

jeweils am Freitag, 17.00 bis ca. 19.00

## Exkursionen „Natur vor Ort“

Die Exkursionen „Natur vor Ort“ laden ein, Tharandt natürlich besser kennenzulernen. Mehr zu den einzelnen Exkursionen auf [www.johannishoe.de](http://www.johannishoe.de) oder im Tharandter Amtsblatt. Für alle Exkursionen gilt:

27. April

8. Juni

### Vögel

### Hummeln

15. Juni

21. September

### Kräuterwanderung

### Fledermäuse

weitere Exkursionen sind noch in Planung:

## Ameisen | Käfer und Schmetterlinge

Informationen kommen auf [www.johannishoe.de](http://www.johannishoe.de)

€ Spende [f info@johannishoe.de](mailto:info@johannishoe.de) max. 30

Treff: Parkplatz Pienner Straße 1 in Tharandt

So, 27. Mai 10.00 bis 16.30

## Die Natur entdecken am Tag der Artenvielfalt

Zum dritten Male laden wir zum Geo-Tag der Artenvielfalt ein! Es gilt, die Artenvielfalt in der Umgebung der Johannishöhe zu entdecken, sie zu bestimmen. In kleinen Gruppen streifen wir durch Wald und Feld. Erfahrene Wildnisführer und Naturschützer, wie Antje Beneken von Naturcamp Dresden begleiten die Gruppen an diesem Tag. Das Besondere für die technikbegeisterten Kids: alle Entdeckungen werden mit dem CyberTracker-Programm gespeichert. Dies ist ein Streifzug durch die Natur, der sicher manche Entdeckungen bereit hält...

€ Spende für Kaffee und Kuchen sorgen wir

## Ergänzungen, Änderungen

Programmaktualisierungen auf [www.johannishoe.de](http://www.johannishoe.de) (mit „ö“) sowie per JohannisMail.



## Raum-/Geländenutzung

Unser Seminarraum und unser Gelände können auch für Angebote externer Veranstalter genutzt werden. Genaue Konditionen und freie Termine können bei uns erfragt werden.

## Eine Veranstaltung - drei Preise

20 Prozent Rabatt auf die Kursgebühr erhalten alle, die sich spätestens vier Wochen vor Kursbeginn verbindlich angemeldet haben. 10 Prozent Rabatt auf die Kursgebühr erhalten alle, die sich spätestens zwei Wochen vor Kursbeginn verbindlich angemeldet haben.

€ Kursgebühr/-10%/-20%	€ Materialkosten
™ Verpflegung	f Anmeldung erforderlich
† Unterkunft	## Teilnehmerzahl

✉ Umweltbildungshaus Johannishöhe  
Dresdner Str. 13a, 01737 Tharandt  
(035203) 37181 ☎ (035203) 37936  
info@johannishoe.de www.johannishoe.de  
S3 Dresden-Tharandt-Freiberg, RB 30, RE 3  
343, 344, 345, 363

