



Heinrich Lübke Haus

KAB Ferien- und Bildungszentrum

... am Möhnensee



Bildungsprogramm

2018



Auszug aus dem Leitbild der Heimvolkshochschule „Heinrich Lübke“

1. Woher wir kommen und wie wir eingebunden sind

Die Heimvolkshochschule Heinrich Lübke ist die verbandszentrale Bildungseinrichtung der Katholischen Arbeitnehmer Bewegung (KAB) Deutschland und ist inhaltlich, personell und räumlich integriert in die Ferien-, Tagungs- und Bildungsstätte Heinrich Lübke Haus der KAB.

Das Haus wurde am 8. September 1974 eröffnet. [...] In Anlehnung an die soziale Frage und die christliche Soziallehre ist die KAB eine Bildungsbewegung und will Menschen befähigen, Verantwortung zu übernehmen – für sich und andere, in Gesellschaft, Politik und Kirche.

Die Erfahrungen im gemeinsamen „Leben und Lernen unter einem Dach“ in Seminaren und Ferien in einem Bildungshaus bleiben seitdem prägend für zahlreiche Familien und Einzelgäste. Grundlagen für das pädagogische Konzept sind die Persönlichkeitsentwicklung und Ermutigung zum Engagement durch lebenslanges Lernen.

Die Heimvolkshochschule ist seit 1976 eine staatlich anerkannte Weiterbildungseinrichtung. Die Bildungsarbeit geschieht im rechtlichen Rahmen des Weiterbildungsgesetzes des Landes NRW in der Trägerschaft des Gemeinnützigen Sozialwerkes der KAB (GSKAB).

2. Was uns prägt und woran wir uns orientieren

Wir sind eine katholische Bildungseinrichtung in einer ländlichen Region, aber unweit des Ruhrgebietes und damit auch durch städtische Milieus geprägt. Wir wollen bewusst Menschen unterschiedlicher Werthaltung und Denkweise ansprechen und miteinander ins Gespräch bringen und arbeiten dabei auch generationsübergreifend. Der christliche Glaube ist für uns eine erneuernde Kraftquelle. [...] Gastfreundschaft schafft einen solchen Ort des Evangeliums, wo ein Mensch angenommen ist, wie er ist. Zu dieser Kultur gehört die gemeinsame Suche nach Wegen der Gottesbegegnung.

3. Wofür unsere Bildungsangebote stehen

Für unser Handeln und unsere Bildungsarbeit sind die Werte der sozialen Gerechtigkeit, der Gleichberechtigung, Eigenverantwortung und Solidarität, der Emanzipation und Humanität bestimmend. Uns leiten die Grundwerte der Katholischen Soziallehre und der sozialen Demokratie.

Auf dem Bildungsmarkt stehen die Kurse und Tagungen, die wir in eigener pädagogischer Verantwortung anbieten, für wert- und gemeinwohlorientierte Bildung. Berufsbezogene Qualifizierung und personenbezogene Orientierung gehen ineinander über und sind lebensbegleitend aufeinander bezogen. [...]

Auf dem Weg in die Zukunft sehen wir die Heimvolkshochschule stärker als bisher auch als Plattform, von der Impulse ausgehen z.B. zur Förderung zivilgesellschaftlichen Engagements, zur Weiterentwicklung der Region, zur Vernetzung gemeinwesenorientierter Initiativen und Projekte.



Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter: Beatrix Peter, Birgit Schlieckmann, Karl-Heinz Does, Pater Willi Heck, Pia Ueter, Martin Weimer, Nadine Fischer (v.l.n.r.)

Heimvolkshochschule „Heinrich Lübke“ und Bildungswerk „Bürger in Gesellschaft und Staat“

Martin Weimer

Leiter der HVHS

Tel.: 02924/806-405,

m.weimer@heinrich-luebke-haus.de

Birgit Schlieckmann

Verwaltungsmitarbeiterin

Tel.: 02924/806-411

heimvolkshochschule@heinrich-luebke-haus.de

Karl-Heinz Does

Schwerpunkt: Familien- und Altenbildung

Tel.: 02924/806-409, k.does@heinrich-luebke-haus.de

Nadine Fischer

Schwerpunkt: Kinder- und Jugendbildung

Tel.: 02924/806-408, n.fischer@heinrich-luebke-haus.de

Beatrix Peter

Schwerpunkt: ökologische Bildung und Kommunikation

Tel.: 02924/806-410, b.peter@heinrich-luebke-haus.de

Pia Ueter

Schwerpunkt: Frauen- und Gesundheitsbildung

Tel.: 02924/806-407, p.ueter@heinrich-luebke-haus.de

Pater Willi Heck

Hausseelsorger

Tel.: 02924/806-301

Aktuelle politische Thematik

Situation von Kindern und Jugendlichen in Entwicklungsländern – Entwicklungspolitische Herausforderungen

02.02. – 04.02.2018 (Fr – So) A 01

In Kooperation mit „Kinder in Rio e.V.“

Verantwortlich: Martin Schwamborn

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Der Islam in Deutschland – Muslime zwischen Integration und Abschottung

Ein politisches Seminar für Einzelpersonen, Paare, Gruppen und Familien

02.02. – 04.02.2018 (Fr – So) A 02

Seminarinhalte:

- Vom Gastarbeiterislam zum Islam in Deutschland
- Kopftuch, Minarette und Koran – gehört der Islam zu Deutschland?
- Probleme und Perspektiven des Zusammenlebens

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

„Das Runde muss ins Eckige“ – Fußball zwischen Faszination, Geschäft und Politik (B)



26.02. – 02.03.2018 (Mo – Fr) A 03

Seminarinhalte:

- Zwischen Faszination und Religionsersatz – Besuch des Fußballmuseums in Dortmund
- Fußball zwischen Macht, Markt und Medien – Fußball und Politik
- Hauptsache, der Rubel rollt – Fußball und Geschäft – Was bleibt vom Sport noch übrig?

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 216,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 199,00 Euro



Weniger, Älter, Internationaler (B)

Demografischer Wandel in Deutschland

24.09. – 28.09.2018 (Mo – Fr) A 04

Seminarinhalte:

- Veränderungen der Altersstruktur in Deutschland
- Auswirkungen auf Arbeitsmarkt, Sozialsysteme und Infrastruktur
- Das Beispiel der „ältesten“ Gemeinde in NRW: Bad Sassendorf

Verantwortlich: Martin Schwamborn

Teilnahmebeitrag:

271,00 Euro

In Kooperation mit dem FORUM UNNA

„Bunte Republik Deutschland“ – Deutschland ein Einwanderungsland?



Ein integrationspolitisches Seminar für Einzelpersonen,
Paare und Gruppen

12.10. – 14.10.2018 (Fr – So) A 05

Seminarinhalte:

- Gelungene Integration? Türken in Deutschland zwischen Anpassung und Abschottung
- Zur Lage der Deutschen aus Russland und anderen Staaten Osteuropas
- Schaffen wir das? Wie kann Eingliederung von Flüchtlingen gelingen?

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag:

96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder:

88,00 Euro

„Der kranke Mann am Bosphorus?!“ – Die Türkei und wir (B)



Ein politisches Seminar für Einzelpersonen, Paare und Gruppen

29.10. – 02.11.2018 (Mo – Fr) A 06

Seminarinhalte:

- Die Türkei von Atatürk bis Erdogan – gehört die Türkei zu Europa?
- Kurden, Armenier, Aleviten – innertürkische Konflikte auf deutschem Boden?
- Zur Lage der Christen im Nahen Osten – welche Religionspolitik verfolgt die Türkei?
- Besuch des syrisch-orthodoxen Klosters in Warburg

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 216,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 199,00 Euro

(Die Teilnahmebeiträge schließen Fahrt-, Führungs- und Eintrittskosten ein.)

„Es lebe die deutsche Republik“ – Zur Geschichte der Demokratie in Deutschland



Ein Seminar in Erinnerung an die Ausrufung der Republik am 9. November 1918

09.11. – 11.11.2018 (Fr – So) A 07

Seminarinhalte:

- Zwischen Weimar, Bonn und Berlin – Wege und Irrwege der Demokratie
- Ideologen, Demagogen und Populisten – wie den Feinden der Demokratie begegnen?
- Mehr Demokratie wagen – auch in Europa

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Kommunikation und Stimme

Mit Achtsamkeit Atem und Stimme führen (B)



23.04. – 27.04.2018 (Mo – Fr) B 01

Seminarinhalte:

- Wie gehe ich mit meiner Stimme um?
- Ängste abbauen durch Achtsamkeit
- Wie spreche ich selbstsicher vor Publikum?
- Übungen: Wahrnehmung und Erweiterung des Atems

Verantwortlich: Beatrix Peter

Referentin: Christiane Borowy

Teilnahmebeitrag: 226,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 202,00 Euro

Lass deine Stimme einfach mal anders klingen!



Wochenende für jeden, der mal mit anderen singen möchte

08.06. – 10.06.2018 (Fr – So) B 02

Seminarinhalt

- Die heilsame Kraft von Musik und Gemeinschaft erleben
- Die eigene Stimme wahrnehmen und erforschen
- Den Körper als Instrument erleben
- Atem- und Singübungen für Anfänger

Verantwortlich: Beatrix Peter

Referentin: Christiane Borowy

Teilnahmebeitrag: 124,00 Euro

Beitrag für KAB-Mitglieder: 107,00 Euro

Starke Frauen – Zwischen Engagement und Lebensfreude (B)



Wie höre ich auf, es allen Recht machen zu wollen?
Ein Seminar für Frauen

18.06. – 22.06.2018 (Mo – Fr) B 03

Seminarinhalte:

- Was kann ich in bestimmten Situationen sagen oder tun?
- Wie kann ich eigenes Potential (wieder-)entdecken und mein Selbstbewusstsein neu stärken?
- Wie achte ich meine eigenen Bedürfnisse und die des anderen Menschen?
- Was ist achtsame Fürsorge?

