

Liebe Leserin, lieber Leser,

*unser kleines Programm-Update möchte Sie in der Corona-Zeit über die Seminare im vierten Quartal 2020 informieren. Weitere Angaben finden Sie auf unserer Homepage unter [www.ebz-hesselberg.de](http://www.ebz-hesselberg.de)*

*Wenn Sie bei einigen Kursen den Hinweis „Warteliste“ sehen und Sie das Seminar interessiert, nehmen Sie Kontakt mit uns auf. Vielleicht muss(te) jemand absagen und Sie können nachrücken.*

*Wir freuen uns über Ihre Anmeldungen: telefonisch unter 09854 100, per Fax an 09854 1050 oder online.*

*Viel Freude beim Lesen*

**Ihr Erwachsenenbildungsteam**  
*Werner Hajek, Pfrin. Beatrix Kempe, Dr. Christine Marx, Christa Müller, Pfr. Christoph Seyler*

*P.S.: In Zeiten wie diesen gilt weiterhin – Tagen und sich weiterbilden: am Hesselberg mit Abstand am besten. Bitte beachten Sie daher auch die geltenden Hygieneregeln.*

**Die Kunst des Bierbrauens**  
**02.10.20 (18.00 Uhr) – 04.10.20 (13.00 Uhr)**

Lernen Sie die Kunst des Bierbrauens: Sie erstellen unter Anleitung allein aus Malz, Hopfen, Hefe und Wasser Ihr eigenes Bier. Sie haben die Wahl zwischen Pils, Weizenbier, hellem Vollbier, dunklen Vollbier oder einem kräftigen Märzenbier. Es wird Sie faszinieren, wie aus den vier Grundzutaten mit Hilfe von wenigen Gerätschaften ein schmackhafter Trank entsteht. Sie erlernen den kompletten Brauprozess vom Maischen über das Läutern und Hopfenkochen bis hin zur Einleitung der Gärung durch Hefezugabe. Nach einer Woche Hauptgärung füllen sie zu Hause das Bier selbst in die Flaschen und haben nach weiteren zwei Wochen Reifung ihr eigenes Selbstgebräutes.

**Kosten** [inkl. Seminargebühr; zzgl. Materialkosten]: ca. 30,00 € (Gär-Eimer): EZ: 210,50 €; DZ: 199,50 €

Eine Teilnahme ohne Übernachtung ist nicht möglich.  
Leitung: Patrick Lindenberg, Brau- & Malzmeister; Oliver Lindenberg (Assistenz), Brau- & Malzmeister  
Ansprechpartner: Klaus Walther

**Abendreihe „Homöopathie in der Kinderheilkunde“**  
**6 Abende, Beginn: 05.10.20, 19.30 – 22.00 Uhr**  
weit. Termine: 09.11.20 & 30.11.20 & 18.01.21 & 22.02.21 & 15.03.21

Die Homöopathie ist mittlerweile aus der Kinderheilkunde nicht mehr wegzudenken. Viele Fälle aus der alltäglichen homöopathischen Praxis werden ein Verständnis davon geben wie vielfältig Homöopathie in der Kinderheilkunde anwendbar ist. Beginnend mit Problemen in der Säuglingszeit, über die vielen Möglichkeiten von Erkältungen im Kindesalter bis zur Behandlung von kleineren Verletzungen arbeiten sich die Teilnehmenden vor bis in die Pubertät. Sie werden lernen wie sie ihr Kind selbst behandeln können und ab welchem Zeitpunkt und Krankheitszuständen die Behandlung in erfahrene Hände abgegeben werden muss.

Ein Seminar für Einsteiger und Fortgeschrittene, mit einem neuen Unterrichtskonzept.

