



Regionalstelle Erwachsenenbildung
im Evangelischen Kirchenkreis Gütersloh

Programm 1/2026



eEFB
Ev. Erwachsenen- und
Familienbildung
Westfalen und Lippe e.V.



2

3

Gott spricht: Siehe, ich mache alles neu!

Offenbarung 21,5

INHALT

4 Leitbild

5 Vorwort

Themenbereiche

6 Spiritualität, Religion & Theologie

14 Kultur, Gesellschaft & Politik

18 Themenreihe Kreatives Schreiben & Lesungen

24 Ehrenamt, Organisation & Leitung

28 Gesundheit & Lebensgestaltung

38 Themenreihe Trauer, Sterben & Begleiten

42 Ausblick 2/2026

44 Bildungsurlaub

48 Umwelt & Bewahrung der Schöpfung

52 Persönlichkeitsentfaltung, Bildung & Kommunikation

58 Themenreihe Neurodiversität

62 Angebote für spezifische Zielgruppen

66 Bibeldorf Rietberg

69 Infoseite

72 Fragen und Hinweise

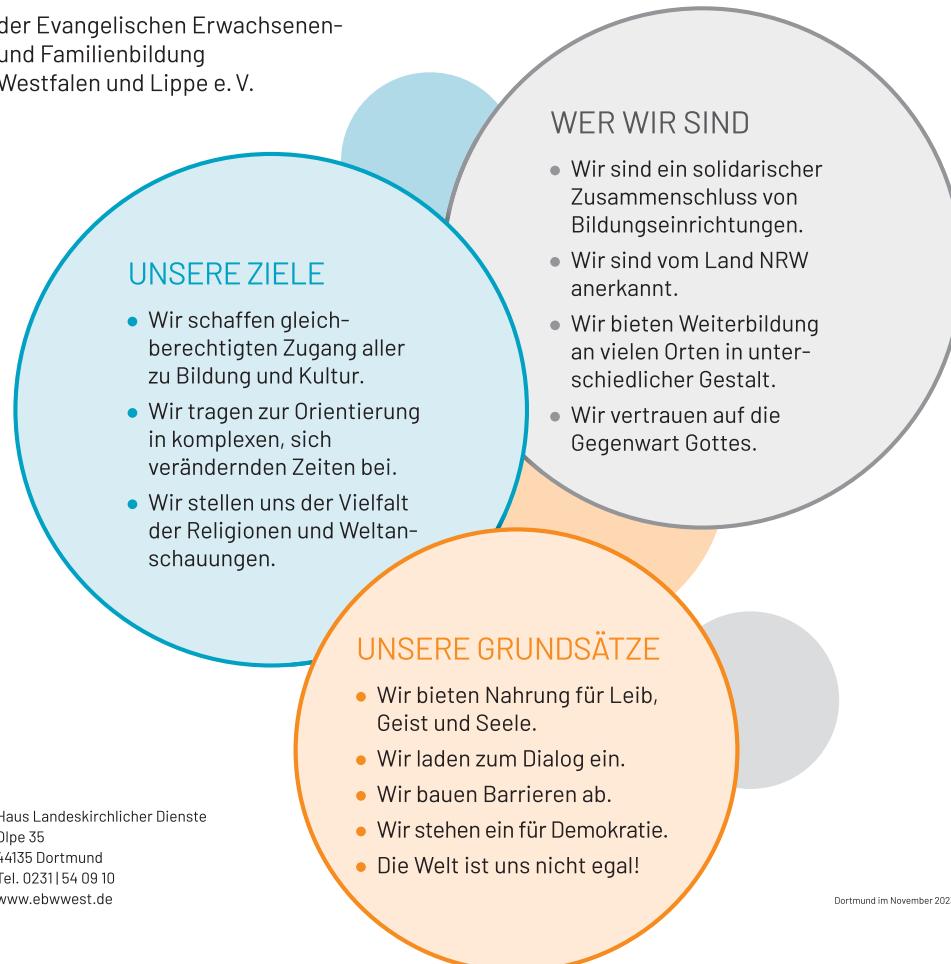
74 Anmeldeformular

75 Ihre Ansprechpartnerinnen

76 Veranstaltungen in der Übersicht

Leitbild

der Evangelischen Erwachsenen- und Familienbildung
Westfalen und Lippe e. V.



Liebe Lesende,

„Gott spricht: Siehe, ich mache alles neu!“ (Offenbarung 21,5)

Mit dieser Jahreslosung für das Jahr 2026 schauen wir hoffnungsvoll nach vorn. Sie erinnert uns daran, dass Veränderung und Erneuerung zu unserem Leben gehören – in der Welt, in unserer Gesellschaft und auch in unserem persönlichen Leben und Glauben. Bildung ist ein wesentlicher Teil dieses Wandels: Sie öffnet Horizonte, stärkt Gemeinschaft und hilft, Neues zu entdecken und zu gestalten.

Die Regionalstelle Erwachsenenbildung im Kirchenkreis Gütersloh lädt Sie herzlich ein, unser vielfältiges Programm zu entdecken. Ob Glaubensfragen, gesellschaftliche Themen, Kreatives oder Persönlichkeitsbildung – wir möchten Räume schaffen, in denen Begegnung, Austausch und Wachstum möglich sind.

Unsere Veranstaltungen bieten Gelegenheit, sich inspirieren zu lassen, gemeinsam zu lernen und neue Perspektiven zu gewinnen. Wir freuen uns auf viele anregende Gespräche, lebendige Diskussionen und bereichernde Begegnungen mit Ihnen.

Lassen Sie sich ermutigen, Neues auszuprobieren, miteinander ins Gespräch zu kommen und die Vielfalt unserer Angebote zu erleben.

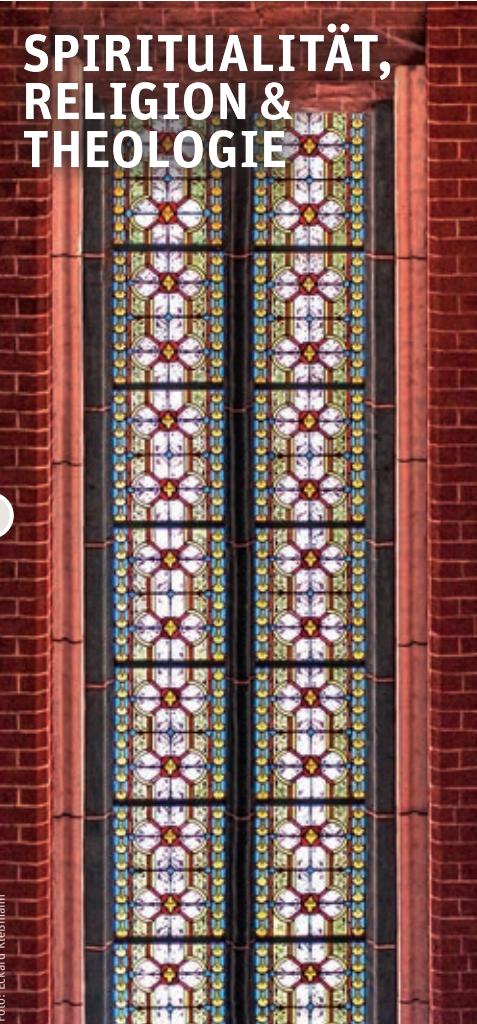
Herzlich willkommen!

Das Team der Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh

SPIRITUALITÄT, RELIGION & THEOLOGIE

6

Foto: Eckard Kleßmann



BIBEL, BETEN UND BIER

Brauereiführung mit Geschichten
und Impulsen aus der Bibel

Schon immer haben Menschen den Genuss von handwerklich hergestellten Getränken geschätzt und auch die Bibel erzählt an verschiedenen Stellen davon. Bei einer Führung durch die Hohenfelder Brauerei Langenberg lernen wir allerhand über die Geschichte der Braukunst, den Brauprozess und die Geschmacksbildung von Bier. Im Rahmen der Führung werden zudem einige regionale Bier-Kreationen verkostet. Danach wollen wir mit Ihnen nicht nur über den malzigen Geschmack, sondern auch über Gott und die Welt ins Gespräch kommen: Was haben Glaube und Bier gemeinsam? Dazu gibt es genussvolle Geschichten aus der Bibel, spirituelle Momente zum Erleben sowie allerlei Expert:innenwissen.

- **Termin 1: Fr, 09.01.2026, 18 – 22 Uhr**
- **Privat-Brauerei Hohenfelde GmbH**
Wiedenbrücker Str. 155, 33449 Langenberg
- **Referent:innen:**
Sophia Schütze, Hohenfelder Brauerei,
Stefan Prill, Pfarrer,
Mandy Liebetrau, Pfarrerin
- **Kosten: 32 €**
- **Anmeldefrist: Mo, 05.01.2026**

NEIGE DEINES HERZENS OHR

Treffpunkt Meditation

In einer Zeit ständiger Reizüberflutung und hoher Anforderungen gewinnt die Fähigkeit zur inneren Sammlung zunehmend an Bedeutung. Die Meditationsabende im Schweigen bieten Raum, um grundlegende Kompetenzen in Achtsamkeit, Selbstwahrnehmung und spiritueller Präsenz zu entwickeln und zu vertiefen. Ziel dieses Bildungsangebots ist es, durch eine regelmäßige meditative Praxis die eigene Wahrnehmung zu schulen, Stress abzubauen und Zugänge zu innerer Ruhe und geistlicher Tiefe zu eröffnen. Die Teilnehmenden lernen Methoden kennen, um ihre geistige Widerstandskraft (Resilienz) zu stärken, die Konzentrationsfähigkeit zu fördern und in der Stille neue Orientierung zu finden.

Inhalte und Methoden:

- Sanfte Körperübungen zur Förderung von Körperwahrnehmung und Entspannung
- Impulstexte zur Anregung spiritueller Reflexion
- Zwei Meditationseinheiten von je 20–25 Minuten im Sitzen
- Elemente wie meditatives Gehen, kontemplative Gesänge und Gebärdengebet ergänzen die Praxis

Die Abende sind offen für Menschen mit und ohne Vorerfahrung. Sie bieten einen geschützten Lernraum für alle, die Stille nicht nur als Rückzug, sondern als bewussten Bildungsweg hin zu mehr Klarheit, Mitgefühl und spiritueller Tiefe verstehen.

- **Fr, 09.01.; Fr, 06.02.; Fr, 06.03.;
Fr, 12.06.2026 jeweils 19 – 20.30 Uhr**

- **Gemeindehaus Herzebrock**

Bolandstraße 15, 33442 Herzebrock-Clarholz

- **Leitung: Rainer Moritz**, Pfarrer, Meditationslehrer Via Cordis

- **Kosten: freiwillige Spende**

- **Keine Anmeldung erforderlich**



Foto: Adobe Stock

7

KIRCHEN + KINO

Stammtisch für Film-Bewegte

Das ökumenische Projekt „Kirchen + Kino. Der Filmtipp“ präsentiert seit Jahren Filme im Bambi Kino, die von der evangelischen und katholischen Filmarbeit als Kinotipp hervorgehoben wurden. Es sind überzeugende Filme, die unabhängig von ihrer jeweiligen geistigen Beheimatung die Sehnsucht nach dem Anderen, nach einem „Mehr des Lebens“, ansprechen. Nach dem jeweiligen Film wollen wir ins Gespräch kommen und den Film auf der Galerie reflektieren. Weitere Informationen zu den Filmen unter kirchen-und-kino.de.

- **Sa, 10.01.2026: Die Saat des Heiligen Feigenbaums**
- **Sa, 07.02.2026: Die Fotografin**
- **Sa, 07.03.2026: Mit der Faust in die Welt schlagen**
- **Sa, 11.04.2026: Helden**
Vorstellungsbeginn jeweils um 17.30 Uhr
(am 10.01. um 17 Uhr),
Nachbesprechung jeweils 19.30 – 21.45 Uhr

➤ **Kino – Bambi & Löwenherz**
Bogenstraße 3, 33330 Gütersloh

➤ **Leitung: Volker Buchenau**

➤ **Eintritt: 10 € für den Film, Verpflegung auf eigene Rechnung**

➤ **Anmeldefrist: 1 Woche vor Veranstaltung**

➤ **Anmeldung: Volker Buchenau**
volker.buchenau@inspiritu.de

8

RAUM FÜR NEUES

Meditative Schreibwerkstatt zur Jahreslosung

Die Sehnsucht nach etwas Neuem lockt in eine offene, hoffnungsvolle Zukunft. Der Gedanke, noch einmal von vorn zu beginnen, birgt Kraft und Tiefe. Was wäre, wenn jeder Tag einen Neuanfang bereithalten würde? Diese meditative Schreibwerkstatt orientiert sich an der Jahreslosung 2026 aus der Offenbarung 21,5: „Gott spricht: Siehe, ich mache alles neu.“ In einem inneren Dialog mit dem eigenen Körper entsteht eine achtsame Verbindung zwischen Denken, Empfinden und Bewegung – ein Raum, in dem das Neue wachsen kann. Das Schreiben wird dabei zum Ausdruck dieses inneren Prozesses. Kreative und biografische Impulse regen an, Worte aus dem eigenen Erleben heraus entstehen zu lassen. Die frischen Texte dürfen freiwillig in einem geschützten und wertschätzenden Rahmen geteilt werden. So entsteht eine erste Textsammlung, die auch im Alltag begleitet – als persönlicher Kompass und Einladung zur Erneuerung an jedem Tag.

➤ **Sa, 17.01.2026, 10 – 16 Uhr**

➤ **Leitung: Dr. Christiane Henkel**, Pädagogin, Schreibberaterin, Focusing-Beraterin

➤ **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh

➤ **Kosten: 55 €**

➤ **Anmeldefrist: Do, 08.01.2026**

SCHWEIGE UND HÖRE

Exerzitien im Alltag

Die Exerzitien sind ein Angebot für Menschen, die auf der Suche danach sind, Gott in ihrem Alltag mehr Raum zu geben.

Wir verstehen sie so als Spurensuche: Wer bin ich? Was ist meine Lebensberufung? Wie kann ich meiner Herzensbewegung folgen? Wie kann ich überhaupt erst mit dieser in Verbindung kommen?

Exerzitien, was ein geistliches Üben bedeutet, wollen uns immer tiefer an das Geheimnis Gottes und das Geheimnis unserer Person heranführen.

In den Exerzitien wenden wir uns achtsam dem Erspüren unseres Leibes zu, üben das kontemplative Gebet in der Stille und lassen uns von einer biblischen Geschichte orientieren.

Sich während vier Wochen in der Passionszeit auf diesen Weg zu begeben, bedeutet konkret:

- ich entscheide mich verbindlich für eine Teilnahme;
- ich bin bereit, mir täglich 20-30 Minuten Zeit zu nehmen, um mich einzubüßen in Stille vor Gott und Achtsamkeit für mein Leben
- ich treffe mich in der Zeit einmal pro Woche mit der Gruppe zu Austausch und gegenseitiger Stärkung, bekomme Anregungen für den Übungsweg und teile mit den anderen eine Gebetszeit der Stille
- ich bekomme das Angebot für Einzel-Begleit-Gespräche in dieser Zeit

Die Exerzitien eröffnen einen Raum, in dem geistliche Bildung und persönliche Entwicklung miteinander verbunden werden. Sie stärken die

Fähigkeit zur achtsamen Selbstwahrnehmung und unterstützen dabei, den eigenen Glauben im Alltag bewusst zu gestalten.

Biblische Texte werden dabei nicht nur gehört, sondern im eigenen Lebenskontext neu erfahrbar. Spiritualität, Körperwahrnehmung und theologische Reflexion treten auf diesem Weg in eine lebendige Beziehung zueinander. Das Angebot ist offen für alle Interessierten – unabhängig von ihrer religiösen Herkunft oder Glaubensüberzeugung. Vorerfahrungen sind nicht erforderlich. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke mitbringen.

➤ **Mi, 25.02.2026 – Mi, 25.03.2026,
wöchentlich jeweils 20 – 21.45 Uhr**

➤ **Matthäuskirche**

Auf der Haar 64, 33332 Gütersloh

➤ **Leitung: Pfr. Stefan Salzmann,
Dr. Susanna Matt-Windel**

➤ **Teilnahme kostenfrei**

➤ **Nähere Informationen und Anmeldung:**
Pfr. Stefan Salzmann

Telefon 05241 / 53 26 83
stefan.salzmann@ekgt.de

Dr. Susanna Matt-Windel
Telefon 05241 / 70 82 71
s.matt-windel@posteo.de

9

WERDE RUHIG, MEIN HERZ

Tag der Meditation

In einer Zeit permanenter Aktivität ist es eine Kunst, still zu werden – besonders im eigenen Inneren. Dieser Meditations-Tag im Schweigen lädt dazu ein, das Herz als Quelle von Ruhe, Kraft und innerer Ausrichtung zu entdecken: als physisches Organ, als Zentrum von Gefühl und Verbundenheit sowie als spirituelle Mitte. Die Teilnehmenden sollen verschiedene Formen meditativer Praxis (z.B. Sitzen in der Stille, mantrisches Singen, Körperarbeit) kennenlernen und anwenden, ihre Körper- und Herz-Wahrnehmung vertiefen, Achtsamkeit im Umgang mit Körper, Atem und Emotionen entwickeln, Impulse zur Bedeutung des Herzens in körperlicher, emotionaler und spiritueller Hinsicht reflektieren, die Wirkung von Stille und achtsamem Schweigen auf Leib und Seele erfahren, Ideen zur Integration von Meditation und Herzensruhe in den persönlichen Alltag mitnehmen.

