



Musische Werkwoche

Mit allen Sinnen leben und glauben

26. - 30. 8. 2023

Auf das, was da noch kommt...

A1

Klecks, Schnippeln, Falten, Kleben

Kreativ und spielerisch

Wie der Titel schon sagt, geht es in diesem Kurs um das kreative und spielerische Entdecken von Möglichkeiten, die Materialien wie Papier und Pappe uns bieten. Und wir geben diesmal auch den Farben ihren Raum.

Ob wir zweidimensional collagieren, schwebende Objekte oder Mobiles schaffen oder uns in die dritte Dimension aufmachen: die Techniken sind denkbar einfach, der Fantasie hingegen kaum Grenzen gesetzt.

In erster Linie arbeiten wir, wie immer, mit Altmaterial. Bringt also gerne Papiere und Pappen mit, wenn ihr mögt.

Lisa Kötter, Münster, freischaffende Künstlerin
www.strohzugoldlisa.blogspot.de

A2

DRUM CIRCLE

„Ein Drum Circle ist eine Gruppe von Menschen, die im Kreis Handtrommeln und Percussion spielen. Sie unterscheiden sich von einer Trommelgruppe oder -truppe darin, dass der Trommelkreis eher ein Selbstzweck als eine Vorbereitung auf eine Aufführung ist.“ Zitat: Wikipedia

Ein Drum Circle bietet allen Teilnehmer*innen einen sofortigen Einstieg in einen dynamisches und fehlerfreies Miteinander.

Eine nonverbale Moderation animiert zum Improvisieren, Ausprobieren und Treiben lassen. Innerhalb weniger Minuten entsteht ein beeindruckendes Trommel - und Percussion Ensemble. Der gemeinsame Rhythmus im Drum Circle stärkt das eigene Wohlbefinden und fördert ein positives Gruppengefühl.

Mathias Höbel, Hünstetten
 Diplom Instrumentalpädagoge für Schlagzeug und Elementare Musikpädagogik

A3

Schläft ein Lied in allen Dingen

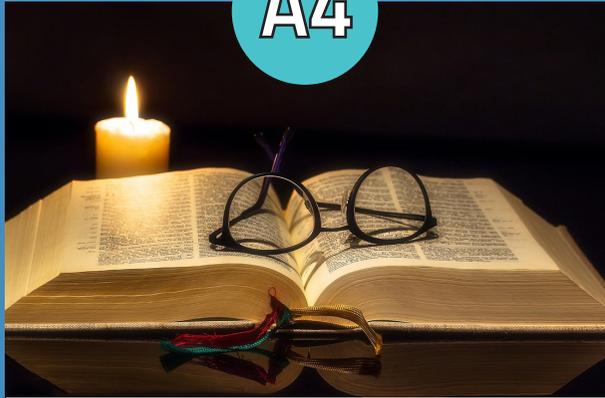
- Der Chor -

Durch Atmung, Stimmbildung und körperliche Übungen werden wir uns der Melodie in allen Dingen widmen; ganz langher (Gregorianik), vor geraumer Zeit (Gospel) und unmittelbar (Popsong) werden wir Stücke im gemeinsamen Chorklang erarbeiten.

Die Freude, „Gänsehaut Momente“ und Begeisterung stehen im Mittelpunkt der mehrstimmigen Chorarbeit.

Herzlich willkommen sind auch singende Beginner...

Dorothee Laux, Limburg
 Sängerin, Chorleiterin und Gesangspädagogin

A4

BIBLISCHE IMPULSE für die Seele

Manchmal ist einfach der innere Akku leer. Dann brauchen wir etwas für die Seele, um wieder Kraft zu schöpfen, um wieder Mut zu fassen, um wieder anpacken zu können. Die Bibel kann uns dazu Inspiration sein.

Die Bibel ist unser wichtigstes Buch, an dem wir unser Leben ausrichten können. Das Wort Gottes kann uns mitten im Alltag bereichern und uns Kraft schenken.

Wir wollen uns mit Körperübungen, Gebet, Meditation, singen und Austausch den biblischen Texten annähern und die Bibelworte mit unterschiedlichen Methoden und kreativen Elementen entdecken.

