

Januar bis Juli 2013



**Freies
Bildungs
werk**

FREIES BILDUNGSWERK

für anthroposophisch orientierte Menschenkunde, Pädagogik,
soziale Lebensgestaltung und Kunst, Bochum

Staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung

Trägerverein und Anschrift:

Freies Bildungswerk e.V. Bochum

Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

(im Kulturhaus OSKAR, am Schauspielhaus)

Hauptamtliche pädagogische Mitarbeiterin (HPM): Monika Schmitz-Rainer

Tel. 0234-67661, Fax 0234-6406407

freies.bildungswerk@t-online.de

www.fbw-bochum.de

Persönlicher Kontakt/Beratung:

Das Büro ist von Montag bis Freitag durchgehend besetzt. Sollten Sie uns dennoch persönlich nicht erreichen, hinterlassen Sie bitte eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter. Wir rufen gerne zurück.

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

Bankverbindungen:

GLS Gemeinschaftsbank Bochum, Konto 17 741 210, BLZ 430 609 67

Sparkasse Bochum, Konto 330 80 79, BLZ 430 500 01



Das Leben
ist nicht ein Problem, das gelöst,
sondern
ein Geheimnis,
das gelebt werden muss.

Thomas Merton

Herzlich Willkommen!

Schön, dass Sie sich für Bildung interessieren. Da sind Sie bei uns genau richtig, denn wir haben einiges zu bieten!

Sollten Sie uns noch nicht kennen, möchten wir uns gerne vorstellen.

Das Freie Bildungswerk Bochum ist ein Ort des lebendigen Austauschs und des Lernens. Es steht für Freiheit und Offenheit gegenüber allen Menschen, Denkrichtungen und Inhalten. Wir bieten Orientierung und Denkanstöße für die Lebensgestaltung und -praxis und geben Anregung für eigene individuelle Entwicklungsfähigkeit.

Das Freie Bildungswerk ist eine Einrichtung, in der es um ein aktives Miteinander und voneinander Lernen geht, in dem das Interesse am anderen Menschen im Vordergrund steht. Grundlage ist ein spirituell geprägtes Menschenbild.

Wir bieten Kurse und berufsbezogene Fortbildungen in verschiedenen Lebensgebieten und Berufsfeldern an.

Zum näheren Kennenlernen laden wir Sie herzlich ein, uns am

Tag der offenen Tür "Bildung pur"
am Samstag, 9. Februar 2013 von 11:00 bis 16:00 Uhr
im Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

zu besuchen. Informieren Sie sich über unser neues Programm und nehmen Sie an den Schnupperangeboten unserer Kursleiterinnen und Kursleiter teil.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr FREIES BILDUNGSWERK BOCHUM

Inhaltsverzeichnis

Fortbildungen	4
Lebensgestaltung.....	14
Religiöse Bildung.....	50
Erziehung und Bildung.....	52
Körper und Bewegung.....	54
Medizin und Gesundheit.....	60
Kreativität und Bildende Kunst	62
Dozentinnen/Dozenten (Kursangebote).....	68
Dozentinnen/Dozenten (Vitae)	69
Allgemeine Geschäftsbedingungen	72
Anmeldeformular.....	73
Beitrittserklärung	75
Vorstand und Kooperationspartner	77

13 FB 001 **Intentionales Heilen**

Fortbildung und Supervision

Fachtreffen für Heiltätige aller Bereiche, HeilpraktikerInnen, BeraterInnen, TherapeutInnen aller Fachrichtungen, Pflegende, ErzieherInnen

Themenschwerpunkte:

- künstlerische Selbstreflexion
- Entwicklung
- Fallbesprechungen
- Vorträge zu Naturheilthemen
- Biografiearbeit für Therapeut und Patient

Einstieg jederzeit möglich, regelmäßige Teilnahme erwünscht

Info unter www.biografiearbeit.de/0234-9160699

Leitung: Jutta Rosenboom

Ort: Praxis für kreative Lebensgestaltung, Präsidentstr. 27,
44787 Bochum

In Kooperation mit Praxis für kreative Lebensgestaltung

**Sonntags, A: 20.01.2013, B: 17.02.2013, C: 17.03.2013, D: 21.04.2013,
E: 23.06.2013 – 10:00 Uhr bis 18:00 Uhr**

Dauer: 10 Kursstunden, 5 Treffen

Gebühr: 75 €/Monat

13 FB 002 **Fortbildung für Spiel und Bewegung in den unteren Klassenstufen**

Für LehrerInnen, ErzieherInnen und StudentInnen und Interessierte im Bereich Spielturnen

Anregungen für ein altersgemäßes Bewegungsangebot im Unterricht, im Pausen- und Ganztagsbetreuungsbereich.

Das Ziel der Fortbildung ist, sich mit den Feinheiten der menschlichen Bewegung auseinander zu setzen und deren jeweiligen Wirkungen bei sich selbst zu erleben.

Erwerb eines Abschlusszertifikats.

Praktische Inhalte:

- Reigenspiele und Tänze
- Lauf- und Fangspiele für verschiedene Altersstufen

- Koordinations- und Kooperationsspiele und
- Übungen zur Nachreifung der Körpersinne
- Faden-, Murrel- und Ballspiele
- Seilspringen, Hüpfkästchen und Umgang mit dem Reifen

Theoretische Inhalte:

Menschenkundliche Zusammenhänge und Betrachtungen der kindlichen Bewegungsentwicklung, der Frühkindlichen Reflexe und ihrer Integration sowie die Betrachtung des Zusammenhangs zwischen Bewegung und Lernen runden als theoretische Ergänzung das vornehmlich praktische Tun ab.

Eigenes Erleben der Bewegungsqualitäten durch begleitende Sequenzen mit Lohelandgymnastik

Bitte mitbringen: Gymnastikschuhe, bequeme Kleidung

Die Fortbildung umfasst 3 Wochenendmodule (je 20 Kursstunden) mit verschiedenen Schwerpunkten

jeweils von Freitag 16:30 Uhr bis Sonntag 12:30 Uhr

Einstieg jederzeit möglich

Info: Bei Anmeldung bis 6 Wochen vor Beginn des Kurses/Moduls entfallen 10% der Kursgebühr. Die Module sind auch einzeln buchbar. Erkundigen Sie sich nach der Möglichkeit eines Bildungsschecks/Prämiengutscheins.

Info unter www.renate-magin-lohelandgymnastik.de

Leitung: Renate Magin

Ort: Rudolf Steiner Schule Bochum, Hauptstr. 238, 44892 Bochum

**Freitag bis Sonntag, A: 25.01. bis 27.01.2013, B: 08.03. bis 10.03.2013,
weitere Termine im 2. Halbjahr**

Dauer: 20 Kursstunden/Modul

Gebühr: 650 € insgesamt/240 € Einzelmodul

13 FB 003 Tadelakt

Edelputz mit Charakter und Charme

Tadelakt ist eine marokkanische Putztechnik.

Ein spezieller Kalk wird als Putz aufgetragen, mit Steinen verdichtet und so auf Glanz gebracht. Tadelakt ist ein rein mineralischer Glanzputz für wasserfeste Oberflächen nach traditioneller, marokkanischer Art.

Tadelakt fängt das Licht ein, spielt mit dem Schatten und lässt verführerisch und voller Magie die Oberfläche in einer subtilen, von innen leuchtenden Farbigkeit leben.

Dieses Kalkmaterial wird im Ursprungsland Marokko jedoch nicht nur auf Wänden innen und außen verwendet, sondern auch für Fußböden, Badewannen, Duschen, auf Tischplatten und vor allem in Hammams.

Diese Fortbildung ist geeignet für Künstler, Wandgestalter, Handwerker, Maler, für Bauleute, die ökologisch bauen, und Menschen, die Lust an einer Badgestaltung ohne Fliesen haben – eigentlich für Jedermann.

Die Fortbildung umfasst ein Wochenende. Jedes Wochenende ist inhaltlich identisch. Wählen Sie Ihr Wochenende aus den angegebenen Terminen aus.

Erkundigen Sie sich nach der Möglichkeit eines Bildungsschecks/Prämiengutscheins

Leitung: Kaveh Ziapour

Ort: art-noon Atelier für Kunst und Kreativität,
Hermannshöhe 7, 44789 Bochum

Samstag/Sonntag, A: 26.01. bis 27.01.2013, B: 23.02. bis 24.02.2013, C: 23.03. bis 24.03.2013, D: 27.04. bis 28.04.2013, E: 25.05. bis 26.05.2013, F: 08.06. bis 09.06.2013 – 10:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Dauer: 18 Kursstunden/Wochenende

Gebühr: 275 € inkl. Material/Wochenende

Wollen Sie sich verändern und Ihr persönliches Auftreten im Alltag verbessern? Erforschen und entdecken Sie Ihren Körper als verlässliche Inspirationsquelle und stabile Basis für Bewegung: Ausgehend von den Ritualen und der Disziplin der Bewegungsabläufe im Yoga nähern wir uns über den Körper dem Gefühl von flow – der fließend organischen Bewegung im Raum.

Es geht dabei nicht um das Erlernen einer Tanztechnik als vielmehr um das Erkennen und Erleben physikalischer Kräfte im Einklang mit den anatomischen und emotionalen Möglichkeiten, die die Qualität unseres individuellen Ausdrucksvermögens bedingen. Auch wenn wir uns dessen nicht immer bewusst sind, auch in alltäglichen Bewegungsabläufen stecken Ansätze für kommunikative, spielerische Momente, in denen man der eigenen Vitalität Ausdruck verleihen kann und dabei dennoch in sich ruht.

Bekommen Sie eine Idee von individuellen Erlebens- und Wirkungsweisen und ein Gespür für die Integration scheinbarer Gegensätze, wie u.a. Funktionalität und Ausdruck. Über ausgewogene Übungs- und Spielangebote erhalten Sie eine Anleitung zur Exploration eigener Körpererfahrungen und ausgiebig Gelegenheit, Ihren eigenen persönlichen Weg darin zu bahnen.

Zielgruppe: Berufsgruppen mit therapeutischem, pädagogischem oder künstlerischem Hintergrund und alle Interessierten

Erkundigen Sie sich nach der Möglichkeit eines Bildungsschecks/
Prämiengutscheins

Leitung: Sabine Simon

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

**Freitag/Samstag, 08.02. bis 09.02.2013, 08.03. bis 09.03.2013,
05.04. bis 06.04.2013, 31.05. bis 01.06.2013 –
Fr. 18:00 Uhr bis 21:00 Uhr, Sa. 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr**

Dauer: 32 Kursstunden

Gebühr: 360 €/90 € Einzelmodul

13 FB 005 Fortbildung zur Lehrkraft für Kreistanz

Kreistänze sind in allen Kulturen zu finden. Sie sind durch beschwingte Schrittfolgen leicht zu erlernen, verbinden eine Personengruppe sofort spürbar miteinander und können überall eingesetzt werden: in der Kinder- und Jugendarbeit, in der Erwachsenenbildung, in der Arbeit mit Senioren, im gesamten Wellness- und Fitnessbereich, in Kur- und Rehakliniken und zur Salutogenese.

Kreistänze eignen sich als verbindender Auftakt oder am Ende von Seminaren, da sie ein gemeinsames Erleben schaffen – ohne Konkurrenz und Hierarchie.

Zielgruppe: Diese Fortbildungsreihe richtet sich vorzugsweise an Berufsgruppen aus dem Gesundheitswesen, dem Sport- und Fitnessbereich und an Menschen, die mit Gruppen jeglicher Art, in Schulen, Kirchengemeinden oder anderen pädagogischen oder therapeutischen Zusammenhängen arbeiten. Darüber hinaus sind natürlich alle, die ein neues, lustvolles Tanzerlebnis kennen lernen wollen, herzlich eingeladen!

Die Fortbildung umfasst 5 Wochenenden mit je 15 Kursstunden sowie ein Wochenende mit 12 Kursstunden für die Abschlussprüfung. Sie endet mit dem Zertifikat „Lehrkraft für Kreistanz“. Die TeilnehmerInnen erwerben die Befähigung, die Tänze inhaltlich und methodisch weiterzugeben.

**A-E: Fr 17:00-19:30 Uhr, Sa 10:00-16:00 Uhr,
So 09:30-14:00 Uhr**

F: Sa 10:00-16:00 Uhr, So 09:30-14:00 Uhr

A: Teil I Basiskurs (Entscheidungswochenende)

- Fundierte Vermittlung vielfältiger Tänze (meditativer Tanz, Tänze der Völker)
- Erarbeiten eines kleinen Tanzrepertoires für das eigene Berufsleben
- Tanzdidaktik und Tanznotation
- Hilfen beim „stressfreien“ Anleiten von Tänzern

B: Teil II

- Tänze im Jahreskreislauf: Frühling
- Tänze als Anfangs- und Schlussritual
- Tanzdidaktik und Tanznotation, Reflexion von Einsatzmöglichkeiten

C: Teil III

- Tänze im Jahreskreislauf: Sommer
- Tänze der Völker; Symbolgehalt, politische und kulturelle Hintergründe
- Tanzen und Singen
- Rhythmik, Didaktik und Tanznotation

D: Teil IV

- Tänze im Jahreskreislauf: Herbst
- Tänze zum Lebensweg und Lebensübergängen
- Tänze für Feste und Feierlichkeiten
- „Lustvoll Gruppen leiten“, Tanznotation

E: Teil V

- Tänze im Jahreskreislauf: Winter
- Das Heilende im Tanz: Bachblüten und andere meditative Tänze
- Entwicklung und Festigung der Identität der Tanzleiterin/des Tanzleiters
- Tanzdidaktik und Tanznotation, Reflexion von Einsatzmöglichkeiten

F: Abschlussprüfung

- Erwerb des Zertifikats „Lehrkraft für Kreistanz“

Begrenzte Teilnehmerzahl. Erkundigen Sie sich nach der Möglichkeit eines Bildungsschecks/Prämiengutscheins.

Leitung: Conny Foell

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

**A: 22.02. bis 24.02.2013, B: 26.04. bis 28.04.2013,
C: 28.06. bis 30.06.2013, D: 20.09. bis 22.09.2013,
E: 08.11. bis 10.11.2013, F: 14.12. bis 15.12.2013**

Dauer: 87 Kursstunden

Gebühr: 900 €

13 FB 006 Fortbildung Biografiearbeit und Biografieberatung

Die Fortbildung umfasst sieben Module, die einzeln gebucht werden können und in sich abgeschlossen sind. Sie können sich für jeden Abschnitt unabhängig anmelden, der Sie interessiert und persönlich weiterbringt.

Die Fortbildung richtet sich an Menschen, die sich im Bereich Beratung und Gruppengestaltung, Kursen oder Workshops mit dem Schwerpunkt Biografiearbeit weiterbilden wollen.

Grundstufen für alle Interessent(inn)en

Grundstufe I Lebendiger Lebenslauf, Selbsterfahrung

Für alle Interessierten offen, auch für jene, die die Effektivität und Wirkung von Biografiearbeit kennen lernen wollen. Es erwartet Sie eine interessante, lebendige Spurensuche mit überraschenden Auswirkungen auf den privaten und beruflichen Alltag.

Zielgruppe: Menschen, die sich für ihren Lebensweg als solchen interessieren, die Zusammenhänge verstehen und Veränderungen möglich machen wollen; Menschen, die auf Grund wiederkehrender Ereignisse Fragen an den eigenen Lebenslauf haben und diesen gestalten wollen, sowie Menschen, die an biografischer Beratungsarbeit Interesse haben und im Bereich Biografiearbeit beruflich tätig werden wollen.