10



Foto: Adobe Stock

Methoden und Inhalte:

- Sitzen in der Stille (Zazen/Herzensgebet o. Ä.)
- Spirituelle Leibarbeit
- Einfache Yoga- und Atemübungen
- Mantrisches Singen und Herzmeditation
- Thematische Impulse zum Herz in spiritueller und körperlicher Perspektive
- Achtsamer Austausch in der Gruppe

Bitte eine Decke und ggf. bequeme Kleidung mitbringen.

Bitte bringen Sie für das gemeinsame Mittagessen einen Beitrag zum Mitbringbüffet mit. Getränke sind vor Ort vorhanden. Der Tag ist offen für alle, die sich nach Stille, innerer Ausrichtung und gelebter Herzensverbundenheit sehnen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

➢ **Sa, 28.03.2026, 10 – 17 Uhr**

➢ **Gemeindehaus Herzebrock**

Bolandstraße 15, 33442 Herzebrock-Clarholz

➢ **Leitung:**

Andrea Brandhorst, Diplom-Pädagogin (M.A.), Lehrbibliodramaleiterin GfB, Yoga-Lehrerin (BDY);

Rainer Moritz, Pfarrer, Meditationslehrer Via Cordis

➢ **Kosten: freiwillige Spende**

➢ **Anmeldung: Gemeindebüro der Ev. Versöhnungs-Kirchengemeinde Rheda-Wiedenbrück**

gemeindebuero@angekreuzt.de

BEWAHRE DEIN HERZ, DENN DARAUS SPRUDELT DAS LEBEN!

Christliches Yoga-Wochenende

Yoga ist ein ganzheitlicher Übungsweg, der Körper, Geist und Seele in Einklang bringen soll. Es ist eine ganzheitliche Praxis, die aus verschiedenen Elementen besteht. Das Ziel von Yoga ist mehr Gesundheit, mehr Wohlbefinden und innere Ruhe zu erlangen. In diesem Angebot kombinieren wir das traditionelle Yoga mit christlichen Elementen. Begeben Sie sich mit uns auf eine Entdeckungsreise für Wohlbefinden und Resilienz in Beruf und Alltag. Thema an diesem Wochenende ist das Herz – ein großartiges Organ und ein Muskel, der das Blut in jeden Winkel unseres Körpers pumpt und uns so mit Lebenskraft versorgt. Darüber hinaus ist es der zentrale Ort für unser Gefühlsleben und unsere Selbstwahrnehmung. Wir werden unser Herz entspannen und stärken, ihm zuhören und ihm die Aufmerksamkeit geben, die es braucht, um kraftvoll und lebensfroh zu schlagen.

Körper erfahren

Sie lernen die wichtigsten Haltungen (Asanas) des Yoga kennen, üben sie regelmäßig und können diese im Anschluss für den Alltag und Beruf zu Hause anwenden. Sie werden aufmerksam auf ihren Atem und lernen bei sich zu sein. Sie lernen, wie Sie ihren Körper dehnen und entspannen können. Unser Körper hat uns etwas zu sagen. Er ist unser bester Freund. Er verdient, dass wir ihm Gutes tun und ihm zuhören. Dazu hilft Yoga. Orientierung ermöglichen Religiöse Texte bieten vielen Menschen Orientierung. Geistliche Impulse lassen sich mit dem

Körper nachspüren. An konkreten Beispielen lernen wir dieses körperliche Nachspüren. Es geht nicht über den Verstand, es ist ein anderer Weg. Nachhaltiger und dauerhafter. Yoga macht es möglich.

Ruhe wertschätzen

In einer hektischen Zeit tut Ruhe gut. Sie lernen sich Zeit zu nehmen. Sie lernen sich zu konzentrieren und ihre Aufmerksamkeitsspanne zu vergrößern. Besondere Yogaübungen verhelfen dazu. Sie lernen sie kennen, steigern Ihr Wohlbefinden und Ihre Resilienzfähigkeit. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Die Kursleiterin ist als SELA-Yogalehrerin ausgebildet (Sela Institut für Christliches Yoga). Sie benötigen: Bequeme Kleidung, eine Yogamatte o.ä., ggf. Getränke und Handtuch.

➢ **Fr, 10.04.2026, Beginn: 18 Uhr**
➢ **So, 12.04.2026, Ende: 13.30 Uhr**

➢ **Haus der Stille Bethel**

Am Zionswald 5, 33617 Bielefeld

➢ **Leitung: Pia Wick**, zertifizierte Yogalehrerin, Gründerin Sela – Institut für Christliches Yoga

➢ **Kosten:**

350 € EZ pro Person, inkl. Vollverpflegung (Frühstück, Mittagessen, Nachmittagskaffee, Abendessen)

230 € ohne Übernachtung

➢ **Anmeldefrist: Mo, 02.02.2026**

11

HÖRST DU DIE STILLE?

Oasentag

Im Spannungsfeld des Alltags und der vielen Anforderungen des Lebens wird es zunehmend wichtig, Räume für Regeneration, Stille und Selbstwahrnehmung zu schaffen. Dieser Oasentag lädt dazu ein, der inneren Stimme Raum zu geben, die eigene Mitte (wieder) zu finden und einfache Wege in die Stille kennenzulernen und zu erproben.

Die Teilnehmenden sollen verschiedene Methoden zur inneren Sammlung und Stressreduktion (z.B. Meditation, Tönen, meditativer Tanz) kennenlernen und praktisch erproben, ihre Fähigkeit zur achtsamen Körper- und Selbstwahrnehmung stärken, die Wirkung von Stille und meditativen Elementen auf das psychische Wohlbefinden reflektieren, Zugänge zur eigenen Spiritualität oder inneren Quelle entdecken und vertiefen, durch Austausch in der Gruppe Impulse für ihren persönlichen Alltag mitnehmen.

12



Inhalte und Methoden:

- Stille- und Sitzmeditation
- Lauschendes Singen und Tönen
- Achtsame Körperarbeit
- Meditativer Tanz
- Spirituelle Impulstexte
- Austausch in geschütztem Rahmen

Bitte bringen Sie für das gemeinsame Mittagessen einen Beitrag zum Mitbringbüfett mit. Getränke sind vor Ort vorhanden. Bequeme Kleidung wird empfohlen.
Der Tag eignet sich für alle, die eine Auszeit suchen, um zur Ruhe zu kommen und sich selbst – in der Stille – neu zu begegnen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

➢ **Sa, 25.04.2026, 10 – 17 Uhr**

➢ **Gemeindehaus Herzebrock**
Bolandstraße 15, 33442 Herzebrock-Clarholz

➢ **Leitung: Jürgen Schellin, Gabi Künneke, Pfr. Rainer Moritz**

➢ **Kosten: freiwillige Spende**

➢ **Anmeldung: Gemeindebüro der Ev. Versöhnungs-Kirchengemeinde Rheda-Wiedenbrück**
gemeindebuero@angekreuzt.de

QUEER G*TT – IST?

Die Vielstimmigkeit der Bibel – Online-Veranstaltung

Die feministische Bibelauslegung blickt mittlerweile auf eine 40jährige Geschichte zurück. Die theologischen Arbeiten haben die Einsicht erbracht, inwiefern Männer und Frauen strukturell ungleich behandelt wurden und inwiefern die biblischen Texte von Diskriminierung berichten. Aus all diesen Untersuchungen ist eine umfassende Bibliothek erwachsen.
Ist G*tt queer? ist eine Online-Reihenveranstaltung. Am ersten Termin nähern wir uns einführend der Vielstimmigkeit in der Bibel. Wir werden gemeinsam verschiedene biblische Texte betrachten, auslegen und Ergebnisse der queer-feministisch-kritischen Auslegung diskutieren. Dazu gehört ebenfalls, die eigenen Erfahrungen zu thematisieren und Vorwissen zu beachten.

Alle Interessierten mit und ohne Vorkenntnisse sind herzlich eingeladen teilzunehmen.

➢ **Termine: Do, 12.03.; Do. 01.10.; Do. 10.12.2026 jeweils von 19.30 – 21 Uhr**

➢ **Referent*in: Dr. Meike Rieckmann, Theologin**

➢ **Zoom-Link wird nach Anmeldung zugesendet**

➢ **Kosten: 10 € pro Termin**

➢ **Anmeldefrist: Di, 10.03.2026**

BROT & BIBEL

Brot & Bibel – Gesprächskreis

Essen verbindet – nicht nur Menschen, sondern auch Kultur, Religion und Lebenspraxis. In Anlehnung an die biblische Tradition des Abendmahls laden wir einmal im Monat zu einem besonderen Format ein: einem gemeinsamen Abendessen mit offenem Austausch über Glaubens- und Lebensfragen. In geselliger Atmosphäre essen wir miteinander und reflektieren über gesellschaftsrelevante Themen, reflektieren eigene Werte, Rituale und Lebensgewohnheiten und tauschen Erfahrungen aus. Eingeladen sind alle Interessierten, unabhängig von Alter, Herkunft, religiöser Zugehörigkeit oder Lebensform zu geselligen, stärkenden und nahrhaften Abenden.

➢ **Termine auf Anfrage, monatlich geplant jeweils donnerstags von 19 – 20.30 Uhr**

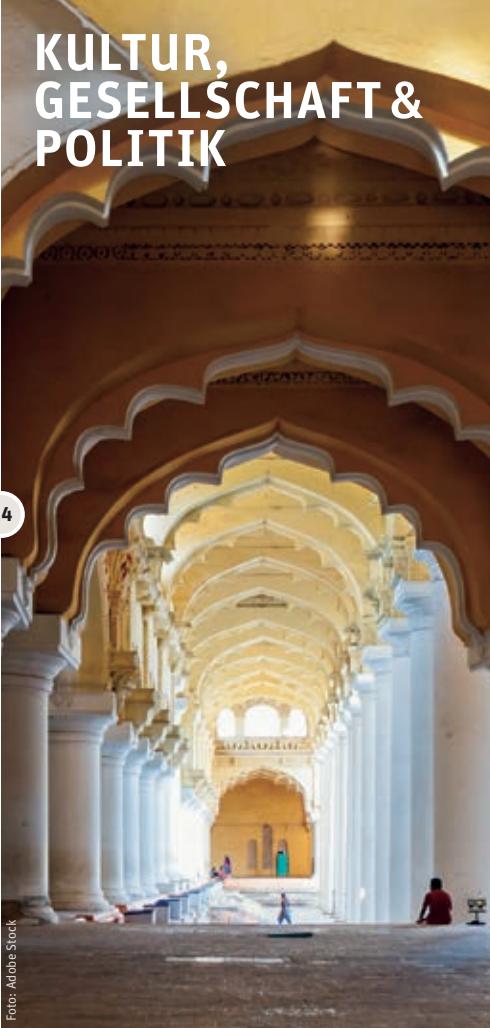
➢ **Auferstehungskirche Liesborn**
Wullenbrinkstraße 13, 59329 Wadersloh

➢ **Referent*innen: Mitglieder des Neuen Gemeindekreises**

➢ **In Kooperation mit dem Neuen Gemeindekreis der Ev. Kirchengemeinde Wadersloh**

➢ **Teilnahme kostenfrei**

➢ **Keine Anmeldung erforderlich**



KULTUR, GESELLSCHAFT & POLITIK

WEIHNACHTLICHES BRAUCHTUM IM OSNABRÜCKER LAND

Krippenfahrt

Wir setzen 2026 die jahrzehntelange Tradition fort, an „Heilige Drei Könige“ zwei besondere Beispiele kreativer Krippenkunst zu besichtigen. Wir fahren zu zwei Kirchen in Glandorf und Bad Laer im südlichen Osnabrücker Land, um die dort aufgestellten Weihnachtskrippen in Augenschein zu nehmen. Beide Darstellungen der biblischen Weihnachtsgeschichte sind aufgrund ihrer künstlerischen Gestaltung besonders sehenswert und pointiert aussagekräftig. Dabei werden uns auch die Krippen beherbergenden Kirchen im Rahmen einer kunstgeschichtlichen Führung nahegebracht. Zwischen den beiden Zielorten wird eine stärkende Kaffeepause eingelegt.

- **Di, 06.01.2026, 12.30 – 18.30 Uhr**
- **Treffpunkt: Haltestelle „Hallenbad“**
Weitkampweg 1, 59302 Oelde
- **Leitung: Wolfgang Bovekamp, Pfarrer i.R.**
- **Kosten: 45 €** pro Person inkl. Bustransfer, Verpflegung sowie Besichtigungen und Führungen
- **Anmeldefrist: Di, 23.12.2025**
- **Anmeldung: Wolfgang Bovekamp**
bovekamp.oelde@t-online.de
Telefon 0 25 22 / 83 85 63

MADURAI ERLEBEN

Bildungs- und Begegnungsreise

Tauchen Sie ein in die lebendige Kultur Südinlands und lernen Sie die sozialen und gesellschaftlichen Strukturen Madurais kennen! Diese einwöchige Bildungs- und Begegnungsreise bietet Ihnen die einzigartige Möglichkeit, die südindische Kultur hautnah zu erleben, in Bildungs- und Sozialprojekte des YMCA Madurai einzutauchen und das Leben benachteiligter Menschen vor Ort zu verstehen. Ein ausführlicher Programmflyer über die Bildungs- und Begegnungsreise liegt in der Regionalstelle vor und kann angefordert werden.

- **So, 15.02.2026 – Sa, 21.02.2026**
- **Madurai, Indien**
- **Studienleitung: Esther Schneider, Lehrerin, Sozialarbeiterin**
- **Kosten: ca. 350 €** inkl. Unterbringung im DZ, Verpflegung, Transport vor Ort, exkl. Flug, Visa, Reiseimpfungen, Eintritte vor Ort, selbstorganisierte Anreise
- **Anmeldefrist: Mo, 01.12.2025**

SPRACH- UND HANDLUNGSFÄHIG BLEIBEN UND WERDEN

Für Menschenfreundlichkeit und gegen Rechtsextremismus – Digitaler Workshop

Menschen sehen sich im beruflichen Leben zunehmend mit rechten Einstellungen und Aussagen konfrontiert. In diesem Workshop wollen wir schwierige Begegnungen im Alltag zur Sprache bringen. Wir werden rechte Äußerungen einordnen und verschiedene Reaktionsmöglichkeiten ausprobieren.

Wie kann und möchte ich reagieren? Was sind meine Haltungen? Wie bleibe ich gerade in beruflichen Zusammenhängen ruhig oder wann beziehe ich Position? Wie schaffe ich es meine Beziehung zum Gegenüber aufrechtzuerhalten? Diese und andere Fragen werden wir bearbeiten. Zielgruppe: Menschen, die sich im (beruflichen) Alltag Leben mit Rechtsextremismus konfrontiert sehen.

- **Di, 24.03.2026, 17 – 19 Uhr**
- **Digitaler Kursraum**
- **Kosten: Auf Anfrage**
- **Referentin: Wiebke Eltze**, Politikwissenschaftlerin, Trainerin und Beraterin
- **Kooperation mit dem Bielefelder Bündnis gegen rechts und der Diakonischen Gemeinschaft Nazareth**
- **Anmeldung: Erwachsenenbildung Bielefeld**
erwachsenenbildung@kirche-bielefeld.de
Telefon 05 21 / 58 37-198

FAMILIENKINO FÜR ALLE

Ein Kinonachmittag ist immer etwas Besonderes: Eintauchen in fremde Welten, Abenteuer, Spannung und Emotion sind garantiert. Gleichzeitig fördern Kinoerlebnisse auch das Sprachverständnis und bilden eine gute Basis zur Kommunikation. Wir zeigen Filme, die für GROSS und klein geeignet sind. Im Anschluss bieten wir Gesprächsaustausch zur Thematik der Filmerlebnisse an. Gemeinsame Freizeitgestaltung fördert gegenseitiges Verständnis und Integration.

- **Do, 12.03.2026 – Paddington in Peru**
- **Do, 11.06.2026 – Lassie – Ein neues Abenteuer**
- jeweils 16.30 Uhr Einlass, Filmstart um 17 Uhr – ca. 19.30 Uhr** (Filmlängen variieren)

Kino – Bambi & Löwenherz
Bogenstraße 3, 33330 Gütersloh

In Kooperation mit dem AK ASYL der Ev. Kirchengemeinde Gütersloh

Eintritt: 2 € Erwachsene, 1 € Kind,
Barzahlung vor Ort

Keine Anmeldung erforderlich

16



PADDINGTON IN PERU

Lassie
LIEBEVOLLES HAFENLEBEN

GÜTERSLOH – MUSIKALISCH Ein harmonischer Stadtrundgang mit anschließendem Konzert

Wer heutzutage in einem Posaunenchor spielt oder „Ihr Kinderlein kommet“ singt, weiß vielleicht nicht, was das mit unserer Stadt zu tun hat. Unsere heutige Mediennutzung überhaupt ist stark von Prinzipien geprägt, die auch auf Gütersloher Pragmatismus und Ideengeist zurückgehen.

Dieser Stadtrundgang nimmt Sie mit auf eine spannende und zugleich unterhaltsame Reise durch die musikalische und mediengeschichtliche Vergangenheit der Stadt. Dabei lernen Sie Persönlichkeiten kennen, die Gütersloh mitgestaltet und geprägt haben – klanglich, geistig und gesellschaftlich. Der Rundgang lädt zum Staunen, Nachfragen und Neu-Hinhören ein und verbindet regionale Kulturgeschichte mit aktuellen Perspektiven auf Medien, Musik und Gemeinschaft.

