



FEBRUAR	HOLLYWOOD IN DER HOSENTASCHE Filme & Clips mit dem Smartphone aufnehmen und bearbeiten	BREMEN 08.02. - 12.02., tägl. 09:00 bis 14:15 Uhr	5 TAGE
MÄRZ	WIR STEHEN AUF DEN SCHULTERN VON RIES*INNEN Emanzipationsbewegungen und ihr Potential für uns heute	BAD ZWISCHENAHN 15.02. - 19.02.	5 TAGE
	GANZ OHR AUF LANGEORG Für Radio und Podcast die Insel entdecken	LANGEORG 15.03. - 20.03.	6 TAGE
	KOLLEGALE BERATUNG AUSPROBIEREN UND ERLERNEN Problemlösungskompetenz für private und berufliche Zusammenhänge	BREMEN 15.03. - 16.03., tägl. 09:00 bis 14:00 Uhr	2 TAGE
	DIVERSITY - ABC	BREMEN 15.03. - 16.03., tägl. 09:00 bis 14:30 Uhr	2 TAGE
	WALE UND MENSCHEN AN DER WESER Eine Beziehung im Wandel der Zeit	BREMEN 22.03. - 26.03., tägl. 09:00 bis 15:00 Uhr	5 TAGE
APRIL	KONFLIKTE LÖSEN MIT KINDERN Für Eltern/Erziehende und ihre Kinder (6-10 Jahre) mit Kinderbetreuung	LANGEORG 05.04. - 10.04.	6 TAGE
	ARABIEN, INDIEN UND SRI LANKA Einführung in Geschichte, Politik und Religion der Länder am Indischen Ozean	BREMEN 12.04. - 16.04., tägl. 09:00 bis 14:30 Uhr	5 TAGE
	RÄUME DER STILLE ZUM SPRECHEN BRINGEN Kirchenpädagogische Qualifikation für das Ehrenamt oder einfach aus Interesse	BREMEN 12.04. - 16.04., tägl. 09:00 bis 15:00 Uhr	5 TAGE
	1700 JAHRE JÜDISCHES LEBEN IN DEUTSCHLAND	BREMEN 19.04. - 23.04., tägl. 09:00 bis 14:30 Uhr	5 TAGE
	MITTENDRIN UND AUF DER SUCHE	BREMEN 19.04. - 23.04., tägl. 09:00 bis 14:30 Uhr	5 TAGE
	ABENTEUER LEBENSWEGE Eine märchenhafte Abenteuerreise in die eigene Biografie	CUXHAVEN 19.04. - 23.04.	5 TAGE
	GEZEITEN DES LEBENS Was Körper und Seele bewegt	LANGEORG 19.04. - 24.04.	6 TAGE
	FREI:RAUM:MEER Eine Woche für darstellende (Lebens-)Kunst	CUXHAVEN 26.04. - 30.04.	5 TAGE
	MEINE ARBEIT – MEIN LEBEN?	BREMEN 28.04. - 29.04., tägl. 10:00 bis 15:30 Uhr	2 TAGE
	INNENSTADTWILDNIS Überraschendes (dr)ußen und (dr)innen entdecken	BREMEN 29.04. - 30.04., tägl. 09:00 bis 14:30 Uhr	2 TAGE
MAI	NATUR UND KULTUR ZWISCHEN RATZBURG UND DER OSTSEE Seminar-Wanderung auf dem "Grünen Band"	RATZBURG - LÜBECK 03.05. - 07.05.	5 TAGE
	DEM GLÜCK AUF DER SPUR	BREMEN 03.05. - 07.05., tägl. 09:00 bis 14:30 Uhr	5 TAGE
	WENIGER IST MEER Schreibtage auf Langeoog	LANGEORG 03.05. - 08.05.	6 TAGE
	MEINE MITTE FINDEN – AUS MEINER MITTE HERAUS LEBEN Das Labyrinth als stärkendes Sinnbild für den eigenen Lebensweg	DAMME 03.05. - 07.05.	5 TAGE
	9° MINUS 11 MINUTEN Bremen im "Längsschnitt" und zu Fuß	BREMEN 17.05., 09:00 bis 16:00 Uhr	1 TAG
	LANGEOGS WILDE VOGELWELT Vitalität und Verletzlichkeit eines Ökosystems	LANGEORG 17.05. - 21.05.	5 TAGE
	GRENZ WERTIG – EIGENE POTENZIALE NUTZEN Bildungszeit zwischen Himmel und Erde	BREMEN 27.05. - 28.05., tägl. 09:00 bis 14:00 Uhr	2 TAGE
	"ZWISCH-BOING-POW" Theaterarbeit als Methode	LANGEORG 31.05. - 05.06.	6 TAGE
	"HEBE DEINE AUGEN AUF ZU DEN BERGEN ..." Wege zu erneuerter Sehkraft mit ganzheitlichem Sehtraining	BASSUM 31.05. - 04.06.	5 TAGE
JUNI	"NEIN" HEISST "NEIN" UND "JA" HEISST "JA" Selbstbehauptung für Frauen	BREMEN 07.06. - 09.06., tägl. 09:00 bis 14:30 Uhr	3 TAGE
	KINDER UND FAMILIE – STRESSTEST FÜR DIE BEZIEHUNG? Für Eltern/Erziehende in allen Lebensformen (LGBTIQ*/Hetero) und ihre Kinder (1-6 Jahre) mit Kinderbetreuung	LANGEORG 14.06. - 19.06.	6 TAGE
	BODYPERCUSSION Als Methode für Einsteiger*innen	BREMEN 17.06. - 18.06., tägl. 09:00 bis 15:00 Uhr	2 TAGE
	POLITIK, SATIRE & HUMOR IN DEUTSCHLAND In Kabarett, Cartoon und Co	BAD ZWISCHENAHN 28.06. - 02.07.	5 TAGE
JULI	ICH SORGE GUT FÜR MICH UND MACHE ES MIR LEICHT Mit dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) Vorhaben spielerisch umsetzen	LANGEORG 05.07. - 10.07.	6 TAGE
	"BRÜDERLEIN, SCHWESTERLEIN, GANZ ALLEIN" Rollenmuster in der Familie	LANGEORG 12.07. - 17.07.	6 TAGE
	DIE WIEDERENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT Männer und ihr Umgang mit der eigenen Zeit	EKSHÄRAD SCHWEDEN 12.07. - 17.07.	6 TAGE