Bitte mitbringen: Deinen Lieblings-Bibelvers und deine Bibel, gerne eine Decke

Walburga Wintergerst
Gemeindereferentin

A5

SCHREIBWERKSTATT - ein Zukunftsblick -

So spricht der HERR: Mein Plan ist, euch Frieden zu geben und kein Leid. Ich gebe euch Zukunft und Hoffnung. (Jer 29,11)

Die Meeresspiegel steigen, Kriege wüten, Gewalt herrscht, Ungerechtigkeiten umgeben uns, wo wir auch sind. Täglich sterben über hundert Tier- und Pflanzenarten aus und doch träumen wir in unserem Liegestuhl mit den weißen Wölkchen am Himmel von GUTEM, das da noch kommt, von Frieden, von einer gesunden Welt und von Gerechtigkeit.

In der Schreibwerkstatt wollen wir unsere blühende Fantasie hoffnungsvoll gen Himmel wachsen lassen und schauen, was da kommt. Wir blicken dabei ganz persönlich auf uns selbst, aber auch auf unsere Mitmenschen und unsere Umwelt, die Welt, die Gott uns anvertraut hat.

Du bist herzlich zum Schreiben eingeladen! Es gibt kleine und größere Impulse, die dich in kürzere und längere Schreibzeiten begleiten und immer auch eine Möglichkeit, entstandene Texte mit der Gruppe zu teilen – egal, ob sie fertig sind oder noch nicht.

Cordula Vogt, Taunusstein
Grundschullehrerin

B1

SINGEN UND PHILOSOPHIEREN Zusammen auf Spurensuche

Diese beiden Begriffe finden wir nur selten in einem Zusammenhang. In diesem Workshop werden wir uns daher auf Spurensuche begeben. Wir werden viel miteinander singen und uns Zeit lassen, über Inhalte nachzudenken. Ein Schwerpunkt wird dabei sein, wie wir mit Kindern bis 10 Jahren über Gott und die Welt ins Gespräch kommen.

Aber auch für unsere eigenen Fragen, Gedanken und Hoffnungen wird es genügend Raum geben. Unterstützen werden uns dabei Geschichten, Bilder und einige kreative Ideen.

Keinerlei Fachkenntnisse werden vorausgesetzt – nur Lust am Singen und Erzählen.

Herbert Adam, Dirnstein
Gemeindereferent und Liedermacher

♪
Froh zu sein
bedarf es wenig,
doch wer froh ist,
ist ein König.
♪

B2

TANZ UND SPIRITUALITÄT

- auf das, was noch kommt-

„so singen Max Giesinger und Lotte: Einerseits träumen sie von Optimismus und Zufriedenheit in ihrem Leben, auf der anderen Seite heben sie „das Stolpern und Scheitern“ besonders hervor. Auf alle Fälle singen sie aber auch „Und wenn ich so an all das denk‘, will ich, dass es jetzt beginnt...“

Hierzu möchte ich in diesem Kurs einladen: sich einen Neubeginn bewusst zu machen und diesen in die Bewegung zu bringen. Dies lädt auch dazu ein, aus den gemachten Erfahrungen Kraft zu schöpfen oder einiges loszulassen, damit dem Neubeginn nichts im Wege steht.

Für all das ist Raum: zu erforschen, zu bewegen, zu malen, vielleicht auch zu schreiben. In diesem Kurs gilt die Einladung, innezuhalten, achtsam für sich und somit auch für die anderen zu werden. Weiterhin werden wir uns den uns stärkenden Gott bewusst machen, der uns in allen Lebenslagen ein liebender Wegbegleiter ist.

Inge Stöckel,

Gemeindereferentin und Zusatzausbildung in Tanzpädagogik

B3

UM-WELT-WERKSTATT

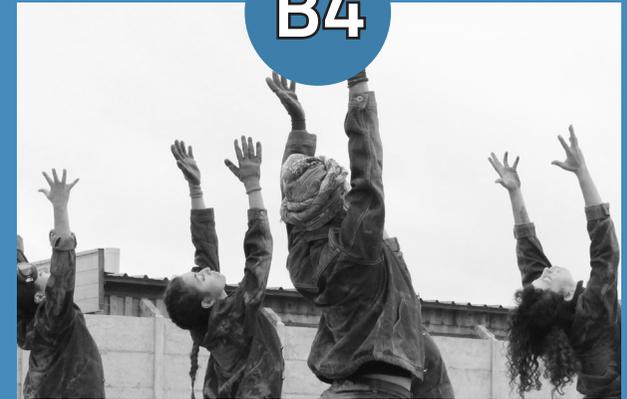
Handwerkliche Gedanken zum Umgang mit Ressourcen

„Und wenn ich da nicht ankomm‘, bin ich zumindest auf dem Weg...“ - so singt es Max Giesinger in seinem Lied.