Im Anschluss an den Rundgang haben Sie die Möglichkeit um 18 Uhr ein Konzert des Jugendmusikkorps Avenwedde mit der Ev. Kantorei Isselhorst in der Martin-Luther-Kirche zu erleben. Sichern Sie sich eine Karte hier: www.jma-gt.de/vvk

- **Sa, 09.05.2026, 16 – 17.30 Uhr**
- **Leitung: Imke Kuck, Coach (DGfC), Schreibpädagogin**
- **Treffpunkt: Stadtbibliothek Gütersloh**
Blessenstätte 1, 33330 Gütersloh
- **Kosten: 8 € (Stadtrundgang)**
- **Anmeldefrist: Mo, 04.05.2026**

ÜBER DIE AUSWIRKUNGEN DES KLIMAWANDELNS IN TANSANIA UND IN DEUTSCHLAND

Impuls und Austausch mit Gästen aus Tansania

Die Kirchendistrikte Kyerwa, Murongo und Nkwenda liegen im nord-westlichen Teil von Tansania. Die Partnerschaft des Kirchenkreises Gütersloh besteht seit vielen Jahrzehnten. Alle vier Jahre sendet der Evangelische Kirchenkreis Gütersloh Delegierte nach Tansania, um die Partnerschaft zu stärken.

Im Mai 2026 wird eine Partnerschaftsdelegation aus Tansania in den Kirchenkreis Gütersloh reisen.

Nach einem Impulsvortrag werden die Teilnehmenden in den Austausch gehen, um Fragen zu der Bedeutung des globalen Klimawandels hier in Deutschland und bei unseren Partner:innen in Tansania auf den Grund zu gehen. Welche Herausforderungen ergeben sich für die Landwirtschaft und unsere Lebensweisen?!

Welche Verantwortung tragen wir und welche Impulse können aus einer solchen Partnerschaft für das eigene Leben erhalten. Der Vortrag findet auf Englisch statt. Eine Übersetzung auf Deutsch kann auf Wunsch organisiert werden.

- **Termin auf Anfrage, geplant Mitte Mai 2026**
- **Referent:innen: Referent:innen: Mitreisende der kirchlichen Partnerschaftsdelegation aus Tansania, Weitere**
- **Teilnahme kostenfrei**
- **Keine Anmeldung erforderlich**

PARTNERSCHAFTSREISE TANSANIA

Bericht

Die Kirchendistrikte Kyerwa, Murongo und Nkwenda liegen im nord-westlichen Teil von Tansania. Die Partnerschaft des Kirchenkreises Gütersloh besteht seit vielen Jahrzehnten. Alle vier Jahre sendet der Evangelische Kirchenkreis Gütersloh Delegierte nach Tansania, um die Partnerschaft zu stärken.

Im Sommer 2024 haben Christa Marienhagen, Ulrich Klein und Maxie Kordes die Partner:innen und die Projekte vor Ort besucht und berichten an diesem Abend von der Reise, dem Alphabetisierungsprojekt vor Ort und den kleinen und großen Begegnungen in Tansania.

- **Termine auf Anfrage**
- **Referent:innen: Mitreisende der kirchlichen Partnerschaftsreise nach Tansania 2024**
- **Teilnahme kostenfrei**
- **Keine Anmeldung erforderlich**



17



THEMENREIHE KREATIVES SCHREIBEN & LESUNGEN

18

FRAU MÜLLER, DIE MIGRANTIN Autorinnen-Lesung

Evelyne Waithira Müller ist gebürtige Kenianerin. In ihrer Zeit als britische Soldatin verliebte sie sich in einen Deutschen. Sie heirateten und zogen in einen kleinen Ort in Ostwestfalen. Damit hat sie sich nicht nur für einen Mann, sondern auch für ein Land entschieden, in dem vieles ganz anders ist als in ihrer Heimat. Sie lässt uns daran teilhaben, „wie Deutschland und sie sich aneinander gewöhnt haben“. Das war nicht immer leicht. Sehr ehrlich erzählt sie von Heimweh, Einsamkeit, Stolpersteinen, Fettknäpfchen, Kulturschock, Missverständnissen, Alltagsrassismus und dem Kampf mit der deutschen Bürokratie. Dabei geht sie insbesondere auf die kulturellen Unterschiede und die vielen unausgesprochenen Gegebenheiten ein. Aber sie erzählt auch von kleinen und großen Fortschritten und von allem, was hilft, in einem fremden Land Fuß zu fassen. Sie zeigt, dass es möglich ist, der Heimat verbunden zu bleiben und trotzdem in Deutschland anzukommen. Sie verbindet Herzenswärme, den Glauben und ihr psychologisches Fachwissen.

Nach der Lesung wird es Zeit für Rückfragen und ein gemeinsames Gespräch geben.

› Termin 1: Do, 26.02.2026, 18 – 20 Uhr

› Haus der Begegnung
Kirchstraße 14a, 33330 Gütersloh

› Referentin: Evelyne Waithira Müller,
Psychologin, Autorin

› In Kooperation mit dem AK ASYL

› Kosten: 5 – 10 € Spendenempfehlung

› Termin 2: Do, 11.06.2026, 18 – 19.30 Uhr

› Gnadengkirchen Wadersloh
Benteler Straße 19, 59329 Wadersloh

› Referentin: Evelyne Waithira Müller,
Psychologin, Autorin

› In Kooperation mit dem Neuen Gemeindekreis
Wadersloh

› Kosten: 10 €, 5 € ermäßigt



19

EINFACH SCHREIBEN

Schreibwerkstatt

Wollten Sie nicht schon immer einfach schreiben? Schon klar, die Zeit fehlt. Dabei ist sie da: donnerstags um 17 Uhr. Für 90 Minuten zusammenkommen, schreiben, sich austauschen, gern auch eigene Themen einbringen, der Welt den Rücken kehren, zur Ruhe kommen, um sich dann gestärkt wieder dem Alltag zuzuwenden. Abwechslungsreiche Methoden fördern den Schreibfluss und öffnen den Blick für Sprache, Ausdruck und Kreativität. Der freundliche und wertschätzende Austausch mit anderen bietet Inspiration und Rückhalt und hilft dabei neue Impulse für die persönliche Entwicklung zu gewinnen.

- **Termin 1: Do, 15.01.2026, 17 – 18.30 Uhr**
- **Termin 2: Do, 12.02.2026, 17 – 18.30 Uhr**

➢ **Leitung: Imke Kuck**, Coach (DGfC), Schreibpädagogin

➢ **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh

➢ **Kosten: 12 € pro Termin**

➢ **Anmeldefrist:**

Termin 1: Mi, 07.01.2026

Termin 2: Mi, 04.02.2026

LITERATUR & LEBEN

Musikalische Lesung und Diskussion

An diesen literarischen Abenden steht nicht nur das Buch im Mittelpunkt, sondern die Fragen, die es uns über unsere Gesellschaft, unser Mit-einander und uns selbst stellt. Literatur bietet den Raum, große gesellschaftliche Fragen aus neuen Perspektiven zu betrachten. Ilka Sundermann führt an den Abenden durch die ausgewählten Werke und lädt anhand von Leitfragen zur Diskussion ein. Ob erfahrene Leser:innen oder neugierige Einsteiger:innen – alle sind willkommen. Es besteht keine Notwendigkeit das Buch vor dem Termin zu lesen. Die Lesungen werden musikalisch mit dem Klavier begleitet.

- **Termin 1: Mi, 18.03.2026, 17.30 – 19.45 Uhr**
(Sebastian Fitzek: „Der Nachbar“)
- **Termin 2: Mi, 10.06.2026, 17.30 – 19.45 Uhr**
(Katharina von der Lane: „Haribo – So schmeckt das Glück“)

➢ **Gemeindehaus Friedrichsdorf**
Brackweder Straße 21, 33335 Gütersloh

➢ **Leitung: Ilka Sundermann**, Honorarozentin
Literatur und Persönlichkeitsentwicklung

➢ **Kosten: 12,50 €**

➢ **Anmeldefrist:**

Termin 1: Di, 17.03.2026

Termin 2: Di, 09.06.2026

DEIN WORTSCHATZ – „BLÜTEZEIT“

Kreatives Schreibatelier

Sich etwas von der Seele zu schreiben und davon dann selbst buchstäblich schwarz auf weiß zu lesen, das kann etwas verändern, meistens sehr zum Guten. Und noch dazu macht es einfach großen Spaß.

„Dein Wortschatz“, das ist eine kreative Schreibwerkstatt zum Auspacken und Ausprobieren. Gleichzeitig ist es aber vor allem ein Geschenk. Du schenkst es dir selbst oder lässt es dir von jemandem schenken: Zeit. Für dich. Zum Schreiben und zum Sein.



Wir nutzen Impulse und Materialien der Autorin und Schreib-Lehrerin Hanna Buiting und ihres Teams. Mit viel Liebe zum Detail haben sie Worte und Materialien ausgewählt, die aus unserem Seminarraum kurzerhand ein kleines Schreibatelier machen, eine Goldgrube, eine Schatzinsel. Jedenfalls immer einen Raum, in dem deine Geschichte Resonanz erfahren kann – so wie du es gerade brauchst.

„Dein Wortschatz – Blütezeit“ weckt Frühlingsgefühle, inspiriert zum botanischen Buchstaben, lädt ein, in der eigenen Geschichte zu graben und Fragen zu wagen: Was säe ich aus? Was bringt mich zum Blühen? Und wie ist der Boden beschaffen, in dem ich wurzele, von dem aus ich grüne?

- **Sa, 21.03.2026, 10 – 17 Uhr**
- **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh
- **Leitung: Rebecca Basse**, syst. Beraterin und Coach; **Daniela Busch**, Sozialarbeiterin, Erlebnis- und Traumapädagogin
- **In Kooperation mit dem Neuen Gemeindekreis der Ev. Kirchengemeinde Wadersloh**
- **Kosten: 85 € inkl. Material und Verpflegung (Getränke und Mittagsimbiss)**
- **Anmeldefrist: Sa, 07.03.2026**

„ZUVERSICHT“ VON KATHARINA AFFLERBACH

Autorinnen-Lesung

In ihrem neuen Buch erzählt die Wahl-Kölnerin von tiefen persönlichen Krisen und Menschen, die sich entscheiden: nicht zusammenbrechen, sondern aufbrechen! Die Geschichten verbindet die 47-Jährige mit eigenen Erfahrungen und zeigt auf, wie man mit den Widrigkeiten des Lebens umgehen und sogar an ihnen wachsen kann. Katharina Afflerbach hat die Gabe, positive Energie zu vermitteln, Ermutigendes und Berührendes weiterzugeben. Ihre Bücher zeugen davon, dass die gebürtige Siegerländerin mit ihrer einfühlsamen Sprache die Herzen der Menschen unmittelbar erreicht. . Wer diese Frau erlebt, kehrt gestärkt und zuversichtlich in den Alltag zurück. Im Anschluss an das Gespräch gibt es Zeit und Raum für Rückfragen und ein Gespräch.

› So, 26.04.2026, 17 – 19 Uhr

› Aula der Overbergschule
Marienstraße 13, 59302 Oelde

› Referentin: Katharina Afflerbach, Bestseller-Autorin

› Kosten: 15 €

› Anmeldefrist: Sa, 18.04.2026

› Anmeldung: Wolfgang Bovekamp
bovekamp.oelde@t-online.de
Telefon 02522/838563

TEILEN, WAS UNS VERBINDET

Literatursprächskreis

Sie lesen gerne und tauschen sich gerne mit anderen Literaturbegeisterten über Bücher aus? Gemeinsam wählen wir bei jedem Termin einen Roman aus, den jede:r für sich liest. Der Literaturkreis bietet Ihnen die Gelegenheit zum Austausch von Leseerfahrungen und Gedanken, zu interessanten Diskussionen und Auseinandersetzung mit dem Gelesenen. Für die Diskussion über das Buch ist das vorherige Lesen eine Voraussetzung, literarische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Das Gelesene wird nach verschiedenen methodischen Ansätzen reflektiert und vertieft. Autor:innenlesungen, medienpädagogische Auseinandersetzung durch Verfilmungen oder theaterpädagogische Anregung durch Szenische Darstellung im Theater können Teil der Vertiefung sein.



22

Termin 1: „Abschiedsfarben“ von Bernhard Schlink

„Abschiedsfarben“ ist ein Kurzgeschichtenband. Es sind Geschichten eines reifen Schriftstellers, der sich mit dem Alter und Abschiednehmen auseinandersetzt. Die neun Erzählungen in dem Taschenbuch sind in einem präzisen, fast schon nüchternen Stil geschrieben. Es sind zutiefst berührende Texte, die den Leser unmittelbar ansprechen. Der Autor beobachtet und skizziert seine Protagonisten genau. Obwohl es sich um Begebenheiten handelt, die nur zwischen 20 und 44 Seiten umfassen, sind die Charaktere bis in die Tiefe entwickelt. Auch in diesem Werk geht es um Schlinks große Lebensthemen: Vergangenheitsbewältigung, Schuld und Verantwortung.



Termin 2: „Der Bademeister ohne Himmel“ von Petra Pellini

In ihrem Debütroman schildert die Autorin mit großer Feinfühligkeit, warmem Humor und spürbarer Empathie die Herausforderungen des Erwachsenwerdens und des Vergessens, indem sie die zwischenmenschlichen Beziehungen ihrer Figuren beleuchtet. Der früheren Pflegerin für Menschen mit Demenz ist ein generationenübergreifendes Buch gelungen, in dem sie sowohl „Demenz“ als „Vereinsamung und Verzweiflung“ der Teenager-Generation glaubwürdig thematisiert. Es ist faszinierend, wie mühelos es Pellini gelingt, schwere Themen mit Leichtigkeit zu erzählen, ohne dabei die Realität auszublenden. Christine Westermanns Lesefazit lautet: „Es gibt Bücher, die lange nachhallen. Dies ist so eines.“

› Termin 1: Do, 26.02.2026
› Termin 2: Do, 28.05.2026
jeweils 20 – 22.15 Uhr

› Dietrich-Bonhoeffer-Haus
Obere Bredenstiege 4, 59302 Oelde

› Leitung: Wolfgang Bovekamp, Pfarrer i.R.

› Teilnahme kostenfrei

› Anmeldefristen:
Termin 1: Mi, 18.02.2026
Termin 2: Mi, 20.05.2026

› Anmeldung: Wolfgang Bovekamp
bovekamp.oelde@t-online.de
Telefon 02522/838563

23

EHRENAMT, ORGANISATION & LEITUNG

24



HABE ICH MEINE KLASSE IM GRIFF? Führungsverhalten im Klassenzimmer

Lehrer:innen sind im Schulalltag zunehmend mit dem auffallenden Sozial- und Leistungsverhalten ihrer Schüler:innen konfrontiert. Das professionelle Rollenverständnis wie auch das eigene Wohlbefinden können dabei ins Wanken geraten und den beruflichen Alltag nachhaltig in Frage stellen.

Der Unterricht kann von Schüler:innen an verschiedenen Stellen abgelenkt und aufgehalten werden. Jetzt gilt es für die Lehrkraft, zuerst diese Zäsur zu meistern, bevor das Lehren und Lernen nach dieser Unterbrechung wieder im Mittelpunkt der Unterrichtsstunde stehen kann. Wie es Lehrer:innen gelingen kann, mit den vielfältigen Ablenkungen souverän umzugehen, wird im Mittelpunkt dieser Weiterbildung stehen. Diese Fortbildung richtet sich an alle Lehrenden, die mit ihrer aktuellen Arbeitssituation uneins sind und sich mit ihrer professionellen Rolle im Klassenzimmer auseinandersetzen möchten.

- **Fr, 20.02.2026, 16 – 20 Uhr**
- **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh
- **Referentinnen: Dr. Susanna Matt-Windel, Supervisorin DGSe, Dr. Cornelia Schneider, Psychologische Beratung und Coaching**
- **Kosten: 80 € inkl. warmer und kalter Getränke, Selbstverpflegung in der Mittagspause**
- **Anmeldefrist: Fr, 23.01.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

Foto: Eckard Kleßmann

AUSBILDUNG EHRENAMTLICHE SCHLAGANFALL-HELPENDE

**Zertifikatskurs der Diakonie Gütersloh und
Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe**

Pro Jahr erleiden 270.000 Menschen in Deutschland einen Schlaganfall. Die Betroffenen sind schlagartig mit vielen Fragen und Problemen konfrontiert. Oft sind sie in ihrer Mobilität eingeschränkt und drohen zu vereinsamen. Angehörige sind durch die Betreuung häufig überlastet. Hier unterstützen ehrenamtliche Schlaganfall-Helfende durch die Vermittlung von Beratungs- und Unterstützungsangeboten, durch praktische Hilfen wie Einkaufen, durch die gemeinsame Freizeitgestaltung und die Entlastung von Angehörigen. Um ehrenamtlich als Schlaganfall-Helfende tätig zu werden, ist eine Qualifizierung mit Zertifikat im Umfang von 40 Unterrichtseinheiten erforderlich.

Die Ausbildung umfasst neben den medizinischen, therapeutischen und psychologischen Grundlagen auch Kommunikation, Sozialrecht und Praxiswissen (mit Besuch einer Stroke Unit und einer Reha-Einheit). Zu allen Themen sind Fachreferent:innen eingeladen. Die Ausbildung richtet sich an alle, die ein Engagement als Schlaganfall-Helfende anstreben.