**Samstags, 09.03., 20.04., 18.05., 22.06. und 20.07.2013 –
10:00 Uhr bis 18:30 Uhr**

**Weitere Termine: 21.09., 19.10., 16.11.2013, 18.01.2014
und 22.02.2014**

Grundstufe II Beziehungen und Beziehungsnetze

Für Absolventen der ersten Stufe. Es geht um alle Formen von Beziehungen, wie sie ergriffen, gestaltet, gepflegt und beendet werden. Auch für Interessierte, die sich speziell für Themen der Paar- und Familientherapie mit Methoden der Biografiearbeit interessieren.

Grundstufe III Beruf und Visionen

Für alle Menschen, die dem eigenen Leben Raum für Visionen, Träume und Wünsche geben möchten und darüber hinaus ein Eignungsprofil für sich oder andere erstellen wollen. Zukunftsgestaltende Kräfte werden gefördert und angeregt: Ihre – auch die noch schlummernden – Potentiale sollen geweckt werden.

Aufbaustufen für Berater in Ausbildung

Beratungskompetenz

Praktische Übungen, Supervision und das Handwerkszeug, das Sie für kompetente Beratung brauchen: u.A. Gesprächsführung, helfendes Gespräch, Beratungstechnik, verschiedene Beratungsansätze, Videoanalysen, Settings, betriebswirtschaftliche und gesetzliche Grundlagen.

**23.03.+24.03., 25.05.+26.05., 13.07.+14.07.2013 –
10:00 Uhr bis 19:30 Uhr**

Weitere Termine: 26.10.+27.10.2013

Psychopathologie

Psychopathologischer Grundkurs für Berater und Heilpraktiker i.A., Sicherheit bei schwierigen Gesprächen, erkennen und bewältigen von Beratungssituationen, Notfälle, Grenzen von Beratung, Therapie und Coaching. Grundlagen im Erkennen psychischer Störungen anhand des ICD-10

Anthroposophie

Fachtermini und Biografiearbeit auf anthroposophischer Basis, Wissens- und Methoden-Kenntnisse mit Übungen, Grundlagen für die Aufnahme in den Berufsverband BVBA in Berlin.

Supervision

20 Kursstunden Supervisionsgespräche mit eigenen Klienten.

Info unter www.biografiearbeit.de/0234-9160699

Begrenzte Teilnehmerzahl. Erkundigen Sie sich nach der Möglichkeit eines Bildungsschecks/Prämiengutscheins. Im Januar und Februar kostenlose Informationsabende.

Leitung: Jutta Rosenboom

Ort: Praxis für kreative Lebensgestaltung, Präsidentstr. 27,
44787 Bochum

In Kooperation mit Praxis für kreative Lebensgestaltung

Samstags, 09.03.2013 – 10:00 Uhr bis 18:30 Uhr

Dauer: 90 Kursstunden, 9 Treffen/Jahr/Grundstufe
Gebühr: 93 €/Monat inkl. Material u. Verpflegung

80 Kursstunden/Aufbaustufe, 81 €/Monat inkl. Material u. Verpflegung

13 FB 007 Fortbildung Lebensberatung und Biografiearbeit

Andere Menschen in ihren Lebensfragen in hilfreicher Weise zu begleiten und zu beraten ist eine anspruchsvolle Aufgabe. Diese Fortbildung in der Kunst der Lebensberatung richtet sich an Menschen, die diese Aufgabe schon ergriffen haben oder in näherer Zukunft ergreifen wollen und dafür Anregungen und Unterstützung suchen.

Das Besondere dieser Fortbildung ist, dass nicht nur eine Reihe der fruchtbarsten Methoden der Beratungsarbeit vermittelt werden, sondern dass auch Gesichtspunkte erarbeitet werden, in welcher Situation welche Methoden geeignet sind und wie die verschiedenen Methoden sich gegenseitig unterstützen.

A. Folgende Methoden bzw. Themen werden erarbeitet:

- Biografiearbeit
- Focusing
- Voice Dialogue (Dialog mit den inneren Stimmen)
- Sinnvoller Umgang mit Gefühlen (Emotionale Intelligenz)
- Umgang mit Konflikten
- Übungen zur Stärkung des Ichs und der Seelenkräfte Denken, Fühlen, Wollen
- Entfaltung imaginativer Fähigkeiten
- Ziele erreichen mit der Kreationsspirale
- Wege zum erfüllten Leben und zum Glück

B. Selbsterfahrung und Selbsterkenntnis werden durch die Arbeit mit diesen Methoden ermöglicht und gefördert. Problematische Lebensmuster lösen sich Schritt für Schritt auf und Verwandlungsprozesse kommen in Gang, hin zu wesentlichen Lebensimpulsen, Herzenswünschen und Zielen.

C. Die sieben Schritte der Beratungsarbeit vom ersten Kontakt mit dem Klienten bis zum Beenden des Beratungszyklus werden vermittelt und in Partnerarbeit eingeübt.

D. Ein monatliches individuelles Coaching durch den Seminarleiter ist ein weiterer Bestandteil der Fortbildung. Dieses unterstützt die Integration der an den Seminartagen aufgenommenen Inhalte und Methoden und gibt differenzierte Anregungen für die Einzelarbeit jeder Teilnehmerin/jedes Teilnehmers.

Info unter 0234-3848340

Erkundigen Sie sich nach der Möglichkeit eines Bildungsschecks/
Prämiegutscheins

Leitung: Bruno Martin

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

**Sonntags, A: 21.04.2013, B: 12.05.2013, C: 23.06.2013 –
10:00 Uhr bis 17:00 Uhr**

weitere Termine im 2. Halbjahr 2013

Dauer: 72 Kursstunden/9 Treffen + 9 individuelle Coachings (je etwa 90 Min.)

Gebühr: 80-120 €/Monat nach Selbsteinschätzung

**Teilzeitkurs
Waldorf-Pädagogik**

▲ anerkennungsfähig

Beginn: 20. Oktober 2012
Dauer: 3 Jahre

dienstags - vormittags oder
nachmittags - plus
4 Intensiv-Wochenenden
pro Jahr

NEU!

www.teilzeit.wittenannen.net

Intensiv-Studium (Vollzeit)
Einjährige Qualifizierung zum/zur

**Waldorflehrer/in für
Klassen | Fach | Oberstufe**

▲ Postgraduierten Studium

in Kooperation mit
Alanus Hochschule Bonn
Lehrerseminar Kassel
VHS Witten|Wetter|Herdecke

▲ Bildungsgutschein (AZWV)

NEU!

www.wittenannen.net

**WITTENANNEN
INSTITUT FÜR
WALDORF-
PÄDAGOGIK**

Ammer Berg 25, 58454 Witten, Tel. 02303-96730, info@wittenannen.net

13 0 100 Körperbotschaften der Seele

... vom achtsamen Umgang mit unseren Körpersymptomen

Der amerikanische Psychotherapeut Eugene T. Gendlin stellte bei seiner Arbeit fest, dass Menschen, die gut mit Krisen und Problemen umgehen können, offenbar über eine andere Art der Selbstwahrnehmung verfügen. Sie achten auch auf körperliche Empfindungen und äußern sich nicht nur theoretisch oder abstrakt über ihre Lage.

Auf Basis dieser Beobachtungen entwickelte er eine Methode, diese Art der liebevollen Selbstwahrnehmung zu lehren: Focusing. Unsere Alltagssprache belegt unbewusst, dass Seelisches sich oft in Körpersymptomen ausdrückt: „Das geht mir an die Nieren!“ ist nur eines von vielen Beispielen dafür. Unser Körperwissen wollen wir in diesem Seminar erforschen und so Licht ins Dunkel unserer Empfindungen bringen.

Leitung: Volkmar Scholta-Molnár

Ort: Praxis für Psychosynthese und transpersonale Psychologie
Kulturhaus OSKAR (1. OG), Oskar-Hoffmann-Str. 25,
44789 Bochum

**Donnerstags, 10.01.2013, 24.01.2013, 07.02.2013, 21.02.2013,
07.03.2013, 21.03.2013, 04.04.2013, 18.04.2013, 02.05.2013,
16.05.2013, 13.06.2013, 27.06.2013, 11.07.2013 und 25.07.2013 –
19:00 Uhr bis 21:15 Uhr**

Dauer: 42 Kursstunden, 14 Treffen, 14-tägig

Gebühr: 195 €

Sie erhalten die Möglichkeit, diese dialogische und prozessorientierte Aufstellungsarbeit praktisch kennen zu lernen. Ausgangspunkt der Arbeit bildet jeweils die Frage einer Teilnehmerin/eines Teilnehmers.

Die für die Frage relevanten Positionen werden durch Vertreterrollen im Raum dargestellt und ggf. durch weitere, sich während der Arbeit zeigende Positionen ergänzt. So entsteht nach und nach ein aussagekräftiges Abbild des inneren Zustandes und den mit ihm in Verbindung stehenden Menschen, Ursachen und Wirksamkeiten.

Im anschließenden Dialog und ggf. Rollentausch mit den einzelnen Vertreterpositionen werden Selbsterkenntnis, Wandlung, Erlösung und Integration ermöglicht. Aus den Bewusstseinskräften des fragenden Menschen entsteht so eine neue harmonische, gesunde und entwicklungsfördernde Ordnung im Innen und Außen.

Bitte mitbringen: Eine Kleinigkeit für das Pausenbuffet

Leitung: Annette Geersen

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

**Sonntag, A: 13.01.2013, B: 03.02.2013, C: 24.03.2013, D: 14.04.2013,
E: 26.05.2013, F: 23.06.2013, G: 21.07.2013 – 14:00 Uhr bis 18:30 Uhr**

Dauer: 5 Kursstunden/Treffen

Gebühr: 75 € eigene Aufstellung, 15 € Stellvertreter

13 0 102 Anthroposophische Meditationswerkstatt Bochum-Witten

Wie überall in der Anthroposophie geht es ihr auch in der meditativen Arbeit nicht um eine „Weisheit vom Menschen“, sondern um ein „Bewusstsein des eigenen Menschseins oder Menschentums“. Dieses Bewusstsein meditativ zu verstärken, erfordert von jeder Teilnehmerin/jedem Teilnehmer Mut. So jedes Mal den Mut, sich folgenden drei Fragen zu stellen, und den Mut, übeud eine Antwort auf sie zu suchen:

- Wie weit gelingt es mir, indem ich mich auf etwas in der Welt der Sinne konzentriere, von mir selbst loszukommen?
- Wie weit werde ich für einen übersinnlichen Inhalt empfänglich, indem ich selber an mir arbeite?
- Wie weit halte ich mich wach, wenn ich mich mit der Welt des Geistes verbinde?

Durch die gemeinsame Arbeit in Übungen und Gesprächen möchte die Meditationswerkstatt Bochum-Witten zu einer spirituellen Kulturtechnik beitragen. Diese wird für ein künftiges Menschentum genauso notwendig sein, wie für das Menschsein der Gegenwart die Kulturtechnik des Schreibens und Lesens. Ziel bei allem Bemühen ist, dass nach und nach jeder Teilnehmende – seinem Leben und seiner Individualität gemäß – durch sein spirituelles Ringen aus eigener Initiative an dem geistigen Fortschritt der Menschheit mitarbeiten kann.

Leitung: Christof Lindenau
Ort: VorRaum der Puppenbühne Karfunkelstein,
Wittener Straße 92, 44789 Bochum

Dienstags, 15.01.2013 bis 26.02.2013 – 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr

Dauer: 14 Kursstunden, 7 Treffen

Gebühr: Kostenlos

**Edel sei der Mensch,
hilfreich und gut!
Denn das allein
unterscheidet ihn
von allen Wesen,
die wir kennen.**

Johann Wolfgang von Goethe

Geld ist Gestaltungsmittel für Kultur und Bildung —
wenn wir es gemeinsam dazu machen.

www.gls.de

GLS Bank
das macht Sinn 

13 0 103 Nada Yoga Anfängerkurs*Klang als Weg in die Stille*

Das Yoga des Klanges steht in direkter Verbindung zur indischen Auffassung eines aus Klang geborenen Universums (Nada Brahma). Dieser Kurs bietet eine Einführung in die tiefen Zusammenhänge von Mensch und Musik, die Arbeit mit den »sieben Tönen des Lichts« und praktische Erfahrungen mit bewusstem Lauschen, Stimmarbeit und Klang-Meditation.

Musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

A: 17.01.2013 Kostenlose Einführung

B: 31.01.-21.03.2013

Leitung: Claas Hanson

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

Donnerstags, A: 17.01.2013, B: 31.01.2013 – 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr

Dauer: 16 Kursstunden, 8 Treffen

Gebühr: 80 €



(Mit) Leichtigkeit leben

Einführung in die F.M. AlexanderTechnik

13 0 104

Die alltägliche Intelligenz der Sinne

Es gibt einen verborgenen Sinn für Eigenwahrnehmung. Mit Hilfe dieses sogenannten Propriozeptionssinnes wissen wir, wo wir sind (Ort), wieviel Spannung, Druck und Anstrengung wir ausüben (Tonus), wie wir uns bewegen (Koordination), was wir empfinden (Gefühl) und als wen wir uns empfinden (Identität). Sobald unsere Eigenwahrnehmung sich vertieft, werden wir wacher und lebendiger. (Text AlexanderAlliance)

AlexanderTechnik ist ein Übungsweg, mit dem der propriozeptive Sinn geschult wird. Dies vollzieht sich sehr praktisch anhand von alltäglichen Aktivitäten (wie z. B. Hinsetzen und Aufstehen) oder auch an spezialisierteren Tätigkeiten (wie Singen oder ein Instrument spielen).

Der Kurs richtet sich an Menschen mit Schmerzen oder Haltungsfragen, an Menschen mit Repräsentationspflichten oder aus Gesundheitsberufen.

A: 17.01.-14.02.2013

B: 21.02.-21.03.2013

C: 11.04.-16.05.2013

D: 23.05.-27.06.2013

Leitung: Irene Schlump

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

**Donnerstags, A: 17.01.2013, B: 21.02.2013, C: 11.04.2013, D:
23.05.2013 – 18:15 Uhr bis 19:45 Uhr**

Dauer: je 10 Kursstunden, 5 Treffen

Gebühr: 60 €/15 € Einzeltermin

13 0 105 Träume verstehen lernen!

„Ein unverstandener Traum ist wie ein ungelesener Brief.“ C. G. Jung

Träume sind die verschlüsselte Bildsprache unseres Wissens über uns selbst. Beachten und beobachten wir sie, schärft das unsere Wahrnehmung dafür, was jetzt gerade in unserem Leben dran ist oder was wir in unserem Leben nicht genügend zum Ausdruck bringen. Manchmal sind sie auch ein Hilferuf der Seele, die unsere Aufmerksamkeit braucht! Ihre Botschaften locken uns, ein authentischeres, erfüllteres und glücklicheres Leben zu führen. Im Seminar werden wir gemeinsam unsere eigene Traumsprache erforschen, um zu verstehen, was unsere Seele uns durch den Traum sagen möchte.

Anhand konkreter Träume oder induzierter Traumreisen mit den TeilnehmerInnen wollen wir versuchen, den tieferen Sinn unserer Beobachtungen mit kreativen Methoden zu erforschen.

Leitung: Volkmar Scholta-Molnár

Ort: Praxis für Psychosynthese und transpersonale Psychologie
Kulturhaus OSKAR (1. OG), Oskar-Hoffmann-Str. 25,
44789 Bochum

**Donnerstags, 17.01.2013, 31.01.2013, 14.02.2013, 28.02.2013,
14.03.2013, 28.03.2013, 11.04.2013, 25.04.2013, 09.05.2013, 23.05.2013,
06.06.2013 und 20.06.2013 – 19:00 Uhr bis 21:15 Uhr**

Dauer: 36 Kursstunden, 12 Treffen, 14-tägig

Gebühr: 195 €

13 0 106 Sich halten im Alltag

Äußere und innere Stressoren — sich distanzieren und durchatmen — mit Gefühlen und Körperwahrnehmungen achtsam sein — Fantasiereisen und Meditationen — die eigene „Quelle“.