In diesem Kurs wollen auch wir uns „zumindest auf den Weg machen“, die Ressourcen in unserer Um-Welt zu entdecken und zu überlegen, wie wir sie nutzen können. Wir schöpfen und formen mit Naturmaterialien und Gebrauchtem. Wo kommen die Dinge her und was steckt (noch) in ihnen? Und was macht es mit mir und uns, wenn Ressourcen geschätzt und geschont werden?

Mikel Hogan, Hamm
Ergotherapeut

Heike Denzer, Hamm

B4

EMPOWERMENT & THEATER

spielerisch zu einem starken Auftritt

Mit anderen aus dem Moment heraus eine Geschichte entstehen lassen - komisch, berührend, dramatisch. Spielfreude, Fantasie und Emotionen freien Lauf lassen: Improvisation ist die schnellste Art, Theater auf die Bühne zu bringen.

Wir lernen, gemeinsam auf die eigene Intuition zu hören, uns überraschen zu lassen, auf unsere Spielpartner*innen zu achten und gemeinsam eine Szene aus dem Moment heraus zu entwickeln. Um auf der Bühne schnell reagieren zu können, werden in abwechslungsreichen Schauspielübungen Reaktionsfähigkeit, Aufmerksamkeit und das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten geschult.

Ihr erhaltet außerdem zahlreiche Impulse, die Euch gestärkt in den Alltag gehen lassen, und sich auch in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen umsetzen lassen.

Wir freuen uns auf Euch!

Milena Fey, Bonn
Kulturmanagerin und systemische Coachin

Claudio Vega Lopez, Santiago de Chile/Paris
Künstlerischer Leiter der Theatercompagnie Plexus Solaris
www.plexussolaris.cl

B5

KLANG-OASE

Vom Zauberklang des Augenblicks

In herausfordernden Zeiten ist es gut und wichtig, sich selbst immer wieder kleine Auszeiten zu nehmen. So können Körper, Geist und Seele miteinander in Einklang kommen.

Wir wollen mit zauberhaften Klängen (Harfe, Klangschalen, Elfenklangkugel, Koshi, Isca Steel Drum, Sansula...) in unsere eigene Mitte kommen.

Dabei helfen uns einfache Atem- und Achtsamkeitsübungen, Entspannungs- und Klangreisen und kreative Aufgaben. Das innere Kind darf neugierig werden, loslassen und genießen.

Viele dieser Übungen kannst du auch in deiner Arbeit mit Menschen unterschiedlicher Altersgruppen anwenden. Es sind keine Vorerfahrungen notwendig.

Bitte bringe dir eine Yogamatte, Handtuch/Decke/Socken?/Lieblingskuschelkissen mit.

Tina Pfeiffer, Wiesbaden
Religionspädagogin und Zusatzausbildung in Klangpädagogik und Sound Healing
www.yogamitharfe.com

C1

KREATIVE MALWERKSTATT

Farben ☺ Freude

Endlich mal Zeit, in der deine Kreativität frei und bunt fließen kann. Farbenfreude pur! Und geteilte Freude ist bekanntlich ja doppelte Freude !

Dazu ist im offenen Atelier ein farbenfrohes buntes Büffet angerichtet: ein Vielerlei an verschiedenen Farben (Acryl, Pan-Pastel, Ecoline, Gouache, Aquarell, Kreiden etc.) und diverse Materialien stehen zur Verfügung. Wir spielen mit den Farben, probieren aus, sind gespannt, auf das was da noch kommt;-) und lassen uns immer wieder neu überraschen...

Der Fokus liegt diesmal auf Drucktechniken (Gel-printing, Stempeln&Schablonen), Arbeiten mit den wunderbar zarten PanPastels und Mixed media-Collagen.

Dabei ist Malkleidung praktisch. Mehrkosten für diesen Kurs ca.10€.

Gaby Stegmann, Münster
Religionspädagogin und Malerin

C2

LANDART

Alte Wege neu entdecken

LandArt ist eine bereits seit Jahrzehnten etablierte Kunstrichtung. LandArt-Künstler*innen gestalten IHRE Werke mit bloßen Händen aus allem, was die Natur hergibt.

Es ist eine Möglichkeit, mit Abstand eine Kunst zu erfahren, die mich mit der Natur verbindet, spielend gestalten lässt und mich neue Erfahrungen lehrt.

Was sehe ich, was fühle ich? Wie verändert sich der Ort, wie verändere ich mich?