➤ **Mi, 18.02.2026 bis 18.03.2026,
jeweils 18 – 20 Uhr (5 Termine, wöchentlich)**
Weitere Termine: Fr, 20.02., 06.03. und
20.03.2026 jeweils 18 – 21 Uhr,
Do, 12.03.2026, 14 – 17 Uhr (Besichtigung
einer Reha-Einrichtung)
Sa, 28.02.2026, 07.03.2026, 9 – 16 Uhr

➤ **Akademie der Diakonie Gütersloh e.V.**
Carl-Bertelsmann-Straße 105 – 107,
33332 Gütersloh

➤ **Leitung: Anke Fuchs**, Fachberaterin der
Diakonie Gütersloh

➤ **In Kooperation mit der Diakonie Gütersloh
und der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe**

➤ **Teilnahme kostenlos**, Verpflegung wird gestellt

➤ **Anmeldefrist: Sa, 31.01.2026**

➤ **Anmeldung: Anke Fuchs**
anke.fuchs@diakonie-guetersloh.de
Telefon 05241 / 98 67 35 20



Foto: © Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe

25

VERÄNDERTE ARBEITSWELT – VERÄNDERTE FÜHRUNG?!

Impulsabend

Die Arbeitswelt befindet sich in rasantem Wandel: Digitalisierung, Fachkräftemangel, demografische Entwicklungen und gesellschaftliche Umbrüche fordern Organisationen und Führungskräfte gleichermaßen heraus. Begriffe wie New Work, Agilität und VUCA prägen die Diskussion – doch was bedeutet das konkret für Führung? Inwieweit sind hergebrachte Führungsmodelle noch tauglich?

In dem Vortrag erhalten die Teilnehmenden einen Einblick in die Herausforderungen und Chancen moderner Führung. Ein systemischer Blick auf Organisationen zeigt, wie Führung in komplexen Umwelten gelingen kann: weniger durch Kontrolle, sondern mehr durch Kontextgestaltung, psychologische Sicherheit und die Förderung von Selbstorganisation.

Ein Abend mit Impulsen, Denkanregungen und Gelegenheit zur Diskussion.

➤ **Mi, 18.03.2026, 18 – 20.30 Uhr**

➤ **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh

➤ **Referent: Andreas Reinhold**, Coach und Supervisor

➤ **Kosten 35 €**

➤ **Anmeldefrist Mi, 11.03.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

26

FÜHRE ICH MEIN TEAM GUT? – FÜHRUNG HEUTE

Mitarbeiter:innen kritisieren vermehrt die Führungskompetenzen ihrer Vorgesetzten und reagieren auf deren Führungsstil u.a. damit, dass sie den Kontakt und die Kommunikation zu den Vorgesetzten, wenn möglich, meiden. Nicht zuletzt melden sie sich häufiger krank. Umgekehrt bemängeln Vorgesetzte, dass sie sich kaum mehr auf ihre Mitarbeiter:innen verlassen können. Diese Weiterbildung stellt das eigene Führungsverhalten in den Mittelpunkt. Wir richten zunächst den Blick auf individuelle biografische Erfahrungen der Teilnehmenden beim Führen und Geführt-Werden. Die eigenen Vorstellungen von Führungsverhalten reflektieren wir auf dem Hintergrund aktueller Diskurse von guter Führung und ihrer Auswirkungen auf die Arbeitszufriedenheit eines Teams. Diese Veranstaltung soll Führungskräften dazu verhelfen, den eigenen Führungsstil auf den Prüfstand zu stellen und alternative Wege beim Führen anderer zu beschreiten.

➤ **Di, 24.03.2026, 9 – 16 Uhr**

➤ **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh

➤ **Referentinnen: Dr. Susanna Matt-Windel**,
Supervisorin DGStv, **Dr. Cornelia Schneider**,
Psychologische Beratung und Coaching

➤ **Kosten: 120 €** inkl. warmer und kalter Getränke,
Selbstverpflegung in der Mittagspause

➤ **Anmeldefrist: Di, 10.02.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

AUF SICH SELBST ACHT GEBEN – PROFESSIONELL HANDELN UND GESUND BLEIBEN

Unser privates und berufliches Leben fordert uns oft heraus und verursacht Stress. Nehmen wir diesen positiv wahr, steigt dadurch unsere Motivation. Äußert sich Stress negativ (Distress), fühlen wir uns überfordert und nicht selten sind Krankheiten wie Depressionen, Angststörungen, Rückenschmerzen, Tinnitus oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen etc. die Folge.

Unser Wohlbefinden ist die unabdingbare Grundlage für ein positiv empfundenes Leben und genauso für professionelles berufliches Handeln. Auf sich selbst zu achten, bedeutet, sich mit privaten und beruflichen Herausforderungen auseinanderzusetzen und auszukundschaften, welche Bedingungen uns dabei langfristig gesund halten.

Diese Veranstaltung richtet sich an alle Menschen, die ihr Tätigsein hinterfragen und in eine neue Spur bringen wollen.

➤ **Do, 26.03.2026, 9 – 16 Uhr**

➤ **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh

➤ **Referentinnen: Dr. Susanna Matt-Windel**,
Supervisorin DGStv, **Dr. Cornelia Schneider**,
Psychologische Beratung und Coaching

➤ **Kosten: 120 €** inkl. warmer und kalter Getränke,
Selbstverpflegung in der Mittagspause

➤ **Anmeldefrist: Do, 12.02.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

NACHHALTIGE KIRCHENASYL-PRAXIS

Wir lernen Methoden der Evaluation und Weiterentwicklung der Kirchenasylarbeit kennen. Diese eröffnen für haupt- und ehrenamtlich Aktive einen Reflexionsraum über die eigene Rolle, den Zusammenhang von Gemeindeleben und Kirchenasylarbeit und bieten Raum für schmerzhafte Erfahrungen, sowie Dankbarkeit und Stärkung. Wie bauen wir unsere Strukturen so auf, dass nicht einzelne ausbrennen, sondern die Kirchenasyl-Praxis nachhaltig bleibt und auf vielen Schultern verteilt ist?

Zielgruppe: Aktive Haupt- und Ehrenamtliche in der Kirchenasylarbeit

➤ **Do, 16.04.2026, 18 – 20.30 Uhr**

➤ **Referentin: Ulrike La Gro**, Vikarin

➤ **Ort auf Anfrage, geplant Bielefeld-Schildesche**

➤ **Anmeldung und weitere Informationen:**
Erwachsenenbildung Bielefeld
erwachsenenbildung@kirche-bielefeld.de
Telefon 05 21 / 58 37-198

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

27

GESUNDHEIT & LEBENS-GESTALTUNG

28



Foto: Adobe Stock

STIMMPRÄVENTION FÜR EINE GESUNDE STIMME IM (BERUFS-)ALLTAG Seminar

Wer im Beruf viel spricht, weiß: Die Stimme ist ein zentrales Werkzeug. Eine gesunde Stimme trägt Inhalte, vermittelt Haltung und entscheidet darüber, ob das Gesagte ankommt. Gleichzeitig führt eine hohe Stimmbelastung im Berufsalltag schnell zu Heiserkeit, Stimmermüdung oder gar zur Angst vor Stimmlosigkeit. Gerade Lehrkräfte, Führungskräfte, Pastor:innen, Berater:innen oder Menschen in sozialen Berufen spüren, wie wichtig es ist, die Stimme zu schonen und richtig einzusetzen.

Dieses Seminar verbindet Stimmprävention, Stimmtraining und Sprechtraining für alle, die beruflich viel reden.

Mit praktischen Übungen zu Atmung, Körperhaltung und zum Stimm- und Sprechausdruck entwickeln Sie ein Bewusstsein für den schonenden Umgang mit Ihrer Stimme. Das Ziel: sprechen ohne Heiserkeit, eine Stimme, die nicht ermüdet, und mehr Gelassenheit im Berufsalltag.

➤ **Mi, 21.01.2026, 9 – 16 Uhr**

➤ **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh

➤ **Referentin: Margret Oetjen**, Stimm- und Sprechtrainerin

➤ **Kosten: 85 €**

➤ **Anmeldefrist: Fr, 11.01.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

SPANNUNGEN LÖSEN, DEN RÜCKEN STÄRKEN UND BEWEGLICHER WERDEN Feldenkrais-Kurse

Viele Menschen leiden unter Rückenschmerzen oder Bewegungseinschränkungen (z.B. durch Krankheit oder Verletzung), oder sie sind einfach unzufrieden mit der Art und Weise, wie sie sich bewegen und halten. Die FELDEN-KRAIS® – Methode, benannt nach dem Physiker Moshe Feldenkrais, ist ein Weg, um zu lernen, die individuellen Bewegungs- und Wahrnehmungsmöglichkeiten zu verbessern und zu erweitern. Dabei hilft der Kurs beim Stressabbau, fördert die Resilienz und dient einer guten Work-Life-Balance. Denn der Arbeitsalltag besteht neben stressigen Situationen häufig aus langen Sitzintervallen, die zu Rückenschmerzen und Verspannungen führen können.

Die Gruppenstunden werden oft im Liegen (aber auch im Sitzen und Stehen) ausgeführt, und die Aufmerksamkeit wird darauf gelenkt, was man spürt, während man sich bewegt. Die Ausführung der Übungen ist langsam und sanft, so dass jede:r sich im Rahmen seiner persönlichen Möglichkeiten bewegen kann. Die Teilnahme ist in jedem Alter möglich. Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke oder Matte als Unterlage mitbringen.

(gelegentliche Teilnahme auf Anfrage beim Kursleiter)

Hinweis: Kurse 1 und 2 werden als Hybrid-Veranstaltung angeboten – entscheiden Sie selbst, ob Sie vor Ort oder online von zu Hause aus an den wöchentlichen Treffen teilnehmen möchten, Kurs 3 ist eine reine Online-Veranstaltung.

➤ **Kurs 1: Mo, 05.01. – Mo, 16.03.2026**
11 Termine wöchentlich, Hybrid-Veranstaltung

➤ **Kurs 2: Mo, 30.03. – Mo, 11.05.2026,**
6 Termine wöchentlich, Hybrid-Veranstaltung
(06.04. entfällt)

➤ **Kurs 3: Mo, 18.05. – Mo, 20.07.2026,**
9 Termine wöchentlich, Zoom-Veranstaltung
(25.05. entfällt)

jeweils 10.30 – 11.30 Uhr

➤ **Bartholomäus-Gemeindehaus**
Kirchweg 10, 33647 Bielefeld

➤ **Referent: Meinolf Weismüller**, zertifizierter FELDENKRAIS® Lehrer, Mitglied im Verband der FELDENKRAIS® LehrerInnen Deutschlands (FVD)

➤ **Kosten:**
Kurs 1: 110 €
Kurs 2: 60 €
Kurs 3: 90 €

➤ **Anmeldefrist:**
Kurs 1: So, 04.01.2026
Kurs 2: So, 29.03.2026
Kurs 3: So, 17.05.2026

29

HATHA-YOGA FÜR MEHR ENTSPANNUNG

Yoga-Kurse für Anfänger:innen und Wiedereinsteiger:innen

Mit sanften Yogaübungen zu mehr Kraft, Flexibilität und Entspannung. Schenke dir eine Auszeit vom stressigen Alltag. Bringe mehr Achtsamkeit und Freude, Stärke und Gelassenheit in dein Leben. Durch achtsame Körperübungen, bewusste Atemübungen und Tiefenentspannung lernst du in zehn Terminen, dich von Stressgedanken zu befreien und findest zu deiner inneren Stärke zurück.

30



Teilnehmende mit unterschiedlichen und ohne Vorkenntnisse können an allen Kursen teilnehmen.

Die Kurse laufen wöchentlich, an Feiertagen und während der Ferien findet kein Kurs statt. Diese Yoga-Kurse sind als „Präventionskurs“ zertifiziert, und werden von Krankenkassen bezuschusst, dafür erhalten Sie nach Ende des Kurses eine Teilnahmebescheinigung, die Sie bei Ihrer Krankenkasse einreichen können.

➤ **Kurse 1 & 2: Mo, 19.01. – Mo, 23.03.2026**
(10 Termine wöchentlich)

➤ **Kurse 3 & 4: Mo, 13.04. – Mo, 22.06.2026**
(10 Termine wöchentlich, 25.05. entfällt)

Kurse 1 & 3: 90 Min: 18.15 – 19.45 Uhr
Kurse 2 & 4: 60 Min: 20 – 21 Uhr

➤ **Turnhalle der Kindertagesstätte Leonardo**
Pavenstädter Weg 66, 33334 Gütersloh

➤ **Referentin: Lysann Triebel**, Yoga-Lehrerin,
Achtsamkeits- und Entspannungstrainerin

➤ **Kosten: 170 €/90-Min-Kurse 1 & 3,**
140 €/60-Min-Kurse 2 & 4

➤ **Anmeldefrist:**
Kurse 1 & 2: Mi, 14.01.2026
Kurse 3 & 4: Mi, 08.04.2026

➤ **Anmeldung: Lysann Triebel**
info@lysanntrriebel.de
Telefon 0175 / 998 5071

MIT RUHE INS NEUE JAHR

Impulsabend für Achtsamkeit und innere Balance

Der Januar ist geprägt von Neuanfängen, Vorsätzen und einem schnellen Takt – hierfür wollen wir eine Perspektive der Stille und Achtsamkeit begrüßen.

Gemeinsam schaffen wir einen Raum, in dem du zur Ruhe kommen, deinen Körper bewusst spüren und deine Gedanken wahrnehmen darfst – ohne sie bewerten oder verändern zu müssen. Mit Körper- und Atemübungen, Naturwahrnehmungen, stillen Momenten und Reflexionsimpulsen tauchen wir ein in die Qualität des bewussten Wahrnehmens. Du bekommst alltagstaugliche Techniken an die Hand, mit denen du auch über den Abend hinaus mehr Gelassenheit und Präsenz in dein Leben einladen kannst. Der Abend ist für dich geeignet, wenn du das neue Jahr bewusst und ruhig beginnen möchtest, dir Zeit für dich selbst nehmen willst, neugierig auf einfache Achtsamkeitstechniken bist und Lust hast im Austausch mit Anderen zur Ruhe zu kommen

➤ **Di, 27.01.2026, 17 – 19.30 Uhr**

➤ **Referentin: Linda Berker**, Erziehungswissenschaftlerin, systemische Beraterin

➤ **Konferenzraum des Evangelischen
Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh

➤ **Kosten: 25 €**

➤ **Anmeldefrist: Do, 22.01.2026**

ZEIT FÜR RUHE UND ENTSPANNUNG

In einer entspannten Atmosphäre laden wir Sie ein, neue Kraft zu schöpfen. Durch sanfte Entspannungsübungen lernen Sie, auch in stressigen Zeiten schnell zur Ruhe zu kommen und Ihr inneres Gleichgewicht zu bewahren. Sie erfahren, wie Sie gezielt Achtsamkeit in Ihren Alltag integrieren können – sei es in kurzen Pausen oder in Momenten der Stille – und entdecken Techniken, die Ihre Resilienz stärken. So sind Sie besser gerüstet, mit den Herausforderungen des Lebens umzugehen.

Neben den praktischen Übungen bieten wir Ihnen inspirierende Texte und Geschichten, die Ihnen neue Perspektiven eröffnen und helfen, den Alltag mit mehr Gelassenheit zu betrachten. Diese Impulse können Sie langfristig dabei unterstützen, einen achtsamen und entspannten Umgang mit sich selbst und Ihrer Umgebung zu pflegen.

➤ **Termin 1: Fr, 30.01.2026, 19 – 20 Uhr**

➤ **Termin 2: Fr, 17.04.2026, 19 – 20 Uhr**

➤ **Termin 3: Fr, 26.06.2026, 19 – 20 Uhr**

➤ **Auferstehungskirche Liesborn**
Wullenbrinkstraße 13, 59329 Wadersloh

➤ **Leitung: Anna-Lena Hutt**, Lehrerin für Yoga,
Entspannung und Meditation

➤ **In Kooperation mit dem Neuen Gemeindekreis
der Ev. Kirchengemeinde Wadersloh**

➤ **Teilnahme kostenfrei, Spende erbeten**

➤ **Anmeldung: Anna-Lena Hutt**
anna-lena.hutt@gmx.de
0151 / 75027049

ACHTSAMER MONTAG

Sanfte Morgenroutine für mehr Resilienz von Körper und Seele

Starte achtsam und kraftvoll in die Woche mit einer Morgenroutine, die dir hilft, Körper und Geist zu aktivieren und mehr Resilienz aufzubauen. Wir üben, mit uns selbst und allem, was uns begleitet – sei es Erschöpfung, Schmerzen oder innere Anspannung – liebevoll und achtsam umzugehen. In jeder Sitzung wirst du den Atem bewusst spüren und den Körper sanft mobilisieren. Du wirst leichte Dehnübungen machen und mit achtsamen Gedankenimpulsen in den Tag starten. Der Kurs ist für dich geeignet, wenn du lernen möchtest, aktiv und achtsam mit allem umzugehen, was dich gerade begleitet. Du wirst Inspiration für deine eigene Morgenroutine erhalten und kannst regelmäßig in einer achtsamen Gemeinschaft in den Tag starten. Ohne Leistungsdruck wirst du deine Resilienz stärken und dabei eine tiefen Verbindung zu dir selbst aufbauen.