Verantwortlich: Beatrix Peter

Referentin: Christiane Borowy

Teilnahmebeitrag: 226,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 202,00 Euro

Gewaltfreie Kommunikation nach Rosenberg

29.06. – 01.07.2018 (Fr – So) B 04

Seminarinhalte:

Das Seminar bietet viel Raum für spielerisches Ausprobieren und Experimentieren mit der Methode M. Rosenbergs. Im Zusammenhang mit naturerlebnispädagogischen Elementen können vielfältige, wertvolle Erfahrungen gemacht werden, die dazu beitragen, das Gelernte in den Alltag zu übertragen.

Verantwortlich: Beatrix Peter

Referentin: Claudia Seidel

Teilnahmebeitrag: 108,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 98,00 Euro

„Hurra! Wir streiten uns!“ – Wie wir positiv mit Konflikten umgehen (B)



03.09. – 07.09.2018 (Mo – Fr) B 05

Seminarinhalte:

- Wie verhalte ich mich bei welcher Art von Konflikt?
- Konflikte als Prozess – Dynamiken – Lösungen – Umgangsweisen
- Der Konflikt als Freund und Helfer – die Kraft des Konfliktes erkennen und positiv nutzen
- Wie kann ich heikle Dinge ansprechen?

Verantwortlich: Beatrix Peter

Referentin: Christiane Borowy

Teilnahmebeitrag: 226,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 202,00 Euro

Märchen erzählen

16.11 – 18.11.2018 (Fr – So) B 06

Seminarinhalte:

- Aussagen von Märchen für unser Leben
- Praktische Übungen zum fesselnden Märchenerzählen
- Körper- und Atemübungen von Kopf bis Fuß

Verantwortlich: Beatrix Peter

Referentin: Pascale Martens, Sprecherzieherin

Teilnahmebeitrag: 108,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 98,00 Euro



Rechtsprobleme

Einführung in das Sozialrecht (B)

09.04. – 13.04.2018 (Mo – Fr) C 01

Seminarinhalte:

- Einführung in das System der sozialen Sicherung in Deutschland
- Leistungen und Probleme der Renten- und Krankenversicherung
- Diskussion über alternative Überlegungen sozialer Sicherung

Verantwortlich: Karl Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 192,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 176,00 Euro

Leistungsansprüche in der Pflege- und Krankenversicherung erfolgreich durchsetzen

07.05. – 09.05.2018 (Mo – Mi) C 02

Seminarinhalte:

- Rechtsansprüche aus Sozialleistungen
- Aktuelle Rechtsprechung zur Kranken- und Pflegeversicherung
- Entwicklungen in den Kranken- und Pflegeversicherungen

Verantwortlich: Norbert Kinzel

Teilnahmebeitrag: 222,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 210,00 Euro



Einführung in das Arbeitsrecht (B)

05.11. – 09.11.2018 (Mo – Fr) C 03

Seminarinhalte:

- Die rechtliche Stellung von Arbeitnehmer/inne/n im Betrieb
- Beendigung von Arbeitsverhältnissen, z.B. verschiedene Arten von Kündigungen und Befristungen
- Die Rolle der Arbeitsgerichte (verbunden mit einem Besuch des Arbeitsgerichtes Hamm)

Verantwortlich: Karl Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 192,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 176,00 Euro

Sozialrecht (Aufbaukurs) (B)

19.11. – 23.11.2018 (Mo – Fr) C 04

Seminarinhalte:

- Aktuelle Entwicklungen in den gesetzlichen Sozialversicherungen
- Vertiefung der Kenntnisse in der Rentenversicherung
- Rechtsfragen im Alter

Verantwortlich: Karl Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 192,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 176,00 Euro

Berufsbezogene Bildung

Was unseren Kindern gut tut Entspannungsübungen für Kinder



07.03.2018 (Mi) D 01

Seminarinhalte:

- Entspannung braucht nicht viel Zeit – Einfache Entspannungsimpulse für Groß und Klein
- Reise ins Land der Fantasie – Geschichten zum Träumen für Kinder bis 10 Jahren

Verantwortlich: Nadine Fischer

Teilnahmebeitrag: 48,00 Euro

„Spiel mit mir die Welt“ – Interkulturelle Spiele in Schule und Kindertagesstätte



13.06.2018 (Mi) D 02

Seminarinhalte:

- Spielräume schaffen, auch auf kleinstem Raum
- Bewegungsspiele für Klassenräume
- Der Schulhof wird zum Abenteuer – eine spielerische Reise um die Welt

Verantwortlich: Nadine Fischer

Teilnahmebeitrag: 48,00 Euro

„Raus in den Wald“

Waldtage in Kindertagesstätten und Ganztagschulen

10.10.2018 (Mi) D 03

Seminarinhalte:

- Verschiedene Formen von Waldaktionen
- Aufbau von Waldtagen
- Hintergründe und Tipps zur Elternarbeit

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag: 48,00 Euro



„Wie wirke ich auf andere?“ (B)

Selbstsicheres Auftreten als Frau in Beruf, Ehrenamt und Alltag

09.11. – 11.11.2018 (Fr – So) D 04

Seminarinhalte:

- Die eigene Person wahrnehmen
- Meine Kleidung als Verstärkung meines Ausdrucks
- Selbstsicherheit und Selbstwertgefühl
- Körpersprache als Ausdrucksmittel

Verantwortlich: Pia Ueter

Referentin: Christiane Schwarzwald, Farb- und Stilberaterin

Teilnahmebeitrag: 108,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 98,00 Euro

Digitalkameras in Kinderhand – Kreative Medienprojekte für den Offenen Ganzttag



17.11.2018 (Sa) D 05

Seminarinhalte:

- Von der Linse zum Bild – mit der Kamera die Welt entdecken
- Fotoprojekte zum Einsatz in der offenen Ganztagschule

Verantwortlich: Nadine Fischer

Teilnahmebeitrag: 48,00 Euro

Tipps und Tricks rund um den PC

09.02. – 11.02.2018 (Fr – So) E 01

30.11. – 02.12.2018 (Fr – So) E 04

Ein Workshop für alle, die mehr über ihren PC wissen möchten. Im Mittelpunkt stehen die Fragen der Teilnehmenden. Wir kümmern uns um das Betriebssystem (Windows 10) und die Programme, die jeder fast täglich nutzt. Der Datenaustausch mit Smartphones und Tablets steht auch auf dem Programm.

Der Workshop ist auch als „Familien-Wochenende“ gedacht. Es gibt Alternativangebote und Kinderbetreuung. Notebooks stehen in begrenzter Anzahl zur Verfügung.

Verantwortlich: Martin Weimer

Referent: Andreas Feller

Teilnahmebeitrag: 108,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 98,00 Euro

Einführung in die digitale Bildbearbeitung

08.06. – 10.06.2018 (Fr – So) E 02

Seminarinhalte:

- Übertragung der Fotos von der Digitalkamera bzw. dem Smartphone zum PC und deren dauerhafte Speicherung
- Optimierung und Bearbeitung von Bildern
- Präsentation von Bildern in Anwendungsprogrammen

Verantwortlich: Martin Weimer

Referent: Andreas Feller

Teilnahmebeitrag: 108,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 98,00 Euro

Tablet, Handy und Co. – Internet als Chance für Senioren

19.11. – 23.11.2018 (Mo – Fr) E 03

Seminarinhalte:

- E-Mail, SMS und WhatsApp – Briefe schreiben im Internet
- Onlineshopping – worauf muss ich achten?

Verantwortlich: Nadine Fischer

Teilnahmebeitrag: 212,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 196,00 Euro

Natur und Umwelt entdecken – Bildung für nachhaltige Entwicklung

Obstbäume brauchen Erziehung – Pflege und Erhalt von Streuobstwiesen



02.02. – 04.02.2018 (Fr – So) F 01

- Warum sind gesunde Obstbäume so wichtig? – Ökologie der Obstwiesen
- Alt- und Jungbäume – auf die „Erziehung“ kommt es an
- Fruchtholz, Wassertriebe – was darf wann geschnitten werden?
- Praktische Übungen an unserem Baumbestand

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag:

96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder:

88,00 Euro

Wasser – Schlüssel der Zukunft (B)



19.03. – 23.03.2018 (Mo – Fr) F 02

Seminarinhalte:

- Wasservorräte lokal und global
- Wem gehört das Wasser? – Privatisierung versus Menschenrecht
- Vom Ruhrwasser zum Trinkwasser – Wasserwirtschaft am Möneseesee
- Wasser als Lebensraum

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag:

192,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder:

176,00 Euro

Bio, fair und regional – Nachhaltigkeit in aller Munde (B)

Kochen, essen und genießen mit Blick auf das Klima

16.04. – 20.04.2018 (Mo – Fr) F 03

Seminarinhalte:

- Auswirkungen von Lebensmitteln auf das Klima
- Ernährungsökologie
- Lebensmittel anders erleben
- Nahrhafte Landschaften

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag:

192,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder:

176,00 Euro

Frühlingskräuter – Essbares vom Wegesrand

04.05. – 06.05.2018 (Fr – So) F 04

Seminarinhalte:

- Die Vielfalt der Frühlingskräuter
- Delikatessen am Wegesrand – Wildkräuter zum Genießen
- Von Pesto bis Likör – Verwendung in der Küche

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Frühlingsseminar: Dem Frühling auf der Spur

14.05. – 18.05.2018 (Mo – Fr) F 05

Seminarinhalte:

- Die Natur im Frühling entdecken
- Vogelkundlicher Spaziergang
- Buschwindröschen und Co – Frühlingsboten im Arnsberger Wald

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag: 208,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 192,00 Euro

Die Kräuterheilkunde der Hildegard von Bingen und die Klostermedizin (B)



04.06. – 08.06.2018 (Mo – Fr) F 06

Seminarinhalte:

- Hildegard von Bingen – eine Pionierin ihrer Zeit
- Heilkunde bei Hildegard von Bingen: Causae et Curae
- Alte und vergessene Heilkräuter der Klostermedizin und ihr Nutzen
- Besuch eines Klostersgartens

