



Bildungshaus
Kloster St. Ulrich
Landvolkshochschule

2024/
2025

Liebe Gäste,

nahezu zeitgleich mit dem Beginn der Bildungsarbeit in St. Ulrich vor 75 Jahren wurde das Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland verfasst.

Grundlage des Grundgesetzes, so der ehemalige Bundespräsident Joachim Gauck, ist der gesellschaftliche Zusammenhalt als Basis für das Miteinander in einem offenen, demokratisch verfassten Staat. Ziel sei ein respektvolles und gewaltfreies Miteinander, in dem sich alle hier lebenden Menschen in einer offenen und vielfältigen Gesellschaft wohl und zugehörig fühlen.

So wollen wir auch die zweite Jahreshälfte des Jubiläumsjahr zum Anlass nehmen, darüber nachzudenken, was notwendig ist, damit unsere Gesellschaft das Erbe dieser Aufbauzeit nicht verspielt und wie wir gemeinsam die Zukunft gestalten wollen. Insbesondere die Angebote mit dem Logo „75 Jahre St. Ulrich“ sind als Einladung dafür gedacht.

Da auch wir in den letzten beiden Jahren in allen Bereichen mit massiven Kostensteigerungen konfrontiert wurden und gleichzeitig Förderprogramme der öffentlichen Hand ausgelaufen sind bzw. keine Anpassung der Fördersätze an die gestiegenen Kosten erfolgt, müssen wir notgedrungen unsere Preise spürbar erhöhen. Im Sommer 2025 wird es während der Ferienzeit eine Schließungsphase unseres Hauses geben, damit die noch ausstehende Sanierung der Bäder im Seminargebäude durchgeführt werden kann. Für die Kinder- und Jugendfreizeiten haben wir die Lösung einer Zelt-Hausfreizeit gefunden, die Großeltern-Enkel-Freizeit findet erst in den Herbstferien 2025 statt.

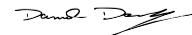
Beide Maßnahmen sehen wir als Notwendigkeiten, um für die Herausforderungen der Zukunft gerüstet zu sein und danken Ihnen für's Mittragen.

Wir freuen uns über Ihr Interesse und Kommen.

Für das Team von St. Ulrich


Bernhard Nägele


Christiane Nägele


Daniel Dombrowsky


Katharina Nägele


Daniela Nebel

Inhalt

Vorwort	03
75 Jahre Bildungshaus St. Ulrich	06
Veranstaltungen	
Leben gestalten	13
Kinder / Jugendliche	14
Junge Erwachsene	16
Frauen	18
Männer	30
Paare	33
Familie	41
Mittleres Erwachsenenalter	46
Spätes Erwachsenenalter	51
Kompetenzen erweitern	55
Stärkung erfahren	67
Spiritualität leben	75
Kreativität entfalten	81
Natur & Land bewirtschaften	95
Unterwegs sein	111
Veranstaltungs-Kalender	114
Mitarbeitende & Kursleitungen	124
Unser Haus	
Allgemeines	131
Freundeskreis	138
Partnerschaft El Salvador	139
Soziale Dienste	
Betriebshelferdienst	140
Familie & Betrieb	141
Anreise	144

Leben
gestalten

Kompetenzen
erweitern

Stärkung
erfahren

Spiritualität
leben

Kreativität
entfalten

Natur & Land
bewirtschaften

Unterwegs
sein



Gedanken zum Jubiläumsjahr - 75 Jahre Bildungsangebote in St. Ulrich!

Wir wollen unser „Jubiläum“ auch in der zweiten Jahreshälfte 2024 nutzen, zum gemeinsamen Innehalten und Nachdenken. Beides unter der Fragestellung: „Wie wollen wir zusammen leben?“

So wenig es gelingen kann, die Fülle der gesellschaftlichen Herausforderungen in wenigen Sätzen zusammen zu fassen, so wenig tragen einfache Antworten und Lösungen.

Doch auch der Blick zurück lehrt uns, einfach waren auch die Anfänge in St. Ulrich nicht. Es gab keine Vorlagen oder Konzepte, geschweige denn eine einheitliche Meinung bei den Verantwortlichen in Kirche und Gesellschaft auf die damals großen Fragen.

Was von Beginn bis heute gleichgeblieben ist, hat Walter Buchholz, der erste Leiter des Hauses, in seinen Erinnerungen so formuliert: „Wir wollen Hilfen geben zu einem wertvollen und glücklichen Leben“ oder wie Paul Wollmann, der Gründer unseres Hauses, es häufig formulierte „Damit sie das Leben haben – und es in Fülle haben“

(Joh 10,10). Hinzugefügt sei der Satz ... „damit alle das Leben haben in Fülle“.

Unzählige Menschen haben in den 75 Jahren den Ort und die Arbeit in St. Ulrich geprägt. Für viele Menschen ist St. Ulrich zu einer Art Heimat geworden. In diesem Miteinander ist vieles entstanden, sind Ideen und Initiativen entwickelt worden. Etliches ist bis heute fester Bestandteil unseres Bildungsprogrammes, manches hatte seine Zeit und musste wieder losgelassen werden.

Auch baulich entstand entsprechend der Bedürfnisse und Anforderungen immer wieder Neues, es wurde saniert und neugestaltet.

Auch wenn sich sprachlich seit den Anfängen vieles geändert hat und die Überschriften heute anders klingen – das Kernanliegen ist geblieben: Menschen durch Bildungsangebote zu befähigen, ihr Leben und ihr Umfeld aus einer christlichen Grundhaltung heraus zu gestalten.

So nutzen wir auch das zweite Jubiläumshalbjahr, um unser Haus in diesem „Geist“ weiterzuentwickeln und mit Ihnen zusammen Wege in die Zukunft zu gehen. Stimmen von Menschen, die ihre Gedanken zu diesem Anliegen formuliert haben, finden Sie eingestreut in diesem Jahresprogramm.

Die mit dem Jubiläumslogo markierten Veranstaltungen sind hier explizit als Einladung an Sie und alle Interessierten gedacht. Die Angebote sind bewusst sehr unterschiedlich gestaltet und so bunt und vielfältig wie die Gesellschaft, in der wir leben wollen.

Besonders hinweisen möchten wir auf die Vorstellung des neuen Buches über die Geschichte des Klosters und Ortes St. Ulrich, am 22. November 2024, 18:00 Uhr im Ussermannsaal in St. Ulrich.

Wir freuen uns auf die Begegnungen mit Ihnen.

Bildungshaus St. Ulrich in 75 Jahren



vor 1950

vor 2013



heute







Leben gestalten

Kinder / Jugendliche

Jedes Jahr in den Sommerferien geht es für eine Woche zur Jungs-, Mädchen- oder Jugendfreizeit nach St. Ulrich. Dabei heißt es: Spaß haben, andere kennen lernen, Abenteuer erleben, spielen, werken, entspannen, Herausforderungen annehmen und vieles mehr...

Jede Freizeit greift ein Motto und verschiedene Inhalte kreativ und altersgemäß auf und fördert eigene Stärken und Teamfähigkeiten.

Achtung Zeltfreizeit

Im Jahr 2025 erwartet die Kinder und Jugendlichen eine Mischung aus klassischer St. Ulrich-Freizeit und Zeltlager-Feeling: Nachdem die Bäder im Seminargebäude saniert werden, übernachten die Kinder und Jugendlichen in Zelten rund ums Bildungshaus, das Programm findet wie gewohnt in und um das Haus statt.

Ansprechpersonen für die Sommerfreizeiten im Bildungshaus sind Daniel Dombrowsky und Katharina Nägele

Die Anmeldung erfolgt online und ist ab 9. September 2024 freigeschaltet.

Maßgeblich in Bezug auf das Alter der Teilnehmenden ist der Zeitpunkt der Freizeit. Wir freuen uns über Kinder mit erhöhtem Betreuungsbedarf und versuchen, ihre Teilnahme möglich zu machen. Melden Sie sich zu konkreten Absprachen bitte im Vorfeld.

Für Familien mit geringen finanziellen Mitteln ist eine Preisreduktion möglich. Bitte sprechen Sie uns an.

Wie wollen wir zusammen leben?

Für unser Zusammenleben ist uns Respekt, Empathie und Offenheit wichtig, aber vor allem auch, nicht die Freude am Leben zu verlieren. Für die Jugendfreizeit 2024 haben wir uns deshalb für eine bunte Woche entschieden, um die Vielfalt unseres Lebens mit den Jugendlichen zu erfahren.

Team Jugendfreizeit



Die Freizeiten 2025 - St. Ulrichs Zelt-Abenteuer

Mädchenfreizeit

Bildungsangebot für Kinder und Jugendliche zwischen 9 und 13 Jahren

Termin 4. - 11. August 2025

Kosten € 240

Jugendfreizeit

Bildungsangebot für Jugendliche zwischen 14 und 17 Jahren

Termin 13. - 20. August 2025

Kosten € 240

Ferienfreizeit für Jungs

Bildungsangebot für Kinder und Jugendliche zwischen 9 und 14 Jahren

Termin 22. - 29. August 2025

Kosten € 240

Junge Erwachsene

Du fehlst mir!

Ein Seminar für Junge Erwachsene, die trauern

An diesem Wochenende hast du Zeit für dich und deine Trauer. Dabei gibt es keine Begrenzung, wie lange du bereits trauerst. Gerade wenn der Todesfall schon länger her ist, dich deine Trauer aber nach wie vor immer wieder umtreibt, weißt du: Trauer hört nie ganz auf.

Wir bieten verschiedene Zugänge an, um der Trauer Raum und Ausdruck zu geben. Kreatives, Musik, Gespräche und Bewegung werden die Elemente sein, die diese Tage prägen. Außerdem wird Zeit sein, dir selbst etwas Gutes zu tun.

Dieses Seminar wird von der Fachstelle Junge Erwachsene in Freiburg angeboten. Infos und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es auf www.junge-erwachsene.org und info@junge-erwachsene.org

Termin 27. - 29. September 2024, Anmeldeschluss: 16. September 2024
Kosten € 120, € 90 Nichtverdienende
Leitung Brigitte Langlois, Ulrike Wolf

Back to Stuli - Die Jubiläumsedition

Freunde wiedersehen und neue Leute kennenlernen - das könnt ihr bei „Back to St. Uli“. An diesem bunten, fröhlichen Wochenende wollen wir das Motto unseres Jubiläumsjahres „gut zusammen leben“ in die Tat umsetzen. Vielfalt als Stärke erleben werden wir in verschiedenen Workshops. Wir freuen uns auf die gemeinsame Zeit, Spiele in der Gruppe, Bewegungs- und Entspannungsangebote und darauf, mit euch das Jubiläum zu feiern.

Termin 1. - 3. November 2024
Kosten € 120
Leitung Katharina Nägele und Team



Fit für's Team

Ferienfreizeiten kompetent leiten

Welche Rahmenbedingungen brauchen Freizeiten mit Kindern und Jugendlichen? Welche Methoden kann ich altersgerecht einsetzen? Wie schaffen wir es, dass sich Kinder und Jugendliche auf Freizeiten wohl fühlen? Wie gehen wir mit Konflikten, Heimweh, Grenzverletzungen oder Notfällen um?

Diese und weitere Fragen stehen im Mittelpunkt des Wochenendes und werden in Workshops erarbeitet.

Weitere Informationen auf Anfrage

Termin 23. - 25. Mai 2025
Leitung Daniel Dombrowsky, Katharina Nägele

Wie wollen wir zusammen leben?



Ich wünsche mir, dass wir als Gesellschaft in Frieden zusammenleben können. Dass alle Menschen so sein dürfen, wie sie sind und sich nicht verstecken oder verstellen müssen. Ich wünsche mir, dass alle Menschen ohne Angst in dieser Gesellschaft leben können und wir im Respekt miteinander etwas bewegen können.

Alina Böcherer, Teamerin und Referentin

Wer bin ich und wenn ja wohin? Orientierungstage für Junge Erwachsene

Das Seminar dreht sich um das, was dich ausmacht, was dir wichtig ist: Freundschaft, Liebe, Entscheidungen, Möglichkeiten und Zukunftsvorstellungen. Wir wollen uns in verschiedenen Einheiten an die Fragen des Lebens heranwagen. Daneben gibt es ein buntes Programm mit Workshops, Zeit für dich sowie Spaß und Action in der Gruppe.

Das Seminar findet in Kooperation mit der KLJB Freiburg statt.

Termin 18. - 22. Juni 2025

Kosten € 220

Leitung Katharina Nägele, Sonja Specker und Team

Frauen

Einfach singen

Ein Wochenende für singbegeisterte Frauen

„Das Singen ist zuerst der innere Tanz des Atems, der Seele, aber es kann auch unsere Körper aus jeglicher Erstarrung ins Tanzen befreien und uns den Rhythmus des Lebens lehren.“ (Yehudi Menuhin)

In diesem Sinn möchte das Wochenende den Alltag vergessen lassen und ein Auftanken mit Hilfe von einfachen und kraftvollen Liedern ermöglichen. Freude und Spaß am Singen und Bewegen stehen im Vordergrund, Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Je mehr es gelingt, den Kopf abzuschalten, die Klänge im Körper zu spüren und aus dem Herzen zu singen, umso größer ist unser Wohlbefinden und die heilende Wirkung.

Termin 13. - 15. September 2024

Kosten € 210 (DZ), € 230 (EZ)
oder

Termin 23. - 25. Mai 2025

Kosten € 246 (DZ), € 270 (EZ)

Leitung Birgit Schill

Wenn der Körper zeigt, dass die Seele streikt

Kompaktseminar zur Burnout-Prävention für Frauen

Das Seminar richtet sich an Frauen, die viel leisten, sich erschöpft fühlen und das Empfinden haben, den Anforderungen des Alltags im Beruf und im Privatleben nicht mehr gerecht zu werden, „in der Treitmühle gefangen zu sein“ oder „nur noch zu funktionieren“. Die Sehnsucht danach, wieder eine neue Balance zu finden, ist groß.

Körperliche Erschöpfungssymptome (Kopf- und Rücken-schmerzen, Tinnitus, Schlafstörungen u. a.) schränken unsere Leistungsfähigkeit und die Lebensfreude ein. Frühzeitig erkannt, kann wirkungsvoll gegengesteuert, die Lebensfreude wieder gefunden, das innere Feuer neu entfacht und das drohende Burnout-Syndrom abgewendet werden.

Das fünftägige Intensiv-Seminar zur Burnout-Prävention vermittelt wirksame Strategien, um mit neuer Kraft, Freude und Energie wieder für sich selbst, die Familie und den Beruf da zu sein, gesund zu bleiben oder es wieder zu werden. Das Konzept des Seminars ist evaluiert und autorisiert durch das Institut für Burnout-Prävention Hamburg (IBP-Hamburg, www.ibp-hamburg.de). Weitere Informationen auf Anfrage.

Termin 11. Oktober 14:30 Uhr - 15. Oktober 2024, 13:00 Uhr
oder

Termin 4. Juni, 14:30 Uhr - 8. Juni 2025, 13:00 Uhr

Kosten € 370 Seminarkosten, zzgl. € 380 Übernachtung
im EZ und Vollpension

Teilerstattung der Seminarkosten durch gesetzliche Krankenkassen (nach § 20 „Präventionsgesetz“) nach Teilnahme am Seminar möglich.

Leitung Dr. Martina Baur, Hannah Baur

Aus dem Leben gegriffen

Frauenfiguren aus Papier und Kleister

Umwerbend schön und farbenfroh kommen sie daher, die Frauen aus Papier und Kleister. Mit Einkaufskorb oder im Abendkleid, mit Hut oder peppigen Haaren, auf flachen Sohlen oder in hochhackigen Schuhen. Schritt für Schritt und unter fachkundiger Anleitung gelingt jedes kleine Kunstwerk, manchmal ganz zum eigenen Erstaunen. Und manchmal begegnen wir uns beim Anfertigen auch selbst.

Die Figuren sind ca. 15 – 25 cm hoch, sofern sie „auf eigenen Füßen stehen“ und werden ohne künstlerische Voraussetzung zu etwas Einzigartigem.

Termin 15. - 17. November 2024

oder

28. Februar - 2. März 2025

Kosten € 246 (DZ), € 270 (EZ) zzgl. € 10 für Material

Leitung Martina Sailer



Yoga mit Leichtigkeit - Filzen zur Entspannung

Eine Auszeit im Alltag für Frauen

An diesem Wochenende verbinden wir die wohltuende Kraft des Yoga mit Spaß am kreativen Tun. Wir pendeln im Yoga zwischen An- und Entspannung, hin zur gelösten und heiteren Mitte. Verschiedenste Körper-, Atem- und Stimmübungen schaffen Raum für innere Stille und neue Kraft. Unserer Kreativität verleihen wir Ausdruck über Farben und das Gestalten mit Rohwolle. Es besteht die Möglichkeit, Sitzkissen, kleine Decken und Massagebälle zu filzen. Dabei steht das entspannte Tun im Vordergrund.

Termin 22. - 24. November 2024

Kosten € 256 (DZ), € 280 (EZ) zzgl. ca. € 20 für Material

Leitung Andrea Kenk, Bettina Michalek

Wandeljahre

Ein Wochenende für Frauen in der Lebensmitte

Kaum eine andere Phase in unserem Leben als Frau besitzt ein so großes Potential für unsere individuelle Weiterentwicklung und unser persönliches Wachstum wie die Zeit der Lebensmitte. Verstehen wir Frauen die typischen Zeichen der körperlichen und seelischen Veränderungen, gelingt es uns leichter, diesen Wandel selbst aktiv zu gestalten.

Eine lebendige Mischung aus Information, Bewegung und Entspannung, aber auch kreatives Tun und gemeinsames Lachen helfen, gestärkt diesen Wandel zu erleben und zu beleben. Eingeladen sind Frauen zwischen 40 und 60 Jahren.

Termin 17. - 19. Januar 2025

Kosten € 266 (DZ), € 290 (EZ)

Leitung Simone Breitenberger

Upcycling!

Neues Lieblingsstück aus alten Sachen nähen

An diesem Wochenende gestalten wir Taschen, Loops oder eigene Kreationen aus lieb gewonnenen Kleidungsstücken, Stoffresten und neuen Stoffen. Als Gegenpol zum spannenden Werken gönnen wir uns zwischendurch Übungen zur Entspannung und Lockerung.

Voraussetzung sind Grundkenntnisse im Nähen und der sichere Umgang mit der eigenen Nähmaschine. Mitzubringen sind: Nähmaschine, Nähzubehör, Stoffreste, ausran-gierte Kleidung (z. B. Jeans, Hemden, Pullis, T-Shirts) oder andere „nähbare“ Materialien.

Termin 31. Januar - 2. Februar 2025

Kosten € 266 (DZ), € 290 (EZ)

Leitung Brigitte Binkert, Daniela Ziegler

Lebensmutig älter werden

Standortbestimmung für die erwerbsfreie Zeit

Lebensmutig älter werden und die Lebensregel neu oder anders setzen? In der letzten Phase des Berufslebens oder spätestens mit dem Übergang in den Ruhestand stellt sich die Frage. Ein neuer Lebensabschnitt beginnt.

Was tun mit der neugewonnenen Freiheit? Länger schlafen, Rosen züchten oder die Welt bereisen? Oder aber, wie Marc Twain sagt, die Knoten lösen und noch einmal unsere Träume erforschen?

Unser Seminar lädt Frauen vor oder bereits im Ruhestand ein, eigene Altersbilder zu hinterfragen und eine Standortbestimmung zu wagen. Mit Austausch, kreativen Zugängen, Impulsen, Stille und Natur öffnen wir innere Räume, um den eigenen roten Faden in dieser Lebensphase zu entdecken. Was gibt mir Sinn? Woran habe ich Freude und was entspricht mir? Wie möchte ich diesen Lebensabschnitt gestalten?

Eine Veranstaltung in Kooperation mit den Evangelischen Frauen in Baden.

Termin 17. - 19. Februar 2025

Kosten € 282 (EZ)

Leitung Hannelore List, Eva Zimmermann

Info Information und Anmeldung:
Evangelische Frauen in Baden
frauen@ekiba.de
www.evangelische-frauen-baden.de
Tel. 0721 / 9175 323

Flügel für die Seele, Nahrung für den Geist

Bildungs- und Erholungstage für Frauen im 3. Lebensalter

Ein paar Tage nur für mich, eine Auszeit vom Alltag, Energie für meinen Körper, Wohltuendes für meine Seele und Anregendes für den Geist. Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches Programm mit interessanten Themen und Impulsen, Meditatives und Bewegtes, Geselligkeit und Entspannung, sowie ein Ausflug zu einem attraktiven Ziel in der Umgebung. Kurz, alles, was Körper, Geist und Seele guttut!

Termin 5. - 9. März 2025

Kosten € 337 (DZ), € 385 (EZ)

Leitung Christiane Röcke



Gepflanzt wie ein Baum am Wasser Spirituelles Wochenende für Frauen, die Frauen lieben

„Gepflanzt wie ein Baum am Wasser“ - ein starkes, visionäres Bild. Es macht Mut zum eigenen Leben, kräftig, stark und in Kontakt mit dem, was mich nährt.

Das Bild vom Baum soll uns an diesem Wochenende inspirieren: Auf welchem Boden stehe ich? Was sind meine Wurzeln? Was gibt mir Halt und stärkt mich als lesbische Frau, aber auch: was hemmt mein Wachstum? Was lässt mich kleiner sein als ich es sein könnte? In welchem Umfeld befinde ich mich?

Diesen Fragestellungen gehen wir mit Blick auf die eigene Biographie einzeln und gemeinsam in der Gruppe nach.

Methodisch wird das Wochenende durch Gespräche, Impulse, kreatives Gestalten und Unterwegssein in der Natur gestaltet.

Eine Kooperation mit dem Referat Frauen-Männer-Gender im Erzbischöflichen Seelsorgeamt Freiburg.

Termin 16. - 18. Mai 2025
Kosten € 230 (EZ)
Leitung Claudia Debes
Info Anmeldung und Information:
 f-m-g@seelsorgeamt-freiburg.de
 www.ebfr.de/frauen-maenner-gender

Weitere Angebote, die Sie interessieren könnten, finden Sie unter:

- **Stärkung erfahren** ab S. 68
- **Kompetenzen erweitern** ab S. 56
- **Spiritualität** ab S. 76

Angebote in Kooperation mit der Katholischen Landfrauenbewegung Freiburg (KLFB)

Anmeldung und Informationen: KLFB, Tel. 0761/5144-243, info@kath-landfrauen.de

Bei den folgenden Seminaren erhalten Mitglieder der KLFB eine Ermäßigung von 10 €.

Mutig, mutig!

Kleine Auszeit

Mut hilft Leben – stimmt das? Und was ist Mut überhaupt? Ist Mut nicht gefährlich? Wozu brauchen wir Mut?