Leitung: Achim Weiser

Ort: Psychologische Praxis A.Weiser, Bahnhofstr. 25,
58452 Witten

**Dienstags, 22.01.2013, 12.02.2013, 05.03.2013, 16.04.2013, 07.05.2013,
28.05.2013, 18.06.2013 – 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr**

Dauer: 14 Kursstunden, 7 Treffen

Gebühr: 105 €

Inhalte dieses Seminars bilden systemische Annahmen, Haltungen und Ziele sowie die Ausrichtung auf die Entwicklung professioneller Fähigkeiten, um dialogisches, prozessorientiertes und kreatives Gestalten in Beratungssequenzen zu ermöglichen.

Info: Für Teilnehmende der Gesamtbildung 2012 beträgt die Gebühr 100 €.

Leitung: Annette Geersen

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

**25.01.2013 bis 27.01.2013 – Fr. 17:00 Uhr bis 20:00 Uhr,
Sa. 09:30 Uhr bis 17:00 Uhr, So. 09.00 Uhr bis 12:00 Uhr**

Dauer: 16 Kursstunden

Gebühr: 150 €/130 €/100 €



DIE JOHANNES-
KIRCHE BOCHUM
VON HANS
SCHAROUN



SPENDENAUF RUF :

Rettet ein Bochumer Kleinod

Die Johanneskirche von Hans Scharoun muss renoviert werden
Info: www.scharoun-kirche.de

So spenden Sie:

Dachstiftung für individuelles Schenken

Kto-Nr. 103700800

bei der GLS-Gemeinschaftsbank eG.

BLZ 43060967

Verwendungszweck „Initiative Scharoun-Kirche“

13 0 108 **Selbstsicherheitstraining – Sich seiner selbst sicher sein!**

Eigene Forderungen stellen, einmal Nein sagen, wo Sie bisher Ja sagten, eigene Interessen gegen den Widerstand anderer vertreten, das fällt Ihnen schwer?

Dahinter stehen grundsätzliche Einstellungen, die wir entdecken und verändern wollen. Mit Methoden der Psychosynthese lernen Sie mehr und mehr, Ihre Meinung selbstbewusst zu vertreten, Erfolg zu genießen und Misserfolge als Lernprozesse anzunehmen und daran zu reifen.

Wir arbeiten mit den Methoden der Psychosynthese, z.B. mit dem Symbol des inneren Kindes, Focusing nach E. Gendlin, Imagination und Verkörperung, Identifikation und Disidentifikation.

03.02.2013, 09:30-13:30 Uhr

24.02.2013, 14:30-18:30 Uhr

14.04.2013, 09:30-13:30 Uhr

05.05.2013, 09:30-13:30 Uhr

02.06.2013, 09:30-13:30 Uhr

23.06.2013, 14:30-18:30 Uhr

Leitung: Volkmar Scholta-Molnár

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

Sonntags, 03.02.2013 – 09:30 Uhr bis 13:30 Uhr

Dauer: 30 Kursstunden/6 Treffen

Gebühr: 180 €

Unsere Gefühle und Empfindungen, unser Gespür und unsere Intuition können uns in sehr differenzierter Weise Orientierung bieten, z.B. bei der Verwirklichung von Wünschen und Zielen, bei der Lösung von Problemen, bei Konflikten mit anderen Menschen oder bei Entscheidungsfragen. Emotionale Intelligenz ist die Fähigkeit, diese Orientierung für die eigenen Lebensfragen fruchtbar werden zu lassen.

Inzwischen gibt es eine ganze Reihe von Methoden, um den eigenen Kontakt zur emotionalen Intelligenz, zu der wir alle Zugang haben, zu verstärken. Unser Leben kann dadurch vielfältiger, erfüllter und erfolgreicher werden. In diesem Abendkurs werden wir lernen, einige dieser Methoden für unsere Alltagsprobleme zu nutzen, aber auch für unsere darüber hinaus gehenden Wünsche, Absichten und Ziele.

A: 05.02.2013 Kostenloser Einführungsvortrag mit Gespräch

B: 19.02.-19.03.2013

Leitung: Bruno Martin

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

Dienstags, A: 05.02.2013 – 20:00 Uhr bis 21:15 Uhr,

B: 19.02.2013 – 19:00 Uhr bis 21:15 Uhr

Dauer: 15 Kursstunden, 5 Treffen

Gebühr: 60-90 € nach Selbsteinschätzung



WACHSWERK

...Therapie mit Wärme!

Bienenwachs und wärmende Wickel

natürlich und wohltuend – z. B. HustenBrustWickel |

SchlafSchönWickel | BienenwachsBrustWickel

WACHSWERK

Dirk-Hinrich Otto · Schmachtenbergstr. 172 · D-45219 Essen-Kettwig

www.wachswerk.de · info@wachswerk.de

13 0 110 Biografiearbeit

Aufgrund unserer Einstellungen und durch unsere Handlungen senden wir Botschaften in die Welt. Die Antworten darauf können wir erkennen in Verhaltensweisen Anderer gegenüber uns und in sonstigen äußeren Schicksalsereignissen, die uns erfreuen oder die wir erdulden müssen. Die Welt spiegelt uns. An ihren Rückmeldungen werden wir uns dessen bewusst, was in uns lebt.

In der Biografiearbeit befassen wir uns mit folgenden Fragen: Was sind die „roten Fäden“ in meinem Leben? Welche Arten von Ereignissen geschehen mir immer wieder und weshalb? Welche Menschen ziehe ich durch mein Verhalten an? Welche z.T. unbewussten Einstellungen („Glaubenssätze“) bestimmen mich? Wie gehe ich mit Gefühlen um? Wie kann ich den Reichtum, die Fülle der Welt intensiver erleben und genießen? Wie kann ich zu einem wirkungsvolleren Handeln gelangen?

Wir selbst sind in einem viel größeren Maße Gestalter unseres Schicksals, als wir das im Alltag vermuten.

A: 07.02.2013 Kostenloser Einführungsvortrag mit Gespräch

B: 21.02.-21.03.2013

Leitung: Bruno Martin

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

Donnerstags, A: 07.02.2013 – 20:00 Uhr bis 21:15 Uhr,

B: 21.02.2013 – 19:00 Uhr bis 21:15 Uhr

Dauer: 15 Kursstunden, 5 Treffen

Gebühr: 60-90 € nach Selbsteinschätzung

 (02 34) **1 60 46**
Fax **1 60 49**

HENNERKES

Neon Schilder Beschriftungen
Entwurf Herstellung Montage
mit Elektrozulassung
Reparatur - Schnelldienst

Kohlenstraße 199-201, 44793 Bochum

Licht +
Werbung

Fachbetrieb für Werbetechnik

Warum es nie zu spät ist für eine glückliche Kindheit!

13 0 111

Oder: Vom Wunder liebevoller später Beelterung

Wir werden im Seminar dem tieferen Sinn und der weitreichenden Bedeutung des Seminarartitels nachspüren. Wir erfahren, ob wir uns selbst im Tiefsten lieben und uns so annehmen, wie wir wirklich sind, oder ob wir uns eher kritisch und streng, fordernd und unzufrieden anschauen.

Wir versuchen immer mehr den Weg zu einem annehmenden und wertschätzenden Blick auf uns selbst zu gehen und zu erleben, was uns bisher davon abhielt, eine gesunde Selbstliebe zu entwickeln.

So entsteht schließlich eine Ahnung und ein immer tiefer empfundenes Wissen darüber, welche bereichernde, aber auch verhin-dernde Gestaltungskraft das Kind, das wir waren, in uns hat.

Wir arbeiten mit den Methoden der Psychosynthese, z.B. mit dem Symbol des inneren Kindes, Focusing nach E. Gendlin, Imaginati-on und Verkörperung, Identifikation und Disidentifikation.

10.02.2013, 09:30-13:30 Uhr

17.03.2013, 14:30-18:30 Uhr

07.04.2013, 09:30-13:30 Uhr

28.04.2013, 14:30-18:30 Uhr

09.06.2013, 09:30-13.30 Uhr

14.07.2013, 09:30-13:30 Uhr

Leitung: Volkmar Scholta-Molnár

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

Sonntags, 10.02.2013 – 09:30 Uhr bis 13:30 Uhr

Dauer: 30 Kursstunden, 6 Treffen

Gebühr: 180 €

13 0 112 Meditatives Zeichnen/zeichnerische Wahrnehmungsschulung

In diesem Seminar wird durch die meditative Zeichenmethode unsere Wahrnehmung geschult. Aus dieser ganzheitlichen meditativen Erfahrung heraus wird das Wesen des zu betrachtenden Gegenstandes erfasst und zum Ausdruck gebracht.

Das Seminar eignet sich vor allem für Menschen, die ihr zeichnerisches Potenzial noch nicht entdeckt haben und gerne immer wieder die Aussage bedienen: „Ich kann nicht zeichnen“. Doch auch für Menschen mit zeichnerischer Erfahrung ist das Seminar geeignet. Alle Termine sind einzeln buchbar.

Leitung: Kaveh Ziapour

Ort: art-noon Atelier für Kunst und Kreativität,
Hermannshöhe 7, 44789 Bochum

**Sonntag, A: 10.02.2013, B: 10.03.2013, C: 07.04.2013, D: 12.05.2013,
E: 07.07.2013 – 10:00 Uhr bis 17:00 Uhr**

Dauer: 8 Kursstunden/Treffen

Gebühr: 70 €/Termin inkl. Material

13 0 113 Labyrinth – heilende Wege

Das Labyrinth ist kein Irrweg, sondern ein Weg in die Mitte. Er wird zum Spiegelbild des eigenen Lebensweges. Auch das Leben verläuft nicht immer geradlinig, sondern ist verschlungen. Manchmal eng und manchmal einfach zu gehen.

Das Labyrinth fordert uns heraus, unseren eigenen Lebensweg zu betrachten, und birgt heilende und kraftvolle Aspekte sowie meditative und Stress reduzierende Elemente.

Inhalte sind u.a. Ressourcenarbeit, Biografiearbeit, Entspannungsübungen und kreative Prozesse. Ziel des Seminars ist es, mit sich selbst in Kontakt zu treten, Stress abzubauen, Ressourcen zu aktivieren und diese Erfahrungen in den Alltag zu integrieren.

Leitung: Andrea Herzog-Hausberg, Silke Reinshagen

Ort: Praxis Kunsttherapie Hattingen, Obermarkt 7,
45525 Hattingen

Donnerstags, 07.03.2013 bis 20.06.2013 – 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr

Dauer: 24 Kursstunden, 12 Treffen

Gebühr: 160 € insgesamt, 40 €/Monat

Was wir gut kennen und können: wahrnehmen – einordnen – beurteilen – planen – kalkulieren – kontrollieren, auch uns selbst – zielgerichtet, sachgerecht und angemessen agieren...

Die Erfahrung, dass wir so befähigt unsere Alltagsaufgaben bewältigen können, trägt nicht mehr. Immer häufiger stehen wir vor Situationen, für deren Bearbeitung es noch keine erprobten Strategien gibt. Ihre Handhabung braucht neue Griffe: staunen – erkunden – ertasten – aus dem Nicht-Wissen heraus – Wagnisse eingehen – aufmerksam sein: wo will ES hin – Mut zum Scheitern.

In solchen Qualitäten lebt das Kind, der Clown, der Künstler.

Wir wollen uns an diesem Wochenende an die Quellen neuer Gestaltungskräfte herantasten, unvermutete, erahnte, schon entdeckte, sprudelnde. Im Wagnis, den festen Boden zu verlassen, können wir ein neues Stehen, wache Präsenz erleben.

Bewegung, Improvisation und freier künstlerischer Ausdruck stehen im Mittelpunkt der Arbeit.

Bitte bequeme Kleidung und Schuhe mitbringen. Gerne auch bunte Tücher, Hüte, Kleidungsstücke für die Improvisation.

Info: Für Teilnehmende der Gesamtfortbildung 2012 beträgt die Gebühr 100 €.

Leitung: Karola Müller, Annette Geersen

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

**15.03.2013 bis 17.03.2013 – Fr. 17:00 Uhr bis 20:00 Uhr,
Sa. 09:30 Uhr bis 17:00 Uhr, So. 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr**

Dauer: 16 Kursstunden

Gebühr: 150 €/130 €/100 €

Individuelle Weiterbildung auf Wunsch

Sie möchten sich als Gruppe in einem bestimmten Bereich weiterbilden? Kein Problem! **Rufen Sie an!** Das FBW übernimmt für Sie die Organisation, schlägt Konzepte vor, kümmert sich um KursleiterInnen und stellt Veranstaltungsräume. **Tel. 0234-67661**

13 0 115 Das Sonnenhaus – Energieautark in die Zukunft

Etwa ein Drittel der Primärenergie wandeln wir in Wärme um, davon wird der größte Teil für Raumheizung und Warmwasser verwendet. Der Klimawandel und die Importabhängigkeit von fossilen Energieträgern, deren Vorräte in wenigen Jahrzehnten zur Neige gehen, zwingen zu schnellem Handeln. Weitgehend solar beheizte Wohnhäuser zeigen bereits heute, wie wir diese Herausforderung ohne Verlust an Lebensqualität meistern können.

Es gilt aber nicht nur im Bauen neue Standards zu setzen, sondern auch die Energieverbräuche im Gebäudebestand drastisch zu reduzieren. Durch sinnvolle Sanierungsmaßnahmen und eine große thermische Solaranlage lässt sich der Wärmeverbrauch auf ein Drittel bis ein Viertel senken. Nur unter diesen Voraussetzungen reichen in Zukunft die Ressourcen nachwachsender Rohstoffe (wie Holz) aus, den Restenergiebedarf zu decken.

Drei Experten des Arbeitskreises Ökobau Ruhrgebiet e. V. stellen das Sonnenhaus vor.

Referenten: Karl-Heinz Hüsing (Sonnenenergienutzung),

Leo Schwering (Architekt und Energieberater),

René Willnat (Gebäudesanierung und Energiesparhäuser)

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

Montag, 18.03.2013 – 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr

Dauer: 2 Kursstunden

Gebühr: 5 €

Mitgliedschaft

Werden Sie Mitglied im Freien Bildungswerk Bochum!

Ermöglichen Sie durch Ihren Beitrag ein vielfältiges Kursprogramm, spannende Begegnungen und gestalten Sie das Freie Bildungswerk Bochum aktiv mit, z.B. auf der jährlichen Mitgliederversammlung.

Ein Antragsformular finden Sie auf Seite 85.

... als eine Disziplin, die eine gewisse technische Fertigkeit verlangt. Reiten erfasst den ganzen Menschen, seinen Körper, seine Spiritualität.

Sicher und angstfrei im Sattel sitzen! Sattelfest sein auch ohne Sattel! Feinfühlig mit dem Pferd zusammenarbeiten! Ein Sitz, der Balance, Eleganz und Losgelassenheit ermöglicht! Anhalten ohne Zügelziehen! Freiwillige Versammlung des Pferdes! Eine Seelengemeinschaft mit Tieren!

Der Kurs richtet sich sowohl an ReiterInnen als auch an Nicht-ReiterInnen. Neben interessanten Ausführungen über die Reiterei als kultureller Schlüssel, werden wir hauptsächlich praktische Übungen am Boden und auf dem Pferd vollziehen.

Bekleidung: wetterangepasste Kleidung, spezielle Reitkleidung nicht erforderlich, festes Schuhwerk (keine Turnschuhe).