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag: 192,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 176,00 Euro

Wasser, Wald und Wiese (B)

Ökonomie, Ökologie und Tourismus am Möneseesee

11.06. – 15.06.2018 (Mo – Fr) F 07

Seminarinhalte:

- Einflüsse von Klima und Mensch auf die Natur
- Biologische Vielfalt und Klimawandel: Auswirkungen am Beispiel des Naturparks Arnsberger Wald
- Tourismus im Spannungsfeld von Natur und Ökonomie

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag: 192,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 176,00 Euro

Natur Pur – Besinnung und Bewegung für Frauen

22.06. – 24.06.2018 (Fr – So) F 08

Seminarinhalte:

- Naturerfahrungen – mit allen Sinnen die Schönheiten und Eigenarten der Natur entdecken
- Entspannungstechniken
- Sportübungen nach dem Body & Mind Konzept
- Kreatives Gestalten in und mit der Natur

Verantwortlich: Beatrix Peter

Referentinnen: Claudia Seidel und Marlies Kneer

Teilnahmebeitrag: 108,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 98,00 Euro

„Da steckt viel Liebe drin“ – Leben aus und mit der Natur

07.09. – 09.09.2018 (Fr – So) F 09

Seminarinhalte:

- Mit Selbstgemachtem Ressourcen schützen
- Aus Wiese und Kräuterbeet – „kleine“ Delikatessen zum Mitnehmen
- Vom Schaf zur Wolle – Dekorationen filzen

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Biologische Vielfalt in Wald- und Kulturlandschaft (B)

10.09. – 14.09.2018 (Mo – Fr) F 10

- Ressourcen des Waldes
- Waldwirtschaft und Biodiversität



- Erhaltung ländlicher Räume – Nachhaltige Landnutzung
- Ein Planet wird geplündert – Biodiversität und Gerechtigkeit

Verantwortlich: Beatrix Peter
 Teilnahmebeitrag: 192,00 Euro
 Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 176,00 Euro

Die wunderbare Welt der Pilze

05.10. – 07.10.2018 (Fr – So) F 11

Seminarinhalte:

- Die Bedeutung der Pilze für das Ökosystem Wald und den Menschen
- Formen und Farbenvielfalt der Pilze entdecken
- Giftig oder essbar? – Pilze unterscheiden lernen
- Tipps zum Sammeln für die Küche

Verantwortlich: Beatrix Peter
 Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro
 Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Wald wirkt – Entschleunigung und Entspannung in der Natur

12.10. – 14.10.2018 (Fr – So) F 12

Seminarinhalte:

- Sinnliche und kreative Naturerfahrungen
- Gestaltung mit Naturmaterialien
- Entspannungsübungen
- Grundzüge der Aromatherapie als Entspannungshilfe

Verantwortlich: Beatrix Peter
 Referentin: Claudia Seidel
 Teilnahmebeitrag: 108,00 Euro
 Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 98,00 Euro

Nachhaltig bauen und wohnen (B)

12.11. – 16.11.2018 (Mo – Fr) F 13

Seminarinhalte:

- Klimaschutz und Gebäudedämmung – Wissen wie es geht
- Beispiele für nachhaltiges Bauen und Wohnen
- Nachhaltig und umweltbewusst handeln beim Renovieren und Bauen

Verantwortlich: Beatrix Peter
 Teilnahmebeitrag: 192,00 Euro
 Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 176,00 Euro

Regionalgeschichte

„Von Kettenschmieden, Hochöfen und Salinen“ – die ersten Industrieanlagen standen im Sauerland



Ein Seminar für Einzelpersonen, Paare, Gruppen und Familien

02.01. – 05.01.2018 (Di – Fr) (Weihnachtsferien) H 01

Seminarinhalte:

Schon bevor die Industrialisierung das Ruhrgebiet erfasste, qualmten im Hönnetal und am Hellweg die Schlote. Die ältesten Zeugnisse der frühen Industrie sollen im Zentrum dieses regionalgeschichtlichen Seminars stehen, u.a.

- die älteste vollständig erhalten Hochofenanlage Deutschlands
- die Kettenschmiede in Warstein
- die Salzindustrie am Hellweg

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 156,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 144,00 Euro

Beiträge für die Kinder siehe Seite 32

(Die Teilnahmebeiträge schließen Führungskosten ein.)

Salz der Erde – Die Faszination eines Gewürzes

Ein regionalgeschichtliches Seminar für Einzelpersonen, Paare und Gruppen

23.04. – 27.04.2018 (Mo – Fr) H 02

Seminarinhalte:

- Das „weiße Gold“ – die Bedeutung des Salzes früher und heute
- Besuch der „Westfälischen Salzwelten“ und des Kurbetriebes in Bad Sassendorf
- Solebäder und Salinen zwischen Unna und Salzkotten
- Von Siedern, Händlern und Salzbeerbten

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 216,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 199,00 Euro

(Die Teilnahmebeiträge schließen Fahrt-, Führungs- und Eintrittskosten ein.)

Die Möhnekatastrophe 1943 in Geschichte und Gegenwart

Ein Seminar zum 75. Jahrestag der Zerstörung der Möhnetalsperre

07.05. – 09.05.2018 (Mo – Mi) H 03

Seminarinhalte:

- Alles nur Geschichte? Erinnerungen an die Zerstörung der Talsperren
- Verschweigen, Gedenken, Versöhnen – Umgang mit der Möhnekatastrophe nach 1943
- Besichtigung markanter Zeugnisse der Möhnekatastrophe

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

(Die Teilnahmebeiträge schließen Fahrt-, Führungs- und Eintrittskosten ein.)

„Wasser für Millionen“ – Aufgaben und Reiz der Sauerländer Talsperren

Ein Seminar für Einzelpersonen, Paare und Gruppen

21.05. – 25.05.2018 (Mo – Fr) H 04

Seminarinhalte:

- Das „Westfälische Meer“ – der Möhnesee früher und heute
- Der Sorpesee und die Hennetalsperre bei Meschede
- Erholung für Mensch und Natur – die Talsperren und der Naturschutz
- Strom aus Wasserkraft – die Talsperren und die Energieversorgung

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 216,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 199,00 Euro

(Die Teilnahmebeiträge schließen Fahrt-, Führungs- und Eintrittskosten ein.)

„Hoch hinaus“ – Ausgewählte Türme unserer Region kennen lernen und erkunden

Ein regionalgeschichtliches Seminar für Einzelpersonen, Paare und Gruppen

22.06 – 24.06.2018 (Fr – So) H 05

Seminarinhalte:

- Aussichtstürme und ihre politische Brisanz
- Wassertürme und ihre Aufgaben früher und heute
- „Türmen gehen“ – zur geschichtlichen Bedeutung der Türme

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

„Unter Strom“ – Energiegewinnung früher und heute zwischen Möhne und Lippe



Ein regionalgeschichtliches Seminar für Einzelpersonen,
Paare und Gruppen

03.09. – 07.09.2018 (Mo – Fr) H 06

Seminarinhalte:

- Historische Wassermühlen im Möhnetal – Wasserkraft am Möhnesee heute
- Windenergie und moderne Biogasanlagen
- Heute noch Steinkohle? Besuch des Kraftwerks Hamm-Uentrop

Verantwortlich: Beatrix Peter, Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 216,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 199,00 Euro

(Die Teilnahmebeiträge schließen Fahrt-, Führungs- und Eintrittskosten ein.)

Faszination Glas – Zur Geschichte des „durchsichtigen Goldes“

Ein regionalgeschichtliches Seminar für Einzelpersonen,
Paare und Gruppen

10.09. – 12.09.2018 (Mo – Mi) H 07

Seminarinhalte:

- Glas gewinnen, verarbeiten und gestalten
- Besuch einer traditionsreichen Glasmalerei in Paderborn
- Den Reichtum der Kirchenglasfenster in Soest erkunden

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 116,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 108,00 Euro

(Die Teilnahmepreise schließen auch das Mittagessen am Anreisetag sowie sämtliche Fahrt- und Eintrittskosten ein.)

Den Glauben leben

„Und Mohammed ist sein Prophet“ – Die religiösen Grundlagen des Islam

Ein Seminar für Einzelpersonen, Paare und Gruppen

19.01. – 21.01.2018 (Fr – So) J 01

Seminarinhalte:

- Die 5 Säulen des Islam – was Muslimen heilig ist
- Wie politisch ist der Islam?
- Zwischen Verfolgung und Dialog – Muslimen und Christen

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Warum ich Christ bin – oder es sein möchte

Besinnungstage zur Orientierung am Beginn der Fastenzeit

13.02. – 18.02.2018 (Di – So) J 02

Seminarinhalte:

- Wer ist ein Christ? Christsein als Gabe und Aufgabe
- Ich glaub' nix, mir fehlt nix? Woran glauben Christen?
- Welche Impulse können mir die Klöster für mein persönliches Glaubensleben geben?
- Besinnen – entspannen – miteinander ins Gespräch kommen

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 240,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 220,00 Euro

(Die Teilnahmebeiträge schließen Fahrt-, Führungs- und Eintrittskosten ein.)

