

RUDOLF-ALEXANDER  
**SCHRÖDERHAUS**

EVANGELISCHES BILDUNGSZENTRUM WÜRZBURG



*Seminare  
Vorträge  
Exkursionen*

**SEPTEMBER  
– FEBRUAR  
2019/20**

## ■ Vorträge & Offene Veranstaltungen

- 04 Die Mode der 50er Jahre
- 05 Unterfranken – idyllisch, düster, geheimnisvoll
- 05 Alles Facebook oder was?
- 05 Palmöl und Klimaschutz. Hintergründe, Fakten und Tipps für den Alltag
- 06 Das Hep-Hep Pogrom 1819 – Antisemitismus in Würzburg
- 06 Barlaam und Josaphat – Buddha als christlicher Heiliger?
- 07 Gott sprach: „Es werde . . .!“ – Bibel und Literatur
- 07 Scharia und Grundgesetz. Ein spannungsreiches Verhältnis
- 07 Weisheiten und Gedichte aus der Welt von 1001-Nacht
- 08 Viktor Frankl – Trotzdem Ja zum Leben sagen
- 08 Stadtgespräch zum ÖPNV
- 08 Karl Barth. Gottes Genosse zwischen Ideal und Wirklichkeit
- 08 Mein persönliches Smartphone
- 09 Taizé – Ein Vortrag mit Bildern & Musik über das „Pilger-Örtchen“ in Burgund
- 09 Burnout
- 10 Heilige Schriften verstehen und auslegen – Judentum
- 10 Gestatten, Kästner!
- 10 Gärten und Freiräume der Zukunft – Quelle der Freude und Inspiration
- 11 Heilige Schriften verstehen und auslegen – Christentum
- 11 Kinderrechte – eine nationale & internationale Herausforderung, auch für Würzburg
- 12 Heilige Schriften verstehen und auslegen – Islam
- 12 Amadé Esperer – Die Wohnbarkeit des Mondlichts
- 12 „Macht hoch die Tür!“ – Adventliche Klänge auf der Weigle-Orgel
- 13 Allä Joa widda – a schöne Bescherung!
- 13 Lebenswert! – Einführung in die Wertimagination
- 13 Sandhasen, Mainscheißer & Zwiebeltreter – Ortsnecknamen in Unterfranken
- 14 ‚Wir glauben an einen Gott‘ – Matinee mit dem Kammerchor der Uni Würzburg
- 14 Twittern wie die Großen
- 14 König, Krieger, Magier, Liebhaber
- 15 Stadtgespräch
- 15 Grundlos erschöpft? – Nebennierenschwäche als mögliche Ursache
- 15 Gott und Gewalt – schwierige Texte im Alten Testament
- 16 Der französische Impressionismus – die Magie des Lichts
- 16 Max Mohr – Leben und Werk
- 16 Der „Göttliche Raffael“ – Zum 500. Todesjahr von Raffaele Santi
- 17 Mittwochstreff – Veranstaltungsreihe am Mittwoch-Vormittag

## ■ Religion & Gesellschaft

- 18 Einführung in die Philosophie
- 18 Raum und Zeit und die Beschaffenheit der Wirklichkeit
- 19 Durch das Wort schaffen - Bibel und Literatur - Rainer Maria Rilke
- 19 Trotzdem ja zum Leben sagen - Lektürekurs zu Viktor Frankl
- 19 Koscher Essen
- 20 Das Lukasevangelium - Lektürekurs zur Bibel
- 20 Mit dem Landschaftsarchitekten zum Traumgarten

## ■ Familie & Persönlichkeit

- 22 Erwartungen sind keinesfalls harmlos! Wie wir kluge Entscheidungen treffen
- 22 Das innere Krafttier als Ressource
- 22 Das Immunsystem der Seele stärken - Resilienztraining
- 23 Stressbewältigung durch Achtsamkeit
- 23 Einführung Enneagramm
- 23 Sprachlosigkeit überwinden und die richtigen Worte finden
- 24 „Mit inneren Bildern die Tiefe meiner Seele finden - Werteimagination
- 24 Mitfühlend Leben - Einführung ins Mindfulness-Based-Compassion-Program
- 25 Dem Inneren Kind begegnen
- 25 Das ist zu komplex für mich... Überlebensstrategien in einer komplex. Welt

- 25 Magritte als Rhetoriker - Die Sprache seiner Bilder für den Alltag nutzen
- 26 PEKiP – Spiel und Bewegung im ersten Lebensjahr
- 27 Babymassage – Kraft der liebevollen Berührung
- 27 SpielRaum für Entwicklung – Eltern-Kind-Gruppe nach Dr. Emmi Pikler
- 28 Spielend Leben lernen – Eltern-Kind-Gruppe
- 28 Eltern turnen mit ihren Kindern

### ■ Engagement & Kompetenz

- 29 Zuhause in der Digitalen Welt – Internet-Café
- 30 Erzählen macht Spaß
- 30 Klüger, reifer, weiter - Älterwerden im Beruf
- 30 Der Melodie der Seele folgen – Wege zur Entscheidungsfindung
- 31 Gelassen herausfordernden Mitmenschen begegnen können
- 31 Seminare für Multiplikatoren und Menschen, die Teams und Gruppen leiten
- 33 Fortbildungen für Mitarbeitende in der Seniorenarbeit, Altersberater\*innen
- 34 Fortbildung für Mitarbeitende im Dekanat

### ■ Meditation & Entspannung

- 36 Mich nähren, meinen Raum stärken und meine Grenzen achten
- 36 Autogenes Training für Fortgeschrittene
- 36 Meditation – Einführung und Begleitung
- 37 KlangRaum – Die heilende Kraft der Klänge
- 37 Entspannt in meiner Mitte bleiben - Souverän schwierige Situationen meistern

### ■ Gesundheit & Bewegung

- 38 Themenreihe Wechseljahre
- 39 Yoga - Kurse
- 40 Walking für Ältere und Senioren
- 40 Mein Weg in die eigene Freiheit - Selbstbestimmt handeln und leben
- 41 Die Feldenkrais-Methode
- 41 Gehirntraining mit Spaß und Bewegung
- 41 Die Hüftgelenke erhalten und regenerieren
- 42 Verwurzelt - Über die Füße die Lebenskraft stärken
- 42 Mutige Mütter - starke Töchter! WenDo-Kurs
- 42 Brennpunkt Blase - das Wasserelement im Winter „natürlich“ stärken
- 43 WenDo – Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen
- 43 Was tun bei Schulterschmerz?
- 43 Qigong – Wildgans Typ II: Gesundheitstraining
- 44 Selbstfürsorge mit Ortho-Bionomy® und ganzheitlichen Körperübungen
- 44 Qigong – Wildgans Typ II: Vertiefung und Korrektur
- 44 Gymnastik und Bewegung

### ■ Kreativität & Kochen

- 48 Zeichnen und Malkurse
- 48 Silber- und Goldschmieden
- 49 Filzen
- 49 Ikebana – für Anfänger und Fortgeschrittene
- 50 Nana-Figuren
- 50 Fraktur-Schriften
- 50 Filzen
- 51 Kreativkurse für Eltern mit Kind
- 52 Koch- und Backkurse, Koch- und Backkurse für Großeltern/Eltern mit Kindern

### ■ Reisen & Kultur

- 56 „Esse un dränke domols und heut“
- 56 7 Kisten mit jüdischem Material
- 57 Walking Dinner in der Pleich – Ein köstlich-informativer Rundgang
- 57 Das Alte Mainviertel – das älteste Würzburg?
- 58 Tagesfahrten: Das Kartäuserkloster Kartause Grünau; Krippenweg Bamberg
- 59 Kunst im Schröder-Haus

### V1

*In Kooperation mit dem Würzburger Netzwerk zur Förderung der Medienkompetenz*

#### **Startschuss für den Digital-Kompass in Würzburg - das kostenfreie Angebot für Senioren rund um Internet & Co**

Im Rahmen des Projektes „Digital-Kompass“ haben sich mehrere Bildungsträger und soziale Einrichtungen aus Würzburg zu einem Netzwerk zusammengeschlossen, um die Digitale Teilhabe aller Bürgerinnen und Bürger von Würzburg zu fördern. Offizieller Start des Digital-Kompasses in Würzburg ist am 12.9.2019 um 15 Uhr in der Stadtbücherei Würzburg. Der Digital-Kompass ist ein Treffpunkt für persönlichen Austausch, für Schulungen vor Ort und online und um Materialien zu erhalten. Das WueNet sind konkret das Internetcafe, Seniorenvertretung, VHS Würzburg, Matthias-Ehrenfried-Haus, Rudolf-Alexander-Schröder-Haus und die Stadtbücherei Würzburg.

Ort: Stadtbücherei Würzburg

Eintritt: frei

**12.9., Donnerstag, 15.00 Uhr**

### V2

*In Kooperation mit der Domschule und der AGTS*

#### **Tibhirine – prophetisches Martyrium?**

Ein erster Blick auf Tibhirine und Christian de Chergé OCSO

Der preisgekrönte Film „Von Menschen und Göttern“ hat 2010 einem breiten Publikum die Geschichte der Mönche von Tibhirine im algerischen Atlas erzählt.

Der Vortrag will mit den Märtyrer-Mönchen und ihrer prophetischen Kraft für ein Christentum der Zukunft bekanntmachen (mit Sequenzen aus dem Kinofilm „Von Menschen und Göttern“). Der Vortrag ist zugleich der Eröffnungsvortrag der Jahrestagung der Arbeitsgemeinschaft Theologie der Spiritualität.

Referent: Dr. Martin Kopp, Generalvikar des Bistums Chur für die Urschweiz

Ort: Exerzitienhaus Himmelsporten, Mainaustraße 42

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 4,-), Mitglieder der AGTS frei

**12.9., Donnerstag, 19.00 Uhr**

### V3

Mittwochstreff

#### **Die Mode der 50er Jahre**

Petticoat und Bleistiftrock, Bikini und Cocktailkleid – das gehört zur unvergessenen Mode der 50er Jahre. Der Herr von Welt liebte Jeans und Lederjacken. James Dean und Elvis Presley, Marilyn Monroe und Brigitte Bardot waren die großen Vorbilder. Stadtrat Willi Dürrnagel gibt mit einem digitalen Bildervortrag einen Einblick in die Mode der 50er Jahre.

Referent: Willi Dürrnagel, Stadtrat

Eintritt: € 5,-

**25.9., Mittwoch, 10.00 Uhr**

**V4**

In Kooperation mit dem Würzburger Autorenkreis

**Unterfranken – idyllisch, düster, geheimnisvoll**

Lesung mit Eva Büttner-Egetemeyer, Barbara Wolf und Rainer Greubel

Eva Büttner-Egetemeyer liest heitere, böse und boshafte Geschichten, die das Leben für sie schrieb. Barbara Wolf liest heimatliche Schmunzelgeschichten über das Lügen und über die Definition von Leidenschaft und regt zu einer nachdenklichen Betrachtung über die Vogelwelt an. Rainer Greubel lotet in seinen Büchern die Grenzen menschlicher Moral aus und schaut tief in die unterfränkischen Seelen. Ernste wie auch heitere Szenen aus Regionalkrimis führen in Wohnungen, Dörfer, Städte und in die Natur; Heimat- und Naturkunde auf intelligente und unterhaltsame Weise.

Lesung: Eva Büttner-Egetemeyer, Barbara Wolf und Rainer Greubel

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**26.9., Donnerstag, 19.00 Uhr**

**V5****Alles Facebook oder was?**

Für was ist Facebook gut und was kann ich alles machen? Wie kann ich Facebook nutzen und was beachte ich, um Inhalte sinnvoll und sicher mit anderen zu teilen. Diesen und Ihren Fragen werden wir nachgehen.

Referent: Thomas Ortlepp, Bildungsreferent

Gebühr: € 5,- (ermäßigt € 3,-)

**8.10., Dienstag, 15.30 Uhr**

**V6**

In Kooperation mit der Kolping-Akademie und der Stephans-Buchhandlung

**Palmöl und Klimaschutz**

Hintergründe, Fakten und Tipps für den Alltag

Palmöl ist überall. Wir begegnen ihm in unserem Alltag täglich. Im Essen, in Kosmetik oder im Tank. Der Grund: Palmöl ist billig und durch seine besonderen Eigenschaften so vielfältig einsetzbar wie kein anderes Pflanzenöl. Doch der Anbau von Ölpalmen ist einer der großen Treiber für die Zerstörung von Regenwäldern. Die einfache Antwort lautet also: Weg mit dem Palmöl! Aber ist es wirklich so einfach? Welche Auswirkung hätte ein Bann von Palmöl in den Produktionsländern? Wären Regenwälder dann gerettet? Die Referentin Frauke Fischer hat gemeinsam mit Frank Nierula das Buch „Der Palmöl-Kompass“ veröffentlicht (oekom-Verlag 2019).

Referentin: Dr. Frauke Fischer, Biozentrum der Universität Würzburg

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**8.10., Dienstag, 19.00 Uhr**



## V7

### Das Hep-Hep Pogrom 1819 – Antisemitismus in Würzburg

Im Sommer 1819 tobte in Würzburg das judenfeindliche Hep-Hep-Pogrom. Die jüdischen Familien flohen in die Nachbargemeinden. Das bayerische Militär stellte schließlich die Ordnung wieder her. Hintergrund waren die Veränderungen, die mit dem Ende des alten Hochstifts und der Zugehörigkeit Würzburgs zur bayerischen Monarchie verbunden waren. Als Feindbild musste die jüdische Minderheit erhalten, die sich um eine Gleichberechtigung in der Gesellschaft bemühte.

Damit wurde die Geschichte des modernen Antisemitismus in Würzburg eingeleitet. In der näheren Betrachtung werden noch immer wirksame Mechanismen von Populismus und Fremdenfeindlichkeit deutlich.

Referent: Dr. Hans Steidle, Stadtheimatpfleger

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**10.10., Donnerstag, 19.00 Uhr**

## V8

### Barlaam und Josaphat Buddha als christlicher Heiliger?

Die Buddha-Legenden gehören zu den kanonischen Stoffen der Weltliteratur – und sie hatten den bemerkenswerten Nebeneffekt, dass Buddha unter dem Namen Josaphat bis zum

Beginn des 21. Jahrhunderts im christlichen Heiligenkalender stand. Die Legende von der Bekehrung Buddhas wanderte über arabische und georgische Fassungen im 10. Jahrhundert in die griechische Literatur. Der Vortrag zeichnet die Wandlung des Protagonisten vom indischen Religionsstifter zum christlichen Heiligen nach.

Die Veranstaltungen aus der Reihe „Fokus Religionen“ werden durchgeführt in Zusammenarbeit mit der Domschule und dem Referat Interreligiöser Dialog und Weltanschauungsfragen des Bistums Würzburg.

Für Mitglieder des Frankenbundes ist der Eintritt frei.

Referent: Prof. Dr. Rainer Leng, Lehrstuhl für Fränkische Landesgeschichte der Universität Würzburg

Ort: Burkardushaus, Am Bruderhof 1

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 4,-)

**10.10., Donnerstag, 19.30 Uhr**

FOKUS  
RELIGIONEN



*Ganzheitliche Heilpraxis*

*Birgit Bringemeier*

staatl. gepr. Heilpraktikerin  
Meta-Kinesiologin  
Integrale Lebensberatung

Hattenhauser Str. 24, 97234 Reichenberg  
Tel. 09 31 / 99 17 26 17, Termine nach Vereinbarung  
Ich freue mich auf Ihren Anruf  
[www.birgit-bringemeier.de](http://www.birgit-bringemeier.de)

## V9

**Gott sprach: „Es werde...!“**

Bibel und Literatur

Die Bibel gilt als das meistgelesene Buch in der Geschichte.

Nach christlicher Überzeugung hat das Wort Gottes im Anfang eine Wirklichkeit geschaffen, in der sich die Geschichte von Menschen ereignet. Die biblischen Texte schenken den Dichtern Anregungen und Stoff für Auseinandersetzungen. Am Beispiel der Schöpfungs- und Exoduserzählung sollen Einblicke in das Verhältnis von Literatur und biblischem Erzählen gegeben und die kulturprägende Kraft der biblischen Texte mit ihren vielen Tücken und Problemen diskutiert werden.

Referent: Dr. habil Reinhold Münster

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**15.10., Dienstag, 19.00 Uhr**

## V10

**Scharia und Grundgesetz.****Ein spannungsreiches Verhältnis**

Die Debatte in Europa über Scharia und säkulares Recht haben in den letzten Jahren Ängste vor der Scharia in

Europa verstärkt, vor allem die Furcht, dass eine Anwendung islamrechtlicher

Normen neben einheimischen Gesetzen in Europa zu einer Aufhebung der

Letzteren führen würde. Der Vortrag greift die aktuelle Diskussion bezüglich der

Scharia in Deutschland auf und geht den zentralen Fragen des islamischen Rechts nach, um die muslimische Auffassung bezüglich wichtiger aktueller Rechtsfragen

nachzuzeichnen. Das Wesen der Scharia und ihre historische Entwicklung werden

erklärt und Fragen in Bezug auf die Anwendung islamrechtlicher Normen im

europäischen Kontext bearbeitet. Hierbei wird die Beziehung des islamischen

Rechts zum europäischen säkularen Recht erläutert.

Referent: Abdeali El Maghraoui, Zentrum für Islamische Theologie,  
Universität Tübingen

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**17.10., Donnerstag, 19.00 Uhr**

## V11

Musikalisch-literarische Matinee

**Weisheiten und Gedichte aus der Welt von 1001-Nacht**

Eine poetische Reise durch den Nahen und Fernen Osten

Die klassische Dichtkunst wie auch Musik des Ostens hat die westliche Kultur tief beeindruckt und geprägt. Es werden heitere, besinnliche und mystische Texte

von Rumi, Hafis, Khalil Gibran, Kabir, Tagore, sowie einige japanische Haikus und Gedichte aus China vorgestellt, begleitet durch Klänge der arabischen Laute.

Der große Reichtum an Schönheit, Menschlichkeit und tiefer Einsicht, die der

Osten in so einzigartiger Weise hervorgebracht hat, sind ein Schatz für die ganze Menschheit.

Lesung: Dr. Jochen Niemuth, Autor, Künstler und Meditationslehrer

Musik: Dr. Samir Aldalati, Oud (arabische Laute)

Eintritt: € 8,- (ermäßigt € 4,-)

**20.10., Sonntag, 11.15 Uhr**

**V12****Viktor Frankl – Trotzdem Ja zum Leben sagen**

Viktor Frankl (1905 – 1997) steht als Psychologe in einer Reihe mit Sigmund Freud und Alfred Adler. Ein sinnerfülltes Leben ist nach Frankl die beste Voraussetzung für eine gesunde Psyche. Frankl entwickelte seine Theorie zur Willensfreiheit und Sinnsuche in den 20er und 30er Jahren des letzten Jahrhunderts und wurde als Jude im Dritten Reich zunächst mit einem Arbeitsverbot belegt, 1942 ins Ghetto gebracht und anschließend in mehreren Konzentrationslagern interniert.

Der Abend stellt mit Film- und Textsequenzen aus seiner Autobiografie das bewegte Leben des jüdischen Psychologen Viktor Frankl vor.

Referent: Klaus Schmidt, Logotherapeut (DGLE) und Business Coach (EMCC)

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

Zu diesem Thema findet auch ein Kurs statt. Vgl. P41 S. 19

**21.10., Montag, 19.00 Uhr**

**V13****Stadtgespräch zum ÖPNV**

Im Stadtgespräch greifen wir regelmäßig ein aktuelles Thema aus Stadtgesellschaft, Kommunalpolitik, Kulturleben oder Sport auf – kurz: ein Thema, das Würzburg bewegt. Wer an diesem Termin zu welchem Thema konkret antreten wird, erfahren Sie dann aus der Main-Post oder auf unserer Internetseite.

Moderation: Torsten Schleicher, Journalist

Eintritt frei

**22.10., Dienstag, 19.00 Uhr**

**V14**

*In Kooperation mit der Domschule Würzburg*

**Karl Barth. Gottes Genosse zwischen Ideal und Wirklichkeit**

Karl Barth (1886 – 1968) war einer der bekanntesten protestantischen Theologen des 20. Jahrhunderts. Die Barmer Theologische Erklärung (1934) mit ihrer Kritik am Hitler-Regime trägt seine Handschrift, seine dreizehnbändige Kirchliche Dogmatik und sein vor ca. 100 Jahren erschienener Römerbrief-Kommentar gehören bis heute zu den Standardwerken einer theologischen Bibliothek. Klaas Huizing, Autor von „Gottes Genosse: Eine Annäherung an Karl Barth“ und „Zu dritt. Karl Barth, Nelly Barth, Charlotte von Kirschbaum“, wird Glauben und Leben dieses großen Theologen zwischen Ideal und Wirklichkeit vorstellen.