Leitung: Maren Gerards

Ort: Casa Selva, Rüsbergstr. 64, 58456 Witten

Montags, 08.04.2013 bis 01.07.2013 – 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr

Dauer: 24 Kursstunden, 12 Treffen

Gebühr: 180 €

www.swb-herten.de

Ihr Beitrag zum Klimaschutz:

Solarwärme
Sonnenstrom

100%
Erneuerbare
Energien

Holzpellets
Kraft-Wärme-
Kopplung

Fragen Sie den Fachbetrieb:

SWB Sonnen- und Windenergieanlagenbau GmbH
Karl-Hermann-Str. 14 - 45701 Herten - Tel. 0 23 66 / 4 39 65
www.swb-herten.de

Solarfachbetrieb
in Selbstverwaltung
seit 1981

Umweltfreundliche Haustechnik - Holz-Pelletkessel
Solaranlagen für Strom und Wärme

13 0 117 Voice Dialogue

Durch den Dialog mit den inneren Stimmen Probleme lösen und Ziele erreichen

Voice Dialogue wurde von den amerikanischen Psychotherapeuten Hal und Sidra Stone entwickelt. Voice Dialogue bezieht sich auf die allgemein menschliche Erfahrung, dass wir uns in bestimmten Lebensfragen zwischen verschiedenen inneren Tendenzen oder Stimmen hin- und hergerissen fühlen. Wie wäre es jedoch stattdessen, sich in ein ausführliches Gespräch mit den verschiedenen Stimmen zu begeben? Genau dies machen wir im Voice Dialogue. Dadurch, dass jede Stimme für sich gehört wird, kann sie sich zunächst einmal entfalten und differenzierter äußern, ohne dass wir ihr deshalb nachgeben müssten. Wir müssen nicht mehr gegen eine der Tendenzen ankämpfen, sondern verstehen sie, ihre Gründe und ihre relative Berechtigung in tieferer Weise. Dadurch können sich bestehende Blockaden auflösen. Schließlich wird es auch möglich, Lösungen für unsere Fragestellungen zu finden, mit denen wir uns dann rundum wohl fühlen können.

A: 08.04.2013 Kostenloser Einführungsvortrag mit Gespräch

B: 15.04.-13.05.2013

Leitung: Bruno Martin

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

Montags, A: 08.04.2013 – 20:00 Uhr bis 21:15 Uhr,

B: 15.04.2013 – 19:00 Uhr bis 21:15 Uhr

Dauer: 15 Kursstunden, 5 Treffen

Gebühr: 60-90 € nach Selbsteinschätzung

Die Waldorfschule für Bochum und Umgebung!



Rudolf Steiner Schule
Bochum

Mehr als Schule

Was uns wichtig ist...

- Entwicklung der Persönlichkeit. Soziale Kompetenz, Leistung, Selbstständigkeit.
 - Die Welt verstehen, den Menschen achten, die Umwelt pflegen.
 - Interesse wecken. ○ Lernen mit Herz, Kopf und Hand.
 - Schule in gemeinsamer Verantwortung von Kollegium und Eltern.

Verlässliche Betreuung durch...

- Offene Ganztagsgrundschule
- Kinderwerkstatt
- Hort

Alle staatlichen Abschlüsse

1. - 12. Klasse + Abitur
Keine Selektion nach Klasse 4
Kein Sitzenbleiben

Fremdsprachen ab 1. Klasse

Englisch und Französisch, Englisch und Russisch

Musik in allen Klassen

Musikprojekt ab 2. Klasse: "Jedem Kind sein Instrument"
Orchester ab 4. Klasse, Chor, Flöten- und Leierspiel

Praktika

Landwirtschaft, Feldmessen, Berufsfindung

Bewegtes Klassenzimmer

Bochumer Modell

Mit integrierter Förderschule

Jahresarbeiten

Portfolio + Lernbegleitung

Mehrere Förderkonzepte

u.a. Begabtenförderung,
Berufs- und Studienorientierung

Eigene Gartenbauanlagen

Eigene Schularztin

Eigene Schulküche auf Bio-Grundlage

Schauspiel, Eurythmie,

Epochenunterricht

Hauptstr. 238,
44892 Bochum-Langendreer
Telefon 0234 / 92206-0

www.mehr-als-schule.de

Auch auf youtube
unter Rudolf Steiner Schule Bochum

13 0 118 Focusing

In jeder Situation, zu jedem Thema bildet sich im Körper spontan ein Gefühl. Dieses ist oft so leise und subtil, dass es übersehen und übergangen wird. Im Focusing lernen wir, diesem Gefühl unsere Aufmerksamkeit zu schenken. Es kann sich dann in einer Weise entfalten, die uns neue, hilfreiche Erkenntnisse und weiterführende Entwicklungen ermöglicht.

Focusing ist z.B. hilfreich, wenn man angespannt und unter Druck ist, etwas tun zu müssen, oder es schwer findet, Entscheidungen zu treffen, oder wenn man für Erwartungen von außen sensibler ist als für sich selbst. Wenn man Focusing gelernt hat, kann man damit sich selbst innerhalb kurzer Zeit gut zentrieren, aus Stress befreien, seine Gefühle klären und neue Orientierung in Lebens- bzw. Entscheidungsfragen gewinnen.

Im Kurs werden die sechs Schritte des Focusing vermittelt und Anregungen für den individuellen Umgang mit ihnen gegeben.

A: 11.04.2013 Kostenloser Einführungsvortrag mit Gespräch

B: 18.04.–16.05.2013

Leitung: Bruno Martin

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

Donnerstags, A: 11.04.2013 – 20:00 Uhr bis 21:15 Uhr,

B: 18.04.2013 – 19:00 Uhr bis 21:15 Uhr

Dauer: 12 Kursstunden, 4 Treffen

Gebühr: 50-75 € nach Selbsteinschätzung

Überzeugender Sprechen und Wirken mit der AlexanderTechnik

13 0 119

Die AlexanderTechnik ist ein Übungsweg, sich selbst im Auftreten und Sprechen zu beobachten. Spielerisch werden Haltungsgewohnheiten, die unsere Präsenz einschränken oder eine schädigende Wirkung auf unsere Stimmfunktion haben untersucht und nach und nach abgelegt. Dabei bedienen wir uns unseres propriozeptiven Sinnes (Sinn für Eigenwahrnehmung). Wir gehen in die Übertreibung und lassen unseren Körper Alternativen finden, die nachhaltig trainiert werden können. Der Kurs dient als erstes Kennenlernen.

Für Menschen, die vor Gruppen sprechen, Menschen mit Repräsentationspflichten, LehrerInnen, SchauspielerInnen und SängerInnen. Bitte einen Text, ein Lied oder eine Geschichte mitbringen.

Leitung: Irene Schlump

Ort: Raum für AlexanderTechnik (1.OG), Kulturhaus OSKAR,
Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Sonntag, 14.04.2013 – 10:00 Uhr bis 16:30 Uhr


Dauer: 8 Kursstunden

Gebühr: 72 €



Hotel Kolpinghaus Bochum

90 Betten in gepflegten, preiswerten Einzel- und Doppelzimmern, auch mit Dusche und WC. Ruhige Lage mitten im attraktiven Zentrum von Bochum. Gästeparkplätze direkt am Haus. Gepflegte Gastronomie.

 **0234 – 6 01 90**

Maximilian-Kolbe-Straße 14 – 18 · 44793 Bochum
www.kolpinghaus-bochum.de

Wohnen im Herzen von Bochum!

13 0 120 Jahresgruppe Biografiearbeit

Diese Jahresgruppe ist für diejenigen gedacht, die tiefere Selbsterkenntnis und durchgreifende Veränderungen in ihrem Leben anstreben: Welche zum Teil unbewussten Einstellungen („Glaubenssätze“) bestimmen mich? Wie gehe ich mit Gefühlen um? Wie kann ich den Reichtum, die Fülle der Welt intensiver erleben und genießen? Wie kann ich zu einem wirkungsvolleren Handeln gelangen?

Aufgrund unserer Einstellungen und durch unsere Handlungen senden wir Botschaften in die Welt. Die Antworten darauf können wir erkennen in Verhaltensweisen anderer gegenüber uns und in sonstigen äußeren Schicksalsereignissen, die uns erfreuen oder die wir erdulden müssen. Wer wirklich gezielt und methodisch an sich arbeiten will, der kann innerhalb eines Jahres erstaunlich viel an Verwandlungsprozessen erleben. Das bezieht sich sowohl auf die inneren Veränderungen als auch auf das, was uns von außen entgegenkommt.

Die Jahresgruppe stellt für diese Arbeit wirkungsvolle Instrumente bereit. Dazu gehört neben den methodisch geführten Gruppenprozessen auch die Bearbeitung von auf die einzelnen TeilnehmerInnen bezogenen Aufgabenstellungen. Daneben werden auch fortlaufend die wesentlichen „Rückmeldungen“ ausgewertet, die das Leben uns auf unsere Arbeit gibt.

Die erarbeiteten Methoden können auch in der eigenen beruflichen Praxis angewandt und weitervermittelt werden.

Erkundigen Sie sich nach der Möglichkeit eines Bildungsschecks/Prämiengutscheins.

Info unter 0234-3848340

Leitung: Bruno Martin

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

**Samstags, A: 20.04.2013, B: 11.05.2013, C: 22.06.2013 –
10:00 Uhr bis 17:00 Uhr**

Weitere Termine im 2. Halbjahr 2013

Dauer: 72 Kursstunden, 9 Treffen

Gebühr: 45-65 €/Monat nach Selbsteinschätzung

Raus aus dem Hamsterrad

Alltagsaktivitäten wieder genießen

13 0 121

Wer kennt sie nicht, „die vielen Gleichzeitigkeiten des Alltags“, die uns manchmal über den Kopf wachsen? Sie sind Ausdruck unserer schnelllebigen Zeit und Zeichen dafür, dass wir uns selbst in unseren Aktivitäten nicht bewusst wahrnehmen. Motive und Ziele unseres Handelns sind oft automatisiert und körperliche Blockierungen oder Unbehaglichkeit die Folge.

Im Seminar werden Sie durch das Erkennen Ihrer Gewohnheiten und Muster erfahren, was Sie innerlich leitet, drängt und prägt und durch gezielte Körperübungen (AlexanderTechnik) erleben, welche Alternativen es zu dem Gewohnten gibt. Neue Erfahrungen werden Sie überzeugen, anders zu denken und kreativer zu reagieren. So finden Sie individuelle Wege, früher aus dem „Hamsterrad“ auszusteigen oder gar nicht mehr einzusteigen. Erleichterung und Entlastung sowie Freude und Leichtigkeit werden Ihnen beschert.

Leitung: Mechthild Mertens, Irene Schlump

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

Samstag, 27.04.2013 – 12:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Dauer: 5 Kursstunden

Gebühr: 45 €

Kinder suchen Pflegeeltern! Neue Aufgaben für erfahrene Familienmensen

Als freier Jugendhilfeträger unterstützen und begleiten wir Sie bei der vorübergehenden oder dauerhaften Betreuung eines Pflegekindes (0-18 Jahre).

Informationen unter:

0234 / 333 856 82

www.schnelle-hilfe-bochum.org



Schnelle Hilfe

Verein für Sozialarbeit und Jugendhilfe e.V.

13 0 122 Kreative Methoden in der Beratungsarbeit

In diesem Fortbildungsseminar werden kreative Methoden für Beratungsarbeit vorgestellt. Sie unterstützen den Beratungsprozess auf seelisch-geistiger Ebene, führen schneller und effektiver zu Lösungen und sind anwendungsbezogen individuell einsetzbar. Sie ermöglichen ein ganzheitliches Wahrnehmen und Erkennen von Gewohnheiten und Mustern sowie ihren Wirksamkeiten. Fokussiert auf die Ressourcen, Fähigkeiten und Ziele lassen sich mit ihnen neue Lösungsschritte kreativ gestalten.

Info: Für Teilnehmende der Gesamtbildung 2012 beträgt die Gebühr 100 €.

Leitung: Annette Geersen

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

**10.05.2013 bis 12.05.2013 – Fr. 17:00 Uhr bis 20:00 Uhr,
Sa. 09:30 Uhr bis 17:00 Uhr, So. 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr**

Dauer: 16 Kursstunden

Gebühr: 150 €/130 €/100 €



**Familien- und
Krankenpflege
Bochum**

- ✓ **PFLEGE**
- ✓ **BETREUTES WOHNEN**
- ✓ **MENÜSERVICE**

Wir sind seit über 40 Jahren gemeinnützig in der ambulanten Pflege tätig. Ergänzend zur Pflege bieten wir eine große Anzahl an Dienstleistungen für Sie an.

Wir sind Vertragspartner aller Kranken- und Pflegekassen.

Wir beraten Sie gerne kostenlos.

www.fundk-bochum.de



Gründerzeitgedas

Unsere kostenlose Servicenummer:
Tel.: 0800 - 307 96 00

... eine Spur persönlicher!

Meine Sonne ist blau

13 0 123

Gezielter Einsatz von Kunsttherapie in pädagogischen Einrichtungen

Dieses Basisseminar richtet sich vorwiegend an PädagogInnen und bietet allen, die mit Kindern arbeiten, eine neue Herangehensweise.

Die Kunst ist ein nonverbales Medium, das wir mit Hilfe der Kunsttherapie entschlüsseln können. Es ist auch ein Medium, um gezielt an Defiziten zu arbeiten, Ressourcen zu aktivieren und Lösungen anzubieten. Insbesondere für Kinder ist die Kunsttherapie eine effektive Form der Begleitung.

Ziel dieses Seminars ist es, kunsttherapeutische Elemente in die pädagogische Arbeit zu integrieren.

Inhalte dieses Basisseminars:

- Was ist eigentlich Kunsttherapie?
- Wie lese ich die Bilder der Kinder/Jugendlichen?
- Symbolik der Farben
- Wie wird ein Bild betrachtet und verbal begleitet?
- Welche Auffälligkeiten gibt es in Bildern?
- Kennen lernen von Methoden der Kunsttherapie durch eigenes, kreatives Arbeiten mit den vorgestellten Praktiken

Künstlerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung: Andrea Herzog-Hausberg, Silke Reinshagen
Ort: Praxis Kunsttherapie Hattingen, Obermarkt 7,
45525 Hattingen

Samstag, 11.05.2013 – 09:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Dauer: 10 Kursstunden

Gebühr: 95 €

13 0 124 Wasser – Quelle des Lebens*Über die Bedeutung des Wassers aus energetischer Sicht*

Seit Beginn der Menschheit ist das Wasser Mittelpunkt vieler Überlieferungen und Traditionen. In vielen Kulturen steht das Wasser am Anfang der Menschheitsgeschichte und Quellen sind heilige Orte für Götter und Elfen. Wasser wird für rituelle Reinigungen, heilige Zeremonien und für Heilungen benutzt. Doch warum hat das Wasser in allen Kulturen eine so entscheidende zentrale Rolle?

Die stofflichen und feinstofflichen Qualitäten sind die Ursache für die besondere Bedeutung des Wassers für Mensch und Natur. Die Hintergründe der verschiedenen Wirkungsweisen sind äußerst vielseitig.

In diesem Vortrag sollen anhand kulturhistorischer Belege einige Einblicke in die Besonderheit des Wassers in Kultur und Brauchtum vorgestellt werden. Darüber hinaus sollen – neben den wichtigsten physikalischen Aspekten – die energetischen Wirkungsweisen beschrieben und erklärt werden, die für den besonderen Stellenwert des Wassers verantwortlich sind.

Leitung: Reiner Padligur

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

Donnerstag, 16.05.2013 – 19:00 Uhr bis 21:15 Uhr

Dauer: 3 Kursstunden

Gebühr: 12 €



TICKET-HOTLINE 02 34 - 1 30 03

**VARIÉTÉ
et cetera**

Shows: Do-Sa 20.00 Uhr, So 19.00 Uhr

Gastronomie + Artistik + Comedy

Über 10 Jahre in Bochum – Herner Str. 299

www.variete-et-cetera.de

Hibernia- Kolleg!