„Jesus verkündete das Reich Gottes, und was kam, war die Kirche“

Die Anfänge der Kirche – und was wir heute daraus lernen können

19.02. – 21.02.2018 (Mo – Mi) J 03

Seminarinhalte:

- Wie hat Jesus die Kirche gewollt?
- Wie entstanden und entwickelten sich die kirchlichen Ämter?
- Die Frau schweige in der Gemeinde? Frauen in der jungen Kirche – und heute

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Wie wirkt Gott? Von der Macht und Ohnmacht des Allmächtigen



Ein religiös-philosophisches Seminar in Andenken an Prof.
Bernhard Pietrowicz (Pio)

21.02. – 23.02.2018 (Mi – Fr) J 04

Seminarinhalte:

- Gottes Güte und das Leid des Menschen – wie passt das zusammen?
- Woher kommt das Böse? Vom Sinn und Unsinn des Teufelsglaubens
- Reden ins Schweigen Gottes – welchen Sinn macht das Bittgebet?
- Impuls aus dem Glaubensleben der Schwestern des Klosters Bestwig

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

„Leben ist mehr!“ Was uns im Leben wichtig ist



Ein Seminar für Einzelpersonen, Paare und Gruppen

02.03 – 04.03.2018 (Fr – So) J 05

Seminarinhalte:

- „Leben in Fülle“ (Joh 10,10) – biblische Zugänge zum Leben
- „Geistliches Leben“ – Impulse der Benediktiner in Kloster Meschede
- Besinnung – Austausch – Impulse

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Was die Bibel Schöpfung nennt – und was wir daraus machen

Ein religiöses Seminar für Einzelpersonen, Paare und
Gruppen

23.03. – 25.03.2018 (Fr – So) J 06

Seminarinhalte:

- Die Schöpfungserzählungen der Bibel deuten und verstehen
- Schöpfung und Evolution im Widerspruch?
- Bewahrung der Schöpfung

Verantwortlich: Beatrix Peter, Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro



Mit den Beinen beten – Günner Wallfahrtstage

Für Einzelpersonen, Paare und Gruppen, die zu Fuß
ca. 10 km gehen können.

14.05. – 18.05.2018 (Mo – Fr) J 07

Seminarinhalte:

- Pilgern für den Frieden – auf dem Weg zum Borberg bei Brilon (mit Konzilskreuz der KAB)
- Die Wallfahrt zum Kloster Brunnen und Kloster Oelinghausen
- Zeugen der Alltagsfrömmigkeit – Wegkreuze und Bildstöcke in der Gemeinde Möhnese

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 216,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 199,00 Euro

(Die Teilnahmebeiträge schließen Fahrt-, Führungs- und Eintrittskosten ein.)



Gesundheit

Bewegen – Entspannen – Erneuern

Fastenwanderwochen am Mönesee

12.01. – 19.01.2018 (Fr – Fr) K 01

02.03. – 09.03.2018 (Fr – Fr) K 07

Verantwortlich: Claudia Stockem, Fastenleiterin (dfa)

Teilnahmebeitrag: 465,00 Euro

„Eine Woche für mich“ – Gesundheitsprävention

15.01. – 21.01.2018 (Mo – So) K 02

11.06. – 17.06.2018 (Mo – So) K 11

12.11. – 18.11.2018 (Mo – So) K 17

Seminarinhalte:

- Die Sprache meines Körpers - Stress und seine Folgen
- Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
- Vormittagsprojekte zur aktiven Prävention: möglich sind Bewegung, Atem- und Haltungstherapie (Zilgrei), Yoga und Entspannung

Verantwortlich: Pia Ueter

Referentinnen: Sigrid Gohr, Mira Müller-Grosse,
Ulrike Peters

Teilnahmebeitrag: 339,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 303,00 Euro

Hier tanken Sie auf: neue Energie für Ihren Pflegealltag

22.01. – 26.01.2018 (Mo – Fr) K 03

05.02. – 09.02.2018 (Mo – Fr) K 04

Seminarinhalte:

Das Seminar richtet sich an alle, die zu Hause oder in ihrem Umfeld einen pflegebedürftigen Menschen betreuen. Wir laden Sie ein, etwas für sich zu tun, um den typischen Erschöpfungserscheinungen in der Pflege entgegenzuwirken. Parallel dazu wird ein Seminar für Erkrankte, die ihre pflegenden Angehörigen begleiten möchten, zum Thema „Ich bleibe Ich – trotz Erkrankung“ angeboten. Während der Seminarzeit wird eine Betreuung gewährleistet. Diese Leistung ist im Seminarpreis bereits enthalten.

Verantwortlich: Norbert Kinzel

Teilnahmebeitrag: 424,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder und

Mitglieder von Selbsthilfegruppen: 412,00 Euro

Pflegebedürftige ab einem Pflegegrad II und pflegende Personen erhalten von den Pflegekassen bis zu 50% Förderung.

Meditatives Malen

Kreativität als Weg zur Entspannung

23.02. – 25.02.2018 (Fr – So) K 05

Seminarinhalte:

- Entspannung durch kreatives Tun
- Kreativität als Möglichkeit, Blockaden zu lösen
- Plattform für freie kreative Experimente

Referentin: Ruth Broeckmann

Teilnahmebeitrag: 108,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 98,00 Euro

Natürlich entspannen – Yoga zum Kennenlernen

23.02. – 25.02.2018 (Fr – So) K 06

05.10. – 07.10.2018 (Fr – So) K 14

Seminarinhalte:

Yoga ist eine Methode unsere Gesundheit durch eine ganzheitliche Tradition zu erhalten und wiederherzustellen. Langsam ausgeführte Bewegungen, Atemtechniken, Meditation und Entspannung verhilft zu mehr Wohlfühl und Gelassenheit. Sie erfahren etwas über den Hintergrund dieser Methode und Ihren Körper und Atem. Sie lernen Ihren Rücken zu stabilisieren und stärken Ihr Nervensystem.

Verantwortlich: Pia Ueter

Referentin: Mira Müller-Grosse

Teilnahmebeitrag: 124,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 107,00 Euro

Mir selbst etwas Gutes tun



Ein Wochenende für Massageinteressierte
(Techniken der Selbstmassage)

02.03. – 04.03.2018 (Fr – So) K 07

Seminarinhalte

- Sensibilisierung der Körperwahrnehmung
- Praktizieren verschiedener Berührungs- und Massagetechniken
- Erlernen einer wohltuenden Hand- und Unterarmmassage
- Erlernen einer entspannenden Fuß- und Beinmassage

Referentin: Dagmar Sabine Holl
Teilnehmerbetrag: 108,00 Euro
Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 98,00 Euro

Werde gelassen

Ein Wochenende zum Entspannen

16.03. – 18.03.2018 (Fr – So) K 08

Seminarinhalte:

- Autogenes Training und andere Entspannungstechniken
- Meditationen und Klangreisen mit Klangschalen

Verantwortlich: Nadine Fischer
Referentin: Pia Ueter
Teilnahmebeitrag: 124,00 Euro
Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 107,00 Euro

Yoga für Mütter



Ein Einführungskurs (mit Kinderbetreuung)

23.03. – 25.03.2018 (Fr – So) K 09

Seminarinhalte:

Wer viel gibt, der darf auch nehmen. Das heißt Zeit für sich selbst nehmen, die eigene Gesundheit, die eigene Entwicklung. Ein guter Zeitpunkt, um mit unserem Yoga für Mütter zu beginnen. Denn damit trainieren Sie nicht nur Beckenboden, Bauch- und Rückenmuskulatur, bauen Muskeln auf und Verspannungen ab, sondern tun auch etwas für Ihr Lebensgefühl. Damit möchten wir Müttern mehr Kraft und Energie geben, aber auch die Fähigkeit, tief durchzuatmen, ruhiger und gelassener zu sein.

Verantwortlich: Pia Ueter und Nadine Fischer
Referentin: Gabi Köhler
Teilnahmebeitrag: 124,00 Euro
Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 107,00 Euro
Teilnahmebeitrag für Kinder siehe S. 44

Leben mit Parkinson

Bildungsfreizeit für Parkinsonerkrankte und ihre Familien

03.06. – 08.0.2018 (So – Fr) K 10

Seminarinhalte:

- Medizinische Vorträge
- Therapiemöglichkeiten
- Entspannungs- und Sportübungen

Verantwortlich: Martin Weimer

Teilnahmebeitrag: 316,50 Euro
(einschl. eines zusätzlichen Mittagessens)

„Lass los“ – Spannungen abbauen über Bogenschießen

22.06. – 24.06.2018 (Fr – So) K 12

Seminarinhalte:

- Intuitives Bogenschießen
- Tiefenentspannung, Phantasiereisen und Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen
- Kurzimpulse zur Vier-Elementen-Lehre: „Feuer, Wasser, Erde, Luft“

Verantwortlich: Nadine Fischer

Referenten: Jens Böcher, Bernhard Müller

Teilnahmebeitrag: 124,00 Euro
Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 107,00 Euro

Neurologischer Versorgungskongress für Parkinsonerkrankte



Austausch zwischen Betroffenen, Ärzten und Therapeuten

27.06. – 29.06.2018 (Mi – Fr) K 13

Seminarinhalte:

- Wie kann eine verbesserte neurologische Versorgung organisiert werden?
- Wo bestehen Therapieschnittstellen und wie können diese optimiert werden?
- Wie müssen Verordnungen formuliert werden?

Verantwortlich: Norbert Kinzel

Teilnahmebeitrag: 305,00 Euro
Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder und
Mitglieder von Selbsthilfegruppen: 285,00 Euro

Pflegebedürftige ab einem Pflegegrad II und pflegende Personen erhalten von den Pflegekassen bis zu 50% Förderung.

Kinästhetik im Pflegealltag einsetzen

08.10. – 12.10.2018 (Mo – Fr) K 15

26.11. – 30.11.2018 (Mo – Fr) K 19

Seminarinhalte:

Kinästhetik bedeutet die „Fähigkeit, Bewegungen der Körperteile unbewusst zu kontrollieren und zu steuern“.

Pflegende Angehörige und Pflegebedürftige erhalten im Seminar theoretische und praktische Erkenntnisse, um ihren Pflegealltag zu erleichtern.

Verantwortlich: Norbert Kinzel

Teilnahmebeitrag: 424,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder und Mitglieder von Selbsthilfegruppen: 412,00 Euro

Pflegebedürftige ab einem Pflegegrad II und pflegende Personen erhalten von den Pflegekassen bis zu 50% Förderung.

Fasten – Entspannen – Bewegen

12.10. – 19.10.2018 (Fr – Fr) K 16

Verantwortlich: Dorothe Bertlich-Baumeister

Teilnahmebeitrag: 465,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 445,00 Euro

Seminar für pflegende Angehörige von Parkinsonerkrankten

12.11. – 16.11.2018 (Mo – Fr) K 18

Seminarinhalte:

Das Seminar richtet sich an alle Personen, die zu Hause oder in ihrem Umfeld einen Pflegebedürftigen betreuen und ihre Fähigkeiten weiter festigen und neue Techniken erlernen möchten.

