

Organisatorisches

ANMELDUNGEN Nur 30 Teilnehmer*innen, darum frühzeitige Anmeldung empfohlen: per Mail und Überweisung auf folgendes Konto
IBAN: DE82 4306 0967 4018 9047 00
fakt21 Kulturgemeinschaft

SEMINARGEBÜHREN 75,- Euro pro Seminar (Ermäßigung auf 55,- Euro ist auf Anfrage in Ausnahmefällen möglich). Die Einführungsvorträge am Freitag sind öffentlich und können einzeln besucht werden (Kosten 10,- Euro, ermäßigt 5,- Euro).

VERANSTALTUNGSORT Kulturhaus OSKAR, Oskar-Hoffmann-Str.25, 44789 Bochum.

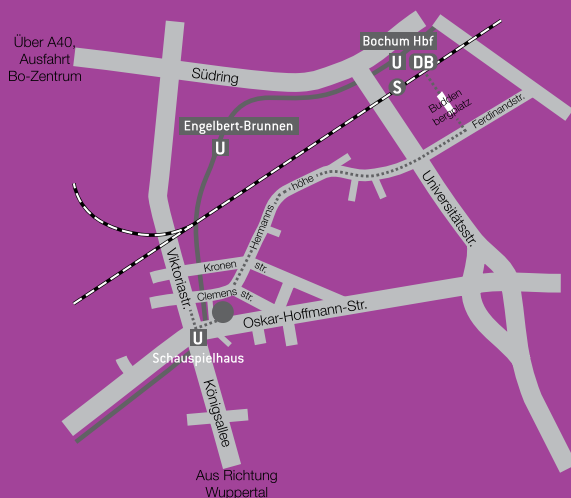
VERPFLEGUNG Kaffee, Tee und Kekse inkl. Für das Mittagessen und Kuchenzeit am Samstag reservieren wir einen Tisch bei Fräulein Coffea.

SEMINARZEITEN

Freitagabend	19.30 bis 21.45 Uhr
Samstag	10.00 bis 11.30 Uhr
	12.00 bis 13.30 Uhr
	14.30 bis 16.00 Uhr
	16.30 bis 18.00 Uhr

ÜBERNACHTUNG

Umliegende Hotelquartiere siehe www.fakt21.de



Veranstalter

Anthroposophische Gesellschaft NRW
und fakt 21 Kulturgemeinschaft
Oskar-Hoffmann-Str. 25
44789 Bochum
Tel.: 0234-3336730
Fax: 0234-3336745
E-Mail: (Kontakt und Anmeldung)
fakt21.kulturgemeinschaft@gmail.com

Wegbeschreibung

Zu Fuß vom Bochumer Hauptbahnhof (ca. 10 Min. Gehzeit): Sie verlassen den Bahnhof durch den Ausgang Buddenbergplatz. Über einen Treppenaufgang gelangen Sie zur Ferdinandstraße, der Sie nach rechts über die Kreuzung mit der Universitätstraße folgen. Sie sind nun in der Straße Hermannshöhe, die Sie bis zum Ende gehen. Dort folgen Sie rechts der Clemensstraße bis zur Victoriastraße. Dort angekommen sehen Sie linker Hand bereits das Schauspielhaus. Es liegt an der Kreuzung Oskar-Hoffmann-Straße. Von der Kreuzung aus links sehen sie das gelbe Kulturhaus OSKAR.

Mit der U-Bahn vom Bochumer Hauptbahnhof: Fahren Sie mit der U-Bahn-Linie 308 oder 318 in Richtung Hattingen bzw. Bochum Dahlhausen bis zur (zweiten) Haltestelle Schauspielhaus.