Referent: Prof. Dr. Dr. Klaas Huizing, Evangelische Theologie, Universität Würzburg

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**24.10., Donnerstag, 19.00 Uhr**

**V15****Mein persönliches Smartphone**

Android smartphones bieten vielfältige Möglichkeiten der Einrichtung und Anpassung. Mit Apps, Widgets, Homescreen, Hintergrundbild und andere Einstellungen kann Ihr Smartphone individualisiert werden.

Referent: Wolfgang Stenglin, Dipl. Sozialpädagoge

Gebühr: € 5,- (ermäßigt € 3,-)

**5.11. Dienstag, 15.30 Uhr**



**V16**

Mittwochstreff

**Taizé – Ein Vortrag mit Bildern und Musik über das „Pilger-Örtchen“ in Burgund**

500 – 6.000 Menschen aus aller Welt und jeden Alters besuchen Woche für Woche Taizé, um Gott mit Gesängen und Stille zu ehren. Dort in der französischen Einöde gründete 1940 Frère Roger eine ökumenische Glaubensgemeinschaft, die vor allem die Jugend erreichen wollte. Der Vortrag gibt einen Überblick über Entstehung, Hintergründe der Glaubensgemeinschaft und persönliche Eindrücke durch Fotos und eigene Erfahrungsberichte. Wir werden den typischen Tagesablauf in Taizé nachempfinden und manche Lieder gemeinsam anstimmen.

Referent: Thomas Ortlepp, Bildungsreferent

Eintritt: € 5,-

**6.11., Mittwoch, 10.00 Uhr****V17****Burnout**

Notsignale des Körpers erkennen und Wege aus dem Stress finden

Kennen Sie das Gefühl, allen Erwartungen gerecht werden zu müssen, das Tempo hochhalten und stets funktionieren zu müssen? Obwohl inzwischen bekannt ist, dass viele Krankheiten direkt oder indirekt auf Stress zurückzuführen sind, ist es gleichzeitig „in“, gestresst zu sein. Denn wer unter Stress steht, wirkt wichtig und kompetent. Doch auf die Dauer brennen Sie aus. Die Diagnose lautet Burnout! Müdigkeit, Gereiztheit, Erschöpfung und Schlafstörungen bis hin zu Depression und Herzinfarkt können die Folge sein.

In diesem Vortrag werden verschiedene Aspekte von Ursache und Wirkung erläutert und Wege aufgezeigt, wie Sie zu einer gelasseneren und friedvolleren Lebenshaltung finden können.

Referentin: Dagmar Münch, Heilpraktikerin und Physiotherapeutin

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**12.11., Dienstag, 19.00 Uhr**


**35.2019** **JAZZ WÜRZBURG**  
**FESTIVAL**  
**26. & 27. OKTOBER 2019**

FELIX-FECHENBACH-HAUS  
PETRINISTRASSE, WÜRZBURG  
BEGINN: JEWEILS 19 UHR

[www.jazzini-wuerzburg.de](http://www.jazzini-wuerzburg.de)

## V18

### Heilige Schriften verstehen und auslegen - Die Tora im Judentum

FOKUS  
RELIGIONEN

In einer Welt visueller Eindrücke haben es Texte immer schwerer, ernstgenommen zu werden. Das gilt vor allem auch für Heilige Texte von Religionen. Denn diese spiegeln kein modernes Lebensgefühl wieder und werden deshalb immer häufiger, auch von religiösen Menschen, beiseitegelegt. Das Judentum als ausgesprochene Textreligion hat in seiner Geschichte Verfahren entwickelt, um Heilige Texte „aktuell“ zu halten. Kann das heute noch gelingen? Hierzu beschäftigen wir uns mit heute strittigen Texten, wie zum Beispiel der Opferung Isaaks.

Der Referent arbeitet in der Weiterbildung von Religions- und Ethiklehrer\*innen und publizierte gemeinsam mit Prof. Dr. Hanna Liss fünf Bände zur Kindertora „Erzähl es deinen Kindern“.

Referent: Bruno E. Landthaler, Dozent und Autor

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**14.11., Donnerstag, 19.00 Uhr**

## V19

Musikalisch-literarische Matinee

### Gestatten, Kästner!

Wer wagt es, sich den donnernden Zügen entgegenzustellen?

Die kleinen Blumen zwischen den Eisenbahnschwellen!

Erich Kästner war nicht nur Kinderbuchautor. Seine Gedichtbände mit ihrer Mischung aus Zartheit und Sachlichkeit gehören noch heute zum Grundbestand deutscher Poesie. Sein Gedichtzyklus „Die 13 Monate“ steht beispielhaft für seine dynamisch-heitere Schreibweise. In Kästners unnachahmlicher Art, kommen die Monate daher, voller Wort- und Sprachwitz, mit überraschenden Wendungen und Tiefsinn.

Lesung: Gisela Groh

Musik: Barbara Steiner, Querflöte

Eintritt: € 8,- (ermäßigt € 4,-)

**17.11., Sonntag, 11.15 Uhr**

## V20

### Gärten und Freiräume der Zukunft – Quelle der Freude und Inspiration

Zukunfts-  
Fähig!

Gärten und öffentliche Freiräume spielen zukünftig eine immer größere Rolle, u.a. als Erholungs- und Ruheort für Mensch und Natur. Zugleich werden sie mit neuen Herausforderungen durch Hitze, Trockenheit oder heftigen Niederschlag konfrontiert. Eine zukunftsfähige Gartengestaltung unterscheidet sich deshalb zum Teil deutlich von dem, was bisher üblich war. Der Landschaftsarchitekt Michael Maier informiert über Möglichkeiten der Gartengestaltung, vor allem über Gestaltungsgrundsätze und Bepflanzung, aber auch über Dach- und Fassadenbegrünung, Regenwasserbewirtschaftung und Biodiversität.

Referent: Michael Maier, Landschaftsarchitekt und Dipl.-Ing. für Landespflege (FH)

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

Zu diesem Thema findet auch ein Kurs statt. Vgl. P44, S. 20: „Lebens-T-Räume gestalten“

**19.11., Dienstag, 19.00 Uhr**

V21

## Heilige Schriften verstehen und auslegen – Die Bibel im Christentum

FOKUS  
RELIGIONEN

Die Texte der Bibel enthalten nach christlichem Verständnis die Offenbarung Gottes. Alle Christinnen und Christen lesen die Bibel, aber nicht alle lesen sie gleich. Der Vortrag wird aus hermeneutischer Perspektive erläutern, warum Menschen zu unterschiedlichen Zeiten und in unterschiedlichen Kulturen auch heilige Texte unterschiedlich verstehen und inwiefern die Grundprinzipien menschlichen Lesens dazu beitragen, dass die Bibel immer wieder neu auf die jeweilige Gegenwart bezogen werden kann. Die Vielfalt möglicher Interpretationen wird an einem Bibeltext exemplarisch aufgezeigt.

Referent: Dr. Michael Schneider, Evang. Theologie, Goethe-Universität Frankfurt  
Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**21.11., Donnerstag, 19.00 Uhr**

V22

In Kooperation mit Amnesty International Bezirk Würzburg

## Kinderrechte – eine nationale und internationale Herausforderung, auch für Würzburg?

2019 feiert die Welt 30 Jahre Kinderrechte! Am 20. November 1989 wurde die Kinderrechtskonvention der Vereinten Nationen verabschiedet und seitdem wurde viel erreicht. Doch, dass die Rechte der Kinder eingehalten werden ist bis heute leider keine Selbstverständlichkeit, weder global noch national. In Deutschland steht die Forderung im Raum, die Kinderrechte im Grundgesetz zu verankern. Wir reden darüber!

Ein Abend mit Zeit für Begegnung, Podiumsgespräch (20.00 Uhr) und Diskussion.

Ab 18.00 Uhr: Einrichtungen und Institutionen in Würzburg stellen ihre Arbeit vor.

Ab 19.15 Uhr: Einladung zu einem kleinen Imbiss und Begegnung

20.00 Uhr: Podiumsdiskussion


Weitere Informationen zu Mitwirkenden, Gesprächsteilnehmern und

Referent\*innen finden Sie kurzfristig in der Presse und auf der Homepage [www.schroeder-haus.de](http://www.schroeder-haus.de).

Leitung: Roman Mayr, Dr. Anni Hentschel

Eintritt frei, Spende erwünscht

**26.11., Dienstag, ab 18.00 Uhr**



## Gastfamilien gesucht

Wir suchen in Würzburg und Umgebung Familien, Paare oder alleinstehende Damen, die bereit sind, italienische Schüler/innen im Alter von circa 16 - 17 Jahren aufzunehmen. Italienischkenntnisse sind nicht erforderlich! Die Schüler haben vormittags Unterricht und absolvieren nachmittags ein Freizeitprogramm

Informationen zu Programm und Vergütung:  
 M. Pucci-Schmidt Tel. 09521-77 01 Mobil: 0172-82 09 515  
 Evamaria Martinez di Pucci Tel. 0931-84 912  
 oder senden Sie mir eine E-Mail: [pucci-schmidt@t-online.de](mailto:pucci-schmidt@t-online.de)

## V23

### Heilige Schriften verstehen und auslegen – Der Koran im Islam

FOKUS  
RELIGIONEN

Für Musliminnen und Muslime ist der Koran die ewig gültige Offenbarung von Allah. Doch welche Bedeutung hat der Koran für das Leben der Gläubigen? Wie kann der Koran immer wieder neu ausgelegt werden, wenn er als unverändert und von Gott bewahrt gilt und seine Rezitation sogar als gottesdienstliche Tat verstanden wird? Es gibt im Islam unterschiedliche Lehrmeinungen, ob eine kritisch-wissenschaftliche Auseinandersetzung mit dem Koran zulässig ist. Die mit der Koranlektüre verbundenen Fragen der Hermeneutik und der lebenspraktischen Bedeutung werden anhand eines ausgewählten Textes aus dem Koran exemplarisch aufgezeigt.

Referentin: Dr. Eva Kepplinger, Department Islamisch-Religiöse Studien der Universität Erlangen

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**28.11., Donnerstag, 19.00 Uhr**

## V24

Lesung in Kooperation mit dem Würzburger Autorenkreis

### Amadé Esperer – Die Bewohnbarkeit des Mondlichts

Der Würzburger Lyriker Amadé Esperer führt anhand seines neuen Lyrikbandes „Die Bewohnbarkeit des Mondlichts“ durch die erstaunliche Poesie des Alltäglichen, des Unerwarteten und der Liebe.

Seine Gedichte behalten stets den Problemhorizont unserer Zeit im Blick und errichten ein lyrisches Bollwerk gegen das allgegenwärtige Dauerbombardement von Desinformation und Konsumillusion. Feinsinnige Poesie als angenehmer Ort für den Menschen – dort, wo sich Schönheit mit Wahrheit paart – ein Ort, um zu sich, wieder zu Atem und zu neuen Gedanken zu kommen.

Lesung: Amadé Esperer

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**3.12., Dienstag, 19.00 Uhr**

## V25

Mittwochstreff

### „Macht hoch die Tür!“ – Adventliche Klänge auf der Weigle-Orgel

51 klingende Register und 3.427 Pfeifen stehen bereit, um adventliche Klänge zu verbreiten, wenn Kirchenmusikdirektor Christian Heidecker sich an die Orgel in der Kirche St. Stephan setzt. Nach einer kurzen Einführung in die Funktionsweise der Orgel gibt es eine Kostprobe adventlicher Orgelklänge und auch das eine oder andere Adventslied zum Mitsingen. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum geselligen Beisammensein im Saal des Schröder-Hauses bei Adventsgeschichten, Plätzchen und Punsch.

Einführung und Musik: Christian Heidecker, Kirchenmusikdirektor

Treffpunkt: In der Kirche St. Stephan; Wilhelm-Schwinn-Platz 1

Eintritt: € 5,-

**11.12., Mittwoch, 10.00 Uhr**

**V26****Allä Joa widda – a schöna Bescherung!****Oder: Stille Nacht allerseits – Heilig Abend zusammen**

Weihnachten hat viele Gesichter. Vom Kind in der Krippe, über Gänsebraten und Weihnachtsbaum bis zu denen, die an Weihnachten auf die Seychellen jetten.

Merkwürdig ist: Mitten in dem Rummel, der sich rund um „das Christkind“ gebildet hat, bleibt dieses Fest doch immer sperrig und sein Zauber lässt sich nicht unschädlich machen, weder von den Kaufhäusern, noch von den Kirchen.

Hier sind Weihnachtsgeschichten, Texte und Lieder zusammengestellt oder selbst geschrieben, die zum Haareraufen, Schmunzeln, Lachen und Nachdenken provozieren. Und so ist dieses bunte Allerlei zum Heiligen Feste ein Versuch zur Rettung dessen, worum es da wirklich geht.

Text und Musik: Friedemann Jung, Pfarrer, Kabarettist und Liedermacher

Eintritt: € 12,- (ermäßigt € 6,-)

**12.12., Donnerstag, 19.00 Uhr**

**V27****„Lebenswert!“ – Eine Einführung in die Wertimagination**

Vortrag mit praktischen Übungen in einer kleinen Gruppe

Um in Kontakt mit unserem tiefsten Ich, unseren Sehnsüchten und Bedürfnissen zu kommen, kann es hilfreich sein, mit inneren Bildern zu arbeiten. Dazu können Wertimaginationen dienen. Mit positiven „Wertgestalten“ wie z. B. dem Indianer, der für Mut und Stärke steht, begeben wir uns unter Anleitung auf einen Weg zu unserem Selbst. In diesem Vortrag werden die Grundzüge der Wertimagination erläutert. Mit einer geführten Wertimagination in der Gruppe, die auf Wunsch auch individuell besprochen werden kann, wird der Vortrag abgerundet.

Referent: Klaus Schmidt, Logotherapeut (DGLE) und Business Coach (EMCC)

Eintritt: € 9,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

Zu diesem Thema findet auch ein Kurs statt. Vgl. F 51 „Mit inneren Bildern die Tiefe meiner Seele finden“

**14.1., Dienstag, 19.00 Uhr**

**V28**

Mittwochstreff

**Sandhasen, Mainscheißer und Zwiebeltreter – Ortsnecknamen in Unterfranken**

Die Namen, die Unterfranken sich für ihre Nachbarn ausdenken, sind selten schmeichelhaft. Aber sie sind ein Dokument für den unterfränkischen Einfallsreichtum und den bisweilen derben Humor, wenn es ums Schimpfen und Spotten geht. Besonderes Augenmerk wird dabei natürlich auf die Ortsnecknamen aus der Region gelegt.

Referentin: Dr. Monika Fritz-Scheuplein, Unterfränkisches Dialektinstitut der Universität Würzburg

Eintritt: € 5,-

**15.1., Mittwoch, 10.00 Uhr**

**V29**

Musikalische Matinee des Förderkreises

**„Wir glauben an einen Gott“**

Klassische und moderne Chormusik mit dem Kammerchor der Universität Würzburg



Traditionsgemäß lädt der Förderkreis des Schröder-Hauses auch in diesem Jahr wieder zu einem besonderen musikalischen Ereignis ein: Der Kammerchor der Universität Würzburg unter der Leitung von Hermann Freibott singt klassische und moderne geistliche Chormusik rund um das Motto „Wir glauben an einen Gott“. Der bekannteste Choral zu diesem Thema stammt von dem 1873 im Fichtelgebirge geborenen Komponisten Max Reger.

Einführung: Prof. Dr. Friedhelm Brusniak

Musik: Der Kammerchor der Universität Würzburg unter der Leitung von Hermann Freibott

Ort: Kirche St. Stephan, Wilhelm-Schwinn-Platz 1

Eintritt frei. Spenden erbeten

**19.1., Sonntag, 11.15 bis 12.30 Uhr**

**V30****Twittern wie die Großen**

Twitter ist ein soziales Netzwerk und ein Nachrichtendienst, der inzwischen international und in der großen Medienwelt unverzichtbar ist. Donald Trump, Cristiano Ronaldo, der Papst und Angela Merkel – kaum eine Person der Öffentlichkeit kommt inzwischen ohne Tweets aus.

Wir erklären das Prinzip und bald können auch Sie Ihren ersten Tweet absetzen.

Referentin: Inge Wollschläger, Journalistin

Gebühr: € 5,- (ermäßigt € 3,-)

**21.1., Dienstag, 15.30 Uhr**

**V31****„König, Krieger, Magier, Liebhaber“**

Eine Einführung in die vier männlichen Archetypen

Die vier männlichen Archetypen sind nach dem Psychologen Carl Gustav Jung in jedem Mann tiefenpsychologisch verankert. Als Urbilder des menschlichen Seins haben sie über Jahrtausende die menschliche Existenz geprägt. Ohne, dass Mann sich dessen bewusst ist, steuern sie das männliche Verhalten, Denken und Fühlen. Wenn ein Mann einen Mangel spürt, kann es daran liegen, dass ein bestimmter Archetyp gerade nicht gelebt wird, bei einem Flow-Zustand ist mindestens einer unbegrenzt vorhanden.

An diesem Abend werden die vier Archetypen mit ihren Kennzeichen vorgestellt und aufgezeigt, wie man sie stärken und für sich nutzen kann, um im Leben „seinen Mann“ zu stehen und tiefer in die eigene männlich geprägte Spiritualität einzutauchen.

Referent: Klaus Schmidt, Logotherapeut (DGLE) und Business Coach (EMCC)

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**21.1., Dienstag, 19.00 Uhr**

**V32**

In Kooperation mit der Main-Post

**Stadtgespräch**

Im Stadtgespräch greifen wir regelmäßig ein aktuelles Thema aus Stadtgesellschaft, Kommunalpolitik, Kulturleben oder Sport auf – kurz: ein Thema, das Würzburg bewegt. Wer an diesem Termin zu welchem Thema als Diskussteilnehmer dabei sein wird, erfahren Sie dann aus der Main-Post oder auf unserer Internetseite.

Moderation: Torsten Schleicher, Journalist

Eintritt frei

**28.1., Dienstag, 19.00 Uhr**

**V33****Grundlos erschöpft? – Nebennierenschwäche als mögliche Ursache**

Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Antriebs- und Schlafstörungen gehören zu den häufigsten Beschwerden erwachsener Patienten in der Praxis. Oft führen sie, gemeinsam mit anderen Symptomen wie Allergien, vermehrten Infekten, Ängsten, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen, zu Diagnosen wie Erschöpfungszustand, Burnout oder Depression. Eine Nebennierenschwäche als mögliche Ursache wird kaum berücksichtigt. Dabei spielen die Nebennieren als Hauptproduzent der Stresshormone Cortisol, DHEA u.a. eine wichtige Rolle bei den oben genannten Symptomen. Themen des Abends sind die Aufgaben der Nebenniere, Ursachen und Symptome einer Nebennierenschwäche, ihre Diagnose und Behandlung und natürlich die Frage: Was kann ich selbst für mich tun?

Referentin: Barbara Olshausen, Ärztin

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**30.1., Donnerstag, 19.00 Uhr**

**V34****Gott und Gewalt – schwierige Texte im Alten Testament**

„Gott ist die Liebe“. Dieses Zitat aus dem 1. Johannesbrief geht den meisten Christen leicht über die Lippen. Die biblischen Texte enthalten jedoch auch ganz andere Bilder und Aussagen über Gott. Häufig wird dabei auf das Alte Testament verwiesen, wo Leser\*innen mit Schrecken von einem zornigen und gewalttätigen Gott lesen können. Sind diese Texte mit einem Gott der Liebe überhaupt vereinbar und haben sie uns heute noch etwas zu sagen? Der Alttestamentler Dr. Joachim Vette nimmt Sie mit auf einen Streifzug durch einige der provozierendsten Texte und zeigt Möglichkeiten zur Interpretation.

Referent: Dr. Joachim Vette

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**4.2., Dienstag, 19.00 Uhr**

**V35**

Mittwochstreff

**Der französische Impressionismus – die Magie des Lichts**

Der in der 2.Hälfte des 19.Jahrhunderts in Frankreich entstandene Impressionismus ist zur populärsten Kunstrichtung aller Zeiten geworden. Die Gemälde Monets, Renoirs, Pissarros, Sisleys und Morisots sind ein Besuchermagnet der großen Museen. Im 19.Jahrhundert reagierte das Publikum jedoch überwiegend mit Spott und Ablehnung auf die vermeintliche Unfertigkeit der Bilder und die neue Art des Farbauftrags. Die jungen Maler arbeiteten im Freien, unter den Bedingungen des natürlichen Lichts, das zum zentralen Gestaltungselement wurde. Die Wiedergabe atmosphärischer Stimmungen durch Licht- und Schattenreflexe kennzeichnen die Bilder der Impressionisten, die flüchtige Sinneseindrücke, Impressionen einfangen. Dazu gibt es franz. Olivenkuchen, Croissants und Cidre.