Parallel dazu wird ein Seminar für Parkinsonerkrankte, die ihre pflegenden Angehörigen zum Pflegeseminar begleiten möchten, zum Thema „Fit bleiben durch Ressourcennutzung“ angeboten. Während der Seminarzeit wird eine Betreuung gewährleistet. Diese Leistung ist im Seminarpreis bereits berücksichtigt.

Verantwortlich: Norbert Kinzel

Teilnahmebeitrag: 424,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder und Mitglieder von Selbsthilfegruppen: 412,00 Euro

Pflegebedürftige ab einem Pflegegrad II und pflegende Personen erhalten von den Pflegekassen bis zu 50% Förderung.



Brauchtum, Kreativität und Musik

Wir holen die Buchstaben vom Himmel

Kreative Schreibwerkstatt für alle, die gern schreiben und dichten oder schon immer damit beginnen wollten.

22.01. – 26.01.2018 (Mo – Fr) L 01

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Verantwortlich: Martin Weimer

Referentin: Katharina Wirtz

Teilnahmebeitrag: 192,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 176,00 Euro

Patchwork-Werkstatt

Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

22.01. – 26.01.2018 (Mo – Fr) L 02

Bitte bringen Sie Ihre eigenen Nähmaschinen mit.

Verantwortlich: Martin Weimer

Referentinnen: Ingrid Gröbe und Christina Richter

Teilnahmebeitrag: 212,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 196,00 Euro

Näh- und Malwerkstatt

Einführung in das Nähen und das Aquarellmalen

02.02. – 04.02.2018 (Fr – So) L 03

Verantwortlich: Brigitte Schmidtke
Referentin: Slavica van der Schors
Teilnahmebeitrag: 108,00 Euro
Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 98,00 Euro

Bräuche gestalten unser Leben – Zeichen und Symbole zur Osterzeit

02.03. – 04.03.2018 (Fr – So) L 04

Seminarinhalte:

- Symbolik von Oster- und Palmsträußen
- Symbolik des Ostereies
- Alte Techniken zur Verzierung des Ostereies

Verantwortlich: Brigitte Schmidtke
Teilnahmebeitrag: 108,00 Euro
Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 98,00 Euro

Musik ist Trumpf – Eine Reise in die Welt der Musik

Eine Bildungsfreizeit für alle, die Freude an Musik und Gesang haben

14.05. – 18.05.2018 (Mo – Fr) L 05

Seminarinhalte:

- Singen macht Freude – neue und bekannte Lieder gemeinsam singen
- Interessantes aus der Welt der Musik
- Ausflug zum Kloster Brunnen mit der historischen Fromme-Orgel

Verantwortlich: Karl-Heinz Does
Referent: Michael Wintering, Diplom-Kapellmeister
Teilnahmebeitrag: 216,00 Euro
Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 199,00 Euro
(Die Teilnahmebeiträge schließen Fahrt-, Führungs- und Eintrittskosten ein.)

„Ich glaub an einen Gott, der singt“ – „Neue geistliche Lieder“ kennenlernen und singen

Ein Musikwochenende für Einzelpersonen, Paare und Familien

09.11. – 11.11.2018 (Fr – So) L 06

Seminarinhalte:

- Neue Lieder aus dem neuen Gotteslob
- Wissenswertes aus der Welt der geistlichen Musik
- Hevenu shalom alechem – Lieder aus dem Judentum

Verantwortlich: Karl-Heinz Does.

Referent: Michael Wintering, Diplom-Kapellmeister

Teilnahmebeitrag:

Erwachsene: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Beitrag für Kinder siehe Seite 32

Bräuche gestalten unser Leben – Zeichen und Symbole zur Advents- und Weihnachtszeit

19.11. – 23.11.2018 (Mo – Fr) L 07

23.11. – 25.11.2018 (Fr – So) L 08

Seminarinhalte:

Advents- und Weihnachtsbräuchen durch praktisches Tun auf die Spur kommen.

Verantwortlich: Brigitte Schmidtke

Für das Wochenseminar:

Teilnahmebeitrag: 212,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 196,00 Euro

Für das Wochenendseminar:

Teilnahmebeitrag: 108,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 98,00 Euro

Musikalische Weihnachten – Ein Musikwochenende zur Einstimmung auf das Weihnachtsfest

Seminar für Einzelpersonen, Paare und Familien

14.12. – 16.12.2018 (Fr – So) 3. Adventswochenende L 09

Seminarinhalte:

- Neue und bekannte Advents- und Weihnachtslieder einüben und singen
- Wissenswertes aus der Welt der Weihnachtslieder
- Aussteigen aus dem Weihnachtsrummel – zur Ruhe kommen

Verantwortlich: Karl-Heinz Does.

Referent: Michael Wintering, Diplom-Kapellmeister

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Kurse für Familien mit Kindern

Bei diesen Seminaren wird für Kinder ab 2 Jahren Kinderbetreuung angeboten

Lichtblicke im Januar – Ein Seminar zum Ausklang der Weihnachtszeit



Seminar für Einzelpersonen, Paare, Gruppen und Familien

05.01. – 07.01.2018 (Fr – So) M 01

Seminarinhalte:

Für viele endet Weihnachten direkt nach dem Fest – die Bäume werden entsorgt, bevor sie nadeln, die Krippen geräumt, bevor die Silvesterböller krachen. Wer innehalten und den Impulsen der Weihnachtszeit für das neue Jahr eine Chance geben möchte, ist herzlich zu diesem Seminar eingeladen.

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag:

96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder:

88,00 Euro

Beiträge für die Kinder siehe auf dieser Seite unten

Teilnahmebeiträge für Familienseminare:

Teilnahmebeiträge Wochenendseminar (2 Tage)

Kinder bis 9 Jahre:	56,00 Euro
Kinder ab 10 Jahre:	64,00 Euro
Ab dem dritten Kind	20,00 Euro

Teilnahmebeiträge Seminar (3 Tage)

Kinder bis 9 Jahre:	84,00 Euro
Kinder ab 10 Jahre:	96,00 Euro
Ab dem dritten Kind	30,00 Euro

Teilnahmebeiträge Seminar (4 Tage)

Kinder bis 9 Jahre:	112,00 Euro
Kinder ab 10 Jahre:	128,00 Euro
Ab dem dritten Kind	40,00 Euro

Für eigene Kinder von KAB-Mitgliedern wird pro Tag ein Zuschuss von 5,00 Euro gewährt.

Abenteuer Winterwald

09.02. – 11.02.2018 (Fr – So) M 02

Seminarinhalte:

- Spannendes aus dem Leben der Wildtiere im Winter
- Naturspürnasen unterwegs auf Spurensuche
- Welcher Baum ist das? Bäume und Hecken im Winter

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Teilnahmebeitrag für Kinder siehe Seite 32

Kommt mit ins Land der Träume und der Fantasie

Entspannen mit der ganzen Familie

16.02. – 18.02.2018 (Fr – So) M 03

Seminarinhalte:

- „Komm mit mir ins Klangzauberland!“ Altersgerechte Entspannungsformen kennen lernen
- Meditationen und Fantasiereisen mit Klangschalen für Eltern und Kinder

Verantwortlich: Nadine Fischer

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Teilnahmebeitrag für Kinder siehe Seite 32

Den Glauben in der Familie leben und erleben

Ein Familienseminar zur Einstimmung in die Kar- und Osterzeit

25.03. – 29.03.2018 (So – Do) M 04

Seminarinhalte:

- Eigene Auseinandersetzung mit den Kar- und Ostertagen
- Kar- und Ostertage in der Familie erleben – Anregungen und Ideen
- Kreative Gestaltung der Passionszeit

Verantwortlich: Beatrix Peter, Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 192,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 176,00 Euro

Teilnahmebeitrag für Kinder siehe Seite 32

„Drei plus X“ – Über Freude und Nöte des Zusammen- lebens in einer großen Familie



20.04. – 22.04.2018 (Fr – So) M 05

Seminarinhalte:

- Was Kinder brauchen – und was die Familie dazu leisten kann
- Was Familien brauchen – und was der Staat dafür leisten kann
- Was der Staat braucht – und was wir alle dafür leisten können

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Beiträge für die Kinder siehe Seite 32

„Der Ball ist rund“ – Fußball-Weltmeisterschaften zwischen Macht und Mythos



Ein Seminar für Jugendliche, Erwachsene, Paare und Gruppen

04.05. – 06.05.2018 (Fr – So) M 06

Seminarinhalte:

- Das Faszinierende am Fußball – und wie dies vermarktet wird
- Die politische Bedeutung der Fußball-WM für Deutschland
- Besuch des Deutschen Fußballmuseums in Dortmund

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 110,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 102,00 Euro

Beiträge für die Kinder siehe Seite 32

Tierisch gut – mit Tieren leben



22.05. – 25.05.2018 (Di – Fr) M 07

Seminarinhalte:

- Von Nutz-, Haus- und Wildtieren
- Respektvoller Umgang mit Tieren
- Besuch beim Schäfer und beim Ziegenmilchhof

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag: 144,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 132,00 Euro

Teilnahmebeitrag für Kinder siehe Seite 32



Kleine Schätze aus Wald und Wiese



15.06. – 17.06.2018 (Fr – So) M 08

Seminarinhalte:

- Naturschätze entdecken und verarbeiten
- Kreativ sein in und mit der Natur
- Ressourcen sinnvoll nutzen – kleine Geschenke aus der Natur

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag:

96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder:

88,00 Euro

Teilnahmebeitrag für Kinder siehe Seite 32

„Wilde Väter – wilde Kinder“



Ein abenteuerliches Vater-Kind Wochenende

14.09. – 16. 09.2018 (Fr – So) M 09

Seminarinhalte:

