

# Verantwortung tragen



# 2024

SEMINARE | WORKSHOPS | TAGUNGEN

**HÖB**

Historisch-Ökologische Bildungsstätte  
Emsland in Papenburg e.V.

# INHALT

3

Vorwort

4

Die HÖB

9

Arbeiten in der HÖB

10

Umweltbildung und  
ökologische Debatte

20

Geschichte – Politik – Wirtschaft

28

Organisationsentwicklung  
und Mitarbeiterführung

36

Junge Erwachsene

48

Bildung und Erziehung

64

Körper, Geist und Seele

74

Kunst, Kultur, Kreativität

80

Seminarübersicht

84

Die Gremien der HÖB

87

Orientierungsplan

Unser aktuelles Journal  
finden Sie auch digital  
über folgenden  
QR-Code:



Die Historisch-Ökologische  
Bildungsstätte ist seit dem  
05.01.2019 nach dem Recht  
der Arbeitsförderung mit der  
Zertifikats-Nr. 2008-1005-0  
für die FB 1, FB 3 und FB 4 bis  
zum 04.01.2024 zugelassen.



## VORWORT

### Herzlich Willkommen in der HÖB in Papenburg!

„Verantwortung tragen!“ Ja! Auch ich trage jetzt Verantwortung und habe die Leitung der HÖB zum 01. März übernommen und damit die Verantwortung für einen wunderbaren Lernort, für die Weiterentwicklung eines vielseitigen Bildungsprogramms und ganz besonders für ein großartiges Team!

Seit fast 18 Jahren bin ich mit Leidenschaft Bildungsreferentin in der HÖB, davon die letzten 10 Jahre in der Position der stellvertretenden Leiterin. In all diesen Jahren haben mich die Begeisterung für Bildung, die Entwicklung innovativer Projekte und die Freude an Begegnungen geleitet.

Als neue Leiterin nehme ich diese Begeisterung mit und freue mich, Ihnen unser neues Journal 2024 präsentieren zu können. Unter dem Jahresthema „Verantwortung tragen“ haben wir ein abwechslungsreiches Programm für Sie zusammengestellt. Wir möchten auch Sie durch unsere Seminare und Veranstaltungen ermutigen, Verantwortung zu tragen für Ihr eigenes Handeln und Ihre persönliche Weiterentwicklung, für die Zukunft und für den Zusammenhalt unserer Gesellschaft. Denn unsere Zukunft braucht Bildung! Sie ermöglicht uns, unsere Potenziale zu entfalten, sie lehrt

uns kritisches Denken, sie fördert das Verständnis für soziale und politische Themen und motiviert uns zur Übernahme von Verantwortung.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Freude beim Durchblättern dieses Journals und beim Entdecken für Sie passender Angebote.

Ich freue mich auf ein Wiedersehen in der HÖB! Ich freue mich auf neue Begegnungen. Ich freue mich auf eine weiterhin gute Zusammenarbeit mit unseren vielfältigen Kooperationspartner/-innen, Förder/-innen und Unterstützer/-innen!

Sie alle sind jederzeit herzlich willkommen!

Ihre

*Mechtild Möller*

Mechtild Möller  
Leiterin der Bildungsstätte



# IHR BILDUNGSHAUS AM SEE



## Unsere Leitsätze

- Wir öffnen Horizonte, sich eigener Potentiale bewusst zu werden und (neue) Herausforderungen anzunehmen.
- Unsere Demokratie ist wertvoll. Wir entwickeln eine lebendige Zivilgesellschaft, die zur Beteiligung einlädt und den sozialen Zusammenhalt stärkt.
- Wir sorgen für eine inspirierende Lernatmosphäre, die nachhaltige Lernerlebnisse ermöglicht.
- Mit Leidenschaft gestaltet unser motiviertes Team ein einladendes „Gasthaus des Lernens“.
- Lernen ist für uns gelungen, wenn es neue Perspektiven für das Handeln im privaten oder beruflichen Alltag erschließt.







## Das Haus

Der Wohn- und Schlafbereich der Bildungsstätte befindet sich in den beiden Flügeln des Wintergartens. Hier stehen 7 Wohneinheiten mit insgesamt 39 Übernachtungsmöglichkeiten zur Verfügung. Jede Wohneinheit – in Form eines einzelnen Hauses – besteht aus 3 Zimmern jeweils mit Dusche/WC.

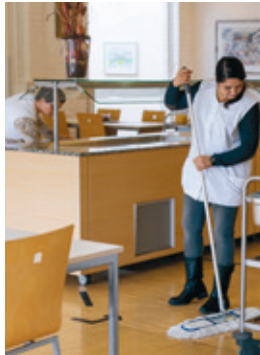
Zudem bieten wir Ihnen auch 3 Gästehäuser mit insgesamt 66 Übernachtungsmöglichkeiten.

Eine Vielzahl der Zimmer sind auch als Einzelzimmer verfügbar. Außerdem sind mehrere behindertengerecht ausgestattete Zimmer vorhanden.





# UNSER HÖB-TEAM









# MUSIK AM SEE



## Musik am See – Regionale Musik trifft regionales Essen

Freitag, 28.06.2024, Beginn um 18.00 Uhr

Unter dem Motto „Regionale Musik trifft regionales Essen“ lädt die HÖB auch in diesem Jahr wieder zu einem musikalischen Abend am See ein.

In einer lockeren und entspannten Atmosphäre im Haupthaus der HÖB begegnen sich an diesem Abend regionale Künstlerinnen und Künstler und zeigen Beiträge aus verschiedenen Richtungen und Genres.

Freuen dürfen sich die Gäste unter anderem auf den Multiinstrumentalisten **Lothar Voigt**, die Band **Rim Shot**, die mit Klassikern aus den 70er, 80er und 90er Jahren sowie aktuellen Hits aus Pop und Rock echte Stimmung machen und jeden auf's Parkett bringen.

Für weitere Abwechslung sorgen auch in diesem Jahr zwei regionale Chöre.

Aus der Küche der HÖB werden die Gäste den Abend über mit regionalen Köstlichkeiten verzaubert.

Der Eintritt beträgt 25,00 €.

Der Kartenvorverkauf startet ab dem 01.06.2024 in der HÖB, Spillmannsweg 30, 26871 Papenburg



# ARBEITEN IN DER HÖB



## Ihre Möglichkeiten in der HÖB

Die Historisch-Ökologische Bildungsstätte bietet vielfältige Arbeitsfelder an einem Ort. Neben der Jugend- und Erwachsenenbildung bieten wir Ausbildungsplätze in Verwaltung und Hauswirtschaft sowie Möglichkeiten für Praktika und Freiwilligendienste.

Darüber hinaus freuen wir uns stets über interessante Persönlichkeiten, die als Referent/-innen für uns tätig werden.

Weitere Informationen und Einblicke erhalten Sie auf unserer Homepage ([www.hoeb.de/arbeiten-bei-uns-fin/](http://www.hoeb.de/arbeiten-bei-uns-fin/)), wo auch einzelne Mitarbeiter/-innen ihre Tätigkeitsfelder in Kurzfilmen präsentieren.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, können Sie sich telefonisch (04961 9788-0) oder per E-Mail ([info@hoeb.de](mailto:info@hoeb.de)) an uns wenden.

### **Ansprechpartner/-innen:**

Hauswirtschaft: Irmgard Schiering, Daniela Lente,  
Renate Müller-Lücht

Verwaltung: Inge Ipe

Freiwilligendienste: Wiebke Tuitjer

Teamer/-innen und Praktika im Bildungsbereich:

Denise Timpe

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

# FACHBEREICH – Umweltbildung und ökologische Debatten

## Erlebnisausstellung „FASHION – Kann denn Mode Sünde sein?“

Die Welt der Mode ist faszinierend und vielseitig, doch hinter den glitzernden Fassaden der Laufstege und Schaufenster verbirgt sich oft eine Schattenseite. Sie ist geprägt durch ständig wechselnden Modetrends und Konsumverlockungen. Aufgrund der hieraus wachsenden sozialen und ökologischen Belastungen, gewinnt die Auseinandersetzung mit den Auswirkungen der Modeindustrie zunehmend an Bedeutung. Die interaktive Erlebnisausstellung "FASHION - Kann denn Mode Sünde sein?" setzt genau hier an und schafft eine einzigartige Plattform, um Jugendliche und junge Erwachsene für diese Thematik zu sensibilisieren.

### Einblick in die Ausstellung

Die Ausstellung ist in drei Stationen unterteilt, jede mit einem einzigartigen Schwerpunkt und einer spezifischen Herangehensweise. Die "FASHION Show" ist nicht nur ein Ort der Modenschau, sondern regt zur Reflexion über Konsum und Produktvermarktung an.







>>>

Hier können die Schüler/-innen verschiedene Kleidungsstücke anprobieren und über die Bedeutung von Mode in der persönlichen Identität nachdenken. Die "FASHION Research" Station bietet die Möglichkeit, in die Produktionswege von Kleidungsstücken einzutauchen. Mit Hilfe von Tablets und QR-Codes können die Teilnehmenden Informationen über Materialien, Herkunft, ökologische Auswirkungen und Arbeitsbedingungen abrufen, aber auch Wege für mehr Nachhaltigkeit werden aufgezeigt. Die "FASHION VR View" ermöglicht es den Schüler/-innen, mittels Virtual-Reality-Brillen in die Realität von Arbeitsbedingungen in Modefabriken einzutauchen, wodurch soziale Aspekte der Modeindustrie beleuchtet und hautnah erlebbar werden.

### **Ergebnisse des Projekts**

Seit Ende Mai 2023 wurden mit der Ausstellung über 130 Schüler/-innen aus verschiedenen Schulen und Schulformen erreicht. Die Schüler/-innen arbeiteten ein bis zwei

Projektstage anhand der Ausstellung einschließlich einem individuell abgestimmten begleitendem pädagogischen Programm zum Thema Fast Fashion. So erstellten die Schüler/-innen z. B. für ihre Projektgruppe eine eigene „Kleiderschrank-Statistik“, in dem sie zu ausgewählten Kleidungsstücken (Oberbekleidung, z. B. T-Shirt, Pullover, Hose, Schuhe) recherchierten, aus welchen Materialien diese bestehen, wo sie hergestellt wurden und wo sie gekauft wurden. Die Ergebnisse wurden anschließend zu einer Statistik zusammengefasst und mit den Schüler/-innen diskutiert. Weitere vertiefende Schwerpunkte waren u. a. die Arbeitsbedingungen in der Modeindustrie, die Entwicklung von Modetrends, der Einfluss von Werbung auf das Kaufverhalten der Verbraucher/-innen sowie Möglichkeiten eines nachhaltigen Umgangs mit Kleidung (z. B. Kauf von Second-Hand-Kleidung, Recycling). Die Schüler/-innen erhielten vertiefende Einblicke in die Herausforderungen der Modeindustrie.

>>>

>>>

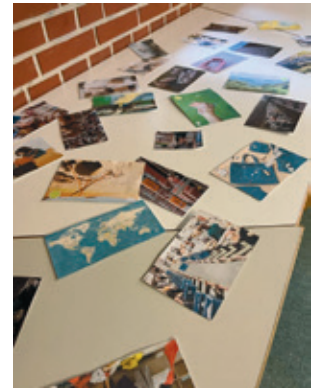
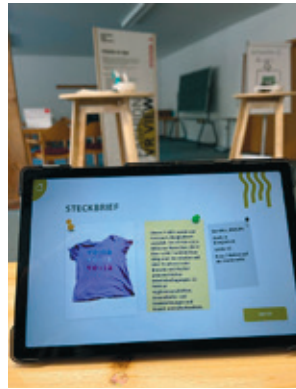
### Zukunft des Projektes

Die Entwicklung der Stationen sowie das pädagogische Begleitprogramm wird weiter vorangetrieben, um den Bildungsaspekt zu optimieren. Neue Aufgabenstellungen, Workshop- und Stationsideen werden entwickelt, um das Programm abwechslungsreicher, zielgerichteter und individuell an die Teilnehmenden angepasst, gestalten zu können. Die Erlebnisausstellung steht auch weiterhin für die Arbeit in Schulen zur Verfügung und wird darüber hinaus in die verschiedenen Bildungsveranstaltungen der HÖB sowie in das Programm des Regionalen Umweltbildungszentrums eingebunden.

Bei Interesse sprechen Sie uns gerne an:  
Dr. Kerstin Haucke (kerstin.haucke@hoeb.de),  
Mareke Hauschild (mareke.hauschild@hoeb.de).

**FASHION** KANN DENN  
MODE  
SÜNDE SEIN?

Das Projekt wurde gefördert durch die  
Deutsche Bundesstiftung Umwelt.



Die Welt der Mode ist  
faszinierend und vielseitig,  
doch hinter den glitzernden  
Fassaden der Laufstege  
und Schaufenster verbirgt  
sich oft eine Schattenseite.





## Regionales Umweltbildungszentrum

Das Regionale Umweltbildungszentrum in Papenburg (RUZ) ist ein vom Land Niedersachsen anerkannter außerschulischer Lernstandort Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE). Das Angebot des RUZ umfasst zahlreiche Veranstaltungen für Kindergartengruppen und Schulklassen, die durch handlungs- und erlebnisorientierten Methoden Umwelt- und Naturschutzaspekte für die Kinder und Jugendlichen erlebbar machen. Die Themenschwerpunkte des RUZ sind:

- Lebensräume vor unserer Haustür
- Landwirtschaft und Ernährung
- Naturwissenschaftliche Bildung
- Natur und Kreativität
- Globales Lernen – Fairer Handel

Neu im Themenfeld „Globales Lernen – Fairer Handel“ ist die Erlebnisausstellung „FASHION – Kann denn Mode Sünde sein?“. Das Angebot richtet sich vorrangig an Schüler/-innen der Jahrgangsstufen 8 – 10, kann aber auch im Rahmen weiterer Bildungsangebote eingebunden werden.

Neben den Bildungsangeboten für Kinder und Jugendliche bietet das RUZ auch praxisnahe Fortbildungen für interessierte pädagogische Fachkräfte in KiTas und Schulen sowie Multiplikator/-innen im Bildungsbereich an.

Auch im Rahmen verschiedener Projekte ist das RUZ aktiv. Gemeinsam mit weiteren Projektpartnern und Fördermittelgebern werden innovative Bildungsangebote entwickelt, die aktuelle Themen des Umwelt- und Naturschutzes in den Blick nehmen. Neu ist das Projekt „Transparenz schaffen – von der Ladentheke bis zum Erzeuger“, das im Rahmen eines Netzwerks aus Bildungsträgern, landwirtschaftlichen Betrieben und außerschulischen Lernorten Bildungsangebote für verschiedene Zielgruppen rund um den Lernort Bauernhof fördert.

Weitere Informationen zu den Angeboten des RUZ finden Sie auch auf der Homepage ([www.hoeb.de/regionales-umweltbildungszentrum-ruz/](http://www.hoeb.de/regionales-umweltbildungszentrum-ruz/)).

Bei Fragen zu den Angeboten bzw. zur Anmeldung steht Kirsten Kuhlmann als Koordinatorin gerne zur Verfügung:

**[kirsten.kuhlmann@hoeb.de](mailto:kirsten.kuhlmann@hoeb.de)**  
**04961/9788-0 bzw. 9788-23**

Das RUZ-Team mit Kirsten Kuhlmann, Katrin Bunte, Maria Specker und Marlies Laprell freut sich auf Ihren Besuch!



## Transparenz schaffen – von der Ladentheke bis zum Erzeuger

„Transparenz schaffen – von der Ladentheke bis zum Erzeuger“ ist ein Netzwerk aus Bildungsträgern, landwirtschaftlichen Betrieben und außerschulischen Lernorten und eine Fördermaßnahme für den Lernort Bauernhof in Niedersachsen.

Ziel der Maßnahme ist, insbesondere jungen Verbrauchern/-innen die Gelegenheit zu geben, sich frühzeitig mit den Themen Landwirtschaft, Produktion und Verarbeitung von Lebensmitteln, sowie Klimaschutz und Artenvielfalt vor Ort vertraut zu machen.

Auf landesweit mehr als 650 außerschulischen Lernorten werden von den regionalen Bildungsträgern jährlich über 4500 Bildungsveranstaltungen durchgeführt, an denen jedes Jahr ca. 80.000 Schüler/-innen, Kindergartenkinder und Erwachsene teilnehmen.

Das Regionale Umweltbildungszentrum Emsland in Papenburg e.V. ist als regionaler Bildungsträger anerkannt und kooperiert dabei mit folgenden Projektpartnern:

- Engelnhof: Biolandwirtschaft und Hofkäserei, Papenburg
- Fehn-Imkerei Lind, Papenburg
- Gartenbau Alexander Schulz, Papenburg
- Hof Emsauen, Rhede (Ems)
- Kürbishof Sprengel, Papenburg
- Sozialer Ökohof e.V., Papenburg

Zu folgenden Themen werden für Schüler/-innen und Kindergartenkinder Veranstaltungen angeboten:

- Bauernhof erleben (Kita, Grundschule)
- Von Kürbis und Tomaten (Grundschule)
- Vom Huhn zum Ei (Klasse 2-4)
- Besuch bei Biene Maja (Grundschule, Sekundarstufe I)
- Milch und Moorkäse (Klasse 5-8)
- Papenburger Kräuter (Klasse 5-9)
- Vom Korn zum Brot (Klasse 3-4)
- Kartoffel – die tolle Knolle (Kita, Grundschule)
- Von der Blüte zum Apfel (Grundschule, Klasse 5-6)
- Gesundes Frühstück (Kita, Grundschule)
- Klima und Essen (Sekundarstufe I)

Die zentrale Koordinierungsstelle mit Sitz im Bildungs- und Tagungszentrum Ostheide in Barendorf übernimmt die landesweite Koordinierung des Gesamtprojektes.

Anmeldung und Beratung zu den Angeboten beim regionalen Bildungsträger RUZ Papenburg:  
Kirsten Kuhlmann,  
E-Mail: [kirsten.kuhlmann@hoeb.de](mailto:kirsten.kuhlmann@hoeb.de),  
Telefon: 04961-978823 oder 9788-0



## Familienseminar Bauernhof

Wir wollen in dieser Woche vor Ostern landwirtschaftliche Betriebe und auch einen Gartenbaubetrieb erkunden. Mit Lebensmitteln aus der Region und vom Hof werden wir gemeinsam backen und kochen.

Passend zur Jahreszeit wollen wir auch selber aussäen und anpflanzen sowie aus Naturmaterialien österliche Dekoration herstellen. Zudem gibt es weitere Bastel- und Kreativangebote rund um das Thema „Bauernhof“.

Ein Hoffest, das wir gemeinsam planen und gestalten, rundet unser Familienseminar ab.

Kurs-Nr.: 0033368  
Leitung: Kirsten Kuhlmann  
Beginn: Mo., 25.03.2024, 11.30 Uhr  
Ende: Do., 28.03.2024, 14.00 Uhr  
Gebühr: 170,00 Euro  
(einschl. Verpflegung und Unterkunft)

Kinder bis 10 Jahre 51,00 Euro  
Kinder ab 10 Jahre 102,00 Euro

## Insektensafari

*Libellen und andere Insekten in der Natur entdecken und erleben*

Diese spannende Exkursion über das HÖB Gelände richtet sich insbesondere an Kinder und Familien, aber auch interessierte Erwachsene sind willkommen.

Auf dem Gelände der HÖB geht es direkt mit der Biologin Sandra Bischoff auf Exkursion. Wir entdecken gemeinsam die Vielfalt an Insekten und erfahren spielerisch, wieso manche Insekten über das Wasser laufen können, wie sie sich tarnen und was auf ihrem Speiseplan steht. Ein tolles Erlebnis für die ganze Familie.

Kurs-Nr.: 0033366  
Leitung: Kirsten Kuhlmann  
Referent/-in: Sandra Bischoff, RUZ Hollen  
Beginn: Mo., 24.06.2024, 14.30 Uhr  
Ende: Mo., 24.06.2024, 17.00 Uhr  
Gebühr: 2,00 Euro

## (G)Arten im Klimawandel

*Akademieabend*

Milde Winter, heiße Sommer, das ist Stress für Flora und Fauna – und die Gartenbesitzenden.

Wir betrachten gemeinsam, mit der Biologin Sandra Bischoff, wie wir unsere Gärten an die veränderten Bedingungen anpassen können. Der Beginn und die Dauer von Jahreszeiten ändern sich, es gibt zu wenig Wasser und phasenweise zu viel, dazu kommt die Zunahme der Hitzetage. Welche heimischen Pflanzen können da mithalten? Was sind Neobiota und welche sind schon da?

Lassen Sie sich von Gestaltung- und Pflanztipps inspirieren, um die Pflanzen- und Insektenvielfalt und die Freude am Gärtnern zu erhalten.

Kurs-Nr.: 0033364  
Leitung: Kirsten Kuhlmann  
Referent/-in: Sandra Bischoff, RUZ Hollen  
Beginn: Mi., 06.03.2024, 19.00 Uhr  
Ende: Mi., 06.03.2024, 21.30 Uhr  
Gebühr: 10,00 Euro  
(einschl. Abendimbiss)



Beide Veranstaltungen sind Teil des Projekts INSA. Dieses wird gefördert vom Bundesamt für Naturschutz (BfN) mit Mitteln des Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit (BMU) der Niedersächsischen Bingo-Umweltstiftung und der Gemeinde Ganderkesee.

## Vom Hümmling bis zur Nordseeküste

*Emsländische und ostfriesische Landschaften mit dem Rad entdecken*

Ausgangspunkt für unsere Radexkursionen ist Papenburg. Die Fehnkolonie Papenburg wollen wir ebenso erkunden wie Papenburger Sehenswürdigkeiten

Weitere Touren führen uns in den Naturpark Hümmling (z.B. in das alte Dorf Wahn) sowie nach Dörpen. Zudem ist eine Tour nach Emden an der ostfriesischen Küste geplant.

Neben der Erkundung landschaftstypischer Lebensräume stehen der Besuch von Museen (so z.B. der „Papierwelt“ in Dörpen), Heimathäusern und Gärten auf dem Programm.

Die geplanten Radtouren werden max. einen Umfang von 50 bis 65 km haben, ausgenommen den An- und Abreisetag. Wir fahren ca. 14 bis 16 km/h Durchschnittsgeschwindigkeit und richten uns nach den Teilnehmenden mit der geringsten Geschwindigkeit.

Kurs-Nr.: 0033192  
Leitung: Kirsten Kuhlmann  
Beginn: Fr., 21.06.2024, 11.30 Uhr  
Ende: Di., 25.06.2024, 09.30 Uhr  
Gebühr: 295,00 Euro  
(einschl. Unterkunft und Verpflegung, zzgl. Umlage für Bus- oder Bahnkosten)

## Aquaristik-Mikroskopie und Fischkrankheiten

*Ein Wochenendseminar für alle aquaristisch Interessierten zum Thema Fischkrankheiten*

Inhaltlich soll es dabei insbesondere um die folgenden Punkte gehen:

- Wasseraufbereitung und Umweltbelastung durch Pestizide und Hormone
- Die Wirkung von Bakterien im Aquarium
- Filterung, Nitrifikation und Denitrifikation
- Die positive Wirkung von lebenden Pflanzen
- Gesunde Ernährung der Zierfische
- Einführung in die Arbeit mit dem Mikroskop
- Herstellung von Lebendpräparaten
- Untersuchung von Mulmproben
- Methoden zur Verlangsamung schneller Mikroorganismen
- Diagnose von Fischkrankheiten mit dem Mikroskop
- Hautabstriche nehmen
- Untersuchung von Kotproben
- Ektoparasiten und ihre Behandlung
- Die Organe der Leibeshöhle und Verdauung
- Innere Erkrankungen bei Zierfischen, ihr Erkennen, innere Parasiten und ihre Behandlung

Kotproben können in den Wochen vor dem Seminar gesammelt und mitgebracht werden. Die Proben müssen in 4%iges Formalin eingelegt werden. Darin sind sie jahrelang haltbar. Formalin ist in der Apotheke erhältlich.

Kurs-Nr.: 0032324  
Leitung: Kirsten Kuhlmann  
Referent/-in: Dieter Untergasser,  
Autor und Referent für Fischkrankheiten,  
Michelstedt  
Beginn: Fr., 05.07.2024, 16.00 Uhr  
Ende: So., 07.07.2024, 15.00 Uhr  
Gebühr: 295,00 Euro  
(einschl. Unterkunft und Verpflegung)



## Kochen mit Freunden

### Ein kulinarisches Event

Kochbegeisterte wissen: Kochen mit Freunden macht meist mehr Spaß als allein.

Dabei kann viel ausprobiert werden, ob traditionelle, vegetarische oder vegane Gerichte. Gemeinsam geht das Zubereiten leichter von der Hand, Tipps können ausgetauscht und sich gegenseitig geholfen werden. Dabei bleibt Raum für Gespräche und ein ausgelassenes Miteinander. Renate Müller-Lücht wird dabei zur Ihrer Begleiterin des Abends und sorgt bei all der Heiterkeit für ein Gelingen in der Küche.

Sie können sich mit einer Gruppe von 6 bis 15 Personen zu einem Thema Ihrer Wahl anmelden und zusammen einen geselligen Abend genießen. Ob Familie, Freunde oder Kolleg/-innen, gemeinsam Kochen garantiert immer Spaß und Genuss.

Leitung:	Renate Müller-Lücht
Ort:	Regionales Umweltbildungszentrum (RUZ)
Termin:	Auf Anfrage über: renete.mueller-luecht@hoeb.de
Gebühr:	20,00 Euro

## Sommerliche Salate mit regionalem Gemüse

Lassen Sie sich überraschen von neuen Salatkombinationen und regional angehauchten Rezepten, mit denen es sich auf der nächsten Grillparty punkten lässt!

Kurs-Nr.:	0034676
Leitung:	Renate Müller-Lücht
Beginn:	Do., 23.05.2024, 19.00 Uhr
Ende:	Do., 23.05.2024, 21.00 Uhr
Ort:	Regionales Umweltbildungszentrum (RUZ)
Gebühr:	25,00 Euro (einschl. begleitender Getränke)

## Brotzeit – Regional, exotisch, klassisch neu

Kreative Aufstriche sowie schnelle, leckere Brot- und Brötchenrezepte – wir machen Ihre nächste Brotzeit zu einem Genusserelebnis!

Kurs-Nr.:	0034677
Leitung:	Renate Müller-Lücht
Beginn:	Do., 12.09.2024, 19.00 Uhr
Ende:	Do., 12.09.2024, 21.00 Uhr
Ort:	Regionales Umweltbildungszentrum (RUZ)
Gebühr:	25,00 Euro (einschl. begleitender Getränke)

## Ich kann kochen! Schnippeln, naschen, ausprobieren

Sie arbeiten in der KiTa, einer Grundschule oder an einem außerschulischen Lernort? Wir möchten Sie dabei unterstützen, Kinder und Jugendliche auf den Geschmack gesunder Ernährung zu bringen und für frische Lebensmittel zu begeistern.

In einer mehrteiligen Fortbildung zum pädagogischen Kochen mit Kindern können Sie Tipps zur Umsetzung

von Koch- und Ernährungskursen in Ihrer Einrichtung sowie praxisnahe Materialien für KiTa-Alltag und Schule erhalten.

Anmelden können Sie sich unter:  
[www.ichkannkochen.de](http://www.ichkannkochen.de)



Praktische Ernährungsbildung für Kinder.  
Eine Initiative der Sarah Wiener Stiftung  
und der BÄRMER.





## Werde Erd-Charta-Botschafter/-in!

*Turning conscience into action! – Bewusstsein in Aktion wandeln*

Ethik und Nachhaltigkeit wollen zusammen gedacht werden! Du wolltest diese Zusammenhänge schon immer vertieft verstehen? Du interessierst Dich für Nachhaltigkeit und hast das Gefühl, dass manchmal eine gewisse Tiefe fehlt? Du möchtest Dich für eine weltweite und Deine persönliche Transformation einsetzen, so dass zukünftige Generationen in Frieden auf der Erde leben können?