Referentin: Julia Meister-Lippert, Kunsthistorikerin

Eintritt: € 5,-

**5.2., Mittwoch, 10.00 Uhr****V36****Max Mohr – Leben und Werk****Ein Beitrag zu „Würzburg liest ein Buch“ 2020**

Der Würzburger Schriftsteller Max Mohr (1890–1937) wollte – wie viele Künstler – aus dem bürgerlichen Alltag und der gesellschaftlichen Normalität ausbrechen, um selbst einen Sinn im Leben zu finden. Früh ging er auf abenteuerliche Reisen, zeigte als Arzt großen Mut im Ersten Weltkrieg. Als Schriftsteller verarbeitete er den Spagat zwischen der Flucht in die einsame Natur und das Eintauchen in die moderne Metropole Berlin. Auch seine literarischen Werke oszillieren zwischen diesen beiden extremen Polen. Seine jüdische Abstammung und sein scheinbares literarisches Scheitern nach manchen großen Erfolgen veranlassten ihn zur Auswanderung nach Shanghai, wo er sich eine Existenz als Arzt aufbaute und an den Folgen seiner Überarbeitung starb.

Referent: Dr. Hans Steidle, Stadtheimatpfleger

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**11.2., Dienstag, 19.00 Uhr****V37****Der „Göttliche Raffael“**

Zum 500.Todesjahr von Raffaele Santi

Als Raffael im Alter von nur 37 Jahren am Karfreitag 1520 starb, „weinte sogar der Papst“, berichtet der Künstlerbiograph Giorgio Vasari.

Raffaels überragendes künstlerisches Können, seine Liebenswürdigkeit und Schönheit machten ihn schon zu Lebzeiten zum Inbegriff des gottbegnadeten Künstlers. Neben seiner Tätigkeit als Maler war er leitender Architekt der Peterskirche und bemühte sich als einer der ersten Denkmalpfleger um den Erhalt des antiken Rom. In seinen berühmten Gemälden zeigt sich jene klassische Schönheit und Klarheit, die durch die vollkommene Harmonie von Natur und Individuum entstand und Raffaels Werk zum Inbegriff der Hochrenaissance macht.

Referentin: Julia Meister-Lippert, Kunsthistorikerin

Eintritt: € 6,- (ermäßigt € 3,-)

**18.2., Dienstag, 19.00 Uhr**



## Mittwochstreff

Der Mittwochstreff ist ein geselliges Angebot, zu dem im Schröder-Haus auch ein Glas Sekt oder Wasser gereicht werden.

Eintritt je Veranstaltung: € 5,- (wenn nicht anders angegeben)

### V3

#### Die Mode der 50er Jahre

Ein Vortrag mit Bildern

Referent: Willi Dürrnagel, Stadtrat

**25.9., Mittwoch, 10.00 Uhr**

### R 176

#### 7 Kisten mit jüdischem Material

Eine Führung durch die Sonderausstellung im Museum für Franken

Treffpunkt: Eingang/Kasse Museum für Franken, Festung Marienberg

Referentin: Rebecca Stutz, Museumspädagogin

Gebühr: € 7,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**16.10., Mittwoch, 10.00 bis 11.30 Uhr**

### V16

#### Taizé

Ein Vortrag mit Bildern und Musik über das „Pilger-Örtchen“ in Burgund

Referent: Thomas Ortlepp, Bildungsreferent

**6.11., Mittwoch, 10.00 Uhr**

### V25

#### „Macht hoch die Tür!“

Adventliche Klänge auf der Weigle-Orgel von St. Stephan und anschließendes geselliges Beisammensein bei Plätzchen und Punsch im Schröder-Haus

Einführung und Musik: Christian Heidecker, Kirchenmusikdirektor

Treffpunkt: In der Kirche St. Stephan; Wilhelm-Schwinn-Platz 1

**11.12., Mittwoch, 10.00 Uhr**

### V28

#### Sandhasen, Mainscheißer und Zwiebeltreter

Ein Vortrag zu den Ortsnecknamen in Unterfranken als Beispiele für den unterfränkischen Dialekt, Humor und Einfallsreichtum, gerade auch beim Schimpfen und Spotten

Referentin: Dr. Monika Fritz-Scheuplein, Unterfränkisches Dialektinstitut der Universität Würzburg

**15.1., Mittwoch, 10.00 Uhr**

### V35

#### Der französische Impressionismus – Die Magie des Lichts

Ein Vortrag mit Bildern; es gibt französischem Olivenkuchen, Croissants und Cidre.

Referentin: Julia Meister-Lippert, Kunsthistorikerin

**5.2., Mittwoch, 10.00 Uhr**

## P38

### Einführung in die Philosophie

„Was bedeutet eigentlich Philosophie? Was denken Philosophen über das Leben und den Tod, über Sinn und Glück, über die alltäglichen Probleme und Beschwerden? Kann der Mensch überhaupt glücklich sein?

Woher wissen wir etwas? Wie hängen Körper und Geist zusammen? Wie steht es mit der menschlichen Willensfreiheit?

Diesen spannenden Fragen werden wir anhand einer „Einführung in die Philosophie“ nachgehen, die in verständlicher Form Antworten auf die großen Fragen des Lebens gibt.

Literatur (bitte besorgen): Thomas Nagel: Was bedeutet das alles? Eine ganz kurze Einführung in die Philosophie. Reclam, 6,00 €

Leitung: Dr. Gerda Pagel

Gebühr: € 40,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**25.9. – 13.11., mittwochs, 18.00 bis 19.30 Uhr, 6x  
(außer 23.10. und 30.10.)**

## P39

### Raum und Zeit und die Beschaffenheit der Wirklichkeit

Raum und Zeit bilden den Schauplatz unserer Wirklichkeit. Alles, was wir tun, denken und erfahren, findet in irgendeiner Raumregion während irgendeines Zeitintervalls statt. Doch was sind Raum und Zeit tatsächlich? Sind sie physikalische Realitäten oder einfach nützliche Ideen? Gibt es einen leeren Raum? Hat die Zeit einen Anfang? Besitzt sie eine Richtung aus der Vergangenheit in die Zukunft, wie unsere Alltagserfahrungen es nahe legen? Können wir Raum und Zeit manipulieren? Viele dieser Fragen bereiteten schon Philosophen und Naturwissenschaftlern wie Aristoteles, Galilei, Kant, Einstein und anderen Kopfzerbrechen. Wir beschäftigen uns mit den aktuellen Ergebnissen aus der Physik und mit philosophischen Betrachtungen zu den Phänomenen Raum und Zeit.

Lektüre (bitte besorgen): Lawrence M. Krauss: Ein Universum aus Nichts, München 2013 (Tb € 10,-)

Leitung: Dr. Gerda Pagel

Gebühr: € 40,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**10.10. – 12.12., donnerstags, 17.30 bis 19.00 Uhr, 6x  
(außer 24.10., 31.10., 21.11. und 28.11.)**

Sie haben es **gelesen!?**

Nicht nur Sie! Wäre das jetzt Ihre Anzeige ...



Rufen Sie uns an!

Tel. 0931-321750

## P40

**Durch das Wort schaffen – Bibel und Literatur****Rainer Maria Rilke**

Die Bibel erzählt in klaren Worten, wie eine Welt entstehen kann – durch das Wort Gottes. Auch der Dichter schafft Welten, viele lassen sich von Heiligen Schriften inspirieren. Doch nur wenigen Poeten war es geschenkt, ein inniges Verhältnis zum Wort der Heiligen Schriften zu entwickeln. Im Mittelpunkt des Seminars sollen Texte von Rainer Maria Rilke stehen und die Frage, was geschieht, wenn der Dichter das Wort Gottes als großen Gesang ausspricht.

Leitung: Dr. habil Reinhold Münster

Gebühr: € 28,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**22.10. - 12.11., dienstags, 19.00 bis 20.30 Uhr, 3x (außer 29.10.)**



## P41

**„Trotzdem ja zum Leben sagen“****Ein Lektürekurs zu Viktor Frankl und der Logotherapie**

Viktor Frankl (1905 – 1997) ist der Begründer der dritten Wiener Richtung der Psychologie und steht damit in einer Reihe mit Sigmund Freud und Alfred Adler. Im Zentrum seiner Existenzanalyse und Logotherapie steht die Freiheit des Willens und der Wille zum Sinn. Erst wenn ein Mensch ein sinnvolles Leben führt, lebt er – nach Frankl – psychisch gesund.

In sechs Abenden wollen wir uns, unterstützt durch Film- und Tondokumente, gemeinsam durch die Lektüre des Buches von Viktor Frankl und seiner Theorie annähern.

Bitte mitbringen: Buch „Trotzdem ja zum Leben sagen“ (ca. € 10,-)

Leitung: Klaus Schmidt, Logotherapeut (DGL) & Business Coach (EMCC)

Gebühr: € 48,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung

**5.11. – 3.12., dienstags, 19.00 bis 20.30 Uhr, 5x**

## P42

**Koscher Essen**

Besuch im jüdischen Gemeindezentrum im Shalom Europa

Die jüdische Gemeinde lädt Interessierte ein, an einem jüdischen Essen teilzunehmen und einen wichtigen Aspekt der jüdischen Religion kennenzulernen. Während des gemütlichen Beisammenseins mit typisch jüdischen Gerichten gibt es die Möglichkeit zu Begegnung und Gesprächen. Ein kurzer Vortrag informiert über die Besonderheiten des koscheren Essens und die traditionelle jüdische Küche am Schabbat und den jüdischen Feiertagen. Eine kurze Führung durch die Synagoge schließt den Abend ab.

Ort: Jüdisches Gemeindezentrum im Shalom Europa, Valentin-Becker-Straße 11

Referenten: Mitglieder der jüdischen Gemeinde

Anmeldung bis 24.10. erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

Gebühr: € 20,- (ermäßigt € 15,-)

**7.11., Donnerstag, 18.00 bis ca. 20.30 Uhr, 1x**



## P43

**Das Lukasevangelium - Lektürekurs zur Bibel**

Keine neutestamentliche Schrift hat die Vorstellungen von Jesus und seiner Zeit so intensiv geprägt wie das Lukasevangelium. Der Verfasser, der besonders die Ethik und die Fürsorge für die Armen im Blick hat, knüpft in seinem Vorwort an die antike Historiographie an und erzählt in kurzen einprägsamen Episoden anschaulich von Leben und Lehren Jesu. Im Seminar werden wichtige Kapitel des Lukasevangeliums gemeinsam gelesen und auf dem Hintergrund aktueller bibelwissenschaftlicher Forschung gemeinsam diskutiert.

Leitung: Dr. Anni Hentschel

Gebühr: € 36,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**4.12. – 22.1., mittwochs, 19.00 bis 20.30 Uhr, 6x  
(außer 25.12. und 1.1.)**

## P44

**Lebens-T-Räume gestalten –  
naturnah und pflegeleicht****Mit dem Landschaftsarchitekten zum Traumgarten**

Der eigene Garten wird immer wichtiger, sei es als Begegnungsraum oder als Rückzugsort. Er soll pflegeleicht und naturnah sein (Stichwort: Klimawandel) und so zu mehr Biodiversität beitragen. Im Seminar werden Gestaltungsgrundsätze für Gärten besprochen. Durch eine entsprechende Planung kann viel Geld gespart und vor allem ein gutes Ergebnis erzielt werden.

Die TeilnehmerInnen erstellen dann mit einem Lageplan ein Konzept für ihren eigenen Garten. Der Seminarleiter unterstützt Sie dabei und gibt Tipps und Anregungen für eine gelungene Gestaltung.

Bitte mitbringen: Weicher Bleistift, Radiergummi, Transparentpapier, Grundriss bzw. Lageplan des Gartengrundstückes, in dem alle relevanten Elemente (z.B. Gebäude, alter Baumbestand) eingezeichnet sind, am besten mit dem Maßstab 1:100.

Leitung: Michael Maier, Landschaftsarchitekt und Diplom-Ingenieur für Landespflege  
Kosten: € 45,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**18.1., Samstag, 10.00 Uhr bis 12.30 Uhr und 13.30 Uhr  
bis 17.00 Uhr, 1x**

**Zukunfts-  
Fähig!**



## Senioren- Begegnungsstätte

Unsere Senioren-Begegnungsstätte mit eigenständigem Programm im Albert-Schweitzer-Haus bietet an:

### Mittwochcafé

Am Mittwoch ist die Begegnungsstätte im Erdgeschoss mit verschiedenen Angeboten geöffnet:

13.00 Uhr: Gymnastik für Frauen

Ein spezielles Angebot der Bewegung ist die Gymnastik mit altersspezifischen Übungen zur Mobilitätserhaltung.

14.15 Uhr bis 17.30 Uhr: Das Seniorencafé

Im kleinen Saal wird nach der Gymnastik Kaffee und Kuchen angeboten.

15.00 Uhr: Bildungsangebot mit kulturellen, geschichtlichen und religiösen Inhalten. Hierzu gehören Vorträge, Filme, Lieder, Gedächtnisübungen u.a. die genauen Themen und Referenten werden in der Monatsübersicht veröffentlicht.

### Sonntagstreff

Das Seniorencafé ist im Saal im Obergeschoss jeweils am 1. Sonntag im Monat geöffnet. Neben den Gesprächen ist das Singen von Volksliedern sehr beliebt. Eine Besinnung gehört ebenso zum Programm.

Im Dezember beendet die Weihnachtsfeier das Jahresprogramm.

### Fahrten

Monatlich finden jeweils am 3. Dienstag im Monat Halbtagesfahrten statt. Von März bis November werden kulturelle Ziele – überwiegend im nahen Frankenland – angesteuert. 1 – 2 mal im Jahr finden nach Möglichkeit Tag-fahrten zu weiter entfernten Zielen statt.

### Seniorenkreis für Pflegebedürftige

Dieser findet dienstags 14-tägig von 14.00 bis 17.00 Uhr in Kooperation mit der Sozialstation des Diakonischen Werks statt. Spiele, einfache Gymnastik, Singen, Gedächtnisaktivierung, Geschichten u.a. gehören zum Programm. Für fachkompetente Betreuung ist gesorgt. Ein Fahrdienst wird organisiert.

Mehr Informationen bei der Sozialstation des Diakonischen Werkes Würzburg, Tel.: 0931- 35 47 80

Das aktuelle Programm erhalten Sie im Schröder-Haus oder in der Seniorenbegegnungsstätte.

Im Internet unter <http://senioren.schroeder-haus.de>

Seniorenbegegnungsstätte , Friedrich-Ebert-Ring 27d , 97072 Würzburg  
Telefon 0931-79 625 79 / E-Mail: [senioren@schroeder-haus.de](mailto:senioren@schroeder-haus.de)

Bürozeiten: Di 10-12 Uhr, Mi 14-17 Uhr (außerhalb mit Anrufbeantworter)  
Leitung: Diakon Andreas Fritze

## F45

### Erwartungen sind keinesfalls harmlos! Wie wir kluge Entscheidungen treffen können

Wie sich Situationen und Beziehungen entwickeln, hängt in stärkstem Maß von den Erwartungen der Beteiligten ab. Unsere eigenen Erwartungen halten wir oft für selbstverständlich („darüber müssen wir ja gar nicht reden, das ist ja klar!“), im Konfliktfall sind wir dann enttäuscht oder auch schockiert, wenn sich zeigt, dass andere Menschen in der Situation ganz andere (oft auch unausgesprochen!) Erwartungen hatten. In diesem Kurs wollen wir uns und unseren Mitmenschen sowie unseren und deren Wünschen ein wenig auf die Spur kommen, um so bessere und tragfähigere Entscheidungen zu treffen.

Leitung: Helmut Broichhagen, Dipl.-Psychologe, Coach und Supervisor

Gebühr: € 30,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung

**30.9. + 7.10., montags, 19.30 bis 21.00 Uhr, 2x**

## F46

### Das innere Krafttier als Ressource

Krafttiere sind schützende Begleiter und Helfer auf geistiger Ebene. Sie können uns in unserem Lebensalltag hilfreich unterstützen, in dem wir ihre Fähigkeiten und Eigenschaften nachahmen. Sie schenken uns in schwierigen Lebenssituationen Mut und Stärke, im Leben weiterzugehen und anstehende Aufgaben zu lösen. Über eine geführte Traumreise können Sie Ihr Krafttier finden, welches Aufschluss über Ihre Stärken, Fähigkeiten und Potentiale gibt. In der anschließenden Reflexion und dem Austausch mit den anderen Kursteilnehmenden entdecken Sie, wie Sie das Krafttier gewinnbringend im Alltag nutzen können.

Bitte bequeme Kleidung, Stift und Schreibblock mitbringen.

Leitung: Martina Möller, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Psychosynthese-Therapeutin

Gebühr: € 45,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung

**18.10. Freitag, 18 bis 21.00 Uhr, 1x**

## F47

### Das Immunsystem der Seele stärken

Resilienztraining

Die psychische Widerstandsfähigkeit (Resilienz) ist trainierbar! In diesem Kurs erfahren Sie, welche Schutzfaktoren helfen, belastende Lebenssituationen gesund zu bewältigen. In zahlreichen praktischen Übungen aktivieren Sie Ihre persönlichen Schutzfaktoren und lernen neue Strategien kennen.

Bitte Schreibzeug mitbringen.

Leitung: Katja Göttfert, BrainFit-Trainerin, Resilienztrainerin

Gebühr: 60,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**8.11. + 9.11. + 29.11; freitags jeweils 18.00 bis 20.00 Uhr und Samstag 10.00 bis 16.00 Uhr, 3x**

**F48****Stressbewältigung durch Achtsamkeit**

Einführungs-Workshop nach dem „Mindfulness-Based Stress Reduction-Programm“ (MBSR) Achtsamkeit meint eine offene, annehmende Haltung gegenüber allem, was von Moment zu Moment geschieht. Die Einführung gibt einen Überblick über das „MBSR-Programm“ und erste „Übungen der Achtsamkeit“. Ziel ist es, die Teilnehmenden zu befähigen, sich der gegenwärtigen Erfahrung und der automatischen Tendenz, jede Erfahrung zu bewerten, bewusst zu sein und ein sog. Zeugenbewusstsein zu entwickeln. So kann es möglich werden „mitten in der Katastrophe“ noch in seiner Mitte zu verweilen.

Bitte eine Decke sowie ein großes und ein kleines Handtuch mitbringen.

Leitung: Tjorven Figge, MBSR-Trainerin, Yoga-Lehrerin, BDY/EYU

Gebühr: € 30,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**9.11., Samstag, 10.00 bis 13.00 Uhr, 1x**

**F49****Sich selbst verstehen und andere leichter akzeptieren“  
Eine Einführung in das Enneagramm**

Ärgern Sie sich über einen bestimmten Typ Mensch immer wieder? Entdecken Sie bei Ihrem Partner / Ihrer Partnerin Wesenszüge, die Sie stets nerven oder tappen Sie persönlich immer in die gleiche Falle? Das Enneagramm hilft, das Denken, Fühlen und Verhalten von Menschen besser zu verstehen. Es wurzelt spirituell im Sufismus und beschreibt neun verschiedene Typen. Es zielt darauf, sich selbst und andere besser zu verstehen. Die im Workshop gewonnenen Erkenntnisse können im privaten und beruflichen Kontext helfen, reflektierter und toleranter zu sein. Die Teilnehmenden lernen die Grundzüge des Enneagramms kennen und versuchen, durch einfache Übungen ihren Typus zu erkennen und herauszufinden, warum sie mit bestimmten Menschen immer wieder anecken.

Leitung: Klaus Schmidt, Logotherapeut (DGL) & Business Coach (EMCC)

Gebühr: € 45,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**16.11., Samstag, 10.00 bis 17.00 Uhr, 1x**

**F50****Sprachlosigkeit überwinden und die richtigen Worte finden - Über die Macht der Sprache**

Sprache ist allgegenwärtig, und wir vergessen oft, dass die stille Welt, ohne Sprache, die Ursprüngliche ist! Unser Schicksal hängt oft davon ab, wie wir Sprache verstehen, was wir mit einem Wort oder Satz verbinden, unsere Kindheit hat dafür die Grundlagen gelegt. Aus eigener Erfahrung kennen wir Situationen, in denen wir sprachlos waren, sie gehören oft zu den schmerzhaftesten Erlebnissen und hinterlassen ihre Spuren. In diesem Kurs geht es darum, Erlebnisse in Worte zu fassen, die für uns passen – erst die Sprache der Gefühle wieder zu beleben und zu ihrem Recht zu verhelfen, und dann die Sprache der Absichten, Ziele, Werte. Wir können uns und anderen Menschen viel helfen, wenn wir diese Schritte gehen.

Leitung: Helmut Broichhagen, Dipl.-Psychologe, Coach und Supervisor

Gebühr: € 30,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung

**18.11. + 25.11., montags, 19.30 bis 21.00 Uhr, 2x**

## F51

### „Mit inneren Bildern die Tiefe meiner Seele finden“ Einübung in die Wertimagination

Jeder Mensch kennt innere Bilder, die ihm zum Beispiel in seinen Träumen begegnen und die ihn aufrütteln, erfreuen und zum Staunen bringen können.