CORONA-VIRUS
Informationen zu unseren Angeboten

Trotz bewegter Zeiten legen wir mit diesem Falblatt unsere Planungen für gemeinsame Bildungszeiten "vor Ort" und zu vielfältigen Themen vor. Bei Redaktionsschluss bekannte Rahmenbedingungen und behördliche Empfehlungen haben wir dabei berücksichtigt – mögliche Varianten oder alternative Formate mitgedacht.

Die Dynamik dieser Zeit macht ggf. die eine oder andere kurzfristige Anpassung noch nötig. Abonnieren Sie gerne unseren Newsletter und bleiben Sie jederzeit informiert. Angemeldete Teilnehmende erhalten seminarbezogene Infos, sobald die Lage Änderungen nötig macht. Wir hoffen, uns im gemeinsamen Lernen auch weiterhin begegnen zu können und laden Sie bereits jetzt herzlich dazu ein. Wer mag, findet ergänzende Online-Lernformate auf unserer zusätzlichen Website: www.ebw-bremen.online.

INFO

Anmeldung: Schnell und komfortabel **online** unter www.bildungswerk.kirche-bremen.de/veranstaltungssuche ODER telefonisch Mo.-Do. von 10-13 Uhr und Di. von 14-17 Uhr.

Es gelten unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Anfahrt zum Seminarort in eigener Verantwortung. Kostenbeiträge für Bildungszeit-Seminare außerhalb Bremens inklusive Unterkunft und Verpflegung.

Ermäßigungen gelten für Studierende (bis 33 Jahre), für Menschen mit Schwerbehinderung (ab 50 Prozent) sowie Personen, die Arbeitslosengeld II („Hartz IV“), Sozialgeld und -hilfe, Grundsicherung oder Leistungen nach Asylbewerberleistungsg (S§ 2/3) beziehen.

Für Arbeitnehmer*innen in Niedersachsen: Einige unserer Bildungszeit-Seminare sind auch nach dem niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz anerkannt bzw. ein Anerkennungsantrag ist möglich. Bitte sprechen Sie uns bei Bedarf vor Ihrer Anmeldung darauf an.

***Unterbringung:** Aktuell erfolgt die Unterbringung in Einzelzimmern. Doppelzimmer lediglich für Personen eines Haushalts.