- Gemeinsame Abenteuer in der Natur erleben
- Feuer machen, Laubhütten und Co
- „Gemeinsam sind wir stark“ – Kooperative Abenteuerspiele

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag:

96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder:

88,00 Euro

Teilnahmebeitrag für Kinder siehe Seite 32

Nachhaltigkeit leben in der Familie



22.10. – 26.10.2018 (Mo – Fr) M 10

Seminarinhalt:

- Nachhaltig leben – du entscheidest
- Konsum lokal und global – wie wir Ressourcen schonen können
- Nachhaltigkeitsworkshops – Klimakochen, Upcycling und mehr

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Teilnahmebeitrag für Kinder siehe Seite 32

„Ich geh mit meiner Laterne“

Ein Familienwochenende rund um St. Martin

Für Kinder ab 2 Jahren wird Kinderbetreuung angeboten

09.11. – 11.11.2018 (Fr – So) M 11

Seminarinhalte:

- St. Martin – ein besonderer Mensch
- Laternenumzug und Martinsbrezel – Martinsbrauchtum lebendig werden lassen
- Gemeinsam basteln, backen, singen

Verantwortlich: Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Teilnahmebeitrag für Kinder siehe Seite 32

„Bis Weihnachten ist nicht mehr weit“ – Advent und Weihnachten in der Familie

30.11. – 02.12.2018 (Fr – So) M 12

07.12. – 09.12.2018 (Fr – So) M 13

Seminarinhalte:

- Zu Betlehem geboren – vom Sinn des Weihnachtsfestes
- Lieder, Bräuche und Geschichten zur Advents- und Weihnachtszeit
- Gemeinsam singen, spielen, basteln

Verantwortlich: Beatrix Peter, Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 88,00 Euro

Beitrag für Kinder siehe Seite 32

Großelternseminare

Bei diesen Seminaren wird für Kinder ab 2 Jahren Kinderbetreuung angeboten

„Ohne Oma und Opa läuft nichts“ Großeltern als Miterzieher ihrer Enkelkinder

Ein Seminar für Großeltern mit Enkelkindern

29.01. – 02.02.2018 (Mo – Fr) N 01

Seminarinhalte:

- Die Rolle als Großeltern
- Erziehen oder verwöhnen? – das richtige Maß finden
- Gemeinsame Aktionen mit den Enkelkindern

Verantwortlich: Beatrix Peter, Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag:	208,00 Euro
Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder:	192,00 Euro
Kinder:	112,00 Euro

Großeltern und Enkelkinder entdecken die Natur

Bildungsfreizeit für Großeltern und ihre schulpflichtigen Enkelkinder

03.04. – 08.04.2018 (Di – So) Osterferien N 02

Seminarinhalte:

- Erkundungen in Wald und Wiese
- Aktionen und Abenteuer in der Natur
- Gemeinsam forschen, spielen und entdecken
- Dem Frühling auf der Spur

Verantwortlich: Beatrix Peter, Nadine Fischer

Teilnahmebeitrag:	260,00 Euro
Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder:	240,00 Euro
Kinder bis 9 Jahre:	140,00 Euro
Kinder ab 10 Jahre:	160,00 Euro

Bis Weihnachten ist nicht mehr weit – Mit den Enkeln den Advent erleben

Ein Seminar für Großeltern mit Enkelkindern

03.12. – 07.12.2018 (Mo – Fr) N 03

Seminarinhalte:

- Die Adventszeit mit den Enkelkindern bewusst gestalten und erleben
- Lieder und Geschichten zur Vorbereitung
- Gemeinsam singen, backen und basteln

Verantwortlich: Beatrix Peter, Nadine Fischer

Teilnahmebeitrag:	208,00 Euro
Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder:	192,00 Euro
Kinder:	112,00 Euro

Junge Erwachsene

Spiele, Spiele und noch mehr Spiele

02.02. – 04.02.2018 (Fr – So) O 01

Ihr seid in der Kinder- und Jugendarbeit tätig und sucht neue und ausgefallene Spielideen für eure Gruppen? Dann seid ihr hier genau richtig! Ein ganzes Wochenende voller Spaß mit netten Leuten und vielen coolen Ideen erwarten euch. Außerdem wollen wir ein neues Spiel gemeinsam entwerfen. (Ab 15 Jahren)

Verantwortlich: Nadine Fischer

Teilnahmebeitrag:

62,00 Euro

Gruppenleiten will gelernt sein (Grundkurs)

26.03. – 29.03.2018 (Mo – Do) O 02

18.10. – 21.10.2018 (Do – So) O 03

Eingeladen sind Jugendliche, die gerne in der Kinder- und Jugendarbeit tätig sein wollen. Neben den theoretischen Grundlagen gibt es vor allem viele praktische Tipps und Ideen für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. (Ab 15 Jahren)

Seminarinhalte:

- Gruppenpädagogik
- Spiele und zahlreiche Ideen für die Praxis
- Aufsichtspflicht und die Rolle als Gruppenleiter

Zur Beantragung der JuLeiCa (Jugendleiter Card) werden ein Grundkurs und ein Aufbaukurs nach Wahl benötigt.

Verantwortlich: Nadine Fischer

Teilnahmebeitrag:

85,00 Euro

Dialog zwischen Jung und Alt

Musikworkshop: „Die Günne Singers“

12.10. – 14.10.2018 (Fr – So) P 01

Workshopinhalte:

- Wir wollen u.a englischsprachige Gospels und Spirituals singen
- Wir wollen die Kraft der Musik entdecken
- Die Sonntagsmesse mit unserem Gesang mitgestalten

Verantwortlich: Pia Ueter

Referent: Wolfgang Wilger

Teilnahmebeitrag:	96,00 Euro
Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder:	88,00 Euro
Ermäßigter Betrag für Jugendliche (14 – 27 Jahre):	65,00 Euro

Lachen weckt die Lebensgeister

.... eine geniale Übung für Körper und Seele

23.11. – 25.11.2018 (Fr – So) P 02

Seminarinhalte:

- Lachübungen, rechtes Atmen, sanftes Dehnen, Tiefenentspannung
- Heitere Geschichten

Nebenwirkung:

- Stress lässt nach, Lebensfreude sprießt
- Innere Stärke wächst, Immunsystem jubiliert

Verantwortlich: Pia Ueter und Nadine Fischer

Referentin: Brigitte Venker

Teilnahmebeitrag:	96,00 Euro
Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder:	88,00 Euro
Ermäßigter Betrag für Jugendliche (14 – 27 Jahre):	65,00 Euro



Frauen

Eva – Lust auf Erkenntnis

Ein religiöses Wochenende für Frauen



20.04. – 22.04.2018 (Fr – So) R 01

Seminarinhalte:

- Die erste Frau – Spuren und Faktensuche in der Bibel
- Rippe, Schlange, Apfel – Missverständnisse ausräumen
- Die Klugheit kommt in die Welt – eine neue Sicht der Dinge

Verantwortlich: Pia Ueter

Referentin: Ulrike Böhmer

Teilnahmebeitrag:

96,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder:

88,00 Euro

„Du kannst nur Spuren hinterlassen, wenn du bekannte Wege verlässt“

Wege zwischen Bewegung und Entspannung

30.05. – 03.06.2018 (Mi – So) Fronleichnam R 02

Möglich sind Morgen-, Abend- und Halbtageswanderungen, Entspannungsübungen, Wassergymnastik, Autogenes Training, Meditation und Gespräche.

Massagen können gegen einen Aufpreis gebucht werden.

Verantwortlich: Pia Ueter

Referentin: Marianne Mantel

Teilnahmebeitrag:

230,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder:

222,00 Euro

**„Lieber stehend sterben,
als kniend leben“ –
Wie „dienten“ Frauen der RAF? (B)**



04.06. – 09.06.2018 (Mo – Sa) R 03

Seminarinhalte:

- Geschichte linksextremistischer Organisationen
- Welche Rollen spielten die Frauen in den Parteien und im Linksterrorismus?
- Ulrike Meinhof – eine Frau radikalisiert sich und wird zur Terroristin. Warum?
- „Mach kaputt, was dich kaputt macht!“ – Welche Gewaltformen faszinieren und /oder favorisieren Frauen? Früher und heute.

Verantwortlich: Pia Ueter

Teilnahmebeitrag: 240,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 220,00 Euro

„Wie wirke ich auf andere?“ (B)

Selbstsicheres Auftreten als Frau in Beruf, Ehrenamt und Alltag

09.11. – 11.11.2018 (Fr – So) R 04

Seminarinhalte:

- Analyse von Präsentationssituationen aus dem Berufsalltag der Teilnehmerinnen
- Wie wechselt die Außenwirkung eines Menschen durch unterschiedliche Erscheinungsbilder?
- Selbstbewusst auftreten durch Sicherheit in der Präsentation
- Lebendige Gestaltung durch gezielten Einsatz von Farben

Verantwortlich: Pia Ueter

Referentin: Christiane Schwarzwald,
Farb- und Stilberaterin

Teilnahmebeitrag: 108,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 98,00 Euro



Leben im Alter

Hauptsache gesund!? – Körperlich und geistig fit und beweglich bleiben

05.03. – 09.03.2018 (Mo – Fr) S 01

05.11. – 09.11.2018 (Mo – Fr) S 05

Seminarinhalte:

- Fitness-, Entspannungs- und Konzentrationsübungen
- Praktische Fragen der Gesundheitsvorsorge im Alltag
- Geführte Spaziergänge und Erkundungsfahrten
- Aktuelle Fragen der Gesundheitspolitik

Verantwortlich: Beatrix Peter, Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 216,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 199,00 Euro

(Die Teilnahmebeiträge schließen Fahrt-, Führungs- und Eintrittskosten ein.)

Aktiv und engagiert älter werden – Brücken bauen zwischen den Generationen



Ein Seminar zum 12. Deutschen Seniorentag vom 28. bis 30. Mai 2018 im Kongresszentrum Westfalenhallen Dortmund

28.05. – 30.05.2018 (Mo – Mi) S 02

Seminarinhalte:

- Senioren ohne Lobby? Wer vertritt die Interessen der älteren Menschen?