**Kosten:** Seminargebühr für die Abendreihe: 108,00 €  
Leitung: Heilpraktikerin Ursula Donauer  
Ansprechpartnerin: Dr. Christine Marx

**Hochsensibel? Potential erkennen, achtsam leben.**  
**09.10.20 (14.30 Uhr) – 11.10.20 (13.00 Uhr)**

Seit den 1990er Jahren systematisch erforscht, zeigen Studien, dass etwa 15 – 20% der Menschen zu den Hochsensiblen gehören. Sie nehmen mehr Reize und Informationen aus der Umgebung wahr, als andere. Das bringt manchmal an die eigenen Grenzen. Wenn man aber Strategien findet, gut für sich zu sorgen, wird man diese Gabe schätzen. Im Gespräch in kleiner Runde und mit Impulsen blicken wir auf die Stärken und suchen nach Lösungen im Umgang mit Herausforderungen. Die Tagesstruktur und Arbeitsmethoden im Seminar kommen den Bedürfnissen Hochsensibler entgegen.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr): EZ: 209,50 €; DZ: 198,50 €; o.Ü.: 125,50 €  
Leitung: Pfrin. Beatrix Kempe

**„Silberne-Konfirmandenfreizeit“**  
Einkehrtage in der / für die Lebensmittel: Zugänge, Gespräche, Impulse und Perspektiven  
**09.10.20 (18.00 Uhr) – 11.10.20 (13.00 Uhr)**

Gehören Sie zu den Jahrgängen der Silbernen Konfirmanden? Solche Jubiläen laden ein, darüber nachzudenken: Wie war das damals? Was hat mich geprägt? Was hat mich getragen? Was möchte ich auffrischen oder wieder ausgraben? Was möchte ich für die nächsten Jahre in meinen Lebensrucksack packen? Haben Sie Lust, bei einer „silbernen Konfirmanden-Freizeit“ nachzudenken, mit anderen in der gleichen Lebensphase ins Gespräch zu kommen über Gott und die Welt? Dann könnten diese Tage dafür eine Gelegenheit sein, vielleicht mit anderen „von damals“, vielleicht bewusst für sich selbst, vielleicht zusammen mit dem/der Lebenspartner/in.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr): EZ: 205,50 €; DZ: 194,50 €; o.Ü.: 121,50 €  
Leitung: Pfr. Christoph Seyler; Christa Müller

**Selbstbewusst-sein: die inneren Kräfte entdecken**  
**Sa, 10.10.20, 09.30 – 17.00 Uhr**

Wenn ich mich selbst besser verstehen und annehmen kann, erwächst daraus mehr Liebe und Achtung für mich selbst. Das ermöglicht mir, aus einer starken Position heraus klar und doch wohlwollend mit meinen Mitmenschen umzugehen. Dem wollen wir an diesem Tag durch kurze Vorträge, geführte Meditationen und gegenseitigen Austausch näher kommen.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr & Verpflegung): 79,00 €  
Leitung: Erika Vorlauffer, Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Ansprechpartnerin: Dr. Christine Marx

**Feldenkreis–Basisseminar „Bewusstheit durch Bewegung“**  
**Sa, 10.10.20, 13.30 – 17.30 Uhr**

Neu

Die Feldenkrais-Übungen (benannt nach ihrem Begründer Moshé Feldenkrais)

- bestehen aus sanften, aber besonders wirksamen Bewegungsabläufen (im Liegen, im Sitzen und im Stehen)
- fördern Körpergefühl, Konzentration und Wohlbefinden
- helfen bei (schmerzhaften) Muskelverspannungen
- kennen keine Altersgrenzen und sind für Frauen wie Männer gleichermaßen geeignet

Das Basisseminar eignet sich gut zum Kennenlernen dieser Methode oder zur Ergänzung und Vertiefung von Abendkursen der Volkshochschulen. Die Referentin überzeugt durch ihre einfühlsame, sehr gut nachvollziehbare Vorgehensweise und orientiert sich dabei aufmerksam an den Bedürfnissen der Teilnehmenden.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr, Kuchen und Getränke): 33,00 €  
Leitung: Birgit Holle, Krankengymnastin und Feldenkrais-Pädagogin  
Ansprechpartner: Werner Hajek

**Abendreihe Homöopathie „Unser Immunsystem – der beste Schutz für die Gesundheit“**  
**6 Abende, Beginn: 12.10.20, 19.30 – 22.00 Uhr**  
weit. Termine: 16.11.20 & 07.12.20 & 25.01.21 & 01.03.21 & 21.03.21