- **Kurs 1: Mo, 02.02. – Mo 23.02.2026**
4 Termine, wöchentlich
- **Kurs 2: Mo, 02.03. – Mo, 23.03.2026**
4 Termine, wöchentlich
je 6.45 – 7.30 Uhr
- **Referentin: Linda Berker**, Erziehungswissenschaftlerin, systemische Beraterin, Erlebnispädagogin
- **Digitaler Kursraum**
- **Kosten: 40 € je Kurs**
- **Anmeldefrist: Kurs 1: Do, 29.01.2026, Kurs 2: Do, 26.02.2026**

ENTSPANNUNG FÜR KÖRPER UND GEIST

Faszien lösen, Stress loslassen

Verspannungen und Stress gehören für viele Menschen zum Alltag. An diesem Abend lernen Sie, wie Sie mit einfachen Techniken Verspannungen selbst lösen und dadurch Ihr Wohlbefinden verbessern können. Nach einer kurzen Einführung in die Welt der Faszien geht es direkt in die Praxis: Übungen mit dem Ball, kleine Partner:innen-Übungen sowie eine geführte Entspannungseinheit.

Ziel ist es, dass Sie nicht nur Entspannung erleben, sondern auch Methoden erlernen, die Sie zuhause anwenden können. Diese Techniken stärken Ihre Resilienz, weil Sie lernen, körperliche und seelische Anspannung frühzeitig wahrzunehmen und wirksam zu regulieren.

- **Do, 03.03.2026, 18 – 20.30 Uhr**
- **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh
- **Referentin: Tanja Hunold**, ganzheitliche Therapeutin und Beraterin
- **Kosten 25 €**
- **Anmeldefrist Do, 26.02.2026**

RESILIENZ – DAS IMMUNSYSTEM FÜR DIE SEELE

Workshop

Unser Leben hat sich spürbar verändert. Im Beruf erleben wir eine zunehmende Arbeits- und Informationsverdichtung, immer mehr Veränderungen erfolgen in immer kürzeren Abständen. Auch im Privatleben gibt es vielfältige Anforderungen, denen wir gerecht werden wollen. So fühlen wir uns zunehmend überlastet und kraftlos, vielleicht sogar erschöpft. Das bleibt nicht ohne Folgen – die Anzahl psychischer Erkrankungen spricht für sich.

Ein Weg zu mehr innerer Ruhe und Gelassenheit ist das Training der eigenen Resilienz. Sie gilt inzwischen als Kernkompetenz in Zeiten ständiger Veränderungen und Krisen.

In diesem zweitägigen Workshop erlernen Sie Methoden, um wieder optimistisch nach vorn zu blicken, die eigene Kraft zu spüren und in eine gesunde Balance zu gelangen.

- **Fr, 06.03.2026, 16 – 19 Uhr und Sa, 07.03.2026, 9 – 17 Uhr**
- **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh
- **Referentin: Martina Brokbalz**, zertifizierte Resilienz-Trainerin & Coach, Dipl.-Wirtschaftspsychologin
- **Kosten: 120 € inkl. warmer und kalter Getränke, Selbstverpflegung in der Mittagspause**
- **Anmeldefrist: Di, 25.02.2026**

ENTSPANNUNG FÜR ALLE SINNE

Autogenes Training, Düfte und Bachblüten

Gönnen Sie sich eine Auszeit für Körper und Seele. An diesem Abend erfahren Sie, wie Sie mit Autogenem Training, ätherischen Ölen und Bachblüten Ihre Entspannung vertiefen und Ihre Widerstandskraft im Alltag stärken können. Sie lernen die Grundübungen des Autogenen Trainings kennen, die sich einfach anwenden lassen und im Alltag sofort Wirkung zeigen. Ergänzend erhalten Sie Impulse, wie Düfte und Bachblüten unterstützend eingesetzt werden können. Zum Abschluss erleben Sie eine geführte Entspannungseinheit, die die Elemente miteinander verbindet.

So nehmen Sie nicht nur Ruhe mit nach Hause, sondern auch konkrete Methoden, die Ihre Resilienz stärken und Ihnen helfen, Stress gelassener zu begegnen.

- **Di, 17.03.2026, 18 – 20.30 Uhr**
- **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh
- **Referentin: Tanja Hunold**, ganzheitliche Therapeutin und Beraterin
- **Kosten: 25 €**
- **Anmeldefrist Do, 12.03.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

DEN ÜBERGANG ZUM NÄCHSTEN LEBENSABSCHNITT BEWUSST GESTALTEN

Workshop zur Vorbereitung auf den Ruhestand

Lange Zeit war Ihre Arbeit ein (wichtiger) Teil Ihres Lebens, nun rückt das Rentenalter immer näher. Vielleicht schneller als ursprünglich geplant, mitunter auch nicht freiwillig. Dabei kann der Ausblick auf den Ruhestand verlockend und zugleich von Unsicherheiten geprägt sein. Der Abschied vom Berufsleben ist eine Zeit großer Veränderungen. Da ist es hilfreich, sich aktiv vorzubereiten.

In diesem Workshop setzen Sie sich mit Ihren Fragen zum bevorstehenden Ruhestand auseinander: Wo stehe ich aktuell? Welche Lebensziele sind noch offen? Wie setze ich diese um? Wie möchte ich den neuen Lebensabschnitt gestalten? Der Workshop wendet sich an Berufstätige, die in den nächsten 3–5 Jahren in den Ruhestand treten werden.

- **Sa, 28.03.2026, 9 – 17 Uhr**
- **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10–12, 33330 Gütersloh
- **Referentin: Martina Brokals**, zertifizierte Resilienz-Trainerin & Coach, Dipl.-Wirtschaftspsychologin
- **Kosten: 75 €** inkl. warmer und kalter Getränke, Selbstverpflegung in der Mittagspause
- **Anmeldefrist: Mo, 18.03.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

RAUS AUS DEM KOPF, REIN IN DIE RUHE

In 6 Wochen zu mehr Gelassenheit

Manchmal drehen sich die Gedanken unaufhörlich und der Körper kommt nicht mehr zur Ruhe. Genau hier setzt dieser Kurs an: Gemeinsam üben wir, wie Sie Schritt für Schritt aus dem Kopf zurück in die Ruhe finden.

Im Mittelpunkt steht nicht nur das Erleben von Entspannung, sondern auch das Erlernen von Methoden, die Ihre persönliche Resilienz stärken. Sie erfahren, wie Sie Anspannung frühzeitig wahrnehmen und mit gezielten Techniken regulieren können. Dazu gehören körperliche Übungen zur Faszienlockerung, Atemtechniken, Achtsamkeit, Autogenes Training sowie Impulse aus der Naturheilkunde mit ätherischen Ölen und Bachblüten.

Alle Abende folgen einer klaren Struktur, sodass sich durch die Wiederholung Vertrauen und Sicherheit einstellen. Jede Woche kommt ein neuer Baustein hinzu. Zum Abschluss erleben Sie eine längere Entspannungseinheit, in der alle Elemente miteinander verbunden werden.

- **Di, 21.04. – 26.05.2026, 19 – 20 Uhr**
(6 Termine, wöchentlich)
- **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10–12, 33330 Gütersloh
- **Referentin: Tanja Hunold**, ganzheitliche Therapeutin und Beraterin
- **Kosten: 60 €**
- **Anmeldefrist Do, 16.04.2026**

INTUITIVES BOGENSCHIESSEN Schnupperangebot & Interaktiver Workshop

Erlebe einen Tag voller Achtsamkeit, Natur und Selbstentdeckung beim Intuitiven Bogenschießen. In diesem Workshop tauchst du tief in die Kunst des Bogenschießens ein. Nachdem die technischen Fertigkeiten erprobt wurden, liegt der Fokus auf dem Erleben deines eigenen Körpers und deiner inneren Balance. Du wirst lernen, deinen Körper achtsam wahrzunehmen und bewusst einzusetzen, um deine Bewegungen gezielt und in Einklang mit dir selbst auszuführen. Dabei wirst du die Dynamik zwischen Anspannung und Entspannung spüren und verstehen, wie du beides nutzen kannst, um eine fließende, ruhige Schussbewegung zu entwickeln.

Im Workshop wirst du außerdem deinen eigenen Rhythmus finden und lernen, wie du dich auf deine innere Stimme konzentrierst, die dir beim Schießen Orientierung gibt. Dies fördert sowohl deine Konzentration, als auch deine Fähigkeit zur Selbstwahrnehmung und zum Loslassen. Der Workshop bietet zudem Raum für persönliche Reflexion und Ausgleich, sodass du tief durchatmen und neue Perspektiven auf dein eigenes Handeln und Denken gewinnen kannst. Die Durchführung in der Natur unterstützt hierbei die Neuausrichtung auf den jetzigen Moment sowie die Integration des neu Erlernten auf natürliche Weise.

Der Tag bietet dir wertvolle Einblicke in die Technik des Bogenschießens und die Gelegenheit, dich selbst besser kennenzulernen und dein Gleichgewicht zu finden. Es geht nicht um Leistung, sondern um das Erleben und das Spüren. Wichtiger Hinweis: Bitte wetterangepasste Kleidung mitbringen, die Bewegungsfreiheit lässt sowie Getränke und Verpflegung.

- **Schnupperangebot:**
- **Mo, 11.05.2026, 17 – 20 Uhr**
- **Kosten: 30 €**
- **Anmeldefrist: Do, 07.05.2026**
- **Interaktiver Workshop:**
- **Sa, 13.06.2026, 10 – 17 Uhr**
- **Kosten: 75 €** inkl. Getränke, Selbstverpflegung in der Mittagspause
- **Anmeldefrist: Mo, 08.06.2026**
- **Referentin: Linda Berker**, Erlebnispädagogin, systemische Beraterin, Übungsleiterin, therapeutische Bogenschützin
- **Treffpunkt Parkplatz: Jacques' Wein-Depot**
Babenhauser Straße 112, 33619 Bielefeld

ZIELSICHER IN DEN (FEIER-)ABEND

Intuitives Bogenschießen

Beim intuitiven Bogenschießen kannst du nach einem langen (Arbeits-)tag bewusst abschalten und deinen Geist zur Ruhe kommen lassen, deinen Körper aktivieren und dich mit deinem eigenen Rhythmus verbinden – ein harmonisches Wechselspiel zwischen Anspannung und Entspannung. Dabei wirst du lernen, deine innere Balance zu finden und deinen Körper gezielt wahrzunehmen und einzusetzen. Du erfährst, wie du in Momenten der Anspannung loslassen kannst, um Entspannung zu erleben und im Flow zu bleiben. Diese Praxis fördert nicht nur deine Achtsamkeit, sondern auch deine Fähigkeit, Stress abzubauen und dich in einer hektischen Welt zu zentrieren. Ganz ohne Vorkenntnis bist du herzlich eingeladen, diese besondere Form des Zentrierens kennenzulernen. Im Laufe der Zeit wirst du deine eigene Bewegungsroutine und Schusstechnik entwickeln, immer in deinem eigenen Tempo. Du wirst entdecken, wie wichtig es ist, im Moment präsent zu sein und deinen Körper und Geist in Einklang zu bringen. Das intuitive Bogenschießen stärkt deine Fähigkeit zur Selbstwahrnehmung und fördert eine tiefere Verbindung zu dir selbst.

Ob du regelmäßig dabei sein möchtest oder nur einmal spontan vorbeischaut – du entscheidest, wie oft du teilnimmst. Der Fokus liegt darauf, dir eine kleine Auszeit vom Alltag zu nehmen und dabei den Spaß an der Bewegung zu entdecken. Wichtiger Hinweis: Bitte wetterangepasste Kleidung mitbringen, die Bewegungsfreiheit lässt sowie Getränke und Verpflegung.

- **Termin 1: Mi, 17.06., Termin 2: Mi, 24.06., Termin 3: Mi, 01.07., Termin 4: Mi, 08.07., Termin 5: Mi, 15.07.2026 jeweils 17 – 20 Uhr**

- **Referentin: Linda Berker**, Erlebnispädagogin, systemische Beraterin, Übungsleiterin, therapeutische Bogenschützin

- **Treffpunkt Parkplatz: Jacques' Wein-Depot**
Babenhauser Straße 112, 33619 Bielefeld

- **Kosten: 30 €** pro Termin

- **Anmeldefrist: jeweils bis ein Tag vor Veranstaltung**

- **Anmeldung und weitere Informationen:**
Linda Berker

linda.berker@googlemail.com
0178 / 294 2943

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET



Foto: Veranstalter

STÄNDIG UNTER STROM – GEHT DAS GUT?

Gesund bleiben durch gezieltes Stressmanagement

In unserem Alltag sind wir oft ständig unter Strom – der Druck nimmt zu und die Anforderungen scheinen nie zu enden. Stress gehört zum Leben, doch anhaltender und oft jahrelanger Dauerstress kann uns körperlich und seelisch krank machen.

Das Ziel dieses Seminars ist es, bewusst mit sich selbst umgehen zu können, um die Gesundheit zu erhalten. Die Referentin gibt in diesem Seminar Impulse, wie wir besser mit den Belastungen des Lebens umgehen können, um langfristig gesund und leistungsfähig zu bleiben.

- **Sa, 09.05.2026, 10 – 14.30 Uhr**

- **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh

- **Referentin: Heike Krause**, Coach für Resilienz & Persönlichkeitsentwicklung

- **Kosten: 95 €** inkl. warmer und kalter Getränke, Selbstverpflegung in der Mittagspause

- **Anmeldefrist: Do, 30.04.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

ACHTSAM IN DEN ABEND

Sanfter Tagesausklang für mehr Resilienz von Körper und Seele

Den Atem spüren, den Körper sanft bewegen und uns selbst liebevoll begegnen. Mit dieser kleinen Abendroutine möchten wir an vier Terminen gemeinsam entspannt und gestärkt den Tag ausklingen lassen. Ob Schmerzen, Erschöpfung oder innere Anspannung dich begleiten – wir üben, allem, was da ist, freundlich und mitfühlend zu begegnen. Bist du bereit, dein Abend in Ruhe und Achtsamkeit zu begegnen?

Freue dich auf die sanfte Bewegung des Körpers, Mobilisation der Gelenke, leichte Dehnübungen, Gedankenimpulse sowie ein achtsames Ankommen in den Abend.

Du brauchst nur dich selbst, ein wenig Platz – und eine dreiviertel Stunde Zeit.

- **Mi, 15.04. – Mi, 06.05.2026,**
jeweils 18 – 18.45 Uhr, 4 Termine, wöchentlich

- **Referentin: Linda Berker**, Erziehungswissenschaftlerin, systemische Beraterin

- **Digitaler Kursraum**

- **Kosten: 40 €**

- **Anmeldefrist: Mo, 13.04.2026**

THEMENREIHE TRAUER, STERBEN & BEGLEITEN

38



Foto: Adobe Stock

DIE LETZTE WOHNSTATT Friedhofsführungen in Gütersloh

Viele Menschen möchten Vorsorge für ihre letzte „Wohnstatt“ treffen, scheuen sich aber, die Friedhofsverwaltung oder eine:n Bestatter:in anzusprechen. Die hier angebotenen Führungen ermutigen dazu, sich mit diesem Thema auseinanderzusetzen, gerade weil viel Unsicherheit im Hinblick auf die Erfüllung des letzten Willens eines: einer Verstorbenen besteht. Die Angebotspalette an Grabformen auf den Evangelischen Friedhöfen ist vielfältig und auch hierdurch entstehen viele Fragen. Die Friedhofsführungen über den Neuen Friedhof und wenn gewünscht den Alten Friedhof, laden ein, dies in offener Atmosphäre zu besprechen.

- **Termine:** Mi, 18.03.; Mi, 15.04.; Mi, 20.05.; Mi, 17.06.2026, jeweils 15 – 16.30 Uhr
- **Treffpunkt:** Neuer Friedhof, Kapellenvorplatz Friedhofstraße, 33330 Gütersloh
- **Leitung:** Susanne Laab, Friedhofsleitung und Synodalbeauftragte für Friedhofswesen
- **Teilnahme kostenfrei**
- **Anmeldefrist:** jeweils bis 11.30 Uhr am Tag der Führung
- **Anmeldung:** Friedhofsverwaltung
Di – Fr, 9 – 12.30 Uhr
Telefon 05241 / 21175-75
friedhofsverwaltung@ekgt.de
Bei Anmeldung per E-Mail bitte eine Telefonnummer hinterlassen, falls witterungsbedingt verschoben wird.

DAS DEMENZ-BALANCE MODELL® IN DER BEGLEITUNG VON MENSCHEN MIT DEMENZ

Mit Hilfe des Demenz Balance-Modells® wird Ihnen ermöglicht, die Auswirkung der Demenz aus der Perspektive der betroffenen Person zu erleben. Sie erleben, was es bedeutet, Fähigkeiten und Selbstwissen zu verlieren. Auf der Grundlage dieser Erfahrung werden Sie das Verhalten demenzerkrankter Menschen anders verstehen und interpretieren können. Darüber hinaus stehen das Thema Wohlbefinden und deeskalierende Kommunikationsstrategien im Mittelpunkt. Ziel ist es, mit neuer Motivation und Freude Menschen mit einer Demenz auf ihrem letzten Weg zu begleiten. Zielgruppen: Alle, die haupt- oder ehrenamtlich Menschen mit Demenz begleiten, pflegende Angehörige.