Die Erd-Charta formuliert einen Konsens über gemeinsame Werte und ist in einem zehnjährigen weltweiten Dialogprozess entstanden. Sie beschreibt eine Ethik der Nachhaltigkeit, an der wir uns als Einzelperson, Organisation oder als ganzes Land orientieren können.

In unserem zweiteiligen Erd-Charta-Training kannst Du die Erd-Charta kennenlernen und Verbundenheit erleben. Gemeinsam werden wir uns der Verantwortung bewusst, die Lebensfähigkeit, Vielfalt und Schönheit der Erde zu schützen.

Am ersten Wochenende lernst Du die Erd-Charta, ihren Entstehungsprozess und unsere Arbeitsweise und -philosophie kennen. Außerdem probieren wir einige Methoden aus, z.B. den Erd-Charta-Wandelweg und das Vernetzungsspiel. In der Zeit zwischen den Seminaren erarbeitest Du Dir erste Ideen für eine Aktion, die wir beim zweiten Wochenende vertiefen. Frühere Erd-Charta-Botschafter/-innen haben z.B. Postkarten mit den Grundsätzen der Erd-Charta entwickelt, einen Erd-Charta-Escape Room, den es jetzt auch online gibt

(<https://erdcharta.onrender.com/>) oder eine öffentliche Aktion auf dem Marktplatz. Grundsätzlich sind Deiner Phantasie keine Grenzen gesetzt! Gestärkt durch die Gruppe und Deine Weiterarbeit setzt Du im Anschluss eine erste Aktion zur Erd-Charta um.

Ausführliche Information und Anmeldung unter: [www.erdcharta.de/veranstaltungen](http://www.erdcharta.de/veranstaltungen)

Ihr Ansprechpartner in der HÖB Papenburg:  
Alexander Darányi

Leitung: Angelika Schroers  
Referent/in: Torben Flörkemeier

### Die beiden Termine sind nur zusammen buchbar!

Erster Termin: Einführung in die Erdcharta  
Beginn: Fr., 18.10.2024, 17.00 Uhr  
Ende: So., 20.10.2024, 14.00 Uhr

Zweiter Termin: Aktiv werden mit der Erd-Charta  
Beginn: Fr., 22.11.2024, 17.00 Uhr  
Ende: So., 24.11.2024, 14.00 Uhr

Gebühr: 20,00-300,00 Euro – nach Selbsteinschätzung & Möglichkeiten für beide Seminare (einschl. Unterkunft und Verpflegung)



### Was ist die Erd-Charta?

Die Erd-Charta ist eine inspirierende Vision ethischer Prinzipien für eine nachhaltige Entwicklung. 1987 rief die Brundtland-Kommission (Weltkommission für Umwelt und Entwicklung der Vereinten Nationen) auf, eine neue Charta zu schaffen, die fundamentale Prinzipien in Bezug auf eine nachhaltige Entwicklung beinhalten sollte. Nachdem sich die Staats- und Regierungsvertreter auf dem Erdgipfel in Rio de Janeiro 1992 nicht auf einen Text einigen konnten, ist die Erd-Charta von zivilgesellschaftlichen Basisgruppen entworfen worden.

Die Initiative ging von Maurice Strong (Generalsekretär des Rio Gipfels) und Michail Gorbatschow (Green Cross International) aus. In der gegründeten Kommission waren bekannte Persönlichkeiten vertreten, wie etwa Wangari Maathai oder Mercedes Sosa. Expert/innen verschiedener Fachgebiete, internationale Erklärungen und Berichte wurden in den Entwicklungsprozess einbezogen.

Textentwürfe wurden in 34 Sprachen übersetzt und über zehn Jahre hinweg intensiv diskutiert, um einen weltweiten Konsens über gemeinsame Werte zu verschriftlichen. Im Jahr 2000 wurde die endgültige Version der Erd-Charta verabschiedet. Die UNESCO-Vollversammlung hat 2003 die Erd-Charta als wichtigen ethischen Rahmen für nachhaltige Entwicklung anerkannt und als Bildungsinstrument empfohlen.

Den Text der Erd-Charta findest Du hier: [www.erdcharta.de/die-erd-charta](http://www.erdcharta.de/die-erd-charta)



### Förderung

Diese Seminare werden gefördert von Engagement Global im Auftrag des BMZ sowie aus Mitteln der Stiftung Umwelt und Entwicklung NRW und des Kirchlichen Entwicklungsdienstes durch Brot für die Welt - Evangelischer Entwicklungsdienst.



„Sprich mit mir,  
nicht über mich –  
Gemeinsam für eine  
respektvolle und sichere  
Kommunalpolitik.“

## **Gewalt gegen kommunale Amts- und Mandatsträger: Eine wachsende Bedrohung**

In den letzten Jahren ist ein alarmierender Anstieg von Beleidigungen, Drohungen, Hass und Gewalt gegen kommunale Amts- und Mandatsträger/-innen zu verzeichnen. Es ist ein Thema, das in den Kommunen zunehmend an Dringlichkeit gewinnt und ernsthafte Bedenken hinsichtlich der Sicherheit und des demokratischen Prozesses aufwirft.

Eine im Auftrag des Niedersächsischen Städtetags im Jahr 2019 durchgeführte Studie zur „Gewalterfahrung in kommunalen Verwaltungen“ zeigte erschreckende Ergebnisse: In knapp 30 % der Fälle werde mindestens einmal im Monat in den Rathäusern randaliert, Mitarbeiter/-innen in öffentlichen Verwaltungen seien in über der Hälfte der Fälle mindestens monatlich, in einem Drittel der Fälle mindestens wöchentlich verbalen Aggressionen ausgesetzt. Noch besorgniserregender ist, dass Mitarbeiter/-innen in mehr als 60 % der Fälle bereits bedroht und in über 40 % der Fälle körperlich angegriffen wurden. Besonders Bürgermeister/-innen sind von verbalen Aggressionen per E-Mail und in sozialen Netzwerken betroffen. Auch hier seien bereits 35% bedroht wurden.

Der Deutsche Städte- und Gemeindebund bestätigt in einem Positionspapier vom Juli 2021, dass etwa zwei Drittel der Bürgermeister/-innen in ganz Deutschland Erfahrungen mit Beschimpfungen, Bedrohungen oder tätlichen Übergriffen gemacht haben, wobei sich die Lage durch die Corona-Pandemie weiter zugespitzt habe.







>>>

Angesichts dieser besorgniserregenden Entwicklung hat der Niedersächsische Landtag im Februar 2019 eine Entschließung verabschiedet, die eine Reihe von Maßnahmenvorschlägen zur Bekämpfung dieses Problems enthält. Es ist unerlässlich, dass präventive Maßnahmen im kommunalen Kontext gemeinsam mit verschiedenen Akteuren geplant und umgesetzt werden. Das Engagement in den kommunalen Präventionsräten ist eine bedeutende Ressource gegen Hass und Gewalt und für demokratisches Handeln.

Es ist an der Zeit, entschlossen gegen Gewalt und Hass in unseren Gemeinden vorzugehen und sicherzustellen, dass unsere Amts- und Mandatsträger/-innen in einem Umfeld arbeiten können, das von Respekt und Sicherheit geprägt ist.

### **„Sprich mit mir, nicht über mich - Gemeinsam für eine respektvolle und sichere Kommunalpolitik“**

Um Gewalt und Hass gegen kommunale Mandatsträger/-innen abzubauen, sowie die Bürgernähe zwischen Mandatsträger/-innen und Bürger/-innen im Emsland zu stärken, wurde das Projekt „Sprich mit mir, nicht über mich – Gemeinsam für eine respektvolle und sichere Kommunalpolitik“ in der HÖB entwickelt. Dieses innovative Vorhaben setzt auf verschiedene Ansätze, um eine konstruktive Dialogkultur zwischen den Bürger/-innen und ihren Vertreter/-innen zu fördern und gleichzeitig die Teilhabe von Frauen in der politischen Arena zu stärken.

>>>

>>>

Eine Säule des Projekts ist eine umfassende Öffentlichkeitskampagne, die sowohl digital über soziale Medien als auch analog über Banner- und Plakatkampagnen in den Gemeinden des Emslands präsent ist. Lokale Mandatsträger/-innen werden aktiv in diese Kampagne eingebunden, um eine direkte Verbindung zur Bevölkerung herzustellen.



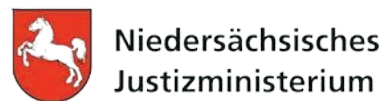
Ein weiteres wichtiges Element des Projekts ist der strukturierte Bürgerdialog, der zu aktuellen Themen in den verschiedenen Regionen des Emslands stattfindet. Bei diesen Treffen haben Bürger/-innen die Möglichkeit, ihre Anliegen direkt mit den Mandatsträger/-innen zu diskutieren und Lösungen zu erarbeiten.

Ein besonderes Augenmerk liegt zudem auf der Einführung einer konstruktiven Debattenkultur in politischen Sitzungen. Hierzu wird ein Modell entwickelt, das von Referent/-innen gemeinsam mit den Mandatsträger/-innen erarbeitet wird. Dieses Reglement dient als Leitfaden für politische Debatten und trägt dazu bei, einen respektvollen und sachlichen Austausch zu fördern.

Ein weiterer Schwerpunkt des Projekts ist die Stärkung weiblicher Mandatsträgerinnen. Durch spezielle Deeskalations- und Coolnesstrainings sollen Frauen befähigt werden, sich in politischen Debatten gegen ihre männlichen Kollegen zu behaupten. Ziel ist es, den Anteil von Frauen in Stadt- und Gemeinderäten sowie dem Kreistag im Emsland deutlich zu erhöhen.

Das Projekt wird in den Jahren 2024 und 2025 stattfinden. Unsere Seminare sind kostenfrei und werden durch den Landespräventionsrat Niedersachsen gefördert. Informationen zu den einzelnen Maßnahmen werden separat bereitgestellt und beworben.

Projektleitung: Wiebke Sutorius  
Telefon: 04961-8099197  
E-Mail: [wiebke.sutorius@hoeb.de](mailto:wiebke.sutorius@hoeb.de)







# CIRCULAR ECONOMY



## Circular Economy – Chancen in der Nordwest-Region

Die aktuellen und künftigen Herausforderungen durch die Klimakrise fordern neue Formen des Wirtschaftens, die den Energie- und Ressourcenbedarf minimieren und Wege einer Kreislaufwirtschaft fördern. Das Konzept der Kreislaufwirtschaft (Circular Economy) gilt hierbei als zukunftssträchtiges Wirtschaftsmodell, da es den Unternehmen die Chance bietet, Werte zu erhalten, vorhandene Ressourcen zu schonen, die Wertschöpfung zu erhöhen und sich gegenüber anderen Unternehmen Wettbewerbsvorteile zu sichern.

Circular Economy Ansätze werden dabei durch verschiedene Faktoren begünstigt. So spielt hier auch ein verändertes Konsumentenverhalten eine entscheidende Rolle. Die Erwartungen von Verbraucher/-innen machen deutlich, dass umweltbewusstes und sozial verantwortungsvolles Handeln heute kein „Nice-to-have“ mehr sind. Das steigende Umweltbewusstsein und die konkrete Sorge über Verschwendung und erschöpfte Ressourcen führen dazu, dass immer mehr Verbraucher/-innen auf nachhaltigeren Konsum setzen. Durch den Einsatz neuer und intelligenter Technologien lassen sich innovative Lösungen und Konzepte zur Kreislaufwirtschaft fördern.

Im Rahmen des Projektes wird Jugendlichen und jungen Erwachsenen die Möglichkeit eröffnet, sich ein vertieftes Verständnis von Circular Economy zu erarbeiten und die Chancen und Gelingensbedingungen in der Nordwest-Region erkunden zu können. Das Projekt richtet sich an Schüler/-innen der gymnasialen Oberstufe von allgemeinbildenden und berufsbildenden Schulen.

Die Schüler/-innen erhalten zu Beginn der Projektarbeit eine thematische Einführung durch Expert/-innen aus Wissenschaft/Forschung und Wirtschaft. Im Rahmen von ergänzenden Workshops nähern sich die Schüler/-innen dem Thema mit unterschiedlichen Fragestellungen und entwickeln aus ihren Aktivitäten Ideen und Projekte für eine Umsetzung in der Region. Dabei können u. a. folgende Aspekte betrachtet werden:

- Welche Potenziale und Marktchancen für Circular Economy gibt es in der Region?
- Welche Chancen sehen Unternehmer/-innen?
- Welche Wünsche haben Verbraucher/-innen?
- Wie blicken Jugendliche und junge Erwachsene auf das Thema Circular Economy?
- Welche Geschäftsmodelle lassen sich aus Best-Practice-Beispielen ableiten?

Die von den Schüler/-innen erarbeiteten Projektideen werden im weiteren Verlauf des Projektes ausgearbeitet und anschließend präsentiert.

Das Projekt wird durch die Deutsche Postcode Lotterie finanziell gefördert.



## Historisch-politische Bildung in Seminaren zu den nationalsozialistischen Verbrechen

### Eine Zusammenarbeit mit Bestand und neuen Impulsen

Seit 20 Jahren veranstaltet die Historisch-Ökologische Bildungsstätte in Papenburg gemeinsam mit dem Dokumentations- und Informationszentrum (DIZ) Emslandlager ein Seminar zur historisch-politischen Bildung über die nationalsozialistischen Verbrechen. „Wie war das damals eigentlich...?“ lautete der Titel des ersten Seminars, das sich mit der Geschichte der Emslandlager befasste. Gemeinsam mit dem Sprecher/-innenrat der Interessengemeinschaft (IG) niedersächsischer Gedenkstätten und Initiativen zur Erinnerung an die NS-Verbrechen gestaltet die HÖB seit 2010 ebenfalls jährlich ein Seminar im Frühjahr. Die Themen der beiden Angebote sind dabei breit angelegt, folgten zeitlichen Linien, lebensgeschichtlichen Spuren oder bildungspolitischen Fragen. „Täter und Tatorte“, „Kunst und Kultur“, „Erben der Erinnerung“, „Sowjetische Kriegsgefangene“ oder die „Zukunft der Erinnerung“ sind nur eine Handvoll Themen, die wir über die Jahre gemeinsam erarbeitet haben.

Für die Gestaltung des Programms konnten und können wir uns dabei immer auf die eingeladenen Referent/-innen verlassen, die das gewählte Thema beleuchten. In insgesamt sechs Vorträgen geben Historiker/-innen, Künstler/-innen, Angehörige von NS-Verfolgten, Pädagog/-innen und Gedenkstätten-mitarbeitende Einblick in ihre ganz unterschiedlichen Perspektiven. Auf jeden Vortrag folgt eine – erfahrungsgemäß durchweg – angeregte und gewinnbringende Diskussion. Verlassen können wir uns dabei auf engagierte Teilnehmende, von denen uns einige seit Jahren begleiten. Über drei Tage Seminar ergeben sich so vielfältige Eindrücke, die an den Abenden im Kaminzimmer der HÖB weiter diskutiert werden.

Die Planung und Durchführung des Seminars liegt in den Händen der HÖB und des DIZ Emslandlager beziehungsweise der IG niedersächsische Gedenkstätten. Kurt Buck und Thomas Südbeck haben als jeweilige Leiter des DIZ und der HÖB die Seminare nicht nur abwechslungsreich geplant, sondern charmant und zugleich thematisch sattelfest moderiert. Über Jahre haben beide den oft gelobten familiären Charakter und die freundliche und offene Stimmung unter Teilnehmenden und Referent/-innen geprägt. Inzwischen haben sie den Staffelstab weitergegeben: Für die HÖB ist nun Bildungsreferentin Wiebke Tuitjer für die Seminare zuständig und arbeitet dabei mit uns (das sind Joscha Hollmann, neuer Leiter des DIZ Emslandlager, und Corinna Bittner, Vorstandsmitglied des Trägervereins des DIZ und Mitglied im Sprecher/-innenrat der IG) zusammen. Die freundliche und offene Atmosphäre möchten wir als neues Team natürlich beibehalten.

Zugleich bringen wir über unsere Interessen und Kontakte neue Impulse und Themen in die Seminare ein. Die Herbst-Seminare des DIZ werden thematisch offener werden und sich dabei auf die Erinnerung an die Emslandlager einerseits und den Umgang mit der NS-Vergangenheit bundesweit und darüber hinaus konzentrieren. Uns bewegen auch Gegenwart und Zukunft der Erinnerung und ihre Bedeutung in Zeiten, die unsere Demokratie besonders fordern. Das nächste Seminar in Kooperation mit der IG, das vom 5.-7. April 2024 stattfindet, wird sich sogar ganz konkret diesen Herausforderungen widmen: Nachwuchs und Ehrenamt sind zwei zentrale Voraussetzungen dafür, dass die niedersächsische Gedenkstättenlandschaft sich weiter entwickeln kann und zugleich ihren zivilgesellschaftlichen Charakter behält. Deswegen befassen wir uns an diesem Wochenende mit Momenten der Weitergabe von Erinnerung und Gedenken und mit den Bedingungen und Herausforderungen des zivilgesellschaftlichen und jungen Engagements in den Gedenkstätten.

Mit unserem Seminar erreichen wir seit Jahren eine breite Öffentlichkeit, die im Rahmen der Vorträge gerne die Gelegenheit zur intensiven Diskussion mit den Referent/-innen und untereinander nutzt. Gerne nehmen wir immer Anregungen der Teilnehmenden für neue Themen und Referent/-innen an. Wir freuen uns, dass diese Veranstaltung so den Austausch zwischen Expert/-innen und Zivilgesellschaft fortsetzt und fördert und damit stets neue Impulse in die alltägliche Gedenkstättenarbeit hineinträgt.

*Joscha Hollmann, Aktionskomitee DIZ Emslandlager  
Corinna Bittner, Vorstandsmitglied des Trägervereins  
des DIZ und Mitglied im Sprecher/-innenrat der IG*

„Wie war das damals  
eigentlich...?“  
lautete der Titel des  
ersten Seminars, das sich  
mit der Geschichte der  
Emslandlager befasste.



## Zwischen Weitergabe und neuen Impulsen – zivilgesellschaftliche Erinnerungsarbeit gestern, heute, morgen

### *Seminar der Interessengemeinschaft niedersächsischer Gedenkstätten und Initiativen zur Erinnerung an die NS-Verbrechen und der Historisch-Ökologischen Bildungsstätte Papenburg*

Nach 1949 wurden die nationalsozialistischen Verbrechen in der Bundesrepublik und auch in Niedersachsen von der Mehrheitsgesellschaft weitestgehend verdrängt. In den 1970er und verstärkt den 1980er Jahren formierten sich vielerorts Gedenkstättenbewegungen, die sich mit den Geschichten der ehemaligen Haftorte und ihren Opfern und Überlebenden auseinandersetzten. Überlebende der NS-Verbrechen gaben hier nicht nur ihre Geschichten und Erfahrungen weiter, sondern übertrugen oft die Verantwortung für die Erinnerungsarbeit an jüngere Aktivist:innen. Oft mussten sie sich gegen politische und gesellschaftliche Widerstände durchsetzen. Viele Menschen in der Bundesrepublik waren bis weit in die 1990er Jahre nicht bereit, Ausmaß und Folgen der nationalsozialistischen Verbrechen anzuerkennen. Wie gestaltete sich die Zusammenarbeit zwischen Überlebenden und den jüngeren Akteuren?

Aus dieser historischen Entwicklung heraus wird die Erinnerung an die nationalsozialistischen Verbrechen bis heute in erheblichem Maße von der Zivilgesellschaft getragen. Insbesondere in Niedersachsen gelten Vereine und Initiativen, die ehrenamtlich organisiert sind, als wertvolles Merkmal von Erinnerungsarbeit. Einige Trägervereine und Initiativen bestehen seit mehreren Jahrzehnten, andere haben sich erst später gegründet. Einige beschäftigen hauptamtliches Personal, während andere ihre Arbeit weitestgehend ehrenamtlich tragen. Dabei arbeiten sie in ganz unterschiedlichen Konstellationen mit Politik, Wissenschaft und anderen Verbänden zusammen. Ihre Arbeit gestaltet sich auch sonst sehr individuell. Was genau bedeutet zivilgesellschaftliche Gedenk(stätten)arbeit heute?

Während insgesamt eine Kontinuität für zivilgesellschaftliche Erinnerungsarbeit gegeben ist, stehen viele Vereine vor der Aufgabe, sich zu „erneuern“. Es gilt, neue und junge Mitglieder zu gewinnen, die Verantwortung für die Zukunft übernehmen – und ihre eigenen Vorstellungen umsetzen. Die Erinnerungskultur und -politik unserer postmigrantischen Gesellschaft stellt auch die Erinnerung an die NS-Verbrechen vor neue Fragen und Herausforderungen. Angesichts der erstarrenden rechtsextremen Stimmungen und Bewegungen in der Bundesrepublik sind Gedenkstätten, Vereine und Initiativen stärker gefordert, sich auch politisch zu positionieren. Wie kann eine zivilgesellschaftlich getragene Erinnerungskultur der Zukunft aussehen?

In Kooperation mit der HÖB möchte die Interessengemeinschaft niedersächsische Gedenkstätten und Initiativen zur Erinnerung an die NS-Verbrechen vom 5. bis 7. April 2024 die Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft der zivilgesellschaftlichen Erinnerungsarbeit mit allen Interessierten diskutieren. Wir freuen uns dabei über Teilnehmende, die selbst aktiv sind und ebenso über solche, die diese Arbeit kennen lernen oder einfach mehr darüber wissen möchten.

Kurs-Nr.:	0032394
Leitung:	Corinna Bittner Interessengemeinschaft niedersächsische Gedenkstätten und Initiativen Wiebke Tuitjer
Referent/-in:	Referent/-innenteam
Beginn:	Fr., 05.04.2024, 17.00 Uhr
Ende:	So., 07.04.2024, 13.30 Uhr
Gebühr:	85,00 Euro

## Grundlagen und Handlungsformen politischer Erinnerungsarbeit

In Zeiten erstarkenden Rechtsextremismus stellt sich für viele Menschen die Frage, wie sie sich für gesellschaftliche Vielfalt und demokratische Werte einsetzen können. Ein Weg führt über zivilgesellschaftliches Engagement: Mit Blick auf die historischen Bezüge aktueller rechtsextremistischer Gewalt bildet politische Erinnerungsarbeit einen wichtigen Aspekt solchen Engagements ab.

Doch was bedeutet es eigentlich, politische Erinnerungsarbeit zu leisten? Und welche Formen und Räume des politischen Handelns eröffnen sich engagierten Personen? Welche Rolle spielt es, sich zu vernetzen und

zu diskutieren? In Vorträgen und interaktiven Formaten wollen wir diesen Fragen nachgehen.

Kurs-Nr.:	0032415
Leitung:	Joscha Hollmann Aktionskomitee DIZ Emslandlager e.V. Wiebke Tuitjer
Referent/-in:	Referent/-innenteam
Beginn:	Fr., 22.11.2024, 17.00 Uhr
Ende:	So., 24.11.2024, 13.30 Uhr
Gebühr:	85,00 Euro



## Das steckt hinter „Demokratie leben“

Seit 2015 fördert das BMFSJ Projekte zur Demokratieförderung, Vielfaltgestaltung und Extremismusprävention.

Das Bundesprogramm ist eine zentrale Säule der Bundesregierung zur Extremismusprävention und Demokratieförderung.

### Grundlegende Prinzipien:

Gleichwertigkeit

Rechtsstaatlichkeit

Schutz der Menschenrechte

Gesellschaftliche Teilhabe  
an politischen Prozessen

Demokratie leben richtet sich  
an Kinder, Jugendliche & junge  
Erwachsene

## „Streitet euch! Wege zu einer demokratischen Diskussionskultur mit bildungsbenachteiligten Jugendlichen“

Die UN-Behindertenrechtskonvention fordert die gleichberechtigte Einbindung von Menschen mit Behinderungen in das politische und öffentliche Geschehen. Diese Forderung bildet eine unverzichtbare Grundlage für ein funktionierendes demokratisches Miteinander in unserer Gesellschaft. Vor diesem Hintergrund hat sich das Projekt im Rahmen des Bundesprogramms „Demokratie leben“ zum Ziel gesetzt, die soziale und politische Teilhabe von Menschen mit Behinderung zu fördern und ihnen die dafür erforderlichen demokratischen Kompetenzen zu vermitteln.

Im Vordergrund des Projektes steht die modellhafte Entwicklung und Erprobung neuer Konzepte zur Stärkung demokratischer Konfliktkompetenzen für junge Menschen mit Behinderung. In Zusammenarbeit mit dem St. Vitus-Werk Meppen und dem „Stellwerk“ der Caritas Werkstätten Nördliches Emsland werden wir die Erprobung durchführen und im Projektverlauf mit weiteren Einrichtungen der Behindertenhilfe zusammenarbeiten.

Wir möchten jungen Menschen helfen, für sich selbst einzustehen. In unserem Projekt sollen sie lernen, ihre Meinungen auszudrücken und Entscheidungen zu treffen. Wir schaffen Möglichkeiten für sie, sich aktiv zu beteiligen und über aktuelle Themen nachzudenken. Das Ziel ist es, ihre Fähigkeiten zu stärken, damit sie in Diskussionen mitwirken und gegen demokratiefeindliche Konflikte vorgehen können.

Dazu planen wir, in den Berufsbildungsbereichen Bildungsformate einzuführen und zu etablieren. Dies erfordert ein Umdenken bei der Gestaltung von Lernangeboten. Gemeinsam mit den Pädagogischen Fachkräften der kooperierenden Einrichtungen entwickeln wir innovative Bildungsformate, um zukünftig mehr Lernräume zum Einüben demokratischer Konfliktbearbeitung zu schaffen.

Die Erfahrungen der HÖB in der Zusammenarbeit mit Einrichtungen der Behindertenhilfe, besonders im Projekt "Nichts über uns ohne uns!" von Januar 2021 bis Dezember 2022, zeigen deutlich, dass es viele Hürden gibt, die die politische Teilhabe und den gesellschaftlichen Diskurs für diese Gruppe einschränken. Der Zugang zur politischen Bildung ist immer noch nicht gut genug, was es jungen Menschen mit Lernschwierigkeiten schwermacht, wichtige demokratische Fähigkeiten zu entwickeln. Das liegt zum Beispiel daran, dass ihnen Informationen zu aktuellen Themen, auch auf lokaler Ebene, fehlen.

Erfahrungen mit Ablehnung, Ausgrenzung, Vorurteilen und gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit beeinflussen auch das Selbstbild von jungen Menschen mit Behinderungen und machen es schwierig, sich für persönliche und gesellschaftspolitische Interessen einzusetzen. Deshalb sehen wir es als wichtig an, weiterhin in diesem Bereich aktiv zu sein und die erfolgreiche Arbeit der letzten Jahre fortzuführen.



## Wir arbeiten in dem Projekt auf zwei Ebenen:

### Projektaktivitäten auf Ebene der jungen Menschen:

- Workshops zur Förderung des Demokratie- und Politikverständnisses
- „Politik, was geht mich das an?“
- Seminare zur Stärkung und Förderung demokratischer und interkultureller Handlungskompetenzen – Argumentations- und Diskussionstraining
- Diskussionsforen von und mit jungen Menschen mit und ohne Behinderung
- Fachtag für junge Menschen mit Behinderung und pädagogische Fachkräfte zum Ergebnistransfer

### Projektaktivitäten auf Ebene der Einrichtungen und deren Fachkräfte:

- Workshops „Methodenkoffer Demokratiebildung“
- Fachtag für junge Menschen mit Behinderung und pädagogische Fachkräfte zum Ergebnistransfer
- Entwicklung eines Methodenhefts „Streitet euch! Wege zu einer demokratischen Diskussionskultur in Einrichtungen der Behindertenhilfe“

## Stimmen von Projektmitarbeitenden:

Ein Projekt zur Entwicklung einer demokratischen Diskussionskultur mit bildungsbenachteiligten jungen Menschen ist wichtig, um ihnen die Möglichkeit zu geben, ihre Meinungen auszudrücken und ihre Fähigkeiten zur konstruktiven Diskussion zu verbessern. Es ermöglicht ihnen, ihre Stimme zu erheben und an demokratischen Prozessen teilzunehmen.