Neu

Jeden Tag werden wir mit Bakterien und Viren konfrontiert und unser Immunsystem hat die grandiose Aufgabe für die Abwehr zu sorgen. Gerade in Zeiten von neuen Viren sind wir auf diesen Schutz besonders angewiesen. In der Bevölkerung gibt es viel Angst und Unsicherheit, wenn es um den Ausbruch neuer viraler Erkrankungen geht. Jetzt stellt man sich die Frage: Wie gut ist mein Immunsystem? In der Abendreihe wird die Bedeutung und Komplexität der Immunabwehr für unsere Gesundheit aufgezeigt. Es wird auf vielfältige Art und Weise z.B. durch Themen wie Ernährung, Hygiene, sanfte Medizin, Homöopathie oder Impfung aufgezeigt, was unser Immunsystem schwächt und wie wir es wieder stärken können.

**Kosten:** Seminargebühr für die Abendreihe: 108,00 €  
Leitung: Heilpraktikerin Ursula Donauer  
Ansprechpartnerin: Dr. Christine Marx

**Handweben für Jedermann**  
**16.10.20 (18.00 Uhr) – 18.10.20 (15.00 Uhr)**

Warteliste

Erlernen Sie eine alte Handwerkskunst. Sie bekommen eine Einführung (theoretisch und praktisch) am eingerichteten Handwebstuhl. Sie weben – individuell betreut – einen selbstgefertigten Stoff nach eigenen Vorstellungen, den sie nach dem Seminar mit nach Hause nehmen und weiterverarbeiten. Entstehen können Bekleidungsstoffe aus Naturfasern oder Tischwäsche bzw. andere Textilien. Durch die Teilnahme lernen Sie verschiedene Inhalte dieses traditionellen Handwerks kennen. Sie erfahren dabei mehr über die unterschiedlichen Garne bzw. Stoffarten (Leinen, Leinengemisch, Baumwolle, u.ä.) bzw. deren Verwendungsmöglichkeiten. Anfänger/innen und Fortgeschrittene willkommen.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr; zzgl. Materialkosten): EZ: 259,00 €; DZ: 248,00 €; o.Ü.: 175,00 €  
Leitung: Sylvia Tillmanns, Leiterin der Weberei des EBZ Hesselberg  
Ansprechpartnerin: Dr. Christine Marx

**Zeit zum Durchatmen**  
**16.10.20 (18.00 Uhr) – 18.10.20 (13.00 Uhr)**

Ausgepowert? Müde? Gestresst? Zeit zum Durchatmen! So entdecken Sie, wie der Atem Kraftquelle werden kann, Stress und (Ver)Spannungen sich lösen, Sie innere Ruhe finden und neue Lebendigkeit entwickeln. Dehn- und Bewegungsübungen (im Sitzen und Stehen) aus der Arbeit mit dem Erfahrbaren Atem nach Middendorf helfen, den Atem bewusster wahrzunehmen, ihn zu vertiefen und zu beleben. Den eigenen Atem-Rhythmus zu finden, erfrischt Körper, Geist und Seele. Die Übungen sind leicht in den Alltag zu integrieren und stärken Widerstandskraft, schenken Ruhe und Gelassenheit, beflügeln Kreativität und Spiritualität. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr): EZ: 220,50 €; DZ: 209,50 €; o.Ü.: 136,50 €  
Leitung: Susanne Schrage, Atempädagogin (Middendorf) und Stimmpädagogin  
Ansprechpartnerin: Christa Müller

**Gesundheitswoche im Herbst – für Frauen**  
**23.10.20 (18.00 Uhr) – 27.10.20 (13.00 Uhr)**

Stress im Alltag, in Beruf und Familie? Das bedeutet eine enorme Belastung für Körper, Geist und Seele! Das laugt aus, raubt Energie, schafft Unzufriedenheit, macht krank. Sorgen Sie rechtzeitig für eine ganzheitliche Erholung. Gewinnen Sie mentale Frische z. B. in Gesprächsrunden über Glauben und Leben und neue Kraft bei Körperwahrnehmungs- und Fitnessübungen. Holen Sie sich Ihre Vitalität zurück bei Wanderungen auf den Hesselberg. Genießen Sie eine abwechslungsreiche Küche. Und erholen Sie sich bei diversen Massagen, die Sie nach Erhalt der Anmeldebestätigung buchen können.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr): EZ: 371,50 €; DZ: 349,50 €  
Eine Teilnahme ohne Übernachtung ist nicht möglich.  
Leitung: Pfrin. Beatrix Kempe