- **Sa, 07.02.2026, 10 – 16.30 Uhr**
- **Hospiz- und Palliativ-Akademie Gütersloh**
Winkelstraße 1, 33332 Gütersloh
- **Referentin: Barbara Klee-Reiter**, Autorin, Beraterin, Dozentin, Entwicklerin des Demenz Balance-Modells®
- **In Kooperation mit der Hospiz- und Palliativ-Akademie Gütersloh**
- **Kosten:** 120 € inkl. Getränke, Snacks und Mittagsmahlzeit
- **Anmeldung:**
Hospiz- und Palliativ-Akademie Gütersloh
www.hospiz-und-palliativmedizin.de/akademie

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

LETZTE HILFE

Das Lebensende und das Sterben unserer Angehörigen, Freund:innen und Nachbar:innen macht uns oft hilflos, denn uraltes Wissen darüber, was Menschen im Sterben brauchen und wie wir darüber sprechen, ist uns verloren gegangen. Um dieses Wissen zurückzugewinnen, bieten wir einen Kurzkurs zur Letzten Hilfe an. Hier lernen interessierte Bürger:innen, was sie für die ihnen nahestehenden Menschen am Ende des Lebens tun können.

Unsere Themen sind:

- Sterben ist ein Teil des Lebens
- Vorsorgen und Entscheiden
- Leiden lindern
- Abschied nehmen

Der Kurs richtet sich an alle Interessent:innen ohne Vorerfahrung.

- **Fr, 06.03.2026, 16 – 20 Uhr**
- **Hospiz- und Palliativ-Akademie Gütersloh**
Winkelstraße 1, 33332 Gütersloh
- **Leitung: Mitarbeiter:innen des Hospiz- und Palliativ-Vereins Gütersloh**
- **In Kooperation mit der Hospiz- und Palliativ-Akademie Gütersloh**
- **Kosten:** 20 € inkl. Getränke und Snacks
- **Anmeldung:**
Hospiz- und Palliativ-Akademie Gütersloh
www.hospiz-und-palliativmedizin.de/akademie

39

WIE ERSTELLE ICH EINE PATIENTENVERFÜGUNG?

Seminar

Mit einer Patientenverfügung können Sie Vorsorge treffen, dass auch dann in Ihrem Sinne gehandelt wird, wenn Sie nicht mehr in der Lage sein sollten, sich zu äußern und selbst Entscheidungen zu treffen.

Doch die Erstellung einer Patientenverfügung ist für viele Menschen eine schwierige Aufgabe. Neben ethisch-juristischen und medizinischen Aspekten müssen eigene Einstellungen zu Gesundheit und Krankheit, zum Leben und zum Sterben reflektiert und formuliert werden. Die Verwendung vorformulierter Formulare unter Anleitung eines/ einer Beraters/ Beraterin ist eine Möglichkeit, eine konkrete Vorsorge für das Lebensende umzusetzen.

40 Im Seminar sollen ausführlich die Grundlagen von Patientenverfugungen, Vollmacht und Betreuungsverfügung diskutiert werden. Daneben werden Anregungen gegeben, die hiermit verknüpften eigenen Haltungen und Einstellungen zu reflektieren. Ziel soll es sein, das Formulieren einer individuellen Patientenverfügung zu ermöglichen.

- **Sa, 14.03.2026, 9 – 15 Uhr**
- **Hospiz- und Palliativ-Akademie Gütersloh**
Winkelstraße 1, 33332 Gütersloh
- **Leitung: Dr. med. Herbert Kaiser**, Facharzt für Innere Medizin, Hämatologie/Onkologie, Palliativmedizin; **Evelyn Dahlke**, Koordinatorin ambulanter Hospizdienst und Patientenverfugungsberaterin, **Marlies Küppers**, Patientenverfugungsberaterin
- **Kosten: 70 €** inkl. Verpflegung und Materialien
- **Anmeldung:**
Hospiz- und Palliativ-Akademie Gütersloh
www.hospiz-und-palliativmedizin.de/akademie



Geben Sie uns Feedback!



Sie haben an einer Veranstaltung teilgenommen? Wir freuen uns über Ihre Rückmeldung.

Sie haben einen Veranstaltungswunsch?

Sie möchten selbst eine Veranstaltung anbieten und suchen eine Kooperationspartnerin?

Wir unterstützen Sie bei der Planung und Umsetzung Ihrer Veranstaltung!

Melden Sie sich gerne: erwachsenenbildung@kk-ekvw.de

AUSBLICK VERANSTALTUNGSHINWEISE 2/2026

VERÄNDERTE ARBEITSWELT – VERÄNDERTE FÜHRUNG?!

Ein Praxisseminar für Führungskräfte und Teams

Die Dynamik der Arbeitswelt verändert die Anforderungen an Führung grundlegend. Klassische Steuerungslogiken stoßen in komplexen, unvorhersehbaren Umfeldern an ihre Grenzen. Das Seminar beleuchtet, wie Führung im Wandel gelingen kann – mit einem systemischen Verständnis, das Orientierung statt Kontrolle, Dialog statt Anweisung und psychologische Sicherheit statt Angst fördert. Auf Basis aktueller Führungsansätze und anhand praktischer Übungen reflektieren die Teilnehmenden ihr eigenes Führungsverständnis und Ansätze für ihren Arbeitskontext.



42

Ziele

- > Verstehen, wie Digitalisierung, Fachkräftemangel und gesellschaftlicher Wandel Führung verändern
- > Die Prinzipien systemischen Führens kennenlernen
- > Eigene Führungsrolle reflektieren und erweitern
- > Werkzeuge und Haltungen für Führung in Komplexität erproben

Zielgruppe

Führungskräfte, Projektleitende, Teamverantwortliche in Unternehmen, Verwaltung und Sozialwesen ... und solche, die es werden wollen

> **Do, 08.10.2026, 9 – 16.30 Uhr**

> **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh

> **Referent: Andreas Reinhold**, Coach und Supervisor

> **Kosten: 120 €** inkl. heißer und kalter Getränke, Selbstverpflegung in der Mittagspause

> **Anmeldefrist: Do, 24.09.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

Foto: Adobe Stock

NEURODIVERSITÄTS-COACHING Zertifikatskurs nach ICI

Die Qualifikation vermittelt fundiertes Wissen über ADHS als Teil der natürlichen neurodiversen Vielfalt und zeigt praxisnah, wie sich die Potenziale von Menschen mit ADHS mithilfe von NLP gezielt entfalten lassen.

Inhalte

Die Ausbildung richtet sich sowohl an Betroffene, die sich selbst besser steuern und ihre Stärken nutzen möchten, als auch an Coaches, Therapeuten:innen, Ausbilder:innen, Führungskräfte und anderes Fachpersonal, die neurodiverse Menschen wirksam unterstützen wollen. Im Mittelpunkt steht die Anwendung und Anpassung klassischer NLP-Methoden für die spezifischen Herausforderungen bei ADHS wie Impulsivität, emotionale Reaktivität, Reizoffenheit, Zeitmanagement und Motivationsregulation.

Die Ausbildung umfasst theoretische Grundlagen und NLP-Techniken, methodische Demonstrationen, praktische Übungen in Kleingruppen sowie Supervision. Ein besonderer Fokus liegt auf der Entwicklung einer feinfühligen Coachinghaltung, dem Umgang mit emotionalen Dynamiken sowie der Integration neuer Verhaltensmuster. Ziel ist es, nachhaltige Veränderungsprozesse zu ermöglichen – bei sich selbst und in der Begleitung anderer. Die Veranstaltung findet online statt und umfasst 70 Stunden Unterricht.

Zertifizierungsbedingungen

- > Regelmäßige Teilnahme an den Qualifizierungstagen
- > Verhaltensmäßige Integration der Inhalte
- > Dokumentation von Veränderungsverläufen als Coach/ als Coachee

Ein detaillierter Veranstaltungsablauf kann in der Regionalstelle Erwachsenenbildung angefragt werden.

> **Do, 17.09.26 / Fr, 18.09.26 / Fr, 06.11.26 / Fr, 15.01.27 / Fr, 19.02.27 / Fr, 19.03.27 / Fr, 30.04.27 / Fr, 28.05.27 / Do, 17.06.27 / Fr, 18.06.27**
je 9 – 17 Uhr

Digitaler Kursraum

> **Leitung: Marius Sternitzke**, NLP-Lehrtrainer DVNLP, LernCoach-Trainer IN, **Gudrun Heinrichmeyer**, psychologische Psychotherapeutin, NLP-Lehrtrainer DVNLP, LernCoach-Trainer IN

> **Kosten: 1.805 €** inkl. Zertifikat nach ICI
5 % Frühbucherrabatt bei Buchung bis 1 Monat vor dem ersten Termin
20 % Rabatt für alle Schüler:innen und Vollzeitstudierende

> **Anmeldefrist: Do, 03.09.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

43

BILDUNGSLAUB



44

Zu beachten: Bildungslaub muss spätestens 7 Wochen vor Beginn der Seminarwoche beim Arbeitgeber beantragt werden. Einen ausführlichen Leitfaden zum Bildungslaub finden Sie unter www.dgb-bildungswerk-nrw.de/freistellungsberater

Hinweis: Die Veranstaltungen können auch als berufliche Weiterbildung maßnahme und nicht im Rahmen eines Bildungslaubes gebucht werden.

Fordern Sie gerne das ausführliche Programm des Bildungslaubes an.

DEM GEHEIMNIS DER EIGENEN KRAFT AUF DER SPUR

Bildungslaub zu Resilienz in Alltag und Beruf

Während sich die Natur zwischen Dünen und Strand in ein buntes Blütenparadies verwandelt, möchten wir in diesem Bildungslaub von der Natur lernen und unseren Kraftquellen auf die Spur gehen. Die Insel Borkum ist dafür ein idealer Ort. Die Seminarwoche dient der präventiven Erhaltung der eigenen Leistungsfähigkeit und Lebensfreude und ist ein idealer Startpunkt für Veränderung hin zu mehr Bewegung, Entspannung und Achtsamkeit, um die eigene Gesundheit (neu) wertzuschätzen und lange zu erhalten.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Vorträge, Diskussionen, Einzel- und Gruppenarbeit
- Reflexion eigener Verhaltensweisen
- Entspannungsübungen wie Fantasiereisen, Atem- und Körperübungen
- Achtsamkeitsübungen und Bewegung in der Natur

➢ So, 17.05. – Fr, 22.05.2026, je 7.15 – 19 Uhr, Fr, 7.15 – 15.30 Uhr (individuelle An- u. Abreise)

➢ Haus „Alter Leuchtturm“ auf Borkum
Wilhelm-Bakker-Straße 4, 26757 Borkum

➢ Leitung: Angela Ode,
Gesundheitspraktikerin BfG

➢ Kosten: 890 € EZ inkl. Vollverpflegung und Seminarkosten; 1.040 € EZ inkl. Vollverpflegung und Seminarkosten

➢ Anmeldefrist: Do, 15.01.2026

GELASSEN UND KLAR

zielorientiert, selbstbewusst, resilient

In der oft herausfordernden Arbeitswelt ist es eine Stärke, mit sich selbst gut in Kontakt zu sein und wahrzunehmen, für was das eigene Herz wirklich schlägt und welche Bedürfnisse aktuell auf der Strecke bleiben. Das Seminar lädt dazu ein, sich selbst auf lustvolle Weise auf die Spur zu kommen, persönliche Entwicklungspotenziale zu erkennen und Veränderungen erfolgreich umzusetzen. Damit ermöglicht es einen kostbaren Beitrag zu mehr Einklang mit sich selbst sowie für die Prävention vor Überarbeitung und Burnout.

In diesem Bildungslaub haben die Teilnehmenden Gelegenheit, ein eigenes persönliches Thema mit Hilfe des „Zürcher Ressourcen Modells“ zu bearbeiten. Sie nehmen Wünsche nach Veränderung und Entwicklung in den Blick und entwickeln die nächsten Schritte, sie konkret im Leben umzusetzen.

-
- **Mo, 06.07. – Mi, 08.07.2026, je 9.30 – 17.45 Uhr** (individuelle an- und Abreise)
 - **Gästehaus Vandsburg**
Hauptstraße 167, 49488 Lemförde
 - **Leitung:** Carola Kalitta-Kremer, Trainerin, Mediatorin, Coach
 - **Kosten:** 785 € EZ inkl. Seminar-, Verpflegungs- und Übernachtungskosten
 - **Anmeldefrist:** So, 01.02.2026

NEW LEADERSHIP – FÜHREN HEUTE

Bildungslaub für Personen in Leitungsfunktionen

Studien bescheinigen Vorgesetzten schlechte Führungskompetenzen und Menschen in Führungspositionen beklagen, dass sie sich kaum mehr auf ihre Mitarbeitenden verlassen können. Der Fachkräftemangel, die hohe Fluktuation, u.v.m. lassen Führungspersonen vermehrt nach Kompetenzen fragen, mit welchen sie ihr Team gut durch die Erfordernisse der heutigen Arbeitswelt manövriren.

Dieser Bildungslaub fokussiert das eigene Führungsverhalten auf dem Hintergrund der New Leadership. Ihre Motivation zum Führen und ihre biografischen Erfahrungen beim Führen und Geführt-Werden nehmen wir zum Ausgangspunkt für das Erlernen neuer Kompetenzen modernen Führens. Wir arbeiten zudem mit körperbezogenen Entspannungsübungen, um Ruhe und Besonnenheit ins tägliche Handeln zu integrieren.

-
- **So, 27.09. – Fr, 02.10.2026, Mo – Do, 9.15 – 18 Uhr, Fr 9.15 – 13 Uhr** (individuelle An- und Abreise)
 - **Haus Maria Immaculata**
Mallinckrodtstraße 1, 33098 Paderborn
 - **Leitung:** Dr. Susanna Matt-Windel, Dipl.-Sozialpädagogin, Gestalttherapeutin, Supervisorin DGsV; Dr. Cornelia Schneider, Dipl.-Psychologin, Dipl.-Politologin, Psychol. Coach
 - **Kosten:** 1.020 € EZ inkl. Seminar, Verpflegung und Übernachtung
 - **Anmeldefrist:** So, 26.07.2026

FLIESSENDE ENERGIE, KLARE GEDÄNKEN:

Qigong und Schreiben für (berufliche) Resilienz und Entspannung

Dieser Bildungsurlaub verbindet die Kraft von Qigong mit den Möglichkeiten des meditativen Schreibens, um berufliche Resilienz, Stressbewältigung und Achtsamkeit nachhaltig zu stärken.

Die erlernten Qigong-Übungen – darunter die Form „Ursprung des Lichts“ – fördern Entspannung, stärken die innere Mitte und lassen Energie wieder fließen. Aus dieser Haltung der Ruhe und Sammlung entstehen Texte, die durch gezielte Schreibimpulse angeregt werden. Schreiben wird so zu einem Werkzeug, um Klarheit zu gewinnen, innere Ressourcen sichtbar zu machen und kreative Lösungen zu entwickeln.

46

Der Wechsel von Praxis und Reflexion bietet Anregungen, wie sich Qigong und meditative Schreibprozesse in den beruflichen Alltag integrieren lassen:

- > zur Stärkung der eigenen Resilienz im Umgang mit Belastungen,
- > zur bewussten Stressbewältigung in herausfordernden Situationen,
- > zur Förderung von Achtsamkeit und Konzentration im Arbeitsprozess,
- > als kreative Ressource für berufliche Projekte und Teamarbeit.

Die entstandenen Texte können im Berufsalltag als persönliche Erinnerungsanker dienen und helfen, die im Seminar erlebte Ruhe und Klarheit neu zu aktivieren. Die vermittelten Bewegungsübungen und Schreibrituale sind einfach

umsetzbar und können nachhaltig die Gesundheit und Gelassenheit im Beruf fördern. In einer wertschätzenden Atmosphäre besteht die Möglichkeit, Texte in der Gruppe zu teilen und von den Resonanzen anderer zu profitieren. Begleitet von Klängen entsteht so ein tragfähiger Raum, der die Verbindung von Bewegung, Stille und kreativem Ausdruck vertieft. Besonderheit dieses Bildungsurlaubs: Er wird von zwei erfahrenen Kursleiterinnen begleitet, die sowohl praktische Methoden vermitteln als auch Impulse für die Übertragung in den beruflichen Alltag geben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, nur Lust etwas Neues auszuprobieren.

➤ **Mo, 07.09.2026 – Mi, 09.09.2026**
(individuelle An- und Abreise)

➤ **Mariaspring – Ländliche Heimvolks-**
hochschule e. V.
Rauschenwasser 78, 37120 Bovenden

➤ **Leitung: Dr. Christiane Henkel**, Schreibpädagogin, Focusing-Beraterin, Coach
Susanne Schmitt, Qigong-Lehrerin, Sozialpädagogin und Klangmassagepraktikerin nach Peter Hess

➤ **Kosten: 580 €** EZ inkl. Vollverpflegung und Seminar

➤ **Anmeldefrist: So, 12.07.2026**

WORKFLOW – VON DER IDEE ZUM FERTIGEN PROJEKT

Bildungsurlaub zum Überdenken und Erarbeiten von Arbeitsprojekten und -prozessen

Zweifelsohne leben wir in einer Zeit großen Umbruchs, die unsere ohnehin knappen Arbeitskapazitäten besonders beansprucht. Dabei bleibt wenig Spielraum, um neue Konzeptionen für sich verändernde (Arbeits-)Situationen zu entwickeln. Dieser Bildungsurlaub ist als AUSZEIT vom täglichen Arbeitsgeschäft konzipiert, um sich genau dieser Herausforderung stellen zu können.