LEGENDE

Familienbildung – hier lernen Erwachsene und Kinder gemeinsam. Falblatt zum Download

Kennzeichnung unserer acht Fachbereiche:

- Bildung in Bewegung**
- In Vielfalt glauben**
- Verantwortlich handeln**
- Geschlechter-Perspektiven**
- Lebenslagen & Lebenswege**
- Geschichten & Gestaltung**
- Leib & Seele**
- Kompetenz & Engagement**

5 TAGE	HOLLYWOOD IN DER HOSENTASCHE 08.02. - 12.02. Mo. - Fr., tägl. 09:00 - 14:15 Uhr Bremen € 75, erm. € 55 David Würdemann » 211802
---------------	--

Nie war es einfacher, mit Alltagsausrüstung Videofilme für private und berufliche Zwecke herzustellen. Das eigene Smartphone bringt weit mehr mit, als so manche Kameraausrüstung der 90-er Jahre. Kompetent damit umzugehen, die vielfältigen Funktionen beim Aufnehmen, Schneiden, Nachbearbeiten und Vertonen zu nutzen – dazu will diese Bildungszeit befähigen. Eigene Smartphones sind mitzubringen.

5 TAGE	WIR STEHEN AUF DEN SCHULTERN VON RIES'INNEN 15.02. - 19.02. Mo. - Fr. Bad Zwischenahn € 220*, erm. € 120* EZ € 280, erm. € 200 Kathrin Tietze » 211310
---------------	---

Ein alltagspraktisches Seminar zum Erproben und Erlernen der eigenen Widerstandskraft, sei es für die großen gesellschaftlichen Kämpfe oder die kleinen alltäglichen. Wir lernen aus den Emanzipationsbewegungen des 20. Jahrhunderts (z.B. Frauen-, Krüppel-, LSBTIQ*- und Antirassismusbewegungen). Was verband sie, was können wir heute nutzen? Mit Hilfe von Literatur, Film, Reflektion, Diskussion und kreativen Übungen verbringen wir eine solidarische und stärkende Woche.

6 TAGE	GANZ OHR AUF LANGEOOG 15.03. - 20.03. Mo. - Sa. Langeoog EZ € 380, erm. € 320 Wolfgang Stelljes, Henning Lühr » 211610
---------------	---

In dieser Bildungszeit lernen wir schrittweise das praktische Handwerkszeug für Radio und Podcast - vom Umgang mit dem Mikro bis zum digitalen Schnitt am PC. Wir analysieren gängige Formate, lernen die Grundregeln guter Interviewführung kennen, üben das audiogerechte Schreiben und Sprechen sowie den digitalen Schnitt. Eigene Beiträge werden konzipiert und aufgenommen - für einen Blog, eine Internetseite oder für lokale Hörfunksender. Und wir lernen bei unseren Recherchen ganz nebenbei eine Menge über Langeoog.

2 TAGE	KOLLEGIALE BERATUNG AUSPROBIEREN UND ERLERNEN 15.03. - 16.03. Mo. - Di., tägl. 09:00 - 14:00 Uhr Bremen € 45, erm. € 30 Bärbel Lange » 211803
---------------	--

Kollegiale Beratung ist eine Methode, die durch Perspektivwechsel Menschen unterstützt, Probleme im beruflichen oder privaten Rahmen zu lösen. Sie fördert die Unabhängigkeit von externer Beratung. Im Seminar wird die Methode vorgestellt und erprobt. Schritt für Schritt wird sowohl das beratende als auch das moderierende Handeln erlernt. Ziel ist es, die Kollegiale Beratung anzuleiten sowie die Methode Anderen zu vermitteln.

2 TAGE	DIVERSITY - ABC 15.03. - 16.03. Mo. - Di., tägl. 09:00 - 14:30 Uhr Bremen € 75, erm. € 55 Kathrin Tietze » 211805
---------------	--

Was heißt genau geschlechtliche Vielfalt, Religion, Alter, Behinderung, sexuelle Identität, ethnische Herkunft usw. Wie hängt das alles miteinander zusammen? Wieso ist es wichtig, dass wir uns damit beschäftigen: im privaten, aber eben auch im professionellen Rahmen? Wir hinterfragen die eigenen Perspektiven und schaffen uns neue. Zusammengefasst: ein Raum für alle Ihre Fragen, die Sie schon immer zum Thema Vielfalt stellen wollten! Die Auseinandersetzung mit diesen Themen erfolgt mit einem Methodenmix, der Herz, Hand und Hirn anspricht.