**Mut zur Musik – Veeh-Harfen-Schnuppertag**  
**Sa, 24.10.20, 10.00 – 17.15 Uhr**

Die Veeh-Harfe ist ein wohlklingendes Saitenzupfinstrument, das eine eigene, leicht zu lernende Notation benutzt und deshalb ohne Notenkenntnisse gespielt werden kann. Sie ist ein ideales Musikinstrument für alle, die schon immer gerne Musik machen wollten, aber nie Zeit oder Gelegenheit dazu fanden. Im Tageskurs lernen Sie, wie man das Instrument zupft und erhalten einen Einblick in das Stimmen des Instruments. Darüber hinaus spielen wir gemeinsam Lieder und kurze Instrumentalstücke. Vorkenntnisse oder ein eigenes Instrument sind nicht erforderlich!

**Kosten** (inkl. Seminargebühr und Verpflegung): 81,50 €  
Leihgebühr Veeh-Harfe inkl. Notenmappe: 30,00 €,  
Leihgebühr nur für die Notenmappe „Mut zur Musik“: 5,00 €,  
Abrechnung der Leihgebühren im Kurs.  
Leitung: Johanna Greulich, Ergotherapeutin, autorisierte Veeh-Partnerin,  
Ralf Richter, Co-Referent  
Ansprechpartnerin: Pfrin. Beatrix Kempe

**Klangvolle Auszeit vom Alltag**  
Säen, Pflegen, Ernten – Dankbar für die Schätze des Lebens  
**Sa, 24.10.20, 09.30 – 17.00 Uhr**

Wie schön ist es doch, wenn man sich eine Insel schaffen kann, um für kurze Zeit dem Alltag zu entfliehen. Wenn Körper, Seele und Geist zur Ruhe kommen können und man neue Energie und Kraft tanken kann. Die Klänge und die Schwingung von Klangschalen unterstützen dabei die Entspannungsphasen, regenerieren und harmonisieren ganzheitlich, gesundheitsfördernd und wohltuend. Der Tag wird gefüllt sein mit klangpädagogischen Methoden nach Peter Hess, Klang- und Fantasiereisen, Meditation sowie Übungen zur Körperwahrnehmung.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr & Verpflegung): 81,00 €  
Leitung: Martina Schlecht, Klangpädagogin nach Peter Hess®  
Ansprechpartnerin: Pfrin. Beatrix Kempe

**Aquarellkurs „Glas“**  
**29.10.20 (18.00 Uhr) – 01.11.20 (13.00 Uhr)**

Glas ist ein zauberhaftes Material: transparent oder auch farbig, immer fängt es das Licht ein und spiegelt es wieder. Glas eignet sich daher besonders, um einen Einblick in die Technik des Aquarellmalens zu bekommen. Beim Aquarell ergeben sich besondere Effekte im Bild durch das Malen von Farben in mehreren Lasuren oder das Ineinanderfließen von Farbtönen. Im ersten Fall schimmert der Untergrund hindurch. In dieses zarte Geflecht die dreidimensionale Darstellung eines durchscheinenden Glases einzubinden, wirkt besonders faszinierend. Im Aquarellkurs lernen die Teilnehmenden das Aquarellieren in einer Technik, die der Leichtigkeit des Aquarells gerecht wird, und die obwohl steuerbar, doch wunderbare Zufälle erlaubt. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Die Teilnehmenden erweitern dabei auch ihr theoretisches Wissen z. B. über die Komposition von Bildern und die Farbenlehre. Außerdem bekommen Sie Einblick in eine traditionelle Maltechnik. Bitte, wenn vorhanden, Aquarellmaterial mitbringen. Alle Materialien können auch im Kurs erworben werden.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr): EZ: 383,50 €; DZ: 367,00 €; o.Ü.: 257,50 €  
Leitung: Sabine Koloska und [www.atelier-sk.com](http://www.atelier-sk.com)  
Ansprechpartnerin: Dr. Christine Marx