Bewusste Arbeit mit inneren Bildern ermöglicht den Kontakt mit dem tiefsten inneren Ich. Besonders geeignet sind Wertimaginationen nach Uwe Böschmeyer. Mit positiven „Wertgestalten“ wie der Löwe, der für Mut und Gefühle steht, geben wir uns in der Gruppe unter Anleitung auf einen Weg zum jeweiligen Ich, der zu einer existenziellen Begegnung mit mir selbst führen kann. Am Freitagabend werden in einer kurzen Darstellung zunächst die Grundlagen der Wertimagination vermittelt. Es schließt sich eine geführte Imagination in der Gruppe zu einem vereinbarten Ziel an. Jeder Teilnehmende kann dann in der Gruppe über seine eigene Reise berichten. Am Samstag wird es neben einiger Theorie noch mindestens zwei weitere Imaginationen geben, die ebenfalls besprochen werden.

Leitung: Klaus Schmidt, Logotherapeut (DGL) & Business Coach (EMCC)

Gebühr: € 60,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

Einführungsvortrag: V27 14.1., Dienstag, 19.00 Uhr

**14.2. + 15.2, Freitag 19.00 bis 21.00 Uhr und Samstag, 10.00 bis 17.00 Uhr, 2x**

## F52

### Mitfühlend Leben - Einführung in das Mindfulness-Based Compassion Program (MBCL)

Mitgefühl – vor allem mit uns selbst – ist nachweislich einer der Schlüsselfaktoren für seelische Gesundheit. Durch praktische Übungen lässt sich unsere Fähigkeit, (Selbst-) Mitgefühl zu empfinden, entwickeln und vertiefen. Zu Beginn gehen wir der Frage nach: Was ist der Unterschied zwischen Mitgefühl und Mitleid? Wie kann ich Selbstmitleid in Selbstmitgefühl umwandeln? Zwei geführte Meditationen eröffnen einen Einblick und wir tauschen uns darüber aus. Die Teilnehmenden erarbeiten Beobachtungsaufgaben für ihren Alltag, die die Aufmerksamkeit auf den Umgang mit sich selbst und andere lenken. So können wir Selbstakzeptanz und Mitgefühl im Alltag üben. Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Workshop, ist die Erfahrung mit achtsamkeitsbasierten Übungen/Meditation, wie zum Beispiel Atemachtsamkeit, achtsame Körperarbeit, etc.

Mitzubringen: Ein kleines Handtuch/Kissen für unter dem Kopf, eine Decke, warme Socken (evtl. ein großes Handtuch als Unterlage für die Matte).

Leitung: Tjorven Figge, MBSR-Trainerin, Yoga-Lehrerin, BDY/EYU

Gebühr: € 30,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**30.11., Samstag, 10.00 bis 13.00 Uhr, 1x**

**Melden Sie sich bitte für Veranstaltungen an:**

[www.schroederhaus.de](http://www.schroederhaus.de)  
0931-32175-0

**Büro besetzt:**  
Mo - Fr: 9-12 Uhr  
MoDiDo: 14-17 Uhr



RUDOLF-ALEXANDER  
**SCHRÖDERHAUS**  
EVANGELISCHES BILDUNGSZENTRUM WÜRZBURG





## F53

**Dem Inneren Kind begegnen**

Das Innere Kind repräsentiert den Teil in uns, der sich häufig durch früheste verletzte Kindheitsprägungen entwickelt hat. Dieser Anteil beeinflusst unsere Gefühle und unser Verhalten oft unbewusst im Alltags- und Berufsleben sowie in Partnerschaften und Beziehungen.

Im Seminar unterstütze ich Sie, diese Gefühlsanteile Ihres Inneren Kindes wahr- und anzunehmen. Je stärker uns dies gelingt, umso mehr entwickeln wir Selbstliebe, innere Ruhe und Zufriedenheit. Dies wirkt sich positiv auf unsere sämtlichen Lebensbereiche aus.

Bitte bequeme Kleidung, Socken, Malstifte, Block und Mittagsimbiss mitbringen.

Leitung: Martina Möller, Heilpraktikerin für Psychosynthese und ganzheitliche Psychotherapie

Gebühr: € 45,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**18.1., Samstag, 10.00 bis 16.00 Uhr, 1x**

## F54

**„Das ist zu komplex für mich ...“****Überlebensstrategien in einer komplexen Welt**

Manchmal fällt es schon schwer, sich in unserer komplexen Welt zurecht zu finden. Aber wenn alles einfach und überschaubar wäre, würde das Leben ziemlich langweilig sein. Komplexität reduzieren – ja! Aber sie abschaffen – nein! Erstens geht das nicht und zweitens wäre unser Dasein dann ziemlich monoton und trist. An zwei Abenden lernen wir sinnvolle Strategien kennen, wie sich Komplexität praktisch reduzieren lässt, ohne den Spaß am Leben zu verlieren.

Leitung: Prof. Dr. Hajo Petsch

Gebühr: € 30,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**13.1. + 20.1. montags, 19.30 bis 21.00 Uhr, 2x**

## F55

**Magritte als Rhetoriker - Die Sprache seiner Bilder für den Alltag und für Problemlösungen im Alltag nutzen**

Magritte (1898–1967) setzt dem französischen Surrealismus eine denkende Malerei entgegen. Ziel seiner kühlen Präzision ist es, einen Ausdruck des Denkens zu finden. Anstatt mit Worten stellte er seine Überlegungen zum Verhältnis von Bild und Sprache in Gemälden dar. Magrittes verfremdete Gegenstände verbinden das Vertraute mit dem Fremdartigen, die Poesie der Titel enthebt sie zusätzlich jegliches Anspruchs auf Ähnlichkeit. Wir werden an diesem Abend einige Mechanismen der gegenseitigen Transformation von Bild und Gedanken kennenlernen, die auch unser Alltagsdenken in Richtung auf Problemlösungen befruchten kann.

Leitung: Helmut Broichhagen, Dipl.-Psychologe, Coach und Supervisor

Gebühr: € 30,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung

**27.1., montags, 19.30 bis 21.00 Uhr, 1x**

## Eltern-Kind-Angebote

### PEKiP – Spiel und Bewegung im ersten Lebensjahr

Im „Prager-Eltern-Kind-Programm“ werden Mütter und/oder Väter mit Spiel- und Bewegungsanregungen vertraut gemacht, die dem Entwicklungsstand ihres Kindes entsprechen. Gleichzeitig besteht die Möglichkeit zum Knüpfen neuer Kontakte und gemeinsamen Austausch über Fragen der Pflege, Erziehung, Ernährung und Entwicklung.

Bitte Handtuch und Mullwindel mitbringen. Der Raum ist gut beheizt, denken Sie an entsprechend leichte Kleidung für sich.

Weitere Informationen unter [www.pekip.de](http://www.pekip.de) und [www.baby-würzburg.de](http://www.baby-würzburg.de)

#### F56

PEKiP-Kurs für Eltern mit Babys geboren Oktober 2018 – Februar 2019

**13.9. – 29.11., freitags, 9.15 bis 10.45 Uhr, 10x  
(außer 1.11. und 22.11.)**

#### F57

PEKiP-Kurs für Eltern mit Babys geboren Februar – April 2019

**13.9. – 29.11., freitags, 11.00 bis 12.30 Uhr, 10x  
(außer 1.11. und 22.11.)**

#### F58

PEKiP-Kurs für Eltern mit Babys geboren Mai, Juni, Juli 2019

**13.9. – 29.11., freitags, 13.30 bis 15.00 Uhr, 10x  
(außer 1.11. und 22.11.)**

#### F59

PEKiP-Kurs für Eltern mit Babys geboren September, Oktober, November 2019

**10.1. – 20.3., freitags, 9.15 bis 10.45 Uhr, 10x  
(außer 28.02.)**

### Weiterführende PeKiP-Kurse:

In diesen Kursen haben Eltern von den Anfängerkursen Vorrang, nur frei werdende Plätze können über die Warteliste an neue TeilnehmerInnen vergeben werden.

#### F60

PEKiP-Kurs für Eltern mit Babys geboren Februar, März, April, Mai 2019

**10.1. – 20.3., freitags, 11.00 bis 12.30 Uhr, 10x  
(außer 28.2.)**

#### F61

PEKiP-Kurs für Eltern mit Babys geboren Mai, Juni, Juli, August 2019

**10.1. – 20.3., freitags, 13.30 bis 15.00 Uhr, 10x  
(außer 28.2.)**

Leitung: Karola Rumpel, Dipl.-Sozialpädagogin, PEKiP-Gruppenleiterin

Gebühr: € 98,- (10x)

Bitte bei der Anmeldung Geburtsdatum des Kindes angeben!

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**F62****Babymassage – Kraft der liebevollen Berührung**

Für Eltern und Babys ab der 6. Woche bis zum Krabbelalter

Zahlreiche wissenschaftliche Studien belegen, dass regelmäßiges Massieren von Babys einen positiven Einfluss auf deren psychologische und neurologische Entwicklung hat. So wirkt es sich u.a. günstig auf Körperfunktionen aus oder kann den Umgang mit Koliken und Blähungen erleichtern. Der intensive Kontakt fördert zudem die Bindung zwischen Eltern und Baby und erleichtert den Umgang miteinander. Der Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, sich in entspannter Atmosphäre bewusst Zeit für Ihr Kind zu nehmen.

Bitte ein Handtuch und eine Decke mitbringen.

Leitung: Christina Schmitt, zertifizierte Kursleiterin (DGBM)

Gebühr: € 50,- (je Kurs) inkl. Kursmaterial und Massageöl

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**F63**

**17.10. – 14.11., donnerstags, 9.30 bis 10.30 Uhr, 4x  
(außer 31.10.)**

**F64**

**23.1. – 13.2., donnerstags, 9.30 bis 10.30 Uhr, 4x  
(außer 31.10.)**

**SpielRaum für Entwicklung****Eltern-Kind-Gruppe nach Dr. Emmi Pikler**

Für Eltern und Kinder von 5 Monaten bis ca. 3 Jahren

Pikler hat in empirisch belegt, dass Kinder sich nach eigenem Rhythmus entwickeln und dadurch ein gesundes Selbstwertgefühl aufbauen. Im freien kreativen Spiel in reizreduzierter Umgebung gewinnt das Kind Zutrauen in seine Fähigkeiten und kann seinen Körper erleben. Es kann Ruhe finden und sich, in Beziehung zu anderen, kennenlernen. Gefühle und Konflikte sind erlaubt und werden von der Leiterin begleitet. Die Eltern können in Ruhe den Kindern zuschauen. Die Eigenaktivität der Kinder zu erleben, macht Freude, überrascht und stärkt Vertrauen. Zu Themen aus dem Familienalltag gibt es Anregungen und Impulse. Erlebnisse und Fragen, die sich entwickeln, werden besprochen.

Leitung: Barbara Lurz, Dipl.-Theologin, Begleiterin für Persönlichkeitsentwicklung  
Gebühr: € 125,- 1 Erwachsener und 1 Kind/ € 42,- jede weitere Person (je Kurs)

*Bitte bei der Anmeldung Alter und Name des Kindes mit angeben!*

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**F65**

**8.10. – 21.1., dienstags, 9.15 bis 10.15 Uhr, 13x  
(außer 29.10., 24.12. und 31.12.)**

**F66**

**8.10. – 21.1., dienstags, 10.30 bis 11.30 Uhr, 13x  
(außer 29.10. 24.12. und 31.12.)**



Wir bedanken uns für die freundliche Unterstützung unserer Eltern-Kind-Angebote bei:

**STADT WÜRZBURG**

### „Spielend Leben lernen“ – Eltern-Kind-Gruppe

für Eltern und Kinder ab dem Laufalter (bis ca. 3 Jahren)

Die Eltern-Kind-Gruppe gibt Müttern und Vätern Gelegenheit, mit ihrem Kind in der Gemeinschaft mit Gleichgesinnten zu spielen und zu lernen. Finger-, Kreis- und Singspiele, Musik und Bewegung, gestalterische Elemente, Sinneserfahrungen sowie Werterziehung werden jahreszeitlich in ein Programm eingebettet und wecken das Interesse der Kinder. Eltern haben Gelegenheit, Kontakte zu knüpfen, Erfahrungen auszutauschen, Elternrolle zu bedenken und zu diskutieren und erhalten Anregungen zur altersgemäßen Förderung ihres Kindes.

Leitung: Martina Limpert-Scherbant, Gesundheitspädagogin SKA

Gebühr: € 53,- (je Kurs) für 1 Erwachsenen und 1 Kind

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

#### F67

**26.9. – 28.11., donnerstags, 15.00 bis 17.00 Uhr, 8x  
(außer 3.10., 31.10)**

#### F68

**5.12. – 6.2., donnerstags, 15.00 bis 17.00 Uhr, 8x  
(außer 26.12. und 2.1.)**

### Eltern turnen mit ihren Kindern

Bewegungsförderung für Eltern und Kinder ab 2 Jahren

Diese Turnstunde soll in erster Linie eine fröhliche Stunde sein, die Eltern ganz bewusst mit ihrem Kind genießen. Der natürliche Bewegungsdrang der Kinder steht im Vordergrund. „Alltagsmaterialien“ wie z.B. eine Zeitung, Kissen oder Bierdeckel etc. laden zum Turnen ein, woraus einfache Übungsformen entstehen, die die motorische Entwicklung des Kindes unterstützen. Diese Impulse lassen sich leicht in den Alltag integrieren. Spiel und Bewegungslieder runden die Stunde ab.

Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen.

Leitung: Martina Limpert-Scherbant, Gesundheitspädagogin SKA

Gebühr: € 54,- bzw. € 48,- (je Kurs) für 1 Erwachsenen und 1 Kind /

€ 19,-jede weitere Person

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

#### F69

**27.9. – 29.11., freitags, 16.30 bis 17.30 Uhr, 9x  
(außer 1.11.)**

#### F70

**6.12. – 7.2., freitags, 16.30 bis 17.30 Uhr, 8x  
(außer 27.12. und 3.1.)**

**Unsere Kreativangebote für Eltern mit Kindern und die neuen Großeltern/Eltern-Kind-Kochkurse finden Sie in der blauen Rubrik Kreativität & Kochen**

Wir im **Internet!**

Immer einen Besuch wert ...

Rufen Sie uns auf !



[www.schroeder-haus.de](http://www.schroeder-haus.de)

**E71****Zuhause in der Digitalen Welt –  
Medien entdecken, verstehen, nutzen**

Neue Medien durchdringen unseren Alltag: Mailen, simsen und liken, mit Smartphones, Tablets oder Laptops. Sie verändern unser Leben, die Kommunikation, das Einkaufsverhalten und die Möglichkeit, sich Informationen und Wissen zu beschaffen. Sinn und Nutzen erschließen sich nicht immer und nicht jedem von alleine. Nicht nur die Bedienung der entsprechenden Geräte und die rasante Entwicklung neuer Möglichkeiten stellen oft eine Hürde dar, auch Chancen, Grenzen und Gefahren sind zu hinterfragen. Im „Internet-Café“ im Schröder-Haus besteht jeden Dienstag die Möglichkeit sich bei konkreten Fragen zu Handhabung und Einrichtung eigener Geräte beraten und unterstützen zu lassen. Darüber hinaus informieren an einzelnen Terminen (s.u.) Referenten zu Themen aus dem Medien-Alltag und stehen für Fragen und Gespräch zur Verfügung:

Leitung: Eva-Maria Hartmann, Dipl.-Pädagogin

Thomas Ortlepp, Bildungsreferent

Ohne Gebühr, um Anmeldung wird gebeten.

**17.9. – 11.2., dienstags, 15.30 bis 17.00 Uhr  
(außer 29.10., 19.11., 24.12., 31.12.)**

**V5****Alles Facebook oder was?**

Für was ist Facebook gut und was kann ich alles machen? Wie kann ich Facebook nutzen und was beachte ich, um Inhalte sinnvoll und sicher mit anderen zu teilen. Diesen und Ihren Fragen werden wir nachgehen.

Referent: Thomas Ortlepp, Bildungsreferent

Gebühr: € 5,- (ermäßigt € 3,-)

**8.10., Dienstag, 15.30 Uhr**

**V15****Mein persönliches Smartphone**

Android-Smartphones bieten vielfältige Möglichkeiten der Einrichtung und Anpassung. Mit Apps, Widgets, Homescreen, Hintergrundbild und andere Einstellungen kann Ihr Smartphone individualisiert werden.

Referent: Wolfgang Stenglin, Dipl. Sozialpädagoge

Gebühr: € 5,- (ermäßigt € 3,-)

**5.11., Dienstag, 15.30 Uhr**

**V30****Twittern wie die Großen**

Twitter ist ein soziales Netzwerk und ein Nachrichtendienst, der inzwischen international und in der großen Medienwelt unverzichtbar ist. Donald Trump, Cristiano Ronaldo, der Papst und Angela Merkel – kaum eine Person der Öffentlichkeit kommt inzwischen ohne Tweets aus.

Wir erklären das Prinzip und bald können auch Sie Ihren ersten Tweet absetzen.

Referentin: Inge Wollschläger, Journalistin

Gebühr: € 5,- (ermäßigt € 3,-)

**21.1., Dienstag, 15.30 Uhr**

**E72****Erzählen macht Spaß!**

Haben Sie Lust, Märchen nicht nur zu hören, sondern auch einmal selbst Märchen zu erzählen? Dann sind Sie hier richtig, denn: Erzählen macht Spaß! Anhand ausgewählter Märchen und vieler praktischer Übungen möchten wir dem Grundton der Geschichten nachspüren, ihren Figuren näherkommen, Bilder auf uns wirken lassen und schließlich das Märchen in den Mund nehmen und ihm unsere Sprache geben. Dabei lernen wir auch, wie wir uns die Geschichte leicht merken und sie lebendig erzählen können. Kommen Sie mit ins Reich der Phantasie!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Spielfreude.

Leitung: Kerstin Lauterbach, Gildeerzählerin Europäische Märchengesellschaft und Professionelle Erzählerin (VEE)

Gebühr: € 75,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**7.10. – 11.11., montags, 19.00 bis 21.00 Uhr, 5x (außer 28.10.)**

**E73****Klüger, reifer, weiter - Älterwerden im Beruf**

Ältere Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer werden im Berufsleben hoch geschätzt. Sie bringen Kompetenzen und langjährige Erfahrungen in Firmen und Einrichtungen ein, von denen alle profitieren können. Wie diese Rolle bewusst gestaltet und positiv gefüllt werden kann, lernen wir aus Konzepten des Positiven Alterns. Im Workshop werden diese Konzepte vorgestellt und Situationen aus dem Berufsalltag betrachtet. Ziel ist es, den eigenen Bedürfnissen, Chancen und Grenzen mit Achtsamkeit zu begegnen und Gesundheit, Motivation und Leistungsbereitschaft im Beruf zu bewahren.

Referentin: Gabriele Dorrer, Ganzheitlicher Coach DGSF

Gebühr: € 25,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**15.10., Dienstag, 19.00 bis 21.30 Uhr, 1x**

**E74****„Der Melodie der Seele folgen“ Wege zur Entscheidungsfindung**

Immer wieder stehen wir im Leben, sei es beruflich oder privat, an einer „Wegabelung“ und müssen entscheiden, ob wir in diese oder jene Richtung weitergehen. Dabei geraten wir oft in einen Strudel von Fragen, auf die wir keine Antwort finden und wir haben Angst davor, uns festzulegen und eine Entscheidung zu treffen. Erlebnisorientiert will Sie dieses Seminar unterstützen, Mut machen und Sicherheit geben, so dass Sie am Ende im Einklang mit Ihrem Körper und Ihrer „inneren Weisheit“ erfahren und wissen, was Ihnen gut tut und welches für Sie persönlich der richtige Weg und die richtige Entscheidung ist.

Bitte bequeme Kleidung, Socken, Malstifte, Block und Mittagsimbiss mitbringen.

Leitung: Martina Möller, HP Psychosynthese und ganzheitliche Psychotherapie

Gebühr: € 45,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung

**1.2., Samstag, 10.00 bis 16.00 Uhr, 1x**

**E75****Gelassen herausfordernden Mitmenschen begegnen können**

Einführung in die Methode der inneren Vergebung

Mit manchen Mitmenschen stimmt die Chemie einfach nicht. Wie wäre es, wenn man auch mit ihnen in Harmonie bleiben und leichter kooperieren könnte?

In diesem Intensivseminar lernen Sie in einer wertschätzenden und achtsamen Grundhaltung eine bewährte Methode kennen, um sich innerlich mit jemandem auszusöhnen. Meistens ist es überraschend, wie entspannend ab da jeder Kontakt mit diesem Menschen sein kann. Die Methode der inneren Vergebung ist sowohl vorbeugend, als auch jederzeit im Alltag anwendbar.

Es gibt Getränke und kleine Snacks. Mittags ist eine Stunde Zeit zur Selbstverpflegung.