5 TAGE	WALE UND MENSCHEN AN DER WESER 22.03. - 26.03. Mo. - Fr., tägl. 09:00 - 15:00 Uhr Bremen € 95, erm. € 65 Stefan Schorr » 211321
---------------	--

In der Grönlandfischerey jagten Bremer Seeleute bis in die zweite Hälfte des 19. Jahrhunderts Wale. Heute beteiligen sich die Menschen an der Weser mit Sichtungsmeldungen an der Schweinswalforschung. Die kleinen Zahnwale folgen im Frühjahr Stint und Finte die Weser hinauf. Wir betrachten die lange wechselvolle Beziehung der Menschen an der Weser zu Walen in Vorträgen und verschiedenen Exkursionen.

6 TAGE	KONFLIKTE LÖSEN MIT KINDERN 05.04. - 10.04. Mo. - Sa. Langeoog € 350*, erm. € 210*, Kind € 80* Carolin Winter » 211503
---------------	---

Vielleicht ist es die schönste Aufgabe der Welt: Kinder auf dem Weg in das Leben zu begleiten. Aber ohne Frage ist es auch die größte Herausforderung. Eltern möchten liebevoll und zugleich konsequent sein, wenn es darum geht, Grenzen aufzuzeigen. In dieser Woche wollen wir mit der Methode der Multifamilienarbeit (MFA) und der Expertise der Familien zu neuen Sichtweisen und Perspektiven anregen. Gegenseitige Rückmeldung, Unterstützung und Offenheit im Austausch wirken stärkend auf das Familiensystem.

5 TAGE	ARABIEN, INDIEN UND SRI LANKA 12.04. - 16.04. Mo. - Fr., tägl. 09:00 - 14:30 Uhr Bremen € 85, erm. € 55 Volker Keller » 211215
---------------	---

In Ländern am Indischen Ozean treffen Völker und Kulturen aufeinander. Sie sind hin und her gerissen zwischen der Kunst des Zusammenlebens und dem Streben nach Dominanz. In der Bildungszeit wird auf die politische und religiöse Lage in den islamischen Ländern Jordanien, Saudi Arabien, Iran und Emirate eingegangen. Beleuchtet werden ebenso radikale Entwicklungen in der größten Demokratie der Welt, Indien, wie auch auf Sri Lanka nach dem Ende des Bürgerkriegs.

5 TAGE	RÄUME DER STILLE ZUM SPRECHEN BRINGEN 12.04. - 16.04. Mo. - Fr., tägl. 09:00 - 15:00 Uhr Bremen € 95, erm. € 75 Dr. Henrike Weyh, Johannes Gebbe » 211801
---------------	--

Kirchen eröffnen uns eine Vielzahl unterschiedlicher Welten: Sie sind Räume von hochentwickelter Architektur, angefüllt mit Kunstwerken unterschiedlicher Epochen und Techniken; Musik bringt sie zum Klingen. Vor allem aber sind sie Räume des Glaubens, des Lebens und vielfältiger christlicher Botschaft. All' das macht eine Kirchenführung so spannend - für Teilnehmende ebenso wie für denjenigen, der sie durchführt.

5 TAGE	1700 JAHRE JÜDISCHES LEBEN IN DEUTSCHLAND 19.04. - 23.04. Mo. - Fr., tägl. 09:00 - 14:30 Uhr Bremen € 85, erm. € 55 Kirsten Locker » 211210
---------------	--

Seit dem Jahr 321 leben Jüdinnen und Juden in Deutschland und haben das Land in Philosophie, Wissenschaft und Kunst maßgeblich mitgestaltet. Ihre Leistungen prägen damit unsere Identität und Kultur. In dieser Bildungszeit geht es um den Reichtum und die lange Tradition jüdischer Kultur in Deutschland. Religion, jüdisches Leben in Bremen und auch die zunehmende Bedrohung durch wachsenden Antisemitismus in Deutschland sind Thema dieser Bildungszeit.