In einer sich immer schneller verändernden Welt brauchen wir Mut. Denn wir werden mit Herausforderungen konfrontiert, für die wir (noch) keine Umgangsweisen haben. Um diese zu bestehen, brauchen wir eine eigene Haltung, Stand- und Durchhaltevermögen. Das geht leichter, wenn wir dem Leben mit Mut begegnen.

Was aber, wenn ich nur wenig Mut besitze? Macht nichts, denn Mut kann man lernen. Gespräche, Achtsamkeitsübungen, Kreatives und autobiographisches Schreiben, Körperübungen (auch zur schnellen Hilfe) und meditative Übungen können mich unterstützen.

Termin 11. Oktober, 18:00 Uhr - 13. Oktober 2024, 15:00 Uhr
Kosten € 280 (DZ), € 300 (EZ)
Leitung Judith Manok-Grundler, Marina Bank

Die Zeit zu beginnen ist jetzt

Auszeit für Frauen mit Kindern

Der Ort für den Anfang ist hier ... so lautet die Botschaft in einem bekannten christlichen Lied. In dieser Auszeit wollen wir uns auf ganzheitliche Weise der neuen Zeit der Liebe zuwenden. Wir erfahren und erleben Möglichkeiten, diese neue Seins-Qualität zu spüren. Kreativität, Meditation, Rituale und Klangmassage sind Elemente, den Prozess zu gestalten.

Mit Kinderbetreuung.

- Termin** 28. Oktober, 14:30 Uhr - 1. November 2024,
gegen 11:00 Uhr
- Kosten** € 500, 1. + 2. Kind € 100, Kinder bis zum 1. Lebensjahr und ab dem 3. Kind frei.
- Leitung** Ines Keßler, Susanne Jörger

Frauen - wie wollen wir gesund leben?

Wohlfühl-Wochenende für Frauen

Hildegard von Bingen, Maria Magdalena, Edith Stein und Madeleine Delbrêl – vier Frauen - damals Rebellinnen, heute Heilige, inspirieren und begleiten uns in Fragen wie:

- Wie wollen wir leben?
- Welche Kräuter begleiten mich durch das Jahr und durch mein Leben?
- Wie kann die Heilkunde für Leib und Seele der Hildegard von Bingen mich unterstützen?
- Wo finde ich Heimat?
- Wie verbreite ich „dufte“ Laune im Alltag?
- Wie kann ich in Wort und Tat Kirche und Welt freudig mitgestalten?

Muße und Spaziergänge sind Elemente des Programms, adventliches Singen und Anregungen zum Räuchern im Advent. Sie werden verwöhnt mit köstlichen Mahlzeiten.

- Termin** 29. November, 16:00 Uhr - 1. Dezember 2024,
13:00 Uhr
- Kosten** € 280 (DZ) € 300 (EZ)
- Leitung** Annette Heizmann, N. N.



Du bist ein Segen

Landfrauenzirkel

„Darf ich denn auch segnen?“ So fragen immer wieder (verunsicherte) sogenannte ‚Laien‘, die denken, das Segnen sei geweihten Menschen vorbehalten.

Ja, wir dürfen alle segnen. Denn segnen meint ja zuerst und vor allem, etwas Gutes zusagen. Segen ist kein Zauberspruch, keine magische Formel, oder Garantiezusage, dass alles gut wird. Es ist vielmehr ein Ausdruck des (An-)Vertrauens. Der Wunsch, einen Segen zugesprochen zu bekommen, bewegt auch heute noch erstaunlich viele Menschen, auch dann, wenn sie sich nicht als „klassisch religiös“ bezeichnen würden. Vielleicht liegt das daran, dass wir immer wieder spüren, dass wir nicht alles selbst in der Hand haben.

Wenn wir gesegnet werden, spüren wir, dass wir gesehen werden, mit dem, was uns beschäftigt und bedrückt. Gesegnet zu werden und auch andere zu segnen, erinnert uns daran, dass es da eine tragende Kraft gibt, die uns gewollt hat, die uns annimmt, schützt und begleitet, dass wir aufgehoben sind, was auch immer geschieht.

An diesem Wochenende soll es rund um das Thema Segen gehen. Wir werden miteinander Rituale entwickeln, wie wir einander segnen und zum Segen werden können.

- Termin** 17. Januar, 17:30 Uhr - 19. Januar 2025, 13:00 Uhr
- Kosten** € 250 (DZ), € 270 (EZ)
- Leitung** Stefanie Eisele, Susanne Jörger

Wohin mein Herz mich führt

Fastenwoche für Frauen

Beim Fasten nach Hildegard von Bingen erleben Sie eine besondere Weise des Fastens und seine positiven Wirkungen. Sie dürfen genügend essen (Dinkel und Gemüse, mit-tags Salat) und lernen eine naturbelassene, leicht verdauliche Nahrung kennen. Die heilige Hildegard wusste schon, dass kontinuierliches Einüben einer gesunden Lebensweise, zum Beispiel während einer Fastenkur, längerfristig unsere Lebensqualität erhöht. Sie erfahren vieles über die Heilkräutermedizin der heiligen Hildegard und erhalten eine Einführung in Meditation, sowie Zugänge zu Ruhe und Entspannung im Alltag. Ein Mitsingkonzert mit einer Sängerin, die uns mitnehmen wird in die Welt der Klänge zur Entspannung und zur Ermutigung auf unserem Weg im Fasten, wird uns bereichern und erfüllen.

Termin 11. April, 15:00 Uhr - 15. April 2025, 14:00 Uhr

Kosten € 690 € (EZ) zzgl. ca. 56 € für Heilkräuter und Essenzen nach Hildegard von Bingen und 25 € für das Buch „Der Hildegard-Code“

Leitung Annette Heizmann, Marina Bank, Brigitte Jeske



Seminare in Kooperation mit der Katholischen Landfrauenbewegung Freiburg (KLFB) in anderen Häusern

Zeit für mich

Auszeit für Frauen mit Kindern

Termin 28. Oktober, 14:30 Uhr - 1. November 2024, gegen 13:00 Uhr

Ort Haus Marienfried, Oberkirch

Kosten € 500, 1. + 2. Kind € 100, Kinder bis zum 1. Lebensjahr und ab dem 3. Kind frei.

Leitung Marlene Hügler, Ingrid Kumpflein

Rhythmus meines Lebens

Auszeit für Frauen mit Kindern

Termin 22. April, 14:30 Uhr - 26. April 2025, gegen 13:00 Uhr

Ort Haus Marienfried, Oberkirch

Kosten € 500, 1. + 2. Kind € 100, Kinder bis zum 1. Lebensjahr und ab dem 3. Kind frei.

Leitung Anna Stempel-Romano, Katja Pflieger

Live is life

Auszeit für Frauen mit Kindern

Termin 25. August, 14:30 Uhr -

29. August 2025, gegen 13:00 Uhr

Ort Haus Marienfried, Oberkirch

Kosten € 500, 1. + 2. Kind € 100, Kinder bis zum 1. Lebensjahr und ab dem 3. Kind frei.

Leitung Gabi Schmelzle, Manuela Weschle

Männer

Unsere Männerseminare finden in Kooperation mit dem Arbeitsbereich Männerpastoral des Referates Frauen-Männer-Gender im Erzbischöflichen Seelsorgeamt Freiburg statt. Auf www.ebfr.de/männer finden interessierte Männer weitere Seminare.

Ausgeglichen leben

Männerwochenende mit Bogenschießen

Beim Bogenschießen wie im Leben braucht es einen festen Stand und eine gute Balance, um Angezieltes in den Blick zu nehmen und zu erreichen. Dazu kann Ihnen dieses Wochenende helfen.

Wir werden folgenden Fragen nachgehen: Welche Faktoren prägen mein Da-Stehen gerade? Was hilft mir, ins Gleichgewicht zu kommen? Wo liegen Ressourcen, die mir zu einem festen Stand verhelfen können?

Die Methode des intuitiven Bogenschießens wird uns dabei unterstützen, raus aus dem Alltag und ganz ins Hier und Jetzt zu kommen. Zugleich kann es ein hilfreicher Wegweiser hin zu einem ausgeglicheneren Leben sein.

Die Ausrüstung wird gestellt. Wir schießen mit anfängertauglichen Bögen. Vorkenntnisse oder eine besondere Fitness sind nicht erforderlich.

Termin 20. - 22. September 2024

Kosten € 250

Leitung Daniel Dombrowsky, Simon Rockenstein



Wie wollen wir zusammen leben?



Ich wünsche mir eine Gesellschaftskultur, in der Menschen sich mit Wertschätzung, Interesse, Neugierde und Lernbereitschaft begegnen.

Aktives Zuhören und Verstehenwollen ist eine Haltung, die Spaltung verhindert und letztlich Gemeinschaft und Frieden fördert.

Michael Rodiger-Leupolz,
Referent für Männerpastoral

Kraftvoll und fokussiert Veränderungsprozesse gestalten mit intuitivem Bogenschießen

Ein Wochenende für Männer in Veränderungssituationen und Übergängen: Beruflich wie privat stellt sich immer wieder die Frage „Was möchte ich und was auch nicht?“ und manchmal nötigt uns das Leben zu Veränderungen, wenn sich Beziehungen anbahnen oder zerbrechen, Chancen am Horizont auftauchen oder verbaut werden, neue Lebensphasen Herausforderungen mit sich bringen.

An diesem Wochenende können Sie fokussiert Antworten auf Veränderungsfragen finden und erste Schritte in die Wege leiten.

Die Gemeinschaft mit anderen Männern ist dabei eine große Kraftquelle und Inspiration, das intuitive Bogenschießen eine Methode, die den ganzen Körper einbezieht und hilft, sich zu fokussieren und eigenen Antworten näher zu kommen.

Die Ausrüstung wird gestellt. Wir schießen mit anfängertauglichen Bögen. Vorkenntnisse oder eine besondere Fitness sind nicht nötig.

Termin 25. - 27. April 2025
Kosten € 315
Leitung Daniel Dombrowsky, Simon Rockenstein



Timeout: Jetzt Seminar für Männer

Die zunehmende Veränderungsgeschwindigkeit in der Arbeitswelt fordert bis zum „geht nicht mehr“. Die Männerrolle ist im Wandel. Täglich bewegen wir uns im Spannungsfeld verschiedenster Erwartungen in Beruf, Partnerschaft und Familie.

Dieses Wochenende möchte anregen, Strategien zu Erholung und Unterbrechung zu entwickeln und eine gute Balance zwischen Arbeit, Familie und Eigenwelt zu finden.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem Arbeitsbereich Männerseelsorge und der Betriebsseelsorge im Erzbistum Freiburg

Termin 19. - 21. September 2025
Kosten € 315
Leitung Michael Rodiger-Leupolz, Christoph Walser
Info Anmeldung und Information:
Referat Frauen-Männer-Gender,
Okenstr. 15, 79108 Freiburg
f-m-g@seelsorgeamt-freiburg.de
www.ebfr.de/männer

Paare

Unsere Paarseminare wollen Ihnen Zeit füreinander geben. Die Referent*innen bieten Ihnen dabei Themen und eine methodische Struktur, um mit dem*der Partner*in in Kontakt und im Gespräch zu sein. Die Gruppe aus unterschiedlichen Paaren stellt dabei eine besondere Ressource dar, denn oft ist es möglich, von den Erfahrungen anderer zu profitieren. Durch eine Mischung aus Zeit allein, Zeit im Paar und Austausch mit anderen Paaren hoffen wir, Sie bei der Weiterentwicklung Ihrer Partnerschaft zu unterstützen.

Unsere Paarseminare finden in Kooperation mit dem Referat Ehe – Familie – Diversität des Erzbischöflichen Seelsorgeamtes in Freiburg statt. Die angegebenen Preise sind Normalpreise. Studierende oder Bezieher*innen von Wohngeld/Bürgergeld erhalten auf Anfrage eine Reduktion. Näheres finden Sie auf unserer Website.

Beeren und Nüsse Gemeinsame Erfahrungen als Ressource entdecken lernen

An nassen, kühlen Herbsttagen hilft es manchmal, einen Blick in unsere Vorratskammern zu werfen: Welche Beeren haben wir gesammelt – welche Erfahrungen haben uns gestärkt, welche Fähigkeiten und Fertigkeiten haben wir erworben? Und nach vorne zu schauen auf das, was uns in den nächsten Jahren erwartet: Welche Nüsse bleiben noch zu knacken?

Mit Impulsen, Gesprächen, Phantasie Reisen und Paarübungen werden wir versuchen, Erfahrungen für die Zukunft nutzbar zu machen.

Termin 27. - 29. September 2024
Kosten € 370 p. Paar
Leitung Ursula Bercher, Ulrich Beer-Bercher

Das sind wir uns wert

Paarzeit in Fülle

Eines der „Geheimnisse“ einer glücklichen Beziehung ist für den amerikanischen Paartherapeuten John M. Gottman, einen „gemeinsamen Sinn“ als Paar zu entwickeln – etwas Tragendes und Verbindendes über Alltagsthemen hinaus.

An diesem Wochenende wird Zeit sein, unseren Blick darauf zu richten, was uns wertvoll und wesentlich ist. Dem auf die Spur zu kommen, woraus wir unsere Energie für den Alltag schöpfen, Kraft und Mut für stressige Zeiten.

Spirituelle Impulse, Zeit für Stille, Austausch zu zweit, Unterwegssein in der Natur und das Miteinander in der Gruppe sollen dazu dienen, wieder aufzutanken und gestärkt als Paar aus diesem Wochenende hervorzugehen.

Termin 24. - 26. Januar 2025

Kosten € 380 p. Paar

Leitung Dorothee Dombrowsky, Daniel Dombrowsky

Der besondere Valentinstag

Digitale Inspirationen und analoger Weingenuss für Paare



„Die Liebe feiern“ – „Gutes bewahren“ – „Neues wagen“ – darum geht es bei diesem Angebot am Valentinstag: Sie nehmen teil an einer besonderen Mischung thematischer Anregungen für Ihre Partnerschaft kombiniert mit Impulsen aus der Welt badischer Weine. Nicht zu kurz kommt dabei der Austausch zu zweit und online mit anderen Paaren.

Wenige Tage vor dem gemeinsamen Abend bekommen Sie ein Wein-Paket zugeschickt sowie einen online-Zugangslink.

Termin 14. Februar 2025, 20:00-22:00 Uhr

Kosten € 60 p. Paar (inklusive Weinpaket)

Leitung Daniel Dombrowsky, Bernhard Nägele

Du tust mir gut

Stärken der Beziehung entdecken lernen

An diesem Wochenende wollen wir uns die Eigenheiten unseres Partners, die unsere Beziehung stützen und fördern, aber auch uns persönlich beglücken, wieder bewusst machen. Impulse, Gespräche, Phantasie Reisen und Paarübungen helfen zu entdecken, welche weiteren, bisher ungenutzten Möglichkeiten sich im Alltag oder an einem „Oasentag“ finden lassen, um uns gegenseitig gut zu tun.

Termin 21. - 23. Februar 2025

Kosten € 380 p. Paar

Leitung Ursula Bercher, Ulrich Beer-Bercher

Wie Sie Ihre Liebe lebendig halten

Achtsamkeit für Paare

Wie oft schauen Sie Ihrem*Ihrer Partner*in in die Augen und spüren dabei tief im Inneren „Es ist schön, mit diesem Menschen verbunden zu sein“? Für solche Erfahrungen brauchen Liebesbeziehungen Pflege, da sonst Gewöhnung und Achtsamkeit der Paarbeziehung schaden. Mit einer achtsamen Haltung können Sie einer negativen Entwicklung entgegenwirken und Ihre Liebe stärken.

Wir befassen uns mit den Themen: Wertschätzung des Positiven - Umgang mit seelischen Wunden - Sprachen der Liebe - Intimität und Sexualität. Wir arbeiten im Wechsel mit kurzen Vorträgen, strukturierten Paargesprächen und Austausch in der Gruppe. Mit Meditation und achtsamen Körperübungen gestalten wir einen unterstützenden Rahmen.

Zu diesem Wochenende laden wir Paare ein, die schöne „Augenblicke“ in ihrer Beziehung wieder öfter erleben möchten.

Termin 28. - 30 März 2025

Kosten € 380 p. Paar

Leitung Anita Weiß-Bösch, Christoph Bösch



Let's talk about...

Ein Seminar im Zeichen von Liebe, Lust und Leidenschaft

Dieses Seminar richtet sich an Paare, die ihr Liebesleben auch im Prozess des Älterwerdens pflegen wollen. Wir beschäfti-

gen uns mit den Herausforderungen sowie den natürlichen Begrenzungen und vor allem mit den Chancen, die der Wandel in dieser Lebensphase im Umgang mit der Liebe eröffnet.

Sie suchen als Paar Antworten auf Fragen wie: Was gehört für uns zu einer gelungenen erotischen Beziehung? Wie finden wir eine gemeinsame Sprache für unsere Wünsche, Sehnsüchte, Fantasien? Was tun, wenn unsere Bedürfnisse unterschiedlich sind?

Lassen Sie uns darüber miteinander ins Gespräch kommen. Angeregt durch inhaltliche Inputs, angeleiteten Paarübungen (kein Tantra) und den achtsamen Austausch in der Gruppe kommt Bewegung in Ihre Muster und Neues kann entstehen.

Termin 11. - 13. April 2025

Kosten € 380 p. Paar

Leitung Bernhard Meyer

Lebendiges Miteinander

Aktiv in Verbindung kommen - Paarseminar mit Outdoor-Elementen

Möchten Sie Ihre Beziehung vertiefen und voller Lebendigkeit gestalten?

Manchmal hakt die Kommunikation, aus Missverständnissen werden Konflikte, Unausgesprochenes sorgt für Spannung. Mit der „Wertschätzenden Kommunikation“ von Marshall B. Rosenberg lernen Sie eine Methode kennen, mit der Sie auch in schwierigen Situationen in Verbindung bleiben können. Sie üben, mit dem Herzen zu hören, Ihre Bedürfnisse zu erkennen und Ihre Wünsche klar zu äußern – jenseits von Schuldzuweisungen oder Vorwürfen. Theoretische Inputs und Übungen werden ergänzt durch Outdoor-Elemente. Dann heißt es: raus aus dem Kopf, rein in die Bewegung! Kleine Abenteuer und entspannte Zeit in der Natur zu zweit und in der Gruppe bringen Spaß und Lebendigkeit. Genießen Sie den Wechsel von Tiefe und Leichtigkeit und laden Sie den Paar-Akku wieder auf!

Besondere Sportlichkeit ist nicht nötig.

Termin 29. Mai - 1. Juni 2025 (4-tägig)

Kosten € 580 p. Paar

Leitung Edith Albertz

Auch die Liebe braucht mal Hilfe

Seminar für Paare in der Krise

In längeren Beziehungen sind Interessenskonflikte und Unstimmigkeiten vollkommen normal. Sie können je nach Umgang wichtiger Bestandteil einer lebendigen Partnerschaft sein. Ebenso beinhalten sie Zündstoff für andauernde Auseinandersetzungen, die dazu führen, dass sich die Partner*innen mehr und mehr voneinander abwenden. Wenn Kritik und Streit zunehmen, Komplimente, Lob und Wertschätzung abnehmen, kann es zu einer Krise kommen, die nicht bewältigbar scheint.

Bevor es dann zu einer voreiligen Trennung kommt, kann es hilfreich sein, sich Hilfe zu holen, miteinander zu schau-

en, wo die Ursachen liegen und Wege aus der Krise zu finden. Genau darum geht es in diesem Seminar.

Die erfahrene Leitung und die Gruppe werden diesen Prozess unterstützen. In getrennten Frauen- und Männergruppen finden wir Solidarität. Darüber hinaus helfen Paarübungen, Fantasiereisen und Einzelgespräche dabei, ein neues Miteinander zu finden.

Termin 19. - 22. Juni 2025 (4-tägig)

Kosten € 610 p. Paar

Leitung Johannes Kersting, Gabriele Weber

55 plus Liebe

Ein Seminar für Paare ab der Lebensmitte

Um die Lebensmitte verändern sich die Schwerpunkte des Lebens. Mit der Chance einer langen Altersphase bietet das Leben noch viele Möglichkeiten. Auch die Partnerschaft verändert sich in dieser Phase und verdient Aufmerksamkeit, denn Liebe ist nicht immer gleich. Sie bleibt nicht einfach da. Immer wieder stellt sie uns vor neue Herausforderungen. Dabei gibt es noch Neues zu entdecken und zu wagen.

Sie können jetzt Ihre Beziehung mehr in den Blick nehmen - nach Innen spüren, sich von Herzen mitteilen, dem*der Anderen zuhören: Was ist für die gemeinsame Zeit noch wichtig? Was gilt es loszulassen? Welche Wünsche wollen Sie noch angehen?

Mit inhaltlichen Impulsen, Übungen und durch den Austausch in der Gruppe unterstützen wir Sie dabei, Ihre Partnerschaft zu stärken und Ihre Bindung zu vertiefen.

Termin 25. Juni, 10:00 Uhr - 27. Juni 2025, 13:00 Uhr

Kosten € 400 p. Paar

Leitung Anita Weiß-Bösch, Christoph Bösch



Von der Kunst, ein Liebespaar zu bleiben

Seminar für Paare in der Kinderphase

Für die meisten Paare bedeutet es ein großes Glück, miteinander Kinder zu haben. Es bereichert und belebt die Partnerschaft. Gleichzeitig nimmt das Familienleben viel Raum im Leben des Paares ein. Dabei bedarf es großer Aufmerksamkeit, als Paar gut in Verbindung zu bleiben: Zeit für sich allein, Zeit zu zweit, Tagesgestaltung, Sexualität, Freizeit – vieles wird anders.

Dieses Wochenende soll Ihre Lust und Ihre Freude daran, sich als Paar zu erleben, stärken. Methoden sind kreatives Gestalten, Gespräche und Übungen im Paar, Austausch in der Gruppe sowie kleine Impulsvorträge.

Anmeldung nur für Paare mit Kindern bis 12 Jahren - auf Wunsch ist Kinderbetreuung für Kinder ab 3 Jahren möglich.

Termin 4. - 6. Juli 2025

Kosten € 380 p. Paar, € 420 p. Familie
(mit Kindern zwischen 0 und 12 Jahren)

Leitung Angelika und Mathias Graf

Wie wollen wir zusammen leben?



Das ist uns wichtig für unser Zusammenleben: Zuhören und offen sein für die Meinung von anderen. Durch die Meinungsvielfalt können wir uns weiter entwickeln. Wichtig sind Orte und Räume, in denen Austausch stattfinden kann.

Christine und Uli, Teilnehmende beim „Lebensweg für Paare“

Trittsteine und Stolpersteine

Eine Auszeit für Paare

Unser Alltag ist fast immer turbulent und besonders in Übergangsphasen fehlt oft die Zeit und die Energie, sich auch noch um die Partnerschaft oder gar die eigenen Ressourcen zu kümmern. Wie wir Wichtiges nicht aus dem Blick verlieren und trotzdem Zeit für Partnerschaft und Selbstfürsorge finden, wird uns an diesem Wochenende beschäftigen.