Referentin: Christiane Keller-Rötlich, Coach, Körpertherapeutin

Gebühr: € 65,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**8.2., Samstag, 9.30 bis 17.30 Uhr, 1x**

*Seminare für Multiplikatoren und Menschen, die Teams und Gruppen leiten*

**E76****Gut versichert**

Infoveranstaltung für Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter/innen aus Kirchengemeinden, Diensten und Werken

Immer wieder kommt die Frage auf, wie die vielfältigen Aktivitäten und Veranstaltungen in Kirchengemeinden und Einrichtungen versichert sind:

Die Fahrgemeinschaften in Privatautos oder der Unfall in der Gymnastik, Stürze im Gemeindehaus und Unfälle mit dem privaten KFZ auf dem Weg in die Kirchengemeinde/Einrichtung. Was tragen die kirchlichen Sammelversicherungsverträge? Welche Risiken sind nicht versichert? Wer ist zuständig im Schadensfall? Welche Vorgaben müssen erfüllt sein? Zu diesen und anderen Fragen aus der Praxis gibt der Referent fachkundige Informationen.

Leitung: Marcus Kastner, ecclesia Versicherung

Ohne Gebühr

Anmeldung erforderlich.

**14.10., Montag, 16.00 Uhr, 1x**

**E77****Wunderschöne Winterzeit****Impulse für Eltern-Kind-Gruppen und Interessierte**

Eltern-Kind-Gruppen geben Eltern mit ihren kleinen Kinder Raum, um mit anderen zu spielen und zu lernen. Dies tut Eltern und Kindern gut. Gerade im Winter, wenn Eltern und Kinder es sich im Warmen gemütlich machen, sind Finger- Kreis- und Singspiele, kleine Bastelideen, Sinneserfahrungen und Bewegungsspiele ein buntes, ausgewogenes Programm. Am Impulsabend werden vielfältige Anregungen für die Gruppe und für zuhause vorgestellt.

Leitung: Martina Limpert-Scherbant, Gesundheitspädagogin SKA

Gebühr: € 8,- (für Ehrenamtliche aus Kirchengemeinden ohne Gebühr)

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**27.11., Mittwoch, 19.30 bis 21.30 Uhr, 1x**

**E78****Kleine Spiele erhalten die (Arbeits-) Gemeinschaft – Spiele für alle Lebenslagen von Gruppen und Teams**

Eine längere Sitzung oder eine Tagesveranstaltung steht an und Sie möchten etwas Bewegung ins Spiel bringen? Lange diskutiert, viele Tagesordnungspunkte geschafft, aber der Kopf raucht! Eine Situation hat sich gerade festgefahren und es bräuchte eine Auflockerung. Sie möchten etwas für das Wir-Gefühl des Teams oder der Gruppe tun?

In diesem Seminar können Sie Ihr spielpädagogisches Wissen erweitern sowie Ihren Spielefundus auffrischen bzw. ergänzen. Ob „Opener“, Spiele für Zwischendurch zum Auflockern oder Spiele für das Wir-Gefühl, von allem ist was dabei. Sicherlich werden Sie viele neue Spiele entdecken!

Bitte Schuhe für Gymnastikraum mitbringen.

Leitung: Thomas Ortlepp, Bildungsreferent

Gebühr: € 15,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**10.12., Dienstag, 19.00 bis 21.00 Uhr, 1x**

**E79****Erste Hilfe-Fresh up – Auffrischung für den Alltag**

An diesem Vormittag werden die wichtigsten Maßnahmen vorgestellt und aufgefrischt. Dazu gehören Basics wie das Prüfen der Vitalfunktionen, stabile Seitenlage und Herz-Lungen-Wiederbelebung, der Umgang mit Blutungen sowie das richtige Absetzen eines Notrufs und die eigene rechtliche Situation. Daneben gibt es Raum für die Fragen und Anliegen der Teilnehmenden.

Leitung: Johanniter Unfallhilfe

Gebühr: € 15,- / € 10,- (für Ehrenamtliche aus Einrichtungen des Dekanats)

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**23.1., Donnerstag, 9.00 bis 12.00 Uhr, 1x**

**E80****Der 4-fache Leitungsblick einer guten Vorbereitung**

Ein Planungsinstrument für Sitzungen, Teams und Gruppenstunden

Der 4-fache Leitungsblick sorgt dafür, dass Sie als Leitung gut vorbereitet und mit einem sicheren Gefühl in die Zusammenkunft gehen können. Sie lernen eine gute Balance zwischen Bedürfnissen und Inhalten herzustellen. Sie bekommen fundiertes Handwerkzeug und können dieses direkt in einer anstehenden Situation, wie einer Teamsitzung, in Ihrer Praxis anwenden.

Leitung: Thomas Ortlepp, Bildungsreferent

Gebühr: € 15,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**10.2., Montag, 19.30 bis 21.30 Uhr, 1x**



*Fortbildung für Mitarbeitende in der Seniorenarbeit, Altersberater\*innen, Seniorenkreisleiter\*innen*

## E81

### Rund um die Bestattung

Die Bestattungskultur hat sich in den letzten Jahrzehnten stark verändert. Altbewährte und neue individuelle Bestattungsformen und Rituale stehen nebeneinander. Der Referent stellt unterschiedliche Möglichkeiten zur Gestaltung einer Bestattung vor und gibt Auskunft zu Fragen rund um einen Trauerfall, wie z.B. Bestattungsvorsorge, Trauerredner, erforderliche Formalitäten.

Referent: Norbert Pappke, Bestatter

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**8.10., Dienstag, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1x**

## E82

### Umgang mit schwerhörigen Menschen

Ein Großteil unserer Kommunikation findet über Reden und Hören statt. Das Gehör warnt uns zuverlässig vor Gefahren und eröffnet uns Zugänge, z.B. zu Musik und Naturgeräuschen. Entsprechend folgenreich sind die Auswirkungen einer Hörminderung im Alltag.

Die Referentin gibt Einblicke in die Welt von Schwerhörigen und gibt Anregungen, die zu einer besseren Kommunikation mit Schwerhörigen verhelfen.

Referentin: Barbara Zellfelder-Flecken

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**4.11., Montag, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1x**

## E83

### Digitales Erbe

Durch die Nutzung von sozialen Netzwerken, die Kommunikation via E-Mail und anderen Messaging-Diensten, den Austausch von Fotos und die Nutzung von Cloud-Diensten verbleiben übermittelte und gespeicherte Daten auch nach dem Tod eines Kunden beim jeweiligen Anbieter. Deshalb ist es für jeden Verbraucher ratsam, auch seinen digitalen Nachlass im Blick zu haben, wenn es um Regelungen des Erbes geht.

Referent: Werner Nied, Rechtsanwalt

Anmeldung erforderlich.

**10.2. Montag, 18.00 bis 19.30 Uhr, 1x**

Gebühr E80, 81, 82: € 5,- (ermäßigt € 3,- €) je Abend

Für Ehrenamtliche ohne Gebühr



Sparkasse

Mainfranken Würzburg

## Fortbildung für Mitarbeitende im Dekanat

### Erwachsenenbildung in Kirchengemeinden

#### Fortbildung für Beauftragte für Erwachsenenbildung

Erwachsenenbildung in den Kirchengemeinden lebt von einer Vielfalt an Themen und Formen. Zu Vorträgen, thematischen Gruppen und Kreisen, Seminaren, Studienfahrten und vielem mehr laden Kirchengemeinden ein. Gesellschaftliche und religiöse Fragen und spirituelles Suchen, politische Themen und Lebensfragen mischen sich mit ganz praktischer Anleitung für den Alltag. Gemeindeorientierte Erwachsenenbildung weiß sich dabei den Menschen und ihrer Suche nach Orientierung und Sinnstiftung verpflichtet.

Dieses Handlungsfeld wird bei den Treffen für die neuen Beauftragten für Erwachsenenbildung vorgestellt, die Rolle der Beauftragten erörtert und Informationen über Kooperationen und Serviceleistungen des Bildungswerkes gegeben.

Leitung: Eva-Maria Hartmann, Dipl.-Pädagogin

Anmeldung erforderlich. Gesonderte Einladung ergeht.

**E84**

**17.9., Dienstag, 19.00 bis 21.00 Uhr, 1x**

**E85**

**18.9., Mittwoch, 16.00 bis 18.00 Uhr, 1x**

**E86**

#### Kirchenvorstehertag

Zu diesem Tag sind alle Kirchenvorstände im Dekanat eingeladen. Neben einer grundlegenden Einführung zu den Aufgaben eines Kirchenvorstandes werden Schwerpunkte und Aufgabenfelder in Workshops diskutiert. Dabei lernen Sie Einrichtungen, Strukturen und wichtige Kooperationspartner im Dekanat kennen. Aktuelle Informationen und Termine runden den Tag ab.

Anmeldung erforderlich. Gesonderte Einladung ergeht.

Leitung: Dekanin Dr. Edda Weise,

Eva-Maria Hartmann, Dipl.-Pädagogin

Anmeldung erforderlich. Gesonderte Einladung ergeht.

**28.9., Samstag, 9.00 bis 15.00 Uhr, 1x**

**E87**

#### Fortbildung für Sekretär\*innen in Kirchengemeinden und Einrichtungen

Zu dieser Veranstaltung sind Sekretärinnen und Sekretäre aus den Kirchengemeinden und Einrichtungen des Dekanates eingeladen. Berufsspezifische Fragestellungen und Anforderungen stehen im Vordergrund. Daneben ergänzen Informationen aus dem Dekanat und seinen Einrichtungen den Vormittag.

Leitung: Eva-Maria Hartmann, Dipl.-Pädagogin

Anmeldung erforderlich. Gesonderte Einladung ergeht.

**15.10., Dienstag, 9.00 bis 12.00 Uhr, 1x**

**E88****Fortbildung für Mesnerinnen und Mesner in Kirchengemeinden und Einrichtungen**

Zu dieser Veranstaltung sind hauptberufliche Mesnerinnen und Mesner aus den Kirchengemeinden des Dekanates eingeladen. Der Austausch und die Diskussion berufsspezifischer Fragestellungen und Anforderungen steht im Vordergrund.

Leitung: Eva-Maria Hartmann, Dipl.-Pädagogin, Reinhard Fischer  
Anmeldung erforderlich. Gesonderte Einladung ergeht.

**16.11., Samstag, 9.00 bis 12.00 Uhr, 1x**

**E89****Seniorenrechtliche Veranstaltungen planen**

Fortbildung für Seniorenkreisleiter/innen

Bildung, Begegnung und Bewegung sind zentrale Elemente in der Seniorenarbeit. Sie erfordern eine gute, teilnehmerorientierte Vorbereitung der Veranstaltungen für Senioren. Bei diesem Treffen tauschen wir uns über gelungene Veranstaltungen aus und überlegen Empfehlungen zur Gestaltung von Bildungsveranstaltungen in der Seniorenarbeit.

Leitung: Eva-Maria Hartmann, Dipl.-Pädagogin

Anmeldung erforderlich. Gesonderte Einladung ergeht.

**19.11., Dienstag, 9.30 bis 11.30 Uhr, 1x**

**E90****Vertrauensleute-Tagung**

Die Tagung der Vertrauensleute im Dekanatsbezirk greift aktuelle Themen, Informationen und Anliegen aus Kirchengemeinden und Dekanat auf.

Leitung: Max von Egidy, Stellvertr. Dekan

Eva-Maria Hartmann, Dipl.-Pädagogin

Anmeldung erforderlich. Gesonderte Einladung ergeht.

**25.1., Samstag, 9.30 bis 13.00 Uhr, 1x**

**Willkommenstage im Dekanat Würzburg**

Im Auftrag des Evang.-Luth. Dekanats Würzburg und gemeinsam mit dem Kindertagesstätten-Zweckverband lädt das Schröder-Haus ab 2019 zu Willkommensstagen für neue Mitarbeitende der unterschiedlichsten Berufsgruppen ein. Diese Tage haben das Ziel, alle neuen Mitarbeitenden aus Kirchengemeinden und anderen kirchlichen Einrichtungen im Dekanat Würzburg in Kultur, Auftrag und Wertehintergrund der evangelischen Kirche einzuführen und sie innerhalb der Kirche Willkommen zu heißen.

Leitung: Eva-Maria Hartmann, Max von Egidy, Reinhard Fischer

Anmeldung erforderlich. Gesonderte Einladung ergeht.

Die nächsten Termine sind:

**E91**

**22.10., Dienstag, 9.30 bis 16.00 Uhr, 1x**

**E92**

**13.11., Mittwoch, 9.30 bis 16.00 Uhr, 1x**

**E93**

**22.1., Mittwoch, 9.30 bis 16.00 Uhr, 1x**

## M94

### **Mich nähren, meinen Raum stärken und meine Grenzen achten**

In einer Zeit der Reizüberflutung und Überfülle an Informationen und Möglichkeiten wird es immer schwieriger, mich selbst zu spüren. Wie kann ich in meinem täglichen Leben, geprägt von Arbeit, Freizeit, Familienleben, Terminen und Erwartungen gut für mich sorgen, meine Grenzen spüren und halten und zugleich in einem guten Kontakt mit meiner Umgebung sein?

An drei Kursabenden üben wir eine Meditation ein, die uns hilft, den eigenen Raum wahrzunehmen und zu stärken. Wir lernen, uns in unserem Raum zu verankern und ihn mit unserer Energie zu füllen. Außerdem schauen wir uns an, was uns stärkt und nährt und was uns Energie raubt.

Bitte mitbringen: 12 Steine, ungefähr so groß, wie eine Mandarine, Dicke Socken  
Leitung: Karin Pilhofer, Heilpraktikerin

Gebühr: € 30,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**25.9. – 9.10., mittwochs, 19.00 bis 21.00 Uhr, 3x**

## M95

### **Autogenes Training für Fortgeschrittene**

Durch Atem- und Achtsamkeitsübungen sowie Fantasiereisen können Sie Ihren Körper besser spüren und zur Ruhe kommen.

Der Kurs ist eine gute Fortsetzung des Kurses „Entspannung für Körper, Geist und Seele“ und ist auch für Menschen mit Erfahrung in Autogenem Training geeignet.

Bitte bequeme Kleidung, Socken und Handtuch mitbringen.

Leitung: Bettina Wallrapp, Entspannungspädagogin

Gebühr: € 50,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**26.9. – 14.11., donnerstags, 18.30 bis 19.45 Uhr, 6x  
(außer 3.10. und 31.10.)**

### **Meditation – Einführung und Begleitung**

In diesem Seminar soll die Möglichkeit gegeben werden, Meditation kennenzulernen und über einen längeren Zeitraum einzuüben. Verschiedene Meditationsformen werden angeboten, um den persönlich geeigneten Weg zu finden: wir werden üben, den Körper wahrzunehmen, den Atem zu spüren, auf die Stille zu hören und in Ruhe und Bewegung achtsam und wach anwesend zu sein.

Leitung: Dr. Hartmut Baur

Gebühr: € 36,- (Kurs 6x)

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

## M96

**14.11. – 19.12., donnerstags, 20.00 bis 21.00 Uhr, 6x**

## M97

**9.1. – 13.2., donnerstags, 20.00 bis 21.00 Uhr, 6x**

## KlangRaum – Die heilende Kraft der Klänge

An diesem Abend lassen wir uns von Klängen und Gesängen berühren und einhüllen. Aus einem entspannten Zustand heraus lauschen wir den heilenden Klängen verschiedener obertonreicher Instrumente (wie z.B. Monochord, Shruti-box, Klangschalen, Koshis, Didgeridoo) und lassen uns von ihnen auf eine Reise nach innen mitnehmen. In der darauf folgenden Stille können die Klänge weiter schwingen und sich tiefer in uns verankern.

Bitte bequeme Kleidung, Socken und Decke mitbringen.

Leitung: Birgit Keller, Heilpraktikerin, Körper-, Klang- und Tanztherapeutin

Gebühr: € 15,- (je Kurs)

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

### M98

**8.11., Freitag, 19.30 bis 21.00 Uhr, 1x**

### M99

**7.2., Freitag, 19.30 bis 21.00 Uhr, 1x**

### M100

## Entspannt in meiner Mitte bleiben - Souverän schwierige Situationen meistern

Manchmal befinden wir uns in einem Konflikt zwischen dem, was wir eigentlich wollen und den Anforderungen oder Erwartungen, denen wir uns beugen.

Wenn man sich häufig danach ausgelaugt, verletzt oder ärgerlich fühlt, liegt das oft an unbewussten Ansichten von früher, die heute nicht mehr hilfreich sind. In einer offenen und wertschätzenden Grundhaltung lernen Sie Ihre bisherigen einschränkenden Überzeugungen bewusst in stärkende Einstellungen zu verwandeln. Das ermöglicht es Ihnen, in Zukunft souveräner zu agieren.

Dadurch entspannt sich die Gesamtsituation oft für alle Beteiligten und Ziele sind leichter zu erreichen. Wir arbeiten mit Selbstklärung, Fantasiereise und innere

Aussöhnung anhand Ihres aktuell am meisten Energie raubenden Themas. Inkl. Seminarunterlagen

Seminarunterlagen

Es gibt Getränke und kleine Snacks. Mittags ist eine gute Stunde Zeit zur Selbstverpflegung

Leitung: Christiane Keller-Rötlich, Coach und Körpertherapeutin

Gebühr: € 65,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**7.12., Samstag, 9.30 bis 17.30 Uhr, 1x**



WOLZ Stoffe - Marienplatz 1 - 97070 Würzburg  
Telefon 09 31 / 5 23 46 | [www.stoffe-wolz.de](http://www.stoffe-wolz.de)

## Themenreihe Wechseljahre

Leitung: Brigitte Auer, Heilpraktikerin

Barbara Lurz, Dipl.-Theologin, Begleiterin für Persönlichkeitsentwicklung

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

Gebühr: je Kurs € 15,-; Bei gemeinsamer Buchung aller vier Kurse jeweils € 12,-

### G105

#### Wechseljahre und Schilddrüsenerkrankungen - Eine Hormondrüse aus dem Lot

Die Schilddrüse ist ein kleines Organ mit großer Wirkung. Sie erhalten Informationen zu Schilddrüsenstörungen und ihren Einfluss auf den Körper: z. B. Unterfunktion, Überfunktion, Kropf, Hashimoto Thyreoiditis, Morbus Basedow. Zur Selbstunterstützung für eine intakte Schilddrüse lernen Sie wirksame ganzheitliche Methoden kennen. Rund um die Schilddrüse erfahren Sie, was Sie für Ihr Wohlfühl tun können und entdecken die Vermittlerin zwischen „Kopfhirn“ und „Bauchhirn“ von verschiedenen Seiten.

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**9.10., Mittwoch, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1x**

### G106

#### Das Hormonkarussell natürlich ausbalancieren

Hormonelle Schwankungen können Frauen in den Wechseljahren nicht nur körperlich aus dem Gleichgewicht bringen. Sie erhalten Informationen über hormonelle Zusammenhänge im Körper. NATUR und ALLTAG bergen Schätze, die für die Balance der Hormone unterstützend sind. Hierzu gibt es einen Überblick. Die weibliche Umbruchphase im kulturellen Vergleich regt dazu an, unser Frauenbild in ein anderes Licht zu setzen.

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**16.10., Mittwoch, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1x**

### G107

#### Der Stoffwechsel - schon wieder ein Kilo mehr auf der Waage

Was ist in den Wechseljahren mit unserem Stoffwechsel los? Warum tickt er auf einmal anders? Sie können entdecken, dass es zu komplizierten Vorgängen in unserem Körper einfache Regeln zum gesund und schlank bleiben gibt. Veränderungen brauchen manchmal einen Blick über den Tellerrand.

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**6.11., Mittwoch, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1x**

### G108

#### Weg frei für Herzensanliegen

Lust auf ein Abenteuer? Wie wäre es, Ihrem Leben eine Wendung zu geben? Herzensanliegen sind kostbare Wegweiser für ein aktives erfüllendes Leben. Sie können visionär und neugierig sein. Der Reifeprozess und das Älterwerden lassen sich mutig, fürsorglich und zärtlich gestalten. Das Beste kommt noch, aber nicht von alleine.

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**13.11., Mittwoch, 19.00 bis 20.30 Uhr, 1x**

**G105****Yoga-Stellungen – Atemübungen – tiefe Entspannung**

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Es werden Yogaübungen erarbeitet, die u.a. der Befreiung der Atemräume, bewussten Ausrichtung des Beckenraums, Linderung von Beschwerden in den Wechseljahren, Kräftigung der Oberschenkelmuskulatur, Dehnung der Fußrücken und Steigerung der Lebensenergie dienen.

Bitte bequeme Kleidung, Socken, Handtuch und Decke mitbringen.