Was uns an diesem Projekt besonders gefällt, ist der Fokus auf Bildungsbenachteiligte. Es ist wichtig, dass alle Jugendlichen die gleichen Chancen haben, ihre Meinungen zu äußern und gehört zu werden. Wir sind stolz darauf, dass dieses Projekt dazu beiträgt, diese Chancengleichheit zu fördern.

Eine Sache, die uns überrascht, ist oft die Kreativität und das Engagement der Teilnehmer:innen, wenn es darum geht, ihre Standpunkte zu vertreten. Sie bringen oft frische Perspektiven und neue Ideen in die Diskussion ein. Von diesem Projekt erhoffen wir uns, dass es den Teilnehmer:innen dabei hilft, ihre Kommunikations- und Argumentationsfähigkeiten zu verbessern. Wir hoffen auch, dass es ihnen Selbstvertrauen gibt und sie ermutigt, sich aktiv an demokratischen Prozessen zu beteiligen.

Natürlich gibt es auch Herausforderungen bei einem solchen Projekt. Eine Herausforderung ist es, junge Menschen für das Thema zu begeistern und sie dazu zu motivieren, sich aktiv einzubringen und eine offene und respektvolle Diskussionskultur zu entwickeln, insbesondere wenn es unterschiedliche Meinungen gibt. Es erfordert Geduld, Empathie und eine gute Moderation, um sicherzustellen, dass alle Stimmen gehört werden und dass die Diskussion konstruktiv bleibt.

**(Renate Edelkamp, Leiterin Berufsbildungsbereich Stellwerk)**

„Dieses Projekt liegt mir besonders am Herzen, weil ich daran glaube, dass die Einbeziehung von Menschen mit Behinderungen in das politische und öffentliche Leben nicht nur gerecht ist, sondern auch unsere Gesellschaft insgesamt bereichert. Wenn wir aktiv daran arbeiten, Barrieren abzubauen und inklusive Beteiligung zu fördern, tragen wir dazu bei, eine vielfältigere und inklusivere Umgebung zu schaffen, in der jede Stimme zählt und gehört wird. Dieses Projekt ermöglicht es mir, einen konkreten Beitrag zu leisten, um die Lebensqualität von Menschen mit Behinderungen zu verbessern und gleichzeitig unsere Demokratie zu stärken.“

Meine bisherigen Erfahrungen in dem Projekt zeigen mir, die Teilnehmenden können und möchten ihre Meinung äußern, wir können sie dazu ermuntern, Übungsmöglichkeiten bieten und das argumentative Potential ausbauen.

Schließen Sie sich uns gerne an, kommen Sie ins Gespräch, streiten sich und entdecken neue Perspektiven.“  
**(Andrea Helmer, Bildungsreferentin der HÖB)**

Ansprechpersonen:  
Mechtild Möller (Projektleitung)  
mechtild.moeller@hoeb.de  
04961-9788-0

Andrea Helmer (Projektmitarbeiterin)  
andrea.helmer@hoeb.de  
04961-9788-0



Gefördert vom



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**

## HandwerksWandel – Das emsländische Handwerk geht voran

Die Bedeutung von nachhaltigem Wirtschaften und Anforderungen an kleine und mittelständische Unternehmen (KMU) wächst stetig. Dies gilt insbesondere für das Handwerk. Unternehmen sind aufgefordert, sich als Teil einer Kreislaufwirtschaft zu verstehen und den Fokus auf ressourcenschonendes Wirtschaften zu legen. Die wahrnehmbaren Folgen des Klimawandels, wie z.B. Extremwetterlagen, sind längst keine isolierten Phänomene mehr.

Auch neue Transparenzanforderungen wie die Nachhaltigkeitsberichtsspflicht, das Lieferkettensorgfaltspflichtengesetz und ESG-Kriterien für die Kreditvergabe durch Banken stellen neue Herausforderungen an Unternehmen. Während große Unternehmen (über 250 MA) dem Thema Nachhaltigkeit eine hohe Relevanz beimessen und bereits 80% der befragten Betriebe Maßnahmen umsetzen, haben sich nach einer aktuellen Befragung der IHK im Bereich KMU bisher etwas mehr als die Hälfte der Unternehmen auf den Weg gemacht. Neben den Herausforderungen sehen aber auch viele Unternehmen das Thema Nachhaltigkeit als Chance im Hinblick auf eine Imageförderung, die Eröffnung neuer Märkte, ihre gesellschaftliche Verantwortung, die Reaktion auf Ressourcenknappheit sowie die Steigerung der Arbeitgeberattraktivität.

Viele Handwerksunternehmen machen sich daher auf den Weg, die Chancen und Risiken des Klimawandels zu erkennen und damit umzugehen. Bei diesem Vorhaben unterstützt das Projekt „HandwerksWandel“, das die HÖB gemeinsam mit dem Campus Handwerk SWN in Lingen durchführt. Das zweijährige Verbundprojekt, das seit dem 01.09.2022 umgesetzt wird, wird vom Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz (BMUV) gefördert. Die Organisation und Verwaltung liegt beim Projektträger „Zukunft- Umwelt – Gesellschaft (ZUG) gGmbH“.

Ziel des Projektes ist die Entwicklung von Bildungsmodulen, mit denen pilothaft das Bau/Ausbau und SHK-Hand-



werk im Emsland zur Anpassung an den Klimawandel befähigt wird. Die Bildungsmodule richten sich gezielt an verschiedene Zielgruppen wie Geschäftsleitung und Inhaber/-innen, Gesell/-innen, Endverbraucher/-innen und Auszubildende.

Interessierte sind herzlich eingeladen, an den Veranstaltungen teilzunehmen!

Projektpartner:



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages







**Kostenfreie Veranstaltungen  
Arbeit und Klima im Wandel 2024**

Für interessierte Unternehmen  
und Endverbraucher:

**Klimagerechtes Sanieren finanzieren**

Umfassender Überblick | Praktische Tipps zur erfolgreichen Beantragung | Fördermittel für klimafreundliche Projekte und Maßnahmen in Ihrem Zuhause

Campus Handwerk Nordhorn | Coesfelder Hof 3  
20.03.2024 | 19.00-20.30 Uhr

Referent

Andreas Skrypietz, Energieberater und Projektleiter bei der Deutschen Bundesstiftung Umwelt, Osnabrück

Für Gesellen, Techniker und Meister  
von SHK-Unternehmen:

**Wärmepumpen im Bestand - Grundlagen**

Bestandsaufnahme mit Checklisten | Grundlagen zu Funktionsweisen | Unterschiedliche Wärmequellen | Arten und Bedienung von Wärmepumpen

Campus Handwerk Lingen | Schwarzer Weg 16  
24.04.2024 | 09.00 - 16.00 Uhr

HÖB Papenburg | Spillmannsweg 30

25.04.2024 | 09.00-16.00 Uhr

Referent

Machiel Speard, Ausbildungsmeister SHK beim Camus Handwerk Lingen



## Die HÖB im Gespräch mit regionalen Unternehmen

Interview mit Geschäftsführerin Martina Radtke, Elektro Radtke GmbH, Neulehe

### Welche Bedeutung haben Bildungsangebote für Ihr Unternehmen?

Bildungsangebote sind für unsere Firma sehr wichtig, aber leider nicht immer so einfach umzusetzen aus zeitlichen Gründen. Daher werden Fortbildungen gezielt in den einzelnen Fachbereichen eingebunden. Im November diesen Jahres haben wir einen Tag freischaffen können, um einen Teambuilding Tag an der HÖB durchzuführen.

### Welche Themen sind aus Ihrer Sicht aktuell und in Zukunft besonders wichtig?

Für unsere Branche wird in Zukunft viel passieren, weshalb wir uns auf viele Neuerungen im Bereich der Energietechnik gut aufstellen müssen. Für diese Herausforderung ist ein gut funktionierendes Team das A und O. Auch die Digitalisierung gewinnt immer mehr an Bedeutung, was uns eine Vereinfachung von Struk-

turen und Abläufen ermöglicht, sofern sie gekonnt eingesetzt wird.

### Wie müssen Bildungsangebote in Zukunft gestaltet sein, damit diese im Unternehmen anschlussfähig sind?

Wie wir immer wieder feststellen geht nichts ohne eine gute Kommunikation. Ich denke in den vergangenen Jahren ist jeder in den Genuss von Videokonferenzen gekommen, welche Vor- und Nachteile mit sich bringen. Wir sind der Ansicht, dass effektive Bildungsangebote in Präsenz stattfinden sollten, um einen unkomplizierten Meinungsaustausch von Auge zu Auge zu ermöglichen. Neben dem Gewinn aus dem jeweiligen Fortbildungsangebot bietet sich so auch die Chance neue Erkenntnisse durch Gespräche „links und rechts“ von dem Hauptprogramm zu erhalten – sofern die Zeit es zulässt diese in Präsenz wahrzunehmen.

*"Das Teambuilding in der HÖB war für unsere Kolleginnen und Kollegen eine erlebnisreiche Erfahrung."*

Martina Radtke,  
Elektro Radtke GmbH, Neulehe



## Unsere Angebote für Führungskräfte

### Individuell auf Sie zugeschnitten

Mit der Rolle als Führungskraft sind einige Erwartungen verbunden. Führungskräfte sind Vorbild, bieten Perspektiven, planen, organisieren und kontrollieren. Um die hierfür erforderlichen Schlüsselkompetenzen zu stärken, bieten wir Ihnen ein vielfältiges Seminarangebot im Bereich „Führen und Leiten“.

#### Konstruktiv führen und leiten

Als Leitung einer Organisation sehe ich mich vielfältigen Anforderungen ausgesetzt, die mich intensiv beschäftigen und zuweilen herausfordern. Wie kann es gelingen, meine Leitungsrolle immer wieder mit Freude und Elan wahrzunehmen, sie aktiv zu gestalten und mich als Vorbild zu bewähren? Dazu braucht es zum einen entwickelte Handlungskompetenzen, zum anderen immer wieder eine professionelle Selbstreflexion der eigenen Persönlichkeit und des Handelns im Austausch mit anderen. In unserem Seminarangebot verknüpfen wir theoretische Impulse mit eigener Reflexion, um gestärkt die Rolle als Führungskraft wahrzunehmen.

#### Veränderungen gestalten und begleiten

Veränderungen sind in unserer sich rasant wandelnden Wirtschafts- und Arbeitswelt an der Tagesordnung. Nicht immer wird ihnen ohne Widerstand begegnet. Innerhalb eines Unternehmens oder einer sozialen Organisation können diesbezüglich Ängste, Sorgen oder Unsicherheit herrschen. Die Begleitung von Veränderungsprozessen bedarf daher eines großen Einfühlungsvermögens in die unterschiedlichen Beteiligten der Organisation. Ebenso braucht es einen gut gefüllten „Werkzeugkasten“ für eine lebendige und lösungsorientierte Gestaltung dieser Prozesse. In unserem Seminarangebot beleuchten wir die Grundprinzipien gelingender Veränderungsprozesse, schärfen den lösungsorientierten Blick und erarbeiten geeignete Verfahrensweisen, wie Workshops und Projekttreffen vorbereitet und gestaltet werden können, dass möglichst viele sich zur Beteiligung eingeladen und mitgenommen fühlen.

#### Erfolgreich führen durch Positive Leadership

Hohe Fluktuation, schlechtes Betriebsklima, schlechte oder nicht vorhandene Kommunikation, Misstrauen, geringe Produktivität, ineffektive Teams – die Liste möglicher negativer Arbeitsumgebungen ist lang. Wie aber können Führungskräfte sich und ihre Mitarbeitenden aus solchen negativen Bedingungen befreien?

Wissenschaftliche Studien belegen, dass Unternehmen, die „Positive Leadership“ in ihrer Führungskultur leben, profitabel wirtschaften und über viele Jahre hinweg höhere Erträge als der Branchendurchschnitt erzielen. Mit dem „1x1 der positiven Führung“ lernen Sie, wie Sie die Stärken ihrer Mitarbeitenden erkennen und das individuelle Wohlbefinden fördern können. Dabei geht es nicht nur um die Steigerung der positiven Emotionen des Einzelnen. Der Nutzen für Ihr Unternehmen lautet: mehr Produktivität.

Strahlen Sie als Führungskraft Selbstwirksamkeit aus und lernen Sie in unserem Workshopangebot das Konzept des „Positive Leadership“ sowie die praktische Umsetzung im Führungsalltag anhand konkreter Beispiele kennen.

#### Krisen bewältigen durch Resilienz

Ein Unternehmen zu führen bedeutet auch, Krisenzeiten zu meistern. In Zeiten, in denen die Welt von einer Krise in die nächste gerät, stehen Führungskräfte und ihre Organisationen jedoch vor komplexen Herausforderungen.

Resiliente Personen, Teams und Organisationen zeichnen sich durch die Fähigkeit aus, Verluste, Misserfolge und Unsicherheiten nicht nur erfolgreich zu bewältigen, sondern aus ihnen gestärkt hervorzugehen. Sowohl die persönliche als auch die organisationale Resilienz ist dabei entscheidend.

Als Führungskraft ist entscheidend, wie Sie selbst als Vorbild mit Krisen umgehen. Signale und erste Anzeichen für die Krise frühzeitig zu erkennen und nicht die Augen zu verschließen, sind erste Schritte in die richtige Richtung. In unserem Workshopangebot lernen Sie, wie Sie sich in schwierigen Phasen in Ihrem Unternehmen gut aufstellen können. Wir unterstützen Sie in Ihrer Führungsrolle dabei, ihre fachlichen und menschlichen Stärken optimal einzusetzen. So können Sie nicht nur sich selbst, sondern auch ihr Team selbstsicher führen und weiterentwickeln – auch in Krisenzeiten.

**Termine für unsere Führungskräfte-Angebote auf Anfrage. Sprechen Sie uns gerne an!**



## Rückblick Betriebsfachtage 2023

*Ausbildung auf dem Prüfstand: Wie können wir besser werden?*

In einer sich ständig wandelnden Arbeitswelt ist eine qualitativ hochwertige Ausbildung von entscheidender Bedeutung. Doch wie können wir sicherstellen, dass wir den Anforderungen der Zukunft gerecht werden? Diese Frage stand im Mittelpunkt des Betriebsfachtages am 21.06.2023 in der HÖB. Gemeinsam diskutierten über 60 Vertreter/-innen regionaler Betriebe aus unterschiedlichen Branchen sowie Vertreter/-innen von sozialen und öffentlichen Einrichtungen über die aktuellen Herausforderungen und Chancen in der Ausbildung.

Ein zentrales Thema der Diskussionen war die Herausforderung der vielfältigen Generationen am Arbeitsplatz. Von den erfahrenen Babyboomern über die flexiblen Generation X-ler bis hin zu den technologieaffinen Millennials und der aufstrebenden Generation Z - die Generationen im Wandel bringen eine bunte Mischung von Perspektiven und Arbeitsweisen mit sich. Wenn unterschiedliche Generationen aufeinandertreffen, kann das oftmals Konfliktpotenzial mit sich bringen, wie einige der Teilnehmenden berichteten.

Daniel De Paola, eingeladener Referent von AzubisScout GmbH, hat dieses Phänomen in seinem Impulsvortrag zu Beginn des Betriebsfachtages kritisch hinterfragt. Er durfte in seiner eigenen beruflichen und persönlichen Laufbahn feststellen, dass dabei der Schlüssel zum Erfolg nur das gegenseitige Verständnis

zwischen den Generationen ist. Denn nur durch eine respektvolle Zusammenarbeit könne man die Stärken und Potenziale der unterschiedlichen Altersgruppen optimal im Betrieb einsetzen.

In vier unterschiedlichen Workshops konnten sich die Teilnehmenden anschließend über unterschiedliche Maßnahmen informieren und austauschen, die die betriebliche Ausbildung optimieren können. Neben modernen Ausbildungsmethoden und der Motivation von jungen Menschen, stand auch die Inklusion von Menschen mit unterschiedlichen Hintergründen und Sprachbarrieren im Mittelpunkt. Insgesamt ist für die betriebliche Ausbildung eine Führungskultur erforderlich, die auf Kooperation, Diversität und Offenheit basiert.

Abschließend wurde betont, dass eine erfolgreiche Ausbildung nicht nur für den individuellen Erfolg der Auszubildenden von Bedeutung ist, sondern auch für die Zukunftsfähigkeit des Unternehmens insgesamt. Nur durch eine stetige Weiterentwicklung und Anpassung können die Bedürfnisse der Arbeitswelt berücksichtigt werden. Der Betriebsfachtage 2023 war ein wichtiger Schritt in diese Richtung.



# Kompaktlehrgänge zur Vorbereitung auf die Ausbildereignungsprüfung vor der IHK für Ostfriesland und Papenburg

In diesen Kompaktseminaren erfolgt die Ausbildung nach AEVO zur Vorbereitung auf die Ablegung der Ausbildereignungsprüfung. Sie bereiten auf den Erwerb der beruflichen und arbeitspädagogischen Fähigkeiten zum selbstständigen Planen, Durchführen und Kontrollieren in folgenden Handlungsfeldern vor:

- Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und Ausbildung planen
- Ausbildung vorbereiten und bei der Einstellung von Auszubildenden mitwirken
- Ausbildung durchführen
- Ausbildung abschließen

Die Kenntnisse werden durch eine schriftliche und eine praktische Prüfung bei der IHK festgestellt und in Form eines Zeugnisses bescheinigt. Die Prüfungstermine werden gesondert bekanntgegeben.

Die Vorbereitung auf die schriftliche Prüfung sowie das praktische Prüfungstraining finden jeweils an zwei Folgesamstagen statt.

Leitung: Denise Timpe  
Gebühr: 525,00 Euro (einschl. Verpflegung und Material)  
575,00 Euro (einschl. Unterkunft, Verpflegung und Material)  
zzgl. Prüfungsgebühren der IHK  
Das Seminar ist als Bildungsurlaub anerkannt.

**Kurs 1**  
**0032729**  
Mo., 08.04.2024 10.00 Uhr –  
Sa., 13.04.2024, 17.00 Uhr  
Sa., 20.04.2024, 08.00 Uhr -17.00 Uhr  
Sa., 27.05.2024, 08.00 Uhr -17.00 Uhr  
+ 2 gesonderte Prüfungstermine

**Kurs 2**  
**0032730**  
Mo., 16.09.2024 10.00 Uhr –  
Sa., 21.09.2024, 17.00 Uhr  
Sa., 28.09.2024, 08.00 Uhr – 17.00 Uhr  
Sa., 04.10.2024, 08.00 Uhr – 17.00 Uhr  
+ 2 gesonderte Prüfungstermine

## SAVE THE DATE

*Betriebefachtag 2024 am  
19.06.2024 um 15:30 Uhr  
in der HÖB*

#NieohneinTeam

Alles Wissenswertes rund um die Themen Teambuilding, Maßnahmen im Unternehmen, Umgang mit Veränderungen im Team, Inklusion & Generationen-Konflikten u.v.m.

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme!

Start  Guides



NETWIN | PLUS



Gefördert vom:



im Rahmen von:





## Angebote für Auszubildende

Sie bilden in diesem Jahr junge Menschen in Ihrem Betrieb aus? Dann kommt auf Ihren „betrieblichen“ Nachwuchs in den ersten Wochen und Monaten der Ausbildungszeit ein ganz neues Umfeld zu: Neue Kolleg/-innen, ein neuer Arbeitsplatz und viele neue Aufgaben. Neben fachlichen Kompetenzen rücken auch immer stärker die personalen, sozialen und kommunikativen Kompetenzen der Auszubildenden in den Fokus.

Um Ihre Auszubildenden beim Start in die Ausbildung zu unterstützen und sie im Hinblick auf Ihre Kompetenzen zu stärken und diese weiter zu entwickeln, bieten wir gezielte Seminarveranstaltungen für Auszubildende an. Unsere Seminarangebote passen wir an die individuellen Wünsche und Bedarfe für die jeweilige Gruppe an.

Unser Programm bietet u. a. die folgenden Schwerpunkte:

- Teams stärken – Teamfähigkeit entwickeln
- Kommunikative Kompetenz
  - Grundlagen der Rhetorik
  - Gesprächsführung
- Beschwerdemanagement
- Selbst- & Zeitmanagement
  - Lern- und Organisationstechniken
  - Gesund bleiben bei Stress

Die Angebote werden methodisch vielfältig gestaltet und können in unterschiedlichen Veranstaltungsformen (Tages- oder Mehrtagesseminare) umgesetzt werden.

## Wirksam überzeugen – Sicher im Umgang mit Körpersprache und Stimme

Immer wieder befinden wir uns in Situationen, in denen es uns wichtig ist zu überzeugen. Ob in einem Redebeitrag, einer Präsentation oder Kurzvortrag, häufig kommt es auf die persönliche Ausdrucksfähigkeit und Rhetorik an.

In diesem Seminar lernen Sie daher praxisorientiert die Grundlagen der Rhetorik kennen und anzuwenden, um sich zukünftig in unterschiedlichen Situationen souverän behaupten zu können.

An Beispielen aus Beruf und Alltag trainieren wir den sicheren Umgang mit Argumenten und Einwänden sowie den wirkungsvollen Einsatz von Körpersprache und Sprechtechnik.

Inhalte sind u.a.:

- Körpersprache, Mimik und Gestik
- Stimme und Sprechtechnik
- Wirksame Argumentationsverfahren
- Aufbau und Planung von Redebeiträgen bzw. Präsentationen
- Umgang mit Lampenfieber

Kurs-Nr.: 0033651  
Leitung: Denise Timpe  
Beginn: Mo., 17.06.2024, 10.00 Uhr  
Ende: Di., 18.06.2024, 16.00 Uhr  
Gebühr: 185,00 Euro  
(einschl. Übernachtung und Verpflegung)



## Interkulturelle Gesprächsführung – Mit mir kann man reden

Was Sie über Gesprächsführung und Kommunikation wissen sollten

Im beruflichen Alltag befinden wir uns in vielfältigen Gesprächssituationen. Ob mit Mitarbeitenden, Kund/-innen, Lieferant/-innen oder Kolleg/-innen. Und auch durch die zunehmend vielfältige und heterogene Zusammensetzung der Teams kommt es immer wieder darauf an, ziel- und lösungsorientiert zu kommunizieren.

In diesem Workshop lernen Sie die Techniken einer positiven Gesprächsführung kennen. Sie nehmen den eigenen Kommunikationsstil bewusst wahr, erkennen Ihre Außenwirkung und können Kommunikationsmodelle in der Praxis anwenden. Scheinbar schwierige Gespräche können Sie anschließend schnell vorbereiten und Sie haben Hemmungen vor Konfliktgesprächen abgebaut. Ihre Offenheit ermöglicht Ihnen das Verständnis für die Kommunikationsbesonderheiten anderer Kulturen.

Konkrete Inhalte werden sein:

- Grundmerkmale der Kommunikation
- Gesagt ist nicht gehört – wie wir aktiv zuhören
- Wertschätzung durch Feedback ausdrücken
- Die wichtigsten Fragen für gegenseitiges Verstehen
- Stärkengespräche führen
- Konflikte erkennen und konstruktiv ansprechen
- Was fördert gute Kommunikation und was behindert sie?
- Praktische Anwendungsbeispiele

Kurs-Nr.: 0033650  
Leitung: Denise Timpe  
Beginn: Mi., 15.05.2024, 10.00 Uhr  
Ende: Do., 16.05.2024, 16.00 Uhr  
Gebühr: 30,00 Euro  
(einschl. Übernachtung und Verpflegung)

## Fachkräftesicherung – kein Buch mit sieben Siegeln

Workshop für interessierte Betriebsinhaber/-innen, Personalverantwortliche und Mitarbeitende

Die Sicherung des Personalbestands, die ein Unternehmen handlungsfähig sein lässt, ist kein Buch mit sieben Siegeln. Besonders nachdem neue Mitarbeitende aus dem Ausland rekrutiert oder Zuwanderter eingestellt wurden, ist die Strategie entscheidend, um sie im Unternehmen zu halten und gut zu integrieren.

Bei dieser Veranstaltung sollen Unternehmensführungen für mögliche Handlungsstrategien sensibilisiert werden und Handlungsempfehlungen erhalten.

Kurs-Nr.: 0033754  
Leitung: Stefanie Book  
Referent/-in: Falk Spörlein,  
IQ Netzwerk Niedersachsen  
Beginn: Di., 28.05.2024, 16.00 Uhr  
Ende: Di., 28.05.2024, 18.30 Uhr  
Gebühr: kostenfrei

Die Veranstaltungen finden im Rahmen der Projekte „Start Guide im nördlichen Emmland“ und „Netwin Plus“ statt.

Gefördert vom:

im Rahmen:

**Start**  **Guides**

 Niedersächsisches Ministerium für Wirtschaft, Arbeit, Verkehr und Digitalisierung

**FACH  
KRÄFTE**  
für Niedersachsen.  
 Eine Initiative der Arbeitsmarktpartner

**NETWIN** | PLUS

 Bundesministerium für Arbeit und Soziales

 **ESF**  
Europäischer Sozialfonds für Deutschland

**WIR.**  
SCHAFFEN BERUFLICHE  
PERSPEKTIVEN 

## Junges Engagement stärken

### Rahmenbedingungen und Bedürfnisse im Fokus

Das ehrenamtliche Engagement junger Menschen spielt eine entscheidende Rolle in unserer Gesellschaft. Es signalisiert nicht nur soziale Verantwortung, sondern bringt auch frische Perspektiven und neue Ideen ein, die für die Anpassungsfähigkeit und Weiterentwicklung unserer Gesellschaft von zentraler Bedeutung sind.

**Chancen und Nutzen:** Freiwilligendienste bieten nicht nur eine Gelegenheit für persönliche und berufliche Weiterentwicklung, sondern fördern auch die Selbstwirksamkeit. Das ist nicht nur für viele Freiwillige von erheblichem Nutzen, sondern sind auch zentrale Gründe für den Freiwilligendienst.

*„Das FSJ wollte ich aus vielen Gründen machen. Vor allem aber, weil ich nach der Ausbildung ein bisschen Luft brauchte, um neue Impulse zu sammeln. Ich wollte mich weiterentwickeln und engagieren“*  
(Corinna, FSJ-Politik, HÖB Papenburg).

Die Einsatzstellen, die solche Dienste anbieten, profitieren von den Ideen und Perspektiven der Freiwilligen, wie die Bereichsleitung Nina Lübbermann im Ev.-ref. Diakonischen Werk Grafschaft Bentheim betont: „Freiwillige sind häufig die zukünftigen Fachkräfte der Einrichtungen“.

**Zahlen und Trends:** Statistiken untermauern die wachsende Bedeutung des Engagements junger Menschen, denn insbesondere in der Altersgruppe der 14–29-Jährigen hat sich die Bereitschaft zum Engagement erhöht. Dennoch verzeichnen Freiwilligendienste, vor allem das FSJ, einen Rückgang der Bewerberzahlen. Dieser Trend ist signifikant: 2017 engagierten sich bundesweit 41.912 junge Menschen, während diese Zahl bis 2022 auf 36.255 sank (BFD im Dienst).

**Herausforderungen und Bedürfnisse:** Ökonomische Überlegungen, der Fachkräftemangel und sich ändernde soziale Bedingungen spielen bei der Entscheidung junger Menschen für oder gegen einen Freiwilligendienst eine entscheidende Rolle. Die finanziellen Belastungen könnten angesichts der Inflation und wirtschaftlicher Unsicherheiten zum Hindernis werden. Die Bedürfnisse junger Menschen, insbesondere in Bezug auf finanzielle Aspekte und persönliche Flexibilität, müssen daher klar adressiert werden. So sagt auch unsere Freiwillige Corinna, dass

*„Ein Grund für die HÖB war unter anderem auch die kostenfreie Unterkunft und die gute Verpflegung.“*

Eine weitere Herausforderung kann auch die zunehmende Unabhängigkeit sein und den damit einhergehenden Aufgaben, den Eingewöhnungsprozess in der Einsatzstelle und die neue Unterkunft mit Mitbewohnenden.