**Kleider machen Leute – Kleidung nicht von der Stange**  
• **30.10.20 (18.00 Uhr) – 01.11.20 (15.00 Uhr)**  
• **13.11.20 (18.00 Uhr) – 15.11.20 (15.00 Uhr)**

Nähen Sie sich ein Kleidungsstück für Ihre Frühjahrsmode: Bluse, Kleid, Rock, Weste oder eine Tasche – nach Ihren Maßen und Vorstellungen. Bestehende Schnitte werden entsprechend abgeändert. Im Kurs wird auf Wunsch vorab ein Nesselmodell gefertigt. Nach diesem wird das eigentliche „tragbare“ Modell genäht. Ziel ist es, Ihre Nähkenntnisse in einer kleinen Gruppe zu vertiefen. Vermittelt werden Nähtechniken, der Umgang mit Schnittmustern, u.ä.. Sicher stärkt das Seminar auch Ihre Kreativität und Ihr Farbgefühl. Individuelle Betreuung wird garantiert. Diese Kurse sind einzeln zu buchen und bauen nicht aufeinander auf.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr): EZ: 282,00 €; DZ: 271,00 €; o.Ü.: 198,00 €  
Leitung: Eva-Maria Kaußler, Damenschneiderin  
Ansprechpartnerin: Dr. Christine Marx

**Grundkurs „Gesundes Kommunizieren nach Marshall B. Rosenberg (GfK)“**  
**06.11.20 (18.00 Uhr) – 08.11.20 (13.00 Uhr)**

Wir alle erleben herausfordernde Situationen in Familie und Beruf und suchen nach konstruktiven Lösungen. Mit der gewaltfreien Kommunikation lernen Sie in vier Schritten Ihre eigenen Ziele zu vertreten, ohne dabei die Interessen und Bedürfnisse anderer zu missachten. Sie sorgen für Klarheit bei sich und erweitern Ihre Handlungsmöglichkeiten. In Theorie und Praxis erfahren Sie grundlegende Inhalte der gewaltfreien Kommunikation.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr): EZ: 250,50 €; DZ: 239,50 €; o.Ü.: 166,50 €  
Leitung: Lissy De Fallois, Trainerin für gewaltfreie Kommunikation (GfK)  
Ansprechpartnerin: Christa Müller

## Hinweise

Bitte beachten Sie die staatlichen Vorordnungen zu Abstand und Maskenpflicht. Bringen Sie bitte Ihre Mund-Nasen-Bedeckung (zum Wechseln) und Schreibzeug mit.

## Förderung der Bildungsveranstaltungen

Bildungsangebote des Evang. Bildungszentrum Hesselberg können vom **Bayerischen Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten** auf der Grundlage des Bayerischen Agrarwirtschaftsgesetzes gefördert werden soweit sie den Zuwendungs Voraussetzungen und Themenschwerpunkten (siehe [www.ebz-hesselberg.de](http://www.ebz-hesselberg.de)) entsprechen.

**Kleine Stücke großer Meister**  
Veeh-Harfen-Wochenende (Anfänger)  
**06.11.20 (18.00 Uhr) – 08.11.20 (13.00 Uhr)**

Die Notenmappe „Kleine Stücke großer Meister“ beinhaltet 20 klassische Stücke, bearbeitet von Johanna Veeh-Krauß. Wir erarbeiten uns diese zeitlosen Melodien und lernen dabei unsere Veeh-Harfe besser kennen. Neben dem Spielen werden wir uns mit dem richtigen Zählen, dem Stimmen der Harfe, dem Saitenaufziehen u.v.m. befassen. Die Notenmappe wird im Kurs für 30,00 € verkauft. Leihen ist nicht möglich! Eine Veeh-Harfe kann für 30,00 € Leihgebühr geliehen werden. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie die Notenmappe und/oder eine Leiharfe benötigen. In diesem Veeh-Harfen-Kurs vertiefen und reflektieren Sie Ihr kulturelles Wissen.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr):  
EZ: 237,50 €; DZ: 226,50 €; o.Ü.: 153,50 €  
Leitung: Johanna Greulich, Ergotherapeutin, autorisierte Veeh-Partnerin;  
Ralf Richter, Co-Referent  
Ansprechpartnerin: Pfrin. Beatrix Kempe