Termin 26. - 28. September 2025

Kosten € 380 p. Paar

Leitung Ulrich Beer-Bercher, Ursula Bercher

Seminare für Paargruppen

Seminare finden an folgenden Terminen statt:

08. - 10. November 2024

22. - 24. November 2024

31. Januar - 2. Februar 2025

Familie



Als Familie auftanken in St. Ulrich – das wollen unsere Familienveranstaltungen Ihnen auf vielerlei Weise ermöglichen. Die Veranstaltungen sind in der Regel so angelegt, dass es Programm gibt, das Sie mit Ihrer Familie gemeinsam haben, um fernab des Alltags miteinander Zeit zu verbringen. Daneben werden die Erwachsenen und die Kinder in altersspezifischen Gruppen für sich sein. So haben die Eltern Zeit für eigene Themen, während die Kinder betreut sind.

Um diese besondere Mischung zu ermöglichen, haben wir ein Team für die Kinderbetreuung dabei. Die Kinderbetreuung ist in der Regel für Kinder ab drei Jahren. Das Programm der Erwachsenen ist dabei so gestaltet, dass Kinder unter drei Jahren bei ihren Eltern dabei sein können.

Alle Familienveranstaltungen sind inklusiv, damit Menschen mit und ohne Behinderung teilnehmen können. Bei Bedarf und frühzeitiger Anmeldung unterstützen wir Sie bei der Suche nach Assistenz und beim Antrag nach finanzieller Unterstützung durch den Inklusionsfonds des Erzbistums Freiburg.



Mit allen Sinnen leben

Bildungsfreizeit für Großeltern und ihre Enkel

Mit unseren fünf Sinnen erschließen wir uns unsere Welt und damit auch den Lebenssinn. Mit allen Sinnen leben bedeutet, aufmerksam zu sein, im Hier und Jetzt zu leben und die uns zur Verfügung stehenden Sinne zu nutzen. Aber auch Erinnerungen wachzuhalten und gemachte Erfahrungen zu reflektieren und damit den Blick für die Fülle des Lebens zu weiten. All das können Sie mit Ihren Enkel*innen bei dieser Freizeit erleben.

In diesen gemeinsamen Tagen spüren wir den verschiedenen Sinnen nach. Großeltern und Enkel*innen setzen sich mit verschiedenen Themen auseinander und können vielfältige Erfahrungen miteinander machen. Diese sind: „Ganz Ohr sein“ – „Sehen und gesehen werden“ – „Tastend die Welt begreifen“ und „Durch Riechen und Schmecken auf den Geschmack kommen“.

Freuen Sie sich auf gemeinsame Tage und die Möglichkeit, Neues an sich und Ihren Enkel*innen zu entdecken. Genießen Sie gemeinsame Aktivitäten sowie Zeit zum Auftanken und um die Seele baumeln zu lassen.

Termin 2. September, 12:00 Uhr -

6. September 2024, 11:00 Uhr

Kosten € 235 Erwachsene, € 140 Jugendliche (ab 12 Jahren), 110 € Kinder (4-11 Jahre)

Leitung Elfi Eichhorn-Kösler, Edgar Kösler und Team

Advent mit Leib und Seele

Ein Familienwochenende

Gott wird Mensch – mit Leib und Seele. Daher ist unser Leib, unser Körper, aus christlicher Sicht unendlich wertvoll und würdevoll.

An diesem Wochenende wollen wir die adventliche Botschaft von Licht, Wärme, Hoffnung und Freude mit Leib und Seele erfahren. Wir machen (ein bisschen) Yoga, wir singen aus Leibeskräften, wir sammeln Klänge, Gerüche, färben Kerzen und werden drinnen und draußen aktiv und kreativ. Und natürlich begegnen wir diesmal auch dem leibhaftigen Nikolaus. Sie dürfen sich darauf freuen, ein Wochenende lang einfach ganz da zu sein, und wach Eindrücke und Erfahrungen zu sammeln.

Termin 6. - 8. Dezember 2024

Kosten € 150 Erwachsene, € 90 Jugendliche (ab 12 Jahre), € 70 Kinder (2-11 Jahre)

Kinder unter 2 Jahren und ab 3. Kind frei

Leitung Daniela Nebel und Team

Mit festem Stand und klarem Blick

Silvesterfreizeit für Familien mit Bogenschießen

Wie stehen wir da an diesem Übergang ins neue Jahr? Was wollen wir loslassen? Was wollen wir für das neue Jahr wieder stärker in den Fokus nehmen?

Diese Themen stehen bei der diesjährigen Silvesterfreizeit im Mittelpunkt des Programms für die Erwachsenen. Wir werden dabei angeregt und begleitet durch die Methode des intuitiven Bogenschießens. Durch den ruhigen Ablauf von Anspannung und Entspannung wird es möglich, zur Ruhe zu kommen und den ganzen Körper in diesen Prozess einzubeziehen.

Neben Einheiten mit diesen Themen für die Eltern haben die Kinder ein eigenes Programm (und dürfen ab einem Alter von 8 Jahren auch mal ins Bogenschießen reinschnuppern). Außerdem werden wir miteinander das alte Jahr gebührend verabschieden und ins neue Jahr starten.

Wir schießen mit anfängertauglichen Bögen, Vorkenntnisse oder besondere Sportlichkeit sind nicht nötig.

- Termin** 30. Dezember 2024, 16:00 Uhr -
2. Januar 2025, 11:00 Uhr
- Kosten** € 190 Erwachsene, € 110 Jugendliche (ab 12 Jahre),
€ 80 Kinder (2-11 Jahre)
Kinder unter 2 Jahren und ab 3. Kind frei
- Leitung** Dorothee und Daniel Dombrowsky und Team

Osterfreude erfahren

Ein Familienwochenende

Gemeinsam bereiten wir uns darauf vor, Osterfreude zu erfahren. Den Karfreitag beginnen wir mit einem gemütlichen Kennenlernen und lassen ihn mit Taizéliedern ausklingen. Am Samstag backen, werkeln und musizieren wir und bereiten uns gemeinsam auf den Abend vor. Dann feiern wir gemeinsam eine freudig-feierliche Osternacht mit abschließendem musikalischem Osterfeuer.

- Termin** 18. April, 17:00 Uhr - 20. April 2025, 13:00 Uhr
- Kosten** € 150 Erwachsene, € 90 Jugendliche (ab 12 Jahre),
€ 70 Kinder (2-11 Jahre)
- Leitung** Mirjam Hoferichter, Daniela Nebel und Team



Flügel geben

Ein Wochenende für Eltern von pubertierenden Kindern

Wie kann ich meine*n Heranwachsende*n dabei unterstützen, die eigenen Flügel zu stärken, ohne selbst allzu viele Federn dabei zu lassen?

Die Pubertät gilt als eine herausfordernde Zeit, insbesondere für die Jugendlichen selbst, aber auch für deren Eltern. An diesem Wochenende geht es darum, Entwicklungs Herausforderungen zu ver-

stehen und die Beziehungsqualität zu stärken. Was braucht es, um die Beziehung gut zu gestalten, was brauche ich, um selbst in der eigenen Mitte verankert zu bleiben?

Neben pädagogisch Wissenswertem liegt ein Schwerpunkt auf ihrem persönlichen Wohlbefinden. Der Achtsamkeitspraxis entnehmen wir konkrete Tipps für Selbststärkung und persönliches Gleichgewicht. In praktischen Übungen, im Austausch mit anderen Eltern und im Kraftschöpfen in der Natur werden Sie Ihre eigenen Ressourcen stärken und neu ausgerichtet in den Alltag zu Hause zurückkehren können.

Das Angebot richtet sich an Eltern (allein oder zu zweit) von Jugendlichen zwischen ca. 11 bis 15 Jahren. Es findet in Kooperation mit der Schulseelsorge des St. Ursula Gymnasiums Freiburg statt. Am Samstagvormittag profitieren Sie vom Erfahrungsschatz der Familienberaterin Marie Wiese.

- Termin** 16. - 18. Mai 2025
- Kosten** € 295
- Leitung** Manuela Längle, Daniela Nebel

Raus aus dem Alltag!

Bildungsfreizeit für Einelternfamilien mit geringen finanziellen Mitteln

Ab und zu mal innehalten, durchschnaufen, auf andere Gedanken kommen – schöne Idee, aber wann und wie?!

Diese Freizeit soll Ihnen die Möglichkeit dazu geben. In Zeiten, in denen Ihre Kinder betreut sind, können Sie zur Ruhe kommen und erhalten Impulse, die Sie in Ihrem Alltag unterstützen. Daneben wird es Zeiten geben, in denen Sie mit Ihren Kindern zusammen ein Programm erleben. So können Sie nach dieser Verschnaufpause mit neuen Perspektiven im Gepäck energievoll in Ihren Alltag starten.

Weitere Informationen auf Anfrage.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit Trägern sozialpädagogischer Familienhilfe im Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald

- Termin** 6. - 12. Juni 2025
- Leitung** Daniel Dombrowsky und Team

Mittleres Erwachsenenalter

Mit diesen Angeboten sprechen wir Menschen im Alter zwischen Mitte 30 und Ende 50 an.

Auszeit!

Dann und wann anhalten...

Aus dem Alltagsrad aussteigen, zu mir kommen, auftanken, neuen Raum schaffen in mir. Erst wenn Unterbrechungen stattfinden, öffnet sich der Alltagsblick für die Fülle des Augenblicks und das wirklich Wichtige in unserem Leben.

Spirituelle Impulse, Entspannungselemente, kreative Angebote und kleine Wanderungen werden sich abwechslungsreich durch die Tage ziehen.

Das Bildungshaus Kloster St. Ulrich als Kraftort in wunderschöner Landschaft wird einen Rahmen bieten, der Körper und Seele aufatmen lässt.

Termin 25. - 27. Oktober 2024

Kosten € 266 (DZ), € 290 (EZ)

Leitung Andrea Kenk, Christiane Röcke

Zwischen den Jahren...

Jahresrückblick, Standortbestimmung, Ausblick

Das alte Jahr geht zu Ende und das neue liegt noch unberührt vor mir. Eine gute Zeit, eine besondere Zeit, um sie für mich zu nutzen.

Zurückblicken auf die Erlebnisse und Erfahrungen des vergangenen Jahres, Verstehen und Einordnen, Suchen und Finden von Antworten auf die immer wieder sich stellenden Lebensfragen „Wer bin ich?“, „Was soll ich?“ und „Was will ich?“.

Und dann, mir meiner bewusst und neu versichert, den Blick in das nächste Jahr richten. Auf das, was ich mir wünsche und auf keinen Fall aus den Augen verlieren möchte.

Das Bildungshaus Kloster St. Ulrich als Kraft- und Ruheort bietet den idealen Rahmen für diese Tage.

Termin 27. - 30. Dezember 2024

Kosten € 324 (DZ), € 360 (EZ)

Leitung Christiane Röcke, Ulrike Wolf



Die Seele laufen lassen ...

Wandern und Meditation

Für ein paar Tage aus dem Tempo des Alltags aussteigen, zur Ruhe kommen und auftanken. Wieder zu mir finden, mit Körper, Geist und Seele unterwegs sein und frei werden für das Wesentliche.

Über Tagestouren von ca. 15 km die herrliche Schwarzwaldlandschaft und Umgebung von St. Ulrich wandern erleben und sich einlassen auf einen spirituellen Rahmen.

Sich mit anderen auf den Weg machen, sich selbst auf den Weg bringen. Schöne und entspannte Stunden in einer Gruppe von netten Menschen genießen.

Termin 28. Mai - 1. Juni 2025

Kosten € 402 (DZ), € 450 (EZ)

Leitung Andrea Kenk, Andrea Klenk

Die Seele laufen lassen ...

... auf dem Franziskanischen Friedensweg von Spoleto bis Greccio

Der heilige Franz von Assisi hat in ganz Mittelitalien seine Spuren hinterlassen. Die meisten seiner Wirkungsstätten liegen in der malerischen Landschaft der Toskana und Umbriens. Der Franziskusweg verbindet diese Orte und führt dabei meist durch unberührte Natur und abwechslungsreiche Kulturlandschaft auf dem Höhenzug des Apennins. Er führt zu Orten, deren Sinn darin besteht, eine Begegnung mit Franziskus und seiner Spiritualität zu ermöglichen. Seine Solidarität mit Menschen und Tieren war zu seiner Zeit einzigartig und ist es noch heute. Der achtsame und liebevolle Blick auf alles, was lebt, kann der eigenen Spiritualität Tiefe und Richtung geben.

Nach den ersten beiden Etappen in den Jahren 2022 und 2023 führt uns der Weg 2025 ins Rietital. In täglichen Etappen zwischen 10 und 25 km erwandern wir Pfade, die einst Franz von Assisi vor über 800 Jahren benutzt hat. Wir erspüren sein Tun an Stätten, wo er gewirkt hat. Eine gute Kondition und Trittsicherheit sind erforderlich, diese letzte Etappe ist sehr anspruchsvoll.

Die Hin- und Rückreise erfolgt mit einem Reisebus, übernachten werden wir in einfachen Hotels, die Größe der Gruppe liegt bei max. 20 Personen inkl. Leitung, ein kleines Begleitfahrzeug transportiert das Gepäck.

Eine ausführliche Ausschreibung gibt es voraussichtlich im Spätsommer.

Termin 11. - 19. Juni 2025
Kosten Preis noch offen
Leitung Christiane Röcke, Ulrike Wolf



Lebenswege - Yoga und Wandern im Schwarzwald

Ein verlängertes Wochenende für ihre Gesundheit, ihre Vitalität und Lebensfreude

Inmitten einzigartiger Natur und abseits von Lärm und Hektik den Tag mit einer aktivierenden Yogapraxis beginnen, anschließend Landschaft und Natur auf geführten Exkursionen erkunden und dann den Tag mit einer entspannungsorientierten Yogaeinheit ausklingen lassen – kaum etwas, das zielführender zu Ausgeglichenheit, Ruhe und Erholung führt.

Eine gute Kondition ist Voraussetzung für das Yoga und die Wanderungen.

Das Angebot richtet sich an erfahrene Yogaübende, die eine kraftvolle und dynamische Yogapraxis schätzen und gerne mal an ihre Grenzen gehen.

Die Yogastunden werden im Vinyasa Stil geübt, die erste Yogaeinheit startet vor dem Frühstück. Bei den Exkursionen werden wir Anstiege haben, die eine gute bis durchschnittliche Kondition erfordern.

Termin 3. - 6. Juli 2025
Kosten € 414 (DZ), € 450 (EZ)
Leitung Veronika Sumser, Carmen Weniger

Life/Work Planning

Berufsplanung und Stellensuche mit System

Viele Menschen, die den Wunsch nach beruflicher Veränderung oder neuen Perspektiven haben, setzen ihre Hoffnungen in eine Weiterbildung oder in den Stellenteil von Zeitungen oder Internet-Jobbörsen. Die Ausgangsfrage, wo genau die berufliche Reise hingehen soll und was gut zu der eigenen Person passt, wird oft zu wenig oder zu spät in den Mittelpunkt gerückt. Ungewollt werden Kompromisse gemacht.

Life/Work Planning ist ein effektives Verfahren, mit dem Sie für sich Klarheit auf die Fragen „Was kann ich?“, „Was tue ich gerne?“, „Was will ich beruflich wirklich machen?“ und „Wie komme ich genau dort hin?“ gewinnen. Dabei wird Life/Work Planning der Tatsache gerecht, dass nur jede dritte Stelle in Deutschland öffentlich ausgeschrieben ist. Denn die Methode zeigt Ihnen, wie Sie sich systematisch Zugang zum verborgenen, nicht ausgeschriebenem Arbeitsmarkt verschaffen und diesen – gerüstet mit „ganz normalen Qualifikationen“ – erschließen.

An dem Wochenend-Seminar lernen Sie das LWP - Verfahren praktisch kennen und erhalten Impulse, ausgewählte Methoden und neue Ideen für Ihre berufliche Planung.

Termin 19. - 21. September 2025

Kosten € 326 (DZ), € 350 (EZ),

Leitung Marc Buddensieg

Info Weitere Informationen:

www.lwp-institut-hannover.de

Weitere Angebote, die Sie interessieren könnten, finden Sie unter:

- Frauen ab S. 18
- Männer ab S. 30
- Paare ab S. 33
- Kompetenzen erweitern ab S. 56
- Stärkung erfahren ab S. 68

Spätes Erwachsenenalter

Demokratie MITEINANDER



Bildungstage für Männer

„Demokratie braucht den selbstbewussten und verantwortungsbereiten Bürger, der den Raum, der ihm zur Gestaltung übereignet ist, auch gestalten will und zu gestalten weiß. Sie braucht den Bürger, der sich selbst zum Mitgestalter des Gemeinwesens erklärt. Der Staat, die Demokratie sind WIR. Der Staat und die Demokratie können nur so funktionsfähig, effektiv, tolerant, lebens- und liebenswert sein, wie WIR sie gestalten.“

So Bundespräsident a.D. Joachim Gauck anlässlich des 75. Jahrestages der konstituierenden Sitzung des Parlamentarischen Rates.

In den Bildungstagen wollen wir uns damit auseinandersetzen, wie eine lebendige Demokratie heute gestaltet werden kann. Weitere Themen und ein Ausflug werden das Programm ergänzen.

Termin 15. - 20. Dezember 2024

Kosten € 395 (DZ), € 443 (EZ)

Leitung Bernhard Nägele

Mitgestalten im bauerlichen Betrieb und Familie

Bildungstage für Senioren*innen

Themen werden sein: Entwicklungen in der Landwirtschaft und der Gesellschaft, Fit- und auf dem Laufenden bleiben, Gesundheits- und Gedächtnistraining, Exkursionen.

In Zusammenarbeit mit dem Landseniorenverband Südbaden e.V. im BLHV.

Termin 20. - 24. Januar 2025

Kosten € 350 (DZ), € 398 (EZ), € 520 (Paar)

Leitung Matthias Werner

Wie wollen wir zusammen leben?



„Du sollst den Nächsten lieben wie Dich selbst.“

(Math. 19,15)

Dieses Zitat weist uns darauf hin, dass wir Mitverantwortung in der Gemeinschaft und für das Zusammenleben übernehmen sollen.

Wir sind als Gemeinschaftswesen geboren und wir sind auch Individualisten. Für ein gutes Zusammenleben ist deshalb auch wichtig, dass wir den Mitmenschen gegenüber tolerant sind und uns mit gegenseitigem Respekt begegnen.

Je stärker wir von weltweiten Entwicklungen betroffen sind, desto wertvoller sind unsere gemeinschaftlichen Begegnungen und Verwurzelungen in unserem geschätzten und beliebten Bildungshaus St. Ulrich. Der Schlüssel für eine positive und friedvolle Entwicklung liegt in den Menschen selbst, in ihrer Bereitschaft, sich gemeinnützig zu engagieren und Verantwortung zu übernehmen.

Fritz Gutschell, Freundeskreis Bildungshaus

Weitere Angebote, die Sie interessieren könnten, finden Sie unter:

- Frauen S. 23
- Paare S. 36 / 38
- Familien S. 42
- Segel setzen S. 59
- Intuitives Bogenschießen S. 64
- Ehemaligentreffen S. 138

Lebenskunst in Liedern, Gedichten und Geschichten

Bildungstage für Senior*innen

Vielleicht haben Sie auch schon die Erfahrung gemacht, dass ein Kalenderspruch, eine Geschichte, ein Lied Sie spontan ansprechen, weil sie etwas zu Ihrer aktuellen Lebenssituation sagen.

Lebenskunst ist wichtig, wenn wir mit Herausforderungen, Krisen und Krankheiten zu tun haben.

Lebenskunst ist auch wichtig, wenn das Leben so dahinfließt, damit wir nicht in der Alltäglichkeit versinken.

In diesem Seminar wollen wir miteinander darauf achten, welche Anregungen uns Lieder, Gedichte und Geschichten geben.

In Zusammenarbeit mit der Kath. Arbeitnehmerbewegung.

Termin 12. - 14. Februar 2025

Leitung Dr. Gottlieb Brunner, Ulf Bergemann, Hans-Peter Karrer

Info Anmeldung: Kath. Arbeitnehmerbewegung (KAB), Okenstr. 15, 79108 Freiburg, Tel.: 0761 5144227, kab@seelsorgeamt-freiburg.de

Tanzen verbindet

Tanz- und Bildungstage

Miteinander tanzen, aufeinander einlassen ...

Wer Spaß und Freude an Musik und Bewegung hat, ist bei uns genau richtig.

Wir tanzen interessante, vielseitige Tänze aus aller Welt.

Termin 4. - 6. April 2025

Kosten € 246 (DZ), € 270 (EZ)

Leitung Lisa Berg, Friedhilde Höfle



Kompetenzen erweitern

Visualisierung in Partizipativen Programmen (VIPP)

Moderationsmethoden im Kontext der Entwicklungszusammenarbeit in englischer Sprache

Visualisierung in partizipativen Programmen (VIPP) ist eine Methode zur Durchführung effektiver Gruppenveranstaltungen, die den Menschen in den Mittelpunkt des Prozesses stellt, um Ideen zu generieren, kollaborative Fähigkeiten zu entwickeln oder zu kollektiven Plänen und Programmdesigns mit Vision, Kreativität und Nachhaltigkeit zu gelangen. Sie ist einzigartig, da sie eine systematische Kombination verschiedener partizipatorischer Ansätze bietet, die die Einbeziehung der Teilnehmenden durch zahlreiche Visualisierungs- und gruppendynamische Techniken betont, aber nicht an einen Rahmen oder eine Theorie gebunden ist. Unter <https://vipv.wordpress.com> erfahren Sie mehr über die Geschichte, die Philosophie und die Community of Practice.

Termin 21. - 26. August 2024

18. - 23. Mai 2025

7. - 12. September 2025

Leitung Dr. Maria A. Salas, Dr. Hermann J. Tillmann

Gelingende Kommunikation im Alltag - Sprache des Lebens

„Gewaltfreie Kommunikation“ (M. Rosenberg)

Konflikte gehören zum Leben und entstehen meistens durch unterschiedliche Interessen oder Missverständnisse in der Kommunikation. Ohne dass wir es beabsichtigen hat unsere Art zu sprechen manchmal Verletzung und Leid zur Folge. Wenn die Differenzen ungelöst bleiben, wirkt sich dies negativ auf die Beziehung aus.

Wie können wir so kommunizieren, dass unsere Worte verbinden, statt zu trennen?

In praktischen Übungen lernen wir, unsere gewohnte



Kommunikation wahrzunehmen und die vier Schritte der Empathie aus einer natürlichen Haltung heraus in Alltagssituationen anzuwenden.