**Maßnahmen für mehr Engagement:** Neben persönlichen Motivations- und Interessenbedürfnissen sind auch flexible Rahmenbedingungen von Bedeutung. Eine Anpassung der Strukturen, größere Flexibilität in den Dienstzeiten und gezielte finanzielle Unterstützung, wie eine Erhöhung des Taschengeldes, können den Freiwilligendienst attraktiver gestalten.

Unsere Freiwilligen empfehlen Anpassungen hinsichtlich der Rahmenbedingungen (Unterkunft, Verpflegung) sowie ein freiwilligenfreundliches Mindset innerhalb der Einrichtung. Also ein freundlicher Umgang, ernst genommen werden, regelmäßige Reflexionsgespräche und die individuelle Förderung. Eine individuelle Förderung beispielsweise durch Weiterbildungsmöglichkeiten, kann besonders wirksam sein.

***„Eine prägende Erfahrung war, dass ich die Teamerausbildung mit politischem Schwerpunkt in Berlin machen konnte“***  
*(Corinna, FSJ-Politik, HÖB Papenburg).*

Die Freiwilligendienste leisten einen wesentlichen Beitrag zur persönlichen Entwicklung junger Menschen sowie zur Stärkung unserer Gesellschaft. Die Einblicke von Corinna D. aus der HÖB Papenburg und vielen anderen Freiwilligen verdeutlichen, dass der Freiwilligendienst nicht nur eine Phase der Orientierung und Reflexion darstellt, sondern auch eine Möglichkeit ist, aktiv an gesellschaftlichen Herausforderungen teilzuhaben und nachhaltige Veränderungen zu bewirken.

Trotz der aktuellen Herausforderungen und dem Rückgang der Bewerberzahlen in einigen Trägergruppen ist es von großer Bedeutung, die positiven Aspekte und den gesellschaftlichen Mehrwert der Freiwilligendienste hervorzuheben. Die Einsatzstellen, wie die HÖB Papenburg, tragen maßgeblich dazu bei, junge Menschen zu fördern, ihre individuellen Potenziale zu entfalten und einen wertvollen Beitrag für das Gemeinwohl zu leisten.



>>>

Es liegt in unserer gemeinsamen Verantwortung, die Rahmenbedingungen für Freiwilligendienste weiter zu verbessern, um auch zukünftig jungen Menschen die Möglichkeit zu bieten, sich freiwillig zu engagieren und ihre persönlichen sowie beruflichen Perspektiven zu erweitern. Möge das Engagement für Freiwilligendienste weiterhin als Wegbereiter für eine engagierte, verantwortungsbewusste und zukunftsorientierte Gesellschaft dienen.

Mareke Hauschild  
Bildungsreferentin HÖB

**Diakonie**  
Ev.-ref. Diakonisches Werk  
Grafschaft Bentheim



*Die Alfred Toepfer Akademie für Naturschutz ist Träger des FÖJ in Niedersachsen und die HÖB anerkannte Einsatzstelle*

## LKJ Niedersachsen

Anfang September hat die LKJ Niedersachsen im Pavillon Hannover die Freiwilligen des neuen Jahrgangs FSJ Kultur, Politik und BFD begrüßt. Rund 220 Jugendliche und mehr als 90 Einsatzstellen aus Niedersachsen und Bremen folgten der Einladung. Sie konnten an ihrem ersten Seminargruppentreffen und einer Austauschrunde teilnehmen, das Team Freiwilligendienste der LKJ Niedersachsen kennenlernen. Mitmach-Stationen erleben, ein Kulturprogramm und das interaktive Podiumsgespräch mit Förderpartnern. Vorn auf der Bühne stehen Sarina und Wiebke. Sie

gehören zu denen, die gerade ihren Freiwilligendienst beendet haben. Noch vor 12 Monaten haben sie über sich geschrieben: „Ich bin gespannt, wie es ist, mich auf unbekannte Menschen, Situationen und Erfahrungen einzulassen“, „Ich möchte etwas Gutes und Sinnvolles mit meiner Zeit anfangen“, oder „ich weiß noch nicht, wie es weitergeht nach der Schule“

Heute moderieren sie vor 300 Personen durch den Tag. Sie reden über sich, sie stellen Fragen, scherzen, bieten dem Minister für Wissenschaft und Kultur das „du“ an. Sie beschreiben in Kürze den Weg, den sie in den zurückliegenden Monaten gegangen sind: von Unsicherheit, unbekanntem Aufgaben im Arbeitsalltag, dem ersten erfolgreichen Telefonat, dem Workshop mit einer Kindergruppe. Vom Seminar mit 30 unbekanntem Jugendlichen und dem eigenen Projekt. Sie erzählen von einem großen persönlichen Schritt, zunehmendem Mut. Und sie reden über das Jahresthema der Freiwilligendienste 2023/2024: „frei - frei“. Was es für sie heißt, frei zu sein, aber auch, an welchen Orten Freiheit nicht spürbar ist und laden ein, dass jeder der Neuen für sich erproben möge, diesen Begriff mit Leben zu füllen.

Auch nach 23 Jahren ist das die Stärke des von der LKJ Niedersachsen gestalteten Freiwilligendienstes: er bietet die Chance, sich auszuprobieren. Die Möglichkeit, zu wachsen. Das zu entdecken, was jeden einzigartig macht und damit „frei“ in die Zukunft zu gehen.

*Juliane v. Ilten leitet die Freiwilligendienste der Landesvereinigung Kulturelle Jugendbildung (LKJ) Hannover*



Juliane v. Ilten





## Azubi-Camp 2023

### *Berufsorientierung aus eigener Kraft*

Mit dem Ziel, berufliche Interessen und Fähigkeiten zu entdecken und berufliche Ziele zu formulieren, arbeiteten junge Menschen mit Flucht- und Migrationserfahrung, die im nächsten Jahr eine Ausbildung anstreben, fünf Tage im Juli an ihrem individuellen Berufswegeplan.

In einem anregenden Lernumfeld auf dem Gelände der Historisch-Ökologischen Bildungsstätte setzten sich die Teilnehmenden intensiv mit dem Berufswahlprozess auseinander. Ausgehend von ihren individuellen Interessen und Ressourcen lernten sie handlungsorientiert typische Tätigkeiten der jeweiligen Berufsfelder kennen.

Jens Stagnet, eingeladener Referent von der Wachstumsregion Ems-Achse e.V. in Papenburg, zeigte als Einstieg mit Blick auf den Fachkräftemangel die Ausbildungsmöglichkeiten hier in der Region und thematisierte die Besonderheiten im ländlichen Raum.

Anhand erlebnispädagogischer Übungen setzten sich die jungen Erwachsenen mit ihren berufsspezifischen Kompetenzen und ihren Sozialkompetenzen auseinander, die sie vor dem Hintergrund eines Bewerbungstrainings in einer Bewerbung zusammenfassten. Sie recherchierten nach Stellenbeschreibungen von regionalen



Betrieben und Unternehmen, dessen Anforderungsprofil mit ihrem persönlichen Profil übereinstimmt.

Dr. Barbara Weiser, Juristin beim Caritasverband für die Diözese Osnabrück e.V. und Mitkordinatorin des WIR-Projekts Netwin Plus, thematisierte in einem kurzen Vortrag die aufenthaltsrechtlichen Vorgaben im Übergang von der Schule in den Beruf und konnte individuelle Fragen der Teilnehmenden beantworten. Zudem wurden Ausbildungsförderungen und Unterstützungsmöglichkeiten während der Ausbildung aufgezeigt.

Am Ende des Azubi-Camps visualisierten die jungen Erwachsenen ihren eigenen Berufswegeplan, sodass sie nun eigenständig konkrete nächste Schritte für ihre Ausbildung umsetzen können. Für die nachhaltige Integration in den Arbeitsmarkt werden sie hierbei durch die Netzwerkpartner des Projektes „Netwin Plus“ in der Region begleitet.

## Azubi-Camp für junge Erwachsene mit Flucht- und Migrationserfahrung

### Gestalte deinen individuellen Berufswegeplan

Du planst im Sommer 2025 eine Ausbildung zu starten und möchtest hierfür einen Berufswegeplan entwickeln? Dann bist du bei uns genau richtig! In unserem Azubi-Camp hast du die Möglichkeit, dich optimal auf deine Ausbildung vorzubereiten und hierfür konkrete Schritte zu planen.

In einem anregenden Lernumfeld auf dem Gelände der Historisch-Ökologischen Bildungsstätte kannst du dich über verschiedene Berufsfelder informieren und handlungsorientiert typische Tätigkeiten kennenlernen. Um herauszufinden, welcher Beruf zu dir passt, setzen

wir uns intensiv mit deinen persönlichen Stärken und Fähigkeiten auseinander. Während dieser Zeit hast du die Möglichkeit, dich mit anderen Teilnehmenden auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen.

Kurs-Nr.:	0033183
Leitung:	Katharina Wiels
Beginn:	Mo., 01.07.2024, 10.30 Uhr
Ende:	Fr., 05.07.2024, 13.30 Uhr
Gebühr:	Die Teilnahme ist kostenfrei (einschl. Unterkunft und Verpflegung)

## Lernwerkstatt für junge Erwachsene mit Flucht- und Migrationserfahrung

### Entdecke durch deine Stärken und Fähigkeiten neue Perspektiven

In unserer Lernwerkstatt bieten wir dir ein interaktives Programm an, das dir einen Einblick in verschiedene Berufsfelder gibt. Hier kannst du praxisnah herausfinden, welche beruflichen Interessen du hast und welche Möglichkeiten dir dafür hier in der Region offenstehen.

Die Lernwerkstatt richtet sich an junge Erwachsene, die im Jahr 2025 eine Ausbildung starten wollen. Du kannst dich beispielsweise mit handwerklichen Fähigkeiten auseinandersetzen, dich mit digitalen Technologien vertraut machen oder dich über kaufmännische

Berufe informieren. Wir möchten dich dabei unterstützen, deine Stärken und Fähigkeiten zu entdecken und dich auf dem Weg in den Arbeitsmarkt begleiten.

Kurs-Nr.:	0033184
Leitung:	Katharina Wiels
Beginn:	Mo., 07.10.2024, 09.00 Uhr
Ende:	Mi., 09.10.2024, 16.00 Uhr
Gebühr:	Die Teilnahme ist kostenfrei (einschl. Verpflegung)

Die Veranstaltungen findet im Rahmen des Projektes „Netwin Plus“ statt, welches im Rahmen des Programms „WIR - Netzwerke integrieren Geflüchtete in den regionalen Arbeitsmarkt“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert wird.

# NETWIN | PLUS

Gefördert durch:







## Nachhaltige Wege gestalten: Der Earth Overshoot Day im Fokus

Unsere Welt steht an einem entscheidenden Punkt. Der Earth Overshoot Day (Erdüberlastungstag) markiert den Tag, an dem wir mehr Ressourcen verbrauchen, als die Erde erneuern kann. Er wurde eingeführt, um auf die Übernutzung der natürlichen Ressourcen aufmerksam zu machen und zu verdeutlichen, dass wir über Verhältnisse leben. So wäre der Earth Overshoot Day, wenn alle Menschen so leben würden wie wir in Deutschland, bereits am 4. Mai 2023 erreicht. Um unseren jährlichen Ressourcenbedarf zu decken, bräuchten wir umgerechnet also mehr als 1,74 Erden. Dies ist ein deutlicher Weckruf, der uns daran erinnert, dass unser Ressourcenverbrauch nicht im Einklang mit den begrenzten Kapazitäten der Erde steht. Es ist an der Zeit, wie wir leben, arbeiten und mit unseren natürlichen Ressourcen umgehen, zu überdenken.

Die Jugend von heute trägt eine besondere Verantwortung. Ihre Entscheidungen und Handlungen formen nicht nur ihre eigene Zukunft, sondern beeinflussen maßgeblich den Kurs unseres Planeten. Praxisorientierte Projekte wie „Fast Fashion – Kann denn Mode Sünde sein“ und „Circular Economy – Chancen in der Nordwestregion“ zeigen eindrucksvoll, wie junge Menschen aktiv zu einer nachhaltigen Zukunft beitragen können. In diesen Projekten setzen sie sich mit aktuellen Umweltthemen auseinander und erarbeiten gemeinsam Lösungen. Sie lernen nicht nur die Theorie, sondern erfahren hautnah, wie sie selbst zu einer nachhaltigen Zukunft beitragen können.

Der Earth Overshoot Day als Bildungselement verdeutlicht uns: Wir gestalten die Zukunft. Unsere Handlungen haben direkte Auswirkungen auf die Erde, ihre Ökosysteme und die kommenden Generationen. Um dem Earth Overshoot Day die gebührende Aufmerksamkeit zu schenken, bieten wir das Seminar „The Eco Way of Life – Wie gestalte ich mein Leben umweltbewusst“ an. Hier haben Jugendliche die Möglichkeit, gemeinsam Strategien zu erarbeiten, wie sie persönlich dazu beitragen können, den Earth Overshoot Day hinauszuzögern und somit einen Beitrag zu einer nachhaltigen Zukunft zu leisten. Diese gezielte Auseinandersetzung mit dem Earth Overshoot Day schärft nicht nur das Bewusstsein für die Dringlichkeit des Themas, sondern zeigt auch konkrete Handlungsoptionen auf. Unsere Jugendbildungsreferentin – Ruth Jongebloed – steht als Ansprechpartnerin für Seminaranfragen und Projekte zur Verfügung. Mit ihrer Expertise unterstützt sie junge Menschen dabei, aktiv an der Gestaltung einer nachhaltigen Zukunft teilzuhaben.

### Ihre Ansprechpartnerin:

Ruth Jongebloed

Tel.: 04961 / 9788-27

Mail: [ruth.jongebloed@hoeb.de](mailto:ruth.jongebloed@hoeb.de)



## Achtung KinderKlima! Kinder gestalten Demokratie in Papenburg

### Rückblicke und Ausblicke

Kinder lernen Demokratie, indem sie Demokratie erleben. – Dieses Verständnis stets im Blick haltend, sind wir als HÖB seit 2020 als einer von neun Pilotstandorten Teil des Modellprojekts „Demokratie-Profis in Ausbildung! Politische Bildung mit Kindern“ des Arbeitskreises deutscher Bildungsstätten e.V. (AdB). Gefördert wird das Projekt im Rahmen des Bundesprogramm „Demokratie Leben!“ vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ), sowie der Bundeszentrale für politische Bildung (bpb). In unserem Projekt „Achtung KinderKlima! Kinder gestalten Demokratie in Papenburg“ ist seither viel passiert. Ausgangspunkt unserer Aktivitäten war das Grundverständnis, dass Kinder Expert/-innen ihrer eigenen Lebenswelt sind. Unser Ziel war es daher, Kinder darin zu ermuntern und zu stärken, sich für ihre Bedürfnisse und Belange in allen Lebenslagen einzusetzen. Besonders die Schule und den Sozialraum sollen Kinder als einen Ort wahrnehmen, welchen sie aktiv mitgestalten können. Somit lag in allen unserer Aktivitäten ein klarer Fokus auf der aktiven Beteiligung der Kinder.

Während der vergangenen drei Jahre haben wir sowohl im schulischen als auch im kommunalen Projekte zu verschiedenen Themen durchgeführt. Zielgruppen waren hierbei im hauptsächlichen Kinder der 3. und 4. Klasse. Während in Zusammenarbeit mit den Schulen oft Themen wie „Klimafreundliche Schule“, „Sichere Schule“ und „Demokratische Basiskompetenzen“ im Vordergrund standen, wurden in frei ausgeschrieben Projektwochen für Kinder aus ganz Papenburg Themen wie „Kindersichere Stadt“ und „Klimafreundliche Stadt“ fokussiert. Eines haben dabei alle Themen gemeinsam. Bei allen lag der Schwerpunkt vor allem



darauf, die Kinder ihre Bedürfnisse und Wünsche formulieren zu lassen und diese nach außen zu tragen. Im schulischen Kontext spielten hierbei vor allem die Schulleiter/-innen eine große Rolle, im kommunalen verschiedene Politiker/-innen der Stadt Papenburg. Alle diese Projekte haben uns gezeigt, wie wichtig es ist, Kinder in sie betreffende Entscheidungsprozesse aktiv mit einzubeziehen und ihnen eine Stimme zu geben. Da für uns als Pilotstandort 2023 die Förderung ausläuft, haben wir alle unsere gesammelten Erfahrungen noch einmal gebündelt und als Projektabschluss eine Kinder-Klima-Konferenz veranstaltet, in welcher Kinder sich mit dem Klimaschutz auseinandersetzten und eigene Handlungsoptionen erarbeiteten. Ein Auslaufen des Projektes bedeutet aber keinesfalls, dass es in der HÖB keine politische Bildung mit Kindern im Grundschulalter mehr geben wird. Alle gesammelten Erfahrungen fließen in weitere Projekte mit ein und werden unseren Arbeitsalltag prägen. Zudem soll es auch im Jahr 2024 erneut eine Kinder-Klima-Konferenz geben, um Kinder weiterhin darin zu bestärken, ihr Recht auf Beteiligung aktiv zu nutzen.

Zu Projektbeginn der „Demokratie-Profis in Ausbildung!“ stand die große Frage im Raum „Politische Bildung mit Kindern geht das?“. Diese können wir nach allen unseren Aktivitäten mit einem klaren JA! beantworten.

### Ihre Ansprechpartnerin

Sandra Sinning

Tel.: 04961 / 97 88-28

Mail: [sandra.sinning@hoeb.de](mailto:sandra.sinning@hoeb.de)



Während der gesamten Laufzeit wurde unser Projekt begleitet durch unsere Modellschule, die Kirchs Schule Papenburg. Wir sind vor allem dem Schulleiter Stefan Eichholz dankbar für die gute Zusammenarbeit.



Stefan Eichholz

## Demokratieprofis in Ausbildung

Die Machtergreifung der Nationalsozialisten jährt sich im Jahr 2023 zum 90. Mal. Die Generation die den Horror antidemokratischen Handelns und dessen Folgen miterlebt hat, stirbt langsam aus. Gleichzeitig gehören Teilhabe und Mitbestimmung zu den höchsten Gütern in einer demokratischen Gesellschaft. Diese zu erlernen, zu begleiten und auszubauen gilt als eine hervorgehobene Aufgabe der Grundschulen. Vor allem, da die Demokratien in Deutschland und Europa einer immer größer werdenden Bedrohung aus den extremistischen Lagern ausgesetzt sind.

Das Projekt ‚Demokratieprofis in Ausbildung‘ konnte einen Beitrag leisten unseren Schülerinnen und Schülern die Grundwerte demokratischen Handelns näher zu bringen. In einem Workshop und einer Projektwoche haben die Kinder die Grundlagen der Demokratie erlernt und diese bezogen auf die Schule angewendet, indem sie Missstände identifizierten, Ideen zur Veränderung vorbrachten und diese gegenüber der Bürgermeisterin und der Schulleitung präsentierten. Die teilnehmenden Kinder waren mit Eifer und Engagement bei der Sache und hatten positive Selbstwirksamkeitserlebnisse. Durch die Arbeit im Projekt bestärkt haben

wir uns dann auf den Weg gemacht eine schlagkräftige Schülervertretung ins Leben zu rufen. Ziel dabei ist es in einem demokratisch gewählten Schülerparlament die Anliegen der Schülerschaft zu äußern, aufzuarbeiten und vor den Entscheidungsgremien und -trägern in der Schule und der Stadt zu vertreten.

Zur Pflicht der Grundschule gehört es die Schülerinnen und Schülern zu einer mündigen, verantwortungsvollen gesellschaftlichen Teilhabe zu befähigen. Die Arbeit in dem Projekt hat dazu beigetragen, dass wir weitere Schritte auf dem Weg zur Erreichung dieses Zieles gehen konnten. Der Möglichkeit, dass Kinder in ihrem eigenen Umfeld und ihre Lebenswelt betreffend an Entscheidungen mitwirken können, sollte noch viel mehr Raum gegeben werden. In der alltäglichen Arbeit und bei der Ausweitung der Demokratisierungsprozesse in der Schule wird deutlich, dass uns Erwachsenen oftmals Phantasie und ein gewisses Maß an Freiheit fehlt, um gute Ideen Wirklichkeit werden zu lassen. Wir brauchen Demokratieprofis in allen Bereichen!

Stefan Eichholz  
-Schulleiter GS Kirchs Schule-

## Kinder-Klima-Konferenz: Unsere Stimme für das Klima

*Entdecke, spiele und lerne für die Zukunft - Für Kinder der Klassenstufen 3-5*

Nach einer gelungenen ersten Veranstaltung, wird es auch 2024 wieder eine Kinder-Klima-Konferenz geben. Einen Tag lang befassen sich die teilnehmenden Kinder mit verschiedenen Fragen rund um die Themen Klimaschutz und Klimakrise. Neben spannenden Spielen und Diskussionen befassen wir uns mit verschiedenen Themen und finden heraus, wie sich diese auf das Klima auswirken. Dies sind beispielsweise Themen, wie Ernährung, Kleidung, Elektro...

Zum Abschluss sind die kreativen Ideen der Kinder gefragt. Gemeinsam werden Ideen gesammelt, wie jeder einzelne einen aktiven Beitrag für den Klimaschutz leisten kann.

Denn wir glauben fest daran: Auch die kleinsten Veränderungen haben eine große Auswirkung.

Kurs-Nr.:	0032886
Leitung:	Sandra Sinning Ruth Jongebloed
Beginn:	Sa., 02.11.2024, 10.00 Uhr
Ende:	Sa., 02.11.2024, 17.00 Uhr
Gebühr:	15,00 Euro

Gefördert vom:





## Entfaltet eure digitale Wirkung! – Social Media Strategien für junge Politikmacher/-innen

Ihr seid leidenschaftlich daran interessiert, eure politischen Überzeugungen auf die digitale Bühne zu bringen? Möchtet ihr lernen, wie ihr Social Media gekonnt einsetzen könnt, um eure Stimme zu erheben und Veränderungen anzustoßen? Dann ist dieses Seminar genau das Richtige für euch! Erfahrt, wie ihr Plattformen wie Facebook, Instagram und Co. effektiv nutzen könnt, um eure politischen Botschaften zu verbreiten. Entwickelt Fähigkeiten für einen gelingenden Dialog mit euren Followern, sowie zum Umgang mit Hasskommentaren und Fake News zu euren Beiträgen.

Kurs-Nr.:	0033030
Leitung:	Wiebke Sutorius
Beginn:	Fr., 24.05.2024, 16.00 Uhr
Ende:	So., 26.05.2024, 15.00 Uhr
Gebühr:	35,00 Euro (einschl. Verpflegung und Unterkunft)

## The Eco Way of Life – Wie gestalte ich mein Leben umweltbewusst

Die Welt steht vor enormen Herausforderungen: der Klimawandel, der Verlust der Artenvielfalt und der rasante Verbrauch natürlicher Ressourcen. Die Probleme beeinflussen nicht nur unser heutiges Leben, sondern auch die Zukunft unserer Kinder. Es ist an der Zeit, dass wir uns bewusst werden, wie unsere täglichen Entscheidungen den Kurs unserer Planeten bestimmen.

Um das Bewusstsein für unsere Handlungen und ihre Auswirkungen zu schärfen, laden wir herzlich zu unserem Seminar „The Eco Way of Life – Wie gestalte ich mein Leben umweltbewusst“ ein. Anlässlich zum Earth Overshoot Day erkunden wir, wie der Ressourcenverbrauch unsere Erde beeinflusst und wie wir langfristig den Earth Overshoot Day hinauszögern können. Dazu widmen wir uns verschiedenen alltagsnahen Themen wie beispielsweise „nachhaltiger Ernährung“, „Kleidung und Konsum“ und Elektroschrott, die wir in kreativen Lernmethoden erkunden.

Dieses Seminar geht über bloße Theorie hinaus. Es bietet Jugendlichen (14-19 Jahre) die Möglichkeit, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen, Freundschaften zu knüpfen und eine nachhaltige Gemeinschaft aufzu-

bauen. Das interaktive Seminarformat mit Gruppenaktivitäten, Raum für Diskussionen und praktischen Übungen – um ausgewählte Nachhaltigkeitsstrategien auszuprobieren – vermittelt Wissen und Handlungskompetenzen.

Gemeinsam erarbeiten wir nicht nur Strategien für ein bewussteres Leben, sondern erforschen auch die Grundlagen für eine nachhaltige und lebenswerte Welt.

Kurs-Nr.:	0032884
Leitung:	Ruth Jongebloed Mareke Hauschild
Beginn:	Fr, 03.05.2024, 18.00 Uhr
Ende:	So, 05.05.2024, 13.00 Uhr
Gebühr:	65,00 Euro (einschl. Verpflegung)





## Reden können in der Demokratie – Rhetorik und Argumentationstraining

Als junge Parlamentarier/-innen in Jugendparlamenten mischt ihr euch in die Kommunalpolitik ein und vertretet die Interessen Gleichaltriger. Dazu benötigt ihr Redefähigkeiten, um überzeugend zu reden, sicher aufzutreten und andere zu überzeugen! In diesem 3-tägigen Seminar entwickelt ihr Selbstbewusstsein und Spaß, um in eurer politischen Arbeit selbstsicher und frei zu sprechen und andere Menschen von eurer Idee und Meinung zu überzeugen. Ihr lernt eure Körpersprache gezielt einzusetzen, trainiert eure Stimme und den wirkungsvollen Einsatz von Mimik und Gestik.

Ihr macht euch vertraut mit dem Einsatz rhetorischer Mittel, dem argumentativen Aufbau sowie der Strukturierung und Gestaltung von Reden.

Kurs-Nr.: 0033032  
 Leitung: Wiebke Sutorius  
 Beginn: Fr., 14.06.2024, 16.00 Uhr  
 Ende: So., 16.06.2024, 15.00 Uhr  
 Gebühr: 35,00 Euro  
 (einschl. Verpflegung und Unterkunft)

## Unsere Stadt soll grüner werden! Nachhaltige Projekte denken und planen

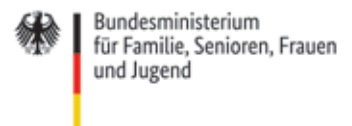
Der Klimawandel ist eine der größten gesellschaftlichen Herausforderungen der nächsten Jahrzehnte. Die Zeit zu handeln ist jetzt.

Stadt im 21. Jahrhundert nähern könnt, um diese später auch der Politik überzeugend zu präsentieren.

Wir unterstützen euch dabei, eure Stadt unter die Lupe zu nehmen, wie und wo Potenziale für mehr Nachhaltigkeit zu finden sind. Gemeinsam bündelt ihr euer Wissen und eure Kenntnisse über euren Wohnort, um ihn zukunftsfähig zu verbessern. Dazu werdet ihr die „Planning for Real“-Methode nutzen, mit der ihr euch haptisch und kreativ euren Ideen für eure

Kurs-Nr.: 0033033  
 Leitung: Wiebke Sutorius  
 Beginn: Fr., 08.11.2024, 16.00 Uhr  
 Ende: So., 10.11.2024, 15.00 Uhr  
 Gebühr: 35,00 Euro  
 (einschl. Verpflegung und Unterkunft)

Gefördert vom:



## Kompetenzwerkstatt für Schüler/-innen und Auszubildende

Unsere Angebote im Rahmen der Kompetenzwerkstatt richten sich an Schüler/-innen berufsbildender Schulen und Auszubildende. In unseren Seminaren stärken und fördern wir die Schlüsselkompetenzen, die für junge Menschen für das Bewältigen der vielfältigen Anforderungen der Berufs- und Arbeitswelt von Bedeutung sind.

Die Inhalte können individuell in 3–5-tägigen Seminaren zusammengestellt werden.

Bei der Auswahl der Seminare beraten wir Sie gerne!