Unser **Abi** ist genau
dein Ding.

Infos: www.hiberniaschule.de

60 Jahre
hibernia schule^e
Zukunft in uns!

13 0 125 Ziele erreichen mit der Kreationsspirale

Es gibt eine in sich stimmige Folge von zwölf Schritten, wie wir wesentliche Ziele und Herzensanliegen am besten erreichen können. Diese Schrittfolge ist in der Kreationsspirale beschrieben und kann uns auf unserem Weg die nötige Orientierung geben. Dieser Abendkurs dient dazu, den TeilnehmerInnen für die Verwirklichung ihrer zentralen Lebenswünsche weiterführende Anregungen und Hilfestellungen zu vermitteln.

A: 21.05.2013 Kostenloser Einführungsvortrag und Gespräch

B: 28.05.–25.06.2013

Leitung: Bruno Martin

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

Dienstags, A: 21.05.2013 – 20:00 Uhr bis 21:15 Uhr,

B: 28.05.2013 – 19:00 Uhr bis 21:15 Uhr

Dauer: 15 Kursstunden, 5 Treffen

Gebühr: 60-90 € nach Selbsteinschätzung

INNENAUSBAU · MÖBEL · LADENBAU · TÜREN · TREPPEN · FENSTER

OFFEN FÜR IHRE WÜNSCHE



KORDT

KREATIV
DETAILLIERT
HOCHWERTIG

VINCENZSTRASSE 2
44869 BOCHUM
TEL 023 27/5 34 29
FAX 023 27/5 24 69

Der Umgang mit Konflikten: Gestalttherapeutische Gesichtspunkte 13 0 126

Jeder Mensch hat Konflikte. Die Frage ist, wie wir mit ihnen umgehen. Lassen wir uns von ihnen beherrschen oder erweitern wir unseren Spielraum im Umgang mit ihnen? Konflikte müssen nicht unbedingt eine Belastung sein; es kann auch Spaß machen, sich mit Selbstbewusstsein und Humor abgrenzen oder behaupten zu lernen. Die Gestalttherapie hat auf diesem Feld einiges zu bieten. Dieser Abendkurs macht anhand praktischer Übungen einige der Grundlagen und Methoden der Gestalttherapie erfahrbar und ermöglicht zugleich, den bisherigen eigenen Stil im Umgang mit Konflikten gründlicher kennen zu lernen.

Es geht dabei u.a. um die Fragen: Wie gehe ich in Konflikten vor? Behaupte ich mich oder neige ich zum Nachgeben? Setze ich mich eher kraftvoll durch oder weiche ich eher dem Konflikt aus? Besänftige ich den anderen oder gehe ich strategisch vor, um meine Ziele zu erreichen? Diese Erkenntnisse bieten eine Basis dafür, auch andere Möglichkeiten im Umgang mit Konflikten zu erkunden und auszuprobieren.

A: 23.05.2013 Kostenloser Einführungsvortrag mit Gespräch

B: 06.06.-04.07.2013

Leitung: Bruno Martin

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

Donnerstags, A: 23.05.2013 – 20:00 Uhr bis 21:15 Uhr,

B: 06.06.2013 – 19:00 Uhr bis 21:15 Uhr

Dauer: 15 Kursstunden, 5 Treffen

Gebühr: 60-90 € nach Selbsteinschätzung

13 0 127 Hochwertige Gestaltungstechniken mit Lehm und Kalk

Traumhafte Möglichkeiten der Gestaltung mit natürlichen Putzen werden Ihnen an diesem Abend vorgestellt. Einsatzmöglichkeiten und Grenzen der verschiedenen Putze werden fachkundig erläutert.

Carina Simons von der Firma „LehmOase“ und **Carsten de Beyer** von der Firma „Natürlich schöne Wände“: Gestaltungstechniken mit Kalk und Lehm.

Traditionelle wie moderne Ausführungstechniken: StuccoLustro, Tadelakt, japanische Spachteltechniken. Es wird aufgezeigt, was Sie selbst machen und wo Sie Unterstützung erhalten können.

Wilhelm Menting von der Firma „LehmOase“: Wärme wie von der Sonne mit Wandheizung und Grundofen in Kombination mit Lehm.

Mit einer gesunden energiesparenden Strahlungsheizung wird es gemütlich und auch warm ums Herz – ob in Neu- oder Altbau – ob ganz organisch oder modern. Der Wohlfühleffekt ist immer verblüffend.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Arbeitskreis Ökobau Ruhrgebiet e.V. statt (www.oekobau-ruhrgebiet.de).

Referenten: Carina Simons, Carsten de Beyer, Wilhelm Menting
Ort: Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

Montag, 27.05.2013 – 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr

Dauer: 2 Kursstunden

Gebühr: 5 €



Semesterbeginn: 12. Feb. 2013

**Unser Programm erscheint
am 8. Januar 2013!**

Volkshochschule Bochum
Gustav-Heinemann-Platz 2-6, 44787 Bochum
Telefon 0234 / 910-1555
www.vhs-bochum.de

Erleben Sie die Pflanzengeheimnisse im Südpark (Bochum-Höntrop): die sechs Geschenke des Löwenzahns für den Gärtner, die „Brennnessel als Herz der Natur“ (Rudolf Steiner), Katzenschweif, Gretel in der Heck und ein Nadelholz mit magischen Eigenschaften, den Strauch, der den Zauberstab für Harry Potter geliefert hat, dazu Liebes-, Heil- und Räucherkräuter am Wegesrand ... Sie dürfen unbekannte Wildpflanzen zur Bestimmung mitbringen und allerlei Kräutergeschmäcker testen.

Leitung: Ursula Stratmann

Treffpunkt: Waldorfkindergarten Wattenscheid, Reiterweg 13, 44869 Bochum-Höntrop

Dienstag, 28.05.2013 – 17:00 Uhr bis 19:15 Uhr

Dauer: 3 Kursstunden

Gebühr: 15 €

Die Logik des Herzens

13 0 129

Bewusste Steuerung und Ausgleich von Gefühlen

Übungen zur Herzenslogik dienen der Harmonisierung und dem Ausgleich von Gefühlen, wie z.B. Angst, Enttäuschung, Wut, Orientierungslosigkeit, Sympathien und Antipathien etc. und schulen Authentizität, Präsenz und Empathie. Sie stärken die Lebenskräfte und fördern eine konstruktive und kreative Lebensgestaltung. Selbstbewusstes und empathisches Erkennen und Handeln werden in Freiheit ermöglicht, übernommene Denk- und Handlungsmuster können erkannt und verändert werden.

Leitung: Annette Geersen

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

Samstag, 09.06.2013 – 14:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Dauer: 5 Kursstunden

Gebühr: 35 €

13 0 130 Meine Wut ist rot*Aufbauseminar Kunsttherapie als Einsatzmöglichkeit bei verhaltensauffälligen Kindern*

Dieses Seminar richtet sich an alle PädagogInnen und Interessierten, die mit Kindern arbeiten. Verhaltensauffälligkeiten von Kindern in der pädagogischen Praxis sind vermehrt anzutreffen. Kunsttherapie kann intervenieren, unterstützen und fördern. Sie kann ein Werkzeug darstellen, um auf verbale und nonverbale Art und Weise an die Problematik heran zu gehen.

Die TeilnehmerInnen erlernen den gezielten Einsatz verschiedener Methoden bei unterschiedlichen Störungsbildern.

Inhalte:

- Was ist auffälliges Verhalten?
- Kennen lernen und anwenden von Methoden aus der Kunsttherapie für den Einsatz bei verhaltensauffälligen Kindern
- Welche Materialien sind sinnvoll?
- Wie gehe ich mit der Gestaltung um und wie ist meine innere Haltung?
- Weiterführende Gespräche und Maßnahmen bei der Gestaltung

Die vorherige Teilnahme am Basisseminar „Meine Sonne ist blau“ ist empfehlenswert, aber nicht Voraussetzung. Künstlerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung: Andrea Herzog-Hausberg, Silke Reinshagen
Ort: Praxis Kunsttherapie Hattingen, Obermarkt 7,
45525 Hattingen

Samstag, 15.06.2013 – 09:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Dauer: 10 Kursstunden

Gebühr: 95 €

Geomantische Erkundung der Bochumer Innenstadt/Exkursion

13 0 131

Der Ursprung der Bochumer Siedlungsgeschichte ist aus geomantischer Sicht auf besondere landschaftsgeografische Bedingungen und besondere energetische Kräfte der Erde zurückzuführen. Bei dieser Exkursion werden unter Anleitung diese energetischen Ursprünge Bochums vorgestellt, die die Menschen veranlasst haben, sich hier niederzulassen und besondere Standorte für ihre kulturellen Zwecke zu nutzen.

Der alte Siedlungskern am Hellweg und die alten Wege- und Energieachsen sind heutzutage immer noch die Basis für die Entwicklung dieser Stadt. Auf der Exkursion werden neben dem alten Stadtzentrum um die Propsteikirche auch die alten Wege des Hellwegs und die ersten Siedlungsstandorte in Bochum vorgestellt.

An den Wasseradern und heiligen Orten können unter Anleitung auch Erfahrungen mit der Wünschelrute gesammelt werden. Ziel kann es sein, eine größere Sensibilität für die geomantischen Qualitäten Bochums zu bekommen.

Leitung: Reiner Padligur

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

Sonntag, 16.06.2013 – 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Dauer: 4 Kursstunden

Gebühr: 20 €

Familien-Bildungs-Werk

Erziehung, Bildung, Kunst, Anthroposophie

Begegnungsstätte und Café

Feste und Feiern aller Art (alkoholfrei)

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



Treffpunkt Eickel
Begegnung und Bildung

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

13 0 132 Meditative Bewegungen

Sie interessieren sich für chinesische Medizin und asiatische Bewegungssysteme?

An diesem Wochenende haben Sie Gelegenheit, auf der Grundlage der chinesischen Medizin Gesundheitsvorsorge zu üben und zu erlernen. Dazu gehören: Bewegungsabläufe aus dem Karate, spontanes Qi-Gong, Meridian-Yoga, Do-In (eine chinesische Selbstbehandlungsmassage), Akupressur und mehr...

Die Bewegungsabläufe aus dem Karate werden vereinfacht und locker ausgeführt, sodass sie für Ungeübte und auch für ältere Menschen geeignet sind. Karate bringt das Herz-Kreislauf-System in Schwung, verbessert die Atmung und stärkt die gesamte Muskulatur. Außerdem wird das Zusammenspiel beider Hemisphären gesteigert und die Gehirntätigkeit verbessert, dadurch dass man Arme und Beine in einem ausgewogenen Verhältnis benutzt und sich im Raum orientiert.

- Bei der Akupressur werden Meridianpunkte mit den Fingern gedrückt und stimuliert. So kann man gezielt selbst körperliche Beschwerden verbessern und die Gesundheit fördern.
- Do-In ist eine chinesische Selbstbehandlung (Selbstklopf- und Dehnungsmassage).
- Das Meridian-Yoga wirkt harmonisierend auf den gesamten Körper.
- Beim spontanen Qi-Gong verlässt man vorgegebene Bewegungen. Der Körper lernt Bewegungen zuzulassen, die er gerade braucht, um sich zu entspannen und Ausgeglichenheit zu finden.

Die erlernten Entspannungsmethoden können später im Alltag selbständig fortgeführt werden.

Leitung: Pierre Etscheid

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

**22.06.2013 bis 23.06.2013 – Sa. 10:00 Uhr bis 17:00 Uhr,
So. 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr**

Dauer: 15 Kursstunden

Gebühr: 75 €

In Kooperation mit
Praxis für kreative Lebensgestaltung
Präsidentstr. 27, 44787 Bochum
Leitung: Jutta Rosenboom
www.biografiarbeit.de, Tel. 0234-9160699

Selbsterkenntnisse mit Pinsel und Farbe

13 0 133

Malabend

Für alle, die einen Abend mit Malen verbringen und dabei Körper, Seele und Geist mit Farbe befreien und beleben wollen. Die Themen werden mit den TeilnehmerInnen abgestimmt.

ab 10.01.2013, 19:00-21:30 Uhr, wöchentlich
Einstieg jederzeit möglich

Info unter www.pfkl.de/0234-9160699

Leitung: Jutta Rosenboom
Ort: Praxis für kreative Lebensgestaltung, Präsidentstr. 27,
44787 Bochum

Donnerstags, 10.01.2013 bis 18.07.2013 – 19:00 Uhr bis 21:30 Uhr

Dauer: 3 Kursstunden/Treffen, 21 Termine

Gebühr: 125 € für 10 Abende, 15 € Einzeltermin



Ihr Broschürenspezialist.



Druckerei Nolte

www.druckerei-nolte.de

13 0 134 Kreativität und Lebendigkeit*Offener Atelierabend*

Wochenendstart: Ein bunter erfrischender Abend für alle, die einen farbigen Ausgleich zum Alltag und Beruf suchen und dabei belebende Wirkungen für Privat- und Berufsleben wünschen.

Kreativ, entspannend, abwechslungsreich: Wir beschäftigen uns mit wechselnden Themen rund um Kunst, Biografie und Leben. Das Angebot wirkt antidepressiv, aktivierend und macht alle Sinne frisch.

Themen: z.B. Malen für Ungeübte, Malen für Mutige, Wissenschaft und Spiritualität, Entfalteter Lebenslauf, Märchen Malabend, Heilen mit Pflanzen, Kreistanz, Lesung, etc.

ab 11.01.2013, 19:30-22:00 Uhr, wöchentlich

Info unter www.pfkl.de/0234-9160699

Leitung: Jutta Rosenboom

Ort: Praxis für kreative Lebensgestaltung, Präsidentstr. 27,
44787 Bochum

Freitags, 11.01.2013 bis 19.07.2013 – 19:30 Uhr bis 22:00 Uhr

Dauer: 3 Kursstunden/Treffen, 25 Treffen

Gebühr: 125 € für 10 Abende, 15 € Einzeltermin + Material u. Verpflegung

**Gabriele Fischer**

Heilpraktikerin

Traditionelle Chinesische Medizin

*Die Hektik des Alltags hinter sich lassen. Stress abbauen,
die Lebensenergie – Qi im Körper erfahren
und die Selbstheilungskräfte anregen.*

Velsstraße 2 • 44803 Bochum • Fon 0234-3 60 06 96 • www.tcm-fischer.de

Genießen Sie ein Jahr mit Kreativität, Entspannung und einem Tag im Monat, der sich nur um IHR Leben dreht. Wagen Sie ein Seminar-Abenteuer mit Auswirkungen auf den privaten und beruflichen Alltag. Entfalten Sie neue Potentiale und stellen Sie die Weichen neu für ein glücklicheres und erfüllteres Leben.

Wir werden vor allem künstlerisch arbeiten (Malen, Zeichnen, Schreiben, Theater, Tanz).

Info unter www.biografiearbeit.de/0234-9160699

Leitung: Jutta Rosenboom

Ort: Praxis für kreative Lebensgestaltung, Präsidentstr. 27,
44787 Bochum

**Samstags, 09.03.2013, 20.04.2013, 18.05.2013, 22.06.2013, 20.07.2013 –
10:00 Uhr bis 18:30 Uhr**

**Weitere Termine: 21.09.2013, 19.10.2013, 16.11.2013, 18.01.2014 und
22.02.2014**

Dauer: 90 Kursstunden, 9 Treffen/Jahr

Gebühr: 93 €/Monat inkl. Material u. Verpflegung



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

Ganzheitliche Wohn- und Geschäftsberatungen
Feng Shui
Erdstrahlen
Elektrosmog
Geomantie
Untersuchungen, Beratungen, Seminare
Kompetenz durch umfassende Ausbildungen und eine über 25jährige Praxis in Beratungen und Untersuchungen.