5 TAGE	MITTENDRIN UND AUF DER SUCHE 19.04. - 23.04. Mo. - Fr., tägl. 09:00 - 14:30 Uhr Bremen € 80, erm. € 40 Konni Lerche, Nancy Janz » 211470
---------------	---

Sie stehen mitten im Leben und sind auf der Suche nach neuen Orientierungen für Beruf und/oder Leben? Gemeinsam mit anderen können Sie Ihre momentane Situation anschauen und überdenken. Steht eine berufliche Umorientierung an oder die Neuordnung der persönlichen Verhältnisse? In dieser Bildungszeit schauen wir uns die gesellschaftlichen Bedingungen an, in denen Frauen leben und arbeiten und beziehen die aktuelle, coronabedingte Situation mit ein. Das Ziel soll sein: den für Sie stimmigen Weg zu finden.

5 TAGE	ABENTEUER LEBENSWEGE 19.04. - 23.04. Mo. - Fr. Cuxhaven € 350*, erm. € 290* EZ € 450, erm. € 350 Algeth Ernestine Weerts, Ruth Flemming » 211505
---------------	---

Wie im Märchen können im Leben Herausforderungen gemeistert, Hindernisse überwunden und Aufgaben bewältigt werden. Es gibt hilfreiche Begegnungen und manchmal tun sich unerwartete Chancen auf. Wer werden uns als Held*in unserer Lebens-Geschichte betrachten, besondere Begegnungen und Erfahrungen würdigen und die Schätze für unseren weiteren Weg darin entdecken. Mit Märchen-Rollenspiel, Psychodrama und Familienaufstellung kann ein neuer Blick auf den eigenen Lebensweg entstehen.

6 TAGE	GEZEITEN DES LEBENS 19.04. - 24.04. Mo. - Sa. Langeoog EZ € 510, erm. € 340 Martina Krefß » 211734
---------------	---

Wie das Meer unterliegt unser Leben einem beständigen Rhythmus zwischen Polaritäten: Ebbe und Flut, Fülle und Leere, Gesundheit und Krankheit. An der Nordseeküste richten wir unsere Aufmerksamkeit auf diese Rhythmen. Naturerleben und Körperwahrnehmung mit Eutonie eröffnen den Zugang zu sich selbst und zu dem, was gerade "dran" ist. Gewinnen Sie einen neuen Blick auf die Gezeiten Ihres Lebens und die Ressourcen, die Ihnen helfen, bei allen Höhen und Tiefen gesund zu bleiben.

5 TAGE	FREI:RAUM:MEER 26.04. - 30.04. Mo. - Fr. Cuxhaven € 310*, erm. € 260* EZ € 360, erm. € 310 Nikki Sprich » 211614
---------------	---

Ein Besuch am Meer lässt uns aufatmen, still sein, sehnsüchtig sein - lässt frische Gedanken, die neue Wege ermöglichen. Der "Resonanzraum Meer" schenkt uns Impulse, die wir durch spielerische Darstellungen, Körper- und Stimmübungen lebendig werden lassen. Wer Anregungen für den Alltag anstehend, gerade Entschleunigung sucht, kann bei der biografischen Theaterarbeit, gepaart mit Achtsamkeitsübungen, spannende Entdeckungen machen. Voraussetzung ist die Lust sich auszuprobieren.

2 TAGE	MEINE ARBEIT – MEIN LEBEN? 28.04. - 29.04. Mi. - Do., tägl. 10:00 - 15:30 Uhr Bremen € 80, erm. € 40 Algeth Ernestine Weerts » 211461
---------------	--

"Arbeit ist das halbe Leben"; und sicher kennen auch Sie die "Ecken und Kanten" Ihres Arbeitsplatzes, der ein wichtiges Stück Leben und Beziehung zugleich ist. In diesem Seminar geht es um das Erkennen und Wahrnehmen von Rollen, Hierarchien und Strukturen im Arbeitsalltag. Mit unterschiedlichen Methoden aus Systemischer Aufstellung, Kommunikationstraining und Gewaltfreier Kommunikation lernen Sie hinter die (eigenen) "Kulissen" zu sehen und Zusammenhänge zu verstehen.

2 TAGE	INNENSTADTWILDNIS 29.04. - 30.04. Do. - Fr., tägl. 09:00 - 14:30 Uhr Bremen € 45, erm. € 35 Andrea Vogelfänger » 211115
---------------	--

"Ich lebe in der Stadt, hier gibt es keine Wildnis" - Lassen Sie sich überraschen! Jede Wildpflanze in einer Mauerritze, jeder Baum im Park ist ein Stück Wildnis! In einem Mix aus etwas Theorie und viel Praxis lässt sich die Wildnis in der Stadt entdecken. Was verbindet uns mit der Natur und welche heilenden Aspekte kann der Aufenthalt in der Stadtwildnis für uns haben?