März	3.	Sa, 9.30 bis 16.30 <b>Naturgemäßer Obstbaumschnitt</b>
	24.	Sa, 10.00 bis 16.00 <b>Erd-, Brom- und H(i)mm-beeren - naturgemäß angebaut</b>
April	6.-8.	Fr 18.00 bis So, 14.00 <b>Wesensgemäße Bienenhaltung am Beispiel der Bienenkiste</b>
	27.	Fr, 17.00 bis 19.30 <b>Natur vor Ort: Vögel</b>
	28.	Sa, 10.00 bis 16.30 <b>Notfall-Homöopathie für Nutztiere</b>
Mai	5.	Sa, 10.00 bis 16.00 <b>Grüner Mann und Wilde Frau</b>
	26.	Sa, 10.00 bis 16.30 <b>Fährten - Spuren - Zeichen: Wildnis um uns herum</b>
	27.	So, 10.30 bis 16.30 <b>Die Natur entdecken am Tag der Artenvielfalt</b>
Juni	8.	Fr, 17.00 bis 19.00 <b>Natur vor Ort: Hummeln</b>
	9.	Sa, 10.00 bis 16.00 <b>Kräuterwissen</b>
	15.	Fr, 17.00 bis 19.00 <b>Natur vor Ort: Kräuterwanderung</b>
	23.	Sa 10.00 bis 17.00 <b>Wiesen mähen - Sensen dengeln</b>
Aug	17. bis 19.	Fr, 18.00 bis So, 14.00 <b>Clown in der Natur</b>
Sept	1.	Sa, 10.00 bis 16.00 <b>Hirse, Hafer, Roggen &amp; Co - mehr als Brot und Körner</b>
	7. bis 9.	Fr, 18.00 bis So, 12.00 <b>Gewaltfreie Kommunikation</b>
	21.	Fr, 17.00 bis 19.00 <b>Natur vor Ort: Fledermäuse</b>
	22.	Sa, 10.00 bis 17.00 <b>Fermentation - Lebensmittel haltbar und lebendig machen</b>
	29.	Sa, 10.00 bis 16.00 <b>Einmaleins der Saatgutvermehrung</b>
Okt	27.	Sa, 14.00 bis 19.00 <b>Räuchern für die Seele</b>
Nov	3.	Sa, 13.00 bis 19.00 <b>Räuchern für den Magen</b>
	10.	Sa, 10.00 bis 16.00 <b>Holzrechen aus Grünholz</b>

Manifest 15.9  
9.00 bis 13.30

**Naturmarkt Tharandter Wald**  
an jedem 1. & 3. Sonnabend 9 bis 13 Uhr  
zwischen Weißeritzufer und Bergkirche Tharandt

Die Saatguttauschbörsen laden zum Austausch von Saatgut und Erfahrungen auf nichtkommerzieller Basis ein:

u.a. 24.2. Tharandt, Kuppelhalle, Pienner Str. 13  
10.3. Dresden, Scheune  
11.3. Gersdorf (bei Roßwein)  
24.3. Constappel, ehemaliger Gasthof  
1.5. Voigtsdorf (bei Sayda)

Lebendige Vielfalt

Netzwerk zur Erhaltung der Kulturpflanzen  
www.lebendige-vielfalt.org

Saatguttauschbörsen

# Unsere Veranstaltungen im Überblick Informationen rund um die Veranstaltungen

## Träume nicht Dein Leben, lebe deine Träume.

Wir möchten auf der Johannishöhe ökologisch verträgliches Leben in einer Gemeinschaft mit selbstbestimmter Bildungsarbeit verbinden. Dieser Traum wird durch das Tun vieler Menschen Stück für Stück Wirklichkeit.

Mit den von uns auf der Johannishöhe organisierten und durchgeführten Bildungsveranstaltungen für Jugendliche und Erwachsene wollen wir den Teilnehmenden einen bewussten und respektvollen Umgang mit sich, mit anderen Menschen und mit unserer Erde vermitteln. Verwurzelt ist unsere Bildungsarbeit im Anspruch, den Alltag ökologisch zu leben. Wir stellen zum Beispiel einen Teil unserer Lebensmittel und unserer Energie selbst her. Für unsere Selbstversorgung halten wir Hühner, Schafe, Bienen und Ziegen und bewirtschaften den Garten. Auf unserem Acker wächst das Getreide, aus dem wir unser Brot backen.

Unser Haus ist mit einer Holzvergaserheizung, Solarkollektoren, Photovoltaik, Pflanzenkläranlage und Komposttoilette ausgestattet.

Wir engagieren uns für neue gesellschaftliche Ansätze z.B. in der Energie- und Landwirtschaftspolitik und auch für die ökologische Entwicklung unserer Stadt und unserer Region. Der „Naturmarkt Tharandter Wald“ mit Angeboten von DirektvermarkterInnen und HandwerkerInnen der Region wird von uns organisiert und durchgeführt.