**Frauenseminar „vergeben und vergessen???“**  
Wie alte Wunden heilen können  
**Sa, 07.11.20, 09.30 – 17.00 Uhr**

Wenn wir uns selbst und anderen verzeihen, können wir uns von Vergangenen lösen – und uns wieder neu auf das Leben einlassen. Dieser Prozess führt zum Wachstum unseres inneren Friedens. Durch kurze Vorträge, Gespräche, Beispiele, geführte Meditationen werden Lösungswege aufgezeigt.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr & Verpflegung): 79,00 €  
Leitung: Erika Vorlauffer, Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Ansprechpartnerin: Dr. Christine Marx

**Klänge von der grünen Insel (Mappe 1 + Zusatznoten)**  
Veeh-Harfen-Wochenende (Fortgeschrittene)  
**13.11.20 (18.00 Uhr) – 15.11.20 (13.00 Uhr)**

Freuen Sie sich auf ein ganz besonderes Klangerlebnis mit irischen Melodien, komponiert von Turlough O'Carolan, arrangiert für zwei Veeh-Harfen von Pfr. Marcus Döbert. Darüber hinaus haben wir weitere irische Melodien für Sie umgesetzt, zu spielen auf einer Veeh-Harfe. Die Mappe „Klänge von der grünen Insel – 1“ (30,00 €) sowie die Zusatznoten (10,00 €) können im Kurs erworben werden. Bitte bei der Anmeldung angeben. In diesem Veeh-Harfen-Kurs vertiefen und reflektieren Sie Ihr kulturelles Wissen und lernen Inhalte und Formen der Tradition kennen, um sie in Ihrem Umfeld einzubringen.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr):  
EZ: 237,50 €; DZ: 226,50 €; o.Ü.: 153,50 €  
Leitung: Johanna Greulich, Ergotherapeutin, autorisierte Veeh-Partnerin;  
Ralf Richter, Co-Referent  
Ansprechpartnerin: Pfrin. Beatrix Kempe

**Potentiale unserer Kinder fördern – durch Homöopathie**  
**Sa, 14.11.20, 09.30 – 17.00 Uhr**

Homöopathische Arzneimittelbilder erzählen viel von der inneren Wahrnehmungswelt eines Kindes. Wir erleben darin das Potential der Kinder: was es braucht um sich sicher und geborgen zu fühlen, welche Ängste in ihm aufkeimen und welche Unterstützung nötig ist für seine Entfaltung. Immer dann, wenn wir spüren, dass ein Kind sich von seiner natürlichen Mitte weg bewegt, können wir homöopathisch unterstützend eingreifen. Im Tagesseminar arbeiten die Teilnehmenden mit den sogenannten „Konstitutions-typen“ von Kindern. Sie werden sich an dem Tag in das innere Erleben des Kindes einfühlen und einlassen. Daraus ergibt sich die Möglichkeit die Potentiale unserer Kinder zu erkennen und zu fördern, ob über die entsprechende Arznei oder durch ein vertieftes Verständnis des Kindes.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr & Verpflegung): 59,50 €  
Leitung: Heilpraktikerin Ursula Donauer  
Ansprechpartnerin: Dr. Christine Marx