Verständigung kann auch in fordernden Situationen gelingen, wenn wir unsere Fähigkeit entdecken, empathisch und konstruktiv mit uns selbst und mit anderen in Verbindung zu gehen.

Tages-Angebot:

Termin 26. Oktober 2024, 10:00 - 17:00 Uhr

Kosten € 150

Wochenend-Angebot:

Termin 4. - 6. April 2025

Kosten € 326 (DZ), € 350 (EZ)

Leitung Silvia Hoffmann, www.silviahoffmann.eu

Wie wollen wir zusammen leben?



Mir ist wichtig, dass wir lernen, Unterschiede zwischen uns Menschen auszuhalten und dennoch im Dialog zu bleiben: Kooperation für ein gutes Miteinander bei bleibender Unterschiedlichkeit. Und möglicherweise entdecken wir dadurch, wie bereichernd Unterschiede sein können.

Sandra Klein-Gißler, Referentin

Timeout Selbstfürsorge- und Achtsamkeits- Samstag



Wünschen auch Sie sich: Gut mit sich sein können und gut für sich sorgen, ein erfüllendes Leben führen und mit den Herausforderungen und manchen „Widrigkeiten“ des Alltags gut umgehen können?

Diese Samstage unterstützen Sie dabei. Sie kommen in Balance, tanken auf, richten sich aus, kultivieren Ihre Selbstverbundenheit und Freude durch Achtsamkeit und kehren so mit mehr Gelassenheit und Selbstmitgefühl in Ihren Alltag zurück. Und so bringen Sie – ganz selbstverständlich – die Freude, Gelassenheit und Achtsamkeit in Ihr Umfeld. Achtsamkeitserfahrungen, Zeiten in der wunderschönen Natur, Meditationen und kreative Übungen werden uns durch den Tag führen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Es ist möglich, nur an einem Samstag oder auch an beiden teilzunehmen. Die Tage eignen sich sowohl für Einzelpersonen als auch für Paare und Freunde*innen als gemeinsame Erfahrung.

Termine: 16. November 2024 oder 15. Februar 2025,
jeweils 10:00 - 16:30 Uhr

Kosten je Samstag:
Kursgebühr zwischen € 60 und € 90
nach Selbsteinschätzung
zzgl. € 35 für Mittagessen, Kaffee und
Raumkosten

Leitung Sandra Klein-Gißler

Info Nähere Informationen und Anmeldung:
Sandra Klein-Gißler, Tel.: 07633 / 929 9396,
s.klein-gissler@t-online.de,
www.klein-gissler-gestaltpraxis.de



Segel setzen...

Persönliche und berufliche Standortbestimmung im Übergang zur nachberuflichen Lebensphase

Irgendwann – um die 60 – tauchen am Horizont ganz neue Fragen auf:

- Wie stelle ich mir die Zeit bis zum Ende meines Berufslebens vor und was kommt dann?
- Welchem Roten Faden folgt mein Leben und wie ziehe ich ihn weiter?

Fragen, die nach Antworten suchen.

Ein Übergang geschieht langsam – nicht von einem Tag auf den anderen. Wir laden Sie ein, sich im Werkstattcharakter mit Ihren Fragen zu beschäftigen. Im professionell begleiteten Coaching und im Austausch mit anderen, gehen Sie Ihren Antworten entgegen.

Es gibt für Sie zwei Möglichkeiten der Teilnahme:

1. Teilnahme am Workshop vom 5. – 7. Februar 2025
2. Zusätzlich zur Teilnahme am Workshop gibt es im Nachgang für Sie die Möglichkeit, an Ihren Themen dranzubleiben, entweder über ein weiteres „Dranbleibe-Wochenende“, oder einen „Dranbleibe-Tag“. Mehr dazu im Workshop.

Termin 5. Februar, 15:00 Uhr - 7. Februar 2025, 15:00 Uhr

Kosten € 430 (EZ)

Leitung Mechtild Ehses-Flohr

Mit Rückenwind Ziele erreichen

Selbstmanagement mit dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®)

Jeder kennt das: Man hat ein schönes Ziel und dann kommt man einfach nicht in die Puschen. Die Umsetzung im Alltag erzeugt mehr Frust als Lust, mehr Disziplin als Leichtigkeit. Man kämpft mit dem inneren Schweinehund, überwindet sich und beißt die Zähne zusammen. Kann das nicht leichter gehen?

Wie wäre es, anstatt gegen unbewusste Impulse anzukämpfen einfach das Unbewusste mit ins Boot zu holen? Das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) geht genau diesen Weg.

ZRM® ist eine praxiserprobte Selbstmanagement-Methode und wissenschaftlich fundiert. Sie wurde von Dr. Frank Krause und Maja Storch an der Universität Zürich entwickelt. ZRM® berücksichtigt die neuesten Erkenntnisse aus der Motivationspsychologie und Neurobiologie, die Wirksamkeit ist wissenschaftlich erwiesen.

An dem Wochenendseminar lernen Sie auf eine neue, ressourcenorientierte Art, Veränderungswünsche und unbewusste Bedürfnisse in Einklang zu bringen. So, dass Sie ihr Ziel lustvoll angehen und sich Rückenwind gönnen.

Zum Ende des Seminars gibt es die Möglichkeit, für 30 € „Unterstützung im Nachgang“ zu buchen, damit die Inhalte nicht im Alltag versinken. Das Angebot besteht aus einem Online-Follow-up (2 Unterrichtseinheiten), um Geschafftes zu teilen und zu feiern, entstandene Fragen zu besprechen, nächste Schritte zu planen und sich gegenseitig zu unterstützen, sowie 3 Mail-Impulse zur Unterstützung im Alltag, und um mit Struktur am Ball zu bleiben.

Termin 21. - 23. Februar 2025

Kosten € 326 (DZ), € 350 (EZ),

Leitung Marc Buddensieg

Info Mehr Infos unter www.zrm.ch/wirksamkeitsstudien und www.lwp-institut.de

7 Schlüssel für Wachstum und Flow Potentialentfaltung und glückliche Beziehungen mit dem inneren Team

Wünschen Sie sich, Ihr Potential zu entfalten, Neues über sich zu entdecken und inspiriert, tiefgründig und beschwingt zu leben?

An diesem Wochenende lernen Sie den ersten Schlüssel von InFLOWspiration® kennen und vertiefen theoretisch und praktisch die Arbeit mit dem „Inneren Team“.

Sie erforschen sich selbst: Wer wohnt alles in mir? Welche Persönlichkeitsanteile stehen im Vordergrund, welche im Hintergrund? Welches Potential schlummert in meinem Keller? Wie kann ich heilsam in Beziehung treten?

Sie lernen Methoden kennen, um konstruktiv mit Ihren inneren Anteilen wie z.B. dem inneren Kind, dem Abenteuerer oder Kritiker umzugehen und das Leben mit seinen Beziehungen aus Ihrer Mitte heraus zu gestalten. Sie erhalten ebenfalls Einblick in das von Cornelia Grix entwickelte ganzheitliche Konzept der Sieben Schlüssel für Wachstum und Flow sowie die Arbeit mit den weiteren sechs Schlüsseln.

Die Seminarinhalte beinhalten wertvolle Impulse für Ihre persönliche Entwicklung oder für eine Begleitung von Einzelnen, Paaren oder Teams. Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Seminar ist die Bereitschaft für innere Prozesse.

Termin 21. - 23. März 2025

Kosten € 366 (DZ), € 390 (EZ)

Leitung Cornelia Grix

Schmeck den Frühling

Genusskochkurs für Jung und Alt

Man nehme einen frühlingshaften Sonntag, die Freude an frischen Kräutern und zaubere aus saisonalem Gemüse wunderbare Gerichte. In einer bunt gemischten Gruppe werden wir zusammen ein 5-Gang-Menü kochen und genießen. In diesem Kurs werden Frühlings-Klassiker neu kombiniert und Geschmacksknospen trainiert.

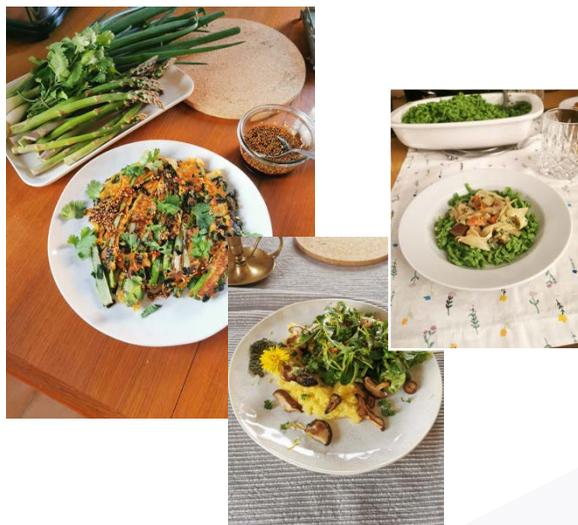
Termin Sonntag, 27. April 2025, 14:00 Uhr bis 19:30 Uhr
oder

Sonntag, 25. Mai 2025, 14:00 Uhr bis 19:30 Uhr

Kosten € 60

Leitung Johanna Himmelsbach

Info Einige Appetitanreger finden sich auf Instagram unter  [johannas_essen](#)



Herzwärts

Die Kraft und Weisheit des Herzens entdecken

In fast allen Kulturen ist das Herz zentral. Viele Metaphern zeugen von dieser Erfahrung. Wenn wir „im Herzen sind“, können wir uns dem öffnen, was wir fühlen und was um uns herum geschieht. Wenn wir mit dieser Kraft in uns in Verbindung sind, werden die Dinge klarer und schlichter, denn das Herz ist die ordnende Kraft in unserem Körper, um mitfühlend mit sich, mit anderen und in der Welt zu sein.

An diesem Wochenende werden wir verschiedene Zugänge – In- und Outdoor zu unserer Herzenskraft und Weisheitsquelle kennenlernen und erleben. Wir tun etwas für uns selbst und spüren darüber hinaus der Frage nach, wie wir dieses Wissen als Beitrag für ein friedliches Miteinander einsetzen können.

Durch Meditationen, Körperübungen, kreative Übungen und stille Zeiten werden wir Qualitäten wie Güte, Mitgefühl, Dankbarkeit und Verbundenheit erleben und stärken. Wir üben in Einzelarbeit und im Kontakt mit anderen.

Spezielle Vorkenntnisse braucht es keine, vielmehr Neugier und Offenheit für diese Zeit der „Herzensbildung“.

Termin 9. - 11. Mai 2025

Kosten € 326 (DZ), 350 (EZ)

Leitung Sandra Klein-Gißler

Intuitives Bogenschießen als Wegweiser in die nachberufliche Lebensphase

60plus

Über eine völlig andere Herangehensweise und neue Erfahrungen mit sich selbst liefert das Bogenschießen ungeahnte Antworten auf zentrale Lebensfragen, die sich vor dem Übergang in die nachberufliche Phase stellen: Wo stehe ich, wie lange möchte ich noch arbeiten, was möchte ich noch umsetzen oder zu Ende bringen, wofür soll künftig mehr Raum sein, welche Ziele erkenne ich am Horizont.

Beim intuitiven Bogenschießen geht es um ein Zielen mit dem Herzen, nicht mit dem Verstand, um Harmonie mit der inneren und äußeren Natur und um die Ausgewogenheit von Aktivität und Ruhe, von Anspannung und Entspannung.

Beste Voraussetzungen also, um sich abseits vom Alltag und ohne Zugzwang, zentrale Lebensfragen vor diesem Übergang in eine neue Lebensphase zu stellen.

Termin 8. Juli, 14:30 Uhr - 10. Juli 2025, 15:30 Uhr

Kosten € 326 (DZ), € 350 (EZ)

Leitung Georg Roller, Christiane Röcke



Der Weg zur Mitte

Intuitives Bogenschießen als Wegweiser

Was wie eine Lebensphilosophie klingt, ist die Grundhaltung des Bogenschießens. Wie kaum eine andere Sportart vermag sie Körper und Geist in Einklang zu bringen und den Weg zur eigenen Mitte zu öffnen. Über eine völlig andere Herangehensweise und neue Erfahrungen mit sich selbst liefert das Bogenschießen ungeahnte Antworten auf zentrale Lebensfragen: meinen Platz einnehmen, einen guten Stand haben, mein Ziel ins Auge fassen, achtsam sein im Hier und Jetzt, die Kunst des Loslassens.

Beim intuitiven Bogenschießen geht es um ein Zielen mit dem Herzen, nicht mit dem Verstand, um Harmonie mit der inneren und äußeren Natur und um die Ausgewogenheit von Aktivität und Ruhe, von Anspannung und Entspannung.

Die Ruhe des Ortes und die Schönheit der Landschaft laden dazu ein, abseits des Alltags zentrale Lebensfragen zu stellen und das intuitive Bogenschießen als Wegweiser und meditatives Tun zu erfahren.

Die Ausrüstung wird gestellt. Wir schießen mit anfängertauglichen Recurvebögen und reflektieren die gemachten Erfahrungen in Transferübungen. Es bedarf keiner Vorkenntnisse oder besonderer Fitness, wohl aber der Bereitschaft, in einer Gruppe zentrale Lebensfragen anzusprechen und sich anregen zu lassen.

Termin 18. - 20. Juli 2025

Kosten € 326 (DZ), € 350 (EZ)

Leitung Georg Roller, Christiane Röcke

Intuition - dem inneren Kompass folgen

Wie wir Vertrauen in die innere Weisheit
zurückgewinnen



Jeder Mensch trägt tieferes Wissen über seine Wünsche, Sehnsüchte, Lebensziele und notwendigen Entscheidungen in sich. Überdeckt wird diese innere Stimme allzuoft durch Störgeräusche des Alltags und unsere geschäftigen Gedanken.

Intuition ist nicht nur „Bauchgefühl“, sondern ein „Muskel“, der sich trainieren lässt.

Durch Intuitionsübungen, Meditationen, Einzel-, Paar- und Gruppenübungen, Aktivierung unserer Körperintelligenz beim Wandern in der wundervollen Natur, lernen wir, diese höhere Weisheit in uns wieder zu aktivieren, unser Vertrauen in uns selbst und die Welt zu stärken und unsere innere Kraft zum Leuchten zu bringen.

Termin 18. - 20. Juli 2025

Kosten € 326 (DZ), € 350 (EZ)

Leitung Miriam Moll



Stärkung erfahren

Gesundheit und Stärkung

Zeit für mich - Yoga und Wandern im Schwarzwald Vier Tage für Ihre Gesundheit, Ihre Vitalität und Lebensfreude

Inmitten einzigartiger Natur und abseits von Lärm und Hektik den Tag mit einer aktivierenden Yogapraxis beginnen, anschließend Landschaft und Natur auf geführten Exkursionen erkunden und dann den Tag mit einer entspannungsorientierten Yogaeinheit ausklingen lassen – kaum etwas, das zielführender zu Ausgeglichenheit, Ruhe und Erholung führt.

Die Yogastunden orientieren sich an Personen mit keinen oder geringen Vorkenntnissen, eingeladen sind auch Geübte. Bei den Exkursionen werden wir auch Anstiege haben, dafür ist eine gute bis durchschnittliche Kondition erforderlich.

Termin 22. - 25. April 2025
Kosten € 414 (DZ), € 450 (EZ)

Kraftquelle Wald Eine Auszeit in der Natur

Mit Aufthalten im Wald führen wir Sie achtsam ein in das Erleben der Natur. Die regenerierende Kraft der Natur und des Waldes wird aktiv erfahren und der Zugang anhand praktischer Stille- und Entspannungsübungen als „Waldbaden“ erlebt. Zahlreiche wissenschaftliche Studien haben nachgewiesen, dass die belebende und zugleich beruhigende Waldatmosphäre und die in der Luft enthaltenen Terpene und andere ätherische Substanzen einen messbaren positiven Einfluss auf unsere Körperfunktionen, unsere Psyche und unseren Geist haben.

Die herrliche Landschaft rund um St. Ulrich lädt dazu ein, die Magie und die Geheimnisse des Waldes zu erkunden.

Termin 27. - 29. Juni 2025
Kosten € 296 (DZ), € 320 (EZ)
Leitung Miriam Baldes
Leitung Carmen Weniger, Andreas Weniger

Jin Shin Jyutsu - Heilkunst zur Harmonisierung der Lebensenergie Ein Wochenende zur Stärkung oder Gesundung

Jin Shin Jyutsu ist ein tiefes inneres Wissen, das uns allen zugrunde liegt. Diese uralte Heilkunst zur Harmonisierung unserer Lebensenergie wurde Anfang des 20. Jahrhunderts von Jiro Murai, einem Japaner, wiederbelebt. Unwohlsein und körperliche Beschwerden sind danach ein Zeichen für Blockaden im Energiefluss, die durch sanfte Berührungen unserer Hände gelöst werden können. Die Anwendungen nennt man „Strömen“.

Die kraftvollen und sanften Berührungen erleben Gesunde, aber auch Menschen in belastenden Lebenssituationen, mit einer akuten oder chronischen Erkrankung oder nach einer Verletzung, als stärkend und gesundheitsförderlich. Die Selbstheilungskräfte werden aktiviert, tiefe Entspannung gleicht Störungen aus, Gedanken beruhigen sich, Emotionen werden ausgeglichen, innere Balance entsteht und ermöglicht einen Zugang zu unserem Potential.

Lassen Sie sich von dem komplexen, alten Wissen und der Einfachheit des Strömens berühren. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Neugier ist die beste Voraussetzung. Geübt wird alleine oder zu zweit.

Termin 26. - 28. September 2025
Kosten € 276 (DZ), € 300 (EZ)
Leitung Sabine Krings

Trennung und Scheidung

Wenn unser Weg auseinander geht Ein Wochenende für Menschen, die in Trennung oder Scheidung leben

Die Trennung von einem geliebten Menschen, mit dem wir Schönes und Schweres in unserem Leben geteilt haben, berührt uns in unserer tiefsten Existenz. Ganz gleich ob wir gegangen sind oder verlassen wurden.

Was vorbei ist, will irgendwann losgelassen werden, um innerlich wieder frei zu werden für Neues. Bereicherndes aus der gemeinsamen Zeit will bewahrt und mitgenommen werden. Eine neue Perspektive für unseren eigenen Weg will entworfen werden.

Wir gehen in diesem Seminar auf die verschiedenen Phasen einer Trennung ein und wenden uns all den unterschiedlichen Gefühlen zu (Trauer, Ohnmacht, Wut, Verzweiflung usw.), die bei einer Trennung ausgelöst werden. Wir finden Wege, wie jede*r diese anspruchsvolle Zeit bewältigen kann. Das Seminar bietet persönliche Hilfestellung und Unterstützung durch die Gruppe.

Mit diesem Angebot sprechen wir Einzelpersonen, keine Paare an.

Termin 15. - 17. November 2024
oder

7. - 9. Februar 2025

Kosten € 250 (EZ)

Leitung Christiane Röcke



Trauer und Tod



Haltet die Welt an Ein Wochenende für trauernde Menschen

Für Trauernde bleibt mit dem Tod des geliebten Menschen die Welt stehen, um sie herum aber geht das Leben weiter. Diese Ungleichzeitigkeit führt dazu, dass man sich oft nicht verstanden und sehr allein gelassen fühlt. Das Umfeld ohne Trauererfahrung versteht meistens nicht, wie es den Betroffenen geht und kann nicht wirklich helfen.

Das Wochenende bietet mit unterschiedlichen Methoden und Zugängen die Möglichkeit, die eigene Trauer zu verstehen, ihr Ausdruck zu geben und mit anderen Betroffenen in Austausch zu kommen.

Eingeladen sind Trauernde, egal wie viele Jahre der Verlust des geliebten Menschen zurückliegt.

Termin 8. - 10. November 2024

Kosten € 226 (DZ), € 250 (EZ)

Leitung Ulrike Wolf, Brigitte Langlois

Die Welt ist ärmer ohne Dich!

Ein Wochenende für Trauernde

Wenn ein Mensch stirbt, fühlen sich Angehörige oft verloren oder nicht mehr komplett. Im Umfeld fehlt es nicht selten nach kurzer Zeit an Verständnis für die Gefühle der Trauernden. Die Welt dreht sich weiter, für Trauernde aber geht es darum, das Geschehene und ihren geliebten Menschen nicht zu vergessen und ihre Trauer so in ihr Leben zu integrieren, dass sie weiterleben können.

Das Wochenende bietet über unterschiedliche Methoden und Zugänge die Möglichkeit, die eigene Trauer zu verstehen, ihr Ausdruck zu geben, mit anderen Betroffenen in Austausch zu kommen und sich selbst dabei auch etwas Gutes zu tun.

Eingeladen sind Trauernde, egal wie lange der Verlust des geliebten Menschen zurückliegt.

Termin 14. - 16. Februar 2025
Kosten € 226 (DZ), € 250 (EZ)
Leitung Ulrike Wolf, N.N.

Warum konnten wir dich nicht halten?

Tage für Trauernde nach einem Suizid

Jährlich nehmen sich in Deutschland ca. 10 000 Menschen das Leben. Hinterbliebene stehen plötzlich einer Situation gegenüber, die sie zutiefst erschüttert. Im geschützten Rahmen der Gruppe kann sich die Trauer in unterschiedlichen Formen zeigen. Das Seminar greift Themen auf, die das Leben der Hinterbliebenen bestimmen. Der Umgang mit Schuldgefühlen, Veränderungen im (Familien-) Alltag sowie die Auseinandersetzung mit spirituellen Fragen gehören dazu.

