiden, ob sie an allen Abenden oder zu bestimmten Themen teilnehmen.

In Kooperation mit:

Caritas Heilbronn-Hohenlohe, Kath. Seelsorgeeinheit Schöntal,

Evang. Kirchengemeinde Schöntal; VHS Schöntal

Erziehen auf die Kesse Tour

Weniger Stress – mehr Freude

Ein Kurs für alle Interessierten mit Kindern von 2 bis 12 Jahren und ihren ganz normalen Alltagssituationen in der Erziehung.

Kinder sollen heute eigenständig, verantwortungsvoll, kooperativ und lebensfroh groß werden. Das ist ein Balanceakt, der nicht immer leicht fällt. *Kess erziehen* ermutigt zu konsequentem Handeln und vermittelt Strategien, aus beginnenden Eskalationen auszusteigen und Konflikte mit den Kindern gemeinsam anzugehen und zu lösen. Die Freude am gemeinsamen Wachsen, das liebevolle, spannende und erlebnisreiche Miteinander gewinnen an Raum. *Kess erziehen* lenkt den Blick auf die Stärken der Kinder und der Erwachsenen.

Fünf Kurseinheiten:

- Das Kind sehen - soziale Grundbedürfnisse achten.
- Verhaltensweisen verstehen - angemessen reagieren.
- Kinder ermutigen - die Folgen des eigenen Handelns zumuten.
- Konflikte entschärfen - Probleme lösen.
- Selbständigkeit fördern - Kooperation entwickeln.

Erziehung geht nicht nach Lehrbuch sondern so, wie es den Möglichkeiten der beteiligten Erwachsenen und Kindern entspricht.

Ort: Mehrgenerationenhaus, Öhringen

5 Kurseinheiten:

14.10./21.10./28.10./11.11./18.11.2015, Jew. mittwochs von 19.30 bis 21.45 Uhr

Kerstin Reimann, KESS-Leiterin, Mutter von 2 Kindern, Entspannungspädagogin,

KG: 60,- € pro Person; 90,- € pro Paar

Elternhandbuch: 7,50 €

Familien in besonderen Lebenssituationen können über das Projekt Stärke einen Zuschuss beantragen.

Oasentag

Wir laden zu einer besinnlichen „Auszeit“ ein. Impulse, Einzelbesinnung, Anleitung zu einer persönlichen Gebetszeit, Austausch, Gottesdienst sind jeweils Elemente, die zum Thema hinführen und es vertiefen.

„Ich bin so frei!“

Schön, wenn ein Mensch das von sich sagen kann. Etwa wenn es gilt, ein Geschenk dankbar anzunehmen, sich „außer der Reihe“ etwas zu gönnen, sich einmal nicht unter Druck setzen zu lassen oder manchmal erfrischend anders zu reagieren als gewohnt. Diese Freiheit haben wir vielleicht nicht immer. Aber wenn wir sie in uns spüren, dann bekommen wir eine Ahnung, um wie viel lebendiger und ungezwungener unser Leben oft sein könnte. Grund genug, sich einmal Zeit zu nehmen und genauer hinzuschauen:

Sa 17.10.2015, 9 bis 17 Uhr

Jens Göltenboth, Priester , Andrea Werz, Referentin der Landpastoral

Atem – ein Geschenk

Die heilende und unterstützende Kraft des Atems kennenlernen

Atem ist Leben. Ein gesunder Mensch hat einen ruhigen, tiefen Atem.

Im Laufe unseres Lebens werden wir jedoch fast alle zu Flachatmern. Stress, Unwohlsein, Verspannung, Schmerzen und psychosomatische Erkrankungen sind die Reaktionen. Wir entdecken unsere eigenen Stressfallen, erleben, wie wir mit dem fließenden, bewussten Atem unser Körperhaus durchlüften und so Blockaden im körperlichen und seelischen Bereich lösen können. Die erlernten Übungen lassen sich leicht in den Alltag integrieren.

Sa 24.10.2015, 9.30 bis 18 Uhr

Irene Harberding, Atemtherapeutin

Ökumenisches Taizé Gebet

In Einsamkeit beten, kann mühsam sein; das gemeinsame Gebet aber ist in seiner Schönheit eine unvergleichliche Stütze für das innere Leben. Durch schlichte Worte, Hymnen und Gesänge strahlt es verhaltene und stille Freude aus. (Frère Roger Schutz)

Herzliche Einladung zum meditative Taizé Gebet

Sonntag, 25.10.2015, 18.30 Uhr ,

Evangelische Kilians- Kirche in Kloster Schöntal.

Frauenbesinnungstag

Theresa von Avila (1515 – 1582)

Weg in die Weite - Eine Heilige für heute

Das Gedenken an den 500. Geburtstag der spanischen Mystikerin feiern wir in diesem Jahr. Diese Heilige fasziniert auch nach so vielen Jahren in vielerlei Hinsicht. Als Reformerin und Gründerin von zahlreichen Klöstern ihres Ordens und als Frau, die durch ihr Selbstverständnis einen eigenen Weg für sich und die Schwestern im Orden der „Unbeschuheten Karmelitinnen“ gefunden hat.

Durch Teresas Lebensbeschreibung und ihre verschiedenen Schriften lernen wir diese außergewöhnliche Frau und ihren geistlichen Weg kennen. Beim Blick aus heutiger Sicht auf sie und ihre damalige Welt können wir neue Impulse für unseren eigenen spirituellen Weg entdecken.

Sa 14.11.2015, 9 – 17 Uhr

Schw. Paulin Link, Referentin der Landpastoral, Elisabeth Baur, Bildungsreferentin

Kerzen verzieren für festliche Anlässe

Es ist ein schöner Brauch, Kerzen für besondere Feste nicht einfach zu kaufen, sondern selbst zu gestalten. Mit Wachsmotiven können diese individuell verziert werden. Kerzen begleiten unser ganzes Leben und besonders im Advent und an Weihnachten dürfen Kerzen nicht fehlen. Die Kursleiterin stellt für unterschiedliche Anlässe Motive vor und gibt Anleitung zum Gestalten von eigenen Ideen.

Sa 14.11.2015, 14 bis 17.30 Uhr

Schw. Hildegard Oechsle, Referentin der Landpastoral



Anmeldungen und Informationen

Kath. Erwachsenenbildung Hohenlohekreis e.V.

Klosterhof 6 · 74214 Schöntal · Tel. 07943/894-335 · Fax. 07943/894-200

E-Mail: keb-hohenlohe@kloster-schoental.de

Unser Kursangebot finden Sie auf: www.keb-hohenlohe.de