## Auf zur Johannishöhe!

Am Bahnhof Tharandt geht es nach links in Richtung Stadt bis zur ersten Kreuzung. Hier ist auch für alle, die trotz der guten ÖPNV-Anbindung mit dem Auto kommen, eine Parkgelegenheit.

Links neben „Stäpsens Bestell-Shop“ beginnt ein kleiner ausgeschilderter Waldweg. Er geht – anfangs über Stufen – fast geradeaus bergauf. Nach einem scharfen Knick nach rechts ist die Johannishöhe schon fast erreicht. Herzlich willkommen!

Auf dem Waldweg wird entsprechendes Schuhwerk empfohlen. Wer im Dunkeln kommt, sollte eine Taschenlampe dabei haben. Fürs Gepäck empfehlen wir Rucksäcke o.ä. Der Weg ist für Kinderwagen ungeeignet. Wer kleine Kinder mitbringt, sollte lieber auf Kindertragen o.ä. zurückgreifen oder uns zwecks Hilfe anrufen.

## Anmeldung

Für alle gekennzeichneten (☑) Veranstaltungen ist eine verbindliche Anmeldung notwendig. Bitte melden Sie sich zeitig an. Das erleichtert uns die Planung – daher unser Rattsystem. Die Anmeldung ist erst mit dem Eingang der Kursgebühr auf unserem Konto verbindlich.

Bei einer Stornierung der Anmeldung weniger als acht Tage vor der Veranstaltung werden 50 Prozent der Teilnahmegebühr (max. ein Betrag von 25 Euro) als Bearbeitungsgebühr fällig. Seminare finden nur bei ausreichender Teilnehmerzahl statt. Bei Nichtstattend werden Sie von uns benachrichtigt und erhalten bereits gezahlte Teilnahmebeiträge zurück.

## Finanzen

Teilnahmegebühren u.ä. bitte auf unser Konto IBAN: DE 82 4306 0967 8026 6246 00 BIC: GENODEM1GLS (GLS-Bank, Inhaber: „Johannishöhe e.V.“) einzahlen. Menschen, die es finanziell nicht so dicke haben, setzen sich vor der Veranstaltung mit uns in Verbindung.

## Unterkunft

Die Unterkunft ist in einfach ausgestatteten Mehrbettzimmern. Wir bitten, einen Schlafsack mitzubringen.

Wenn Sie ein komfortableres Quartier wünschen, können wir Ihnen gern Pensionen oder Hotels in Tharandt nennen. Bitte buchen Sie in diesem Falle selbst.

## Verpflegung

Das Essen bei unseren Seminaren ist vegetarisch. Es werden fast ausschließlich Lebensmittel aus unserem Landwirtschaftsbetrieb, aus kontrolliert ökologischem Anbau und/oder aus der Region verwendet. Lebensmittelallergiker, Veganer u.ä. sollten bereits bei der Anmeldung bescheid geben.

## Spenden

Spenden können ebenfalls direkt auf das oben genannte Konto mit dem Vermerk „Spende“, Ihrem Namen und Ihrer Adresse im Feld „Verwendungszweck“ überwiesen werden. Sie erhalten von uns eine Spendenbescheinigung.

## Aktualisierungen

auf [www.johannishoe.de](http://www.johannishoe.de) (mit „ö“!)



Umweltbildungshaus



**Sa, 3. März 9.30 bis 16.30**

## Naturgemäßer Obstbaumschnitt

An diesem Tag bieten wir einen praktischen Einstieg in die naturgemäße Erziehung, Pflege und Erhaltung von Obstbäumen an. Er soll jedem Obstbaumbesitzer und -liebhaber die Möglichkeit geben, leckeres Obst von gesunden und ertragreichen Bäumen zu ernten. Dafür wollen wir die Natur der Obstgehölze und unsere Interessen ergründen und zeigen, wie beides in Einklang zu bringen ist.