- Besuch des Deutschen Seniorentages in Dortmund
- Selbstbewusst und selbstbestimmt älter werden – Impulse und Anregungen

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 110,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 102,00 Euro

(Die Teilnahmebeiträge schließen Fahrt-, Führungs- und Eintrittskosten ein.)

Auch der Herbst hat schöne Tage – Herbst des Jahres, Herbst des Lebens

Eine Bildungsfreizeit für Einzelpersonen, Paare und Gruppen

24.09. – 28.09.2018 (Mo – Fr) S 03

Seminarinhalte:

- „Und kam die goldene Herbsteszeit“ – der Reiz einer Jahreszeit
- Herbst des Lebens – die Herausforderungen des Alters
- Ernte und moderne Landwirtschaft heute

Verantwortlich: Beatrix Peter, Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 216,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 199,00 Euro

(Die Teilnahmebeiträge schließen Fahrt-, Führungs- und Eintrittskosten ein.)

Goldener Oktober – Zeit der Ernte

Eine Bildungsfreizeit für Gruppen, Paare und Einzelpersonen

01.10. – 05.10.2018 (Mo – Fr) S 04

Seminarinhalte:

- Von der Rebe in die Flasche – biologischer Weinanbau und Bio-Wein
- Ernte regional und saisonal – Besuch des Bauernmarktes in Körbecke
- Was man aus Früchten alles machen kann – Besichtigung einer Mosterei
- Heilkräuter und Heilsalben selbst gemacht

Verantwortlich: Karl-Heinz Does, Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag: 216,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 199,00 Euro

(Die Teilnahmebeiträge schließen Fahrt-, Führungs- und Eintrittskosten ein.)

Alter als Chance – Die Möglichkeiten des Alters nutzen

Ein Seminar für Einzelpersonen, Paare und Gruppen

26.11. – 30.11.2018 (Mo – Fr) S 06

Seminarinhalte:

- Der demographische Wandel zwischen Dichtung und Wahrheit
- Welche Möglichkeiten bietet das Alter für mich und für unsere Gesellschaft?
- Beweglich bleiben und etwas bewegen ein Leben lang
- Was im Leben wichtig ist

Verantwortlich: Karl-Heinz Does, Beatrix Peter

Teilnahmebeitrag: 216,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 199,00 Euro

(Die Teilnahmebeiträge schließen Fahrt-, Führungs- und Eintrittskosten ein.)

„Alle Jahre wieder“ – Offen werden für die Advents und Weihnachtszeit

Eine Bildungsfreizeit für Gruppen, Paare und Einzelpersonen zum Einstieg in die Weihnachtszeit

03.12. – 07.12.2018 (Mo – Fr) S 07

Seminarinhalte:

- Mach's wie Gott, werde Mensch – was Weihnachten wirklich bedeutet
- Nur keinen Kitsch – Advent und Weihnachten in Brauchtum, Liedern und Gedichten
- Martin, Nikolaus und Barbara – Heilige als Leuchttürme in der Adventszeit
- Die Adventszeit in den Klöstern der Region

Verantwortlich: Karl-Heinz Does

Teilnahmebeitrag: 216,00 Euro

Ermäßigter Beitrag für KAB-Mitglieder: 199,00 Euro

(Die Teilnahmebeiträge schließen Fahrt-, Führungs- und Eintrittskosten ein.)

Heimvolkshochschule „Heinrich Lübke“ und das Bildungswerk „Bürger in Gesellschaft und Staat“

Seminare 2018

Januar 2018

02.01. – 05.01.	„Von Kettenschmieden, Hochöfen und Salinen“ – die ersten Industrieanlagen standen im Sauerland	S. 18
05.01. – 07.01.	Lichtblicke im Januar – Ausklang der Weihnachtszeit	S. 32
12.01. – 19.01.	Fastenwanderwochen am Möhnesee	S. 24
15.01. – 21.01.	Gesundheitsprävention	S. 24
19.01. – 21.01.	„Und Mohammed ist sein Prophet“ – Die religiösen Grundlagen des Islam	S. 21
22.01. – 26.01.	Hier tanken Sie auf: neue Energie für Ihren Pflegealltag	S. 25
22.01. – 26.01.	Wir holen die Buchstaben vom Himmel	S. 29
22.01. – 26.01.	Patchwork-Werkstatt	S. 29
29.01. – 02.02.	„Ohne Oma und Opa läuft nichts“ – Großeltern als Miterzieher ihrer Enkelkinder	S. 37

Februar 2018

02.02. – 04.02.	Situation von Kindern und Jugendlichen in Entwicklungsländern	S. 4
02.02. – 04.02.	Der Islam in Deutschland	S. 4
02.02. – 04.02.	Obstbäume brauchen Erziehung – Pflege und Erhalt von Streuobstwiesen	S. 14
02.02. – 04.02.	Näh- und Malwerkstatt	S. 30
02.02. – 04.02.	Spiele, Spiele und noch mehr Spiele	S. 38
05.02. – 09.02.	Neue Energie für Ihren Pflegealltag	S. 25
09.02. – 11.02.	Tipps und Tricks rund um den PC	S. 13
09.02. – 11.02.	Abenteuer Winterwald	S. 33
13.02. – 18.02.	Warum ich Christ bin / sein möchte	S. 21
16.02. – 18.02.	Kommt mit ins Land der Träume und der Fantasie	S. 33
19.02. – 21.02.	Die Anfänge der Kirche – und was wir heute daraus lernen können	S. 21
21.02. – 23.02.	Wie wirkt Gott? Von der Macht und Ohnmacht des Allmächtigen	S. 21
23.02. – 25.02.	Meditatives Malen: Weg zur Entspannung	S. 25
23.02. – 25.02.	Natürlich entspannen – Yoga	S. 25
26.02. – 02.03.	„Das Runde muss ins Eckige“ – Fußball Faszination, Geschäft und Politik	S. 4

März 2018

02.03. – 04.03.	„Leben ist mehr!“ – Was uns im Leben wichtig ist	S. 22
02.03. – 04.03.	Mir selbst etwas Gutes tun	S. 26
02.03. – 09.03.	Fastenwanderwochen am Möneseesee	S. 24
02.03. – 04.03.	Bräuche gestalten unser Leben – Zeichen und Symbole zur Osterzeit	S. 30
05.03. – 09.03.	Hauptsache gesund!? – Körperlich und geistig fit und beweglich bleiben	S. 42
07.03.	Was unseren Kindern gut tut – Entspannungsübungen für Kinder	S. 11
16.03. – 18.03.	Werde gelassen	S. 26
19.03. – 23.03.	Wasser – Schlüssel der Zukunft	S. 14
23.03. – 25.03.	Was die Bibel Schöpfung nennt – und was wir daraus machen	S. 22
23.03. – 25.03.	Yoga für Mütter	S. 26
25.03. – 29.03.	Glauben in der Familie leben und erleben	S. 32
26.03. – 29.03.	Grundkurs Gruppenleiten	S. 38

April 2018

03.04. – 08.04.	Großeltern und Enkelkinder entdecken die Natur	S. 37
09.04. – 13.04.	Einführung in das Sozialrecht	S. 9
16.04. – 20.04.	Bio, fair und regional – Nachhaltigkeit	S. 24
20.04. – 22.04.	„Drei plus X“ – Freude und Nöte des Zusammenlebens in einer großen Familie	S. 34
20.04. – 22.04.	Eva – Lust auf Erkenntnis	S. 40
23.04. – 27.04.	Mit Achtsamkeit Atem und Stimme führen	S. 7
23.04. – 27.04.	Salz der Erde – Die Faszination eines Gewürzes	S. 18

Mai 2018

04.05. – 06.05.	Frühlingskräuter	S. 15
04.05. – 06.05.	Fußball-Weltmeisterschaften zwischen Macht und Mythos	S. 34
07.05. – 09.05.	Leistungsansprüche in der Pflege- und Krankenversicherung	S. 9
07.05. – 09.05.	Die Mönnekatastrophe 1943 in Geschichte und Gegenwart	S. 19
14.05. – 18.05.	Dem Frühling auf der Spur	S. 15
14.05. – 18.05.	Günner Wallfahrtstage	S. 23
14.05. – 18.05.	Eine Reise in die Welt der Musik	S. 30
21.05. – 25.05.	„Wasser für Millionen“ – Aufgaben und Reiz der Sauerländer Talsperren	S. 19
22.05. – 25.05.	Tierisch gut – mit Tieren leben	S. 34
28.05. – 30.05.	Brücken zwischen den Generationen	S. 42
30.05. – 03.06.	„Du kannst nur Spuren hinterlassen, wenn du bekannte Wege verlässt“	S. 40

Juni 2018

03.06. – 08.06.	Leben mit Parkinson	S. 27
04.06. – 08.06.	Die Kräuterheilkunde der Hildegard von Bingen und die Klostermedizin	S. 15
04.06. – 09.06.	„Lieber stehend sterben, als kniend leben“ – Wie „dienten“ Frauen der RAF?	S. 41
08.06. – 10.06.	Lass deine Stimme klingen!	S. 7
08.06. – 10.06.	Einführung in die digitale Bildbearbeitung	S. 13
11.06. – 15.06.	Wasser, Wald und Wiese	S. 16
11.06. – 17.06.	Gesundheitsprävention	S. 24
13.06.	Spiel mit mir die Welt – Interkulturelle Spiele in Schule und Kindertagesstätte	S. 11
15.06. – 17.06.	Kleine Schätze aus Wald und Wiese	S. 35
18.06. – 22.06.	Starke Frauen – Zwischen Engagement und Lebensfreude	S. 7
22.06. – 24.06.	Besinnung und Bewegung für Frauen	S. 16
22.06. – 24.06.	„Hoch hinaus“ – Ausgewählte Türme unserer Region kennen lernen und erkunden	S. 19
22.06. – 24.06.	„Lass los“ – Spannungen abbauen über Bogenschießen	S. 27
27.06. – 29.06.	Neurologischer Versorgungskongress für Parkinsonerkrankte	S. 27
29.06. – 01.07.	Gewaltfreie Kommunikation	S. 8