Ihre Ansprechpartnerin:  
Denise Timpe  
Tel.: 04961 / 9788-30  
Mail: denise.timpe@hoeb.de

### Unsere Seminarangebote im Überblick:

Neues lernen,  
Stärken erkennen –  
über sich hinaus wachsen



### Kommunikation und Gesprächsführung

In diesem Seminar lernen die Schüler/-innen und Auszubildenden wichtige Grundlagen der Kommunikation sowie Handwerkszeug für gelingende Gesprächsführung kennen. Anhand konkreter Beispiele aus ihrem Berufsalltag erfahren sie, wie sie schwierige und konflikthafte Gesprächssituationen vorbereiten, strukturieren und sicher führen. Handlungsorientierte Methoden wie Rollenspiele sowie Video-Feedback unterstützen den persönlichen Lernprozess.

Inhalte:

- Grundlagen der zwischenmenschlichen Kommunikation
- Körpersprache und ihre Bedeutung für Gesprächssituationen
- Handwerkszeug für gelingende Gesprächsführung
- Schwierige Gespräche vorbereiten und führen



## Teamfähigkeit und kommunikative Kompetenz

In diesem Teamtraining setzten sich die Schüler/-innen und Auszubildenden mit wichtigen Merkmalen von Teams, ihren Rollen und Aufgaben auseinander und lernen die Bedingungen für erfolgreiche Teamarbeit kennen. Interaktions- und erlebnispädagogische Übungen konfrontieren die Teilnehmenden mit ungewohnten Herausforderungen, Erfolgserlebnissen und Grenzerfahrungen. Dabei wird der Teamgeist und das Vertrauen in der Gruppe aktiv gefördert und die Teamfähigkeit und kommunikative Kompetenz der Schüler/-innen gestärkt.

Inhalte:

- Merkmale erfolgreicher Teamarbeit
- Rollen und Aufgabenverteilung im Team
- Eigene Stärken und Potentiale erkennen und einsetzen
- Konflikte im Team konstruktiv lösen



## Rhetorik und Präsentation

In diesem Seminar setzen sich die Teilnehmenden mit den Grundlagen der Rhetorik und der Wirkung von Körpersprache, Stimme und Sprechtechnik auf Redesituationen auseinander. Übungen aus der Theaterpädagogik sowie Video-Feedback stärken die rhetorischen Fähigkeiten und fördern das freie Sprechen. Um sich gezielt auf bevorstehende Präsentationen oder Referate vorzubereiten, lernen die Schüler/-innen und Auszubildenden wichtige und kreative Präsentationsmittel und -formen kennen.

Inhalte:

- Grundlagen der Rhetorik und Wirkung von Körpersprache, Stimme u. Sprechtechnik
- Aufbau und Struktur einer Rede
- Umgang mit Angst und Lampenfieber
- Präsentationsmittel und -formen / Gestaltung von Visualisierungen



## Ausbildung und Qualifizierung

Eine fundierte Ausbildung und kontinuierliche Qualifizierung der pädagogischen Fachkräfte in KiTas sowie der Lehrkräfte und pädagogischen Fachkräfte in Schulen sind essenziell, um eine positive Lernumgebung zu schaffen und die individuelle Entwicklung der Kinder und Jugendlichen bestmöglich zu fördern. Gut ausgebildetes und motiviertes Fachpersonal bildet die Grundlage für die Gestaltung von kindgerechten und schülerorientierten Bildungsangeboten und sichert so die Qualität der Bildung und Entwicklung von Kindern und Jugendlichen.

In Kindertagesstätten ist die frühkindliche Bildung von besonderer Bedeutung. Dies umfasst nicht nur fachliches Wissen über die Entwicklung von Kindern, sondern auch pädagogische Methoden, Kommunikationsfähigkeiten und interkulturelle Kompetenzen. Auch in Schulen spielt die Aus- und Weiterbildung der Lehrkräfte eine zentrale Rolle. Fortbildungsangebote zu fachlichen und fachdidaktischen Fragestellungen, zur Entwicklung eines differenzierten und inklusiven Unterrichts, zu innovativen Lehr- und Lernmethoden sowie zum Umgang mit modernen Technologien in der Schule stärken die Lehrkräfte in ihrer professionellen Kompetenz und bieten ihnen zusätzliches „Handwerkzeug“ zur Gestaltung eines zeitgemäßen und schülerorientierten Unterrichts. Zusätzlich ist die Zusammenarbeit zwischen KiTas und Schulen von hoher Bedeutung. Eine kontinuierliche Abstimmung zwischen den pädagogischen Fachkräften gewährleistet einen reibungslosen Übergang der Kinder von der KiTa zur Schule. Dies erfordert eine enge Kooperation und den Austausch von Erfahrungen und Informationen beider Seiten. Im Folgenden finden Sie eine Auswahl unseres Angebots für beide Zielgruppen. Weitere interessante Fortbildungen finden Sie auf unserer Homepage ([www.hoeb.de](http://www.hoeb.de)) bzw. in der Veranstaltungsdatenbank VeDaB ([www.vedab.de](http://www.vedab.de)).

*Gut ausgebildetes und  
motiviertes Fachpersonal sichert  
die Qualität der Bildung.*





## FACHTAG KITA 2040

### Wie können KiTa-Leitungen, Fachberatung und pädagogische Fachkräfte zukünftige Herausforderungen in KiTas meistern?

An diesem Fachtag schauen wir gemeinsam auf Themen wie:

- Personal- und Teamentwicklung trotz Personalmangel
- Personalgewinnung und Personalbindung trotz Fluktuation
- Komplexität und Belastungen der Mitarbeitenden: Gesundheitsvorsorge als Garant für gesundes Aufwachsen in der KiTa
- KiTa-Organisation – Mehr Qualität, mehr Öffnungszeiten, mehr Forderungen von allen Seiten
- regionaler Bezug Emsland/Ostfriesland/Grafschaft Bentheim/Cloppenburg

... und dass alles im Austausch mit Politik, KiTas, Trägervertretern, um:

- ... zukünftige Herausforderungen sichtbar zu machen,
- ... für Problemlagen in Politik und Trägerlandschaft zu sensibilisieren
- ... Fach- und Leitungskräfte zu stärken

*Work in process - Termin steht noch nicht fest!*

## Praxismentor/-in für Auszubildende in Kindertageseinrichtungen

Qualifizierungskurs in Zusammenarbeit mit dem Niedersächsischen Kultusministerium -

### Aufbaukurs

Zur Vertiefung der im Grundkurs (s.o.) erarbeiteten Inhalte werden folgende Module erarbeitet im Hinblick auf Praxismentoring-Koordination:

- Bezogen auf Praxismentoring beraten und reflektieren
- Praxismentoring organisieren
- Netzwerke und Ausbildungskonzepte entwickeln und verankern

Teilnahmevoraussetzung ist der abgeschlossene Grundkurs.

Kurs-Nr:	0029841
Leitung:	Claudia Gebken
Referent/-in:	Referent/-innenteam
Beginn:	Mi., 27.09.2023, 10.00 Uhr
Ende:	Fr., 29.09.2023, 16.30 Uhr
Gebühr:	Die Teilnahme ist kostenfrei (einschl. Unterkunft und Verpflegung)

gefördert durch:



**Niedersächsisches  
Kultusministerium**

## Neue Wege in der Professionalisierung der Erzieher/-innenausbildung

Fachtagung in Zusammenarbeit mit dem Nieders. Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung (NIFBE)

Im Rahmen unterschiedlicher Projekte und Veranstaltungen hat die Historisch-Ökologische Bildungsstätte in den letzten Jahren immer wieder neue Wege in der Professionalisierung angehender Erzieher/-innen erkundet. Kooperationspartner sind dabei das nifbe, die Fachschule Sozialpädagogik Emden, die Hochschule Emden / Leer sowie verschiedene elementarpädagogische Praxiseinrichtungen in der Region Ostfriesland sowie dem Osnabrücker Land.

Als wichtiger Professionalisierungsbaustein hat sich dabei die Praxisanleitung herausgestellt, die in einem funktionierenden Netzwerk aller Beteiligten (Schule – Hochschule – Praxis – Weiterbildung) der Professionalisierung der angehenden Erzieher/-innen wichtige Impulse geben kann.

Gestützt auf vielfältige Erfahrungen der Kooperationspartner, des bundesweiten Projektes „Lernort Praxis“ und wissenschaftlichen Beiträgen, organisieren wir jährlich eine Fachtagung.

In diesem Jahr wird das Spannungsfeld „**Bewertung und Diskriminierung in der Ausbildung**“ diskutiert. Welche Bewertungssysteme nutzen die Akteure vor Ort? Wie können Diskriminierung und einseitige Beurteilungen vermieden werden?

Welche Möglichkeiten der Kooperation und gemeinsamen Absprachen vor Ort können zielführend und gewinnbringend sein?

Diese Fachtagung richtet sich an Fachschullehrer/-innen der Sozialpädagogik, an Fachberater/-innen und Multiplikatoren/-innen der unterschiedlichen Trägerverbände sowie an Leiter/-innen, Praxismentoren/-innen und Mitarbeitende von Kindertagesstätten.

Kurs-Nr.	0033597
Leitung:	Claudia Gebken
Referent/-in:	Referent/-innenteam
Beginn:	Do., 11.04.2024, 10.00 Uhr
Ende:	Fr., 12.04.2024, 15.30 Uhr
Gebühr:	250,00 Euro (einschl. Unterkunft und Verpflegung)

**nifbe** Niedersächsisches Institut  
für frühkindliche Bildung und Entwicklung  
Regionale Transferstelle  
NordWest



## KiTas führen und leiten

### Berufsbegleitende Weiterbildung für Leitungen und die es werden wollen

Die berufsbegleitende Weiterbildung richtet sich an Leiter/-innen von Kindertageseinrichtungen sowie an Interessierte, die eine solche Position anstreben. In ihrem Aufbau berücksichtigt sie das Curriculum zur Qualifizierung von Leitungen von Kindertageseinrichtungen, das im Zuge der Qualitätsoffensive frühkindliche Bildung vom Nieders. Kultusministerium entwickelt wurde. Die Leitung einer Kindertagesstätte stellt hohe Anforderungen an die Führungskraft, sehen

sie sich vielfältigen Ansprüchen, von den Kindern und Eltern, dem Team und dem Träger gegenüber. Das ist nicht selten anstrengend und erfordert vielfältige Kompetenzen. Sie erwerben in dieser Seminarreihe Kompetenzen, die sie befähigen, diese interessante und herausfordernde Aufgabe wahrzunehmen. Unsere Weiterbildung vermittelt ein fundiertes Wissen und möchte Reflexionsprozesse anregen, um professionelles Handeln in der Leitung einer KiTa zu ermöglichen.

#### Zeitlicher Umfang:

Die Weiterbildung umfasst 6 Seminarblöcke mit 120 UStd. Präsenzzeiten, zuzüglich 12 UStd. Selbstlernzeiten für Vor- und Nachbereitung sowie die Planung und Umsetzung eines Praxisprojektes, das im Rahmen einer schriftlichen Ausarbeitung und einem Kolloquium vorgestellt wird.

#### Modul 1:

Dem Erziehungs- und Bildungsauftrag gerecht werden – Eine KiTa systemisch-lösungsorientiert leiten  
Fr., 13. September 2024, 10.00 Uhr bis  
Sa., 14. September 2024, 15.00 Uhr

#### Modul 2:

Sich selbst führen – Eine Leitungspersönlichkeit entwickeln und die eigenen Potentiale nutzen  
Do., 14. November 2024, 10.00 Uhr bis  
Sa., 16. November 2024, 14.30 Uhr

#### Modul 3:

Mitarbeitende führen  
Do., 23. Januar 2025, 10.00 Uhr bis  
Sa., 25. Januar 2025, 14.30 Uhr

#### Modul 4:

Betriebsführung und Management einer KiTa  
Do., 27. März 2025, 10 Uhr bis  
Fr., 28. März 2025, 16.30 Uhr

#### Modul 5:

Zusammenarbeit und Kooperation im Sozialraum professionell gestalten  
Do., 24. April 2025, 10 Uhr bis  
Fr., 25. April 2025, 16.30 Uhr

#### Modul 6:

Organisations- und Qualitätsentwicklung  
Do., 19. Juni 2025, 10.00 Uhr bis  
Fr., 20. Juni 2025, 16.30 Uhr

Kurs.-Nr. 0034591  
Leitung: Claudia Gebken  
Denise Timpe  
Referent/-in: Referent/-innenteam  
Beginn: Do., 12.09.2024, 10 Uhr  
Sa., 14.09.2024, 14:30 Uhr  
Gebühr: 1320,00 Euro\* (einschl. Unterkunft und Verpflegung)  
\* Da die Inhalte unserer Fortbildung sich an dem Nieders. Curriculum orientieren, kann der Träger eine finanzielle Förderung beim Träger der örtlichen Jugendhilfe (Stadt der Landkreis) beantragen.

gefördert durch:



**Niedersächsisches  
Kultusministerium**



## Fortbildungsangebote für fachfremd unterrichtende Lehrkräfte

Unterrichten Sie an Ihrer Schule als fachfremde Lehrkraft und wünschen Sie sich Anregungen und Ideen für die Planung und Gestaltung Ihres Unterrichts? Für die Fächer Chemie, Physik sowie Werte und Normen bieten wir Ihnen regelmäßige Fortbildungen zu verschiedenen inhaltlichen Schwerpunkten. Im Rahmen der Veranstal-

tungen werden sowohl fachliche als auch fachdidaktische Grundlagen vermittelt sowie methodische Hinweise, praktische Beispiele und experimentelle Übungen erarbeitet. Selbstverständlich werden die Erfahrungen, Probleme und Fragen der Teilnehmenden eine wichtige Rolle spielen.



### Chemie fachfremd unterrichten Teil IV und V - Organische Chemie in der Sekundarstufe I

Kurs-Nr.: 0033608  
Beginn: Do., 13.06.2024, 9.30 Uhr  
Ende: Fr., 14.06.2024, 16.30 Uhr  
Gebühr: 195,00 Euro

Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen!

Ausführliche Informationen zu den Schwerpunkten und Inhalten der einzelnen Veranstaltungen finden Sie auf unserer Homepage ([www.hoeb.de](http://www.hoeb.de)) sowie in der Veranstaltungsdatenbank VeDaB ([www.vedab.de](http://www.vedab.de)).

### Werte und Normen fachfremd unterrichten

*Teil I: Disziplinen und Themen*

Kurs-Nr.: 0033977  
Referent/-in: Maximilian Hagen, IGS Wilhelmshaven  
Joseph Hoßfeld, Neues Gymnasium  
Oldenburg und Lehrbeauftragter  
Uni Oldenburg  
Beginn: 29.10.2024, 10.00 Uhr  
Ende: 30.10.2024, 17.00 Uhr  
Gebühr: 185,00 Euro



## Qualifizierung zum/zur schulischen Berufsorientierungs-Koordinator/-in

Berufliche Orientierung ist eine zentrale Querschnittsaufgabe der Schule und erfordert das Mitwirken aller innerhalb des Schulkollegiums sowie die Zusammenarbeit mit externen Partnern.

Maßnahmen schulischer Berufsorientierung erfüllen dabei unterschiedliche Aufgaben: Sie ermöglichen den Jugendlichen, ihre Interessen, Stärken und Fähigkeiten zu entdecken und vermitteln Kenntnisse über Ausbildungswege, Berufe und deren Anforderungen.

Damit die vielfältigen Aktivitäten und Maßnahmen in der Schule diesen Aufgaben gerecht werden können, ist die Entwicklung eines gesamtschulischen Konzepts zur Berufsorientierung hilfreich. Mit diesem Ziel haben im Zeitraum von September 2022 bis November 2023 insgesamt 27 Lehrkräfte aus ganz Niedersachsen an der neunmoduligen Fortbildungsreihe „Qualifizierung zum / zur schulischen Berufsorientierungs-Koordinator/-in“ teilgenommen und ein individuelles Konzept zur Berufsorientierung für ihren Schulstandort entwickelt. Die Fortbildungsreihe wurde in Kooperation mit der Pädagogischen Hochschule Niederösterreich und dem Niedersächsischen Landesinstitut für schulische Qualitätsentwicklung (NLQ) entwickelt und durchgeführt.

Im Rahmen der einzelnen Module wurden zentrale Themen wie z. B. Berufswahltheorien, Persönlichkeitsbildung und Prozesse der Berufsfindung bei Jugendlichen, Grundlagen von Gender und Diversity in der beruflichen Orientierung, Elternarbeit sowie Grundlagen

zur Implementation und Evaluation des Berufsorientierungskonzeptes erarbeitet. Die durch die Teilnehmenden entwickelten Standortkonzepte wurden im Zuge der Abschlussveranstaltung präsentiert. Der erfolgreiche Abschluss der Fortbildungsreihe wurde natürlich auch gebührend gefeiert.



Präsentation BO-Konzepte



Der zweite Durchgang der Fortbildungsreihe startet im Schuljahr 2024/2025. Vorbehaltlich der Mittelfreigabe wird die Fortbildungsreihe als bildungspolitisches Schwerpunktthema durch das Niedersächsische Kultusministerium finanziell gefördert.

Bei Interesse wenden Sie sich gerne an Dr. Kerstin Haucke ([kerstin.haucke@hoeb.de](mailto:kerstin.haucke@hoeb.de)) oder Denise Timpe ([denise.timpe@hoeb.de](mailto:denise.timpe@hoeb.de)).





## Fortbildungsangebote im Bereich Inklusion sowie zum Umgang mit herausforderndem Verhalten von Kindern und Jugendlichen

### Inklusion, was nun? Konfliktkompetenz in der Schule

*Praxisseminar für Lehrer/-innen unterschiedlicher Schulformen zum Umgang mit Unterrichtsstörungen, Aggression und Gewalt von sogenannten „schwierigen“ Kindern*

Frage: Würden Sie als Schiedsrichter ein Champions-League Endspiel auf einem Kartoffelacker ohne Tore, Linien und Eckfahnen anpfeifen? Antwort: Sicher nicht. Viele Pädagogen pfeifen diese Spiele im übertragenen Sinne jeden Tag – im Klassenraum.

Gewaltbereite Jugendliche sind ausgewiesene Experten der Grenzüberschreitung, rhetorisch geschickt in der Verharmlosung ihrer Taten und Meister in der Ablehnung der Verantwortung. Dieses Verhalten – überlebensnotwendig und biografisch durchaus nachvollziehbar – treibt uns Pädagogen/-innen den Schweiß auf die Stirn und fordert nicht mehr nur „Experten“ heraus. Nicht erst seit der Inklusionsdebatte stellt der schulische Umgang mit sogenannten „schwierigen“ Schüler/-innen – insbesondere mit dem Förderbedarf „Emotionale und Soziale Entwicklung“ – für Lehrer/-innen und pädagogische Fachkräfte eine zunehmende Herausforderung dar.

Dieses Seminar liefert praxiserprobte Methoden und Techniken aus der Schnittmenge von Konfrontativer Pädagogik und Sonderpädagogik (ES). Dabei geht es weniger um methodisch-didaktische Herangehensweisen, sondern um konkrete Präventions- und Interventionstechniken bei Unterrichtsstörungen, Aggressionen und Gewalt. Das Seminar liefert Anregungen zu den Fragen: Was brauchen Lehrer/-innen und was brauchen Schüler/-innen mit dem Förderbedarf ES?

Kurs-Nr.:	0031643
Leitung:	Dr. Kerstin Haucke
Referent/-in:	Torsten Schumacher, Dipl.-Sportlehrer und Förderschullehrer, Anti-Aggressivitäts-Trainer, Schulmediator, Köln
Beginn:	Di., 09.04.2024, 10.00 Uhr
Ende:	Mi., 10.04.2024, 15.30 Uhr
Gebühr:	Die Veranstaltung wird als bildungspolitisches Schwerpunktthema durch das Niedersächsische Kultusministerium finanziell gefördert und ist kostenfrei. Ohne Mittelfreigabe wird eine Teilnahmegebühr von 195,00 Euro (einschl. Unterkunft und Verpflegung) berechnet.
Weitere Termine:	14.05.-15.05.2024 & 13.11.-14.11.2024



## „Nur gemeinsam sind wir stark!“ – Wirksames Konfliktmanagement in der inklusiven Schule

*Praxisseminar für Schulleitungen und Lehrer/-innen unterschiedlicher Schulformen zum Umgang mit Unterrichtsstörungen, Aggression und Gewalt von sogenannten „schwierigen“ Kindern*

„Schwierige“ Kinder und Jugendliche sind ausgewiesene Experten der Grenzüberschreitung und Meister in der Ablehnung von Verantwortung. Ist dieses Verhalten für die Kinder und Jugendlichen biographisch durchaus nachvollziehbar, treibt es uns als Lehrer/-in oder pädagogische Fachkraft den Schweiß auf die Stirn. Nicht erst seit der Debatte um Inklusion, insbesondere mit dem Förderbedarf „Emotionale und soziale Entwicklung“, bedeutet dies eine zunehmende Herausforderung für alle.

Um hiermit in der eigenen Schule, der eigenen pädagogischen Einrichtung kompetent umgehen zu können, reicht es nicht aus, dass die einzelnen Lehrer/-innen und pädagogischen Fachkräfte über angemessene Methoden und Techniken verfügen. Hier ist das System als Ganzes gefragt. Jede Schule ist gefordert, ein eigenes Konfliktmanagementsystem zu entwickeln und zu implementieren, dass der / dem einzelnen Lehrer/-in Handlungssicherheit und Unterstützung bietet.

Dieses Seminar wird dazu konkrete Hilfestellungen erarbeiten und geeignete Tools vorstellen.

Kurs-Nr.: 0031644  
Leitung: Dr. Kerstin Haucke  
Referent/-in: Torsten Schumacher,  
Dipl.-Sportlehrer und Förderschullehrer,  
Anti-Aggressivitäts-Trainer,  
Schulmediator, Köln  
Beginn: Mi., 17.04.2024, 10.00 Uhr  
Ende: Do., 18.04.2024, 15.30 Uhr  
Gebühr: Die Veranstaltung wird als bildungspolitisches Schwerpunktthema durch das Niedersächsische Kultusministerium finanziell gefördert und ist kostenfrei. Ohne Mittelfreigabe wird eine Teilnahmegebühr von 195,00 Euro (einschl. Unterkunft und Verpflegung) berechnet.

Weiterer Termin: 04.09.-05.09.2024



## Deeskalations- und Handlungsstrategien für den Umgang mit Menschen mit geistiger Beeinträchtigung

Praxisseminar für Mitarbeitende in Einrichtungen der Behindertenhilfe und Förderschullehrer/-innen

Sie haben Klienten ...

- ... die vermeintlich ohne Grund ausagierend handeln?
- ... die mit den strukturellen Vorgaben in ihrer Einrichtung nur schwer umgehen können?
- ... die nur eine geringe Frustrationstoleranz haben?
- ... bei denen die persönlichen Entwicklungsstufen stark variieren?

Für den konstruktiven Umgang mit solchen Klienten bieten wir Ihnen Unterstützung.

Durch unsere langjährige Arbeit mit Kindern und Jugendlichen mit herausforderndem Verhalten und der Arbeit in der Behindertenhilfe konnten wir viele grenzverletzende Situationen deeskalierend lösen und ein für uns hilfreiches Handlungsrepertoire entwickeln.

Vielfach helfen einfache strukturelle Veränderungen und ein Wissen über verbale Deeskalation, um herausforderndes Verhalten bereits im Vorfeld umzulenken. Es gilt herauszufinden, welche Bedarfe hinter einem gezeigten Verhalten stehen und welche Bedürfnisse damit befriedigt werden sollen.

Gerade in der Arbeit mit Menschen mit besonderen Bedürfnissen ist eine große Methodenvielfalt wichtig, um an kreativen Lösungen zu arbeiten.

Dieses Seminar liefert Methoden und Techniken, die sowohl eine klare und verlässliche als auch eine deeskalierende Haltung unterstützen. Wir wollen anhand vieler praktischer Beispiele und Übungen unterschiedliche Präventionstechniken vorstellen, die im Anschluss in die pädagogische Praxis z.B. von Schule und Wohnbereich übertragbar sind.

Kurs-Nr.:	0033280
Leitung:	Stefanie Book
Referent/-in:	Stephanie Hegge, Dipl.-Sozialpädagogin, Anti-Aggressivitäts-Trainerin®, Meppen Torsten Schumacher, Dipl.-Sport- und Förderschullehrer, Anti-Aggressivitäts®- und Coolnesstrainer®, Schulmediator, Köln
Beginn:	Do., 28.11.2024, 10.00 Uhr
Ende:	Fr., 29.11.2024, 15.30 Uhr
Gebühr:	195,00 Euro (einschl. Unterkunft und Verpflegung)



## Berufsbegleitende Zusatzqualifizierung Anti-Aggressivitäts-Training (AAT®/ Coolness-Training (CT®))

Weiterbildung für pädagogische Fachkräfte und Lehrer/-innen im Umgang mit sogenannten „schwierigen“ und gewaltbereiten Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Institut für Konfrontative Pädagogik IKD

Die Beschäftigung und Auseinandersetzung mit gewaltbereiten Kindern und Jugendlichen hat sich, von einer zunächst periodenhaften Erscheinung, zu einem Dauerthema mit spezifischen Belastungsproben entwickelt. Überforderungen der pädagogischen Fachkräfte sind hierbei keine Seltenheit. In der langjährigen Arbeit mit Gewalttätern konnten die Referenten erfolgreich Konzepte und Methoden erproben, die helfen, gewaltaffine Situationen zu verhindern oder zu deeskalieren. Das Anti-Aggressivitäts-Training & Coolness-Training nutzt dabei verschiedene Ansätze der Gewaltbearbeitung und Gewaltprävention.

Das Qualifizierungskonzept berücksichtigt neben der persönlichen Kompetenzerweiterung im Sinne einer grundsätzlichen Haltung auch Fragen der Organisationsentwicklung, denn ein abgestimmter und effektiver Ordnungsrahmen in Einrichtungen trägt zur Minderung aggressiver Verhaltensweisen bei. So steht für die unterschiedlichen Phänomene gewalttätigen Verhaltens ein umfassendes und differenziertes Handlungssset zur Verfügung.

Die Weiterbildung umfasst insgesamt neun Blockseminare in 13 Monaten. Weitere Termine:  
08./09.11.2024 | 13./14.12.2024 | 10./11.01.2025 |  
14./15.02.2025 | 28./29.03.2025 | 09./10.05.2025 |  
27./28.06.2025 | 05./06.09.2025 | 30.10.-01.11.2025.

Nähere Informationen zur berufsbegleitenden Fortbildung senden wir Ihnen auf Anfrage gerne zu.

Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat und sind befähigt, Anti-Aggressivitäts- und Coolness-Trainings durchzuführen.

Kurs-Nr.: 0033239  
Leitung: Stefanie Book  
Referent/-in: Torsten Schumacher,  
Dipl.-Sport- und Förderschullehrer,  
Anti-Aggressivitäts®- und  
Coolnesstrainer®, Schulmediator, Köln  
Thomas Freerks,  
Erzieher, Anti-Aggressivitäts®- und  
Coolnesstrainer®, Behavioristischer  
Psychodramatiker, Traumapädagoge  
und "Supervisor" DGSV, Oldenburg

Zu bestimmten Themenbereichen werden weitere Referent/-innen eingeladen.

Beginn: Fr., 08.11.2024, 10.00 Uhr  
Ende: Sa., 09.11.2024, 17.00 Uhr  
Gebühr: 4.990,00 Euro  
(einschl. Unterkunft und Verpflegung)

Referenten zeigen  
erfolgreich Konzepte und  
Methoden, die helfen,  
gewaltaffine Situationen  
zu verhindern oder  
zu deeskalieren.

Die Referenten der Ausbildung verfügen über langjährige Erfahrungen im Bereich des Anti-Aggressivitäts-Trainings. Torsten Schumacher ist Dipl.-Sportlehrer und Förderschullehrer, Anti-Aggressivitäts®- und Coolnesstrainer®, Schulmediator und Dozent beim IKD GbR und ISS e.V.. Thomas Freerks ist Erzieher, Anti-Aggressivitäts®- und Coolnesstrainer®, Behavioristischer Psychodramatiker, Traumapädagoge sowie Dozent beim IKD GbR und "Supervisor" beim DGSV.