Es werden zweckmäßige Handwerkzeuge gezeigt, wichtige Schnittregeln vermittelt und die notwendigen Erziehungs- und Pflegemaßnahmen erklärt und vorgeführt. Vormittags schauen wir uns dazu die jungen und mittelalten Obstbäume der Johannishöhe an und besprechen alle Maßnahmen von der Pflanzung bis zum Volertragsalter. Am Nachmittag geht die Gruppe zu einer größeren Streuobstwiese in Großpitz, um Pflege- und Erhaltungsmaßnahmen an älteren Bäumen durchzuführen.

Leitung: Sebastian Wunsch (Gärtner und Forstwirt (B.sc.))

€ 60/54/48 @ <sup>TM</sup>14 @ f**Sa, 24. März 10.00 bis 16.00**

## Erd-, Brom- und H(i)mm-ween – naturgemäß angebaut

Beeren schmecken lecker und am besten frisch. Was brauchen die verschiedenen Beerensträucher, um die Anbauenden mit leckeren Früchten zu beglücken? Welche Sorten haben einen langen Erntezeitraum? Wie kann man Schädlingen und Krankheiten begegnen. Welche natürlichen Helfer können wir dabei unterstützen? Referent: Stefan Kaiser, Dipl.Gartenbauing. Bioobsthof Beerenbunt Helbigsdorf

€ 60/54/48 @ <sup>TM</sup>14 @ f**Do, 21. Juni Fr, 21. Dezember**

## Sommer-/Wintersonnenwende

Wir laden alle ein, mit uns wieder in der kürzesten (21.6.) und längsten (21.12.) Nacht des Jahres den Beginn der neuen Jahreszeit zu begehen.

**Frühjahr bis Herbst**

## Mithilfe möglich

Ab April gibt es im Garten viel zu tun. Wir freuen uns über freiwillige HelferInnen (gern im Rahmen von WWOOF) gegen Kost und Logis. Vorherige Absprache ist notwendig.

**Fr, 6.4. 18.00 bis So, 8.4., 14.00**

## Wesensgemäße Bienenhaltung am Beispiel der Bienenkiste

Ein Wochenende lang werden wir uns den Honigbienen widmen, eine Faszination für das Leben im Bienenvolk entdecken und lernen, wie wir wesensgemäß mit ihnen imkern können. Dabei werden wir Schritt für Schritt das Konzept der Wesensgemäßen Bienenhaltung am Beispiel der Bienenkiste behandeln. Es wird gezeigt, wie mit wenig imkerlichen Eingriffen und der Akzeptanz natürlicher Vorgänge des Biens, z.B. des Schwarmtriebs, gesunde vitale Völker erhalten werden können, die zur Blütenbestäubung in unmittelbarer Umgebung beitragen und uns Honigüberschüsse schenken.

In diesem Seminar werden umfassend die Biologie der Biene, die Arbeiten am Volk im Jahreslauf, Bienengesundheit, Imkerwerkzeuge und Voraussetzung sowie der Bau der Bienenkiste behandelt.

An Hand von Anschauungsmaterialien zu Imkerwerkzeugen und einer leeren Bienenkiste geben wir einen nahen Einblick in die wesensgemäße Imkerei. Im praktischen Teil werden wir eine Bienenkiste öffnen.

Dieser Kurs richtet sich hauptsächlich an Jungimker, die mit der Wesensgemäßen Bienenhaltung in diesem oder nächsten Jahr beginnen möchten. Referenten: Sarah Mönke und Daniel Becker

€160/144/128 @ <sup>TM</sup>45 @ † 20 @ <sup>TM</sup> mind. 8 f**Sa, 28.April 10.00 bis 16.30**

## Notfall-Homöopathie für Nutztiere

Ob Hund, Katze, Pferd oder Schwein - alle können sich verletzen oder in eine Notfallsituation kommen. Sie erfahren, wie Sie bei Not- und Unfällen wie Verletzungen, Geburtskomplikationen oder Koliken Ihrem Tier helfen können sowie wesentliche Grundlagen der homöopathischen Behandlung. Bitte geben Sie bei der Anmeldung die Tierart, die Sie halten, an.