Mitzubringen sind bequeme, wetterfeste Kleidung und ein Einlassen auf die Natur.

Mikel Hogan, Hamm
Ergotherapeut

C3



EINFACH SINGEN

Singen für die Seele

Singen ist gesund – es beruhigt, entspannt und beschwingt, es aktiviert die Selbstheilungskräfte und lässt die Einheit von Körper, Geist und Seele spüren.

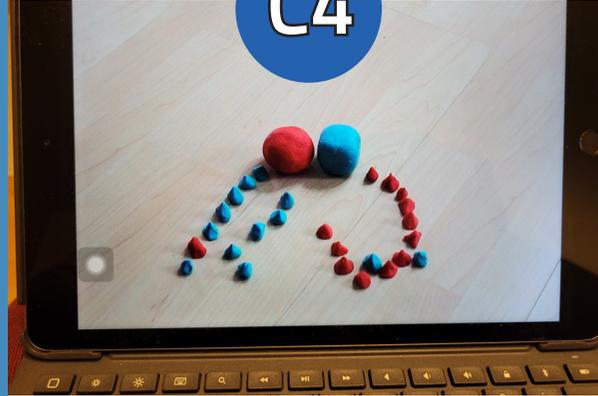
Singen muss auch gar nicht schwer sein, wenn es nicht darauf ankommt „richtig“ zu singen, sondern die Stimme (und jede*r selbst) einfach so sein darf, wie sie ist.

Wir singen in diesem Kurs einfache Lieder, ohne Noten und Notenkennntnis.

Die Lieder sind ruhig oder kraftvoll und laden zum Bewegen ein. Beim gemeinsamen Singen könnt ihr Lebensfreude und Verbundenheit erfahren.

Claudia Hespig, Mainz-Bischofsheim
Pastoralreferentin und Klinikseelsorgerin im Bistum Mainz.
Seit vielen Jahren leite ich Singgruppen. Ich bin Singleiterin bei „Singende Krankenhäuser e.v.“

C4



STOP MOTION FILME MIT DEM IPAD

Wenn die Bilder laufen lernen

Hast du Lust deinen eigenen Film zu machen? Wir wollen gemeinsam Stop-Motion-Filme drehen – das sind Filme, die aus vielen Einzelbildern zusammengesetzt sind.

Wir verwenden dazu ausgeschnittene Buchstaben und Objekte, Knete, kleine Figuren oder Alltagsgegenstände, die man bewegen kann. Deiner Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt.

Wir arbeiten mit der App Stop Motion (Pro) und entdecken dabei Funktionen wie Aufnahme, Schneiden, Vertonen, Green Screen Effekt und das Exportieren der fertigen Filme.

Ipads werden uns zur Verfügung gestellt.

Tina Pfeiffer, Wiesbaden
Religionspädagogin und Zusatzausbildung in Klangpädagogik und Sound Healing
Computerschule Compikids
www.yogamitharfe.com

C5



DURCH ERLEBNISSE DEN ALLTAG VERÄNDERN

Erlebnispädagogik in good practice

Im Alltag ist man häufig in Strukturen und Rollen gefangen, denen man nur schwer entkommen kann. Von daher fällt es einem häufig auch schwer, im Alltag neue Erkenntnisse und Blickwinkel zu entdecken. Die Erlebnispädagogik versucht dem entgegenzuwirken, indem besondere Situationen generiert werden, in denen nicht-alltägliche, neue Erfahrungen gesammelt werden und in einem nächsten Schritt dann wieder auf den Alltag zurückbezogen werden können.

Bei diesem Workshop steht euer eigenes Erleben im Vordergrund. Ihr lasst den Alltag hinter euch und stellt euch gemeinsam Herausforderungen und Teamaufgaben. Wenn ihr bereit seid Neues zu erleben und einige Zeit an der frischen Luft zu verbringen, werdet ihr in diesem Workshop viel Spaß haben und danach gestärkt in den Alltag zurückkehren.

Marc Niedenfür, Frankfurt
Gymnasiallehrer für Katholische Religion und Deutsch
praktische Zusatzausbildung für Erlebnispädagogik

C6



VIelfalt und Freude im Tanz

Schritt für Schritt

Gruppentänze von Renaissance bis Pop, vom beschwingten Folklore-Tanz bis hin zum meditativen Kreistanz.

Wir wollen Schritt für Schritt auf gemeinsamen Tanzwegen Unbekanntem und Vertrautem begegnen und so tanzende Gemeinschaft erleben.

Christiane Drescher, Mainz

Tanzpädagogin