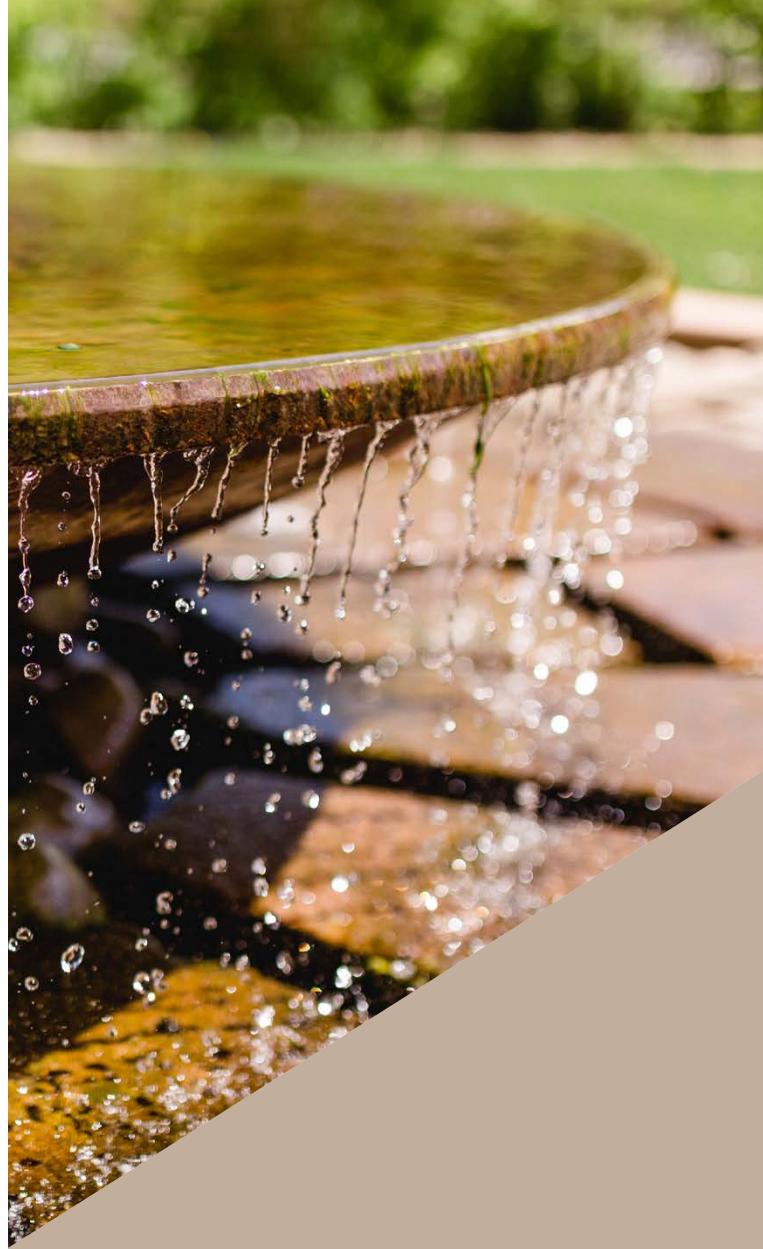
Die Teilnehmenden werden behutsam angeleitet, sich selbst liebevoll zu begegnen und sich in der Trauer besser zu verstehen. Hierbei können z.B. Rituale helfen, sich die Verbindung zum Verstorbenen bewusst zu machen.

Das Wochenende bietet Trauernden nach dem Suizid eines nahen Menschen die Möglichkeit, sich auszutauschen, Gemeinschaft unter Gleichbetroffenen zu erleben, Rückhalt zu erfahren und Informationen von Fachleuten zu bekommen.

Das Seminar eignet sich für Menschen, deren Verlusterfahrung mindestens 6 Monate zurück liegt.

Termin 14. März, 15:00 Uhr -
16. März 2025, 14:00 Uhr
Kosten € 226 (DZ), € 250 (EZ)
Leitung Stephanie Hamann, Hans-Jörg Koch

Hinweisen möchten wir Sie auch auf dieses Angebot:
→ Du fehlst mir S. 16



Spiritualität leben

Der Lebensweg in Stille Ein achtsames Kurzretreat



Der „Lebensweg“ lädt dazu ein, mal aus dem Hamsterrad des Alltags auszusteigen und in der Natur zur Ruhe und zu sich selbst zu kommen. Wir werden den Weg gemeinsam im Schweigen gehen und an den einzelnen Stationen innehalten, um uns von Fragen zur Selbstreflexion inspirieren zu lassen. Das Innehalten ermöglicht uns, ganz im Augenblick zu sein und dadurch trotz mancher Schwere wahrnehmen zu können, von innen gehalten zu sein.

Termin 15. September 2024, 10:00 Uhr

Leitung Daniela Nebel

Meinen Weg entdecken Achtsamkeits - Wander - Retreat

Manchmal plätschert das Leben im Alltag einfach so dahin und bewegt sich in den immer gleichen Bahnen. Und wir fragen uns: Was will ich eigentlich wirklich und woher bekomme ich Kraft, auch mal Neues zu wagen?

Unser Achtsamkeits-Wander-Retreat lädt ein, aus dem Hamsterrad des Alltags auszusteigen und in der Natur zur Ruhe und zu sich selbst zu kommen. Wenn Sie für sich herausfinden wollen, was Ihr Herz wirklich berührt und wofür Sie Ihre Kraft einsetzen wollen, oder sich einfach nur eine Auszeit gönnen möchten, um zu regenerieren oder sich neu zu sammeln und zu sortieren, sind diese Tage genau richtig für Sie.

Wir wandern täglich (zwei bis drei Stunden) im Schweigen durch die wunderschöne Natur von St. Ulrich und Umgebung, wir meditieren im Sitzen (ca. eine halbe Stunde pro Einheit) und suchen anhand kreativer Methoden tieferen Zugang zu dem, was unser Leben ausmacht. Der Erfahrungsaustausch in der Gruppe ist ein wichtiger Bestandteil des Retreats. Und natürlich lassen wir uns vom saisonalen Essen unseres Küchenteams stärken und verwöhnen.

Termin 3. Oktober, 18:00 Uhr - 6. Oktober 2024, 14:00 Uhr

Kosten € 320

Leitung Helmut Aatz, Daniela Nebel

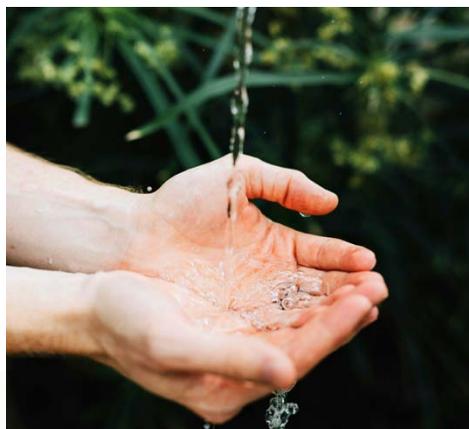
Atem holen Besinnungstag des Freundeskreises

Nehmen Sie sich einen Tag Zeit für inspirierende Gedanken, anregenden Austausch und stärkende Stille. So kann dieser Tag zu einer kleinen Atempause im geschäftigen Alltag werden.

Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem Freundeskreis des Bildungshauses.

Termin 8. März 2025

Leitung Annette Woschek-Ham



Meinem Leben Richtung geben Fastenwoche

Fasten ist eine Möglichkeit, sich auf die eigene Person zu konzentrieren, sich auf das Notwendige und Wesentliche zu besinnen, Einkehr zu halten, die eigene Mitte wieder zu finden, sein religiöses Leben neu zu orientieren und Spuren zur Lebensgestaltung zu entdecken. Dabei hilft das Fasten nach der Methode von Dr. Lütznern. Hierbei wird vollständig auf feste Nahrung verzichtet.

Termin 23. - 28. März 2025

Kosten € 395 (EZ)

Leitung Peter Langenstein

Körper und Seele laufen lassen

Fasten-Wanderwoche

Fasten ist, wie das Wandern auch, „heilsam“ für Körper, Geist und Seele. Mit unserem Angebot verbinden wir beides und laden dazu ein, sich fastend und wandernd auf sich selbst zu konzentrieren, dem Wesentlichen im eigenen Leben nachzuspüren, ihm neu Richtung zu geben.

Spirituelle Impulse in den Tag sind Einladung zur Inspiration und Begleitung. Geführte Wanderungen in der herrlichen Landschaft um St. Ulrich beleben die Sinne. Die sanfte Art des Basenfastens verhilft dem Körper zu neuer Balance und Ausgewogenheit. Bei dieser Art des Fastens darf gegessen werden, der Fokus liegt auf basischer Kost, was den Körper wunderbar entsäuert und den Säure-Basen-Haushalt reguliert.

Die Wanderungen haben eine Länge von 6 - 8 km und Anstiege, für die eine gute bis durchschnittliche Kondition erforderlich ist.

Termin 6. - 11. April 2025

Kosten € 495 (EZ)

Leitung Christiane Röcke, Veronika Sumser

König David, Herrscher mit Harfe

Meditation des Tanzes

Hinfallen, aufstehen, Krönchen richten, weitergehen. Zu kaum einer Figur des Alten Testaments passt dieser Satz besser als zu König David. Gemeinsam nähern wir uns im Tanz Davids Leben an und wollen herausfinden, was es uns heute für unser Leben zu sagen hat. Übungen zur Körperwahrnehmung werden uns dabei unterstützen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Termin 30. Mai - 1. Juni 2025

Kosten € 270 € (EZ)

Leitung Heike Rieder

Entspann Dich!

Christlich-meditatives Bogenschießen

Bogenschießen ist ein gleichmäßiger Ablauf aus Anspannung und Entspannung. Auch wir brauchen neben Phasen der Produktivität und Anspannung Momente, in denen wir ganz loslassen können.

An diesem Wochenende geht es darum, Leib und Seele zu entspannen. Das Bogenschießen hilft uns durch seinen klaren und einfachen Ablauf darin, ganz bei uns selbst zu sein. Die Stille in der wunderschönen Natur ermöglicht uns, zur Ruhe und mit Gott in Kontakt kommen.

Nehmen Sie sich ein Wochenende lang Zeit für sich, um danach gelassen und mit neuer Kraft in den Alltag zurückzukehren. Vorkenntnisse sind nicht notwendig, anfängertaugliche Bögen werden gestellt.

Termin 11. - 13. Juli 2025

Kosten € 270

Leitung Daniel Dombrowsky

leib und selig

Dein Körper als spirituelle Heimat

Spiritualität wird oft ausschließlich als rein geistiger Weg praktiziert. Doch erst, wenn wir auch unseren Körper einbeziehen, kommen wir wirklich in Kontakt mit unserer Seele.

Was wäre, wenn aus Bibelworten Körperbewegungen entstünden, die Leib und Seele verbinden? Was wäre, wenn man diese Worte mit Haut und Herzen im Alltag integrieren könnte?

Gemeinsam entwickeln wir an diesem Tag Bewegungen, die mit nach Hause genommen werden können. Als Grundlage dafür dienen die kraftvoll-inspirierenden Zusage des Psalms 139.

Termin 12. Juli 2025, 9:30 - 16:30 Uhr

Kosten € 35

Leitung Daniela Nebel, Franziska Wolf
und Tobias Aldinger

Einfach da sein

Ein Kurs in kontemplativem Gebet für Einsteiger*innen

Sehnsucht nach Angenommen-sein, Sehnsucht nach Orientierung, Sehnsucht nach mehr?

Im kontemplativen Gebet sind wir einfach und still mit Gott da. Es lehrt uns, gelassen zu werden und gibt uns die Kraft, uns allem was uns begegnet, achtsam zuzuwenden und dabei in unserer Mitte zu bleiben. Dieser Weg befreit uns von den Verletzungen, dem Druck und den Ängsten, die uns binden. Es ist eine Einübung darin, einfach da zu sein und darin Gott zu begegnen. Eine Einladung, sich selbst in der Gegenwart Gottes zu finden.

Was Sie erwartet:

Äußere Ruhe – Natur – geführter Weg ins Schweigen – innere Ruhe – Aufmerksamkeit für den Augenblick – Einüben in das kontemplative Gebet – Möglichkeit zum Einzelgespräch

Termin 2. Oktober, 10:00 Uhr -
5. Oktober 2025, 13:00 Uhr

Kosten € 275 (EZ)

Leitung Silvia Dufner, Daniela Nebel, Alexander Czech



Kreativität entfalten

Kreatives

Meditatives Malen

Malreise zu sich selbst

An diesen Maltagen tauchen Sie in Stille ein, malen was aus Ihrem Herzen gemalt werden möchte und was die Schöpfer*innenkraft entlockt.

Wundervolle, leuchtende Gouachefarben laden Sie zu einer meditativen, entspannenden Erfahrung ein.

Gemalt wird mit Gouachefarbe von Lascaux und verschiedenen Pinseln auf Papieren im Format 70 x 100 cm, die an der Wand des Malraumes befestigt sind. Sie malen für sich, in Ruhe und im eigenen Rhythmus. Die entstandenen Werke werden nicht kommentiert oder diskutiert.

Malerische Kenntnisse sind nicht nötig. Alles, was Sie brauchen, ist die Bereitschaft auf Entdeckungsreise zu gehen. Gönnen Sie sich eine malerische Farbreise in die Tiefe zu sich selbst. Träumen Sie mit dem Pinsel!

Die Termine sind einzeln buchbar. Die Plätze sind begrenzt.

Termin 30. November 2024, 15. März 2025, 12. April 2025
10. Mai 2025, 12. Juli 2025, 13. September 2025
jeweils 10:15 - 16:30 Uhr

€ 140 inkl. Material und Mittagessen

Leitung Christina Hanser

Info Nähere Information und Anmeldung:
Christina Hanser, christina.hanser@freenet.de
www.christina-hanser.de



Klarheit in Schönheit

Anglaise - Die königliche Schreibrschrift

Die Anglaise oder Englische Schreibrschrift gilt als Königin der kalligrafischen Schriften. Alles, was einen edlen, zierlichen oder vornehmen Ausdruck bekommen soll, wurde und wird mit dieser Schrift geschrieben: Lyrik, (Hochzeits-) Einladungen, Monogramme, oder Werbung und Logos. Gelernt hat Thomas Hoyer diese Schrift während seiner Zeit im Kalligrafischen Dienst des Auswärtigen Amtes. Ob Berlin, Buckingham Palace oder das Weiße Haus: Jedes Land beschäftigt bis heute seine eigenen Kalligrafen und Kalligrafinnen, die alle die englische Schreibrschrift nutzen, um den verschiedenen protokollarischen Anlässen eine zusätzliche edle Note zu geben.

Nach dem Erlernen der klassischen Formen wird es im zweiten Teil des Kurses darum gehen, wie man die Schrift verzieren kann. Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse nötig.

Termin 25. - 27. April 2025

Kosten € 326 (DZ), € 350 (EZ)

Leitung Thomas Hoyer

Tanz und Bewegung

Da haben die Dornen Rosen getragen

Meditatives Tanzwochenende im Advent

Wir wollen unsere Advents- und Weihnachtsfreude in Tanz, fließender Bewegung und Musik ausdrücken und uns mit Poesie und besinnlichen Texten dem Geheimnis der Weihnacht annähern: uns vom Licht des Ursprungs berühren lassen.

Menschen jeden Alters mit und ohne Tanzerfahrung sind herzlich willkommen.

Termin 13 - 15. Dezember 2024

Kosten € 246 (DZ), € 270 (EZ)

Leitung Iris Beck

Und dann meine Seele sei weit ... (Rilke)

Meditatives Tanzwochenende

Der Herr erfülle deine Füße mit Tanz und dein Herz mit Freude (Afrikanisches Sprichwort).

Es erwarten Sie meditative Tänze (sacred dance / kontemplativer Tanz), Choreographien zu klassischer und neuer Musik sowie Tänze aus verschiedenen Kulturen (Weltmusik).

Menschen jeden Alters mit und ohne Tanzerfahrung sind herzlich willkommen.

Termin 28. Februar - 2. März 2025

Kosten € 246 (DZ), € 270 (EZ)

Leitung Iris Beck

Tanzen ist Träumen mit den Beinen

Tanz- und Bildungstage

Tanzen ist mehr als sich bewegen. Tanzen ist Kultur und verbindet. Es beschwingt die Seele und hilft, die körperliche und geistige Fitness bis ins hohe Alter zu erhalten. Erleben Sie ein vielfältiges Tanzprogramm mit internationalen Tänzen.

Bei einer Halbtages-Exkursion lernen wir ein lohnendes Ziel in der reizvollen Umgebung kennen. Die Kosten für die Halbtagesfahrt sind in der Kursgebühr enthalten.

In Zusammenarbeit mit dem Bundesverband Seniorentanz e.V.

Termin 15. - 19. September 2025

oder

22. - 26. September 2025

Kosten € 447 (DZ), € 495 (EZ)

Leitung Lioba Kübler, Christel Engelberg

Literatur und Musik

Sommerausklang mit Blockflöten

Ein Wochenende für Flötenspieler*innen

- zum Auftanken mit mehrstimmiger Musik aus neuer und alter Zeit
- zum Kraft schöpfen im Erleben der Natur in reizvoller Landschaft
- zum Entspannen bei Tänzen aus aller Welt

Für Blockflötenspieler*innen, die gerne im Ensemble spielen, besonders willkommen sind Spieler*innen mit Sub- und Großbassflöten.

Termin 6. - 8. September 2024

Kosten € 215 (DZ), € 235 (EZ)

oder

Termin 12. - 14. September 2025

Kosten € 246 (DZ), € 270 (EZ)

Leitung Karin Schmid, Ulrike Schmid

Liedbegleitung auf der Gitarre

Ein Wochenende für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Das eigene Gitarrenspiel weiter entwickeln, neue Griffe und Schlagtechniken lernen, Spaß am Üben und gemeinsamen Singen in schöner Umgebung, Zeit für sich und mit anderen.

Termin 25. - 27. Oktober 2024

Kosten € 296 (DZ), € 320 (EZ)

Leitung Patrick Berg, Peter Langenstein

Wie wollen wir zusammen leben?



Zusammen leben kann ein möglichst reibungs-freies „Nebeneinander-her-Leben“ sein. Mit Strukturen und Regeln lässt sich da viel machen.

Aber der Anspruch kann auch viel größer sein: Ein Zusammenleben auf dem Boden von aufrichtiger Wertschätzung sich selbst und den Mitmenschen gegenüber - nur so entsteht eine echte Gemeinschaft. Eine, die auch was aushält und die stark genug für Aufrichtigkeit ist. So anspruchsvoll wollen wir sein - bescheidener geht's nicht. Und dieser Ort hier ist dafür genau der richtige...

Tobias, Teilnehmer der Kar- und Ostertage 2024

„Nur eine Rose als Stütze“ (Hilde Domin)

Literatur vor Ort

Auf den Spuren der Dichterin Hilde Domin, der Dichterin des „Dennoch“, deren Worte auf Wahrhaftigkeit basieren und Leben ausatmen, wollen wir die Reichtümer literarischer und mystischer Texte als Quelle der Orientierung und des Lebensmutes entdecken.

Vielleicht erfahren wir, dass die sanfte Kraft gelebter Visionen unseren Alltag durchdringt und gerade in der Adventszeit ein Stück Himmel auf Erden gegenwärtig wird. Musik, Meditation, fließende Bewegungen und wohl-tuende Körper- und Entspannungsübungen werden uns begleiten.

„Nicht müde werden, sondern dem Wunder leise wie einem Vogel die Hand hinhalten.“ (Hilde Domin)

Termin 29. November - 1. Dezember 2024

Kosten € 246 (DZ), € 270 (EZ)

Leitung Iris Beck

Französische Chansons Chorworkshop voller Poesie & Musik

Französische Chansons werden Lebensbegleiter, wenn sie eine gelungene Mélange sind aus Text, Musik, Emotionen und der stimmlichen Einmaligkeit der Interpretin. Fabienne Carlier vermittelt mit ihrer künstlerischen Arbeit, wie sehr diese Lieder Ausdruck französischer Sing- und Lebenskultur sind.

Chanson im Chorgesang, ist das auch möglich?

Ja! Ein- und mehrstimmig, in einem gut durchmischten Potpourri erkunden wir Essenz und Aktualität französischer Chansons. In vorgegebenen oder spontan entstehenden Arrangements, oftmals auch ohne Noten, führt die Dozentin die Singenden zusammen und begleitet am Klavier.

Die vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten der Stimme spielerisch zu erforschen, dafür bietet die überschaubare 9- bis 12-köpfige Gruppe den idealen Rahmen. In kleineren Formationen kann auch mit den individuellen Stimmen experimentiert werden. In voller Besetzung wählen wir – wie beim Kochen – eine stimmige Gewürzmischung.

Der Kurs ist offen für Menschen mit Freude am Singen und an der französischen Sprache jeden Levels. Kurssprache ist Deutsch.

Eine Kooperationsveranstaltung mit Stimmimpuls.com, Au

Termin 14. - 16. Februar 2025

Kosten € 495 (DZ), € 525 (EZ)

Leitung Fabienne Carlier, Belgien

Info Anmeldung über **StimmIMPULS:**
www.stimmimpuls.com, info@stimmimpuls.com
Tel 0761 - 45 367 951

Sing Africa & more

Chorworkshop

Gesänge Südafrikas ziehen magnetisch an!

Zu den Melodien, Harmonien und Rhythmen mag man sich sofort bewegen, tanzen, fühlt sich lebendig!

Markus Detterbeck hat sich beim Leben und Studium in Südafrika in diese Musik verliebt und vermittelt sie mit Begeisterung und großem Knowhow. Rückmeldungen der Teilnehmenden nach seinem Workshop 2023: zauberhaft, erfrischend, kraftvoll, unvergesslich!

Stimmbildnerische und rhythmische Warm-Ups führen vital in Kraft und Puls der Musik. „Weg von den Noten, hin zu den Ohren!“ lautet sein Motto. Freude am gemeinsamen Singen, Gänsehaut und Lebenslust sind garantiert, Soli und Impros sowie eigene Instrumente sehr willkommen!

Für wen ist der Kurs geeignet? Sing-Beginner bis -Vermittelnde, Youngster bis Oldies sind herzlich willkommen!

Eine Kooperationsveranstaltung mit Stimmimpuls.com, Au

Termin 14. - 16. März 2025

Kosten € 495 (DZ), € 525 (EZ)

Jugendliche, Studis oder Azubis im DZ zahlen 30% weniger!

Leitung Dr. Markus Detterbeck

Info Anmeldung über StimmIMPULS:

www.stimmimpuls.com, info@stimmimpuls.com

Tel 0761 - 45 367 951



Claude Monets Seerosen

Zeichen am Weg - Oasentage der Kunst

Claude Monet - im Licht des Augenblicks

„Mein Bemühen geht kurz gesagt dahin, das wiederzugeben, was ich empfinde“ (Claude Monet).

Ein Glanzstück des Impressionismus sind Monets Seerosenbilder, ein „**großes Wassergedicht**“ voller Licht und Atmosphäre.

Das Naturerleben wird für Monet ein Erleben der Natur von innen heraus, um schließlich das Innere des Künstlers auszudrücken.

Eingeladen sind alle, die sich Zeit nehmen, dem eigenen Leben und Erleben nachzuspüren. Fließende Bewegungen und wohlthuende Entspannungsübungen werden uns dabei heilsam begleiten.

„Monet ist nur Auge, aber Gott, was für ein Auge.“
(Paul Cezanne)

Termin 21. - 23. März 2025

Kosten € 246 (DZ), € 270 (EZ)

Leitung Iris Beck

Vocal Summit

Der große NaturStimmen-Gipfel in St. Ulrich

Finnland - Georgien - Schweiz - Ukraine

Wie klingen archaische Gesänge und NaturStimmen bis hin zum Jodel in Finnland, Georgien, der Schweiz oder der Ukraine? Wie kann ich meine Stimme, meinen Körper und meinen Geist „stimmen“, um die besondere Kraft von Naturgesängen zu spüren und singend auszudrücken?

Beim Vocal Summit, der NaturStimmen-Gipfelpremiere in St. Ulrich, begegnen sich renommierte Dozentinnen und Dozenten aus vier europäischen Ländern und bis zu 100 Singbegeisterte für 4 Tage zu einem vitalen Campus europäischer NaturStimmen.