Leitung: Sabine Weber, Tierheilpraktikerin

€ 60/54/48 @ <sup>TM</sup>14 @ f**Sa, 5. Mai 10.00 bis 16.00**

## Grüner Mann und Wilde Frau

Back to the roots! Und hinein ins Blätterdickicht. Wildes im Wald läuft nicht immer davon, sondern lässt sich geduldig von uns besehen, befühlen und beschnuppern ... und auch nutzen. Gemeint sind natürlich die Wildpflanzen. Wir machen uns gemeinsam auf den Weg und bringen Licht ins Dunkel des Blättergewirrs. Himmelsschlüssel, Segge, Bocksbart, was ist das? Bärlauch, Aronstab, Maiglöckchen, was ist was?

Auf Schritt und Tritt strecken uns vor Kraft strotzende Wildpflanzen ihr sattes Grün entgegen.

Was ist essbar und schmackhaft, was ist genießbar in der Not und was sollte man den Apothekern für

ihre Zubereitungen überlassen. Wir bestimmen, sammeln und kochen nach unserer Runde um die Johannishöhe ein wildgrünes, köstliches Mahl.

Leitung: Henrike Pfennigwerth

€ 35 @ f 0151-54369517, enrika@web.de

**Sa, 9. Juni 10.00 bis 16.00**

## Kräuterwissen

Auf einer gemeinsamen Wanderung um die Johannishöhe machen wir uns sowohl mit einigen Wild- als auch mit Gartenkräutern und -blumen bekannt. Wir erfahren über ihre Heilwirkungen und ihre Verwendung. Ein Streifzug der Sinne durch den Schatzgarten der Natur. Aus den gesammelten Kräutern werden warme und kalte Gerichte zubereitet und verkostet. Jeder Teilnehmer\_in stellt sich außerdem eine Salbe und einen Pflanzenölauszug her.

€ 60/54/48 @ <sup>TM</sup>14 @ f**Sa 23. Juni 10.00 bis 17.00**

## Wiesen mähen - Sensen dengeln

Schmetterlinge, Bienen und andere Insekten besuchen in den Sommermonaten gern blühenden Wiesen. Hier wächst oft eine Vielfalt aus Kräutern, Blumen und Gräsern. Damit das so bleibt muss eine Wiese ein- oder zweimal im Jahr gemäht werden. Wer mit der Sense mähen kann, atmet den Duft der Erde, des frischen Grases und der Kräuter.

An diesem Kurstag erfahren Sie Wissenswertes über Wiesen und die Wiesenpflege, erhalten eine praktische Sensenunterweisung und erfahren das Dengeln in Theorie und Praxis.

Sensen und Dengelwerkzeug sind vorhanden. Wer eine Sense hat, kann sie aber auch mitbringen.

Anleitung: Jens Weber (GRÜNE LIGA Osterzgebirge e.V.) und Jörg Klein

€ 30 @ <sup>TM</sup>5 @ <sup>TM</sup> max. 15 f**Sa 1. September 10.00 bis 16.00**

## Hirse, Hafer, Roggen & Co – mehr als Brot und Körner

Heute erleben wir Getreide als vielfältiges Grundlebensmittel. Es gibt nicht nur Brot und Kuchen vom Bäcker und Nudeln und Müsli aus dem Supermarkt und aus der Ernährungsindustrie. Wir werden verschiedene Sorten und deren Besonderheiten kennen lernen, vollwertige Gerichte daraus herstellen und gemeinsam verspeisen. Beim Ausflug zu den Feldern der Johannishöhe wollen wir die Zutaten, wie Gemüse und Kräuter ernten.