5 TAGE	NATUR UND KULTUR ZWISCHEN RATZEBURG UND DER OSTSEE 03.05. - 07.05. Mo. - Fr. Ratzeburg - Lübeck EZ € 460, erm. € 390 Dieter Niermann, Dr. Jutta Petri » 211102
---------------	---

Älter als die Geschichte der deutschen Teilung und Wiedervereinigung ist das historische und ökologische Erbe der Lauenburger Seenlandschaft, der Hansestadt Lübeck und der mecklenburgischen Ostseeküste. Zu Fuß und auf dem Wasser wird Natur und Kultur auf der "Nordetappe" entlang des Grünen Bands erfahrbar und bedacht. Unterkunft in einfachen Hotels in Ratzeburg und Lübeck. Inkl. Gepäcktransport

5 TAGE	DEM GLÜCK AUF DER SPUR 03.05. - 07.05. Mo. - Fr., tägl. 09:00 - 14:30 Uhr Bremen € 110, erm. € 55 Mirjam Steger » 211508
---------------	---

Glück bedeutet für jede*n etwas anderes. Für den einen ist es das Zusammensein mit einem geliebten Menschen, für die andere eine Wanderung in den Bergen. Die Hirnforschung sagt, dass das Empfinden von Glück in erster Linie von uns selbst abhängt. Wie kann jede*r mehr Glück und Zufriedenheit im Leben verankern? Die Corona-Pandemie hat uns vieles Schöne genommen. Was haben uns die Einschränkungen aber auch gelehrt? Mit kreativen Techniken wie ZRM® und Naturbegehungen begeben wir uns auf die Suche nach dem Glück in uns selbst.

6 TAGE	WENIGER IST MEER 03.05. - 08.05. Mo. - Sa. Langeoog € 420*, erm. € 360* EZ € 450, erm. € 390 Susanne Niemeyer » 211612
---------------	---

Wir verlieren: To-do-Listen, Handynummern, den Alltag. Wir finden: Worte, die an einem Grashalm hängen bleiben. Gedanken zwischen Ebbe und Flut. Geschichten, die hinterm Horizont beginnen. "Am Fenster fliegt eine Kuh vorbei", singen Element of Crime. Was wird uns noch begegnen? Beim Kreativen Schreiben schärfen wir unsere Sinne und üben, genauer hinzuschauen. Wir werfen einen anderen Blick auf die Welt. Überraschende Methoden helfen dabei, einen Text zu entwickeln und die eigene Sprache zu finden.

5 TAGE	MEINE MITTE FINDEN – AUS MEINER MITTE HERAUS LEBEN 03.05. - 07.05. Mo. - Fr. Damme € 375*, erm. € 250* EZ € 405, erm. € 270 Mechthild Messer » 211744
---------------	--

Unser Leben ist geprägt von Wendepunkten, Abschieden und Neuanfängen. Dafür ist das Labyrinth ein jahrtausendaltes Symbol. Ein Labyrinth ist weder Irrweg noch Karriereleiter, es führt unbeirrt hinein in eine Mitte, der wir uns auch dann nähern, wenn es sich ganz anders anfühlt. So ist es auch oftmals im Leben. Wie wir diese Mitte immer wieder finden und für unser (Arbeits-)leben daraus schöpfen können, wird Gegenstand des gemeinsamen Erforschens sein.

1 TAG	9° MINUS 11 MINUTEN 17.05. Mo., 09:00 - 16:00 Uhr Bremen € 20, erm. € 10 Dieter Niermann » 211103
--------------	--

11 Bogenminuten westlich des 9. Längengrades liegt der Westrand des Stadtwaldsees. Das Weidedammgebiet, der Bürgerpark und das Barkhof-Viertel halten überraschende Eindrücke, Orte und Begegnungen bereit, bevor es vom Osterdeich aus mit der Sielwallfähre auf den Stadtwerder geht. Anreise und Rückfahrt sind unkompliziert im ÖPNV möglich.