## Gesundheit und Lernen

Gesundheit und Lernen sind eng miteinander verknüpft und bilden die Grundpfeiler für eine ganzheitliche Entwicklung von Kindern in Kindertagesstätten und Schulen. In KiTas spielt die Förderung der Gesundheit eine zentrale Rolle, da sie die ersten Jahre im Leben eines Kindes prägen. Gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung tragen dazu bei, dass Kinder gesund aufwachsen. Eine gesunde Ernährung fördert nicht nur das körperliche Wachstum, sondern beeinflusst auch die kognitive Leistungsfähigkeit positiv. Die Förderung von Bewegung und Sport in der KiTa stärkt nicht nur die Muskulatur, sondern fördert auch die Koordination und schult die Sinneswahrnehmung. Auch in der schulischen Umgebung ist die Verbindung von Gesundheit und Lernen von großer Bedeutung. Ein gesundes Schulklima schafft eine positive Atmosphäre, die sich wiederum auf die Lernmotivation der Schüler/-innen auswirkt. Die Förderung von Gesundheit und Lernen in KiTa und Schule erfordert eine ganzheitliche Herangehensweise. Neben der körperlichen Gesundheit spielen auch emotionale und soziale Aspekte eine entscheidende Rolle. Ein respektvoller Umgang miteinander, die Vermittlung von sozialen Kompetenzen und die Förderung von emotionaler Intelligenz tragen dazu bei, dass Kinder und Jugendliche nicht nur körperlich, sondern auch psychisch gesund aufwachsen. Ebenso wichtig ist die Achtsamkeit und Selbstfürsorge der pädagogischen Akteure beider Berufsfelder. Eine Stärkung

der eigenen Ressourcen wirkt sich positiv auf den Umgang im Alltag mit Kindern und Jugendlichen aus.

Wir haben eine Auswahl aus unserem Seminarangebot zum Themenfeld „Gesundheit und Lernen“ zusammengestellt.

Gerne bieten wir alle Themen auch als Inhouse-Seminare an. Sie haben Ihr Wunschthema auch nicht auf unserer Homepage [www.hoeb.de](http://www.hoeb.de) gefunden?

Kein Problem, sprechen Sie uns gerne an. Gemeinsam finden wir eine Lösung.

Gesundheit und Lernen  
bilden die Grundpfeiler  
für eine ganzheitliche  
Entwicklung von Kindern  
in Kindertagesstätten  
und Schulen.

## Bewegen und Lernen unter 3

### *Psychomotorik auch für die Kleinen*

Kinder brauchen unterschiedliche pädagogische Herangehensweisen in der Vermittlung von Lernangeboten. Gerade im Alter von zwei oder drei Jahren bietet das „Bewegte Lernen“ in der Krippe viele Möglichkeiten. In diesem Seminar werden spielerische Lernangebote vorgestellt, die einen Bezug zur Bewegung haben. Dabei wird die Bewegung als Medium eingesetzt, um Konzentration und kognitive Fähigkeiten zu fördern. Inhaltliche Schwerpunkte des Seminars werden sein:

- Kindliche Entwicklung und Lernen
- Psychomotorische Förderung
- Bewegtes Lernen
- Praktische Übungen in kleinen und großen Räumlichkeiten
- Einsatz von Alltagsmaterialien

... und sicherlich noch vieles mehr.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit!

Kurs-Nr.:	0032116
Leitung:	Claudia Gebken
Referent/-in:	Christian Dames
Beginn:	Di., 04.06.2024, 09.30 Uhr
Ende:	Mi., 05.06.2024, 15.30 Uhr
Gebühr:	205,00 Euro (einschl. Unterkunft und Verpflegung)



## KINDERYOGA – Kursleiter/-in in zwei Modulen

### *Kinderyoga in KiTas und Grundschulen*

Stark wie ein Löwe.  
Mutig wie ein Tiger.  
Bunt und vielfältig wie ein Schmetterling.  
Beweglich wie eine Schlange.

KINDERYOGA bietet eine Vielfalt an Möglichkeiten Kindern auf allen Ebenen zu unterstützen.

Nach vier intensiven, spannenden und inspirierenden Tagen, die in zwei Modulen aufgeteilt sind, haben Sie Ihr Wissen erweitert und können eigenständig Kinderyogaeinheiten, speziell für Ihre Zielgruppe erstellen und leiten.

- Zur Ruhe kommen und den Körper spüren
- Bewusst die eigene Atmung wahrnehmen
- Das Selbstwertgefühl stärken
- Die Konzentrationsfähigkeit erhöhen
- Wahrnehmungsfähigkeit steigern
- Achtsamkeit für sich, andere und anderes entdecken

Kinder, die frühzeitig mit Entspannungsmethoden vertraut gemacht werden, können ihr Leben lang von ihrem Erfahrungsschatz profitieren.

KINDERYOGA kann als komplette Einheit, als Einfluss im Stuhlkreis, als Projektwoche oder im Rahmen einer AG angeboten werden.

Der KINDERYOGA Workshop richtet sich an Lehrkräfte, Erzieher/-innen, Therapeut/-innen, Eltern oder Großeltern, die selbst Kinderyoga unterrichten wollen oder Yoga in den Alltag ihrer Kinder integrieren möchten. Dabei sind keine Vorkenntnisse im Bereich Yoga notwendig.

Termine: Modul 1: 14. – 15. März 2024 und  
Modul 2: 25. – 26. April 2024

**Ihre Anmeldung ist für beide Module verbindlich.**

Kurs-Nr: 0032764  
Leitung: Claudia Gebken  
Referent/-in: Jessica Wulf  
Kinder- und Yogalehrerin, Hagenburg  
Beginn: Do., 14.03.2024, 09.30 Uhr  
Ende: Fr., 26.04.2024, 16.30 Uhr  
Gebühr: 545,00 Euro  
(einschl. Verpflegung und Unterkunft)





## Sorge gut für dich – Komme in deine Kraft!

### *Zeit für Entspannung im hektischen KiTa-Alltag*

Die hohen Anforderungen, die wir und andere im KiTa-Alltag an uns stellen, bringen uns immer öfter an unsere Grenzen und häufig auch aus unserem Gleichgewicht. Wenn uns der Wechsel von der Anspannung in die Entspannung nicht mehr gut gelingt, reagiert oft unser Körper und unser Wohlbefinden. Dem wollen wir entgegensteuern mit aktiver Selbstfürsorge, indem wir lernen, Anspannung früher wahrzunehmen und uns selber wieder in den Fokus zusetzen.

Wir werden in dem Seminar praktische Fähigkeiten zur Stärkung der eigenen Entspannungsfähigkeit sowie ein wirksames Selbstmanagement zur Stressbewältigung kennenlernen und umsetzen. Vieles ist dazu geeignet, sofort im Arbeitsalltag umgesetzt zu werden.

Ein Teil unserer Inhalte

- Wahrnehmungsübungen um Frühzeitig bei Anspannung gegenzulenken
- Verschiedene Entspannungs- und Atemtechniken
- Sanftes Yoga
- Wirkungsvolle Selbstfürsorge
- achtsame Ernährung
- Ernährung die mich in meine Kraft bringt.

Kurs-Nr.:	0032172
Leitung:	Claudia Gebken
Referent/-in:	Melanie Bartels, Henriette Stevens
Beginn:	Mo., 08.04.2024, 09.30 Uhr
Ende:	Di., 09.04.2024, 15.30 Uhr
Gebühr:	205,00 Euro (einschl. Unterkunft und Verpflegung)

## Die innere Schatzsuche

*Wie erfahrene Fachkräfte neuen Schwung für den KiTa-Alltag holen können*

Der Beruf der Erzieher/-in ist nach wie vor für viele ein Traumjob bis zur Rente. Die Arbeitszeiten und die Intensität sind es, die die Arbeit im Laufe der Jahre anstrengend machen können. Ein hoher Geräuschpegel, körperliche Anstrengungen, Zeitdruck und die vielfältigen Anforderungen lassen die Haut dünner werden. Und die Frage kommt auf: wie komme ich gut durch die weiteren Jahre, wie kann ich sie sinnvoll gestalten, gelingt das überhaupt?

Wenn Sie neugierig darauf sind, was möglich ist, was Sie selbst verändern können, um wieder mehr Zufriedenheit und Erfüllung in der Arbeit zu finden, dann kann das Seminar dazu beitragen, Ideen und Inspirationen zu finden. Es soll eine Zeit sein, in der Sie innehalten, entschleunigen und einen Wechsel der Blick- und Handlungsrichtung starten können.

Dazu werden wir Fragen nachgehen, wie: Wie schöpfe ich aus meinem reichhaltigen Erfahrungsschatz Energie und setze Ressourcen frei für Neues? Welche neuen Ansprüche, Wünsche und Perspektiven habe ich an mich und meine Arbeit? Wie gehe ich wertschätzend mit mir selbst und anderen um?

Ein begleitendes Entspannungs- und Achtsamkeitsprogramm soll den Übergang vom Alltag zum Seminar erleichtern und Sie bei der inneren Schatzsuche unterstützen.

Kurs-Nr.:	0032120
Leitung:	Claudia Gebken
Referent/-in:	Loes Broekmate, Henriette Stevens
Beginn:	Di., 23.04.2024, 10.00 Uhr
Ende:	Mi., 24.04.2024, 16.30 Uhr
Gebühr:	205,00 Euro (einschl. Unterkunft und Verpflegung)

Wie schöpfe ich aus  
meinem reichhaltigen  
Erfahrungsschatz Energie  
und setze Ressourcen  
frei für Neues?



## Klangschalen in der KiTa

### *Ruheerlebnis für Kinder und pädagogische Fachkräfte*

Dieser Kurs vermittelt die Grundkenntnisse der Klangpädagogik für Kinder.

Es werden weitere Möglichkeiten zur Anwendung mit Klangschalen in der KiTa erlernt. Mit allen Sinnen werden die Klangschalen erfahren und können sehr vielseitig im KiTa-Alltag eingesetzt werden. Sie erleben wie wohltuend sich eine Klanganwendung anfühlt. Für den lauten Arbeitsalltag lernen Sie für sich und für die Kinder, leichte und wirkungsvolle Stille-Übungen.

#### Kursinhalte:

- Ursprung und Geschichte der Klangschalen
- Wirkungsweisen der Klangschalen
- Information über Klangpädagogik für Kinder
- Sie erhalten selbst eine Klanganwendung
- Praktische Übungen für Klangschalenspiele und Entspannung mit Kinder
- Unterschiedliche Anwendungsfelder mit Klangschalen

Falls Sie Fragen zu ihren Klangschalen bzw. Materialien im Kindergarten haben, bringen Sie gerne Ihre Schalen etc. mit.

Kurs-Nr.:	0033605
Leitung:	Claudia Gebken
Referent/-in:	Beate Beetjemann
Beginn:	Mi., 12.06.2024, 09.30 Uhr
Ende:	Do., 13.06.2024, 16.30 Uhr
Gebühr:	205,00 Euro (einschl. Unterkunft und Verpflegung)





## Was brauchen Kinder psychisch erkrankter Eltern in der KiTa?

*Seminar für Fachkräfte der Kinder- und Jugendhilfe, Fachkräfte aus Einrichtungen und Beratungsstellen der sozialpädagogischen Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Familien, Mitarbeitende der Jugendämter, insbesondere für Fachkräfte aus dem Bereich der Frühen Hilfen, Familienhebammen, Fachkräfte aus Familienzentren*

Psychische Erkrankungen von Eltern wirken sich auf das Wohlergehen ihrer Kinder aus. Sie haben ein erhöhtes Risiko, selbst psychisch zu erkranken. Gelingt es jedoch, betroffene Kinder früh zu stärken, kann sich dies positiv auf ihre Entwicklungschancen auswirken.

Seelische Leiden haben ebenso Einfluss auf die Ausübung der Elternrolle und das erzieherische Handeln des betroffenen Elternteils. Dies erfordert in der partnerschaftlichen Zusammenarbeit mit Eltern eine besondere Sensibilität sowie ein Verstehen der Situation.

Ziele des Seminars:

- Wissen über psychische Erkrankungen und deren Auswirkungen auf das Erziehungsverhalten zu erhalten
- die Lebenswelt der Kinder besser verstehen und nachvollziehen zu können
- Ideen zur Förderung der Kinder zu entwickeln
- Mehr Sicherheit im Umgang mit betroffenen Kindern und Eltern zu erlangen
- die eigene Rolle in der Arbeit mit psychisch belasteten Familien zu klären

Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, Anliegen aus ihrem Arbeitsbereich einzubringen.

Kurs-Nr.:	0033181
Leitung:	Claudia Gebken
Referent/-in:	Helga Reekers
Beginn:	Di., 28.05.2024, 10.00 Uhr
Ende:	Mi., 29.05.2024, 16.30 Uhr
Gebühr:	230,00 Euro (einschl. Verpflegung und Unterkunft)

## Nicht das Passende gefunden?

Weitere Seminare finden Sie auf unserer Homepage und im Heft „Frühkindliche Bildung“ (auch als E-Paper auf der Homepage). Bei individuellen Themenwünschen oder dem Wunsch nach Teamfortbildungen sprechen Sie uns gerne an:

Fortbildung  
im Bereich „Lehrkräfte“:  
Kerstin Haucke,  
kerstin.haucke@hoeb.de

Fortbildungen  
im Bereich  
„Frühkindliche Bildung“:  
Claudia Gebken  
claudia.gebken@hoeb.de

## Was Tanz kann ...

*dem Tanzen wohnt ein Zauber inne!*



Die Welt ist voller Eindrücke. Das alltägliche Leben ist durchtränkt von Erlebnissen und Empfindungen. Wir identifizieren uns häufig über unsere Gedanken, Gefühle und Gewohnheiten; wir sind dennoch viel mehr als das. Tanzen kann es zum Vorschein bringen!

Das ist das „Zauberhafte“ am Tanz: Er lädt ein, uns auf neu empfundene Weise zu erleben. Sein Geschenk ist spürbare Lebendigkeit und Freude an uns selbst - ein unmittelbares Auskosten des Moments.

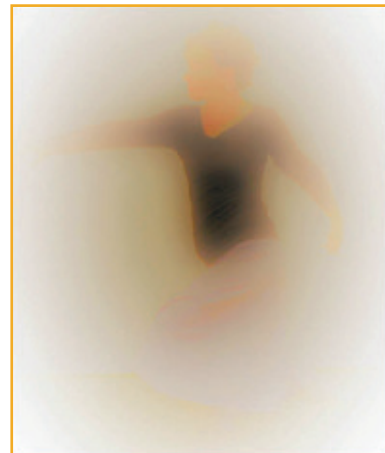
Die Tänzerin Trudi Schoop (1903-1999) sah den Tanz nicht als Frage von Talent, sondern als einen persönlich geschaffenen Stil körperlichen Bewegens. Tanzen kann leicht sein. Mit dem angeborenen Rhythmusgefühl und dem Erleben von Musik kann der Tanz von ganz allein beginnen.

Im Tanz erzählt der Körper von selbst, mit welcher Kraft und Geschwindigkeit er sich im Raum bewegen

möchte. Die Bewegungen im freien Tanz haben keinen alltäglichen Charakter. Der Ausdruck über den Körper ist vielseitig. Darüber kann es zu neuen Erfahrungen kommen, die sich vom alltäglichen Wahrnehmen und Erleben unterscheiden. Das Zusammenspiel von körperlicher Bewegung, musikalischen Klängen und dem Loslassen der Gedanken können ein facettenreiches Erleben im Tanz hervorrufen.

So wie die Bewegungen im Tanz ohne Begrenzung fließen können, so können sich auch die Empfindungen und Gefühle frei entfalten. Die befreiende Kraft des Tanzes beschreibt der Philosoph Wilhelm Schmid mit den Worten: „Was erstarrt ist, bringt der Tanz in Fluss“. Für den Geist sieht er zudem den größten Gewinn: Dieser denkt nicht mehr angestrengt nach (z.B. darüber, was „richtig“ und was „falsch“ ist), sondern genießt Erholung. Der Weg zur Selbstvergessenheit, zum tatsächlichen Leben im Moment ... hier & jetzt ist dann nicht mehr weit.

Wann haben Sie zuletzt so getanzt?



## facettenreich tanzen

### *Raum für kreativen Selbsta Ausdruck*

Facettenreicher Tanz schafft eine ganz eigene Atmosphäre – unvergessliche Klänge, kraftvolle Rhythmen und beschwingte Melodien laden zu freien tänzerischen Bewegungen ein – es werden keine Bewegungsabfolgen z.B. in Form von Tanzschritten vorgegeben.

Auf nicht alltägliche Weise öffnet der Facettenreiche Tanz einen kreativen Raum für Ihre Wahrnehmung, Ihre Impulse und Ihren Ausdruck. Vielfältige Themen fließen in seine Gestaltung ein. So entsteht ein Bewegungsraum zwischen Realität und Fantasie.

Der Tanzworkshop wendet sich an Menschen, die Lust haben das Tanzen neu zu entdecken oder sich im Tanz erleben möchten: Das eigene Bewegen nach eigener Vorstellung, nach eigenen Bedürfnissen – und eigenen Möglichkeiten. Ob alt oder jung, ob Mann oder Frau, ob mehr oder weniger „erfahren“! Egal welche Körperform, Beweglichkeit oder Fitness Sie mitbringen – der tänzerische Impuls macht vor nichts halt!

Er gliedert sich in verschiedene Einheiten mit abwechslungsreichen thematischen Schwerpunkten und Entspannungselementen.

Sie können barfuß, mit Socken oder Schuhen tanzen.

Die Referentin **Vanessa Sossna** ist Dipl. Sozialpädagogin und Leiterin für therapeutischen Tanz (DGT). Mehr erfahren Sie auf ihrer Homepage [www.facettenreicher-tanz.de](http://www.facettenreicher-tanz.de).

Kurs-Nr.: 0030345  
Leitung: Alexander Darányi  
Referent/-in: Vanessa Sossna, Leer  
Beginn: Fr., 15.03.2024, 18.00 Uhr  
Ende: So., 17.03.2024, 14.00 Uhr  
Gebühr: 265,00 Euro  
(einschl. Unterkunft und Verpflegung)



## Ohne Worte, ohne Schweigen

### Selbsterfahrungsseminar in der Reihe „Trance-Formation“

In unserer alltäglichen Kommunikation achten wir meist vor allem auf das, was wir sagen und was uns gesagt wird: Auf das gesprochene Wort. Dabei spielt eben dies in der Interaktion zwischen Menschen nur eine sehr untergeordnete Rolle. Neben- und nicht-sprachliche Signale machen den weitaus größeren Teil der Kommunikation aus: Lautstärke, Tonfall, Tonhöhe, Timbre der Stimme usw. sowie Gestik, Mimik und die herrschenden Begleitumstände erst ermöglichen uns, das mit Worten Gesagte zu verstehen und richtig zu entschlüsseln. Hat nicht der fragende Blick und das darauf reagierende Lächeln den ein oder anderen wichtigen Kontakt angebahnt, ohne dass schon ein Wort gesagt wurde?

In diesem Selbsterfahrungsseminar verzichten wir bewusst für ein paar Tage vollständig auf das gesprochene Wort („Ohne Worte...“), aber nicht auf die Kommunikation ohne Worte („... ohne Schweigen“). Wir nutzen den nichtverbalen Bereich, um uns auszudrücken und miteinander zu interagieren: Das erlaubt den bewussten Rückgriff auf nicht- und außersprachliche Formen der Interaktion wie körperliche, musikalische, tänzerische, szenischdarstellende ... – also auf Ebenen, auf denen wir unsere Bezogenheit aufeinander und auf uns selbst deutlicher erleben.

Gleichzeitig üben wir auf diese Weise einmal, weniger auf den „Diener Verstand“ zu hören und uns mehr unserer Intuition und unserem inneren Gefühl anzuvertrauen. Im Alltag überlagern ja unsere „inneren Stimmen“ ständig eben dieses Gefühl und mehr noch

unsere Intuition. Es wundert daher nicht, dass fast alle spirituellen Traditionen in der einen oder anderen Form das Schweigen als eine Form der Rückbesinnung auf Gefühl und Intuition kennen.

Vom Zeitablauf gesehen werden wir die ersten und letzten eineinhalb Tage noch bzw. wieder mit Sprache verbringen: Einführung in den Yoga und die Meditation, Information über die Themen, die die Teilnehmenden mitbringen, Verabredungen über den Tagesablauf, die Organisation der Tage ohne das gesprochene Wort werden den Anfang machen, die Auswertung der drei Tage ohne Worte und ggf. die Aufarbeitung und Weiterführung der Themen bestimmen die letzten Tage des Seminars.

Eingeladen sind neben Kolleg/-innen aus psychosozialen Berufen alle, die Interesse an einer intensiven Selbsterfahrung und an der eigenen Weiterentwicklung haben.

Kurs-Nr.:	0030048
Leitung:	Alexander Darányi Klaus Michael Eickmann Dipl.-Psychologe & Psychotherapeut, Wuppertal
Referent/-in:	Brigitte Veith Dipl.-Sozialpädagogin & Psychotherapeutin, Nürnberg
Beginn:	Sa., 11.05.2024, 17.00 Uhr
Ende:	Fr., 17.05.2024, 14.00 Uhr
Gebühr:	auf Anfrage

Die Intuition ist ein göttliches  
Geschenk, der denkende  
Verstand ein treuer Diener.  
Es ist paradox, dass wir den  
Diener verehren und die  
göttliche Gabe entweihen.

(Albert Einstein)



## Wenn die Seele singt ... Stimme und Stille

*Intuitives Singen, Musizieren, Movement, Meditation und Stille*

Die Konzentration auf Klang, das Verschmelzen mit Klang führt uns ins Jetzt, zu uns selbst, auf einfache und natürliche Weise. Klang ist jenseits des Mentalen unmittelbar erlebbar, macht den Kopf frei, da das Denken ruhen kann und nur Singen, Schwingen, Hören, Spüren und Schweigen im Vordergrund stehen. Und wenn dann beim Singen sogar Harmonie entsteht, dann ... ist es einfach schön.

Es werden keine Lieder oder Mantren gesungen, sondern es wird viel improvisiert, auch mit Bewegung. Nach jeder Gesangssequenz üben wir die Stille ... die Klänge können nachwirken. Einfache Meditationsanleitungen helfen, den Weg zu uns selbst, zur Quelle in uns zu finden. **Für alle** spirituell Interessierten, die Freude am Singen (Tönen) und Experimentieren haben und sich auf Neues einlassen möchten – **mit und ohne Vorkenntnisse**. Im großen Klang der Gruppe können Sie sich auch als nicht geübte Sänger/-in geborgen fühlen.

Dieses Wochenende gestaltet mit uns **Markus Stockhausen**. Er ist internationaler Trompetensolist, Komponist und inspirierender Seminarleiter. Er hat ein feines Gespür für den Zusammenhang von Spiritualität und Gesang.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit. Falls Sie ein Instrument gut beherrschen und spielen möchten, bringen Sie es gerne mit!

Kurs-Nr.: 0030350  
Leitung: Alexander Darányi  
Referent/-in: Markus Stockhausen, Erftstadt  
Beginn: Fr., 11.10.2024, 18.00 Uhr  
Ende: So., 13.10.2024, 14.00 Uhr  
Gebühr: 320,00 Euro  
(einschl. Unterkunft und Verpflegung)

## Verbunden sein mit mir und anderen

### Selbsterfahrungsseminar „Urlaub einmal anders“

Stellen Sie sich einmal dieses Leben vor:

- Wir verbinden uns voller Vertrauen mit anderen ... und verbünden uns mit uns selbst und spüren so Nähe
- Wir spüren genau hin bei allem, was uns bewegt – und verstehen uns selbst immer mehr
- Wir schenken uns selbst Aufmerksamkeit – und erleben, beachtet (und selbstgeachtet) zu sein
- Wir kommen ins Mitgefühl mit uns in Situationen, in denen wir sonst eher streng, ungnädig, fordernd oder abwertend mit uns selbst umgehen – und spüren Verständnis ... der Druck lässt nach, Ruhe breitet sich aus
- Wir bitten um Hilfe – und uns wird gegeben
- Wir üben uns, den Griff auf unser Leben zu lockern – und erleben genau da den Beginn von Veränderung und (innerer) Bewegung.

So kann Leben gut gelingen ... und doch beschreiben viele, wie schwer es ihnen fällt, so mit sich umzugehen. Nicht dann, wenn alles gelingt, wenn wir gesund und innerlich stark sind ... sondern dann, wenn die Dinge anders laufen als gewollt, wenn wir Unterstützung mehr denn je brauchen. Was eigentlich steht da „auf der Bremse“? Welche inneren Glaubenssätze und Verhaltensmuster? Wie wäre es, sich davon zu verabschieden, um dann Schritte in eine neue Richtung zu tun? Was braucht es für diesen „Abschied“?

Solche Wege wollen wir mit Ihnen gehen in diesem Seminar – in der Grundhaltung vertiefter Achtsamkeit, mit Selbsterfahrungsübungen, Gesprächen, Zeit

für Entspannung, Yoga, Meditation und Ausprobieren kreativer, klangvoller, sinnlicher und körperlicher Zugangswege.

Die Wege in diesem Seminar bestimmen Sie mit Ihren Impulsen, Fragen und Bedürfnissen mit. Wir lassen uns auf Ihre Themen und Fragen ein und sie sich auf das, was wir vorbereiten. Jeder Tag bietet Gelegenheit, Dinge selbst zu gestalten, alleine, zu zweit, in kleinen oder der ganzen Gruppe.

Dieses Seminar gestalten mit Ihnen: **Krystyna Kalogerakis**. Sie arbeitet als Psychotherapeutin in ihrer eigenen Praxis in Münsingen/Schweiz mit dem Schwerpunkt Katathym-Imaginativer Psychotherapie (KIP). **Alexander Darányi** ist Bildungsreferent in der HÖB. Beide haben einen Schwerpunkt in musik- und körpertherapeutischen Verfahren.

Seien Sie herzlich eingeladen, sich zu verbinden!

Kurs-Nr.:	0030316
Leitung:	Alexander Darányi
Referent/-in:	Krystyna Kalogerakis, Münsingen/CH
Beginn:	Fr., 28.06.2024, 17.00 Uhr
Ende:	Do., 04.07.2024, 15.00 Uhr
Gebühr:	725,00 Euro (einschl. Unterkunft und Verpflegung)
Ermäßigte Gebühr:	Bei Anmeldung bis 01.03.2024 695,00 Euro

## Der Weg zur gesunden Identität

### Selbstbegegnung mit der Anliegen-Methode (IoPT)

Auf dem Weg zu uns selbst und unserer eigenen Identität wird es uns darum gehen, immer mehr in eine innere Sicherheit zu kommen und aus Gefühlen wie Einsamkeit, Angst, Stress, Schock, „gar nichts fühlen“, Trauer oder aus Zwängen und Süchten auszusteigen, um am Leben heute in Freude und Zufriedenheit teilzunehmen. Es entsteht somit ein guter Kontakt und Verbundenheit zu mir und meinem Umfeld und auch eine gesunde Abgrenzung!

Worum geht es bei der Selbstbegegnung?

Ähnlich der System- und Familienaufstellung wird bei der Selbstbegegnung ein Anliegen aufgestellt. Das kann ein Satz sein, eine Frage, ein Wunsch oder einzelne Begriffe. Andere Gruppenmitglieder stellen sich als Resonanzgeber für dieses Anliegen zur Verfügung und

es gelingt eine Begegnung mit unseren unterbewussten Anteilen. Diese Methode – IoPT (Identitätsorientierte Psychotrauma-Theorie) – wurde von Prof. Dr. Franz Ruppert in über 25 Jahren entwickelt.

Referent Jürgen Brake arbeitet seit 1989 mit Menschen, seit einiger Zeit als Heilpraktiker (für Psychotherapie) und Trauma-Therapeut.