Kinderlieder und Geschichten, die die Beziehung zum Getreide sinnlich werden lassen und in die Tätigkeit mit Kindern einbezogen werden können, werden das Programm abrunden.

Leitung: Urte Grauwinkel - Agrarpädagogin, Milana Müller - Umweltpädagogin

€ 60/54/48 @ € 5 @ f

**Sa, 22. September 10.00 bis 17.00**

## Fermentation – Lebensmittel haltbar und lebendig machen

Was macht *Lactobacillus acidophilus*? Warum ist Kahlhefe ungefährlich? Kann ein *SCOPY* eigentlich schwimmen, wie hung-

rig ist ein Sauerteig und welche Bohne schmeckt verschimmelt am besten?

Fermentierte Lebensmittel selbst herstellen – bei diesem Workshop erklären wir die grundlegenden Prinzipien verschiedener Fermentationsarten und probieren einige davon praktisch aus. Außerdem gibt es für euch auch spannende Fermente-Starter zum Mitnehmen, sowie bekannte und unbekannt Leckereien zum Kosten. Workshopleitung: Sebastian Kaiser (Dipl. Permakultur-Designer, UFER-Projekte Dresden e.V.) und Gregor Scholtyssek (B.A. Soziale Arbeit, Permakultur-Designer in Ausbildung, UFER-Projekte Dresden e.V.), Praxisseminars mit Milana Müller und Franziska Wenk von der Johannishöhe!

€ 65 @ <sup>TM</sup>14 @ f Gregor Scholtyssek gregoscho@posteo.de**Sa, 29. September 10.00 bis 16.00**

## Einnmaleins der Saatgutvermehrung

Dieser Workshop ist eine Einführung in die Saatguterzeugung und Standortanpassung.

Themen sind:

- ~ Theoretische und praktische Anleitung zur Vermehrung
- ~ Welche Besonderheiten haben die Pflanzenfamilien
- ~ Saatguternte, Saatgutreinigung und -lagerung
- ~ Möglichkeiten und Grenzen im Hausgarten

Sie können sich daran beteiligen, die Kulturpflanzenvielfalt zu erhalten. Bauen Sie Land- oder Erhaltungsarten an, um daraus leckere Gerichte zu bereiten und Saatgut zum Verschenken und Tauschen zu ernten. Ein Seminar für begeisterte Einsteiger wie auch für erfahrene GärtnerInnen.

Referentin: Franziska Wenk, Gärtnerin auf der Johannishöhe

€ 60/54/48 @ <sup>TM</sup>14 @ f**Sa, 3. November 13.00 bis 19.00**

## Räuchern für den Magen

Fleisch und andere Lebensmittel lassen sich durch Räuchern haltbar machen. Mit dem Salzen und Räuchern wird auch Geschmack und Aroma hervorgezaubert. Es wird mit einfacher Räuchertechnik zum Selbstbau gearbeitet.

Leitung: Robert Quentin, Fotograf und Lebenskünstler

€ 60/54/48 @ werden vor Ort bezahlt <sup>TM</sup>14 @ <sup>TM</sup> max. 10 f**Sa, 10. November 9.30 bis 17.30**

## Holzrechen aus Grünholz

Nur drei Dinge braucht man für einen guten Holzrechen: Haupt, Stiel und Zinken.

Lernen Sie alte Handwerkstechniken kennen und fertigen Sie an diesem Tag mit Ziehmesser und anderen Handwerkszeugen einen traditionellen Holzrechen, wie er früher allerorts zum Zusammenharken von Gras, Heu oder Laub Verwendung fand.