Aktuelle Veranstaltungen im Freien Bildungswerk:
16.05.2013 - Wasser - Quelle des Lebens - Vortrag
16.06.2013 - Geomantische Erkundung der Bochumer
Innenstadt - Exkursion

Bitte kostenlose Informationen anfordern.

In Kooperation mit
**Die Christengemeinschaft -
Gemeinde Bochum – Johanneskirche**
Glockengarten 70, 44803 Bochum
Tel. 0234-352208, Fax 0234-33385989
oder www.cg-bochum.de

Das ausführliche Programm mit weiteren Angeboten erhalten Sie über das Gemeindebüro (siehe oben).

13 0 136 Das Leben nach dem Tode

Alle Interessierten an Fragen des Umgangs mit dem Sterben sind herzlich eingeladen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Leitung: Jeanette Terra
Ort: Johanneskirche, Glockengarten 70, 44803 Bochum

Montags, 07.01.2013 – 17:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Dauer: 13 Kursstunden, 14-tägig
Gebühr: Freiwilliger Beitrag erbeten

13 0 137 Die Arbeit an den apokryphen Evangelien

Eine gemeinsame Arbeit am Evangelientext.
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Jeder ist herzlich eingeladen.

Leitung: Jeanette Terra
Ort: Johanneskirche, Glockengarten 70, 44803 Bochum

Mittwochs, 09.01.2013 – 09:30 Uhr bis 10:30 Uhr

Dauer: 25 Kursstunden
Gebühr: Freiwilliger Beitrag erbeten

Grundfragen des Christentums

13 0 138

Eine Bemühung um ein Verständnis christlicher Grundfragen. Die Themen werden gemeinsam bestimmt und bearbeitet. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Weitere Termine nach Absprache.

Leitung: Tom Tritschel

Ort: Johanneskirche, Glockengarten 70, 44803 Bochum

Donnerstags, 07.02.2013 – 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr

Dauer: 2 Kursstunden/Treffen

Gebühr: Freiwilliger Beitrag erbeten

Die Apokalypse im Ich

13 0 139

Die Bilderzyklen von Albrecht Dürer und Max Beckmann als Schlüssel für einen neuen Zugang zur Offenbarung des Johannes

Vortrag: Christian Bartholl, Hamburg

Ort: Johanneskirche, Glockengarten 70, 44803 Bochum

Dienstag, 19.02.2013 – 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr

Dauer: 2 Kursstunden

Gebühr: Freiwilliger Beitrag erbeten

O Muse, du hast mein Herz berührt mit einem Zauberhauch...

13 0 140

Eduard Mörike als zeitloser Lyriker – ein Lebensbild in Gedichten.

Vortrag/Rezitation: Dieter Harst, Bochum

Ort: Johanneskirche, Glockengarten 70, 44803 Bochum

Dienstag, 05.03.2013 – 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr

Dauer: 2 Kursstunden

Gebühr: Freiwilliger Beitrag erbeten

13 0 141 Spielgruppen im Waldorfkindergarten

Dieser Kurs richtet sich an Eltern mit Kindern ab einem Jahr. Pro Spielgruppe finden sich 10 Eltern und 2 Spielgruppenleiterinnen zu wöchentlichen Treffen. Rhythmisch wechseln sich freie und geführte Spiele ab. Das freie Spiel der Kinder wird von einer Spielgruppenleiterin begleitet. Reigen, Fingerspiele und Kniereiter, die sich an den Jahreszeiten orientieren, unterstützen das Sprachverständnis. Natürliche Spielmaterialien fördern phantasievolles und die Sinne anregendes Spiel. Eine kleine Mahlzeit stärkt Kinder und Eltern und ist ein beliebter Bestandteil des Ablaufs, bei dem ganz nebenbei Achtsamkeit und soziale Fähigkeiten geübt werden. Während des Freispiels können sich die Eltern über Entwicklung und Erziehung der Kinder austauschen. Eine Spielgruppenleiterin gibt Hilfestellung bei Themen, die auf Elternabenden noch vertieft werden können. Unser Ziel ist es, die Eltern in ihrer eigenen Kompetenz und Intuition im Alltag mit den Kindern zu stärken. Themen der Elternabende können sein:

- Waldorfpädagogik im Waldorfkindergarten – was heißt das konkret?
- Erziehen und Grenzen setzen – ab wann?
- Kinder stärken durch Regeln, Rituale, Rollenklarheit.
- Wozu ist die Trotzphase gut?
- Richtig sprechen mit kleinen Kindern.
- Gestaltung von Festen mit kleinen Kindern – Hintergründe, Tipps und gemeinsames Basteln usw. ...

Ein Einstieg in laufende Gruppen ist möglich.

Bitte mitbringen: Hausschuhe oder warme Socken.

A: Montags, 25 Treffen + 4-5 Elternabende

Leitung: Chantal Götz, Christiana Obermüller

B: Montags, 25 Treffen + 4-5 Elternabende

Leitung: Monika Ellekotten, Christiana Obermüller

C: Mittwochs, 25 Treffen + 4-5 Elternabende

Leitung: Susanne Gräler, Christiana Obermüller

Info/Anmeldung unter 02327-77375 Christiana Obermüller

Ort: Waldorfkindergarten Wattenscheid, Reiterweg 13,
44869 Bochum

In Kooperation mit dem Waldorfkindergarten Wattenscheid

**A: 07.01.2013 – 09:30 Uhr bis 11:00 Uhr, B: 07.01.2013 –
16:00 Uhr bis 17:30 Uhr, C: 09.01.2013 – 15:30 Uhr bis 17:00 Uhr**

Dauer: 58 Kursstunden

Gebühr: 25 €/Monat + 2,50 € (kleine Zwischenmahlzeit u. Material)

Figurentheater im Kulturhaus OSKAR

Marionettenbühne Hurleburlebutz
Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

27.01.2013 - „Jorinde und Joringel“

Als Jorinde und Joringel im Wald spazieren gehen, verirren sie sich in den Bannkreis einer alten Zauberin. Machtlos muss Joringel zuschauen, wie die Alte seine Jorinde in eine Nachtigal verwandelt. Wird er sie nie Wiederbekommen? Allein macht sich Joringel auf einen langen Weg.

10.03.2013 - „Frau Holle“

Freundlich nimmt Frau Holle das arme fleißige Mädchen auf, das von der Stiefmutter verstoßen wurde. Sie geleitet es auch, nachdem es ihr treu gedient hat, durch das Goldregentor zurück. So viel Glanz lockt nun auch die hochmütige, faule Schwester. Mit Schlaueit verschafft sie sich den Zugang in Frau Holles Reich, aber dann hilft ihr keine Täuschung mehr.

21.04.2013 - „Der Froschkönig oder der eiserne Heinrich“

Jäh endet das heitere Spiel der jüngsten Königstochter, als ihre schöne goldene Kugel in einen tiefen Brunnen rollt. Niemand hört ihr Weinen – nur der hässliche Frosch, der seinen dicken Kopf aus dem Wasser streckt. Er kann Rat schaffen. Wird aber die Prinzessin nun auch ihr Versprechen halten, das sie dem „alten Wasserpatscher“ gegeben hat?

12.05.2013 - „Allerleirauh“

Verhüllt in einen Mantel aus allerlei Pelzwerk flieht die Königstochter ganz allein in die unbekannte weite Welt. Im Schloss eines fremden Königs muss sie lange Zeit die niedersten Dienste tun. Eines Tages wird dort ein großes Fest gefeiert und niemand weiß, woher die schöne Prinzessin kam, die nach dem Tanz so schnell wieder verschwand. Wird der König es herausfinden?

16.06.2013 - „Rotkäppchen“

Zum ersten Mal macht sich Rotkäppchen ganz allein auf zum Haus der Großmutter. Dabei begegnet sie dem Wolf, der sie listig ausfragt. Mit einem bunten Strauß Blumen tritt sie endlich in Großmutter Stube, aber dort wartet eine böse Überraschung auf sie. Wie gut, dass zum Schluss noch der wachsame Jäger dazukommt!

Jeweils Sonntags, 15:00 Uhr und 16:30 Uhr, Eintritt: 3,50 €

Für Kinder ab 4 Jahren. Leitung: Christa von Schilling
Infos unter: www.marionettenbuehne-hurleburlebutz.de
Kartenreservierungen: 0234-280392

Information für Kasperfreunde!

Die Puppenbühne Karfunkelstein wird künftig nur noch in ihrem kleinen Zimmertheater an der Wittener Str. 92 in Bochum spielen!
Termine findet man unter www.karfunkelstein.net
Auf Ihren Besuch freut sich Christiane Harter

13 0 142 Rundum fit – ein vielseitiges Ganzkörpertraining für Frauen jeden Alters

Nehmen Sie sich eine Stunde pro Woche Zeit für sich und Ihren Körper. Kraft, Koordination, Ausdauer, Beweglichkeit und Balance werden trainiert.

Es erwarten Sie gezielte Übungen zur Straffung der Muskulatur und des Bindegewebes. Dehnübungen und Entspannung schließen die Stunde ab.

Bei regelmäßiger Teilnahme wird der Trainingserfolg nach kurzer Zeit garantiert.

Einstieg jederzeit möglich, testen Sie eine Stunde kostenlos!

Bitte mitbringen: Isomatte, Teraband, bequeme Kleidung, Turnschuhe

Leitung: Claudia Neff-Stobbe

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

Mittwochs, 09.01.2013 – 17:30 Uhr bis 18:30 Uhr

Dauer: 25 Kursstunden, 1 Kursstunde/Woche

Gebühr: 15 €/Monat

PRAXIS FÜR ERGOTHERAPIE

Oliver Zimmermann

Imbuschplatz 11 (am Nordring)

44787 Bochum

Tel.: 0234 – 61065626

www.ergotherapie-zimmermann.de

Mit einer Vielfalt von Kreistänzen (intern. Folklore, meditativer Tanz, neue und eigene Choreografien) können wir im Rhythmus der Jahreszeiten mitschwingen. Dadurch fördern wir die harmonisierenden Kräfte in uns und schaffen so eine Energiequelle für unseren Alltag.

An dieser Tanzreihe können alle teilnehmen, die Freude an Musik und Bewegung haben oder Anregungen für eigene Seminare aus dem Gesundheits- und Bewegungsbereich suchen. Außerdem ist sie vertiefende Praxis für die Ausbildung zur Lehrkraft für Kreistanz.

- A: 12.01. Durch Tore tanzen – ein Neubeginn
- B: 16.02. Vom Dunkel ins Licht
- C: 09.03. Frühlingsreigen
- D: 06.04. Der geheime Garten
- E: 04.05. Blütenzauber
- F: 01.06. Zwischen Himmel und Erde
- G: 06.07. Sonnenfeuer

Leitung: Conny Foell

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

Samstag, A: 12.01.2013, B: 16.02.2013, C: 09.03.2013, D: 06.04.2013, E: 04.05.2013, F: 01.06.2013, G: 06.07.2013 – 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Dauer: 4 Kursstunden/Treffen

Gebühr: 23 €/Treffen

13 0 144 Yoga

In diesen Kursen werden Atemübungen (pranayamas), Yoga-stellungen (asanas) und flows geübt. Jede Yogastunde beginnt mit einer Körperachtsamkeitsschulung (body-scan) und wird abgerundet mit Tiefenentspannung und Meditation.

Die Balance aus Kraft, Flexibilität und Bewegung ergibt eine lebendige, genussvolle Yogapraxis für Yoga-Anfänger und Yoga-Erfahrene.

Bitte Decke, Yogamatte und evtl. Yogakissen mitbringen und ca. 2 Std. vorher nichts Schweres mehr essen.

Leitung: Susanne Schutta

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

**Dienstags, A: 22.01.2013 bis 19.03.2013 – 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr,
B: 22.01.2013 bis 19.03.2013 – 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr, C: 23.04.2013
bis 25.06.2013 – 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr, D: 23.04.2013 bis 25.06.2013 –
20:00 Uhr bis 21:30 Uhr**

Dauer: A: 18 Kursstunden, 9 Treffen/B: 20 Kursstunden, 10 Treffen/

C: 18 Kursstunden, 9 Treffen/D: 20 Kursstunden, 10 Treffen

Gebühr: A: 90 €/B: 100 €/C: 90 €/D: 100 €

Figurentheater-Kolleg

Hohe Eiche 27 44892 Bochum Tel. 0234 - 28 40 80
www.figurentheater-kolleg.de info@figurentheater-kolleg.de

Traumberuf PuppenspielerIn ?!

Fortbildung Figurentheater
Orientierungskurs

08.04. - 12.07.2013

EINZELKURSE

- Märchenerzählen • Stimme
- Pilates • Tanz • Schauspiel
- Pantomime • Improtheater • Clown
- Figurenspiel • Figurenbau • Alexandertechnik
- Bildhauerei • Malen • Radierung • Schneidern



Hormon Yoga nach Dinah Rodrigues

13 0 145

Durch Yoga zur hormonellen Balance

Dieser Workshop richtet sich an alle Frauen, die durch eine ganzheitlich ausgerichtete, energetisierende und verjüngende Yoga-Übungsreihe stimulierend und ausgleichend auf die hormonbildenden weiblichen Drüsen einwirken möchten.

Die von der brasilianischen Yogalehrerin und Psychologin Dinah Rodrigues entwickelte sehr dynamische Übungsreihe bearbeitet intensiv den Energie-Körper, optimiert die hormonelle Balance, übt einen positiven Effekt auf die bekannten Symptome der Prä-Menopause und Menopause aus und führt zu Vitalität und emotionalem Gleichgewicht. So kann diese wichtige Phase der Transformation auf natürliche Art und Weise begleitet werden. Auch Frauen mit unerfülltem Kinderwunsch aufgrund hormoneller Unausgeglichenheit können von der Übungsreihe profitieren.

Keine Yoga-Kenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, Sitzkissen und bequeme Kleidung

Leitung: Susanne Schutta

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

Samstag/Sonntag, 16.02.2013 bis 17.02.2013 – 11:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Dauer: 12 Kursstunden

Gebühr: 100 €

Geschenk-Gutscheine

*Zum
Verschenken
schön*

... für Veranstaltungen aus dem Programm des
Freien Bildungswerks erhalten Sie in unserem Büro
Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum

13 0 146 Hormon Yoga nach Dinah Rodrigues

In diesem Hormon-Yoga-Kurs wollen wir die im Workshop erlernte Übungsreihe üben und vertiefen. Durch das gemeinsame Üben über einen Zeitraum von 4 Wochen entsteht Sicherheit, die die nötige Grundlage für die Yoga-Praxis zuhause bietet.

Der Kurs ist auch ideal für Frauen, die Hormon-Yoga schon kennen, ihre Hormon-Yoga-Praxis nach einer Pause wieder aufnehmen möchten und eine Auffrischung der Yoga-Übungsreihe wünschen.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, Sitzkissen und bequeme Kleidung.

Leitung: Susanne Schutta

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

Montags, 18.02.2013 bis 11.03.2013 – 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr

Dauer: 8 Kursstunden, 4 Treffen

Gebühr: 80 €

13 0 147 Eurythmie – Anregung der Lebenskräfte

Im gemeinsamen eurythmischen Bewegen tauchen wir in verschiedene Gedichte ein, lauschen auf den Stimmungsgehalt, auf Rhythmus und Lautklang.

Das Bewegen in der Gruppe in verschiedenen Formen, Rhythmen und Tempi, das Sichtbarmachen der Laute im Bewegen stärken unsere Lebenskraft aufbauend und harmonisierend.