Studientage



Ruhe im Innern, Liebe nach außen

Mit Griet Hellinckx, Terje Sparby,
Gabriele Ruhnau und Johanna Lamprecht

OKTOBER BIS DEZEMBER 2017

Berufsbegleitende Fortbildung

Ein Angebot der
Anthroposophischen Gesellschaft NRW
in Kooperation mit
der Fakt 21 Kulturgemeinschaft

Auch Nichtmitglieder sind herzlich eingeladen

VERANSTALTUNGSREIHE

Zeitraum: Okt. bis Dez. 2017

Ort: OSKAR-Kulturhaus, Bochum

DOZENTIN

GÄSTE

Griet Hellinckx

Terje Sparby, Gabriele Ruhnau und
Johanna Lamprecht

Kurzbiografien: www.fakt21.de

ANMELDUNG

fakt21.kulturgemeinschaft@googlemail.com

Tel. 0234-3336749

OKTOBER

Freitag, den 13.10.2017, 19.30 Uhr bis

Samstag, den 14.10.2017, 18.00 Uhr

„Arbeit im Innern wirkt nach außen“ Inneres Üben und Meditation

INHALT

Es werden verschiedene Formen der inneren Arbeit vorgestellt und erprobt. Der Austausch über diese Erfahrungen sowie ein Blick auf die Möglichkeiten, solche Übungen in den Alltag zu integrieren sollen das konkrete, praktische Üben über den Kurs hinaus unterstützen.

Die Bedeutung von Ruhe und Stille, Andacht und Achtsamkeit wird anhand von Reflexionsaufgaben und Erfahrungen vertieft.

Möglichkeiten, das eigene Denken, Fühlen und Wollen (Handeln) wahrnehmen zu lernen, werden aufgezeigt. Diese Fähigkeit bildet neben der inneren Ruhe eine wichtige Grundlage für ein meditatives Üben.

Hausaufgabe: Bemerke ich die Wirkung meiner inneren Arbeit im Außen?

Gastdozent: Terje Sparby
(Meditationsforschung)

NOVEMBER

Freitag, den 10.11.2017, 19.30 Uhr bis

Samstag, den 11.11.2017, 18.00 Uhr

„Erfahrung von außen wirkt im Innern“ Umgang mit Zeitgeschehen sowie mit Herausforderungen und Konflikten im Sozialen

INHALT

Angesichts des Zeitgeschehens sowie in Hinblick auf die sozialen Herausforderungen sind wir sowohl im Privaten wie gesellschaftlich zunehmend dazu aufgerufen, unsere innere Mitte und Stabilität zu stärken. Dazu braucht es Ich-Kraft. Die Arbeit an der Sprache kann dabei eine große Hilfe sein.

Praktische Ansätze und Techniken im Umgang mit den eigenen Schattenanteilen sowie mit Konflikten im Alltag ermöglichen es uns, die täglichen Erfahrungen im Außen als Lernfeld und Wachstumschance zu nutzen. Außerdem gehen wir an diesem Wochenende auf die Bedeutung von Positivität und Unbefangenheit ein.

Hausaufgabe: Gelingt es mir, die Erfahrungen im Außen für mein inneres Wachstum fruchtbar werden zu lassen?

Gastdozentin: Gabriele Ruhnau
(Sprachgestaltung)

DEZEMBER

Freitag den 08.12.2017, 19.30 Uhr bis

Samstag, den 09.12.2017, 18.00 Uhr

„Ruhe im Innern, Liebe nach außen“ Liebe als Antrieb für das Handeln in der Welt

INHALT

Das Bedürfnis zum Wandel in der Welt beizutragen hängt unweigerlich mit dem Leiden an der Welt und den Missständen, mit denen man in Resonanz geht, zusammen. Die Fähigkeit, diesen Schmerz zuzulassen, führt zu Hinweise auf die Bereiche, in denen man sich aus einem Herzensanliegen heraus in der eigenen Einmaligkeit, einbringen kann.

Daraus kann sich ein wirkungsvoller, individueller Beitrag entwickeln. Dies trägt zu der Ausbildung einer Herzenssprache und einer Herzenskultur im Alltag bei.

An diesem Wochenende fragen wir uns „Wo ist mein Herz berührt? Wo spüre ich einen Ruf?“ Wir schauen auf Freude und Leid, Scheitern und Gelingen, Ausrichtung und Ablenkung.

Gastdozentin: Johanna Lamprecht
(Musik und Sozialkunst)