Leitung: Traudel Steinhäuser-Dolgun, Yoga-Lehrerin BDY/EYU

Gebühr: € 64,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**23.9. – 16.12., montags, 10.00 bis 11.30 Uhr, 12x  
(außer 28.10.)**

**Yoga – mehr Energie und Ruhe**

Atemübungen – tiefe Entspannung – Für Anfänger und Geübte

Yoga tut gut, stärkt unsere innere Kraft, sorgt für mehr Wohlbefinden und Lebensfreude. Yoga verbessert die körperliche Beweglichkeit und baut Verspannungen ab. Nach einem langen und arbeitsreichen Tag wollen wir zur Ruhe kommen, um für die Anforderungen des neuen Tages gestärkt zu sein.

Bitte bequeme Kleidung, Socken, Handtuch und Decke mitbringen.

Leitung: Marlene Heilscher, Yoga-Lehrerin BDY/EYU

Gebühr: € 96,- (je Kurs)

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**G106**

**24.9. – 11.2., dienstags, 17.00 bis 18.30 Uhr, 16x  
(außer 22.10., 29.10., 3.12., 24.12., 31.12. und 3.1.)**

**G107**

**24.9. – 11.2., dienstags, 18.40 bis 20.10 Uhr, 16x  
(außer 22.10., 29.10., 3.12., 24.12., 31.12. und 3.1.)**

**G108****Viniyoga:****Ein Weg zu mehr Ausgeglichenheit und Gesundheit**

Viniyoga stellt den jeweiligen Menschen, der Yoga übt und Yoga therapeutisch einsetzt, in den Mittelpunkt. Die sanften und dynamischen Bewegungsabläufe werden individuell an die Möglichkeiten und Erfordernisse der Teilnehmer/innen angepasst. Der Atem ist ein Spiegel unserer geistigen, emotionalen und körperlichen Verfassung. Die Bewegungen werden dem eigenen Atemfluss angepasst; achtsam und auf sanfte Weise wird beides nach und nach in Einklang gebracht. Dabei ist es hilfreich, eine offene, annehmende, freundliche Haltung zu sich selbst einzunehmen. Wertende, zielorientierte Gedanken können so immer wieder losgelassen werden. Bitte mitbringen: Eine Decke, kleines Handtuch oder Kissen für unter den Kopf und falls vorhanden eine rutschfeste, dünne Yogamatte.

Leitung: Tjorven Figge, Yoga Lehrerin (BDY/EYU), Fortbildung in Yoga-Therapie

Gebühr: € 153,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**25.9. – 12.2., mittwochs, 16.30 bis 18.00 Uhr, 17x  
(außer 30.10., 20.11., 25.12. und 1.1.)**

**G109****Walking für Ältere und Senioren**

Training für Körper, Geist und Seele; mit oder ohne Stöcke, je nach Belieben. Sie wollen beginnen, sich etwas Gutes durch Bewegung zu tun und freuen sich, Gleichgesinnte kennenzulernen. Beim Walking trainieren wir unseren Körper und tanken Kraft für den Alltag. Ebenso eignet es sich hervorragend für den Stressabbau! Walking ist eine gelungene Mischung aus Ausdauersport und aktiver Freizeitgestaltung im Einklang mit der Natur. Bitte fragen Sie ggf. vorher Ihren Hausarzt.

Mitzubringen: Dem Wetter entsprechende Kleidung.

Treffpunkt: Parkplatz Feggrube in der Sanderau

Leitung: Silvia Muschler, Übungsleiterin

Gebühr: € 35,- bzw. € 21,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**26.9. – 12.12., donnerstags, 16.00 bis 17.00 Uhr, 10x (außer 3.10., 31.10.)**

**09.1. – 13.2., donnerstags, 16.00 bis 17.00 Uhr, 6x**

**G110****Mein Weg in die eigene Freiheit - Selbstbestimmt handeln und leben**

Durch Verletzungen, Demütigungen und Grenzüberschreitungen haben wir bestimmte Gedankenmuster gespeichert, die teilweise mit heftigen, negativen Emotionen gekoppelt sind. Unser Unterbewusstsein lässt uns oft automatisch in ungesunde und blockierende Gedanken und Handlungen fallen, die sich auch durch körperliche Schmerzen und Erschöpfung ausdrücken können.

In diesem 5 teiligen Seminarzyklus werden wir lebensnah daran arbeiten, dass es Ihnen gelingt, die eigenen, inneren Zerstörer wie Selbstvorwürfe, zu hohe Erwartungshaltung oder Unzufriedenheit, zu erkennen. Genauso wichtig ist es belastende Situationen im Umfeld zu erkennen, zu bearbeiten und möglichst zu ändern um ein Leben in Freude, Leichtigkeit und Gottvertrauen leben zu können. Anhand von anschaulichen Beispielen und durch praktische Übungen werden Sie erkennen, wie (über)lebenswichtig es ist in Selbstbestimmung und nicht in Fremdbestimmung zu leben.

Bitte Schreibmaterial mitbringen

Leitung: Birgit Bringemeier, Heilpraktikerin

Gebühr: € 60,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**26.9., 10.10., 24.10., 14.11. und 28.11., donnerstags, 10.00 bis 12.00 Uhr, 5x**



**INTERNET-CAFÉ  
BERATUNG  
VORTRÄGE** ohne Gebühr  
6,- (ermäßigt: 3,-)

dienstags, 15.30 bis 17.00 Uhr  
(außer in den Ferien)  
um Anmeldung wird gebeten



### Die Feldenkrais-Methode

Oft nutzen wir unsere vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten nicht, denn unsere Bewegungen sind durch Erziehung und Routine eingeengt. Die Feldenkrais-Methode ermöglicht es uns, vertraute, eingefahrene Bewegungsmuster wahrzunehmen und achtsam neue zu entdecken und zu erproben. Unsere täglichen Bewegungen werden angenehmer, differenzierter und abwechslungsreicher. Bitte bequeme Kleidung, Decke und warme Socken mitbringen.

Leitung: Christa Reis, Feldenkrais-Lehrerin

Gebühr: € 72,- (je Kurs)

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

#### G111

**10.10. – 13.2., donnerstags, 9.30 bis 11.00 Uhr, 13x  
(außer 31.10., 19.12., 26.12., 2.1., 9.1. und 23.1.)**

#### G112

**10.10. – 13.2., donnerstags, 18.00 bis 19.30 Uhr, 13x  
(außer 31.10., 19.12., 26.12., 2.1., 9.1. und 23.1.)**

### Gehirntraining mit Spaß und Bewegung

Unser Gehirn ist bis ins hohe Alter trainierbar. In dem Gehirntraining ermutigen wir es, aus dem gewohnten Trott auszubrechen, indem wir körperlich leichte Bewegungen mit zusätzlichen Denkaufgaben verbinden. Das Gehirn kommt in Schwung, bleibt fit und flexibel. Die spaßbetonten Koordinations-, Konzentrations- und Gedächtnisübungen sind für jedes Alter geeignet.

Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe / Gymnastikschuhe mitbringen.

Die Stunden können unabhängig voneinander besucht werden.

Leitung: Katja Göttfert, BrainFit-Trainerin

Gebühr: € 15,- je Kurs; bei Buchung aller 4 Kurse jeweils € 12,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

#### G113

**17.1. Freitag, 10.00 bis 11.00 Uhr, 1x**

#### G114

**24.1. Freitag, 10.00 bis 11.00 Uhr, 1x**

#### G115

**31.1. Freitag, 10.00 bis 11.00 Uhr, 1x**

#### G116

**7.2. Freitag, 10.00 bis 11.00 Uhr, 1x**

#### G117

### Die Hüftgelenke erhalten und regenerieren

Wir arbeiten direkt an den Strukturen, Muskel und Gelenk und an dem, was der Struktur zugrunde liegt, Bewusstsein, Energie und Nahrung.

Die folgenden Themen werden im Kurs aufgegriffen:

- Wiedererlernen der aufeinander ausgerichteten Bewegung von Hüfte und Becken
- Der Einfluss der Muskulatur: Verspanntes entspannen, Schwaches kräftigen
- Blockaden der umgebenden Gelenke lösen: Becken, Füße, Knie und Wirbelsäule
- Akupressur für einen besseren Energiefluss zu den Hüften
- Welche Nahrungs- und Nahrungsergänzungsmittel sind hilfreich bei Arthrose?

Bitte Kopfkissen, zwei dickere Kissen oder Rollen zur Unterlagerung der Knie mitbringen.

Leitung: Anne Wendnagel, Physiotherapeutin mit Zertifikat Osteopathie

Gebühr: € 80,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**4.11. – 25.11., montags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 4x**

**G118****Verwurzelt - Über die Füße die Lebenskraft stärken**

WohlerGEHEN beginnt ganz unten. Unsere Füße spielen dabei die Hauptrolle, sie sind unser Fundament, unsere Wurzeln. In diesem Kurs geht es um das Entdecken und Spüren der eigenen Füße. Erfahren Sie was ein sicherer STAND mit Selbstständigkeit zu tun hat und wie Sie wieder mehr zu sich selber STEHEN können. Durch Fußmassagen wird die natürliche Beweglichkeit verbessert, leichte Dehn- und Kräftigungsübungen verwandeln Starre in Beweglichkeit. GEHEN Sie mit mir auf eine kreative Entdeckungsreise in die Welt der Füße!

Bitte mitbringen: warme Socken, Decke und Kissen.

Leitung: Christine Kehl, Heilpraktikerin und Fußreflexzonen-therapeutin

Gebühr: € 38,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**7.11. – 21.11., donnerstags, 19.00 bis 21.30 Uhr, 3x**

**G119****Mutige Mütter – starke Töchter!**

Selbstsicherheitstraining mit WenDo

WenDo heißt „Weg der Frau“ und will zum starken Auftreten in kritischen Situationen ermutigen. Gemeinsam können Mütter, Omas, Tanten oder Patinnen mit ihren Töchtern, Nichten und Enkelinnen (im Alter zwischen 6 - 10 Jahren) sich ihrer Stärke bewusst werden, ihre Grenzen austesten und das Verständnis füreinander vertiefen. Dazu gibt es Stimm- und Körperübungen, die gemeinsam ausprobiert werden. Außerdem hat jede Altersgruppe ihren eigenen Raum, um Erfahrungen auszutauschen. Sie erlernen einfache und wirksame Abwehrtechniken. Sie üben, ihren Gefühlen zu vertrauen und Bedürfnisse zu äußern. Mit vielen Spielen macht es einfach Spaß, Neues auszuprobieren und sich neu kennen zu lernen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung; etwas Essbares f. d. gem. Mittagessen

Leitung: Nike Klüber, Dipl. Sozialpädagogin, WenDo Trainerin und Coach (SG) & Petra Irmischer, BA Soziale Arbeit und WenDo-Trainerin

Gebühr: € 60,- pro Erwachsener und 1 Kind

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**23.11. + 24.11., Samstag und Sonntag, jeweils 10.00 bis 16.00 Uhr, 2x**

**G120****Brennpunkt Blase - das Wasserelement im Winter „natürlich“ stärken**

Es sticht, es brennt, es tröpfelt! Gerade im Winter, wenn kalte Füßen zur Gewohnheit werden und wir die Kuschelsocken rauskramen, leiden nicht wenige Menschen unter Blasen- und Nierenschwäche. Das kann unangenehm und schmerzhaft werden. Unkomplizierte Harnwegsentzündungen kann man jedoch gut mit natürlichen, sanften Alternativen behandeln. Wie stärken ich dauerhaft meinen Harntrakt und beuge einer Blasenentzündung vor? Welche natürlichen Hilfen z.B. aus dem Pflanzenreich stehen zur Verfügung? Fachen Sie Ihren inneren Ofen an!

Leitung Brigitte Auer, Heilpraktikerin

Gebühr: € 20,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**28.11., Donnerstag 19.30 bis 21.00, 1x**

**G121****WenDo – Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen**

Kurs für Anfängerinnen

Ziel ist es, die persönlichen Möglichkeiten der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung jedes Mädchens und jeder Frau zu stärken, um ihren Handlungsspielraum zu erweitern. Wie stehe, spreche, gucke ich, um mich stark zu fühlen? Um sich als Mädchen, als Frau im Alltag treu zu bleiben, braucht sie nicht nur Vertrauen in die Kraft ihres weiblichen Körpers, sondern auch ein Wissen um die eigenen Gedanken und Gefühle. Mithilfe von Holzbrettern, Rollenspielen, Feedbackrunden und asiatischen Kampfkunsttechniken üben die Teilnehmerinnen im geschützten Rahmen und Experimentierfeld der Gruppe. Persönliche Grenzen herauszufinden, sie einzufordern, zu erweitern, eine eigene Meinung zu vertreten, erfordert Mut. 90% der Selbstverteidigung findet im Kopf statt, 10% sind Technik.

Leitung: Silke Leonhard, Wendotrainerin

Gebühr: € 75,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**11.1. + 12.1., Samstag und Sonntag,  
jeweils 10.00 bis 16.00 Uhr, 2x**

**G122****Was tun bei Schulterschmerz?**

Selbsthilfe für Schulter und Nacken

Plagen Sie Muskelspannung, verminderte Beweglichkeit der Schultergelenke und Schmerz bei bestimmten Bewegungen? Sie lernen, Ursachen zu verstehen und damit sinnvolle Übungen von unnützen zu unterscheiden. Ziele des Kurses sind:

- Das Schultergelenk besser zentrieren, Gelenk und Schultersehnen entlasten
- Die Nackengegend entspannen, die Haltung verbessern
- Den Einfluss von Nahrung und Nahrungsergänzung kennenlernen

Wir üben im Sitzen, Stehen und im Liegen auf der Matte am Boden, dafür am besten ein Kopfkissen mitbringen. Um voll vom Kurs profitieren zu können, sollten Sie in der Lage sein, mit den Händen Ihren Nacken zu umfassen.

Leitung: Anne Wendnagel, Physiotherapeutin mit Zertifikat Osteopathie

Gebühr: € 80,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**13.1. – 3.2., montags, 18.30 bis 21.00 Uhr, 4x**

**G123****Qigong – Wildgans Typ II: Gesundheitszustandstraining**

Der Kurs behandelt das Gedächtnistraining, die verschiedenen körperlichen Beweglichkeiten, Verbesserung der Abwehrkräfte und alle organischen Funktionen im Körper. Um das Ziel zu erreichen, sollte man täglich für zehn Minuten in der Natur Qigong mit den sanften und fließenden Bewegungsabläufen trainieren. Es dient somit der Heilung, Vorbeugung von vielen bekannten Krankheiten und unterstützt die Genesung. Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene geeignet. Bitte mitbringen: Schreibutensilien, bequeme Kleidung und Schuhe

Leitung: Yang Weihong, Arzt für chinesische Medizin

Gebühr: € 73,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**18.1. + 19.1., Samstag und Sonntag,  
jeweils 10.00 bis 13.00 Uhr und 14.15 bis 17.15 Uhr, 2x**

**G124****Selbstfürsorge mit Ortho-Bionomy® und ganzheitlichen Körperübungen**

Was braucht mein Körper, um sich wohl zu fühlen? Wenn ich meinen Körper wahrnehme, weiß ich um seine Bedürfnisse und Grenzen und kann so gut für mich sorgen und mich bewegen! Im theoretischen Teil des Workshops geht es um die Prinzipien und die Philosophie der Ortho-Bionomy, einer ganzheitlichen manuellen Therapie, die vor ca. 40 Jahren von dem kanadischen Osteopathen Arthur L. Pauls entwickelt wurde und die seit Jahren immer mehr Bedeutung in der Physiotherapie gewinnt. Im ausführlichen Praxisteil des Kurses zeige ich ganzheitliche, ortho-bionomische Übungen von Kopf bis Fuß, Bewegungen aus dem Chi Kung und Alltagstipps und -tricks für einen geschmeidigen Körper.

Leitung: Sandra Oerter, Physiotherapeutin

Gebühr: € 25,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**25.1., Samstag, 9.00 bis 13.00 Uhr, 1x**

**G125****Qigong – Wildgans Typ II (Vertiefung und Korrektur)**

Für alle, die schon die 64 Figuren dieses Qigong-Typs gelernt haben.

Bitte mitbringen: Schreibutensilien, bequeme Kleidung und Schuhe

Leitung: Yang Weihong, Arzt für chinesische Medizin

Gebühr: € 37,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**8.2., Samstag, 10.00 bis 13.00 Uhr und 14.15 bis 17.15 Uhr, 1x**

**Gymnastik**

Für Gymnastikkurse bitte mitbringen:

Bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe und großes Handtuch

**G126****Haltung und Wirbelsäule**

Wirbelsäulengymnastik, Stabilisations- und Mobilisationsübungen bei leiser Musik

Leitung: Martina Limpert-Scherbant, Gesundheitspädagogin SKA

Gebühr: € 68,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**19.9. – 6.2., donnerstags, 17.15 bis 18.15 Uhr, 17x  
(außer 3.10., 31.10., 26.12. und 2.1.)**

**G127****Mit motivierenden Rhythmen in den Tag**

Muskelkräftigung und Wirbelsäulenstärkung für Frauen

Leitung: Heide Euting, Übungsleiterin

Gebühr: € 60,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**23.9. – 10.2., montags, 9.00 bis 10.00 Uhr, 17x  
(außer 28.10., 23.12., 30.12. und 6.1.)**

**G128****Fit und in Schwung bleiben:  
Mobilisieren – Dehnen – Kräftigen**

Gezielte Ganzkörpergymnastik mit Musik für Ältere (Frauen)

Leitung: Heide Euting, Übungsleiterin

Gebühr: € 65,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**23.9. – 10.2., montags, 10.30 bis 11.30 Uhr, 17x  
(außer 28.10., 23.12., 30.12. und 6.1.)**

**G129****Gymnastik für Frauen ab 60**

Leitung: Waltraud Markert, Übungsleiterin

Martina Limpert-Scherbantin, Übungsleiterin

Gebühr: € 65,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**23.9. – 10.2., montags, 15.45 bis 16.45 Uhr, 17x  
(außer 28.10., 23.12., 30.12. und 6.1.)**

**G130****Aktiv und gesund: Ganzkörpertraining für Frauen**

Leitung: Waltraud Markert, Übungsleiterin

Martina Limpert-Scherbantin, Übungsleiterin

Gebühr: € 65,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**23.9. – 10.2., montags, 17.00 bis 18.00 Uhr, 17x  
(außer 28.10., 23.12., 30.12. und 6.1.)**

**G131****Powertraining und Rückenfitness**

Intensives Körper- und Problemzonentraining

Leitung: Gaby Springer, Sportlehrerin

Gebühr: € 65,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**23.9. – 10.2., montags, 19.00 bis 20.00 Uhr, 17x  
außer 28.10., 23.12., 30.12. und 6.1.)**

**G132****Pilates Basics bis Mittelstufe**

Pilates vitalisiert und aktiviert den gesamten Körper und Geist. Bewusst ausgeführte, fließende Bewegungen kombiniert mit spezifischer Atmung, verbessern die Koordination und bringen den Körper in sein Gleichgewicht. Die Haltung wird verbessert, das Körperbewusstsein gesteigert. Die Übungen sind ein Zusammenspiel der Bauch-, Rücken-, Beckenboden- und Zwerchfellmuskulatur. Das Training kennt keine Altersgrenze und ist gleichermaßen für Frau und Mann geeignet.

Bitte mitbringen: Handtuch, Getränk, ggf. kleines Kissen, Noppensocken.

Leitung: Gabriele Schäfer, Pilates-Lehrerin BASI(R) anerkannt vom DPV

Gebühr: € 61,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**24.9. – 4.2., dienstags, 9.00 bis 10.00 Uhr, 15x  
(außer 29.10., 10.12., 17.12 und 24.12. und 31.12.)**

**G133****Gymnastik für Frauen und Männer ab 55**

Leitung: Eleonore Günder, Übungsleiterin

Gebühr: € 44,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**25.9. – 5.2., mittwochs, 9.30 bis 10.15 Uhr, 16x**

**(außer 30.10., 20.11., 25.12. und 1.1.)**

**G134****Zumba**

Zumba ist ein Tanz-Workout, bei dem man sich zu den Rhythmen lateinamerikanischer Musik (Salsa, Cumbia, Samba sowie moderner Richtungen wie Hip Hop und Reggaeton) bewegt. Die Stunde folgt einem intermittierenden Prinzip, umfasst also Cardiotraining, Aufbau der Tiefenmuskulatur sowie Fettverbrennung. Im Vordergrund steht jedoch: Freude an der Musik und Bewegung!