Kurs-Nr.	0033655
Leitung:	Alexander Darányi
Referent/-in:	Jürgen Brake, Krefeld
Beginn:	Sa., 09.11.2024, 10.30 Uhr
Ende:	So., 10.11.2024, 15.00 Uhr
Gebühr:	260,00 Euro (einschl. Unterkunft und Verpflegung)





Arbeit eines Teilnehmenden

## Auf eigenen Spuren zur Selbstfindung – Biografiearbeit und Kunst (XX)

*Workshop, um sich und andere besser kennenzulernen*

Ein wichtiger Zugang zu biografischen Themen ist für uns das Malen. Dabei kommt es nicht auf künstlerische Perfektion an. Vielmehr geht es darum, ein Medium zu finden, wo nicht der Kopf bestimmt, wo es langgeht, sondern ... Ihr intuitiver Griff zu einer Farbe ... Ihre Wahl einer Form ... Ihr Bild oder Gegenstand „stimmt“ immer!

Es geht darum zu verstehen, was sich darin ausdrückt. Biographische Übungen, Familienaufstellungen und Gespräche sind neben dieser intuitiv-künstlerischen Zugangsart weitere wichtige Bestandteile, wenn es darum geht, sich der eigenen Biografie zu nähern, um die daraus gewonnenen Erkenntnisse für die eigene Zukunft sinnvoll zu nutzen.

In diesen Workshop können Sie neu einsteigen, aber er ist auch geeignet für Sie, wenn Sie in den letzten Jahren schon einmal oder mehrfach teilgenommen haben.

Kurs-Nr.:	0028139
Leitung:	Alexander Darányi
Referent/-in:	Irene Glatz Dipl.-Kunsttherapeutin/-pädagogin; System. Einzel-, Paar- und Familien- therapeutin, Psychotherapie (HPG) Kay Pflieger Delmenhorst
Beginn:	Fr., 01.11.2024, 18.00 Uhr
Ende:	So., 03.11.2024, 15.30 Uhr
Gebühr:	240,00 Euro (einschl. Unterkunft und Verpflegung und Farben / Papier)



## Willkommen Gelassenheit – Wege aus dem Stress

Stress gilt als eine der größten Gesundheitsgefahren des 21. Jahrhunderts. Laut Stressreport Deutschland der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (2019) klagten 83 % der Befragten über mindestens eine Beschwerde, die den langfristigen Beanspruchungs- und Stressfolgen zugerechnet wird.

In diesem Wochenendseminar bekommen Sie die Gelegenheit, sich in entspannter Atmosphäre – losgelöst vom Alltag – mit ihrem persönlichen Weg zu mehr Gelassenheit und Gesundheit zu beschäftigen! Sorgfältig ausgearbeitete Seminarunterlagen unterstützen Sie dabei. Wir beleuchten gemeinsam, was uns in unserem Leben antreibt, wir betrachten unsere persönlichen Stärken, Sie können Ihre Art zu denken und zu kommunizieren reflektieren, Sie lernen etwas darüber, wie Stress überhaupt entsteht, wie er in unserem Körper wirkt und mit welchen Mitteln Sie sich im Alltag immer wieder zu etwas Entspannung verhelfen können. Zudem bekommen Sie Strategien an die Hand, die helfen, Ihre Veränderungswünsche auch nachhaltig umzusetzen.

Kurzum: Es ist eine Zeit, in der es nur um Sie selbst geht! Trotzdem müssen Sie nichts von sich preisgeben, was Sie nicht möchten. Jede/r Teilnehmende bestimmt an diesem Wochenende seine/n ganz persönlichen

Weg. Sie werden mit einem gefüllten Werkzeugkasten nach Hause gehen, aus dem Sie zukünftig im Alltag das herausholen können, was Ihnen in Ihrer jeweiligen Situation am besten hilft.

Der Kurs ist geeignet für Personen ab 18 Jahre. Die Teilnehmendenzahl beträgt zwischen 4-10 Personen.

Das Kurskonzept, die HÖB als Anbieter sowie die Qualifikation der Referentin sind von der Zentralen Prüfstelle für Prävention (ZPP) der gesetzlichen Krankenkassen zertifiziert. Somit haben Sie als Teilnehmende die Möglichkeit, sich einen Teil der Kursgebühren (75,00 Euro – in Einzelfällen auch mehr) von Ihrer jeweiligen gesetzlichen Krankenkasse erstatten zu lassen. Genauere Informationen hierzu erfragen Sie bitte bei Ihrer Krankenkasse.

Kurs-Nr.:	0030346
Leitung:	Alexander Darányi
Referentin:	Barbara Köster B.Sc. (Psychologie), Trainerin für Stressmanagement (iks), Papenburg
Beginn:	Fr., 05.04.2024, 18.00 Uhr
Ende:	So., 07.04.2024, 14.30 Uhr
Gebühr:	310,00 Euro (einschl. Unterkunft und Verpflegung)

## Stressbewältigung und Work Life Balance – durch Achtsamkeit und Zen

Workshop für Menschen mit hoher Arbeits- und Stressbelastung oder in der Orientierungsphase

– auch als **Bildungsurlaub** anerkannt –

Stressfrei leben, in einer guten Balance zwischen Arbeit und sozialem Leben ... wer möchte das nicht? Doch wie geht das in einem Alltag, in dem die Anforderungen immer weiter wachsen und immer mehr Menschen beklagen, sich zunehmend gestresst, überfordert und ausgelaugt zu fühlen? Achtsamkeitsübungen und der Zen-Weg bieten uns hierfür reichlich Inspiration und Anleitung.

Generell ist echte Meditation ein Weg, wie Menschen zu ihrem ganzen Potenzial erwachen können. In diesem Seminar wollen wir uns besonders damit beschäftigen, wie uns Meditation helfen kann, mit Stress und eingefahrenen Gedankenschleifen umzugehen. Dies ermöglicht, die eigene Situation scharfsinniger und mit wachem Empfindungsvermögen zu betrachten.

Außerdem erlernen Sie konkrete, einfache Achtsamkeitsübungen, die helfen, das eigene (Arbeits-)Leben mit mehr Bewusstheit wahrzunehmen und zu gestalten.

Ein gesammelter, achtsamer Geist ist eine hervorragende Grundlage, weitere hilfreiche Methoden sinnvoll in den Alltag zu integrieren:

- Mit dem „Inneren Team“ (nach Schulz von Thun) entdecken Sie die Vielfalt Ihrer inneren Landschaft und gewinnen mehr Freiheit im Umgang mit Konflikten.

- Mit der Methode der „Gewaltfreien Kommunikation“ (GFK nach Rosenberg) erlernen Sie mit Einfühlungsvermögen zu kommunizieren, sich klar auszudrücken und gleichzeitig dabei inneren Spielraum zu behalten. So kommunizieren Sie effektiv, vermeiden Konflikte oder lösen vorhandene Konflikte auf.
- Sie werden die Gelegenheit haben, die Techniken bezogen auf Ihre individuelle Fragestellung zu erproben und zu üben.

Das Seminar gestaltet mit uns Zen-Mönch **Wolfgang Rothe**. Er arbeitet und praktiziert bei der Zen-Ver-einigung Deutschland e.V. Aus seiner langjährigen Erfahrung in der Beratung von Unternehmen bringt er Kenntnisse von Arbeitsprozessen, Strukturen und Unternehmenskulturen ein.

Dieses Seminar – **es ist auch als Bildungsurlaub anerkannt** – eignet sich für Menschen ohne Vorerfahrungen in Meditation ebenso wie für die, die diese Form der Meditation schon praktizieren. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.

Kurs-Nr.: 0028051  
Leitung: Alexander Darányi  
Referent/-in: Wolfgang Rothe, Gönnebek  
Beginn: Mo., 10.06.2024, 11.00 Uhr  
Ende: Fr., 14.06.2024, 15.00 Uhr  
Gebühr: 545,00 Euro  
(einschl. Unterkunft und Verpflegung)

## Unvergessene Weihnachtszeit

Gemeinsam in den Advent – Wochenendseminar am 1. Advent für Familien

An diesem Wochenende stimmen wir uns ein in die Adventszeit. Wir werden kreativ und uns den ersten Advent versüßen. Dazu gehören traditionelle Leckereien aus der Backstube, Kerzen- und Lichterbasteleien und Weihnachtslieder. Wir werden uns Zeit nehmen für Spiele und Gespräche, Entspannung und auch das Kulinarische wird nicht zu kurz kommen.

Kurs-Nr.: 0033169  
Leitung: Kirsten Kuhlmann  
Beginn: Fr., 29.11.2024, 16.30 Uhr  
Ende: So., 01.12.2024, 14.00 Uhr  
Gebühr: 150,00 Euro  
(einschl. Verpflegung und Unterkunft)  
(Kinder ab 10 Jahren 94,00 Euro,  
Kinder bis 10 Jahren 52,00 Euro,  
einschl. Verpflegung und Unterkunft)





## Zeit für mich

### *Ein Verwöhnwochenende für Frauen aller Generationen*

Im Alltag nehmen wir uns immer wieder vor, zur Ruhe zu kommen, etwas für uns zu tun, gut zu uns selbst zu sein, aber dann kommt immer wieder etwas dazwischen.

Daher gönnen wir uns an diesem Wochenende am Ende des Winters Zeit um zu entspannen, um uns zu verwöhnen und um neue Kraft zu sammeln. Mit Bewegungseinheiten, Entspannungsübungen, Herstellen von wohltuenden Kräuterprodukten, Gesprächen und gutem Essen werden wir an Leib und Seele gut versorgt werden.

Kurs-Nr. 0033367  
Leitung: Kirsten Kuhlmann  
Beginn: Fr., 16.02.2024, 17.00 Uhr  
Ende: So., 18.02.2024, 14.00 Uhr  
Gebühr: 165,00 Euro  
(einschl. Verpflegung und Unterkunft)

## Gesundheitstag für Frauen

### *Veranstaltung aus Anlass des Internationalen Frauentages*

Aus Anlass des Internationalen Frauentages veranstalten wir zum zwanzigsten Mal einen Gesundheitstag für Frauen.

Der Gesundheitstag für Frauen lädt Frauen aller Altersgruppen ein, sich einen Tag in verschiedenen Workshops um ihr eigenes Wohlbefinden zu kümmern. Dabei stehen Informationen und praktische Anwendungen zum Thema Gesundheit im Vordergrund. Das Workshopangebot wird ergänzt durch einen Büchertisch und gemeinsames Essen.

Sie haben die Möglichkeit, an zwei unterschiedlichen Workshops während des Tages teilzunehmen. Bitte geben Sie diese zwei bei der Anmeldung an.

Folgende Workshops werden angeboten:

- Bewegung und Entspannung
- QiGong
- Kleine Geschenke aus der Kräuterküche
- Gutes für die Füße
- Kreativ in den Frühling
- Gedächtnistraining

Kurs-Nr.: 0031844  
Leitung: Kirsten Kuhlmann  
Beginn: Sa., 09.03.2024, 10.00 Uhr  
Ende: Sa., 09.03.2024, 17.00 Uhr  
Gebühr: 40,00 Euro  
(einschl. Verpflegung zzgl. Materialkosten bei Kreativworkshops)



## Aufbruch in ein neues Leben – Gelassen Essen

### Verwöhnwochenende für Mütter und Töchter

Kennen Sie das auch: Sie kämpfen (vielleicht schon lange) mit Ihrem Essverhalten und / oder Ihrem Gewicht, haben bereits „alles“ versucht – Fasten, Diäten, Sport – aber nichts hat dauerhaft geholfen?

Vielleicht haben Sie eine Vorstellung von einer Ernährungsweise, die Ihnen Gut tun würde, schaffen es aber nicht, sie in Ihrem Alltag umzusetzen und geraten immer wieder in einen Kreislauf von Verzicht und Kontrollverlust, von Hoffnung und Enttäuschung?

Sind Sie bereit für einen neuen Anfang? Dieses Seminar unterstützt Sie dabei. Wir wenden uns dem Thema „Essen“ in einer vertrauensvollen und entspannten Atmosphäre zu. Ganz konkret bereiten Sie Ihre Umstellung auf eine Ernährungsweise vor, die gesund und genussvoll ist und abgestimmt auf Ihre persönlichen Bedürfnisse und Bedingungen. Dabei werden sowohl die körperlichen wie auch die seelischen Aspekte Ihres Essverhaltens berücksichtigt.

Vielleicht beginnen Sie auf diesem Weg eine liebevollere Beziehung zu sich selbst? Vielleicht erweist sich Selbst-Mitgefühl als hilfreicher und wirkungsvoller, als Ärger über sich selbst, als Strenge zu sich selbst? Jeder einmal begangene Weg hat seinen Anfang!

Dieses Wochenende gestaltet mit uns Sabine Christan. Sie ist u.a. Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG) mit dem Schwerpunkt Ernährungsberatung. Aus eigener Betroffenheit beschäftigt sie sich seit über 30 Jahren mit diesem Thema und leitet dazu u.a. eine Selbsthilfegruppe.

Kurs-Nr.:	0030348
Leitung:	Alexander Darányi
Referent/-in:	Sabine Christan, Bramsche
Beginn:	Fr., 07.06.2024, 18.00 Uhr
Ende:	So., 09.06.2024, 14.30 Uhr
Gebühr:	225,00 Euro (einschl. Unterkunft und Verpflegung)



## Zuwachs in der Theaterpädagogik

Seit 2014 ist Corinna Meyer Bildungsreferentin bei uns im Haus und ist in den Bereichen Arbeitsmarktpolitische Maßnahmen, Berufsorientierung, Teamentwicklung, Kommunikation und Rhetorik tätig. 2021 hat sie sich dazu entschieden, sich beruflich noch breiter aufzustellen. Kurzerhand meldete sie sich für die Weiterbildung „Grundlagen Theaterpädagogik BuT“, veranstaltet durch das Kreativ-Haus in Münster, an und hat im Oktober letzten Jahres diese erfolgreich abgeschlossen.

Als Theaterpädagogin verstärkt sie nun gemeinsam mit dem „alten Hasen“ Alexander Darányi den Kulturbereich in der HÖB. In einem gegenseitigen Interview zwischen „jung“ und „alt“ oder vielleicht treffender: „neu“ und „erfahren“ berichten die beiden nun von ihrer Leidenschaft für das Theaterspielen und was sie damit verbinden.

Wir gratulieren Corinna zum Abschluss ihrer Weiterbildung und sind gespannt auf neue Ideen und Formate im Fachbereich Kunst, Kultur und Kreativität.

### Also liebe Corinna, erzähl: warum Theater? Und wie lange schon?

Theater als Kunstform bedeutet für mich Freiheit. Ich war schon immer fasziniert davon, in andere Rollen zu schlüpfen. Das Verkleiden, das Einfühlen in eine Rolle, das Einstudieren von Texten, das Lampenfieber. Tatsächlich geht meine erste Theatererfahrung bereits auf meine Grundschulzeit zurück. Meine erste Erinnerung ist dabei in jedem Fall die Weihnachtsgeschichte, die alljährlich von den dritten Klassen aufgeführt wurde. Ich spielte einen der drei Engel. In diesem Theaterstück ist so ziemlich alles schiefgegangen, was hätte schiefgehen können – für meine Eltern, die das Stück wegen meiner Geschwister nun bereits zum dritten Mal anschauen mussten, ist es bis heute die beste Theateraufführung, die sie je gesehen haben.

Danach begegnete mir Theater immer wieder sporadisch, sei es in einer Theatergruppe der Universität oder im Rahmen meiner ehrenamtlichen Tätigkeiten.

Erst im Januar 2021 brachte mich ein Gespräch mit einer lieben Kollegin in der HÖB wieder auf den Gedanken, zu meiner Faszination zurückzukehren. Ich machte mich auf die Socken und meldete mich kurzer-

hand zur Grundbildung Theaterpädagogik BuT an. Seit Oktober 2023 bin ich nun Theaterpädagogin und bereue keinen einzigen Tag der Fortbildung. Danke Mechtild!

### Was ist Dein bisher bewegendstes Erlebnis auf der Bühne oder im Theaterseminar?

Es gab viele Momente auf und neben der Bühne, aber einer ist mir direkt eingefallen. Nach meinem ersten eigens durchgeführten Theaterseminar in der HÖB wartete eine Teilnehmerin nach der Verabschiedung so lange, bis alle außer sie und mir den Raum verlassen hatten. Sie kam auf mich zu und erklärte mir, dass sie mir unbedingt noch einmal persönlich danken wollte. Sie erklärte, dass sie überwältigt davon sei, wie sehr sie selbst aus sich herausgekommen sei und wieviel Selbstbewusstsein sie in dieser kurzen Zeit hatte tanken können. Sie bedankte sich dafür, dass ich den sicheren Raum und die Atmosphäre geschaffen hatte, dass dies für sie möglich gewesen sei. Die Teilnehmerin war den Tränen nahe. Ich auch.







### Und was hast Du übers Theaterspielen über Dich selbst erfahren?

Meine größte Erkenntnis bislang ist, dass ich im kreativen Bereich tatsächlich ganz anders funktioniere, als im alltäglichen Leben. Während ich normalerweise sowohl im Freizeitbereich als auch im Beruf gern vorbereitet bin, genau plane und ungern unter zeitlichem Druck arbeite, habe ich festgestellt, dass mir zeitliche Beschränkungen in der kreativen Arbeit total guttun. Ich muss schneller entscheiden, mit welcher Idee ich mitgehen möchte. Manchmal ist auch einfach nur eine da und es bleibt mir nichts Anderes übrig, als mit ihr zu arbeiten, weil mir nichts anderes, vermeintlich Besseres auf die Schnelle einfällt. Dann stelle ich immer wieder fest, dass Kreativität nicht bedeutet, dass man besonders originell sein muss, sondern dass sich aus den kleinsten Ideen etwas ganz Wunderbares, Witziges oder Berührendes entwickeln kann und tatsächlich ist es das, was ich am allermeisten liebe am Theater!

### Jetzt bist du dran, Alexander: Warum Theater?

Als Kind oder Jugendlicher wäre bei mir wohl niemand auf die Idee gekommen, ich könnte mal was mit Theater zu tun haben. Selbst die Schultheater-AG hat mich nicht angezogen – ich war froh, nicht auf einer Bühne stehen zu sollen, von allen angeschaut – und vor allem das hat mich gestresst, bloß keinen Text zu vergessen dürfen.

Und dann ... kam über zwei Seminare, die ich als Teilnehmer besucht habe, die Begegnung mit Tanz und Pantomime –Vollkommen überrascht von mir selbst konnte ich mich als Schatten vor selbstgemalten Dias zur Musik bewegen, so dass das nicht nur mich bewegt hat, sondern auch die Umstehenden, die mich baten, weiterzumachen.

>>>



Im Seminar „Spiel mir das Lied vom Leben!“ konnte ich in einer Gruppe ein pantomimisches Spiel entwerfen und aufführen, in dem es genau darum ging, den Schritt über eine Schwelle zu machen, raus aus dem gewohnten wenig Lebendigem – hinein ins pralle Leben. Ein Thema, das mich auf meinem persönlichen Entwicklungsweg noch sehr intensiv begleitet hat. Auch hier wieder die Überraschung und Berührtheit, auch wieder ein Publikum, das mehr sehen wollte.

Ich vermute, da habe ich „gelernt“, dass eine Theaterform, die auf Sprache verzichtet und den Körper in den Vordergrund stellt, eine wunderbare Ausdrucksmöglichkeit für mich aus – und zugleich sind die Geschichten, die ich dabei erzähle, anscheinend auch für andere interessant.

Mir fiel dann ein, dass ich in den 60ern als kleiner Junge auch schon mal den zurecht so berühmten Pantomimen Marcel Marceau im Fernsehen gesehen hatte. Seine Kunstfigur BIP war – ganz allein auf der Bühne – Stierkämpfer – seine Rolle war, einen Stier (der nur imaginär zu sehen war) zu erlegen. Die Rolle des Stiers war natürlich, „zurückzuschlagen“. Mitten im Kampfgeschehen tritt plötzlich eine Ruhe ein. BIP und der Stier verstehen nicht, warum sie sich gegenseitig töten sollten und „verabreden“ vertraulich, es sein zu lassen. Doch die Kulisse, die Zuschauer/innen verlangen, dass das mörderische Spiel weitergeht ... und BIP ordnet sich diesen Erwartungen unter. Wow, was für eine Geschichte, so voller dichter Erfahrung vom Leben und seinen Zwängen, seinen Widersprüchen und dem Ringen, ob das eigene Tun denn nun dem Herzen folgen sollte oder den Erwartungen ringsum. Auch wieder so ein Lebensthema! Auf dieser Ebene gibt es noch eine ganze Reihe ähnlich gelagerter Erfahrungen.

Man könnte sagen: Theaterspielen ist für mich eng verbunden mit Selbsterfahrung und persönlicher Entwicklung, mit Lebensfreude, mit lebendiger Körperlichkeit. Und damit, etwas erzählen zu wollen – lustig, dramatisch, unterhaltsam, grotesk. Wie wunderbar, auf diesem Wege wahrzunehmen, wie aus dem kopfigen, etwas ängstlichem jungen Alexander ein Mensch geworden ist, der mit Lampenfieber und Lust etwas erzählen, etwas vermitteln will, der Menschen in genau so eine Erfahrung locken will!

### Und was war bislang dein witzigstes Erlebnis in einem Theaterseminar oder einer Aufführung?

Ach, das war eine Situation, die sowohl witzig wie auch dramatisch war: Bei Schweizer Freunden war ich auf eine Hochzeit eingeladen und habe den Sketch „Das Hochzeitsfoto“ gespielt. Dabei geht es um eine Selbst-

auslöser-Kamera, die ihren Eigensinn auslebt, wann und was sie fotografieren möchte und was nicht. Ich, selbst als Bräutigam gekleidet, „entführe“ dabei die Braut auf die Bühne und will mit ihr anstelle des echten Bräutigams das Hochzeitsphoto machen – die Kamera will aber nicht. Nach einigen Auseinandersetzungen und Tricks gebe ich klein bei – „erlöse“ die Braut, indem ich den echten Bräutigam auf die Bühne hole – das Photo gelingt!

Nun hatte ein Neffe der Braut, ein etwa 8jähriger Junge, mich bei der Vorbereitung zufällig gesehen und sich dabei sehr erschrocken vor mir, vor meinem weiß geschminkten Gesicht. In seinem Schrecken hatte er aber mit niemanden gesprochen. Als das Spiel vor rund 200 Menschen dann begann und ich die Braut auf die Bühne holte, muss es ihm wohl immer mulmiger geworden sein und mitten im Sketch stürmt er auf die Bühne, brüllte – die Braut beschützend - in höchster Not „Nit mitgoan, `s isch e böser Man!!!“ (Geh nicht mit dem, das ist ein böser Mann!) – und begann auf mich einzuschlagen. Der kleine Junge wird von der Bühne geholt, reißt sich aber immer wieder los - das Publikum biegt sich bei jeder neuen Attacke vor Lachen. Er in Not – und ich in Not – wie nur soll ich den Sketch beenden, so dass er inhaltlich seinen Sinn behält. Ich musste dann tatsächlich „aus der Rolle gehen“ – kurz zu den Eltern gehen und mit ihnen reden, sie mögen dem kleinen Kerl doch bitte vermitteln, dass der Braut nichts geschehen werde. Irgendwie – und mit doppelt so viel Zeit – gelang es mir, das Stück halbwegs zu Ende zu bringen – der Kleine und ich ziemlich „durch den Wind“ und durchgeschwitzt – das Publikum hatte sich köstlich amüsiert!

### Letzte Frage: Worauf bist du besonders stolz?

Ich freue sehr darüber, was ich geschafft habe auf meinem Lebens- und Berufs-Weg – vor dem Hintergrund, den ich oben bei Frage 1 beschrieben habe. Dass ich mich selbst habe locken und verlocken lassen, über meine Sozialisation, meine Schüchternheit und Ängste hinauszu-gehen – auf die Bühne und in die Workshops. Wie schön, dass ich diese Chance in meinem Leben ergreifen konnte!

Zugleich finde ich es besonders schön, wenn es mir im Workshop gelingt, Menschen zu locken hin in eine so fantasievolle Welt. Wenn der Moment kommt, wo ein Mensch plötzlich vergisst, was gerade alles merkwürdig, peinlich und falsch sein könnte, was wohl gerade „die anderen“ denken – und ganz selbstvergessen spielt, improvisiert, ganz frisch, ganz originell – dieser Schritt über diese Schwelle, den ich vor so vielen Jahren selbst gewagt habe.





>>>

Bei den schon etwas Erfahreneren freut mich besonders, wenn etwas, an dem wir schon lange „arbeiten“, plötzlich ankommt: Jemand ist wirklich ganz drin im imaginären Raum und spielt, statt „nur“ den (Körper) Text abzuspielen. Wenn jemand als Pantomim/in es plötzlich schafft, rollenangemessen in eine andere z.B. mehr straighte Körperhaltung zu gehen! Wenn jemand plötzlich und überraschend die wirklich eigene Stimme erhebt und den Raum mit ihr füllt! Welch' eine Freude!

Und als Spieler auf der Bühne ist ein großes Gefühl, wenn ich selbst so tief und überzeugend meine Rolle spiele, dass ich im Spiel spüren kann, dass die „Schwelle zwischen mir und dem Publikum aufgehoben scheint – wenn mein Publikum ganz mitgeht, mitlacht, aufstöhnt, seufzt, sich anspannt und entspannt – ein unglaublich tiefes und berührendes Bühnengefühl! Ein erfüllendes Gefühl für die eigene Darstellungskraft ...



## Illusionen zwischen Traum und Wirklichkeit

### *Pantomime-Workshop mit Menschen mit Vorerfahrungen*

In unserem Workshop werden wir gezielt hinarbeiten auf einen öffentlichen Pantomime-Auftritt im Februar 2025. In den Workshops zuvor haben wir Spielstücke zum Thema entwickelt – jetzt geht es in die Phase, diese weiterzuentwickeln. Dabei ist von Bedeutung, die Perspektive zu wechseln ... zu versuchen, aus den Augen des Publikums auf unsere Spielstücke zu schauen! Es geht um Klarheit, Verständlichkeit und spieltechnische Umsetzung einerseits, um Dramatik, Spielwitz und Komik und die Verbindung mit Musik, die Atmosphäre schafft, andererseits.

Die Möglichkeiten sind vielfältig, weil Pantomime mit allem spielen und Trug- und Traumbilder zeigen kann, die der Phantasie entspringen: Illusionen über mein Gegenüber (z.B. bei der Partnerwahl), Alpträume (wie z.B. die Traumbilder beim Einschlafen – oder ist da doch ein „Ungeheuer“ unterm Bett?), das aus mir heraustretende gute oder schlechte Gewissen (z.B. bei der Frage, ob ich dieses Stück Kuchen noch essen sollte

oder nicht?), Illusionen über die „3. Hand“, die mir real erscheint ... „Träum ich oder spinn' ich?“

Dieser Workshop ist gleichermaßen geeignet für Vorerfahrene! Wer an der Entwicklung für die Spielideen der Stücke mitwirken will, ist herzlich eingeladen, den Workshop im Februar gleich mit zu belegen. Bitte passende Bekleidung (z. B. Gymnastik-Kleidung und -schuhe wenn möglich schwarze Hose und weißes T-Shirt) mitbringen.

Kurs-Nr.:	0030349
Leitung:	Alexander Darányi
Referent/-in:	Manfred Pomorin Pantomime, Osnabrück
Beginn:	Fr., 27.09.2024, 18.00 Uhr
Ende:	So., 29.09.2024, 15.00 Uhr
Gebühr:	225,00 Euro (einschl. Unterkunft und Verpflegung)



## trommeln, trommeln, trommeln

### Trommel-Workshop für Westafrikanische Rhythmen

Lust auf Trommeln? Lust auf ein Erlebnis voller Kraft, Energie und Kontakt?

Die westafrikanischen Rhythmen aus der Volksgruppe der Malinke, die Gegenstand dieses Kurses sind, zeichnen sich durch ihre organische Struktur aus. Das heißt: Sie verlangen kein akrobatisches Rhythustraining, sondern zeigen eine natürliche Entwicklung, die von einem einzelnen Schlag ausgeht und dann ihren gesamten Reichtum nach und nach zusammen mit den Spieler/-innen entfaltet. Am Schluss des Workshops werden wir uns in einem dichten Geflecht zusammenhängender Rhythmuslinien wiederfinden – ein Erlebnis voller Kraft, Energie und Verbindung!