Bitte Gymnastikschuhe mitbringen.

Leitung: Barbara Fliegel-Zagromski

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

Dienstags, 19.02.2013 bis 11.06.2013 – 19:45 Uhr bis 21:15 Uhr

Dauer: 24 Kursstunden, 12 Treffen

Gebühr: 96 €

Ein Kurs zur Stärkung der eigenen körperlichen und seelischen Ressourcen, insbesondere bei Stress und Erschöpfung. Vital-Eurythmie schafft ein Gleichgewicht zwischen Anspannung und Entspannung. Sie fördert die Selbstregulation durch ein achtsames Umgehen mit sich selber. Dafür wollen die entspannenden und erfrischenden Bewegungsübungen, allein und in der Gruppe, sensibilisieren.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Der Kurs kann auch als Einzeltermin besucht werden. Bitte leichte Gymnastikschuhe und lockere Kleidung mitbringen.

Zum Kennenlernen der Methode findet am 9. Februar 2013 im Rahmen des Tags der offenen Tür „Bildung pur“ des Freien Bildungswerks ein kostenloser Schnupperkurs statt.

Leitung: Elvira Menne

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

**Samstag, A: 13.04.2013, B: 25.05.2013, C: 15.06.2013 –
10:00 Uhr bis 13:00 Uhr**

Dauer: 4 Kursstunden/Treffen

Gebühr: 105 €/38 € Einzeltermin



Baubiologie RUHR

Hollinderbäumer & Churs, PartG

Sachverständigenbüro für Innenraumdiagnostik

Dipl. Biol. Reinhard Hollinderbäumer • Dipl. Biol. Lydia D. Churs

Schimmelpilze Immobiliencheck Innenraumschadstoffe

Fon 0234 – 58 44 276

Fon 0234 – 29 84 262

Dirschauer Str. 10 • 44789 Bochum

13 0 149 **Qualitätszirkel Anthroposophische Medizin – Ruhr-Ärztekreis**

Kontinuierlicher Arbeitskreis einmal pro Woche.
Zertifizierung durch die Ärztekammer liegt vor.

Auskunft/Kontakt: Hans-Josef Bomholt 0209-22012

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

Freitags, 04.01.2013 bis 26.07.2013 – 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr

Dauer: 60 Kursstunden

Gebühr: Freiwilliger Beitrag erbeten

13 0 150 **Hörst Du, was ich nicht sagen kann?**

*AD(H)S/Verhaltensauffällige und schwierige Kinder
homöopathisch begleiten*

Unruhe, Hektik, Stress, Lärm und Medienüberreizung prägen den Alltag unserer Kinder. Als empfindsame Wesen reagieren sie hierauf mit auffälligem Verhalten, z.B. AD(H)S.

So individuell die Reaktionslage der Kinder, so individuell ist die Klassische Homöopathie in der Begleitung. Die Kinder werden in ihren Entwicklungsprozessen unterstützt, ihr bestmögliches Gleichgewicht (wieder) zu erlangen und zu erhalten.

Die homöopathische Betrachtungsweise unterscheidet ihre Mittel in Tier-, Mineralien- und Pflanzenpersönlichkeiten. So sind Struktur und Ordnung die Hauptkennzeichen des Mineralienreichs, während es bei den Mitteln aus dem Tierreich eher um Themen wie Konkurrenz und Aufmerksamkeit geht. Empfindsamkeit und Stimmungsschwankungen sind grundlegende Eigenschaften der Pflanzenwelt.

Welche konkrete Hilfe bietet die Klassische Homöopathie bei der individuellen Stabilisierung und Stärkung unserer Kinder?

Zwei Termine mit identischem Inhalt

Leitung: Nicole Schmied

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

**A: Mittwoch, 06.02.2013, B: Donnerstag, 27.06.2013 –
19:00 Uhr bis 20:30 Uhr**

Dauer: 2 Kursstunden/Treffen

Gebühr: 6 €/Treffen

Entdecke lecker Essen.

SEIT 1991

NATURKOST

SEIT
ÜBER
20
JAHREN
TÄGLICH
FRISCH!

ARTMANN

Birkhuhnweg 5a · 44892 Bochum · Langendreer
www.naturkost-artmann.de · Telefon: 0234 - 28 67 62

Obst Gemüse

Brot Backwaren

Eier Geflügel

69 Biokäsesorten

120 Bio Wein Sorten
aus Deutschland und der ganzen Welt

Fleisch DEMETER Frischfleisch

Gewürze Zutaten

Naturkosmetik

VOLLSORTIMENTE:

DR. HAUSCHKA, SPEICK und WELEDA

BIO Putz- und Waschmittel



Öffnungszeiten: Mo bis Fr 8.00-20.00 Uhr · Samstag 8.00-18.00 Uhr
aufmerksam, liebevoll und heiter...

13 0 151 Torso in Ton

Wochenendkurs: Plastischer Aufbau eines Torsos in Ton

Anhand von Anregungen aus der Kunstgeschichte modellieren und entwickeln wir verschiedene Modell-Torsi in Ton und entscheiden uns dann für einen Entwurf, der dann vollplastisch im Verlauf des Kurswochenendes aufgebaut wird. Ziel des Kurses ist das Erlernen verschiedener Aufbautechniken und die Fertigstellung eines lebensgroßen Ton-Torsos.

Leitung: Enny Pötter

Ort: Atelier Kunstwerkstatt, Schattbachstr. 77, 44803 Bochum

**05.04.2013 bis 07.04.2013 – Fr. 16:00 Uhr bis 20:00 Uhr,
Sa. 09:30 Uhr bis 18:00 Uhr, So. 09:30 Uhr bis 17:00 Uhr**

Dauer: 23 Kursstunden

Gebühr: 230 € inkl. Material- und Brennkosten

Herdecker Bücherstube

am Gemeinschaftskrankenhaus
Herdecke Gerhard-Kienle-Weg 4
58313 Herdecke

Telefon : 0 23 30 - 7 39 15

internet: www.anthro-buch.de



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

Montag-Freitag: 10.00-18.00 Uhr
Samstag: 10.00-14.00 Uhr

Versand-Versand- Versand

*Praxis für bewusstes Leben
~ Ingrid Wasser ~
Psychotherapeutin*

Verhaltenstherapie / Kassenzulassung

Humanistische Psychologie
als Erkenntnishilfe

Erziehungsberatung



*Märchen und Mythen
Meditativer Tanz*

Saladin-Schmitt-Str.23, BO336693

Dieser Kurs wendet sich an alle, die bildhauerisches Arbeiten kennen lernen und dabei Erfahrungen mit unterschiedlichen Materialien, Werkzeugen und Techniken machen möchten, ebenso aber auch an Fortgeschrittene, die eine Möglichkeit suchen, in Gemeinschaft und Austausch mit anderen zu arbeiten und ihre bildnerischen Fähigkeiten weiterzuentwickeln.

Als Material stehen Speckstein, Alabaster und Sandstein zur Verfügung.

Sie haben an diesem Wochenende Gelegenheit, eigene gestalterische Vorstellungen unter Anleitung umzusetzen oder auch im Dialog mit dem Stein Ideen erst zu entwickeln und ihnen dann Form zu geben. Schlag für Schlag werden die im Inneren erahnten Skulpturen freigelegt.

Die fachgerechte Arbeitsanleitung am Material, der Umgang mit Werkzeugen sowie die Vermittlung verschiedener Möglichkeiten der Oberflächenbearbeitung sind selbstverständlich.

Ziel des Kurses ist die Fertigung einer eigenen Skulptur. Am Ende des Kurses steht eine gemeinsame Abschlussbesprechung und Werkschau.

Leitung: Enny Pötter

Ort: Atelier Kunst-Werkstatt, Schattbachstr. 77, 44803 Bochum

25.05.2013 bis 26.05.2013 – 09:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Dauer: 16 Kursstunden

Gebühr: 86 €

„Nebenan gibt's Märchen“ ... und Musik

... in der Praxis für bewusstes Leben, gleich um die Ecke. Ingrid Wasser erzählt wieder jeden Monat Märchen der Welt und Hartmut Rentsch spielt auf der keltischen Harfe. Ort: Saladin-Schmitt-Str. 23, 44789 Bochum

Informationen unter **0234-7980260**

In Kooperation mit

Atelier für KunstTherapie Monika Becker

Kunsttherapeutin BVAKT

Westenfelder Str. 60, 44867 Bochum

Information und Anmeldung: Tel./Fax 02327-86376

„Die Kunst hat heilende Eigenschaften für den Körper und für die Seele.“

Antoni Tàpies

Therapeutisches Malen und Zeichnen

Maltherapie mit Pflanzenfarben

Allgemeines zur künstlerischen Therapie/Maltherapie

Die Kunsttherapie hat ihre Grundlagen in den Erkenntnissen der anthropologisch-medizinischen Menschenkunde, die über eine ausschließlich naturwissenschaftliche Betrachtung des Menschen hinausgeht und seinen seelisch-geistigen Anteil mit einbezieht und auch seine darin begründeten schöpferischen Fähigkeiten.

In der Maltherapie werden therapeutisch geführte, künstlerische Prozesse angeregt, die auf das Seelenleben, die Lebenskräfte und die Organfunktionen eine ausgleichende und gesundende Wirkung haben.

Die künstlerische Therapie wird eingesetzt zur Gesundheitsförderung, Krankheitsbewältigung, Krisenüberwindung und sinnvollen Lebensgestaltung.

Das therapeutische Malen und Zeichnen wird durchgeführt in

Einzelstunden

für Erwachsene und Kinder nach ärztlicher Verordnung und als

Einzelbetreuung

in einer kleinen Gruppe bis zu drei TeilnehmerInnen im Atelier für Kunsttherapie

Kunsttherapeutische Betreuung

am Krankenbett zu Hause, im Krankenhaus, im Hospiz ist nach Absprache möglich.

Trauerbegleitung

Malen in einer kleinen Gruppe und Einzelstunden

Informationen zur Maltherapie, zu den Präventionskursen, den Kosten und der Kostenerstattung durch die Krankenkasse:

Mo.-Fr. 9:00-9:30, 13:00-13:30 Uhr

Präventionskurs Entspannen und Kräfte schöpfen im Malen

13 0 153

Malen mit Pflanzenfarben

Das Angebot richtet sich an diejenigen, die einen sinnvollen Ausgleich suchen zu ihrem beruflichen oder auch privaten Alltagsstress. Im Malen werden diese Ausgleichsprozesse über den Weg der Farbe angeregt. Hierfür sind keine Vorkenntnisse nötig. Malen in einer kleinen Gruppe.

A: 14.01.-04.02.2013 Die Farben des Winters

B: 08.04.-29.04.2013 Die Farben des Frühlings

Die anteilmäßige Übernahme der Kosten durch einige Krankenkassen ist möglich. **Info/Anmeldung unter 02327-86376**

Leitung: Monika Becker

Ort: Atelier für KunstTherapie Monika Becker, Westenfelder Str. 60, 44867 Bochum

Montags, A: 14.01.2013, B: 08.04.2013 – 18:00 Uhr bis 20:15 Uhr

Dauer: 3 Kursstunden/Treffen, jeweils 4 Treffen

Gebühr: 30 €/Treffen + Materialkosten

Therapeutenkonferenz

13 0 154

Interdisziplinäre Therapiebesprechungen und Grundlagenarbeit zur anthroposophischen Menschenkunde.

Aktuelle Textgrundlage: R. Steiner, Geistige Zusammenhänge in der Gestaltung des menschlichen Organismus, GA 218

Info/Anmeldung unter

02327-86376 Monika Becker (Malthherapie) oder

0234-9413120 Gundula Sprung (Heileurythmie)

Ort: Atelier für KunstTherapie Monika Becker, Westenfelder Str. 60, 44867 Bochum

Dienstags, 29.01.2013 bis 02.07.2013 – 19:30 Uhr bis 21:45 Uhr

Dauer: 30 Kursstunden, 10 Treffen, 14-tägig

Gebühr: Freiwilliger Beitrag erbeten

13 0 155 Samstag-Malwerkstatt*Wolkenlandschaft – Träumerei in Blau*

Einführung in das Malen mit Pastellkreide für Interessierte auch ohne Vorkenntnisse.

Malen in einer kleinen Gruppe.

Info/Anmeldung unter 02327-86376

Leitung: Monika Becker

Ort: Atelier für KunstTherapie Monika Becker, Westenfelder Str. 60, 44867 Bochum

Samstag, A: 08.06.2013, B: 22.06.2013 – 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Dauer: 4 Kursstunden/Treffen

Gebühr: 35 €/Treffen + Materialkosten

In Kooperation mit

Studienstätte für kosmisch-künstlerische Tierkreis-Arbeit

Frankenstraße 313, 45133 Essen, Tel. 0201-470411

Leitung: Marie-Anne Brückmann

13 0 156 Die Entwicklung der Seele im Jahreslauf

A: Jahreskurs bis Ostern 2013

Die „12 Stimmungen“ von Rudolf Steiner in Farbe, Bewegung, Form. Ein Schulungsweg mit vertiefender Betrachtung und Malen.

26.01., 23.02. und 23.03.2013

B: Jahreskurs ab Ostern 2013

Bei Drucklegung stand das Thema noch nicht fest.

27.04., 25.05. und 29.06.2013

Info/Anmeldung unter 0201-470411 oder 02327-86376

Leitung: Marie-Anne Brückmann, Monika Becker (Malen)

Ort: Malatelier im Bettina-von-Arnim-Haus, Vittinghoffstr. 11, 45134 Essen

Samstags, A: 26.01.2013, B: 27.04.2013 – 13:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Dauer: 48 Kursstunden, 6 Treffen

Gebühr: Richtsatz 35 € + Materialkosten/Termin

Im April 1912 zeigte Rudolf Steiner in Helsingfors den Künstlern den eben erschienenen Kalender. Die erste und einzige Ausgabe dieses Kalenders beginnt mit dem

Montag, 1. April 1912 und endet am Montag, 31. März 1913.

Der 1. Teil des Kalenders berücksichtigt in besonderer Weise die kosmischen Kräfte des Tierkreises. Der 2. Teil umfasst die Wochensprüche des Seelenkalenders.

A: 05.02., 19.02., 05.03.2013 Die Tierkreiskräfte im Jahreslauf

B: 28.05., 11.06., 25.06.2013 Die Wochensprüche des Seelenkalenders und die Tierkreiskräfte

Info/Anmeldung unter 0201-470411 und 02327-86376

Leitung: Marie-Anne Brückmann

Ort: Atelier für KunstTherapie Monika Becker, Westenfelder Str. 60, 44867 Bochum

Dienstags, A: 05.02.2013, B: 28.05.2013 – 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr

Dauer: jeweils 6 Kursstunden, 3 Treffen

Gebühr: Freiwilliger Beitrag erbeten

Der Seelen-Tierkreis und der Jahreskreislauf mit den Festeszeiten

13 0 158

Dem großen kosmischen Tierkreis steht ein innerer Seelen-Tierkreis gegenüber.

Er findet sein Sonnenlicht in der geistigen Sonne, die der Mensch in sich erweckt.

Eine Begegnung der Seelen-Sonne mit der Geistes-Sonne.