Nähere Information auch unter: [www.zumba.com](http://www.zumba.com)

Leitung: Julia Bauer, Certified Zumba Instructor ( Basic Steps Level 1 )

Gebühr: € 68,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**25.9. - 12.2., mittwochs, 18.00 bis 19.00 Uhr, 17x**

**(außer 30.10., 20.11., 25.12. und 1.1.)**

**G135****Zumba-Gold: Für alle, die es langsamer angehen wollen**

Bewegungen und Tempo sind bei Zumba-Gold auf die Bedürfnisse von aktiven, älteren Teilnehmern angepasst. Es eignet sich aber auch für alle, die ihren Weg zu einem sportlichen und gesunden Leben eben erst begonnen haben. Dabei werden alle Elemente beibehalten, die „normale“ Zumba Kurse beinhalten. Nähere Information auch unter: [www.zumba.com](http://www.zumba.com)

Leitung: Gabriele Schäfer, Certified Zumba Instructor (Zumba Basic Steps Level 2)

Gebühr: € 56,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**26.9. – 6.2., donnerstags, 9.45 bis 10.45 Uhr, 14x**

**(außer 3.10., 31.10., 12.12., 19.12., 26.12. und 2.1.)**

**G136****Pilates nach Feierabend zum Sammeln und Herunterfahren**

Pilates stabilisiert und regt an, beugt vor und fordert heraus. Es lässt wahrnehmen und zentriert dadurch die Aufmerksamkeit, harmonisiert und löst Verspannungen - alles, was wir nach einem anstrengenden Arbeitstag gut gebrauchen können ...

Leitung: Susanne Geiger, Fitnesstrainerin

Gebühr: € 32,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**26.9. – 28.11., donnerstags, 16.15 bis 17.15 Uhr, 8x**

**(außer 3.10. und 31.10.)**

**G137****Pilates meets TCM**

Warum tut Pilates unserem Körper so gut? Was verbindet Pilates mit der traditionellen chinesischen Medizin (TCM)? Die Kombination aus Pilates-, Dehnungs-, Balance-, Zentrierungs- und Atemübungen sorgen in der regelmäßigen Anwendung für ein stabil(er)es inneres sowie äußerliches Gleichgewicht und eine bessere eigene Körperwahrnehmung. Wir erhalten die Möglichkeit, unsere eigene Gesundheitsfür und -vorsorge ganzheitlich und individuell zu gestalten.

Leitung: Susanne Geiger, Fitnesslehrerin

Gebühr: € 24,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**4.10. – 15.11., freitags, 17.45 bis 18.45 Uhr, 6x (außer 1.11.)**

**G138****Kraft aus der Mitte - Beckenboden und Pilates für Frauen**

Der Beckenboden ist als Quelle vitaler Energie sowie als Muskel von großer Bedeutung. Gezieltes Training zur Rumpf- und Beckenbodenstärkung, mit individuell angepassten, dynamischen Yogaübungen im Wechsel mit geführten Körperwahrnehmungs- und Entspannungssequenzen.

Kursleitung: Bettina Braun, Beckenboden- und Pilates-Kursleiterin

Gebühr: € 60,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**9.10. – 12.2., mittwochs, 10.30 bis 11.30 Uhr, 15x (außer 30.10., 20.11., 25.12. und 1.1.)**

**G139****Pilates: Dehnung und Kräftigung für den ganzen Körper**

Pilates trainiert die gelenkstabilisierende Tiefenmuskulatur und kann daher als effektive Haltungs- und Rückenschule verstanden werden.

Leitung: Susanne Geiger, Fitnesstrainerin

Gebühr: € 40,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**29.11. – 14.2., freitags, 17.45 bis 18.45 Uhr, 10x (außer 27.12. und 3.1.)**



## K140

### **Zeichnen und Malen Menschen – Pflanzen – Gegenstände**

Der Kurs vermittelt die Grundlagen im Zeichnen, Fortgeschrittene können auch aquarellieren. – Bitte Stifte, Zeichenblock und Knetgummi mitbringen.

Leitung: Maja Issing, Malerin

Gebühr: € 103,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**23.9. – 10.2., montags, 9.30 bis 11.30 Uhr, 17x  
(außer 28.10., 23.12., 30.12. und 6.1.)**

## K141

### **Malen mit Acrylfarben – Experimentelle Malerei**

Im experimentellen Tun entdecken wir vielfältige bildnerische Möglichkeiten. Gezielte Themenstellung, Übungen zur Farben- und Formenlehre und gemeinsame Bildbesprechungen unterstützen die individuelle, kreative Arbeit am Bild. – Der Kurs eignet sich für Anfänger und Fortgeschrittene. Er bietet Zeit und Raum für die persönliche künstlerische Entwicklung. Bitte mitbringen: Acrylfarben in rot, gelb, blau, schwarz und weiß, Papier DIN A 3 oder DIN A 2, evtl. Keilrahmen, diverse Borsten-Pinsel, Plastikbecher in verschiedenen Größen, Lappen, Malkittel.

Leitung: Roswitha Vogtmann, Dipl.-Malerin, Kunstlehrerin

Gebühr: € 88,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**26.9. – 23.1., donnerstags, 17.30 bis 19.00 Uhr, 14x  
(außer 3.10., 31.10., 26.12., und 2.1.)**

### **„Silber - und Goldschmieden“**

Möchten Sie die Kunst des Goldschmiede-Handwerks kennenlernen und eigenen Schmuck selbst herstellen? Sie erlernen Schritt für Schritt wichtige Techniken des Goldschmiedens und fertigen unter professioneller Anleitung einen Ring aus unserem Mustersortiment und ein weiteres Schmuckstück in Silber selbst an. Eine Auswahl an Edelsteinen ist vorhanden und können nachträglich vom Edelsteinfasser in die Schmuckstücke eingefasst werden. Die Materialkosten für einen einfachen Silberring betragen circa € 50.-; für einen Silberanhänger ca. € 35.- Euro an, aufwärts. Die Kosten für Edelmetalle richten sich nach dem individuellen Verbrauch und werden nach Gewicht abgerechnet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung Mareile Hintze, Diplom-Schmuckdesingerin & Goldschmiedin

Ort: Die Schuckschmiede, Semmelstr. 77, 96070 Würzburg

Gebühr: € 145,- + Materialkosten

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

## K142

Workshop 1

**28.9., Samstag, 9.00 bis 17.30 Uhr, 1x**

## K143

Workshop 2

**30.11., Samstag, 9.00 bis 17.30 Uhr, 1x**



**K144****Leuchte Licht, leuchte!  
Wir filzen Windlichter für den Winter**

Bitte zwei große Handtücher, ein Geschirrtuch, Kern- oder Olivenseife, Schüssel (ca. ø 20 cm), Nähzeug und – falls vorhanden – Wasserkocher mitbringen.

Leitung: Rita-Maria Weimann

Gebühr: € 40,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**24.11., Sonntag, 10.00 bis 18.00 Uhr, 1x**

**Ikebana – für Anfänger und Fortgeschrittene**

Die japanische Kunst des Blumenstellens bringt Zweige, Blumen und Blätter in ihrer vollen Schönheit zur Geltung. Die Arrangements berühren uns durch ihre Anmut und Schlichtheit. Miteinander gehen wir den Übungsweg „Kado“ (Blumenweg), lernen dabei in Achtsamkeit mit den Pflanzen umzugehen, ihre Linien, Besonderheiten und ihre Schönheit zu erkennen. Gleichzeitig schulen wir unsere Konzentrationsfähigkeit. In der Stille kommen wir zur Ruhe und zu uns selbst.

Leitung: Marianne Schmitt, Ikebana-Lehrerin

Anmeldung erforderlich. Bezahlung inkl. Materialgeld bei Anmeldung.

**K145****Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene**

Mitzubringen: Blumenschere, kleines Küchenmesser und ein Handtuch. Falls vorhanden, bringen Sie für den ersten Abend bitte eine Moribana-Schale (flache Schale) mit und einen passenden Steckigel. Anfänger können Zubehör auch am ersten Abend erwerben.

Gebühr: € 50,- inkl. Blumen

**21.10., 4.11., 18.11., montags, 19.30 bis 21.45 Uhr, 3x**

**K146****Kurs für Fortgeschrittene**

Voraussetzung: vorherige Teilnahme an mind. 2 Kursen von Frau Schmitt

Nach Ihrer verbindlichen Anmeldung erhalten Sie die Kontaktdaten von Frau Schmitt. Sie bespricht mit Ihnen, welche Gefäße und Zubehör mitzubringen sind.

Pflanzenmaterial wird wie gewohnt von der Kursleitung gestellt.

Gebühr: € 83,- inkl. Blumen

**7.10., 11.11., 2.12., 13.1., 3.2., montags, 19.30 bis 21.45 Uhr, 5x**

**K147****Filzen: wärmende Armstulpen und schmeichelnde Schals**

In Verbindung mit Seidenstoff eignet sich die Technik auch bestens für Schals, Armstulpen, Schlauchschal und weitere Schalvariationen.

Bitte mitbringen: Schüssel (ca. ø 25 cm), Oliven- oder Kernseife, 4 große Handtücher, evtl. Wasserkocher, Wassersprüher, zwei Noppen-Folien (offene Noppen) ca. 50 x 70 cm, Pappe 50 x 70 cm, Schere, Maßband

Leitung: Rita-Maria Weimann

Gebühr: € 50,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**19.1., Sonntag, 10.00 bis 19.00 Uhr, 1x**

**K148****Nana Figuren**

Wir wollen an einen Samstag in die Welt der Pop-Art-Künstlerin Niki de Saint Phalle eintauchen. Wir gestalten Nanas, die sinnlichen, farbenfrohen und voluminösen Skulpturen, die am Ende des Prozesses frostfest gebrannt werden.

Bitte mitbringen: Imbiss für gemeinsame Mittagspause

Leitung: Evelyn Detzer

Ort: Keramikwerkstatt Evelyn Detzer, Dr. Onymus-Str. 56, 97080 Würzburg

Leitung: Evelyn Detzer

Gebühr: € 90,- + Material- und Brennkosten (€ 8,- pro kg)

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**25.1., Samstag, 9.00 bis 17.00 Uhr und Glasurtermin nach Absprache (ca. 3 Stunden), 2x**

**K149****Fraktur-Schriften – Faszination der gebrochenen Schriftarten**

In der Gotik wurden die runden (romanischen) Formen gebrochen, sowohl in der Architektur wie auch in den Schriften. Sie werden als „Fraktur-Schriften“ zusammengefasst. Martin Luther hat diese Schriftart bevorzugt und es dürfte ihm zu verdanken sein, dass sich diese Schriften im deutschsprachigen Raum gehalten haben. In diesem Kurs werden Sie mehrere Formen kennenlernen und schreiben, vor allem eine zeitgemäße, lebendige „Hybrid-Fraktur“.

Bitte mitbringen, falls vorhanden: 1,5, 2, und 3 x 3mm-Bandzugfeder (Breitfeder) mit Federhalter, schwarze Tinte zum Üben (keine Tusche), Bleistift, Lineal, Block A3 (Lana, Hahnemühle, Canon o.ä.), Küchenrolle, weicher Radiergummi.

Federn und Federhalter können auch vom Dozenten erworben werden. Umfangreiches Manuskript mit Schrift-Vorlagen und vorlinierten Übungszeilen bringt der Dozent mit. Kann im Kurs für € 15,- 20,- erworben werden.

Leitung: Gosbert Stark, Grafik-Designer und Kalligraf,

Gebühr: € 55,-

Anmeldung bis 29.1. erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**7.2., Freitag, 18.00 bis 21.00 Uhr**

**8.2., Samstag, 9.00 bis 12.00 + 13.00 bis 17.00 Uhr, 2x**

**K150****Filzen: Steine als dekorative Kissen / Katzenhöhle**

Die Faszination von Steinen greifen wir im Filz auf und geben sie durch Naturtöne der Wolle wieder. Gefüllt mit Dinkelpelz entsteht eine tolle Sitzgelegenheit bzw. Meditationskissen, ungefüllt eine Katzenhöhle. Alternativ können Sie auch ein buntes Sitzkissen oder eine Tasche filzen. (Bei Anmeldung bitte angeben)

Der Umgang mit weicher Wolle und kräftigen Farben, mit warmem Wasser und duftender Olivenseife weckt alle Sinne. Musterstücke in unserer Vitrine im Keller!

Bitte zwei große Handtücher, ein Geschirrtuch, Kern- oder Olivenseife, Schüssel (ca. ø 20 cm), Nähzeug und – falls vorhanden – Wasserkocher mitbringen.

Leitung: Rita-Maria Weimann

Gebühr: € 50,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**16.2., Sonntag, 9.00 bis 19.00 Uhr, 1x**

## Kreatives für Eltern mit Kind

### **Töpfer-Werkstatt für Eltern und Kind Schmuck und Geschenke zu Weihnachten**

Wir töpfern Sterne, Herzen, Tannenbäume, Engel und Eure ganz persönlichen Lieblingsmotive, die Ihr gerne an Weihnachten verschenken wollt.

Bitte unempfindliche Kleidung, evtl. blaues und buntes Glas (Glasflaschen), gerne auch Glasnuggets oder -murmeln und Nudelholz mitbringen.

Leitung: Rita-Maria Weimann

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

#### **K151**

##### **Eltern und Kinder ab 3 Jahren**

Gebühr: € 21,- (1 Erw. + 1 Kind / € 7,- weitere Person) + Material n. Verbrauch

**17.11., Sonntag, 9.00 bis 12.30 Uhr, 1x**

#### **K152**

##### **Eltern und Kinder ab 5 Jahren**

Gebühr: € 27,- (1 Erw. + 1 Kind / € 9,- weitere Person) + Material n. Verbrauch

**17.11., Sonntag, 12.30 bis 17.00 Uhr, 1x**

#### **K153**

##### **Klappfrosch & Zwirbel**

##### **Holz-Werkstatt: Eltern/Großeltern und Kinder ab 6 Jahre**

Wir sägen und bohren, wir hämmern und schleifen - so entsteht dein eigenes, ganz persönliches Geschicklichkeitsspiel.

Bitte mitbringen: unempfindliche Kleidung, Schürze und Brotzeit

Leitung: Thomas Ortlepp

Gebühr: € 20,- (1 Erw. + 1 Kind / € 10,- weitere Person) + Material n. Verbrauch

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**9.11., Samstag, 10.00 bis 12.30 Uhr, 1x**

### **Filzwerkstatt für Eltern und Kind Windlichter**

Wir filzen Windlichter aus weicher Wolle – fein und durchscheinend und schmücken sie mit Sternen und Tannenbäumchen. Gerne könnt ihr auch andere Motive wählen, filz erfahrene Kinder können gerne ein größeres Lichtobjekt filzen.

Leitung: Rita-Maria Weimann

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

#### **K154**

##### **Für Eltern und Kinder ab 3 Jahren**

Gebühr: € 21,- (1 Erw. + 1 Kind / € 7,- weitere Person) + Material n. Verbrauch

**1.12., Sonntag, 9.00 bis 12.30 Uhr, 1x**

#### **K155**

##### **Für Eltern und Kinder ab 5 Jahren**

Gebühr: € 27,- (1 Erw. + 1 Kind / € 9,- weitere Person) + Material n. Verbrauch

**1.12., Sonntag, 12.30 bis 17.00 Uhr, 1x**

**K156****Wachs-Werkstatt für Eltern und Kinder ab 5 Jahren:  
Weihnachtskerzen ziehen**

Als wunderbare Einstimmung für die kommenden Tage ziehen wir selbst Kerzen aus echtem Bienenwachs und verzieren diese mit Sternen und anderen Weihnachtsmotiven. Im weihnachtlich geschmückten Raum mit Tannenzweigen erwartet uns leise Musik und feiner Bienen Wachsduft.

Bitte unempfindliche Kleidung mitbringen.

Leitung: Rita-Maria Weimann

Gebühr: € 24,- (1 Erw. + 1 Kind / € 8,- weitere Person) + Material n. Verbrauch

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**15.12., Sonntag, 13.30 Uhr bis 17.30 Uhr, 1x**

## Kochen

Bitte melden Sie sich bei Verhinderung spätestens am Vortag des betreffenden Kurstages ab. Andernfalls muss auch bei Nichterscheinen das Materialgeld bezahlt werden. – Bitte zu den Kursen eine Schürze mitbringen!

**K157****„Kochen ohne Knochen“**

Geschmack ist entscheidend vor allem wenn man pflanzlich, regional und saisonal ohne Tiereiweiss kocht. Lassen sie sich überraschen was ihre Geruchssinne hier neu erschmecken dürfen.

Leitung: Dunja Goldstein-Moers

Gebühr: € 10,- + € 16,50,- Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**17.10., Donnerstag, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x**

**K158****Herbstgemüse aus dem Ofen (vegetarisch)**

Leitung: Ingrid Rösemann, Gesundheitsberaterin GGB

Gebühr: € 10,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**24.10., Donnerstag, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x**

**K159****Balkanküche**

Leitung: Alexandra Trendler

Gebühr: € 10,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**6.11., Mittwoch, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x**

**K160****Reis - nicht nur eine Beilage**

Leitung: Ingrid Rösemann, Gesundheitsberaterin GGB

Gebühr: € 10,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**7.11., Donnerstag, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x**

**K161****Bella Italia - "So schmeckt der „Stiefel“**

Leitung: Michaela Dennda

Gebühr: € 10,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**13.11., Mittwoch, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x**

**K162****Gemütliche Adventszeit mit Plätzchen und Konfekt**

Leitung: Ingrid Rösemann, Gesundheitsberaterin GGB

Gebühr: € 10,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**21.11., Donnerstag, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x**

**K163****Brunchen in der Adventszeit für alle Spätaufsteher**

Leitung: Ingrid Rösemann, Gesundheitsberaterin GGB

Gebühr: € 10,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**5.12., Donnerstag, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x**

**K164****„Leckerer Geflügel - Mit Huhn auf Weltreise“**

Leitung: Michaela Dennda, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

Gebühr: € 10,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**11.12., Mittwoch, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x**

**K165****„Feelgood Baking“ – ohne tierische Produkte - herzhafte Süß**

Leitung: Dunja Goldstein-Moers

Gebühr: € 10,- + € 16,50,- Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**12.12., Donnerstag, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x**

**K166****Heiße Suppen für die kalten Wintertage**

Leitung: Ingrid Rösemann, Gesundheitsberaterin GGB

Gebühr: € 10,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**9.1., Donnerstag, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x****K167****Geselliges Kochen für Männer**

Leitung: Martina Amon

Gebühr: € 26,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**14.1. + 21.1., dienstags, 18.30 bis 21.30 Uhr, 2x****K168****„Der Weihnachtsspeck muss weg - „Fitnessfood“**

Leitung: Michaela Dennda, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

Gebühr: € 10,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**15.1., Mittwoch, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x****K169****Wintersalate für eilige Leute**

Leitung: Ingrid Rösemann, Gesundheitsberaterin GGB

Gebühr: € 10,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**23.1., Donnerstag, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x****K170****Nudeln machen glücklich**

Leitung: Ingrid Rösemann, Gesundheitsberaterin GGB

Gebühr: € 10,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**6.2., Donnerstag, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x****Sie finden das Schröder-Haus gut?**Wir wollen die Arbeit  
des Schröder-Haus unterstützen!Wir sind ein gemeinnütziger Verein mit derzeit etwa 80 Mitgliedern.  
Wenn Sie möchten, können Sie uns dabei helfen:**Werden Sie Mitglied im Förderkreis!**Die jährliche Mitgliedsbeitrag beträgt mindestens € 20,- und geht zu  
100 Prozent an das Rudolf-Alexander-Schröder-Haus.**Wir freuen uns auf Sie!**

**K171****Die französische Esskultur**

Leitung: Alexandra Trendler

Gebühr: € 10,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**12.2., Mittwoch, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x****K172****Fränkisch – "Die moderne Heimatküche für den Gaumen"**

Leitung: Ingrid Rösemann, Gesundheitsberaterin GGB

Gebühr: € 10,- + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**5.2., Mittwoch, 18.30 bis 21.30 Uhr, 1x**

Kulinarisches für Eltern, Großeltern mit Kinder

**K173****Weihnachts-Workshop „Knusper, knusper, knäuschen...“ Eltern/Großeltern-Kind-Kurs**

Passend zum Zauber der Adventszeit gestalten wir mit viel Spaß und Freude lustige und leckere Figuren. Aus einem Sammelsurium an leckeren Weihnachtsknabbereien entstehen Schneemann, Rentier, Weihnachtswichtel. Dabei kann jeder seine Kreativität ausleben. Ob nach Vorlage oder nach eigenem Geschmack, beim Schnippeln, modellieren und verzieren entstehen die lustigsten Kreationen.

... und selbstverständlich werden wir zum Schluss auch am Häusle knabbern!

Leitung: Wolfgang Ries

Gebühr: € 15,- (1 Erw. + 1 Kind / € 8,- weitere Person) + Materialgeld

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**14.12., Samstag, 9.30 bis 12.00 Uhr, 1x****K174****Cooler Kinderkü(ö)che mit Helau Eltern-Kind-Koch-Kurs**

Spaß und Freude sind Programm! Ob kostümiert oder „in Zivil“ wollen wir aus frischen und gesunden Zutaten lustige Fastnachtsfiguren erschaffen. Nach Anleitung oder nach der eigenen Kreativität entstehen Indianer, Löwe oder andere Figuren? Gemeinsam wird geschnippelt, gekocht, probiert und dekorativ angerichtet. Hauptsache, wir haben Spaß miteinander und zum Schluss schmeckt´s!