Die Instrumente, Djembés, Basstrommeln u. a. können zur Verfügung gestellt werden. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie ein eigenes Instrument mitbringen oder vom Kursleiter ausleihen wollen. Eigene Instrumente (Djembé, Sangba und Kenkeni) sind im Kurs willkommen.

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ein offenes Ohr für Rhythmus und Trommeln haben und schon Erfahrungen mit dem Trommeln haben ... aber auch an die ohne Vorerfahrung, die bisher geglaubt haben, dafür unbegabt zu sein, sich aber einen Zugang wünschen.

Referent Herman Kathan ist bundesweit bekannter Percussionist für westafrikanische Musik sowie brasilianische Kultmusik. Sein fundiertes Wissen hat er sich in zahlreichen Aufenthalten in vielen Ländern Westafrikas und in Brasilien angeeignet. Mit seinem Ensemble Busch-Werk tourt er regelmäßig in Europa mit westafrikanischen Meistern der Percussion. Er versteht auf wunderbare Art und Weise, Teilnehmende mit ihren jeweiligen Möglichkeiten „mitzunehmen“ und eintauchen zu lassen in die Dynamik der Trommel.

Kurs-Nr.: 0032410  
Leitung: Alexander Darányi  
Referent/-in: Herman Kathan, Stöttlen  
Beginn: Fr., 24.05.2024, 18.00 Uhr  
Ende: So., 26.05.2024, 15.00 Uhr  
Gebühr: 295,00 Euro  
(einschl. Unterkunft und Verpflegung)



Die westafrikanischen Rhythmen aus der Volksgruppe der Malinke, die Gegenstand dieses Kurses sind, zeichnen sich durch ihre organische Struktur aus.

## Chinesische Malerei

### Seminar in Zusammenarbeit mit der Kunstschule Zinnober Papenburg

Angeregt von den Bildern erstklassiger chinesischer Maler lernen Sie den Umgang mit Pinsel, Wasser, Tusche und Papier, deren feines Zusammenspiel die chinesische Kunst auszeichnet. Sie üben die chinesische Pinselhaltung und beschäftigen sich zunächst mit klassischen Motiven wie z.B. Bambus, Blütenzweigen, Lotosblumen, Landschaften und Tieren. Chinesisch zu malen verlangt hohe Konzentration und ist paradoxerweise zugleich sehr entspannend.

Weiterhin erproben Sie, inwieweit die chinesische Maltechnik auch bei „nicht chinesischen“ Motiven wie Stillleben und Portraits anwendbar ist. Ein Können, das jeder „europäischen“ Aquarellmalerin und -maler zugutekommt.

Das Gelände der Historisch-Ökologischen Bildungsstätte bietet dazu inspirative Anregungen und ein passendes Ambiente.

Basismaterial ist vorhanden. Eigenes Material kann gern mitgebracht werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Das Seminar richtet sich an Menschen ab 18 Jahren.

Referentin Elena Rossmann hat Kunst und Architektur an der Ural State Academy studiert. Fasziniert von Fernöstlichen Malerei hat sich schon während des Studiums theoretisch und praktisch mit ihr beschäftigt. Gelernt hat sie sie in Hamburg bei Xiaomin Liu. Seit ca. 30 Jahren unterrichtet Elena Rossmann Malen und Zeichnen, hat eine Malschule organisiert, viele Kunstprojekte und Einzelausstellungen durchgeführt und war an Gruppenausstellungen beteiligt. Mehr von Ihren Arbeiten finden Sie hier: [www.elenakipnis.de](http://www.elenakipnis.de)

Kurs-Nr.:	0030347
Leitung:	Alexander Darányi
Referent/-in:	Elena Rossmann, Papenburg
Beginn:	Sa., 20.04.2024, 11.00 Uhr
Ende:	So., 21.04.2024, 13.30 Uhr
Gebühr:	192,00 Euro (einschl. Unterkunft, Verpflegung und Basismaterial)



# SEMINARÜBERSICHT

Datum	Veranstaltung	Fachbereich	Kurs-Nr.	Seite
<b>Februar</b>				
16.02.-18.02.2024	Zeit für mich	Körper, Geist und Seele	0033367	72
<b>März</b>				
06.03.2024	(G)Arten im Klimawandel	Umweltbildung	0033364	15
09.03.2024	Gesundheitstag für Frauen	Körper, Geist und Seele	0031844	72
14.03.-15.03.2024	KINDERYOGA – Kursleiter/-in in zwei Modulen – Modul 1	Bildung und Erziehung	0032764	59
15.03.-17.03.2024	facettenreich tanzen	Körper, Geist und Seele	0030345	65
20.03.2024	HandwerksWandel – Das emsländische Handwerk geht voran Klimagerechtes Sanieren finanzieren	Organisationsentwicklung		29
25.03.-28.03.2024	Familienseminar Bauernhof	Umweltbildung	0033368	15
<b>April</b>				
05.04.-07.04.2024	Willkommen Gelassenheit – Wege aus dem Stress	Körper, Geist und Seele	0030346	70
05.04.-07.04.2024	Zwischen Weitergabe und neuen Impulsen – zivilgesellschaftliche Erinnerungsarbeit gestern, heute, morgen	Gesch., Politik, Wirtschaft	0032394	25
08.04.-09.04.2024	Sorge gut für dich – Komme in deine Kraft!	Bildung und Erziehung	0032172	60
08.04.-27.05.2024	Kompaktlehrgänge zur Vorbereitung auf die Ausbildereignungsprüfung vor der IHK für Ostfriesland und Papenburg - Kurs 1	Organisationsentwicklung	0032729	33
11.04.-12.04.2024	Neue Wege in der Professionalisierung der Erzieher/-innenausbildung			
20.04.-21.04.2024	Chinesische Malerei	Kunst, Kultur, Kreativität	0030347	79
23.04.-24.04.2024	Die innere Schatzsuche	Bildung und Erziehung	0032120	61
24.04.2024	HandwerksWandel – Das emsländische Handwerk geht voran Wärmepumpen im Bestand - Grundlagen	Organisationsentwicklung		29
25.04.2024	HandwerksWandel – Das emsländische Handwerk geht voran Wärmepumpen im Bestand - Grundlagen	Organisationsentwicklung		29
25.04.-26.04.2024	KINDERYOGA – Kursleiter/-in in zwei Modulen – Modul 2	Bildung und Erziehung	0032764	59
<b>Mai</b>				
03.05.-05.05.2024	The Eco Way of Life – Wie gestalte ich mein Leben umweltbewusst	Junge Erwachsene	0032884	44
11.05.-17.05.2024	Ohne Worte, ohne Schweigen	Körper, Geist und Seele	0030048	66
14.05.-15.05.2024	Inklusion, was nun? Konfliktkompetenz in der Schule	Bildung und Erziehung	0031643	54
15.05.-16.05.2024	Interkulturelle Gesprächsführung – Mit mir kann man reden	Organisationsentwicklung	0033650	35
23.05.2024	Sommerliche Salate mit regionalem Gemüse	Umweltbildung	0034676	17
24.05.-26.05.2024	trommeln, trommeln, trommeln	Kunst, Kultur, Kreativität	0032410	78
24.05.-26.05.2024	Entfaltet eure digitale Wirkung! Social Media Strategien für junge Politikmacher/-innen	Junge Erwachsene	0033030	44
28.05.2024	Fachkräftesicherung – kein Buch mit sieben Siegeln	Organisationsentwicklung	0033754	35
28.05.-29.05.2024	Was brauchen Kinder psychisch erkrankter Eltern in der KiTa?	Bildung und Erziehung	0033181	63



# SEMINARÜBERSICHT

Datum	Veranstaltung	Fachbereich	Kurs-Nr.	Seite
<b>Juni</b>				
04.06.-05.06.2024	Bewegen und Lernen unter 3	Bildung und Erziehung	0032116	58
07.06.-09.06.2024	Aufbruch in ein neues Leben – Gelassen Essen	Körper, Geist und Seele	0030348	73
10.06.-14.06.2024	Stressbewältigung und Work Life Balance – durch Achtsamkeit und Zen	Körper, Geist und Seele	0028051	71
12.06.-13.06.2024	Klangschalen in der KiTa	Bildung und Erziehung	0033605	62
13.06.-14.06.2024	Fortbildungsangebote für fachfremd unterrichtende Lehrkräfte Chemie fachfremd unterrichten Teil IV und V - Organische Chemie in der Sekundarstufe I	Bildung und Erziehung	0033608	52
17.06.-18.06.2024	Wirksam überzeugen – Sicher im Umgang mit Körpersprache ...	Organisationsentwicklung	0033651	34
19.06.2024	Betriebbefachtag 2024	Organisationsentwicklung		33
14.06.-16.06.2024	Reden können in der Demokratie – Rhetorik und Argumentationstraining	Junge Erwachsene	0033032	45
21.06.-25.06.2024	Vom Hümmeling bis zur Nordseeküste	Umweltbildung	0033192	16
24.06.2023	Insektensafari	Umweltbildung	0033366	15
28.06.-04.07.2024	Verbunden sein mit mir und anderen	Körper, Geist und Seele	0030316	68
<b>Juli</b>				
01.07.-05.07.2024	Azubi-Camp für junge Erwachsene mit Flucht- und Migrationserfahrung	Junge Erwachsene	0033183	40
05.07.-07.07.2024	Aquaristik-Mikroskopie und Fischkrankheiten	Umweltbildung	0032324	16
<b>August</b>				
05.07.-07.07.2024	Aquaristik-Mikroskopie und Fischkrankheiten			
<b>September</b>				
04.09.-05.09.2024	„Nur gemeinsam sind wir stark!“ – Wirksames Konfliktmanagement in der inklusiven Schule	Bildung und Erziehung	0031644	55
12.09.2024	Brotzeit – Regional, exotisch, klassisch neu	Umweltbildung	0034677	17
12.09.-14.09.2024	KiTaS führen und leiten - Modul 1 – Dem Erziehungs- und Bildungsauftrag gerecht werden	Bildung und Erziehung	0034591	51
16.09.-04.10.2024	Kompaktlehrgänge zur Vorbereitung auf die Ausbildereignungsprüfung vor der IHK für Ostfriesland und Papenburg - Kurs 2	Organisationsentwicklung	0032730	33
27.09.-29.09.2024	Praxismentor/-in für Auszubildende in Kindertageseinrichtungen Aufbaukurs	Bildung und Erziehung	0029841	50
27.09.-29.09.2024	Illusionen zwischen Traum und Wirklichkeit	Kunst, Kultur, Kreativität	0030349	77
<b>Oktober</b>				
07.10.-09.10.2024	Lernwerkstatt für junge Erwachsene mit Flucht- und Migrationserfahrung	Junge Erwachsene	0033184	40
11.10.-13.10.2024	Wenn die Seele singt ... Stimme und Stille	Körper, Geist und Seele	0030350	67
18.10.-20.10.2024	Werde Erd-Charta-Botschafter/-in!	Umweltbildung		18
29.10.-30.10.2024	Fortbildungsangebote für fachfremd unterrichtende Lehrkräfte Werte und Normen fachfremd unterrichten Teil I: Disziplinen und Themen	Bildung und Erziehung	0033977	52

# SEMINARÜBERSICHT

Datum	Veranstaltung	Fachbereich	Kurs-Nr.	Seite
<b>November</b>				
01.11.-03.11.2024	Auf eigenen Spuren zur Selbstfindung – Biografiearbeit und Kunst	Körper, Geist und Seele	0028139	69
02.11.2024	Kinder-Klima-Konferenz: Unsere Stimme für das Klima	Junge Erwachsene	0032886	43
08.11.-09.11.2024	Berufsbegleitende Zusatzqualifizierung Anti-Aggressivitäts-Training	Bildung und Erziehung	0033239	57
08.11.-10.11.2024	Unsere Stadt soll grüner werden! Nachhaltige Projekte denken und planen	Junge Erwachsene	0033033	45
09.11.-10.11.2024	Der Weg zur gesunden Identität	Körper, Geist und Seele	0033655	68
13.11.-14.11.2024	Inklusion, was nun? Konfliktkompetenz in der Schule	Bildung und Erziehung	0031643	54
14.11.-16.11.2024	KiTas führen und leiten - Modul 2 – Sich selbst führen	Bildung und Erziehung	0034591	51
22.11.-24.11.2024	Werde Erd-Charta-Botschafter/-in!	Umweltbildung		18
22.11.-24.11.2024	Erinnern in der Migrationsgesellschaft	Gesch., Politik, Wirtschaft	0032415	25
28.11.-29.11.2024	Deeskalations- und Handlungsstrategien für den Umgang mit Menschen mit geistiger Beeinträchtigung	Bildung und Erziehung	0033280	56
29.11.-01.12.2024	Unvergessene Weihnachtszeit	Körper, Geist und Seele	0033169	71
<b>Dezember</b>				
05.07.-07.07.2024	Aquaristik-Mikroskopie und Fischkrankheiten			
<b>Januar 2025</b>				
23.01.-25.01.2025	KiTas führen und leiten - Modul 3 – Mitarbeitende führen	Bildung und Erziehung	0034591	51
<b>März 2025</b>				
27.03.-28.03.2025	KiTas führen und leiten - Modul 4 – Betriebsführung und Management	Bildung und Erziehung	0034591	51
<b>April 2025</b>				
24.04.-25.04.2025	KiTas führen und leiten - Modul 5 – Zusammenarbeit und Kooperation im Sozialraum professionell gestalten	Bildung und Erziehung	0034591	51
<b>Juni 2025</b>				
19.06.-20.06.2025	KiTas führen und leiten - Modul 6 – Organisations- und Qualitätsentwicklung	Bildung und Erziehung	0034591	51

## Anmeldeverfahren

Anmelden können Sie sich zu den Veranstaltungen der Historisch-Ökologischen Bildungsstätte persönlich, telefonisch (04961/9788-0), schriftlich, per E-Mail (anmeldung@hoeb.de) oder über unsere Homepage (www.hoeb.de).

## Kooperationsveranstaltungen/Gastgruppen

Interessierten Organisationen bieten wir die Möglichkeit, gemeinsam mit den Mitarbeiter/-innen der HÖB Seminare und Tagesveranstaltungen zu unterschiedlichen Themen vorzubereiten und durchzuführen.

Sie können die HÖB mit ihren Räumlichkeiten, der Verpflegung und Übernachtung auch für eine Veranstaltung und Seminare nutzen, welche Sie inhaltlich selbst vorbereiten und gestalten. Gerne unterbreiten wir Ihnen ein Angebot. Mehr dazu finden Sie auf unserer Homepage unter: [www.hoeb.de/unsere-individuellen-angebote/](http://www.hoeb.de/unsere-individuellen-angebote/)

## Gebühren

Die Höhe der Teilnahmegebühr entnehmen Sie bitte den Seminarbeschreibungen im Programm.

Die dort angegebenen Gebühren schließen die Kosten für Unterkunft im Doppelzimmer und Verpflegung ein. Bei Einzelzimmern erheben wir einen Aufschlag von 15,00 Euro pro Nacht. Im Preis enthaltene Leistungen, die Sie nicht in Anspruch nehmen, können wir Ihnen leider nicht erstatten.

Gegen Vorlage eines entsprechenden Nachweises kann eine ermäßigte Gebühr für Schüler/-innen, Studierende, Auszubildende, Freiwilligendienst-Leistende, Menschen mit Behinderung sowie Arbeitslose gewährt werden. Besitzer/-innen der Ehrenamtskarte gewährt die HÖB 10 % Ermäßigung auf die Seminargebühr.

Die HÖB behält sich die Möglichkeit vor, Seminare bzw. Programme zu ändern oder abzusagen. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir Ihnen bei einer Abmeldung ab 4 Wochen bis 14 Tage vor Seminarbeginn 25 % und danach die volle Seminargebühr in Rechnung stellen.



# DIE GREMIEN DER HÖB

## Regionales Umweltbildungszentrum (RUZ)

### Pädagogische Mitarbeiter/-innen:

#### **Katrin Bunte**

Studienrätin, Gymnasium Papenburg

#### **Maria Specker**

Studienrätin, Gymnasium Papenburg

#### **Marlies Laprell**

Studienrätin, Mariengymnasium Papenburg

## Mitglieder des Vereins HÖB

Stadt Papenburg, vertreten durch  
Bürgermeisterin Vanessa Gattung  
Abgeordneten Heiner Hanneken

Landkreis Emsland, vertreten durch  
Ursula Mersmann

Abgeordneten Heribert Kleene

Bernd Busemann

Heinrich Hövelmann

Ludger Husmann

Jan Averdung

Sabina Christov

## Vorstand des Vereins HÖB

Ursula Mersmann, 1. Vorsitzende

Heribert Kleene, stellv. Vorsitzender

Vanessa Gattung

Heiner Hanneken

## Mitglieder des Beirates der HÖB

Arne Bergmann, Ev.-ref. Diakonisches Werk Grafschaft Bentheim  
gGmbH, Freiwilligendienste, Nordhorn

Prof. Dr. Stephanie Birkner, Universität Oldenburg, Department für  
Wirtschafts- und Rechtswissenschaften

Eggo Borchers jun., Surwold

Katrin Dinkelborg, Institut für Duale Studiengänge der HS Lingen

Renate Edelkamp, Caritas-Werkstatt Papenburg

Stefan Eichholz, Kirchsule Papenburg

Dr. Holger Freund, Carl v. Ossietzky Universität Oldenburg, Institut  
für Chemie und Biologie des Meeres

Prof. Dr. Susan Grotefels, Universität Münster, Zentralinstitut für  
Raumplanung

Nils Hanraets, Theaterpädagogisches Zentrum der Emsländischen  
Landschaft e. V., Lingen

Bernhard Hövelmann, Pflegedienst Hövelmann, Papenburg

Vinzenz Jüttner, Düsseldorf

Prof. Dr. Edita Jung, Hochschule Emden / Leer

Udo Keilen, Berufsbildende Schulen Papenburg / Kaufmännische und  
Gewerbliche Fachrichtungen

Thomas Korte, Surwold

Dr. Dirk Luerßen, Geschäftsführer der Wachstumsregion Ems-Achse,  
Papenburg

Michelle Morgenfrüh, Pflegedienst Villa Savelsberg, Papenburg

Dr. Thomas Pyhel, Deutsche Bundesstiftung Umwelt, Osnabrück

Johannes Rypkema, GCO Fryslan, Leeuwarden / Niederlande

Anja Schepergerdes, Berufsbildende Schulen Meppen

Norbert Schlee-Schüler, Kreisgymnasium St. Ursula, Haselünne

Henrik Schneider, Papenburg

Dr. Nikolaus Schneider, Direktor der Volkshochschule Ahaus

Philipp Schubert, Projektleiter, Wirtschaftsverband Emsland e. V.,  
Meppen

Frank Schütte, UPM Nordland Papier, Dörpen

Elke van Hoorn, BBS I Emden

Heiner Velt, Papenburg

Marlis Weber, Kath. Kindergarten St. Michael, Papenburg

Gerda Wesseln-Borgelt, Hochschule Osnabrück, Fakultät Wirtschafts-  
und Sozialwissenschaften

Livius Ziethe, Jugendbildung in Gesellschaft und Wissenschaft e. V.,  
Heidelberg

**Bildungsreferent/-innen:**

**Mechtild Möller**

Dipl.-Pädagogin  
Leiterin der Bildungsstätte  
*mechtild.moeller@hoeb.de*

**Stefanie Book**

Betriebswirtschaft und Management (B.A.)  
*stefanie.book@hoeb.de*

**Alexander Darányi**

Historiker und Pantomime  
Weiterbildung Klang – Rhythmus – Körper  
*alexander.daranyi@hoeb.de*

**Claudia Gebken**

Dipl.-Pädagogin  
Fachwirtin für Kindertagesstätten  
*claudia.gebken@hoeb.de*

**Dr. Kerstin Haucke**

Chemiedidaktikerin/Sparkassenkauffrau  
Kompetenzzentrum Lehrerfortbildung  
*kerstin.haucke@hoeb.de*

**Mareke Hauschild**

Soziologin (B.A.)  
*mareke.hauschild@hoeb.de*

**Andrea Helmer**

Dipl.-Ökotrophologin und ProfilPASS-Beraterin  
*andrea.helmer@hoeb.de*

**Heike Hügler**

Dipl.-Bau-Ing. und Dipl.-Wirtschaftsingenieurin  
*heike.huegler@hoeb.de*

**Ruth Jongebloed**

Religionspädagogin (B.A.)  
*ruth.jongebloed@hoeb.de*

**Kirsten Kuhlmann**

Lehrerin für Biologie u. Ernährungswissenschaften  
*kirsten.kuhlmann@hoeb.de*

**Daniela Lüken**

Public Health (M.Sc.)  
Examinierte Gesundheits- und Krankenpflegerin  
*daniela.lueken@hoeb.de*

**Corinna Meyer**

Erziehungswissenschaftlerin/Pädagogin (M.A.)  
Sozialpädagogin/Sozialarbeiterin (B.A.)  
*corinna.meyer@hoeb.de*

**Dorothee Meyer** (in Elternzeit)

**Sandra Sinning**

Sozialpädagogin/Sozialarbeiterin (B.A.)  
Staatlich anerkannte Erzieherin  
*sandra.sinning@hoeb.de*

**Wiebke Sutorius**

Betriebswirtschaft und Management (B.A.)  
*wiebke.sutorius@hoeb.de*

**Monika Stalega**

(mgr) Pädagogin, Germanistin  
*monika.stalega@hoeb.de*

**Denise Timpe**

Wirtschaftspädagogin (M.Sc.),  
Betriebswirtin (B.A.), Integrationslotsin  
*denise.timpe@hoeb.de*

**Wiebke Tuitjer**

Kommunikationsdesignerin (B.A.)  
*wiebke.tuitjer@hoeb.de*

**Katharina Wiels**

Gesundheitsmanagerin (B.A.)  
Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin  
*katharina.wiels@hoeb.de*

**Verwaltung / Seminaranmeldung:**

**Inge Ipe, Verwaltungsleiterin** 97 88 – 22  
*inge.ipe@hoeb.de*

**Heike Schütte** 97 88 – 12  
*info@hoeb.de*

**Karin Dürdoth** 97 88 – 19  
*karin.duerdoth@hoeb.de*

**Margot Hartmann** 97 88 – 45  
*margot.hartmann@hoeb.de*

**Nele Meyer** 97 88 – 26  
*nele.meyer@hoeb.de*

**Wilma Schipper** 97 88 – 18  
*wilma.schipper@hoeb.de*

**Petra Albers, Auszubildende**  
*petra.albers@hoeb.de*

**Lina Kleinhaus, Auszubildende**  
*lina.kleinhaus@hoeb.de*

**Hauswirtschaft:**

**Irmgard Schiering**

Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin  
*hauswirtschaft@hoeb.de*

**Daniela Lente, Stellvertreterin,**  
Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

**Renate Müller-Lücht, Stellvertreterin, Küchenmeisterin**  
*renate.mueller-luecht@hoeb.de*

**Heike Brelage-Eymann, Wirtschafterin**

**Annette Kossen, Wirtschafterin**

**Saskia Pokolm,**

Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin (in Elternzeit)

**Jana Puls, Hauswirtschafterin**

**Doris Rave, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin**

**Maria Rosema, Meisterin der Hauswirtschaft**

## **Wafaa Kafour**, Auszubildende

Nebahat Akan | Miyase Albayrak | Neslihan Ivrachim-Basi | Adelheid Behnen | Martha Elting | Tom Elting | Silke Fokken | Nadejda Guzinscaia | Bahar Hanoglu | Denise Hermann | Elke Hermann-Schroeter | Maria Janssen | Marion Kohne | Zeynep Konak | Daniela Maiora | Heven Mamou | Ilona Markus | Dorian Nagel | Marianne Nee | Wilma Olthoff | Larissa Schmidt | Renate Schöpfer | Angelika Schulz | Bahriye Sinankili | Selma Sinankili | Ribana Täfler | Valentina Weber | Elena Weitner | Martina Welp

## **Zentrum für Generationen (ZfG)**

Andrea Helmer | Kirsten Kuhlmann

## **Haustechnik und Außenanlagen:**

**Wilfried Terhalle**, Leiter der Haustechnik  
w.terhalle@hoeb.de

Marco Brelage | Heinz Kröger | Otmar Nickolay  
Wiebke Rauert | Alexander Schwarz | Sandy Sponhauer

## **FÖJ/FSJ/BFD/Praktikanten**


Lotta Brümmer | Corinna Dercks | Julius Dombrowsky  
Miriam Schick | Raksha Shenoy | Johanna Voigt



Sie wollen mehr über unsere Arbeit und unser Haus erfahren? Dann besuchen Sie uns auf:

[www.hoeb.de](http://www.hoeb.de)

 Facebook (Historisch-Ökologische Bildungsstätte)

 Instagram (hoeb\_papenburg)

 LinkedIn (Historisch-Ökologische Bildungsstätte)

Wir freuen uns auf Sie!



# ORIENTIERUNGSPLAN



## Impressum

Heimvolkshochschule  
Historisch-Ökologische Bildungsstätte  
Postfach 42 40  
26863 Papenburg  
Spillmannsweg 30  
26871 Papenburg

Telefon: 0 49 61 / 97 88 - 0  
Telefax: 0 49 61 / 97 88 - 44

Internet: [www.hoeb.de](http://www.hoeb.de)  
E-Mail: [info@hoeb.de](mailto:info@hoeb.de)

Sparkasse Emsland  
Konto 65 002420 - BLZ 266 500 01  
IBAN: DE97 2665 0001 0065 0024 20  
BIC: NOLADE21EMS

V.i.S.d.P.: Dr. Thomas Südbek

Gestaltung und Druck:  
Goldschmidt GmbH, Werlthe

## Fotos und Grafiken:

S. 10: Kerstin Haucke, Mareke Hauschild  
S. 11: Kerstin Haucke, Mareke Hauschild  
S. 12: Kerstin Haucke, Mareke Hauschild  
S. 14: ksenia\_she, freepik  
S. 18: Ökumenische Initiative Eine Welt e.V.  
S. 19: Ökumenische Initiative Eine Welt e.V.  
S. 21: colourbox.de\_931 Hände, 123rf  
S. 23: 175562344\_dzmitryskazau, 123rf  
S. 26: Strichfiguren.de, SF396  
S. 30: Elektro Radtke  
S. 38: Landesvereinigung Kulturelle Jugendbildung  
S. 41: [www.pexels.com](http://www.pexels.com), klarer-gluhbirnen-pflanzer-auf-grauem-felsen, Singkham, 1108572  
S. 43: GS Kirchschule  
S. 49: 38266945\_ml alphaspirt  
S. 51: 127357623 ammentorp, 123rf  
S. 52: 38940117 Anna Bizon, 123rf

S. 55: Inklusion\_MS\_Archiv  
S. 56: Stimmungswürfel\_MS\_Archiv  
S. 59: 32727003, Igor Yaruta, 123 rf  
S. 60: 123rf, 34251395, Tatiana Shepeleva  
S. 61: 123 rf, 33951951  
S. 62: singing bowls 4751789 1920  
S. 64: Vanessa Sossna  
S. 65: Vanessa Sossna  
S. 67: Alexander Darányi  
S. 70: Babara Köster  
S. 72: 11785224 Olga Lyubkin, Fotolia  
S. 73: gstockstudio, 123rf  
S. 77: rodjulian, 123rf  
S. 78: Alexander Darányi  
S. 79: Elena Rossmann

Historisch-Ökologische Bildungsstätte  
Emsland in Papenburg e.V.  
Spillmannsweg 30  
26871 Papenburg



# Lernen erleben - Leben lernen!

IN IHREM BILDUNGSHAUS AM SEE



## HÖB

Historisch-Ökologische Bildungsstätte  
Emsland in Papenburg e.V.

Telefon: 0 49 61 / 97 88-0  
Telefax: 0 49 61 / 97 88-44  
info@hoeb.de · www.hoeb.de