Zu den Abendkonzerten und dem Wandelkonzert am Sonntagvormittag sind auch externe Besucher herzlich eingeladen!

Freuen Sie sich auf diese Workshops:

- **Mralvajamier – Georgische Polyphonie** mit Tamar Buadze und ihrem Sohn Irakli, Georgien
- **Runolaulu – Finnische & Finno-Ugrische Traditionals** mit Outi Pulkkinen, Finnland
- **Juuz Bis Zäuerli - Jodel & Naturstimmen der Schweiz** mit dem Duo 's Echo vo dr Feldbergstrooss, Schweiz
- **Drevo– Traditionelle Polyphonie der Ukraine** mit Mariana Sadovska, Ukraine,
- **Bodysongs - Musik, die in uns lebt** mit Martina Baumann & Uwe Loda, Heidelberg
- **Körpermusik - Taketina & More** mit Andreas Gerber & Karin Enz Gerber, Schweiz
- **Rhythm games around the world** mit Rolf Grillo, Freiburg

Den Flyer und eine ausführliche Beschreibung der Tage finden Sie auf unserer Homepage.

Die Künstlerkonzerte im Rahmen des vocal summit NaturStimmen:

Finnland trifft Ukraine

Outi Pulkkinen, Finnland und Mariana Sadovska, Ukraine
Mittwoch, 30. April 2025, 20:15 Uhr, Barockkirche St. Ulrich

Urbaner Naturjodel

's Echo vo dr Feldbergstrooss – Dina Jost, Thomas M. Reck, Schweiz

Donnerstag, 1. Mai 2025 20:15 Uhr, Barockkirche St. Ulrich

Georgische Polyphonie

Tamar Buadze & Irakli Arveladze, Georgien

Freitag, 2. Mai 2025 20:15 Uhr, Barockkirche St. Ulrich

Wandelkonzert NaturStimmen

Die Workshops zu Finnland, Georgien, Schweiz und Ukraine präsentieren ihre erlernten NaturStimmen und -Gesänge. Gemeinsames Singfinale mit Teilnehmenden des Vocal Summit und Besuchern.

Sonntag, 4. Mai 2025, 11:00 - 12:30 Uhr auf dem Gelände des Bildungshauses Kloster St. Ulrich

Die Eintritte zu den Konzerten sind frei,
Spenden sind herzlich willkommen!

Eine Kooperationsveranstaltung mit Stimmimpuls.com, Au

Termin 30. April, 16:30 - 4. Mai 2025, ca. 14:30 Uhr

Kosten € 795 für Teilnehmende mit Übernachtung, Vollpension und Besuch aller Konzerte (max. 50 Pers., nur DZ), € 725 (im DZ) reduziert für Jugendliche, Studierende oder Auszubildende.

Kosten € 645 für Teilnehmende ohne Übernachtung & Frühstück einschließlich den weiteren Mahlzeiten und Besuch aller Konzerte (max. 50 Pers.), € 575 reduziert für Jugendliche, Studierende oder Auszubildende.

Info Anmeldeschluss ist der 28.2.2025
Anmeldung über StimmIMPULS:
www.stimmimpuls.com, info@stimmimpuls.com
Tel 0761 - 45 367 951

Literatur an Ort und Stelle

Auf den Spuren der Marie Luise Kaschnitz

„Seht meine Flurkarte, meine eingeborene Landschaft.“
(Marie Luise Kaschnitz)

Marie Luise Kaschnitz ist die vielleicht bedeutendste Nachkriegsdichterin Deutschlands. In Bollschweil erlebte sie Kindertage, hier heiratete sie und kam zeitlebens an diesen Ort zurück, den sie als ihre eigentliche Heimat bezeichnete. Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Bildungswerk Bremen verknüpft die Spuren ihrer Lebensgeschichte in Bollschweil und Begegnungen mit Zeitzeugen mit Texten ihrer literarischen Werke. Eine intensive Begegnung mit einer faszinierenden Frau.

Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Evangelischen Bildungswerk Bremen

Termin 11. - 16. Mai 2025
Kosten € 635 (DZ), € 690 (EZ)
Leitung Christine Holzner-Rabe

Wie wollen wir zusammen leben?

Was wir vor allem für ein gutes Zusammenleben brauchen, ist Vertrauen. Vertrauen ist die Grundlage für Gesellschaft und Politik. Die Heimvolkshochschule ist der Ort, wo diese Grundlagenarbeit gemacht werden kann.

Peter Buhrmann, Verband der Bildungszentren im ländlichen Raum



Klangzauber Georgien (1)

Magie der Stimme

Zwischen Hohem Kaukasus und Schwarzem Meer erlebt man in Georgien eine unfassbare Vielfalt an Klimazonen, Regionen, Volksgruppen, Sprachen, Landschaften und Lebenswirklichkeiten auf einer Fläche etwa der Größe Bayerns. Darin eingebettet ist der zum Weltkulturerbe ernannte polyphone (mehrstimmige) Gesang Georgiens. Die 3-stimmigen Gesänge meist nur kleiner Männer- oder Frauenensembles können teils bis zur Christianisierung im 4. Jahrhundert zurückdatiert werden. Ihre Harmonien, die Intensität der Stimmen schaffen herzergreifende Magie jenseits der Worte.

Tamar Buadze widmet sich vier Tage intensiv Stimme, Klang und Ausdruck. Gut aufeinander zu hören, die Lieder zu spüren und ihnen im stimmlichen Ausdruck Herz zu geben (in Georgien: Leber), ist ihr ein Herzensanliegen. Erfahrungen im mehrstimmigen Singen sind willkommen, Notenkenntnisse nicht zwingend notwendig. Kurssprache ist Deutsch.

Eine Kooperationsveranstaltung mit StimmIMPULS, Au

Termin 7. Juli, 14:00 Uhr - 10. Juli 2025, ca. 13:30 Uhr
Kosten € 620 (DZ), € 665 (EZ)
Leitung Tamar Buadze & Irakli Arveladze, Georgien
Info Anmeldung über StimmIMPULS:
www.stimmimpuls.com, info@stimmimpuls.com,
Tel 0761 - 45 367 951

Klangzauber Georgien (2)

Magie der Stimme

Zwischen Hohem Kaukasus und Schwarzem Meer erlebt man in Georgien eine unfassbare Vielfalt an Klimazonen, Regionen, Volksgruppen, Sprachen, Landschaften und Lebenswirklichkeiten auf einer Fläche etwa der Größe Bayerns. Darin eingebettet ist der zum Weltkulturerbe ernannte polyphone (mehrstimmige) Gesang Georgiens. Die 3-stimmigen Gesänge meist nur kleiner Männer- oder Frauenensembles können teils bis zur Christianisierung im 4. Jahrhundert zurückdatiert werden. Ihre Harmonien, die Intensität der Stimmen schaffen herzergreifende Magie jenseits der Worte.

Tamar Buadze widmet sich vier Tage intensiv Stimme, Klang und Ausdruck. Gut aufeinander zu hören, die Lieder zu spüren und ihnen im stimmlichen Ausdruck Herz zu geben (in Georgien: Leber), ist ihr ein Herzensanliegen. Erfahrungen im mehrstimmigen Singen sind willkommen, Notenkenntnisse nicht zwingend notwendig. Kurssprache ist Deutsch.

Eine Kooperationsveranstaltung mit StimmIMPULS, Au

Termin 11. Juli, 18:00 Uhr - 13. Juli 2025, ca. 13:30 Uhr
Kosten € 540 (DZ), € 570 (EZ)
Leitung Tamar Buadze & Irakli Arveladze, Georgien
Info Anmeldung über StimmIMPULS:
www.stimmimpuls.com, info@stimmimpuls.com,
Tel 0761 - 45 367 951

Juuz & Zäuerli

Wie jodelt's in der Schweiz?

Lebensfreude pur durch gemeinsames Jodeln und Juuzen von traditionell überlieferten Schweizer Jodel- und Juuz-Melodien.

Bernhard Betschart entführt in die Alpenwelt unserer Schweizer Nachbarn scheinbar so nah, aber für hiesige Ohren ungewöhnlich fern und anders.

In einer Muotataler Musikerfamilie aufgewachsen, bringt er uns diese Gesangstradition näher, die seit Generationen nur über das Gehör und ohne Noten weitergegeben wird. Darüber hinaus erfahren wir authentisch von Riten, Landschaft und Kultur, denen Juuz und Zäuerli entspringen.

Ob mit Jodel-Vorkenntnissen oder ohne – alle sind herzlich willkommen!

Eine Kooperationsveranstaltung mit StimmIMPULS, Au

Termin 8. Oktober, 14:00 Uhr - 10. Oktober 2025, 14:00 Uhr
Kosten € 475 (DZ), € 505€ (EZ)
Leitung Bernhard Betschart
Info Anmeldung über StimmIMPULS: www.stimmimpuls.com, info@stimmimpuls.com
Tel 0761 - 45 367 951



Natur & Land bewirtschaften

Nachcafé 2024

Wie wird sich Südbaden (in Zukunft) ernähren?

Diskussionsabend zum Thema Landwirtschaft und Gesellschaft mit Richard Riester, LEL Schwäbisch Gmünd, Prof. Dr. Arnim Wiek, Universität Freiburg und weiteren Podiumsgästen

In Zusammenarbeit mit dem BLHV-Bildungswerk

Termin 28. November 2024, 19:30 Uhr

Leitung Jennifer Shuler, Bernhard Nägele



b|u|s Unternehmertraining

Seminarreihe für landwirtschaftliche Unternehmer*innen

b|u|s Unternehmertraining ist eine Seminarreihe zur Schulung von Kernkompetenzen, die jede*r Unternehmer*in für eine erfolgreiche Entwicklung in seinem*ihrem Unternehmen benötigt. Die Seminarreihe findet in 9 Modulen (je 2 Tage), verteilt über drei Winter, statt.

Das Seminar findet in Zusammenarbeit mit dem BLHV und der Andreas-Hermes-Akademie statt.

Im Winterhalbjahr 24/25 soll eine neue Seminarreihe (Gruppe D) gestartet werden:

Termine: 11.- 12. November 2024

28. - 29. Januar 2025

19. - 20. Februar 2025

Termine Gruppe C im Winterhalbjahr 24/25

2. - 3. Dezember 2024

8. - 9. Januar 2025

13. - 14. Februar 2025

Leitung Bernhard Nägele, Michaela Schöttner

Seminarreihe zu Hofübergabe und Hofübernahme

Projektseminar - Außerfamiliäre Hofübergabe

Seminarreihe zu Themen einer Hofübergabe außerhalb der Familie

Das Seminar richtet sich sowohl an Hofübergeber*innen ohne Nachfolge als auch an potenzielle Hofübernehmer*innen ohne eigenen Hof. In sechs Modulen, verteilt auf das Jahr 2024/25, werden die Teilnehmenden unterstützt, den individuellen Prozess ihrer Hofübergabe oder Existenzgründung ganzheitlich zu beleuchten, planen und einzelne Schritte durchzuführen. Themen sind die eigene Standortbestimmung und Zukunftsvision, die Suche, Hofübergabemodelle, Recht, Finanzierung, Betriebswirtschaft, das Zwischenmenschliche und die Kommunikation miteinander.

Termine 17. Oktober 2024

14. November 2024

19. Dezember 2024

23. Januar 2025

20. Februar 2025

20. März 2025

Kosten € 450 für alle 6 Module

Leitung Maïke Aselmeier, Birgit Motteler, Bernhard Nägele

Hofübergabe und Hofübernahme

Seminar zur Hofübergabe

Themen des Seminars sind: rechtliche, steuerliche und soziale Fragen der Hofübergabe, die Abfindung der weichen Erben, Bedarf der Altenteiler.

In Zusammenarbeit mit dem BLHV-Bildungswerk.

Termin 2. - 3. Dezember 2024

Kosten € 190 (DZ), € 202 (EZ)

Leitung Bernhard Nägele

Gesund und gut motiviert durch die Hofübergabe

Seminar für Hofübergeber*innen

Die Zeit der Hofübergabe ist für jeden Betrieb eine kritische Phase, in der vieles überlegt und geordnet werden muss. Neben den Veränderungen im Betrieb geht es auch um ein Neuausrichten des eigenen Lebens, der Partnerschaft und der familiären Beziehungen. Dieses Seminar will mithelfen, dass diese Phase gut gelingen kann. Themen werden sein: An was müssen wir denken? Welche Perspektiven sehen wir für uns? Was können wir für die eigene Gesundheit tun? Auf was freuen wir uns?

Seminarangebot in Zusammenarbeit mit der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau und dem Bildungswerk des BLHV

Termin 6. - 9. Januar 2025

Kosten € 350 (DZ), € 390 (EZ)

Leitung Maike Aselmeier, Bernhard Nägele

Stammtisch außerfamiliäre Hofübergabe

Treffen für Hofübergeber*innen und potenzielle Übernehmer*innen

Erfahrungs- und Informationsaustausch zum Kennenlernen und Kontakte knüpfen in lockerem Rahmen. Angesprochen sind Personen, die sich das erste Mal mit dem Gedanken befassen oder auch bereits eine Weile auf der Suche sind.

Info Kontakt und weitere Informationen:
Aktiv Forum Hofübergabe, Maike Aselmeier,
maike.aselmeier@familie-und-betrieb.de,
www.familie-und-betrieb.de

Fort- und Weiterbildung

Zertifikatslehrgang Edelbrandsommelier Fortbildung für Brenner*innen

Der LFI-Zertifikatslehrgang Edelbrandsommelier bietet Brennern, Edelbrand- und Likörproduzenten, Mitarbeitern gastronomischer Betriebe und interessierten Personen die ideale Basis, sich Wissen über die Destillatproduktion, Verkostung, Vermarktung und Edelbrandpräsentation anzueignen. Die ausgebildeten Sommeliers tragen die Kultur rund um Edelbrände in die Regionen, tragen zur Bewusstseinsbildung für bäuerliche Spezialitäten bei und steigern damit auch die Absatzmöglichkeiten.

Seminarinhalte: Sensorik, nationale und internationale Spirituosen, Kultur und Geschichte rund um den Brand, Auftreten, Kommunikation, Verkaufen, Öffentlichkeitsarbeit, Verkostungs- und Produktpräsentationen, Kalkulationen und rechtliche Grundlagen.

Der Lehrgang umfasst 120 Unterrichtseinheiten (14 Seminartage), aufgeteilt in 7 Einheiten mit je zwei Tagen, eine Fachexkursion und einen Abschlusstag, verteilt über das Winterhalbjahr 2024/25.

Termine 16. - 17. Oktober 2024
24. - 25. Oktober 2024
9. - 10. Dezember 2024
27. - 28. Januar 2025
3. - 4. Februar 2025
24. - 25. Februar 2025
26. Februar 2025 Exkursion
13. - 14. März 2025
21. März 2025 Abschlusstag

Kosten € 3.050 (DZ), € 3.200 (EZ)
€ 2.400 (ohne Übernachtung)

Info Weitere Infos unter www.bksu.de
In Zusammenarbeit mit dem Ländlichen Fortbildungsinstitut Voralberg (LFI), dem Verein deutscher Edelbrandsommeliers und dem Verband Badischer Klein- und Obstbrenner

Leitung Arthur Nägele, Bernhard Nägele

Fortbildung für Edelbrandsommeliers

Termin 7. - 8. November 2024

29. - 30. Januar 2025

Leitung Ralf Mehlin, Bernhard Nägele

Qualifizierung als landwirtschaftliche*r Unternehmer*in

Kursangebot für landwirtschaftliche Fachschüler*innen

Themen der Kurse werden sein: Persönlichkeitsprofil, unternehmerische Qualitäten, eigenes Selbstverständnis, persönliche und berufliche Lebensplanung, Selbst- und Fremdwahrnehmung, Zeitmanagement, Umgang mit Stress und Konflikten, Lerntechniken.

Termine Fachschule für Weinbau Emmendingen
4. - 8. November 2024

Fachschule für ökologischen Landbau Emmendingen
18. - 22. November 2024 und 3. - 7. Februar 2025

Fachschule für Landwirtschaft Emmendingen
25. - 29. November 2024

Fachschule für Landwirtschaft Donaueschingen
9. - 13. Dezember 2024

Leitung Michaela Schöttner, Bernhard Nägele

Grundlagen der Kommunikation

Seminar für Teilnehmende der Fachschule für Landwirtschaft Emmendingen

Termin 13. - 14. Dezember 2024

Leitung Bernhard Nägele

Berufs- und Arbeitspädagogik

Vorbereitungslehrgang für die Meisterprüfung

Seminarinhalte: Grundfragen und Ziele der Berufsbildung, der Jugendliche in der Ausbildung, Lehr- und Lernmethoden in der Ausbildung, Mitarbeiterführung und Zusammenarbeit im Betrieb.

Termine 7. - 11. April 2025
für Landwirte der Fachschule Emmendingen

14. - 17. April 2025

für Winzer der Fachschule Emmendingen

22. - 25. April 2025

für Ökolandwirte der Fachschule Emmendingen

23. - 25. Juni 2025

für Brenner der Fachschule Offenburg

Leitung Bernhard Nägele

Bäume richtig und zweckmäßig schneiden

Baumschneidekurs für Hobbygärtner*innen

Auf was muss ich achten, wenn ich meine Bäume im Garten schneiden will?

Erziehungsformen, Zeitpunkt, Techniken, Baumpflegemaßnahmen übers Jahr.

Termin 3. - 4. Januar 2025
10. - 11. Januar 2025

Kosten € 105 (DZ), € 115 (EZ), € 80 (ohne Übernachtung)

Leitung Bernhard Nägele

Kräuter-Regio-Seminare

In Zusammenarbeit mit dem Bauerngarten- und Wildkräuterland Baden e.V.

Heilpflanzen für Haustiere

Heilpflanzen werden seit je her auch in der Tierheilkunde eingesetzt. Dieses Wissen um die alten Anwendungen und immer noch aktuellen Hausrezepturen zur Gesundheitserhaltung der Haustiere soll in den beiden Seminartagen in Erinnerung gerufen werden. Neben dem großen Thema Haut- und Schleimhautpflege geht es um die Stärkung der Atemwege und des Verdauungstraktes und deren naturheilkundlicher Begleitung.

Gemeinsam werden Rezepturen erarbeitet und diese praktisch zubereitet.

Termin 14. - 15. Oktober 2024
Kosten € 240 (DZ), € 252 (EZ)
Leitung Andrea Tellmann



Wie wollen wir zusammen leben?



Mir ist wichtig, dass ganz unterschiedliche Menschen sowohl bei uns im Bildungshaus als auch in unserer Gesellschaft ihren Platz haben dürfen und in ihrer Entwicklung Unterstützung finden..

Angelika Pietschmann, Referentin

Selber gärtnern Kleine Gartenschule

Selber im Garten oder auf dem Balkon Salat und Gemüse ziehen und Blumen pflegen macht Spaß und ist wieder im Trend. Doch dabei stellen sich viele Fragen: Wie säe ich Salate? Welches Unkraut ist das? Wie vermehre ich Stauden? Und: wie plane ich meinen Garten so, dass ich die Arbeit nebenher leisten kann? Auf diese Fragen und auf viele weitere will der Jahreskurs „Selber gärtnern – kleine Gartenschule“ eine Antwort geben.

Im Kurs lernen wir Basiswissen über Salate, Gemüse, Gartenkräuter, Obst, Beeren und Stauden und setzen das Gelernte gleich in die Praxis um. Gemeinsam wollen wir die Vielfalt bei Anbausorten und bei der Gartengestaltung entdecken.

Der Kurs besteht aus vier Einheiten à zwei Tagen und ist nur als Ganzes buchbar. Der Teilnahmebeitrag beinhaltet: Kursgebühr, Lehrbuch, Unterrichtsmaterial, Übernachtung und Verpflegung.

Termin 17. - 18. März 2025
12. - 13. Mai 2025
30. Juni - 1. Juli 2025
6. - 7. Oktober 2025
Kosten € 930 (DZ), € 980 (EZ)
Leitung Eva-Maria Schüle, Geli Pietschmann

Kräuter-Grundkurs 2025

Grundlagenwissen über heimische Wild- und Gartenkräuter

Das Seminar vermittelt in Theorie und Praxis grundlegendes Wissen über unsere heimischen Wild- und Gartenkräuter. In vier Seminareinheiten zu je zwei Tagen, verteilt über Frühjahr, Frühsommer, Sommer und Herbst, lernen Sie typische Kräuter der jeweiligen Saison kennen und bereiten daraus allerlei schmackhafte Gerichte, Gesundheitsförderndes und Kreatives. Die Seminareinheiten bauen inhaltlich und organisatorisch aufeinander auf. Der Kurs ist nur als Ganzes buchbar. Weitere Infos unter: www.kraeuter-regio.de

Termin 1. - 2. April 2025
5. - 6. Mai 2025
23. - 24. Juni 2025
29. - 30. September 2025

Kosten € 930 (DZ), € 980 (EZ)
inkl. Seminargebühr, Unterkunft, Verpflegung,
Seminarliteratur und Materialkosten

Leitung Bärbel Höfflin-Rock, Karin Rotzler,
Eva-Maria Schüle, Petra Rehm-Hug,
Andrea Tellmann, Bernhard Nägele



Wie wollen wir zusammen leben?



Bei den Angeboten hier in St. Ulrich wird auch die Seele gestärkt. Das ist für uns eine wichtige Grundvoraussetzung für das Miteinander und ein Leben in Frieden. Wir erleben hier, wie es guttut, miteinander zu arbeiten und etwas zu erreichen. Das verbindet bei allen Unterschieden.

Teilnehmende der Gartenschule 2024

Naturaromen-Kurs 2025

Riechen - Schmecken - Genießen

Jede Jahreszeit und jede Landschaft haben ihre unverwechselbaren Aromen. Gemeinsam begeben wir uns auf die Spur der Gerüche und Geschmäcker unserer Wiesen, Hecken und Wälder. Wir schulen unsere Sinne und fangen die Naturaromen in zahlreichen kulinarischen und/oder gesundheitsfördernden Zubereitungen ein (u.a. Destillieren, Kochen, Räuchern...).

Als Abschluss kochen wir gemeinsam mit Spitzenkoch H.-P. Rombach (Sonne, St. Peter) ein Dreigängemenü – Geschmacksexplosionen garantiert!

Ein Kurs voller spannender Sinneserfahrungen und vor allem: mit viel Genuss!