Leitung: Wolfgang Ries

Gebühr: € 15,- (1 Erw. + 1 Kind / € 8,- weitere Person)

+ Material n. Verbrauch (ca. 10,00 €)

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**7.2., Freitag, 15.00 bis 17.30 Uhr, 1x**

R175

„Esse un dränke domols und heut“



Tagesfahrt nach Ostheim vor der Rhön und Fladungen  
Nachhaltig, regional, ökologisch und biologisch sind wesentliche Eigenschaften, die wir uns für unsere Lebensmittel heute wünschen. „Damals“ war dies selbstverständlich. Die Menschen fragten sich eher: „Was kommt heute auf den Tisch und langt es, um satt zu werden?“ In Ostheim, der „Perle der Streu“, besichtigen wir den Bio-Limonaden-Hersteller Bionade und den Biohof von Martin Ritter. Dort genießen wir auch ein Mittagessen in der Heckenwirtschaft mit Bioputen vom eigenen Hof. Am Nachmittag reisen wir im Fränkischen Freilandmuseum Fladungen in die Vergangenheit: zur Wahl stehen die Führungen: „Esse un dränke wie domols – Ernährung um 1900“ oder „Alle einsteigen! Eisenbahngeschichte im Streutal“ (jeweils 1,5 Std.). Im Anschluss ist Zeit für weitere Erkundungen sowie für Kaffee und Kuchen im Schwarzen Adler, bevor wir gegen 17.30 Uhr zurückfahren.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, an welcher Führung Sie teilnehmen möchten!

Leitung: Dr. Anni Hentschel und Thomas Ortlepp

Abfahrt: 8.30 Uhr am Taxistand am Hauptbahnhof

Kosten: € 68,- (inkl. Bustransfer, Mittagessen, Eintritte, Führungen und einer kleinen Überraschung)

Anmeldung bis 27.9. erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**12.10., Samstag, 8.30 Uhr bis ca. 19.30 Uhr**

R176

*Mittwochstreff*

**7 Kisten mit jüdischem Material**

Von Raub und Wiederentdeckung 1938 bis heute

In der Sonderausstellung im Museum für Franken geht es um jüdische Objekte, die im Nationalsozialismus aus Synagogen geraubt wurden. Im Museum für Franken wurden 2016 bei Inventarisierungsarbeiten Ritualgegenstände erfasst, deren Herkunft Fragen aufwarf. In einem aufwendigen Forschungsprojekt wurde die Herkunft und Geschichte manch wertvoller Exponate wie Tora-Schmuck oder Chanukka-Leuchter ermittelt. Die Ausstellung präsentiert diese geraubten und lange Zeit vergessenen jüdischen Ritualgegenstände.

Treffpunkt: Eingang/Kasse Museum für Franken, Festung Marienberg

Referentin: Rebecca Stutz, Museumspädagogin

Gebühr: € 7,-

Anmeldung erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**16.10., Mittwoch, 10.00 bis 11.30 Uhr**



**R177****Walking Dinner in der Pleich**

Ein köstlich-informativer Rundgang

Die Pleich ist eines der ältesten Stadtteile Würzburgs, dessen Ruf lange Zeit eher verrucht als bieder war. Spürt man das heute noch? Finden Sie es bei unserem Rundgang zwischen Juliusspital und Würzburg-Palais heraus. Genießen Sie während unseres Rundgangs ein leckeres Drei-Gänge-Menü mit korrespondierenden Weinen in verschiedenen Weinstuben und Gaststätten. Abgerundet wird der Abend durch unterhaltsame und interessante Informationen zur Pleich und zum Frankenwein.

Treffpunkt: Juliusspital, Eingang Juliuspromenade

Leitung: Dorothea Eberlein, Gästeführerin

Kosten: € 45,- (inkl. ein typisch fränkisches Drei-Gänge-Menü, wahlweise auch vegetarisch – bitte bei Anmeldung angeben – , und drei Weine à 0,1l)

Anmeldung bis 11.10. erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**18.10., Freitag, 18.30 bis ca. 22.00 Uhr**

**R178****Das Alte Mainviertel – das älteste Würzburg?**

Stadtspaziergang

Lagen im Mainviertel die Anfänge der Stadtentwicklung? Oder war der Stadtteil im Schatten der Fürstenburg eher abgehängt von der eigentlichen Stadt. Bei dem Stadtspaziergang erkunden wir die spezielle Geschichte und Ausprägung eines Stadtteils, den Leonhard Franks Roman „Die Räuberbande“ in aller Welt bekannt machte und der manche Geheimnisse birgt. Nicht nur die zwei weitgehend authentisch erhaltenen Kirchen von St. Burkhard und von Deutschhaus zeugen von der spannenden Geschichte des alten „Meeviertels“.

Leitung: Dr. Hans Steidle, Stadtheimatspfleger

Treffpunkt: Vor der Jugendherberge, Fred-Joseph-Platz 2

Anmeldung bis 14.10. Bezahlung bei Anmeldung

Kosten: € 9,-

**19.10., Samstag, 15.00 bis ca. 17.00 Uhr**

**Melden Sie sich bitte für Veranstaltungen an:**

[www.schroederhaus.de](http://www.schroederhaus.de)  
0931-32175-0

**Büro besetzt:**  
Mo - Fr: 9-12 Uhr  
MoDiDo: 14-17 Uhr



RUDOLF-ALEXANDER  
**SCHRÖDERHAUS**  
EVANGELISCHES BILDUNGSZENTRUM WÜRZBURG



## R179

### Das Kartäuserkloster Kartause Grünau - Eine Natur-Erlebnis-Führung durch den Spessart



Der Naturpark Spessart gehört zu den größten zusammenhängenden Waldgebieten in Europa. Die von Menschen geprägte Naturlandschaft bietet eine Vielfalt an Bäumen, Kräutern und Sträuchern, auch malerische Wiesentäler mit kristallklaren Bachläufen. Wir wandern von der historischen Hammerschmiede über den „Schwarzen Weg“ zur Kartause Grünau. Auf der Rundwanderung erhalten Sie auch Einblicke in die Geschichte des Klosters und das Leben der Mönche. Nach der dreistündigen Wanderung (ca. 4 km) ist Zeit zur Einkehr in der Kartause Grünau, bevor wir gemeinsam zurück nach Würzburg fahren.

Bitte wetterfeste Kleidung und Schuhe anziehen, bei sehr schlechtem Wetter sind Programmänderungen möglich.

Leitung: Michael Maier, Landschaftsarchitekt und Dipl.-Ingenieur f. Landespflege  
Treffpunkt: 13.30 Uhr am Taxistand am Hauptbahnhof

Kosten: € 35,- (für Bustransfer und Führung; Abendessen nicht inkl.)

Anmeldung bis 11.10. erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**25.10., Freitag, 13.30 Uhr bis ca. 20.30 Uhr**

## R180

### Hier liegt es in dem Kripplein

Der Bamberger Krippenweg

Die UNESCO-Weltkulturerbe-Stadt Bamberg bietet ein Kaleidoskop an religiösen und kulturellen Sehenswürdigkeiten sowie kulinarische Schmankerl. Ein besonderer Höhepunkt Bambergs sind allerdings die Krippen. Seit mehr als 400 Jahren gibt es die Tradition des Krippenaufstellens in Bamberg: es gibt große und kleine, historische und moderne, fränkische und solche aus aller Welt. Mit dem Zug geht es nach Bamberg, um mit einem orts- und krippekundigen Führer 6 der 36 Stationen des Krippenwegs zu besuchen. Am Abend ist Zeit, um die kulinarische Seite von Bamberg zu erkunden, bevor es zurück nach Würzburg geht.

Bitte feste Schuhe und wetterfeste Kleidung mitbringen. Die Wegstrecke beträgt ca. 8 km und ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet.

Leitung: Thomas Ortlepp und Herbert Ramer, Gästeführer

Treffpunkt: Um 13.15 Uhr in der Bahnhofshalle zwischen Drogeriemarkt und DB-Information

Kosten: € 28,- für Fahrtkosten und Führung (Abendessen nicht incl.)

Anmeldung bis 7.1. erforderlich. Bezahlung bei Anmeldung.

**10.1., Freitag, 13.15 bis ca. 20.30 Uhr**



Ihr **NATURKAUFHAUS**  
am **unteren Markt**  
für kontrollierte Naturkosmetik  
Kontrolliert biologische Textilien  
Nahrungsergänzung  
Ausgesuchte Accessoires

## Kunst im Schröder-Haus

### R181

#### Roland Fürstenhöfer

„Die Ferne so nah“ – Faszination der Fremde

Von zahlreichen Reisen in europäische Länder, nach Nordafrika, Arabien, Asien und Nordamerika bringt Roland Fürstenhöfer Anregungen mit, die er in eine poetische Bildersprache verwandelt. Diese Inspiration kann man in seinen Arbeiten – kolorierte Farbradierungen und Mischtechniken auf Papier, Leinwand und Holz – leicht erkennen. Das bevorzugte kleine Format fordert die Betrachtenden auf, ganz nah zu kommen und in den Bildern mitzuerleben, was in ihnen alles geschieht. Und wenn man sich auf diese Welten einlässt, mit dem wundersamen Gefühl wiederaufzutauchen, ganz weit weg und doch immer ganz bei sich gewesen zu sein.

**23.9. – 15.11., montags bis freitags,  
9.00 bis 12.00 Uhr und 14.00 bis 17.00 Uhr**

### R182

#### Vernissage zur Eröffnung der Ausstellung

Einführung: Liane Thau M.A., Kunsthistorikerin

Musik: Querflötenensemble der Dekanatsmusikschule, Leitung: Eva Ewert

Eintritt frei

**22.9., Sonntag, 11.15 Uhr**

### R183

#### Renate Hünig

#### Poesie in Farbe

Wenn Farben zu sprechen beginnen, ist Poesie auch ohne Worte möglich – das zeigt diese Ausstellung. Nichts Gegenständliches steht am Ausgangspunkt der Bilder von Renate Hünig, sondern nur die Farben, die sie auf ihrer Leinwand zur Interaktion einlädt, damit sie sich gegenseitig bestärken, sich abgrenzen, miteinander schwingen. In diesem Spiel der Farben kann dann jeder Betrachter seine ganz eigenen, oft erstaunlichen Entdeckungen machen.

**25.11. – 21.2., montags bis freitags,  
9.00 bis 12.00 Uhr und 14.00 bis 17.00 Uhr**

### R184

#### Vernissage zur Eröffnung der Ausstellung

Einführung: Dr. Anni Hentschel

Irische Musik mit Blanka und Rainer Huth (Geige und Flöte)

Eintritt frei

**24.11., Sonntag, 11.15 Uhr**

## Anmeldung

Vorträge können in der Regel ohne Anmeldung besucht werden, der Eintritt wird vor Beginn der Veranstaltung entrichtet. Für Kurse, Seminare, Tagungen und Fahrten ist eine verbindliche Anmeldung nötig. Dafür gibt es folgende Möglichkeiten:

### 1. Persönliche Anmeldung

im Schröder-Haus, Wilhelm-Schwinn-Platz 3, während der Bürostunden (s. Seite 62). Die Kursgebühr ist bei der Anmeldung in bar zu entrichten oder es ist eine Einzugsermächtigung zu erteilen.

### 2. Schriftliche Anmeldung

(auch Fax 0931/3217517) mit dem Anmeldeabschnitt (S.63) oder den entsprechenden Angaben. Mit der Anmeldung erteilen Sie uns eine Einzugsermächtigung für die Kursgebühr. Die Anmeldung ist nur gültig mit SEPA-Lastschriftmandat und Unterschrift des Kontoinhabers. Barzahlungen betrifft dies nicht.

### 3. Telefonische Anmeldung

unter 0931/321750 nur während unserer Bürozeiten. Zur Begleichung der Kursgebühr erteilen Sie uns eine Einzugsermächtigung.

### 4. Online Anmeldung

mit Angabe aller wichtigen Daten (wie auf dem Anmeldeabschnitt vorgegeben) über die E-Mail-Adresse [anmeldung@schroeder-haus.de](mailto:anmeldung@schroeder-haus.de) oder direkt über die Internetseite [www.schroeder-haus.de](http://www.schroeder-haus.de).

Wenn Sie eine gültige E-Mail-Adresse angegeben haben, erhalten Sie eine Anmeldebestätigung per E-Mail.

### 5. Anmeldebestätigung

Wir versenden keine schriftlichen Anmeldebestätigungen. Sie werden jedoch zuverlässig benachrichtigt, wenn eine Veranstaltung ausgebucht ist oder sich Änderungen ergeben.

## Datenschutz

Wir nehmen den Schutz Ihrer persönlichen Daten sehr ernst. Wir behandeln Ihre personenbezogenen Daten vertraulich und entsprechend dem Datenschutzrecht, der DSGVO. Die Datenschutzaufsicht in der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern wird durch die Evangelische Kirche in Deutschland wahrgenommen. EKD-Datenschutzbeauftragter für die Datenschutzregion Süd ist:

Dr. Axel Gutenkunst  
Hafenbad 22, 89073 Ulm  
Telefon 0731-140593-0  
[sued@datenschutz.ekd.de](mailto:sued@datenschutz.ekd.de)

Teilnehmende an Veranstaltungen des Schröder-Hauses erklären sich insoweit mit der Verarbeitung ihrer persönlichen Daten einverstanden, als dies für den Zweck der Veranstaltung erforderlich ist. Der gesetzlich vorgeschriebene Datenschutz ist gewährleistet. Sie erhalten von uns - bis auf Widerruf - ausgewählte Veranstaltungsinformationen per Post.

## Ermäßigungen

Wird eine ermäßigte Gebühr bei einer Veranstaltung gewährt, wird sie dort ausdrücklich aufgeführt. Sie gilt für Schüler, Studenten und Personen, die Grundversicherung oder ALGII beziehen, gegen Vorlage eines aktuellen Nachweises. Letztere erhalten auch auf Kursgebühren eine Ermäßigung in Höhe von 20 Prozent. Ausgenommen davon sind Studienreisen, Tagesfahrten und Exkursionen.

## Rücktritt

Findet ein Kurs nicht statt, wird die Kursgebühr zurückerstattet bzw. nicht abgebucht. Bei Programmänderung können Sie vom Kurs bei voller Erstattung der Gebühr zurücktreten. Ansonsten wird im Falle Ihres Rücktritts spätestens zwei Werktage vor Kursbeginn die Gebühr abzüglich einer Verwaltungsgebühr (in Höhe von EURO 3,-) zurückerstattet bzw. nur die Verwaltungsgebühr abgebucht. Für Kurse und Seminare an Wochenenden, Studientage und Fahrten mit Anmeldeschluss ist dieser auch das Ende der Stornierungsfrist. Danach besteht kein Anspruch mehr auf Rückerstattung der Gebühr. Für Studienreisen gelten eigene Teilnahme- und Stornobedingungen, die in den entsprechenden Ausschreibungen veröffentlicht werden.

## Besonderheiten bei Kochkursen

Kochkursteilnehmer verpflichten sich hygienische Grundregeln einzuhalten und alle Hinweise der Kursleitung zu befolgen. Eventuell vorhandene Allergien, gesundheitliche Einschränkungen, Krankheiten u. ä., die ihn und andere Teilnehmer des Kurses gefährden könnten, sind vor Beginn des Kurses anzuzeigen. Offene Wunden an den Händen, ansteckende Krankheiten oder andere Gefahrenquellen für die Gesundheit der Kursteilnehmer und unseres Personals können zum Ausschluss aus dem Kochkurs führen. Die Kursgebühr wird in diesem Fall nicht erstattet.

## Haftung

Die Haftung des Schröder-Hauses für Schäden jeglicher Art, gleich aus welchem Rechtsgrund sie entstehen mögen, ist auf die Fälle beschränkt, in denen dem Schröder-Haus Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last fällt. Eine Haftung gem. §§ 276, 278 BGB (Verantwortlichkeit des Schuldners) ist ausgeschlossen. Insbesondere übernimmt das Schröder-Haus keinerlei Haftung für Diebstähle, Verletzungen oder Schäden an Personen oder Sachgegenständen, die es nicht zu vertreten hat.

## Einzug der Kursgebühren mit SEPA-Lastschriftmandat

Erteilen Sie uns zum Einzug der Kursgebühr eine Einzugsermächtigung, so benötigen wir nach dem EU-SEPA-Zahlverfahren von Ihnen ein Lastschriftmandat. Wenn Sie noch kein entsprechendes Formular bei uns abgegeben haben, können Sie es im Kurs erhalten. Wir bitten Sie, es spätestens dort auszufüllen und uns zukommen zu lassen. Sie finden es auch als Download auf unserer Internetseite. Die ebenfalls notwendige und auf Ihrem Auszug ersichtliche Gläubiger-ID-Nummer des Schröder-Hauses lautet: DE12RAS00000586506

Wir buchen die Kursgebühren i.d.R am 1. und am 15. des Monats vor Kursbeginn, jedoch spätestens 14 Tage nach Kursbeginn, ab.

## Veranstaltungsort

Alle Veranstaltungen finden (wenn nicht anders angegeben) im Rudolf-Alexander-Schröder-Haus, Würzburg, Wilhelm-Schwinn-Pl. 3 (neben der Stephanskirche), statt. Sie beginnen pünktlich zu den angegebenen Zeiten.

## Inhalt nach Themenbereichen ab Seite

■ Vorträge und Offene Veranstaltungen	4
■ Religion und Gesellschaft	18
■ Familie und Persönlichkeit	22
■ Engagement und Kompetenz	29
■ Meditation und Entspannung	36
■ Gesundheit und Bewegung	38
■ Kreativität und Kochen	48
■ Reisen und Kultur	56
■ KUNST im Schröder-Haus	59

## Rudolf-Alexander-Schröder-Haus

Evangelisches Bildungszentrum Würzburg  
Wilhelm-Schwinn-Platz 3 (neben St. Stephan)  
97070 Würzburg

Telefon 0931 32175-0

Fax 0931 32175-17

E-Mail: [mail@schroeder-haus.de](mailto:mail@schroeder-haus.de)

<http://www.schroeder-haus.de>



## Das Schröder-Haus

ist eine Einrichtung des Evang.Luth. Dekanats Würzburg, Zwinger 3c

Direktorin und Theol. Leiterin: Pfarrerin Dr. Anni Hentschel

Pädagogische Leiterin: Eva-Maria Hartmann

Pädagogischer Leiter: Thomas Ortlepp

Leiter Seniorenbegegnungsstätte: Andreas Fritze

Büro und Anmeldung: Bärbel Reuß  
Monika Grieb

Hausmeister: Dieter Röhner

## Bürozeiten

Montag bis Freitag: 9.00 bis 12.00 Uhr

Montag, Dienstag, Donnerstag: 14.00 bis 17.00 Uhr

Bitte beachten Sie, dass in Schulferien ggf. geänderte Öffnungszeiten gelten.



**Hiermit melde ich mich zu folgenden Kursen an:**

Kurs Nr. \_\_\_\_\_ Thema \_\_\_\_\_

Kurs Nr. \_\_\_\_\_ Thema \_\_\_\_\_

Kurs Nr. \_\_\_\_\_ Thema \_\_\_\_\_

Kurs Nr. \_\_\_\_\_ Thema \_\_\_\_\_

Vorname, Name \_\_\_\_\_

Straße, Hausnr. \_\_\_\_\_

PLZ, Wohnort \_\_\_\_\_

Telefon (tagsüber) \_\_\_\_\_ E-Mail-Adresse \_\_\_\_\_

 Bitte schicken Sie mir das Programm zu Bitte informieren Sie mich über den Förderkreis e.V.

Mit dieser Anmeldung akzeptiere ich die Teilnahme- und Stornobedingungen des Schröder-Hauses, insbesondere den Einzug mit SEPA-Lastschrift, wie sie im aktuellen Programmheft veröffentlicht sind.

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

*Bitte abtrennen und senden an: Schröder-Haus, Wilhelm-Schwinn-Platz 3, 97070 Würzburg – oder per Fax: 0931 32175-17*

**SEPA Lastschriftmandat****Gläubiger ID: DE12RAS00000586506**

Ich ermächtige das Schröder-Haus, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Schröder-Haus eingezogenen Lastschriften einzulösen. Die Lastschriften werden i.d.R am 1. und am 15. des Monats vor Kursbeginn, jedoch spätestens 14 Tage nach Kursbeginn, abgebucht.

*Hinweis:* Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit einem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Die Kursgebühren sollen abgebucht werden von:

IBAN \_\_\_\_\_

*(oder Kontonummer + BLZ)*

Bank \_\_\_\_\_

Kontoinhaber \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_



**Rudolf-Alexander-Schröder-Haus**  
**Wilhelm-Schwinn-Platz 3**  
**97070 Würzburg**

**Rudolf-Alexander-Schröder-Haus**

Evangelisches Bildungszentrum  
Wilhelm-Schwinn-Platz 3  
97070 Würzburg

Telefon: 0931 32175-0

Fax: 0931 32175-17

mail@schroeder-haus.de

**www.schroeder-haus.de**