

KOMMEN, SEHEN, HÖREN, MITMACHEN! SIE SIND HERZLICH EINGELADEN!

Veranstaltungen des Katholischen Schulwerks Biberach e.V.
im Schuljahr 2009/2010

BEWEGUNG UND WELLNESS

*„Was hilft der Sonnenaufgang,
wenn wir nicht aufstehen?“*

FUNKTIONALE GYMNASTIK MIT MUSIK

Schon seit 30 Jahren bietet das Katholische Schulwerk Biberach e.V. wöchentlich eine Gymnastikstunde (Dehnen, Muskeltraining, Koordination, Bewegungskombinationen,...) an. Neue Teilnehmerinnen können jederzeit einsteigen und sind herzlich willkommen.

Termin: Jeden Donnerstag von 19.00 Uhr bis 20.00 Uhr in der „neuen“ Sporthalle des Bischof-Sproll-Bildungszentrums, Halle 3.

Leitung: Sportlehrerin Gabriele Huonker

Beitrag: 4,50 Euro pro Monat

Nähere Informationen erhalten Sie bei Frau Diemer (07351/6839) oder bei Frau Huonker (07351/506508).

Alles wirklich Wertvolle lässt sich nicht kaufen. Es wird uns geschenkt.

ENTSPANNUNGSABEND - MIT QIGONG UND MASSAGE IN DAS WOCHENENDE

Qigong ist eine uralte Selbstheilungsmethode aus der traditionellen chinesischen Medizin. Die Übungen verbessern den Kreislauf, die Atmung, die Verdauung, das emotionale Gleichgewicht und die Konzentrationsfähigkeit. Außerdem kräftigen sie Muskeln, Bänder, Sehnen, Knochen und Gelenke. Sanftes Qigong kann in jedem Alter ausgeübt werden. Es erfordert keine körperliche Verausgabung und stärkt den ganzen Körper. Die körperliche Berührung (Massage) ist eine der ältesten Heilverfahren der Menschheit. Duftende Essenzen verhelfen Ihnen auf unterschiedlichste Art zu mehr Energie und Vitalität.

Sie erhalten in diesem Kurs

- eine Einführung in Qigong mit praktischen Übungen
- eine Einführung in die Welt der Aromen
- einige Massagegriffe mit praktischen Übungen
- eine Anleitung, wie Sie ein Massageöl selbst herstellen
- eine Schnuppermassage

Leitung: Claire Geyer-Allgäuer, Tai Chi Chuan/Qigong-Lehrerin und Erika Hipper, Aromakologin und Wellnessmasseurin

Termin: Dieser Kurs umfasst zwei Abende und findet am Freitag, den 27.

November sowie am Freitag, den 04. Dezember 2009 jeweils von 18.00 Uhr bis 20.30 Uhr im Spielzimmer (ehemaliger Speisesaal) statt. Mitzubringen sind lockere Kleidung und ein Handtuch.

Kosten entstehen für Mitglieder des Katholischen Schulwerks keine.

Die Teilnehmerzahl ist auf 16 Personen begrenzt.

Anmeldung bitte über das Sekretariat.

WEITERBILDUNG

*Entdecken ...
heißt finden, was man nicht gesucht hat.*

SPANISCH FÜR ANFÄNGER

Dieser Kurs umfasst 15 Übungsabende mit je zwei Unterrichtseinheiten (UE). Am Ende des Kurses werden Sie in der Lage sein, leichte Texte zu verstehen und erste spanische Konversationen zu führen.

**Kursbeginn: Donnerstag, den 14. Januar 2010, 18.30 Uhr, Musiksaal
Gymnasium, weitere UE jeweils donnerstags um 18.30 Uhr**

Dozentin: Ilona Hannes-Bolduan

Lehrbuch: Pons „Spanisch – Leichtes Lernen Schritt für Schritt“ (ISBN-Nr: 3-12-561211-x)

Kursgebühr: 35 Euro (ohne Lehrbuch)

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

Anmeldung bitte über das Sekretariat.

*Wenn ein Seemann nicht weiß, welches
Ufer er ansteuern muss, dann ist kein Wind
der richtige.*

TASTATURSCHREIBEN IN 4 STUNDEN

Die Methode funktioniert. Wer sich darauf einlässt, meditativ das Tastaturschreiben mit 8 Fingern (das so genannte 10-Finger-System, bei dem die Daumen für die Leertaste vorgesehen sind) zu lernen, kann dies tatsächlich in vier Stunden schaffen. Dann allerdings sollte man die Technik auch im Alltag gebrauchen und üben. Die Methode „ats“ arbeitet mit Bildern, Farben und Musik. So wird uns dabei auch ein „blauer Löwe“ vorgestellt, den es eigentlich gar nicht gibt, den man sich aber merken wird (rechte Hand, Grundreihe, Ringfinger...).

Kursbeginn: erstes Treffen am Mittwoch, den 27. Januar 2010, 20.00 Uhr im PC-Raum, Neubau des BSBZ, weitere Termine nach Vereinbarung

Trainer: Günter Brutscher

Hinweis: Die Teilnehmer erhalten insgesamt 4 Hefte, für die allerdings ein Betrag von 20 Euro berechnet werden muss. Anmeldung bitte über das Sekretariat.