September 2018

03.09. – 07.09.	Wie wir positiv mit Konflikten umgehen	S. 8
03.09. – 07.09.	„Unter Strom“ – Energiegewinnung früher und heute zwischen Möhne und Lippe	S. 20
07.09. – 09.09.	Leben aus und mit der Natur	S. 16
10.09. – 14.09.	Biologische Vielfalt in Wald- und Kulturlandschaft	S. 16
10.09. – 12.09.	Faszination Glas – Zur Geschichte des „durchsichtigen Goldes“	S. 20
14.09. – 16.09.	„Wilde Väter – wilde Kinder“	S. 35
24.09. – 28.09.	Weniger, Älter, Internationaler – Demografischer Wandel in Deutschland	S. 5
24.09. – 28.09.	Auch der Herbst hat schöne Tage – Herbst des Jahres, Herbst des Lebens	S. 42

Oktober 2018

01.10. – 05.10.	Goldener Oktober – Zeit der Ernte	S. 43
05.10. – 07.10.	Die wunderbare Welt der Pilze	S. 17
05.10. – 07.10.	Natürlich entspannen – Yoga	S. 25
08.10. – 12.10.	Kinästhetik im Pflegealltag einsetzen	S. 28
10.10.	„Raus in den Wald“	S. 11
12.10. – 14.10.	Deutschland ein Einwanderungsland?	S. 5
12.10. – 14.10.	Wald wirkt – Entschleunigung und Entspannung in der Natur	S. 17
12.10. – 14.10.	Musikworkshop: „Die Günne Singers“	S. 39

12.10. – 19.10.	Fasten – Entspannen – Bewegen	S. 28
18.10. – 21.10.	Grundkurs Gruppenleiten	S. 38
22.10. – 26.10.	Nachhaltigkeit leben in der Familie	S. 36
29.10. – 02.11.	Die Türkei und wir	S. 6

November 2018

05.11. – 09.11.	Einführung in das Arbeitsrecht	S. 10
05.11. – 09.11.	Hauptsache gesund! – Körperlich und geistig fit und beweglich bleiben	S. 42
09.11. – 11.11.	Zur Geschichte der Demokratie in Deutschland	S. 6
09.11. – 11.11.	„Wie wirke ich auf andere?“	S. 41
09.11. – 11.11.	„Neue geistliche Lieder“ kennenlernen und singen	S. 31
09.11. – 11.11.	„Ich geh mit meiner Laterne“	S. 36
12.11. – 16.11.	Nachhaltig bauen und wohnen	S. 17
12.11. – 18.11.	Gesundheitsprävention	S. 24
12.11. – 16.11.	Seminar für pflegende Angehörige von Parkinsonerkrankten	S. 28
16.11 – 18.11.	Märchen erzählen	S. 8
17.11.	Digitalkameras in Kinderhand – Kreative Medienprojekte für den Offenen Ganztag	S. 12
19.11. – 23.11.	Sozialrecht (Aufbaukurs)	S. 10
19.11. – 23.11.	Tablet, Handy und Co. – Internet als Chance für Senioren	S. 13
19.11. – 23.11.	Bräuche gestalten unser Leben – Advents- und Weihnachtszeit	S. 31
23.11. – 25.11.	Bräuche gestalten unser Leben – Advents- und Weihnachtszeit	S. 31
23.11. – 25.11.	Lachen weckt die Lebensgeister ... eine geniale Übung für Körper und Seele	S. 39
26.11. – 30.11.	Kinästhetik im Pflegealltag einsetzen	S. 28
26.11. – 30.11.	Alter als Chance – Die Möglichkeiten des Alters nutzen	S. 44
30.11. – 02.12.	Tipps und Tricks rund um den PC	S. 13
30.11. – 02.12.	„Bis Weihnachten ist nicht mehr weit“ – Advent und Weihnachten in der Familie	S. 36

Dezember 2018

03.12. – 07.12.	Bis Weihnachten ist nicht mehr weit – Mit den Enkeln den Advent erleben	S. 37
03.12. – 07.12.	„Alle Jahre wieder“ – Offen werden für die Advents und Weihnachtszeit	S. 44
07.12. – 09.12.	„Bis Weihnachten ist nicht mehr weit“ – Advent und Weihnachten in der Familie	S. 46
14.12. – 16.12.	Musikalische Weihnachten – Einstimmung auf das Weihnachtsfest	S. 31

Teilnahmebedingungen

Teilnehmen können alle, die sich für die angebotenen Themen interessieren.

■ Seminargebühren:

- ▶ Die Seminargebühren entnehmen Sie bitte den Ausschreibungen.
- ▶ Unterkunft und Verpflegung sind kostenfrei.
- ▶ Eine Erstattung nicht in Anspruch genommener Leistungen ist nicht möglich.
- ▶ Teilnehmer/innen in besonderen wirtschaftlichen Situationen können eine Ermäßigung erhalten.
- ▶ Der Teilnahmebeitrag für Erwachsene enthält jeweils pro Tag und Teilnehmer(in) 10,00 Euro Institutionsbeitrag.

■ Stornierungskosten:

Bei Stornierungen bis zum 60. Tag vor Beginn des Seminars berechnen wir eine Verwaltungsgebühr in Höhe von 16,00 Euro. Vom 59. – 30. Tag berechnen wir 25 %, vom 29. bis zum Anreisetag 50 % der Teilnahmegebühren.

- Das Haus bietet Einzel- und Doppelzimmer an. Gegen einen Zuschlag von 16,00 Euro pro Tag können Doppelzimmer als Einzelzimmer vergeben werden.
- Partner(innen), die nicht am Seminar teilnehmen, können zeitgleich Urlaub machen (Preis auf Anfrage).
- Ihre Angaben werden nach den Bestimmungen des Datenschutzgesetzes behandelt. Sollten Sie nicht damit einverstanden sein, dass Ihr Name und Ihre Anschrift in eine Liste der Teilnehmenden aufgenommen werden, bitten wir um kurze Benachrichtigung.
- Die Seminare finden nur statt, wenn eine Mindestzahl von Anmeldungen erreicht wird.
- Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen, einsehbar im Internet: www.heinrich-luebke-aus.de/service
- Beratung, Anmeldung und Informationen täglich von 08.00 bis 19.30 Uhr.

Symbol-Legende

(B)Für die so gekennzeichneten Seminare kann Bildungsurlaub beantragt werden. In der Regel können dafür auch Bildungsschecks oder –prämien beantragt werden. Setzen Sie sich unbedingt vor Ihrer Buchung mit uns in Verbindung.

Die Heimvolkshochschule „Heinrich Lübke“ und das Bildungswerk „Bürger in Gesellschaft und Staat“ sind zertifiziert.



Das Heinrich Lübke Haus bietet:

- Unterbringung in modern eingerichteten Familienappartements, Doppel- und Einzelzimmern, behindertenfreundliche Ausstattung
- Voll- und Halbpension, Etagenteeküche
- Café, gemütliche Kneipe, Kegelbahn, Freizeit- und Werkräume
- Hallenschwimmbad, Sauna, Tischtennis, Billard, Fahrrad- und Bollerwagenverleih
- Hauskapelle, Konferenz- und Bildungsräume, WLAN
- Kinder- und Jugendräume, Wickelstube, Waschmaschinen, Trockner
- Behindertenfreundliche/barrierefreie Ausstattung (neu)
- begrenzte Anzahl von Pflegebetten (neu)
- eine Park- und Spiellandschaft mit vielen Ruhebänken und Freizeitmöglichkeiten
- Ballspielfelder und Spielplätze
- einen Grillplatz mit Blockhütte
- kostenfreier Parkplatz am Haus
- Bushaltestelle direkt am Haus

In unmittelbarer Nähe des Hauses finden Sie:

- den Möhnesee mit Staumauer, Schiffsanlegestelle und Bademöglichkeiten
- eine große Auswahl von Spazier- und Wanderwegen
- ein ausgebautes Wegenetz für Radfahrer und Inliner
- das Vogelschutzgebiet Hevearm

Der Urlaubsort Möhnesee hat:

- das Landschafts-Informations-Zentrum Wasser & Wald (LIZ)
- einen Freizeit- und Kurpark und ein Wildgehege
- Minigolfanlagen, Tennisplätze und ein Eissportzentrum
- Strandbäder, Ruder- und Segelbootverleih
- Möglichkeiten zum Reiten, Angeln, Surfen und Planwagenfahrten
- den Aussichtspunkt Bismarckturm und den Möhneseturm

Heinrich Lübke Haus
Zur Hude 9 • 59519 Möhnesee

Tel.: 02924/806-0 Fax: 02924/806402

E-Mail: info@heinrich-luebke-haus.de





Heinrich Lübke Haus

KAB Ferien- und Bildungszentrum

... am Möhnesee

So erreichen Sie uns:

- Über die Autobahn A 445, Abfahrt Arnsberg-Neheim, dann Landstraße Richtung Möhnesee
- über die A 44 aus Richtung Dortmund, Abfahrt Werl-Süd, dann B516 Richtung Möhnesee/Brilon, Abfahrt Günne
- über die A 44 aus Richtung Kassel, Abfahrt Soest/Möhnesee, dann B229 Richtung Möhnesee/Arnsberg, dann B516 Richtung Werl/Ense, Abfahrt Günne oder
- **per Bahn** bis Soest und weiter mit dem Bus der Linie C 4 nach Günne/Heinrich Lübke Haus (bis vor das Haus)





www.heinrich-luebke-haus.de

...gönne dir
Günne!

Heinrich Lübke Haus
Zur Hude 9 • 59519 Möhnesee

Tel.: 02924/806-0 Fax: 02924/806402
E-Mail: info@heinrich-luebke-haus.de
www.heinrich-luebke-haus.de