Dabei werden Sie zum einen von unserem theoretischen und methodischen Wissen und unserer Arbeitserfahrung profitieren. Zum anderen wird Ihnen insbesondere die Arbeitskonstellation in der Gruppe zugutekommen.

Funktionierende Konzepte verlangen nach einem konstruktiven und kritischen Blick von außen. Kreativität braucht den Diskurs.

➤ **So, 04.10. – Fr, 09.10.2026,**
Mo – Do, 9.15 – 18 Uhr, Fr 9.15 – 13 Uhr
(individuelle An- und Abreise)

➤ **Ev. Bildungszentrum Bad Bederkesa**
Alter Postweg 2, 27624 Geestland

➤ **Leitung: Dr. Susanna Matt-Windel**, Dipl.-Sozialpädagogin, Gestalttherapeutin, Supervisorin DGsV; **Dr. Cornelia Schneider**, Dipl.-Psychologin, Dipl.-Politologin, Psychol. Coach

➤ **Kosten: 1.070 €** EZ inkl. Seminar, Verpflegung und Übernachtung

➤ **Anmeldefrist: Mi, 22.07.2026**

DEM GEHEIMNIS DER EIGENEN KRAFT AUF DER SPUR

Bildungsurlaub zu Resilienz in Alltag und Beruf

Im jahreszeitlichen Verlauf dienen der Herbst und Winter als Phasen der Erneuerung und Vorbereitung auf die nächsten Wachstumszyklen. In erholsamer Atmosphäre möchten wir in diesem Bildungsurlaub von der Natur lernen und unseren Kraftquellen auf die Spur gehen.

Die Seminarwoche dient der präventiven Erhaltung der eigenen Leistungsfähigkeit und Lebensfreude und ist ein idealer Startpunkt für Veränderung hin zu mehr Bewegung, Entspannung und Achtsamkeit, um die eigene Gesundheit (neu) wertzuschätzen und lange zu erhalten.

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Vorträge, Diskussionen, Einzel- und Gruppenarbeit
- Reflexion eigener Verhaltensweisen
- Entspannungsübungen wie Fantasiereisen, Atem- und Körperübungen
- Achtsamkeitsübungen und Bewegung in der Natur
- **So, 18.10. – Fr, 23.10.2026, je 9.15 – 18 Uhr**
(individuelle An- und Abreise)
- **Hotel Bethanien auf Langeoog**
Barkhausenstraße 31 – 33, 26465 Langeoog
- **Leitung: Angela Ode**, Gesundheitspraktikerin BfG
- **Kosten: 1.250 €** EZ inkl. Seminar, Verpflegung und Übernachtung
- **Anmeldefrist: Mo, 10.08.2026**

47

UMWELT & BEWAHRUNG DER SCHÖPFUNG

48



URLAND

Führung durch die Klima-Erlebniswelt Oerlinghausen

Klimawandel hautnah erlebbar machen und Lösungen aufzeigen – das ist das zentrale Thema der Klimaerlebniswelt. Bei der Ausstellung handelt es sich um die einzige Einrichtung in Deutschland zum Schwerpunkt Klimafolgenanpassung.

Die Klimaerlebniswelt lässt die Besucher unmittelbar die Folgen ihres Tuns spüren und zeigt gleichzeitig Lösungen auf.

Die Klimaerlebniswelt bietet eine inspirierende und informative Umgebung, in der Besucher aller Altersgruppen die Bedeutung des Klimaschutzes verstehen können und motiviert werden, ihren Beitrag zu leisten. Es ist ein Ort, der nicht nur spielerisch Wissen vermittelt, sondern auch zum nachhaltigen Denken und Handeln anregt. Im Anschluss an die Führung gibt es die Gelegenheit die Klimaerlebniswelt auf eigene Faust zu erkunden. Der Tag endet nach einem gemeinsamen Austausch über das Erlebte.

- **Fr, 27.02.2026, 10 – 15 Uhr**
- **Klimaerlebniswelt Oerlinghausen**
Holter Straße 53, 33813 Oerlinghausen
- **Leitung: Diakonin Maxie Kordes, Profilstelle Ökumene**
- **Kosten: 5 € zzgl. Eintritt: 8 € Erwachsene, 6 € ermäßigt, Kinder unter 6 Jahren kostenfrei**
- **Anmeldefrist: Do, 19.02.2026**

DIE KRÄUTER DER GRÜNDONNERSTAGSSUPPE UND IHRE BEDEUTUNG

Vortrag

Aus alten Tagen ist der Brauch überliefert, am Donnerstag vor Karfreitag eine besondere Kräutersuppe zu speisen, die aus den ersten grünen Spitzen der neu erwachten Natur besteht und uns die Kraft des Frühlings verleiht.

Welche Gedanken hinter dieser naturverbundenen Geste stehen und welche Kräutlein überhaupt für diese Kraftsuppe verwendet wurden, das wollen wir in diesem Vortrag mit schönem Lichtbildmaterial beleuchten.

Ein Rezept zur Bereitung dieser althergebrachten 9-Kräuter-Suppe bringt die Kräuterfrau natürlich auch mit.

- **Do, 26.03.2026, 19 – 21 Uhr**
- **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh
- **Leitung: Ulrike Sprick, Kräuterfrau**
- **Kosten: 10 €**
- **Anmeldefrist: Mo, 25.03.2026**

WILDE FRÜHLINGS- UND SOMMERKRÄUTER IM BOTANISCHEN GARTEN

Kräutergänge

Bei diesen Nachmittagen im Botanischen Garten besuchen wir mal nicht zielstrebig die stolzen Blumenschönheiten in gepflegten Rabatten, sondern wir schauen zuerst, welche Pflanzen sich im naturnahen Bereich tummeln. Diese Wildkräuter sind von großem Nutzen für die Menschen, die ihre Kräfte anzuwenden verstehen. Manche eignen sich als wohlschmeckendes Wildgemüse, andere sind wirkungsvolle Heilpflanzen für mancherlei Beschwerden. Es ist das Anliegen der Kräuterfrau, dass wir wieder mehr wilde Kräuter in unseren Gärten zulassen und ihnen den wohlverdienten Platz in unserer nächsten Umwelt zugestehen. Sie werden es uns mit bescheidenem Charme danken und gesunde Nahrung für Insekten und Menschen bereitstellen.

- **Termin 1: Mi, 15.04.2026, 15 – 17.15 Uhr**
- **Termin 2: Mi, 24.06.2026, 15 – 17.15 Uhr**
- **Treffpunkt: Palmenhaus-Café im Botanischen Garten**
Parkstraße 57, 33332 Gütersloh
- **Referentin: Ulrike Sprick, Kräuterfrau**
- **Kosten: jeweils 20 €**
- **Anmeldefrist:**
Termin 1: Di, 14.04.2026
Termin 2: Di, 23.06.2026

MIT JUNG UND ALT DURCH DEN STADTPARK

Ein erlebnisreicher Rundgang für (Groß-)Eltern und (Enkel-)Kinder

In unseren Stadtparks gibt es viel zu entdecken: Zahlreiche Tiere und Pflanzen leben hier, einige offen sichtbar, andere gut verborgen. Bei diesem aktiven Rundgang erkunden wir gemeinsam die unterschiedlichen Lebensräume im Park: vom schattigen Wäldchen über offene Strauchgruppen bis zu weitläufigen Wiesenflächen. Die Teilnehmenden erfahren Spannendes über Bäume, Sträucher und vor allem über die tierischen Bewohner:innen des Parks. Anschaulich wird es durch Tierpräparate heimischer Arten, die nicht nur betrachtet, sondern auch berührt werden dürfen. Spielerische Elemente laden dazu ein, das Gelernte mit allen Sinnen zu erleben, ein Spaziergang voller Entdeckungen. Gemeinsam beobachten,rätseln und staunen – so entsteht ein Naturerlebnis, das Jung und Alt verbindet und Wissen auf lebendige Weise vermittelt. Empfohlen für Kinder im Alter von 5 und 6 Jahren.

➤ **Fr, 12.06.2026, 16 – 17.30 Uhr**

➤ **Treffpunkt: Eingang Botanischer Garten**
Ecke Badstraße / Parkstraße

➤ **Leitung: Daniela Toman, Landschaftsarchitektin**

➤ **Kosten: 8 €, Barzahlung vor Ort**

➤ **Anmeldefrist: Fr, 05.06.2026**

GARTENKUNST IM STADTPARK & BOTANISCHEM GARTEN GÜTERSLOH Führung

Der Stadtpark und der Botanische Garten sind für viele Gütersloher:innen Ausflugziel Nummer eins. Sie dienen der Naherholung in der Mittagspause, sind Orte für Sonntagsspaziergänge, Kulisse für Brautpaare und deren optimale Hochzeitsfotos oder zur sportlichen Betätigung. Der Stadtpark ist als eine der schönsten Anlagen der Region im Rahmen des Projektes Garten-Landschaft-OWL ausgewählt worden und mehrfach ausgezeichnet. Gut 170.000 Menschen besuchen ihn im Jahr und genießen die Vielfalt der Natur. Im Jahr 2000 wurden der Stadtpark und der Botanische Garten als schützenswertes Gesamtwerk in die Denkmalliste der Stadt aufgenommen. Erfahren Sie mehr zur Geschichte der Gartenkunst im Allgemeinen und in Bezug auf den Stadtpark und Botanischen Garten. Kommen Sie mit auf einen zirka anderthalbstündigen Rundgang und erleben Sie die einzelnen Stationen mit vielen wissenswerten Informationen.

➤ **Fr, 10.07.2026, 16 – 17.30 Uhr**

➤ **Treffpunkt: Eingang Botanischer Garten**
Ecke Badstraße / Parkstraße

➤ **Leitung: Daniela Toman, Landschaftsarchitektin**

➤ **Kosten: 5 €, Barzahlung vor Ort**

➤ **Anmeldefrist: Fr, 03.07.2026**

TEAMBUILDING FÜR JUNG UND ALT Segel-Wochenende am Heeger Meer

Gemeinschaft erleben, Segelkenntnisse erwerben und unvergessliche Momente auf dem Wasser erleben. Das Segelwochenende über Fronleichnam bietet die perfekte Gelegenheit, in einer freundlichen und unterstützenden Gemeinschaft neue Erfahrungen zu sammeln.

Wir sind im Segelzentrum Allemansend in Elahuizen untergebracht: Familienzimmer, Vollverpflegung, und ein Zugang zum Steg über die Hausterrasse, wo uns mehrere Polyvalken (größere Segeljollen) zur Verfügung stehen. Ob du bereits Segelerfahrung hast oder ganz neu auf dem Wasser bist – bei uns steht das gemeinsame Erlebnis im Vordergrund.

Was dich erwartet:

- **Teambuilding: Gemeinsam auf dem Boot zu sein, fördert den Zusammenhalt und übt, im Team effektiv zu kommunizieren.**
- **Segelkenntnisse erwerben: Unter fachkundiger Anleitung lernst du Grundlagen des Segelns, das Handling des Bootes und wichtige Sicherheitsregeln. Für Fortgeschrittene gibt es die Möglichkeit, bestehende Fähigkeiten zu vertiefen.**
- **Kommunikation üben: Das Arbeiten an Bord erfordert klare und offene Kommunikation. Du lernst, dich verständlich auszudrücken, zuzuhören und im Team Entscheidungen zu treffen – Fähigkeiten, die auch im Alltag wertvoll sind.**
- **Natur erleben: Genieße die Schönheit der Natur, beobachte den Himmel, spüre den Wind und entdecke die faszinierende Welt auf dem Wasser. Das Erlebnis in der Natur**

fördert das Bewusstsein für Umwelt und Nachhaltigkeit.

➤ Krisensituationen gemeinsam meistern: Auf dem Wasser können unerwartete Situationen auftreten. Gemeinsam lernen wir, ruhig zu bleiben, Probleme zu lösen und Krisen zu bewältigen – eine wertvolle Erfahrung, die Selbstvertrauen und Teamgeist stärkt.

➤ Gemeinschaft in der Gruppe nach dem Segeln: gemeinsame Abende mit Austausch, Spielen und Geselligkeit

➤ Spiritualität: Am Sonntag ein Abschlussgottesdienst open air auf einer Insel.

➤ **Do, 04.06., 14 Uhr bis So, 07.06.2026,
14.15 Uhr**

➤ **Leitung: Gregor Himmelmeier,
Stefan Salzmann, Pfarrer**

➤ **Kosten: 210 € Erwachsene; 180 € Jugendliche
(14 – 16 Jahre); 150 € Kinder**

➤ **Anmeldung und weitere Infos:
Gregor Himmelmeier
gregorhimmelmeier@online.de**

➤ **Anmeldefrist: Sa, 31.01.2026**



Foto: Veranstalter

PERSÖNLICHKEITSENTFALTUNG, BILDUNG & KOMMUNIKATION

52

Foto: Adobe Stock



LOSLASSEN – RAUM SCHAFFEN FÜR LEICHTIGKEIT UND NEUBEGINN

**Kreativer Workshoptag für innere Klarheit
und Selbstwirksamkeit**

Viele Menschen erleben sich in bestimmten Lebensphasen eingeengt – durch alte Muster, äußere Erwartungen oder innere Ängste. Dieser Tagesworkshop lädt dazu ein, sich auf kreative Weise mit dem Thema „Loslassen“ auseinanderzusetzen, um gestärkt und mit mehr Leichtigkeit in das Jahr 2026 zu starten. Wir arbeiten mit einfachen gestalterischen Mitteln wie Farben, Collagen und Bewegung. Es sind keinerlei künstlerische Vorkenntnisse notwendig – der Fokus liegt auf dem Prozess, nicht auf dem Ergebnis. Ergänzt wird das kreative Tun durch sanfte Körperübungen, angeleitete Meditationen und Impulsen zur Selbstreflexion.

Methoden:

- Einfache Körper- und Atemübungen zum Lösen von Spannungen
- Kreative Ausdrucksformen ohne Leistungsdruck – frei und spielerisch
- Meditationen und Visualisierungen als innere Klärungshilfe
- Übungen zur Stärkung von Vertrauen, Gelassenheit und Selbstwirksamkeit
- Raum für Austausch, Achtsamkeit und persönliche Erkenntnisse

In diesem Workshop stärken wir die Fähigkeit zur Selbstreflexion, fördern kreative Ausdrucksformen zur persönlichen Entwicklung und unterstützen Prozesse des Loslassens und der Neuorientierung. Sie lernen Methoden kennen, um eigene Denk- und Verhaltensmuster zu erkennen,

bewusster mit inneren Blockaden umzugehen und neue Perspektiven für das kommende Jahr zu entwickeln. Am Ende des Tages nehmen Sie ein neues Gefühl von innerem Frieden, Klarheit und Leichtigkeit mit nach Hause.

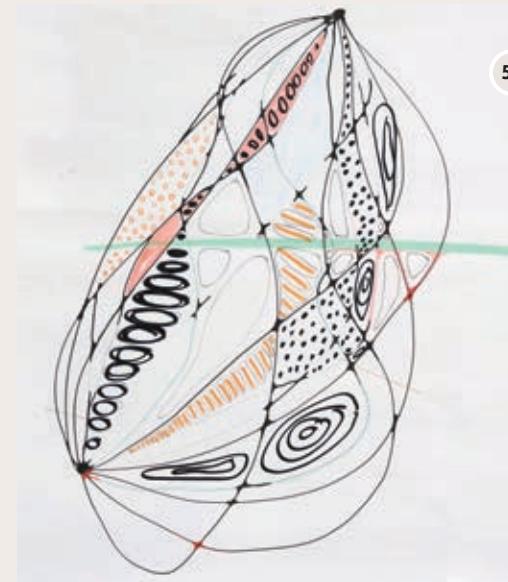
➢ **Sa, 24.01.2026, 11 – 18 Uhr**

➢ **Leitung: Birgit Peterschröder, Künstlerin, systemische Coach (ECA)**

➢ **Atelier Peterschröder**
Gut Rietberg, Schloßstraße 2, 33397 Rietberg

➢ **Kosten: 100 €**

➢ **Anmeldefrist: Mi, 14.01.2026**



53

KI ALS ALLTAGSHELFER: PRÄKTISCH, EINFACH, NÜTZLICH

Interaktiver Workshop

Im Alltag gibt es viele Situationen, in denen wir Texte formulieren oder Informationen recherchieren müssen. Entdecken Sie in diesem praxisnahen Schnupper-Workshop, wie Künstliche Intelligenz Ihren Alltag erleichtern kann – ganz ohne Vorkenntnisse! Sie erfahren, wie Sie mit der KI erfolgreich „chatten“ und mit den passenden Fragen (Prompts) brauchbare Ergebnisse erzielen. Dabei lernen Sie auch, KI-Antworten kritisch zu hinterfragen und richtig einzuschätzen. Anhand konkreter Alltagsbeispiele gewinnen Sie einen ersten Eindruck vom Potenzial der Künstlichen Intelligenz für Ihren Alltag. Ihre Fragen und eigenen Alltagsthemen sind willkommen. Bitte bringen Sie ein eigenes Endgerät (Laptop, Tablet, Smartphone) mit.