5 TAGE	LANGEOOGS WILDE VOGELWELT 17.05. - 21.05. Mo. - Fr. Langeoog € 320*, erm. € 220* EZ € 395, erm. € 315 Birte Weinbecker » 211320
---------------	--

Im Wattenmeer, einem der wichtigsten Vogelgebiete der Welt, rasten im Herbst gefiederte Extremsportler: Zugvögel zwischen Arktis und Afrika. Auch Kiebitz und Uferschnepfe finden Rückzugsgebiete, während sie auf dem Festland sehr selten werden. Mit welchen Lösungsansätzen lassen sich die Bedingungen für diese Vogelarten verbessern? Die Bildungszeit stellt in Referaten, Exkursionen, Bestimmungsübungen und Gesprächen den Reichtum, die Belastungsgrenzen und Perspektiven des Ökosystems Watt vor.

2 TAGE	GRENZ WERTIG – EIGENE POTENZIALE NUTZEN 27.05. - 28.05. Do. - Fr., tägl. 09:00 - 14:00 Uhr Bremen € 35, erm. € 25 » 211150
---------------	---

An eigenen Grenzen machen Menschen wertvolle Erfahrungen. Erfolgversprechende Strategien im Umgang mit beruflichen und persönlichen Herausforderungen werden entwickelt. Das erfahrungsorientierte Lernen im Seilgarten Lesum befördert unterschiedlichste Kompetenzen auf besondere Weise: Kooperation und Kommunikation, Definition eigener Ziele, Umgang mit Erfolg und vermeintlichem Scheitern.

6 TAGE	"ZWISCH-BOING-POW" 31.05. - 05.06. Mo. - Sa. Langeoog € 380*, erm. € 280* EZ € 480, erm. € 380 Helle Rothe » 211616
---------------	--

Inspirierend, spritzig und lebendig sind die Methoden und Kreativ-Übungen aus der Theaterarbeit und einsetzbar für Veranstaltungen aller Art. Diese Bildungszeit richtet sich nicht nur an Multiplikator*innen in der Arbeit mit Menschen, sondern an alle Interessierten, die theaterpädagogische Methoden ausprobieren und erfahren möchten. Sie nehmen einen Fundus von Übungen und Ideen u.a. von Augusto Boal oder Keith Johnstone mit zurück auf's Festland.

5 TAGE	"HEBE DEINE AUGEN AUF ZU DEN BERGEN ..." 31.05. - 04.06. Mo. - Fr. Bassum EZ € 385, erm. € 255 Susanne Wiznerowicz » 211713
---------------	--

Geschwächtes Sehvermögen kann ein Hinweis unseres Körpers darauf sein, dass wir etwas übersehen haben. Es kann uns zur Selbstfürsorge anregen und dazu, Verantwortung für die Gesundheit unserer Augen zu übernehmen. Wir erforschen gemeinsam, wie und was jede*r von uns sieht und erproben, wie wir unseren Augen aufhelfen können. Dazu trainieren wir Augenmuskeln, Gehirn und Geist. Für die Dauer der Bildungszeit ist die Bereitschaft erforderlich, sich auch außerhalb der Seminarzeiten weitestgehend ohne Sehhilfe zu bewegen.

3 TAGE	"NEIN" HEISST "NEIN" UND "JA" HEISST "JA" 07.06. - 09.06. Mo. - Mi., tägl. 09:00 - 14:30 Uhr Bremen € 90, erm. € 45 Bärbel Mann » 211455
---------------	---

Nicht erst seit der #Metoo Debatte haben sich Frauen zusammengefunden, um sich gegenseitig zu stärken und zu unterstützen. WenDo ist EINE Methode und ein wertschätzendes Angebot für Frauen, unabhängig von Alter und körperlicher Verfassung. Die Bedeutung von Körpersprache zu erleben, die Wahrnehmung und Kraft von Stimme und Sprache zu erforschen und die eigenen Grenzen zu erkennen und zu erweitern, sind Teil des Kurses. Klar "Nein" oder "Ja" zu sagen, kann hier im Rollenspiel ausprobiert werden.