**4-Tages-Seminar „Handweben für Jedermann“**  
• **18.11.20 (18.00 Uhr) – 22.11.20 (15.00 Uhr)**

Erlernen Sie eine alte Handwerkskunst. Bei diesem Kurs haben Sie länger als bei den übrigen Web-Seminaren Gelegenheit, Stoffe anzufertigen. Sie bekommen eine Einführung (theoretisch und praktisch) am eingerichteten Handwebstuhl. Sie weben – individuell betreut – einen selbstgefertigten Stoff nach eigenen Vorstellungen, den sie nach dem Seminar mit nach Hause nehmen und weiterverarbeiten. Entstehen können Bekleidungsstoffe aus Naturfasern oder Tischwäsche bzw. andere Textilien. Anfänger/innen und Fortgeschrittene sind willkommen.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr; zzgl. Materialkosten):  
EZ: 480,00 €; DZ: 458,00 €; o.Ü.: 312,00 €  
Leitung: Sylvia Tillmanns  
Ansprechpartnerin: Dr. Christine Marx

**Traditionelle Bräuche rund um die Advents- und Weihnachtszeit**  
**Sa, 21.11.20, 09.00 – 16.30 Uhr**

Nun steht die besondere Zeit vor der Tür - es wird gemütlich in unseren Stuben. Es ist in unserer Zeit wichtig, alte, heimatische Traditionen zu bewahren. Hören Sie an diesem Tag von Bräuchen rund um die Advents- und Weihnachtszeit, angefangen vom Barbarazweig, über das Plätzchen backen bis zum Mistelzweig und Räuchern. Sie lernen, eine Räuchermischung zu erstellen und binden ein Kerzengesteck, das Sie durch die dunkle Zeit begleiten soll. Bitte mitbringen: ca. 10 etwa gleich große Fichtenzapfen, eine Handvoll Moos, feinen Bindedraht

**Kosten** (inkl. Seminargebühr & Verpflegung): 60,00 €; zzgl. Materialkosten: 4,50 €  
Leitung: Siglinde Beck, Kräuterpädagogin, Gesundheitstrainerin (SKA)  
Ansprechpartnerin: Pfrin. Beatrix Kempe

**Mit der Trauer leben**  
Ein Wochenende für Menschen, die einen Angehörigen verloren haben  
**27.11.20 (18.00 Uhr) – 29.11.20 (13.00 Uhr)**

Im Kreis von Menschen, die ebenfalls ihren Weg mit der Trauer gehen, können Sie reden, weinen und sich erinnern. Hier haben alle Gefühle Platz. In den vergangenen Wochen und Monaten sind Sie den Weg der Trauer allein oder im Kreis von Angehörigen oder Freunden gegangen. An diesem Wochenende erhalten Sie auch Impulse, die Ihnen helfen können, mit der Trauer im Alltag zu leben.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr):  
EZ: 205,50 €; DZ: 194,50 €; o.Ü.: 121,50 €  
Leitung: Pfrin. Beatrix Kempe

**Man(n) nehme: Ein Kochkurs für Männer**  
• **27.11.20 – 29.11.20** • **04.12.20 – 06.12.20**  
• **09.12.20 – 11.12.20** • **11.12.20 – 13.12.20**  
jeweils Beginn: 18.00 Uhr; Ende: 13.00 Uhr

Wem es nicht genügt, nur eine Suppe aus der Tüte oder ein Spiegelei zubereiten zu können, liegt mit der Wahl dieses Seminars richtig. Es geht darum, von den Frauen unabhängig und auch auf dem Gebiet der Speisenzubereitung „erwachsen“ zu werden. Unser Küchenleiter Klaus Walther bringt die Teilnehmer auf den Geschmack. Das Seminar ist ein Einstieg in die Welt des Kochens – mit Erfolgsgarantie. Im November/Dezember 2021 sind weitere Kochkurse für Männer geplant.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr):  
EZ: 218,50 €; DZ: 207,00 €; o.Ü.: 138,00 €  
Leitung: Klaus Walther, Birgit Jaumann