Die Seminareinheiten (je 2 Tage im Frühling, Sommer, Herbst und Winter) bauen aufeinander auf. Der Kurs ist daher nur als Ganzes buchbar. Weitere Infos: www.bksu.de und www.kraeuter-regio.de

Termine 2. - 3. April 2025

2. - 3. Juli 2025

15. - 16. Oktober 2025

3. - 4. Dezember 2025

Kosten € 930 (DZ), € 980 (EZ)

Seminargebühr inkl. Unterkunft, Verpflegung,
Seminarunterlagen und Materialkosten

Leitung Marion Bödecker, Petra Rehm-Hug, Margot Auer,
Susanne Hill-Rivero, Almuth Baron-Weiß, H.-P.
Rombach

Heilende Kräuter im Frühsommer

Tauchen Sie ein in die bunte Vielfalt und strotzende Kraft der Heilkräuter des Frühsommers. Während der zwei Seminarartage erfahren Sie Wissenswertes über die Geschichte und Heilkraft, sowie der Anwendungsmöglichkeiten unserer heimischen Wild- und Heilkräuter. Gemeinsam werden Kräuter gesucht, geerntet und zu einer effektiven, heilsamen Hausapotheke verarbeitet.

Termin 16. - 17. April 2025

Kosten € 250 (DZ), € 262 (EZ)

Leitung Andrea Tellmann



Biodiversität erleben

Zusammenhänge verstehen - mit allen Sinnen
erfassen - nachhaltig stärken



Wieso brauchen Wildbienen heimische Blüten? Weshalb sind Wildkräuter wichtig für Schmetterlinge? Warum freuen wir uns im Gemüsebau über Schwebefliegen?

Allerhand Erstaunliches über das wilde Leben direkt vor unseren Haustüren und Stadttoren. Erlangen Sie etwas Basiswissen und erfahren Sie, wie wir der biologischen Artenvielfalt um uns mit einfachen Maßnahmen helfen können. Nicht nur die Tierchen benötigen heimische Gewächse, auch wir Menschen sind seit Jahrtausenden daran angepasst. Daher bereiten wir auch einige einfache wilde Genüsse zu, sind zusammen kreativ und hören Geschichten rund um die Lebewesen der wunderbaren Schöpfung.

Die Termine der kleinen Seminarreihe mit je zwei Tagen in Frühling, Sommer und Herbst bauen inhaltlich aufeinander auf und sind nur als Ganzes buchbar.

Termine: 7. - 8. Mai 2025

16. - 17. Juli 2025

1. - 2. Oktober 2025

Kosten € 750 (DZ), € 790 (EZ)

Leitung Christiane Denzel, Karin Keller, Petra Rehm-Hug,
Rita Schwär

Ökologischer Weinbau

Die Grundlagen des biologischen Weinbaus

Einführungskurs „Ökologischer Weinbau“

Der Einführungskurs gibt einen umfassenden Überblick über die Arbeitsweise des ökologischen Weinbaus. Schwerpunkte bilden die Themen: Pflanzenernährung, Begrünung/Bodenpflege, Pflanzengesundheit und die Umstellungsplanung. Zusätzlich vermittelt dieses Seminar die grundlegenden Kenntnisse der biodynamischen Wirtschaftsweise im Weinbau. Inhaltliche Schwerpunkte bilden dabei die Anwendung von biodynamischen Präparaten.

In Zusammenarbeit mit ECOVIN Baden und dem Beratungsdienst ökologischer Weinbau.

Termin 13. - 17. Januar 2025
Kosten € 640 (DZ), € 690 (EZ)
Leitung Bernhard Nägele, Paulin Köpfer,
Tomislav Markovic, Jakob Moise, Michael Baumann

Aufbaukurs biologischer Weinbau

Das Seminar wird durchgeführt in Zusammenarbeit mit dem Beratungsdienst ökologischer Weinbau. Es greift aktuelle Fachthemen aus der Praxis des ökologischen Weinbaus auf. Zielgruppe sind Praktiker*innen mit Erfahrungen im ökologischen Weinbau.

Termin 10. - 12. Februar 2025
Kosten € 450 (DZ), € 490 (EZ)
Leitung Tomislav Markovic, Jakob Moise,
Michael Baumann, Bernhard Nägele

Fachtagung „Ökologischer Weinbau“

Das Seminar beschäftigt sich mit Zukunftsfragen des biologischen Weinbaus. Vermittelt und diskutiert werden neue Erkenntnisse der Wissenschaft. Geisteswissenschaftliche Impulse und Erkenntnisse aus der biodynamischen Forschung sind weitere Bestandteile des Seminars.

Anresemöglichkeit bereits am 9. März 2025
(nach Absprache)

Termin 10. - 12. März 2025
Kosten € 520 (DZ), € 560 (EZ)
Leitung Paulin Köpfer, Tomislav Markovic, Jakob Moise,
Michael Baumann, Bernhard Nägele





Unterwegs
sein

Wallfahrten

Tageswallfahrt nach Sachseln/Flüeli

In Zusammenarbeit mit der KLB Freiburg

Termin 26. Oktober 2024

Leitung Thomas Dietrich, Bernhard Nägele

Die Seele laufen lassen...

**Pilgern auf dem Franziskanischen Friedensweg
von Spoleto bis Greccio**

Für Menschen im Alter zwischen Mitte 30 und Ende 50.

→ Mehr zum Angebot siehe S. 47

Veranstaltungskalender

September 2024

02.–06.	Bildungsfreizeit für Großeltern und ihre Enkel	42
06.–08.	Wochenende für Flötenspieler*innen – Sommerausklang mit Blockflöten	85
13.–15.	Wochenende für Frauen – Einfach singen	18
15.	Ein achtsames Kurzretreat – Der Lebensweg in Stille	76
20.–22.	Wochenende für Männer – Ausgeglichen leben	30
22.	Treffen ehemaliger Hauptkursteilnehmer*innen und Mitglieder des Freundeskreises	138
27.–29.	Wochenende für Paare – Beeren und Nüsse	33
27.–29.	Trauerwochenende für Junge Erwachsene – Du fehlst mir!	16

Oktober 2024

03.–06.	Achtsamkeits–Wander–Retreat – Meinen Weg entdecken	76
11.–13.	Kleine Auszeit für Frauen – Mutig, mutig!	25
11.–15.	Seminar zur Burnout-Prävention – Wenn der Körper zeigt, dass die Seele streikt	19
14.–15.	Heilpflanzen für Haustiere	102
16.–17.	Fortbildung für Brenner*innen	99
17.	Projektseminar zur außerfamiliären Hofübergabe	97
24.–25.	Fortbildung für Brenner*innen	99
25.–27.	Gitarrenkurs – Liedbegleitung auf der Gitarre	85
25.–27.	Mittleres Erwachsenenalter – Auszeit!	46

26.	Tageswallfahrt nach Sachseln/Flüeli	112
26.	Tages–Angebot "Gewaltfreie Kommunikation"	56/57
28.10.–01.11.	Auszeit für Frauen mit Kindern – Zeit zu beginnen ist jetzt	26

November 2024

01.–03.	Wochenende für Jugendliche und Junge Erwachsene – Back to St. Uli	16
04.–08.	Qualifizierung als landwirtschaftliche*r Unternehmer*in	100
07.–08.	Fortbildung für Edelbrandsommeliers	100
08.–10.	Wochenende für trauernde Menschen – Haltet die Welt an	71
08.–10.	Wochenende für Paargruppen	40
09.	Mitgliederversammlung Freundeskreis	138
11.–12.	b u s Unternehmertraining	96
14.	Projektseminar zur außerfamiliären Hofübergabe	97
14.–15.	Betriebshelfertagung	140
15.–17.	Wochenende für Frauen – Frauenfiguren aus Papier und Kleister	20
15.–17.	Seminar für Menschen in Trennung und Scheidung	70
16.	Selbstfürsorge- und Achtsamkeitstag – Timeout	58
18.–22.	Qualifizierung als landwirtschaftliche*r Unternehmer*in	100
22.–24.	Auszeit für Frauen – Yoga mit Leichtigkeit – Filzen zur Entspannung	21
22.–24.	Wochenende für Paargruppen	40
25.–29.	Qualifizierung als landwirtschaftliche*r Unternehmer*in	100
28.	Diskussionsabend zum Thema Landwirtschaft und Gesellschaft	96
29.11. – 01.12.	Wohlfühlwochenende für Frauen	26
29.11. – 01.12.	Literatur und Musik – Musische Einkehrtage	86/87
30.	Ausdrucksmalen	82

Dezember 2024

02.–03.	bju s Unternehmertraining	96
02.–03.	Seminar zur Hofübergabe	97
06.–08.	Wochenende für Familien – Advent mit Leib und Seele	43
09.–10.	Fortbildung für Brenner*innen	99
09.–13.	Qualifizierung als landwirtschaftliche*r Unternehmer*in	100
11.–13.	Betriebshelferfortbildung	140
13.–14.	Seminar für Fachschüler*innen – Grundlagen der Kommunikation	100
13.–15.	Meditative Begegnung im Tanz – Da haben die Dornen Rosen getragen	83
15.–20.	Bildungstage für Männer – Demokratie MITEINANDER	51
19.	Projektseminar zur außerfamiliären Hofübergabe	97
27.–30.	Mittleres Erwachsenenalter – Zwischen den Jahren	46/47
30.12.–02.01.	Silvesterfreizeit für Familien – Mit festem Stand und klarem Blick	43/44

Januar 2025

03.–04.	Baumschneidekurs für Hobbygärtner*innen	101
06.–09.	Seminar für Hofübergeber*innen	98
08.–09.	bju s Unternehmertraining	96
10.–11.	Baumschneidekurs für Hobbygärtner*innen	101
13.–17.	Einführungskurs Ökologischer Weinbau	108
17.–19.	Wochenende für Frauen – Wandeljahre	21
17.–19.	Landfrauenzirkel – Du bist ein Segen	27
20.–24.	Bildungstage für Senior*innen – Mitgestalten im bäuerlichen Betrieb und Familie	51
23.	Projektseminar zur außerfamiliären Hofübergabe	97

24.–26.	Wochenende für Paare – Das sind wir uns wert	34
27.–28.	Fortbildung für Brenner*innen	99
28.–29.	bju s Unternehmertraining	96
29.–30.	Fortbildung für Edelbrandsommeliers	100
31.01.–02.02.	Kreativwochenende für Frauen – Upcycling!	22
31.01.–02.02.	Wochenende für Paargruppen	40

Februar 2025

03.–04.	Fortbildung für Brenner*innen	99
03.–07.	Qualifizierung als landwirtschaftliche*r Unternehmer*in	100
05.–07.	Orientierungsseminar 60 plus – Segel setzen ...	59
07.–09.	Seminar für Menschen in Trennung und Scheidung	70
10.–12.	Aufbaukurs biologischer Weinbau	108
12.–14.	Bildungstage für Menschen ab 60 Jahren – Lebenskunst in Liedern, Gedichten und Geschichten	53
12.–13.	bju s Unternehmertraining	96
14.	Online-Seminar für Paare – Der besondere Valentinstag	34
14.–16.	Chorworkshop Poesie und Musik – Französische Chansons	87
14.–16.	Wochenende für trauernde Menschen – Die Welt ist ärmer ohne Dich!	72
15.	Selbstfürsorge- und Achtsamkeitstag – Timeout	58
17.–19.	Seminar für Frauen – Lebensmutig älter werden	22/23
19.–20.	bju s Unternehmertraining	96
20.	Projektseminar zur außerfamiliären Hofübergabe	97
21.–23.	Wochenende für Paare – Du tust mir gut	35
21.–23.	Selbstmanagement mit dem Zürcher Ressourcen Modell	60

24.–25.	Fortbildung für Brenner*innen	99
26.	Fortbildung für Brenner*innen	99
28.02.–02.03.	Wochenende für Frauen – Frauenfiguren aus Papier und Kleister	20
28.02.–02.03.	Meditative Begegnung im Tanz – Und dann meine Seele sei weit ...	84

März 2025

05.–09.	Bildungsfreizeit für Frauen im 3. Lebensalter – Flügel für die Seele	23
08.	Besinnungstag Freundeskreis	77 / 138
10.–12.	Fachseminar Ökologischer Weinbau	109
13.–14.	Fortbildung für Brenner*innen	99
14.–16.	Chorworkshop – Sing Africa & more	88
14.–16.	Trauerseminar – Warum konnten wir dich nicht halten	72 / 73
15.	Ausdrucksmalen	82
17.–18.	Kleine Gartenschule – Selber gärtnern	103
20.	Projektseminar zur außerfamiliären Hofübergabe	97
21.	Fortbildung für Brenner*innen	99
21.–23.	Potentialentfaltung und glückliche Beziehungen mit dem inneren Team	61
21.–23.	Musische Einkehrtage – Zeichen am Weg	89
23.–28.	St. Ulricher Fastenwoche – Meinem Leben Richtung geben	77
28.–30.	Wochenende für Paare – Wie Sie Ihre Liebe lebendig halten	35

April 2025

01.–02.	Kräutergrundkurs	104
02.–03.	Naturaromen-Kurs	105 / 106
04.–06.	Tanz- und Bildungstage – Tanzen verbindet	53
04.–06.	Gelingende Kommunikation	56 / 57

06.–11.	Fasten–Wanderwoche – Körper und Seele laufen lassen	78
07.–11.	Vorbereitungslehrgang für die Meis- terprüfung – Berufs– und Arbeits- pädagogik	101
11.–13.	Wochenende für Paare – Let's talk about ...	36
11.–15.	Fastenwoche für Frauen – Wohin mein Herz mich führt	28
12.	Ausdrucksmalen	82
14.–17.	Vorbereitungslehrgang für die Meis- terprüfung – Berufs- und Arbeits- pädagogik	101
16.–17.	Heilende Kräuter im Frühsommer	106
18.–20.	Wochenende für Familien – Osterfreude erfahren	44
22.–25.	Vier Tag für Gesundheit und Stärkung – Yoga und Wandern im Schwarzwald	69
22.–25.	Vorbereitungslehrgang für die Meis- terprüfung – Berufs- und Arbeits- pädagogik	101
25.–27.	Kalligrafie–Wochenende – Klarheit in Schönheit	83
25.–27.	Wochenende für Männer – Kraftvoll und fokussiert	31 / 32
27.	Genusskochkurs für Jung und Alt – Schmeck den Frühling	62
30.04.–04.05.	Vocal Summit – Der große NaturStimmen-Gipfel	90 / 91

Mai 2025

05.–06.	Kräutergrundkurs	104
07.–08.	Seminar Biodiversität	107
09.–11.	Wochenende zur Herzensbildung – Herzwärts	63
10.	Ausdrucksmalen	82
11.–16.	Literatur an Ort und Stelle – Auf den Spuren von Marie Luise Kaschnitz	92
12.–13.	Kleine Gartenschule – Selber gärtnern	103

16.–18.	Wochenende für Frauen – Gepflanzt wie ein Baum im Wasser	24
16.–18.	Wochenende für Eltern – Flügel geben	45
18.–23.	Workshop VIPP	56
23.–25.	Wochenende für Frauen – Einfach singen	18
23.–25.	Teamer*innenschulung – Fit fürs Team	17
25.	Genusskochkurs für Jung und Alt – Schmeck den Frühling	62
28.05.–01.06.	Mittleres Erwachsenenalter – Wandern und Meditation	47
29.05.–01.06.	Wochenende für Paare – Lebendiges Miteinander	37
30.05.–01.06.	Meditation des Tanzes – Auf der Suche nach der weiblichen Seite Gottes	78

Juni 2025

04.–08.	Seminar zur Burnout-Prävention – Wenn der Körper zeigt, dass die Seele streikt	19
06.–12.	Bildungsfreizeit für Einelternfamilien – Raus aus dem Alltag	45
08.–10.	60plus – Intuitives Bogenschießen	64
11.–19.	Mittleres Erwachsenenalter – Die Seele laufen lassen	48
18.–22.	Orientierungstage für Junge Erwachsene – Wer bin ich und wenn ja wohin?	18
19.–22.	Wochenende für Paare – Auch die Liebe braucht mal Hilfe	37/38
23.–24.	Kräutergrundkurs	104
23.–26.	Vorbereitungslehrgang für die Meisterprüfung – Berufs- und Arbeitspädagogik	101
25.–27.	Seminar für Paare – 55 plus Liebe	38
27.–29.	Ein Wochenende zur Gesundheit und Stärkung – Kraftquelle Wald	69
30.06.–01.07.	Kleine Gartenschule – Selber gärtnern	103

Juli 2025

02.–03.	Naturaromen-Kurs	105/106
03.–06.	Mittleres Erwachsenenalter – Yoga und Wandern im Schwarzwald	49
04.–06.	Wochenende für Paare – Von der Kunst, ein Liebespaar zu bleiben	39
07.–10.	Klangzauber Georgien (1)	93
11.–13.	Klangzauber Georgien (2)	93/94
11.–13.	Meditatives Bogenschießen – Entspann Dich!	79
12.	Spirituelle Tag – leib und selig	79
12.	Ausdrucksmalen	82
16.–17.	Seminar Biodiversität	107
18.–20.	Bogenschießen – Der Weg zur Mitte	65
18.–20.	Intuition – Dem inneren Kompass folgen	66

August 2025

04.–11.	Bildungsfreizeit für Mädchen von 9 – 13 Jahren	15
13.–20.	Bildungsfreizeit für Jugendliche von 14 – 17 Jahren	15
22.–29.	Bildungsfreizeit für Jungs von 9 – 14 Jahren	15

September 2025

07.–12.	Workshop VIPP	56
12.–14.	Wochenende für Flötenspieler*innen – Sommerausklang mit Blockflöten	85
13.	Ausdrucksmalen	82
15.–19.	Tanz- und Bildungsfreizeit – Tanzen ist Träumen mit den Beinen	84
19.–21.	Wochenende für Männer – Timeout: Jetzt	32
19.–21.	Mittleres Erwachsenenalter – Life/Work Planning	50

22.–26.	Tanz- und Bildungszeit – Tanzen ist Träumen mit den Beinen	84
26.–28.	Wochenende für Paare – Trittsteine und Stolpersteine	40
26.–28.	Wochenende zur Stärkung und Gesundung – Jin Shin Jyutsu	68
29.–30.	Kräutergrundkurs	104

Oktober 2025

01.–02.	Seminar Biodiversität	107
02.–05.	Kontemplatives Gebet für Einstei- ger*innen – Einfach da sein	80
06.–07.	Kleine Gartenschule – Selber gärtnern	103
08.–10.	Naturjodeln – Wie jodelt's in der Schweiz	94
15.–16.	Naturaromen-Kurs	105/106



Mitarbeitende

Zu unserem Bildungshaus gehören aktuell 35 Menschen, die mit großem Engagement in der Hauswirtschaft und Reinigung, in der Verwaltung und als pädagogisches Team dafür arbeiten, einen gastfreundlichen und ansprechenden Lernort zu bieten.



Bernhard Nägele

Leitung

Dipl. Agraringenieur
Tel.: 07602/91 01 27

E-Mail: ▶ bernhard.naegele@bksu.de



Christiane Röcke

Stellvertretende Leitung

Dipl. Sozialpädagogin,
Supervisorin (DGSV)
Tel.: 07602/91 01 21

E-Mail: ▶ christiane.roecke@bksu.de



Daniel Dombrowsky

Referent

Dipl. Theologe, Dipl. Sozialpädagoge
Tel.: 07602/91 01 25

E-Mail: ▶ daniel.dombrowsky@bksu.de



Katharina Nägele

Referentin

Heilpädagogin
Tel.: 0176 208 79 689

E-Mail: ▶ katharina.naegele@bksu.de



Daniela Nebel

Referentin

Dipl. Theologin, Dipl. Religionspädagogin
E-Mail: ▶ daniela.nebel@bksu.de



Claudia Held

Verwaltung

Tel.: 07602/91 01 0

E-Mail: ▶ info@bksu.de
Bürozeiten: Montag – Donnerstag
von 8:00 – 13:00 Uhr,
Freitag von 8:00 – 16:00 Uhr



Sabine Riesterer

Verwaltung, Betriebshelferdienst

Tel.: 07602/91 01 26

E-Mail: ▶ info@bksu.de
Bürozeiten: Montag – Freitag
von 8:00 – 13:00 Uhr



Elvira Schuldts

Verwaltung

Tel.: 07602/9101-0

E-Mail: ▶ info@bksu.de
Bürozeiten: Montag, Dienstag, Mittwoch
von 8:00 – 17:00 Uhr,
Donnerstag von 13:00 – 17:00 Uhr



Johanna Himmelsbach

Hauswirtschaftsleitung

Tel.: 07602/91 01 555

E-Mail: ▶ johanna.himmelsbach@bksu.de



Ulrike Schneider

Stellv. Hauswirtschaftsleitung

Tel.: 07602/91 01 555



Doris Langenwalder

Küchenleitung

Tel.: 07602/91 01 24

E-Mail: ▶ doris.langenwalder@bksu.de

Weitere Mitarbeiter*innen in unserem Team:

Anna Brengartner, Sophia Brengartner, Zyle Berisha, Olha Bondarenko, Monika Deger, Anastasiia Derevianko, Helga Fliegau, Marisa Gramesbacher, Martina Hug, Milena Hug, Monika Jeschke, Anita Karle, Erwin Karle, Meinrad Karle, Fetah Kovaci, Rosa Maria Lais, Linda Mäder, Petra Rehm-Hug, Barbara Schneider, Maria Schneider, Natalie Sühr, Ursula Schwörer, Maria Willmann, Renate Zoller

Kursleitungen

Helmut Aatz, MBSR Lehrer, Gestalttherapeut, Heilpraktiker für Psychotherapie

Edith Albertz Kommunikationstrainerin, Erlebnispädagogin, Mediatorin

Tobias Aldinger, Theologe, Referent für Glaubenskommunikation

Irakli Arveladze, Georgien, Sänger

Maike Aselmeier, Psychologin (B.Sc.), Landwirtin

Margot Auer, Kräuterpädagogin

Miriam Baldes, Sozialpädagogin

Marina Bank, Vorstand der KLFB

Almuth Baron-Weiß, Pilzsachverständige

Martina Baumann, Dipl. Musiktherapeutin

Michael Baumann, Beratungsdienst ökologischer Weinbau

Hannah Baur, Sozialarbeiterin, Erwachsenenbildnerin M.A.