*Achte auf deine Gedanken,
denn sie werden Worte.
Achte auf deine Worte,
denn sie werden Handlung.
Achte auf deine Handlungen,
denn sie werden Gewohnheit.
Achte auf deine Gewohnheiten,
denn sie werden Charakter.
Achte auf deinen Charakter,
denn er wird dein Schicksal.*

MEDIATION UND KOMMUNIKATION – ERFOLGREICH IM UMGANG MIT ANDEREN

Sie lernen und verbessern Querschnittsqualifikationen, die Ihnen zu mehr Wirksamkeit in allen Gesprächen verhelfen, unabhängig davon unter welchen Rahmenbedingungen und mit welchen Inhalten sie geführt werden. Besondere Aufmerksamkeit gilt der deeskalierenden Gesprächsführung in konfliktträchtigen Situationen, wobei sowohl die inneren Muster wie auch die erforderlichen Techniken bearbeitet bzw. trainiert werden.

Termin: Dieser Kurs umfasst zwei Trainingseinheiten und findet am Freitag, den 19. März 2010 von 19.00 Uhr bis ca. 21.30 Uhr und am Samstag, den 20. März 2010 von 9.00 Uhr bis ca. 17.00 Uhr im Konferenzraum Nr. 84 am BSBZ statt.

Fachdozent: Ulli Gammay, Mediator

Kursgebühr: 20 Euro

Die Teilnehmerzahl ist auf 14 Personen begrenzt.

Anmeldung bitte über das Sekretariat.

KULTUR UND FREIZEIT

*Monde und Jahre vergehen,
aber ein schöner Moment
leuchtet das ganze Leben hindurch.*

TROMMELN SCHENKT LEBENSFREUDE - WORKSHOP

Bei diesem Trommel- und Percussion Workshop steht das afrikanische Trommeln mit der Djembe in Begleitung mit Percussioninstrumenten im Vordergrund. Dabei werden Sie erfahren, dass die Djembe eine universelle Sprache spricht, die jeder versteht. Trommeln eröffnet Kommunikation und verbindet Völker und Kulturen miteinander. Die Djembe steht für ein grenzenloses Miteinander und überwindet Vorurteile und Barrieren. Trommeln ist Rhythmus, Rhythmus ist Tanz und Lebensfreude. Come and feel the rhythm.

**Kursbeginn: Dienstag, den 19. Januar 2010, 19.00 Uhr – 20.00 Uhr, Musiksaal
Gymnasium, weitere 5 UE jeweils dienstags um 19.00 Uhr**

Trainer: Ray Spencer

Kursgebühr: 15 Euro. Trommeln werden kostenfrei zur Verfügung gestellt.

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.

Anmeldung bitte über das Sekretariat.

*Alles geht einfacher, wenn wir nicht auf die
Hindernisse schauen, sondern auf das Licht,
das unseren Weg erhellt.*

LUKAS DER „MALER“ – EINFÜHRUNG IN DAS AKTUELLE LESEJAHR

Lukas, der Evangelist, der das Lesejahr C bestimmt, kennt als einziger der vier Evangelisten das Gleichnis vom barmherzigen Samariter oder das vom barmherzigen Vater oder verlorenen Sohn. Von ihm ist auch die Apostelgeschichte. Sein Symbol ist der Stier. Er wird auch der „Maler“ genannt, weil seine Gleichnisse so anschaulich sind wie Gemälde. Dieser Vortrag zur Theologie des Lukas möchte Hinweise zum besseren Verständnis des Evangeliums geben, die Zusammenhänge zwischen den Evangelien darstellen und anregen, selbst in der Bibel zu lesen und zu stöbern.

Termin: Mittwoch, den 09. Dezember 2009, 20.00 Uhr in der neuen Aula

Referent: Günter Brutscher

Der Eintritt ist kostenfrei.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

*Viele kleine Leute
in vielen kleinen Orten,
die viele kleine Dinge tun,
können das Gesicht der Welt verändern.*

ANDERE LÄNDER – ANDERE KULTUREN – EIN ERLEBNISVORTRAG

Myanmar (Burma) war über Jahrzehnte von unserer westlichen Welt abgeschottet und ist bis heute ein Land mit zwei extremen Gesichtern. Auf der einen Seite stehen liebenswerte Menschen, eine alte traditionelle Kultur und traumhaft schöne Landschaften. Dem gegenüber steht ein zweifelhaftes Regime, das seine Einwohner unterdrückt. Die Referentin, Carla Mayer, arbeitet seit vielen Jahren als Reiseleiterin in Burma. Begeistert und zugleich kritisch stellt sie Ihnen ihre Erfahrungen und Begegnungen in diesem Land dar. Das Team um Carla Mayer lädt Sie zum Hören, Schmecken und Bestaunen ein. Lassen Sie sich verführen in eine andere Welt!

Termin: Donnerstag, den 04. Februar 2010, 19.30 Uhr in der alten Aula

Kosten entstehen für Mitglieder des Katholischen Schulwerks keine.

Anmeldung bitte über das Sekretariat.

BSBZ SPEZIAL

*Du kannst deinen Kindern deine Liebe geben,
nicht aber deine Gedanken.
Sie haben ihre eigenen.*

WEIL ICH EIN JUNGE BIN ...- ZWISCHEN SUPERHELD UND MÄDCHENSCHWARM

Jungen haben es heute nicht leicht. Die traditionelle Rollenerwartung unserer Gesellschaft wirft ihre Schatten voraus. Gefühle zeigen oder einfach nur cool sein? Eine spannende Frage, die auch vor dem Hintergrund des christlichen Menschenbildes beleuchtet werden kann.

Termin: Dienstag, den 09. März 2010, 19.30 Uhr in der alten Aula

Referent: Christoph Burandt, Krankenpfleger und Projektleiter

Der Eintritt ist kostenfrei.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Wir freuen uns auf Ihre Auswahl. Gerne begrüßen wir Sie im Bischof-Sproll-Bildungszentrum. Bitte verwenden Sie für Ihre Anmeldung den beiliegenden Anmeldebogen. Vielen Dank!