**Patchwork „Bäume“**  
**27.11.20 (18.00 Uhr) – 29.11.21 (13.00 Uhr)**

Patchwork ist ein altes Kunsthandwerk, das durch seine Vielfalt besticht. Die traditionsreiche Patchworktechnik bietet unendliche Möglichkeiten. Der Reiz liegt in der individuellen Zusammenstellung. Wer gerne mit Stoffen arbeitet ist in diesem Seminar richtig. Tricks und Tipps führen zu einem guten Ergebnis! Bäume haben für uns wieder neu eine große Bedeutung erhalten. In Zeiten des Klimawandels sind sie uns zu Freunden geworden. Dies in Stoff umzusetzen soll in diesem Kurs möglich werden. Es kommt die freie Schneidetechnik zur Anwendung. Dafür benötigt man Patchworkstoffe, d.h. nur Baumwollstoffe! Mitzubringen: Nähmaschine und Nähzubehör. Falls vorhanden: Schneidematte, Lineal und Cutter (bitte bei der Anmeldung angeben) Eine Materialliste erhalten Sie bei der Anmeldung. Materialien und Zubehör können im Kurs erworben werden.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr; zzgl. Materialkosten):  
EZ: 259,50 €; DZ: 248,50 €; o.Ü.: 175,50 €  
Leitung: Renate Schindler, Infos unter: <https://www.renaspachworkstudio.de>  
Ansprechpartnerin: Dr. Christine Marx

Warteliste

Neu

**Sich Ruhe gönnen in der „staaden“ Zeit „Mache dich auf und werde Licht“**  
**11.12.20 (18.00 Uhr) – 13.12.20 (13.00 Uhr)**

Dieses Adventswochenende ist ein Angebot für alle, die sich eine Auszeit für Körper und Seele gönnen wollen. Erfahrbare Adventsbräuche bieten den Raum, in die Stille und innere Ruhe zu kommen, eigene Wünsche und Bedürfnisse zu spüren und zu reflektieren, um von Alltagshektik und Stress wieder zu Lebensfreude und Zuversicht zu gelangen. Spannende und vitalisierende Körperübungen, wohlthuende Klänge und Tänze sowie richtungsweisende Texte begleiten den persönlichen Weg.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr):  
EZ: 245,50 €; DZ: 234,50 €; o.Ü.: 161,50 €  
Leitung: Christine Anijs-Rupprecht, Sprachheillehrerin und Tanzpädagogin;  
Martina Schlecht, Klangpädagogin nach Peter Hess®  
Ansprechpartnerin: Pfrin. Beatrix Kempe

**Silvester – begegnen, feiern, erleben**  
**30.12.20 (14.30 Uhr) – 01.01.21 (13.00 Uhr)**

**Die Jahreslosung 2021:**  
„Christus spricht: Seid barmherzig, wie auch euer Vater barmherzig ist“  
Lukas 6, 36

Wir laden Sie ein, über den eigenen Glauben nachzudenken und über die Jahreslosung 2021 zu reflektieren bzw. miteinander ins Gespräch zu kommen. Doch Sie können bei uns auch einfach zur Ruhe kommen und Ihrem Körper Gutes tun. Insgesamt erwarten Sie Angebote für Körper, Seele und Geist, die parallel stattfinden, so dass Sie sich vor Ort „Ihren“ Ablauf der Tage über den Jahreswechsel individuell zusammenstellen können. Andachten, ein festlicher Abendmahlsgottesdienst am Neujahrmorgen sowie gemeinsames Feiern runden das vielfältige Programm ab. Aufgrund der geltenden Hygieneregeln wegen der Corona-Pandemie wird die Teilnehmerzahl auf ca. 50 Personen begrenzt.

**Kosten** (inkl. Seminargebühr):  
Erwachsene: EZ: 205,50 €; DZ: 194,50 €; o.Ü.: 121,50 €  
Leitung: Simone Gries, Werner Hajek, Pfrin. Beatrix Kempe, Dr. Christine Marx,  
Pfr. Christoph Seyler, Heidi Seyler



Evang. Bildungszentrum Hesselberg  
Hesselbergstr. 26  
91726 Gerolfsingen  
[www.ebz-hesselberg.de](http://www.ebz-hesselberg.de)  
E-Mail: [info@ebz-hesselberg.de](mailto:info@ebz-hesselberg.de)

Wenn unzustellbar, zurück! Bei Umzug Anschriftenberechtigungskarte!

# Seminare

## Oktober bis Dezember 2020



**Aktuelle Ergänzung  
zum Jahresprogramm**



Evang. Bildungszentrum  
Hesselberg