Leitung: Michael Stibane, Linux-Administrator und Dozent in der Erwachsenenbildung, Grünholzhandwerker in der Freizeit

€ 60/54/48 @ € 20 @ <sup>TM</sup>5 @ <sup>TM</sup> max. 5 f

\*incl. Buch Grünholz-Werkstatt: für alle, die sie einrichten wollen

Unser Titelfoto mit einer Skorpionsfliege – dem Insekt des Jahres 2018 – wurde von Barbara Hinz auf der Johannishöhe aufgenommen. Danke!

**Sa, 26. Mai 10.00 bis 16.30**

## Fährten • Spuren • Zeichen:

### Wildnis um uns herum

Eine Einführung in das Thema Fährtenlesen mit einigen grundlegenden theoretischen und vielen praktischen Anteilen.

Die Nasen oft nah am Boden durchstreifen wir die nähere Umgebung - und doch richten wir unsere Aufmerksamkeit immer wieder aufs Große und Ganze. Unser Grundansatz beim Lernen/Erfahren ist das Coyote Teaching, eine Lehrmethode, die das eigene Lernen und Erkennen ermöglicht. Es regt einen Prozess an, der Fragen aufwirft, Erkenntnisprozesse in Gang bringt.

Spurenlesen ist ein Eintauchen in die Wildnis vor der eigenen Haustür voller Geschichten über unsere tierischen Nachbarn.

Vorkenntnisse werden nicht benötigt. Das Tagesseminar ist für Interessenten, Studenten, Pädagogen u.a. geeignet.

Leitung: Antje Beneken - Wildnispädagogin, Fährtenleserin und Milana Müller - Umweltpädagogin

€ 60/54/48 @ <sup>TM</sup>mittags Selbstverpflegung, Kaffetrinken: Spende f**Fr, 17. August 18.00, bis So, 19. August 14.00**

## Clown in der Natur

Wir gehen gemeinsam auf dem Clownsweg in der Langsamkeit. Wir genießen die Entschleunigung, um mehr Platz für Emotionen zuzulassen.

Es geht nicht darum das „Clown machen“ zu lernen, sondern den eigenen Clown zu entdecken und auf eigene Art und Weise Clown zu sein. Den Clown zu erarbeiten heißt, Aufregung – die eigene Zerbrechlichkeit und die eigenen verheimlichten Dimensionen aufs Spiel zu setzen und einer empfindlichen Persönlichkeit auf naive und erfinderische Weise Leben zu geben.

Leitung: Yaelle Dorison, Zirkustrainerin | Clownin | Sprachtrainerin | Fortbildnerin

€ 160/144/128 @ † 20 @ <sup>TM</sup>45 @ f**Fr, 7. September 18.00, bis So, 9. September 12.00**

## Gewaltfreie Kommunikation (Einführung)

Wir lernen anhand eigener Beispiele und angeleiteten Übungen unser eigenes Kommunikationsverhalten kennen. Welche gewaltvollen Kommunikationsmuster gibt es? Und wozu dienen sie uns? Welche nutze ich selbst und welche machen mich sprachlos oder handlungsunfähig, wenn ein Mitmensch sie benutzt?

Wir entdecken Wege, die unser Kommunikationsverhalten verändern können. Die Grundlage für das Seminar sind die vier Schritte der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg.

Leitung: Simone Thalheim, zert. GfK-Trainerin nach M. Rosenberg

€ 160/144/128 @ <sup>TM</sup>52 @ † 20 @ f**Sa, 27. Oktober 14.00 bis 19.00**

## Räuchern für die Seele

Räuchern als Ritual, im Alltag, zu besonderen Festen und Übergangzeiten. Auf welche Arten und zu welchen Anlässen wird und wurde in verschiedenen Kulturen geräuchert. Wir stellen euch Räucherwerk aus unseren Breiten und aus der Ferne vor. Welche Traditionen stehen hinter dem Räuchern? Geschichten und Mythologie runden unseren kleinen Exkurs zu einem uralten Brauch ab.

Leitung: Henrike Pfennigwerth und Milana Müller

€ 60/54/48 @ <sup>TM</sup>14 @ f