Info/Anmeldung unter 0201-470411 und 02327-86376

Leitung: Marie-Anne Brückmann, Monika Becker (Malen)

Ort: Atelier für KunstTherapie Monika Becker, Westenfelder Str. 60, 44867 Bochum

Samstag, A: 09.02.2013, B: 13.04.2013, C: 15.06.2013 – 13:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Dauer: 18 Kursstunden, 3 Treffen

Gebühr: Richtsatz 35 €/Treffen inkl. Material

Bartholl, Christian:	139
Becker, Monika:	153, 154, 155, 156, 158
Bomholt, Dr. Hans-Josef:	149
Brückmann, Marie-Anne:	156, 157, 158
de Beyer, Carsten:	127
Ellekotten, Monika:	141
Etscheid, Pierre:	132
Figurentheater im Kulturhaus OSKAR:	Seite 53
Fliegel-Zagromski, Barbara:	147
Foell, Conny:	005, 143
Geersen, Annette:	101, 107, 114, 122, 129
Gerards, Maren:	116
Götz, Chantal:	141
Gräler, Susanne:	141
Hanson, Claas:	103
Harst, Dieter:	140
Herzog-Hausberg, Andrea:	113, 123, 130
Hüsing, Karl-Heinz:	115
Lindenau, Christof:	102
Magin, Renate:	002
Martin, Bruno:	007, 109, 110, 117, 118, 120, 125, 126
Menne, Elvira:	148
Menting, Wilhelm:	127
Mertens, Mechthild:	121
Müller, Karola:	114
Neff-Stobbe, Claudia:	142
Obermüller, Christiana:	141
Padligur, Reiner:	124, 131
Pötter, Enny:	151, 152
Reinshagen, Silke:	113, 123, 130
Rosenboom, Jutta:	001, 006, 133, 134, 135
Schlump, Irene:	104, 119, 121
Schmied, Nicole:	150
Scholta-Molnár, Volkmar:	100, 105, 108, 111
Schutta, Susanne:	144, 145, 146
Schwering, Leo:	115
Simon, Sabine:	004
Simons, Carina:	127
Sprung, Gundula:	154
Stratmann, Ursula:	128
Terra, Jeanette:	136, 137
Tritschel, Tom:	138
Weiser, Achim:	106
Willnat, Renè:	115
Ziapour, Kaveh:	003, 112

- Bartholl, Christian** Pfarrer der Christengemeinschaft in Hamburg-Volksdorf, arbeitete als Grafiker für zahlreiche Buch- und Zeitschriftenverlage; eines seiner Arbeitsfelder ist das Verhältnis von Kunst und Spiritualität
- Becker, Monika** Kunsttherapeutin BVAKT
- Bomholt, Dr. Hans-Josef** Facharzt für Allgemeinmedizin mit eigener Praxis, Schwerpunkt Anthroposophische Medizin
- Brückmann, Marie-Anne** Leiterin der Studienstätte für kosmisch-künstlerische Tierkreis-Arbeit
- de Beyer, Carsten** Baubiologischer Raumgestalter IBN, Baubiologe IBN, www.natuerlich-schoene-waende.de
- Ellekotten, Monika** Lehrerin, Spielgruppenleiterin, Museumspädagogin
- Etscheid, Pierre** Heilpraktiker, Massage- und Bewegungstherapeut, 2.DAN Wado Karate, Gesundheitsberater, arbeitet als Heilpraktiker mit Akupunktur, Chiropraktik und Homöopathie
- Fliegel-Zagromski, Barbara** Eurythmistin
- Foell, Conny** Diplom-Sozialwissenschaftlerin, Heiltanzpädagogin BVTA, Kreistanzlehrerin, www.freudentanz.com
- Geersen, Annette** Diplom-Pädagogin, Systemische Beraterin, Gesundheitstrainerin, tätig u.a. innerhalb von Beratung, Supervision, Fort- und Ausbildungen und geisteswissenschaftlicher Forschungsarbeit durch Gruppenprozesse, www.annettegeersen.de
- Gerards, Maren** Studium der klassischen Reitkunst, Ausbildung zur Reittrainerin in Copujol/Südfrankreich bei Julia Meiler, www.casaselva.de
- Götz, Chantal** Waldorferzieherin, Spielgruppenleiterin
- Gräler, Susanne** Spielgruppenleiterin, geologische Präparatorin
- Hanson, Claas** Komponist und Musiktherapeut, www.claas-hanson.de
- Harst, Dieter** ehemaliger Waldorflehrer, seit seinem Studium in Esslingen der schwäbischen Landschaft und ihren Dichtern - im Besonderen aber der Lyrik Mörikes - verbunden
- Herzog-Hausberg, Andrea** Dipl. Kunsttherapeutin, Gest. Techn. Assistentin, Ausbilderin (IHK), Übungsleiterin Autogenes Training
- Hüsing, Karl-Heinz** Solarteur, Arbeitskreis Ökobau Ruhrgebiet e.V., Sonnenenergienutzung, www.oekobau-ruhrgebiet.de
- Lindenau, Christof** Erziehertätigkeit in Schloss Hamborn; Aufbau eines berufsbegleitenden Waldorfseminares in Finnland; hauptberufliche Mitarbeit in der Anthroposophischen Gesellschaft in Finnland und Deutschland; Entwicklung der Meditation zu einer spirituellen Kulturtechnik in der

Anthroposophischen Meditationswerkstatt Bochum-Witten; Buchveröffentlichungen

Magin, Renate staatl. geprüfte Gymnastiklehrerin - Loheland - mit Schwerpunkt Bewegungstherapie, www.renate-magin-lohelandgymnastik.de

Martin, Bruno Biografieberater und Kursleiter, Fortbildungen in Gestalttherapie, Biografiearbeit und Focusing

Menne, Elvira Kulturpädagogin mit Schwerpunkt Eurythmie in der Jugend- und Erwachsenenbildung, Seminartätigkeit und freie künstlerische Projekte

Menting, Wilhelm Keramikingenieur, Lehmbauer, Ofenbauer, www.LehmOase.de, www.lehmbau24.de

Mertens, Mechthild Supervisorin DGSv, Organisationsberaterin, Mediatorin, www.mechthild-mertens.de

Müller, Karola Heilpädagogik, Sprache, Soziale Kunst - Schwetzingen

Neff-Stobbe, Claudia Übungsleiterin über WTB, seit über 22 Jahren Leitung einer eigenen Gymnastikgruppe

Obermüller, Christiana Spielgruppenleiterin

Padligur, Reiner Geomant und Rutengänger, Feng-Shui-Berater, Vermessungstechniker, Diplom-Sozialarbeiter, Mitglied im Arbeitskreis Ökobau Ruhrgebiet e.V., Wohnraumberatung, www.reiner-padligur.de

Pötter, Enny freischaffende Künstlerin in Bochum, Ausstellungen im In- und Ausland seit 2004, Mitglied im Wittener Künstlerbund sowie im Netzwerk Kulturschaffender Frauen der Region Ruhrgebiet, Dozentin für Bildhauerkurse an der FH Bochum und in verschiedenen Institutionen

Reinshagen, Silke Dipl. Kunsttherapeutin, NLP Master Practitioner, Erzieherin, Übungsleiterin Autogenes Training

Rosenboom, Jutta Heilpraktikerin für Psychotherapie, Biografieberatung und Persönlichkeitsentwicklung, freischaffende Künstlerin, www.biografiearbeit.de

Schlump, Irene Schauspielerin, Lehrerin für AlexanderTechnik, www.alexanderalliance.de/irene_schlump

Schmied, Nicole Heilpraktikerin, Praxis für Klassische Homöopathie, Dorn-Breuss-Wirbelsäulenbehandlung[®], Edelstein-Aromaöl-Massagen, www.praxis-schmied.de

Scholta-Molnár, Volkmar Heilpraktiker (Psychotherapie), Praxis für Psychothese und transpersonale Psychologie

Schutta, Susanne zertifizierte Marma Yoga-Lehrerin, ausgebildet in Hormon Yoga, Pre- und Postnatal-Yoga, Weiterbildung in Anusara Yoga

Schwering, Leo Architekt BDA, www.leo-schwering.de

Simon, Sabine Sport- und Gymnastiklehrerin, Diplom-Sozialpädagogin, Choreografin, Tanz- und Theaterpädagogin am Staatstheater Kassel, Body-Coach und Heilpraktikerin für Psychotherapie

Simons, Carina Innenarchitektin, Tischlerin, Lehmputzgestaltung, Baubiologie, Arbeitskreis Ökobau Ruhrgebiet e.V., www.LehmOase.de

Sprung, Gundula Heileurythmistin

Stratmann, Ursula Dipl. Biologin, Kräuterführungen, www.ursula-stratmann.de

Terra, Jeanette Pfarrerin der Christengemeinschaft in Bochum, www.cg-bochum.de

Tritschel, Tom Pfarrer der Christengemeinschaft in Bochum, www.cg-bochum.de

Weiser, Achim Dipl.-Psychologe, Psychotherapeut, Psychologische Praxis in Witten

Willnat, René Geschäftsführer wohnbehagen gmbh & co. kg, Zimmerei und ökologischer Holzbau, www.wohnbehagen.eu

Ziapour, Kaveh Künstler, Dozent (Lehrerfortbildungen für Projektwochen und projektorientierte Unterrichtsphasen), mehrere Ausstellungen im In- und Ausland, art-noon Atelier für Kunst und Kreativität in Bochum

Die Leitung des Freien Bildungswerks Bochum und die KursleiterInnen stehen zur Beratung gerne zur Verfügung.

Fortbildungsveranstaltungen

zum Thema „Malen mit Pflanzenfarben“ können auf Wunsch für Therapeut(inn)en, Pädagog(inn)en oder interessierte Gruppen eingerichtet werden.

Termine nach Absprache. Samstagseminare auf Anfrage.

Anfragen bitte direkt an: Monika Becker 02327-86376

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB)

I. Anmeldungen

Für alle Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich. Mit der Anmeldung werden die Geschäftsbedingungen anerkannt. Die TeilnehmerInnen können sich persönlich, telefonisch, schriftlich, per Fax, per E-Mail oder über unsere Homepage anmelden.

Für Kurse ist bereits die Anmeldung verbindlich. Das FBW benachrichtigt die TeilnehmerInnen, wenn der Kurs belegt ist oder ausfällt.

Bei Fortbildungen erhalten die TeilnehmerInnen eine Anmeldebestätigung mit weiteren Unterlagen, die ausgefüllt und unterzeichnet ans FBW zurückzusenden sind. Mit Eingang der Unterlagen beim FBW kommt der Vertrag zustande. Ist die Veranstaltung belegt oder fällt sie aus, erhalten die TeilnehmerInnen eine Absage.

II. Teilnahmegebühren

Mit der Anmeldung werden auch die Teilnahmegebühren fällig. Die Bezahlung erfolgt per Lastschrift. Ermäßigungen oder Ratenzahlungen sind auf Anfrage möglich.

III. Kursabmeldung/Rücktritt

Die Durchführung einer Veranstaltung ist an eine notwendige MindestteilnehmerInnenzahl gebunden. Liegen nicht genügend Anmeldungen vor, kann eine Veranstaltung abgesagt werden. Bereits entrichtete Gebühren werden erstattet.

Bei Rücktritt der TeilnehmerInnen innerhalb einer Woche vor Beginn des Kurses wird der gesamte Kursbeitrag fällig. Eine Ersatzperson kann gestellt werden. Wer die Teilnahme von sich aus unterbricht oder beendet, hat keinen Anspruch auf Erstattung.

IV. Haftung

Die Teilnahme an Kursen erfolgt auf eigene Gefahr. Das FBW haftet nicht für Schäden aus Beschädigungen, Diebstahl, Verlust oder sonstigen Unregelmäßigkeiten. In Fällen höherer Gewalt, wie Verkehrsstörungen oder Krankheit der Kursleiterin/des Kursleiters, ist das FBW nicht zum Schadenersatz verpflichtet.

V. Datenschutz

Ihre persönlichen Daten werden bei uns gespeichert und nur zur Abwicklung der Veranstaltung und zur Information über weitere Angebote verwendet. Sie werden nicht an Dritte weitergegeben.

Absender	<p>Freies Bildungswerk Oskar-Hoffmann-Str. 25 44789 Bochum</p>
Name, Vorname	
Straße, Hausnummer	
PLZ, Ort	
Telefon (privat/dienstlich)	
FAX/eMail	
Mobil	
Geburtsjahr, Beruf	

Hiermit melde ich mich zu nachfolgenden Veranstaltungen verbindlich an.
 Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen habe ich gelesen und erkläre mich einverstanden.

Kurs Nr.	Titel der Veranstaltung	Betrag in Euro
Programmkosten-/Portokosten-Beteiligung		
Summe		

Zahlung durch: Bankeinzugermächtigung Barzahlung (nur bei Vorträgen möglich)

Die Beiträge können vom Freien Bildungswerk mittels Lastschrift eingezogen werden:

Konto Nr.:	Kontoinhaber:
BLZ:	Bankname:
Ort/Datum	Unterschrift

Bitte teilen Sie uns mit, wodurch Sie auf diese Veranstaltung(en) aufmerksam geworden sind:

- Programmheft Plakat/Handzettel Sonstiges
 Trigonal Freunde/Bekannte

Absender	<p>Freies Bildungswerk Oskar-Hoffmann-Str. 25 44789 Bochum</p>
Name, Vorname	
Straße, Hausnummer	
PLZ, Ort	
Telefon (privat/dienstlich)	
FAX/eMail	
Mobil	
Geburtsjahr, Beruf	

Mitgliedschaft im Freien Bildungswerk e. V. Bochum

Das Freie Bildungswerk e. V. Bochum ist ein Ort des lebendigen Austauschs, der Gemeinschaft und des Lernens. Menschen, die sich beruflich und persönlich weiterbilden und die ihr Leben und die Gesellschaft aktiv gestalten wollen, finden ein breites Spektrum an Möglichkeiten.

Ermöglichen Sie durch Ihre Mitgliedschaft im Freien Bildungswerk e. V. Bochum ein vielfältiges Kursprogramm, spannende Begegnungen und gestalten Sie das Freie Bildungswerk e. V. Bochum aktiv mit, z.B. auf unserer jährlichen Mitgliederversammlung.

Wir freuen uns über einen freiwilligen Jahresbeitrag von 30 Euro.

Ja, ich möchte Mitglied werden

Lastschriftinzug – Bitte ziehen Sie _____ EUR von folgender Bankverbindung ein:

Kontonummer: _____ BLZ: _____ Bankname _____

Ja, ich möchte den Mitglieder-Newsletter an folgende E-Mail-Adresse erhalten:

Ich habe die Satzung zur Kenntnis genommen (siehe unter www.fbw-bochum.de/satzung)

Ort, Datum: _____ Unterschrift: _____

Bitte senden Sie dieses Formular unterschrieben auf dem Postweg an: Freies Bildungswerk e. V. Bochum, Oskar-Hoffmann-Str. 25, 44789 Bochum.

Vorstand des Freien Bildungswerks

Christoph Jaenicke, Bochum
Renate Magin, Bochum
Dirk-Hinrich Otto, Essen
Eva Schneeweiss, Bochum

Kooperationspartner

Das **Freie Bildungswerk** kooperiert mit folgenden Einrichtungen:

- Anthroposophische Gesellschaft, Vidar Zweig Bochum
- Arbeitsgemeinschaft Freie Bildungswerke NRW
- Die Christengemeinschaft, Bochum
- Forum Weiterbildung fakt 21 Kulturgemeinschaft, Bochum
- Freies Bildungswerk Rheinland, Köln
- IAG Institut für Autogenes Training und Gruppenarbeit, Bochum
- Institut für Audiopädie, Witten
- Runder Tisch Weiterbildung, Bochum
- Treffpunkt Eickel, Herne
- WaKiBoLa Familienzentrum des Waldorfkindergarten BO-Langendreer
- Waldorfkindergarten Wattenscheid, BO-Wattenscheid-Höntrop

Mitgliedschaft

Das **Freie Bildungswerk** ist Mitglied in nachfolgenden Organisationen:

- Der Paritätische LV NRW
- LAAW Landesarbeitsgemeinschaft für eine andere Weiterbildung NRW



Oskar-Hoffmann-Str. 25 · 44789 Bochum
Infos: 0234-67661