6 TAGE	KINDER UND FAMILIE – STRESSTEST FÜR DIE BEZIEHUNG? 14.06. - 19.06. Mo. - Sa. Langeoog € 350*, erm. € 210*, Kind € 80* Carolin Winter » 211504
---------------	--

Die Zeit nach der Geburt eines Kindes stellt Paare vor neue Herausforderungen. Oft bleibt wenig Zeit für die Pflege der Partnerschaft. Unterschiedliche Ansichten zu Erziehungsthemen können zu Uneinigkeiten und Konflikten führen. Was genau verändert sich in der Beziehung und wie kann ein ganzheitlicher Umgang miteinander gelingen? Für Kinder ist es heilsam zu erleben, wie Eltern ihre Beziehung leben und weiterentwickeln. Das gibt ihnen Sicherheit in ihrer Entwicklung und sie haben ein positives Vorbild in Punkto Liebesbeziehung.

2 TAGE	BODYPERCUSSION 17.06. - 18.06. Do. - Fr., tägl. 09:00 - 15:00 Uhr Bremen € 65, erm. € 35 Gabriele Hartung » 211506
---------------	---

Unter Bodypercussion sind alle rhythmisch strukturierten Klänge und Geräusche zu verstehen, die sich mit Stimme, Händen, Füßen und anderen Körperteilen erzeugen lassen. Der Experimentierfreude sind da höchstens motorische Grenzen gesetzt. Bodypercussion hält Körper und Seele in Schwung, ist ein super Rhythmustraining, das die Koordination und Konzentration fördert und sich gut als Methode in der Jugend- und Erwachsenenbildung eignet. Und es macht auch noch jede Menge Spaß!

5 TAGE	POLITIK, SATIRE & HUMOR IN DEUTSCHLAND 28.06. - 02.07. Mo. - Fr. Bad Zwischenahn € 220*, erm. € 120* EZ € 280, erm. € 200 Walter Gröh » 211325
---------------	---

Wie können Kabarett, Satire und Cartoon Missstände in Politik und Gesellschaft humorvoll entlarven? Darf Satire alles? In dieser Bildungszeit fühlen wir historisches und aktuellen Beispielen politischen Humors mit selbst erstellten Kriterien auf den Zahn.

6 TAGE	ICH SORGE GUT FÜR MICH UND MACHE ES MIR LEICHT 05.07. - 10.07. Mo. - Sa. Langeoog EZ € 620, erm. € 520 Nadja Plothe » 211806
---------------	---

ZRM® ist ein Selbstmanagement-Training, das die Frage beantwortet: Wie kann ich mich mit Leichtigkeit stimmig selbst durchs Leben führen? Gönnen Sie sich eine kreative Einfühlung in sich selbst und lernen dabei eine wissenschaftlich fundierte und erprobte Methode der Selbstregulation kennen. Das Wirksame dieser Methode ist das Arbeiten mit Bildern und die Einbeziehung des Körpers. Mit liebevoller Selbsterkenntnis, dem Wissen um die Bedeutung des Unbewussten in unserer Handlungssteuerung und spielerischem Training erproben wir ZRM®.

6 TAGE	"BRÜDERLEIN, SCHWESTERLEIN, GANZ ALLEIN" 12.07. - 17.07. Mo. - Sa. Langeoog € 450*, erm. € 350* EZ € 550, erm. € 450 Algeth Ernestine Weerts, Ruth Flemming » 211507
---------------	---

Ob wir als ältestes, mittleres, jüngstes Kind oder ganz ohne Geschwister aufwachsen, die eigene Position in der Familie wird modelliert in der späteren Gestaltung von Beziehungen. Mit spielerischen Methoden (aus Psychodrama und Familienaufstellungen) werden wir eigene Geschwister- und Familienbeziehungen betrachten, um daraus entstandene Rollenmuster aufzudecken und zu verstehen. Ein Revival alter Kinder- und Gruppenspiele rundet die Woche ab.

6 TAGE	Die WIEDERENTDECKUNG DER LANGSAMKEIT 12.07. - 17.07. Mo. - Sa. Ekshärad Schweden € 390, erm. € 290 Dieter Niermann, Stefan Bargmann » 212160
---------------	---

Die "Rushhour des Lebens" mit der Fließgeschwindigkeit eines klaren, schwedischen Flusses konfrontieren. Das eigene Tempo zum Thema machen. Mit der eigenen Hände Arbeit Flöße bauen und in die uralter Flößerbtradition Mittelschweden eintauchen. Wie gelang zu früheren Zeiten Beruflichkeit im Einklang mit der (eigenen) Natur? Anreise bereits am 11.07.21; Rückkehr am 18.07.21.