Dr. Martina Baur, Sozial- und Sonderpädagogin, psychosomatische Gesundheitspädagogin, Mitarbeiterin beim Institut für Burnout-Prävention in Hamburg (IBP-Hamburg)

Iris Beck, Gestaltpädagogin

Ulrich Beer-Bercher Ehe- und Familienberater

Ursula Bercher Sozialarbeiterin (FH)

Lisa Berg, Tanzleiterin

Patrick Berg, Studienrat

Ulf Bergemann, KAB

Brigitte Binkert, Hobbyschneiderin

Marion Bödecker, Kräuter-Aroma-Räucherfachfrau

Christoph Bösch, Paartherapeut, Körperpsychotherapeut, Heilpraktiker

Simone Breitenberger, Diplom-Sprachwissenschaftlerin, Sprach- und Stimmtherapeutin

Dr. Gottlieb Brunner, Theologe

Tamar Buadze, Georgien, international arbeitende Dozentin, Sängerin und Chorleiterin

Marc Buddensieg, LWP-Trainer, LWP Institut Hannover, zertifizierter ZRM®-Trainer

Fabienne Carlier, belgische Chansonsängerin, Pianistin, Akkordeonistin, Komponistin und Texterin

Alexander Czech, Priester, Exerzitienbegleiter

Claudia Debes, Dipl. Sozialpädagogin, Leitung Referat Frauen-Männer-Gender im Erzb. Seelsorgeamt

Christiane Denzel, Gärtnerin, Heilpraktikerin, Kräuter-, Bauernhof- u. Biodiversitäts-Padagogin

Dr. Markus Detterbeck, Autor, Chorleiter, Dirigent, Komponist, Referent und Schulmusiker

Dorothee Dombrowsky, Sozialpädagogin (FH)

Dr. Thomas Dietrich, Landvolkpfarrer

Silvia Dufner, Gemeindefertin, Geistl. Mentorin, Exerzitienbegleiterin

Mechtild Ehses-Flohr, Beratung und Prozessbegleitung, Coach

Elfi Eichhorn-Kösler Dipl. Pädagogin, Referentin für Seniorenarbeit

Stefanie Eisele, Geistl. Leiterin der KLFB, Pastoralreferentin

Christel Engelberg, Tanzleiterin

Karin Enz Gerber, Rhythmuspädagogin

Andreas Gerber, Rhythmuspädagoge

Angelika Graf, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin

Mathias Graf, Diplom Psychologe und Paartherapeut

Rolf Grillo, Dipl. Rhythmiker

Cornelia Grix, Diplompädagogin, Gestalttherapeutin, Leiterin des Flow-Instituts-Freiburg

Stephanie Hamann, Dipl. Pädagogin, Systemische Coach

Christina Hanser, Künstlerin, Achtsamkeitsmalcoachin

Annette Heizmann, Religionspädagogin, Fastengruppenleiterin, Autorin

Susanne Hill-Rivero, Kräuterpädagogin, Aromaexpertin
Bärbel Höfflin-Rock, Dipl.-Geographin, Kräuterpädagogin
Friedhilde Höfle, Tanzleiterin
Mirjam Hoferichter, musikalische Leitung
Silvia Hoffmann, Zertifizierte Trainerin für gewaltfreie Kommunikation
Christine Holzner-Rabe, Bildungswerk Bremen
Thomas Hoyer, Diplom-Designer, selbständiger Kalligraf
Marlene Hügler, Resilienz-Coach, Resilienz-Beraterin
Brigitte Jeske, Vorstand der KLFB
Diana Jost, Jodlerin und Sängerin aus Basel
Susanne Jörger, Diözesanreferentin KLFB
Hans-Peter Karrer, KAB
Karin Keller, Bankkauffrau, Yogalehrerin, Biodiversitätspädagogin
Andrea Kenk, selbständige Naturpädagogin
Johannes Kersting, Gestalt- und Paartherapeut
Ines Keßler, Dipl.-Theologin, Therapeutin
Sandra Klein-Gißler, Gestalttherapeutin, Supervisorin, Fachberaterin für Selbstfürsorge
Andrea Klenk, Dipl. Betriebswirtin (BA), Begleitende Kinesologin (DGAK)
Hans-Jörg Koch, Dipl. Theologe, Systemischer Familientherapeut
Paulin Köpfer, ECOVIN Baden
Dr. Edgar Kössler, Dipl. Pädagoge, Prof. em. für Management und Bildung
Sabine Krings, Körpertherapeutin für Jin Shin Jyutsu
Lioba Kübler, Tanztrainerin (BVST)
Ingrid Kämpflein, Vorstand KLFB
Manuela Längle, Theologin, Schulseelsorgerin
Peter Langenstein, Theologe

Brigitte Langlois, Diplompädagogin, tätig in der Trauerbegleitung
Hannelore List, Diplompädagogin, Erwachsenenbildnerin und Coach
Uwe Loda, Dipl. Musiktherapeut
Judith Manok-Grundler, Individualpsy. Beraterin, Meditationsleiterin
Tomislav Markovic, Beratungsdienst ökologischer Weinbau
Ralph Mehlin, Edelbrandsommelier
Bernhard Meyer Sozialpädagoge, Systemischer Therapeut (IGsT)
Bettina Michalek, Yogalehrerin (TSY) und Kunsttherapeutin
Jakob Moise, Beratungsdienst ökologischer Weinbau
Miriam Moll, Kommunikationsberaterin, Coach und Trainerin
Birgit Motteler, Diplomagraringenieurin, Beraterin
Arthur Nägele, Trainer & Advisor for alcoholic Beverages
Katja Pflieger, Verantwortliche der KLFB
Geli Pietschmann, Sozialpädagogin
Outi Pulkinnen, Finnland, experimentelle Stimmkünstlerin
Thomas-Maria Reck, Basel, Jodler, Dozent und Gesangslehrer
Petra Rehm-Hug, Kräuterpädagogin
Heike Rieder, Trauer- und Krisenseelsorgerin, ausgebildet in Meditation des Tanzes und rituellen Frauentänzen
Simon Rockenstein, Dipl. Sozialarbeiter, Coach (TZI), Trainer erlebnispädagogisches Bogenschießen
Michael Rodiger-Leupolz, Theologe, Diözesanmännerseelsorger
Hans-Peter Rombach, Bio-Sterne-Koch
Georg Roller, Organisationsberater, Supervisor, ktiver Bogenschütze
Karin Rotzler, Kunstpädagogin, Krankenschwester
Mariana Sadovska, Ukraine, Schauspielerin, Musikerin, Sängerin und Komponistin
Martina Sailer, Dipl. Sozialpädagogin, Theaterpädagogin

Dr. Maria A. Salas, Anthropologin

Marius Schaad, Sozialpädagoge B.A. und Trauerbegleiter

Birgit Schill, Musikerin und Therapeutin

Gabi Schmelzle, Heilpraktikerin

Karin Schmid, Tanz- und Musikpädagogin

Ulrike Schmid, Blockflötenpädagogin

Michaela Schöttner, Bildungsreferentin BLHV

Eva-Maria Schüle, Diplom Agraringenieurin, Klostergärtnerin

Rita Schwär, Bioland-Bäuerin, Biodiversitäts-Pädagogin in Ausbildung

Jennifer Shuler, Bildungsreferentin, BLHV

Sonja Specker, Sozialpädagogin (BA)

Anna Stempel-Romano, Dipl. Pädagogin

Veronika Sumser, Natur- und Landschaftsführerin

Andrea Tellmann, Heilpraktikerin, Krankenschwester

Dr. Hermann J. Tillmann, Anthropologe

Christoph Walser, Theologe, Coach

Gabriele Weber, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin, Paartherapeutin

Anita Weiß-Bösch, Paartherapeutin, Systemische Beraterin, Sozialarbeiterin (FH)

Andreas Weniger, Lehrer und ausgebildet in Waldbaden

Carmen Weniger, Yogalehrerin

Mathias Werner, Diplompädagoge

Manuela Weschle, Verantwortliche der KLFB

Franziska Wolf, Theologin, Sportwissenschaftlerin

Ulrike Wolf, Sozialarbeiterin, Krankenschwester, Trauerbegleiterin

Annette Woschek-Ham, Gemeindefreferentin, Atelier- und Werkstattpädagogin, Kirchenpädagogin

Daniela Ziegler, Hobbyschneiderin, Dipl. Verwaltungswirtin

Eva Zimmermann, Referentin Evangelische Frauen in Baden

Unser Haus



Wir sind eine Einrichtung in der Erzdiözese Freiburg mit einem Bildungsauftrag für den ländlichen Raum. Auf der Grundlage eines christlichen Menschen- und Weltbildes bieten wir Lern- und Erfahrungsräume, um persönliche und gesellschaftliche Veränderungsprozesse verstehen, bearbeiten und bewältigen zu können.

Menschen verschiedenen Alters und in den unterschiedlichsten Lebenslagen bieten wir Bildung, Freizeit, Lebenshilfe und einen Ort des Rückzugs.

Personen, die zu uns kommen, sollen St. Ulrich als einen Ort erfahren, an dem sie das finden, was sie in ihrer jeweiligen Situation suchen: Impulse für persönliches Wachstum, einen spirituellen Ort zum Auftanken, Fort- und Weiterbildung im Bereich Landwirtschaft, Lebenshilfe und Orientierung.

Unsere Werte setzen wir konkret um

Lebensmittel – Verantwortung auf dem Teller

Sämtliche Speisen werden frisch von unserem Küchenteam zubereitet. Wir orientieren uns an den Ernährungsempfehlungen der DGE, um Ihnen eine gesunde Ernährung zu ermöglichen. Nach dem Grundsatz „regional und saisonal“, beziehen wir weitgehend unsere Lebensmittel direkt von Landwirten*innen und regionalen Verarbeiter*innen. Unser ressourcenschonendes Handeln bildet sich außerdem dadurch ab, dass wir immer mehr Bio-Lebensmittel einkaufen, mehr pflanzenbasierte Gerichte anbieten und weniger Lebensmittel verschwenden.

Ressourcenschonendes Wirtschaften

Durch verschiedene Maßnahmen versuchen wir, mit Energie verantwortungsvoll umzugehen. So wird unser Haus seit 1998 über eine Holzhackschnitzelheizung beheizt und im Rahmen von Bau- und Sanierungsmaßnahmen aktiv in die Schonung von Ressourcen investiert.

Eine Welt – Partnerschaftsprojekt El Salvador

Seit vielen Jahren haben wir das Partnerschaftsprojekt „Segundo Montes“ in El Salvador. In unserem Eine-Welt-Laden können Sie durch Ihren Einkauf diese Arbeit direkt unterstützen.

Träger unserer Bildungseinrichtung ist der Bildungshaus Kloster St. Ulrich, Landvolkshochschule e.V.

Über den Trägerverein sind wir verbunden mit der Katholischen Landjugendbewegung, der Katholischen Landfrauenbewegung, der Katholischen Landbewegung, dem Freundeskreis des Bildungshauses sowie mit dem Familienwerk Sölden.

1. Vorsitzender: Thomas Hegner
2. Vorsitzende: Dorothea Huber-Vollmer

Unser Haus ist staatlich anerkannt gemäß dem baden-württembergischem Weiterbildungsgesetz.

Seminarbedingungen

Anmeldung

Bitte melden Sie sich schriftlich per E-Mail oder über das Anmeldeformular auf unserer Website an.

Datenschutz

Wir nehmen die Sicherheit Ihrer Daten sehr ernst und verarbeiten diese nur zu Zwecken, in die Sie bei der Online-Anmeldung einwilligen.

Weitere Informationen zu diesem Thema erhalten Sie bei der Online-Anmeldung und in der Datenschutz-Erklärung auf unserer Website.

Essenswünsche

Auf Vorbestellung haben Sie die Möglichkeit, unsere vegetarische Verpflegung zu genießen. Bitte melden Sie dies eine Woche vor Seminarbeginn an. Bei Lebensmittelallergien wenden Sie sich bitte an unsere Hauswirtschaftsleiterin Johanna Himmelsbach.

Inklusion

Uns ist es wichtig, dass sich alle Menschen in unserem Haus wohl fühlen.

Wir haben bei der letzten Sanierung verschiedene bauliche Maßnahmen für den Abbau von Barrieren umgesetzt. Dennoch ist unser Haus leider nicht in allen Bereichen barrierefrei.

Wir sind jedoch bemüht, Ihren Bedürfnissen gerecht zu werden. Sprechen Sie uns bei Assistenzbedarf gerne an.

Wir beraten Sie auch zu finanzieller Unterstützung durch den Inklusionsfonds des Erzbistums Freiburg

Kontoverbindung

Sparkasse Staufen-Breisach
IBAN: DE35 6805 2328 0009 2058 81
BIC: SOLADES1STF

Kursbestätigung

In der Regel erhalten Sie ca. 3–4 Wochen vor Kursbeginn eine schriftliche Bestätigung.

Kursgebühren

Die Kursgebühren sind in der Regel bei den Angeboten aufgeführt. Wenn keine Angaben enthalten sind, entnehmen Sie diese den Einzelprogrammen oder wenden Sie sich an das Sekretariat. Die Kursgebühren enthalten Verpflegung, Übernachtung und Seminarkosten. Für nicht eingenommene Mahlzeiten erfolgt keine Erstattung.

Ermäßigung

Schüler*innen, Studierende, Arbeitslose und Bezieher*innen von Bürgergeld erhalten eine Ermäßigung in Höhe von 30 %. Menschen in Notlage erhalten auf Anfrage eine Unterstützung.

Kurszeiten

Die Wochenendkurse beginnen in der Regel freitags um 18 Uhr mit dem Abendessen und enden sonntags nach dem Mittagessen gegen 13 Uhr. Andere Kurszeiten entnehmen Sie bitte den Einzelprogrammen.

Kursabsage

Bitte haben Sie Verständnis, dass wir eine Ausfallgebühr in Höhe von 50 % des Teilnahmebeitrages berechnen, falls Sie innerhalb sechs Wochen vor Seminarbeginn absagen. Wird eine Anmeldung am Tage des Seminarbeginns zurückgezogen oder erscheint die angemeldete Person nicht zum Seminar, wird die volle Gebühr erhoben.

Sonstiges

Das besondere Geschenk

Ein Gutschein für ein Seminar oder eine Freizeit im Bildungshaus Kloster St. Ulrich.

Rufen Sie uns an, wir erledigen alles Weitere für Sie.

Gastbelegung

Das Bildungshaus bietet interessierten Partner*innen die Möglichkeit, unter eigener Leitung und pädagogischer Verantwortung Tagungen durchzuführen. Wenden Sie sich an das Sekretariat.

Urlaubstage in unserem Bildungshaus

Einzelpersonen und Paaren bietet unser Bildungshaus kurzfristig und abhängig von der Kursbelegung für einzelne oder mehrere Tage Unterkunft und Verpflegung. Wenn Sie es wünschen, geben wir Ihnen Tipps, wo Sie wandern und die Region kennen lernen können.

Wetzelfonds

Durch eine großzügige Spende konnte ein Fonds eingerichtet werden, der Menschen eine Teilnahme an einem Angebot des Bildungshauses ermöglichen soll, die die Gebühr aus eigenen Mitteln oder aufgrund einer Notlage nicht aufbringen können.

Sie können dieses Anliegen durch Zustiften unterstützen.



Innenhof



Seminargebäude



Seminarräume 1, 2 und 3



Großer und kleiner Speisesaal



Raum der Stille



Priorat



Kirche

Freundeskreis des Bildungshauses Kloster St. Ulrich e.V.



Unsere lebendige Gemeinschaft besteht seit 2004. Nach der Satzung will unser Verein die Menschen ermutigen und befähigen, die gesellschaftliche Wirklichkeit aus christlichem Verständnis heraus zu beurteilen und mitzugestalten.

Deshalb unterstützen wir den Bildungsauftrag des Hauses und fördern seine Interessen in der Öffentlichkeit.

Unsere wichtigsten aktuellen Angebote sind:

- Tagungen zu aktuellen gesellschaftspolitischen Themen
- Besinnungstage zur Spiritualität im Alltag
- Exkursionen
- Studienfahrten zu Zielen innerhalb Deutschlands oder im benachbarten Ausland

Mitgliedsbeitrag

für Einzelpersonen € 15 (Mindestbeitrag)

für Ehepaare € 20 (Mindestbeitrag)

Vorsitzender:

Fritz Gutsell, Bürgermeister a. D.

Geschäftsführung:

Bernhard Nägele

Sachbearbeitung:

Karola Löffler, Bildungshaus Kloster St. Ulrich,

Tel.: 07602/9101-26, E-Mail: ▶ freundeskreis@bksu.de

Ehemaligentreffen

Treffen ehemaliger Hauptkursteilnehmer

und Mitglieder des Freundeskreises

22. September 2024

Mitgliederversammlung

9. November 2024

Atem holen - Besinnungstag

8. März 2025 mit Annette Woschek-Ham,

Gemeindereferentin



Partnerschaftsprojekt Segundo Montes (El Salvador)

EL SALVADOR

PARTNERSCHAFT MIT
EL SALVADOR E.V.



Wir unterstützen

Menschen in Segundo Montes, indem wir kleine, überschaubare Projekte fördern. Der persönliche Bezug, Kontakt, Absprachen, Projektbeschreibungen und Rückmeldungen über den Einsatz von Spendengeldern ist uns wichtig.

Solidarisch leben

Besonders in unserem Jubiläumsjahr freuen wir uns über Spenden für die „Altenspeisung“ in Segundo Montes. 100 alte Menschen sind auf unsere Hilfe angewiesen, mit 1 Euro ermöglichen Sie ihnen eine warme Mahlzeit am Tag.

Sie können helfen durch

Spenden auf unser Konto: „Partnerschaft El Salvador“
IBAN: DE04 7509 0300 0000 0512 68, BIC: GENO-DEF1M05, LigaBank Freiburg, Stichwort „Altenspeisung“.

Bei Angabe Ihrer Anschrift auf dem Überweisungsträger erhalten Sie eine Spendenbescheinigung

Information:

Arbeitskreis El Salvador

Peter Langenstein, Dipl.-Theol.

Tel.: 07602/91010

E-Mail: peter-langenstein@gmx.de



Soziale Dienste



Landwirtschaftlicher
Betriebshelferdienst
Südbaden e.V.

Betriebshelferdienst Südbaden e.V.

Der Betriebshelferdienst ge-
währleistet bei Ausfall des

Betriebsleiters die Fortführung des landwirtschaftlichen Betriebes durch Bereitstellung einer qualifizierten Ersatzkraft und sichert damit den Erhalt der Einkommensgrundlage. Die Betriebshilfe ist eine Leistung der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG).

Der Betriebshelferdienst Südbaden vermittelt Einsatzkräfte in der Region Südbaden. Schwerpunktmäßig in den Landkreisen Ortenau, Emmendingen, Breisgau-Hochschwarzwald, Lörrach.

Weitere Informationen auf www.betriebshelferdienst.de

Einsatzleitung

Sabine Riesterer, Bildungshaus Kloster St. Ulrich
Mo bis Fr 7:30 bis 12:30 Uhr
Tel.: 07602/91 01 26
E-Mail: betriebshelferdienst@bksu.de

Sitz

Haus der Bauern
Merzhauser Straße 111, 79100 Freiburg
1. Vorsitzender: Egon Busam

Abrechnungsstelle

Helmut Mond
Am Schlöble 1
79669 Zell i. W.

Fortbildungen:

Betriebshelfertagung

14. – 15. November 2024
Leitung: Bernhard Nägele, Gerhard Fichter, Friedhelm Fakler

Umgang mit schwierigen Situationen

Fortbildung für Betriebshelfer

11. – 13. Dezember 2024
Leitung: Bernhard Nägele, Gerhard Fichter, Friedhelm Fakler

Familie & Betrieb e.V.

ist ein Beratungsdienst der Kath. Land-
bewegung der Erzdiözese Freiburg für
Familien in der Landwirtschaft.



Wenn Familien ...

- überlegen, wie es weitergehen soll
- die nächste Generation den Betrieb (nicht) übernimmt
- Streit die Familie trennt
- die Arbeit über die eigenen Kräfte geht
- die Schulden drücken

... dann unterstützen wir sie dabei

- Mut zu fassen
- an Lösungswegen zu arbeiten
- klärende Gespräche in der Familie zu führen
- Gespräche mit Behörden, Gläubigern etc. vorzubereiten
- Verhandlungen zu führen

Beratungsgespräche können auf Ihrem Betrieb oder
in unserer Beratungsstelle stattfinden.

... und so erreichen Sie uns:

Beratungsstelle Nordbaden, Neckarelz

Rainer Wilczek
Tel.: 06261 / 64 092,
E-Mail: rainer.wilczek@familie-und-betrieb.de

Beratungsstelle Südbaden, St. Ulrich

Maika Aselmeier und Birgit Motteler
Tel.: 07602/91 01 80
E-Mail: maike.aselmeier@familie-und-betrieb.de
birgit.motteler@familie-und-betrieb.de

Beratungsstelle Bodensee / Hohenzollern, Meßkirch

N.N.
Tel.: 07575 / 48 98
E-Mail: messkirch@familie-und-betrieb.de

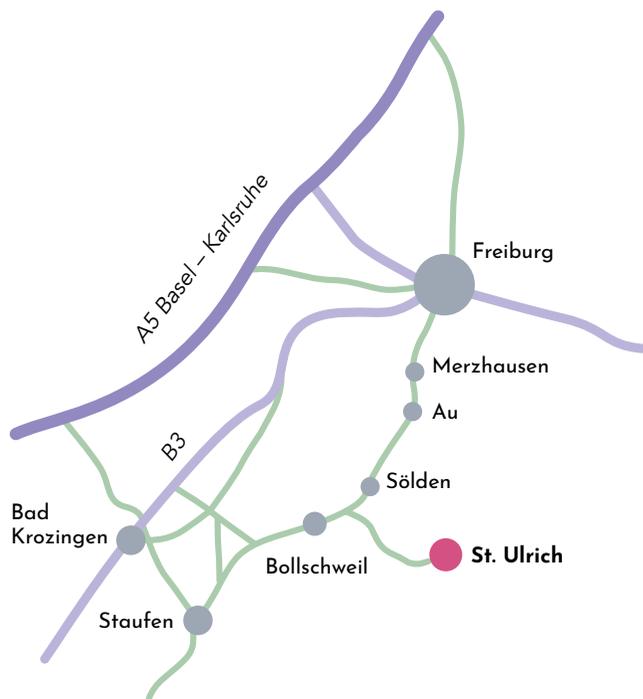
Anreise

Unser Haus befindet sich etwa 15 km südlich von Freiburg im Dreiländereck Deutschland – Frankreich – Schweiz.

Adresse für Navigationsgeräte:

79283 Bollschweil (Ort), St. Ulrich 10 (Straße)

Eine genaue Wegbeschreibung sowie Informationen zur Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln schicken wir Ihnen mit den Seminarunterlagen zu.



Impressum

Herausgeber:
Bildungshaus Kloster St. Ulrich
St. Ulrich 10
79283 Bollschweil

www.bksu.de
info@bksu.de

Grafik & Satz:
excogito.

Druck:
Habé Offset

Alle Fotos St. Ulrich:
© photolisa

Stockfotos:
S. 13 © Adobe Stock/Rawpixel.com
S. 55 © shutterstock/Syda Productions
S. 67 © iStock/franckreporter
S. 75 © photolisa
S. 81 © shutterstock/Danko Mykola
S. 95 © iStock/selimaksan
S. 111 © shutterstock/Poprotskiy Alexey

› www.bksu.de





Bildungshaus Kloster St. Ulrich
St. Ulrich 10

79283 Bollschweil

Tel.: 07602/91 01 – 0

Fax 07602/91 01 – 90

www.bksu.de

info@bksu.de

**Besuchen Sie uns auch
auf Facebook oder Instagram!**



Erzdiözese
Freiburg