54

- **Di, 03.02.2026, 18 – 19.30 Uhr**
- **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh**
- **Referentin: Tatjana Wanner**, Redakteurin, Texterin, Lektorin, Kommunikationsexpertin
- **Kosten: 18 €**
- **Anmeldefrist: Di, 27.01.2026**

WIE KI TEXTARBEIT ERLEICHTERT

Interaktiver Online-Workshop

Einladungen, Pressemitteilungen, Social-Media-Postings, Veranstaltungskündigungen – in Ihrem Berufsalltag müssen Sie unterschiedliche Textsorten für verschiedene Zielgruppen und Kanäle erstellen.

In diesem praxisorientierten Online-Workshop lernen Sie verschiedene KI-Textgeneratoren kennen und schauen der Referentin dabei über die Schulter, wie diese das Texteschreiben erleichtern können. Ob Ideenfindung, Strukturierung oder treffende Formulierungen – Sie erfahren, wie Sie durch gezielte KI-Eingaben (Prompts) zu brauchbaren Ergebnissen kommen und diese durch geschicktes Nachbearbeiten an Ihre individuellen Anforderungen anpassen.

Anhand konkreter Beispiele aus der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit gewinnen Sie einen ersten Eindruck vom Potenzial der Künstlichen Text-Intelligenz für Ihren Arbeitsalltag. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – bringen Sie gerne Ihre Fragen und eigenen Praxisbeispiele mit!

Ihr Nutzen: Am Ende des Workshops können Sie erste eigene Inhalte mit KI-Unterstützung erstellen und die Ergebnisse kritisch bewerten.

- **Mi, 11.02.2026, 9 – 11.15 Uhr**
- **Digitaler Kursraum**
- **Referentin: Tatjana Wanner**, Redakteurin, Texterin, Lektorin, Kommunikationsexpertin
- **Kosten: 50 €**
- **Anmeldefrist: Mi, 04.02.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

TECHNIK, DIE UNTERSTÜTZT

Ausflug

Die Zukunft der Medizin und Pflege beginnt schon heute – und Sie können live dabei sein! Wir laden Sie herzlich zu einem spannenden Ausflug in den Showroom der Universität Bielefeld ein.

Dort erwartet Sie eine faszinierende Präsentation interaktiver Technologien, die in der medizinischen Assistenz und der Pflege eingesetzt werden. Lernen Sie, wie moderne Robotik den Alltag von Pflegebedürftigen erleichtern und Fachkräfte unterstützen kann.

Ein besonderes Highlight: Sie dürfen selbst aktiv werden! Testen Sie den Roboter Nao, der motivierende Physiotherapie-Übungen vormacht und zur Bewegung anregt. Oder erleben Sie die Robbe Paro, die speziell für den Einsatz in Pflegeeinrichtungen entwickelt wurde und dabei hilft, soziale Kontakte zu fördern und emotionale Nähe zu schaffen.

Die Anreise erfolgt selbstständig.

- **Do, 12.02.2026, 11 – 12.30 Uhr**
- **Showroom Interaktive Assistenz in Medizin und Pflege, Universität Bielefeld
Morgenbreede 1, 33615 Bielefeld**
- **Referentin: Dr.-Ing. Maren Brandt**, Wissenschaftliche Mitarbeiterin Universität Bielefeld
- **In Kooperation mit Heidi Ostmeier**, Seniorenbeauftragte Stadt Gütersloh und Netzwerk Digital im Alter (DiA)
- **Teilnahme kostenfrei**
- **Anmeldefrist: Do, 05.02.2026**

SICHER SPRECHEN STATT LAMPENFieber

Workshop

Vor Gruppen frei zu sprechen, gehört in vielen Berufen und Ehrenämtern dazu – ob bei Vorträgen, Präsentationen, Besprechungen oder in der Gemeinde. Doch oft macht uns das Lampenfieber einen Strich durch die Rechnung: Herzklopfen, trockener Mund, weiche Knie oder die Angst, den Faden zu verlieren.

In diesem 3-Stunden-Workshop lernen Sie praxisnah, wie Sie Lampenfieber überwinden und beim Sprechen vor Gruppen souverän auftreten können. Mit gezielten Übungen zu Atmung, Körperhaltung und zum Stimm- und Sprechausdruck gewinnen Sie Ruhe, Präsenz und mehr Gelassenheit. Sie erfahren, wie Sie Ihre Nervosität als positive Energiequelle nutzen, Ihre Botschaft klar vermitteln und mit Freude vor Publikum sprechen.

- **Mo, 20.04.2026, 17.30 – 20.30 Uhr**
- **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh**
- **Referentin: Margret Oetjen**, Stimm- und Sprechtrainerin
- **Kosten: 47 €**
- **Anmeldefrist: Fr, 10.04.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

55

WIE KONFLIKTGESPRÄCHE GELINGEN – DIE INNERE UND ÄUSSERE SOUVERÄNITÄT STÄRKEN

Wochenendseminar

Es gibt immer wieder Situationen, in denen wir im Berufs- oder Privatleben Teil eines Konflikts sind oder die Aufgabe haben, bei Konflikten zwischen Mitarbeitenden, Kolleg:innen, Eltern oder Kindern zu vermitteln. Wer in schwierigen Gesprächen die eigene Position souverän vertreten will oder als neutrale:r Konfliktvermittler:in agiert, muss mit Emotionen umgehen und konstruktiv bleiben können.

In diesem zweitägigen Wochenendseminar werden wertvolle Kommunikationswerkzeuge und Konfliktlösungsstrategien vermittelt. Neben der äußen Souveränität, die wir über unsere Kommunikationsfähigkeit und Körpersprache zeigen, spielt in herausfordernden Gesprächssituationen auch die innere Souveränität eine wichtige Rolle. Wie es uns gelingt, diese zu stärken und im Außen sichtbar zu machen, um uns in Konfliktgesprächen gut zu vertreten, soll darüber hinaus besprochen werden. Die Teilnehmenden haben die Möglichkeit, Fallbeispiele aus dem Berufs- und Privateben einzubringen.

In den Seminarablauf fließen zwischendurch kleine Relax- und Reflexionsübungen ein. Zudem ist ein achtsamer Walk um den Aasee geplant. Am ersten Seminartag haben wir die Gelegenheit, gemeinsam in einem Restaurant in der Nähe des Hotels zu Abend zu essen. Es besteht die Möglichkeit, auch ohne Übernachtung an dem Seminar teilzunehmen.

56

- **Sa, 25.04.2026 – So, 26.04.2026,
jeweils von 10 – 17 Uhr**
(individuelle An- und Abreise)
- **Hotel agora: am Aasee**
Bismarckallee 5, 48151 Münster
- **Leitung: Ilka Sundermann,**
Wirtschaftsmediatorin und Konfliktcoach
- **Kosten:**
150 € Seminarkosten für 2 Tage
100 € Verpflegungspauschale für 2 Tage
97,50 € bis 107,50 € Ü inkl. Frühstück im EZ
(auch als Doppelzimmer mit Aufpreis buchbar;
die Zimmerpreise gelten für das reservierte
Abrufkontingent auf den Namen „Sundermann“
bis zum 23.01.2026)
- **Anmeldefrist: So, 01.03.2026**

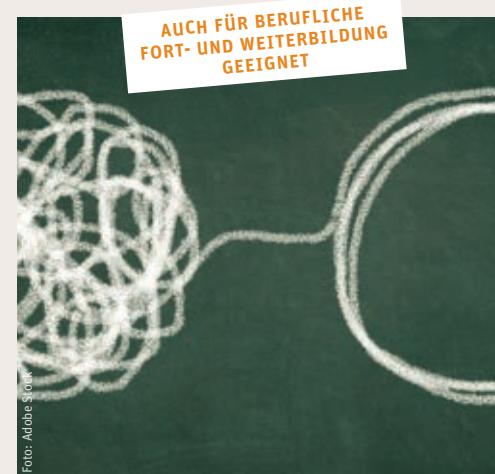


Foto: Adobe Stock

GELASSEN BLEIBEN IN BEWEGTEN ZEITEN

Kreativer Workshoptag

Wenn das Leben laut, schnell oder überfordernd wird, verlieren wir oft den Kontakt zu unserer inneren Mitte. In diesem praxisorientierten Workshop entdecken wir Wege, auch in bewegten Zeiten gelassen zu bleiben. In diesem Workshop stärken Sie Ihre Fähigkeiten zur Stressbewältigung, fördern Ihre Selbstwahrnehmung und lernen alltagstaugliche Methoden kennen, um mit Belastungen gelassener umzugehen. Ziel ist es, innere Ruhe und Resilienz in Zeiten äußerer Unsicherheit oder persönlicher Herausforderungen zu entwickeln. Wir arbeiten mit einfachen Achtsamkeitsübungen, Meditation, kreativen Ausdrucksformen und Körperwahrnehmung. Dabei geht es nicht um Perfektion oder „richtiges“ Verhalten, sondern um das Erleben, Ausprobieren und Stärken der eigenen Ressourcen in einem geschützten Rahmen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Methoden:

- Einfache, alltagstaugliche Achtsamkeits- und Atemübungen
- Kreative Methoden zur Stressverarbeitung – ohne Leistungsdruck
- Impulse zur Selbstreflexion und zum Umgang mit inneren Reaktionen
- Zeit und Raum zum Auftanken, Ausprobieren und Innehalten
- Austausch in einer wertschätzenden Gruppe

Dieser Workshoptag richtet sich an Erwachsene, die nach Wegen suchen, trotz äußerer Belastungen oder Herausforderungen gelassener und

zentrierter zu bleiben. Am Ende des Tages nehmen Sie Werkzeuge und Impulse mit, die Ihnen auch im Alltag helfen können – für mehr innere Ruhe, Klarheit und Stabilität.

- **Sa, 16.05.2026, 11 – 18 Uhr**
- **Leitung: Birgit Peterschröder**, Künstlerin, systemische Coach (ECA)
- **Atelier Peterschröder**
Gut Rietberg, Schloßstraße 2, 33397 Rietberg
- **Kosten: 100 €**
- **Anmeldefrist: Mi, 13.05.2026**

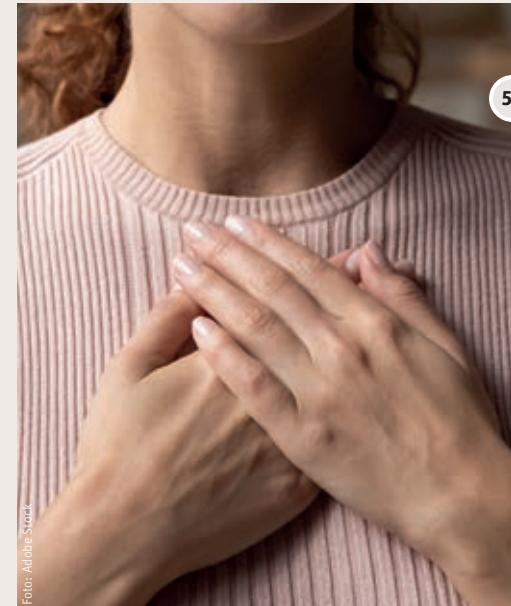


Foto: Adobe Stock

57

THEMENREIHE NEURODIVERSITÄT

58



Foto: Alida Stöck

HOCHSENSIBILITÄT – SUPERKRAFT UND HERAUSFORDERUNG Erfahrungsaustausch mit Impuls

Dieses Treffen wendet sich an alle, die für sich erkannt haben, dass sie (hoch)sensibel sind und sich gerne in gemütlicher Atmosphäre bei einer Tasse Kaffee oder Tee und Gebäck mit anderen Menschen über das Thema „Hochsensibilität“ austauschen möchten.

Die Kursleiterin wird ihr Wissen aus der Fachliteratur einbringen, um den Teilnehmenden wertvolle Impulse für einen sinnvollen Umgang mit der Hochsensibilität mit auf den Weg zu geben. Es werden alle wichtigen Lebensbereiche thematisiert. Auch Beiträge von Expert:innen/Autor:innen in Form von Video- oder Audiobotschaften fließen mit ein. Zwischendurch sollen kleine Entspannungsmomente das Wohlbefinden stärken. Dabei werden alle Sinnesorgane angesprochen. Beim ersten Termin liegt der Schwerpunkt auf „Emotionen“, beim zweiten Termin beim Thema „Familie“.

- **Termin 1: So, 25.01.2026, 15 – 18 Uhr**
- **Termin 2: So, 22.03.2026, 15 – 18 Uhr**
- **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh
- **Referentin: Ilka Sundermann**, Honorarozentin (Literatur) und Persönlichkeitsentwicklung
- **Kosten: jeweils 15 €**
- **Anmeldefristen: Termin 1: Do, 22.01.2026, Termin 2: Do, 19.03.2026**

AUTISMUS IN UNSERER MITTE – DAS „MYSTERIUM“ DES SPEKTRUMS Vortrag

Für die meisten Menschen ist die Andersartigkeit des Autismus-Spektrums nur schwer zu greifen. Zu wenig ist bekannt, zu selten sind Begegnungen mit Betroffenen. Seltens ist das Spektrum eigentlich nicht – jedoch wird es häufig missverstanden. Informations- und Behandlungsangebote, sowie die ursprüngliche Diagnostik, sind nur schwer erreichbar. So wissen viele autistische Menschen nicht einmal, dass sie es sind. Für sie sind lange Irr- und Leidenswege leider die Norm. Als Betroffener und Co-Leitung mehrerer Selbsthilfegruppen gibt Jonas Riedel einen Einblick in das nicht allzu mysteriöse Autismus-Spektrum, seinen eigenen Werdegang und die Versorgungslage in Gütersloh. Angeregt werden sollen so Austausch und Begegnung. Das anschließende Gespräch wird mit Unterstützung von Imke Kuck moderiert. Zur Zielgruppe gehören Betroffene und Angehörige sowie alle Interessierten.

- **Do, 12.03.2026, 17 – 18.30 Uhr**
- **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh
- **Referent: Jonas Riedel**, Betroffener und Co-Leitung mehrerer Selbsthilfegruppen
- **Teilnahme kostenfrei**
- **Anmeldefrist: Di, 10.03.2026**

59

STILLER STADTRUNDGANG

(nicht nur) für neurodiverse und hochsensible Menschen

Für nicht wenige Menschen stellt die geschäftige Stadt eine Reizüberflutung dar: Lärm, Gedränge, vielleicht auch Farben und Gerüche. Dabei könnten auch sie sehr viel Interessantes an ihrem Wohnort entdecken, wenn sie nicht durch zu viele Reize abgelenkt würden. Zusammen mit dem Coach Imke Kuck gehen wir frühmorgens durch Gütersloh. Anhand von Stationen der historischen Stadtentwicklung finden wir unsere Lieblingsorte und vielleicht auch Augenblicke der Entspannung und Besinnung.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit, an einem Frühstück im Haus der Begegnung in der Kirchstraße teilzunehmen. Bitte dies bei der Anmeldung mit angeben.

➤ **So, 19.04.2026, 6 – 7 Uhr Stadtrundgang, 7 – 8.15 Uhr Frühstück**

➤ **Leitung: Imke Kuck, Coach (DGfC)**

➤ **Treffpunkt:** Stadtbibliothek Gütersloh
Blessenstätte 1, 33330 Gütersloh

➤ **Teilnahme kostenfrei**, Spende erbeten bei
Teilnahme am Frühstück

➤ **Anmeldefrist:** So, 12.04.2026

60

ADHS BEI KINDERN UND ERWACHSENEN

Interaktiver Workshop

ADHS (Aufmerksamkeits Defizit und Hyperaktivitäts Syndrom) ist in aller Munde. Handelt es sich dabei um eine Modediagnose oder wurden bisher nur zu wenige Menschen im Erwachsenenalter diagnostiziert? Ist ADHS erblich und/ oder durch Lernerfahrungen veränderbar? Wie können NLP-Strategien dazu beitragen, besser mit ADHS zurechtzukommen?

Der Kurs vermittelt grundlegendes Wissen und den aktuellen Stand der Wissenschaft über ADHS und zeigt auf, wie sich Wahrnehmungs- und Verarbeitungsweisen beeinflussen lassen. Dabei werden verschiedene Methoden vorgestellt, die helfen können, individuelle Stärken bewusster zu nutzen und mit Herausforderungen konstruktiver umzugehen.

Der Kurs richtet sich sowohl an Betroffene als auch an Angehörige, Fachkräfte und Interessierte, die sich mehr mit dem Thema ADHS auseinandersetzen möchten.

Bringen Sie bitte Spaß am Experimentieren mit und seien Sie offen für neue Erfahrungen.

➤ **Do, 18.06.2026, 18.30 – 20.45 Uhr**

➤ **Digitaler Kursraum**

➤ **Leitung: Marius Sternitzke**, NLP-Lehrtrainer
DVNLP, LernCoach-Trainer IN

➤ **Kosten: 25 €**

➤ **Anmeldefrist: Do, 11.06.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

LEICHTER LERNEN – MENSCHEN MIT LEGASTHENIE UND DYSKALKULIE GEZIELT UNTERSTÜTZEN

Lesen, Schreiben und Rechnen gehören zu den wichtigsten Grundlagen des Lernens – doch für Menschen mit Legasthenie (Lese-Rechtschreib-Schwäche) oder Dyskalkulie (Rechenschwäche) kann genau das zur täglichen Herausforderung werden. Fehler häufen sich, Motivation sinkt – und oft fehlt nur der passende Zugang zum eigenen Lernstil.

Dieses Seminar für Lernförderung, Pädagog:innen und Lerntrainer:innen zeigt Ihnen, wie Sie Lernbarrieren abbauen und Freude am Lernen neu entfachen können.

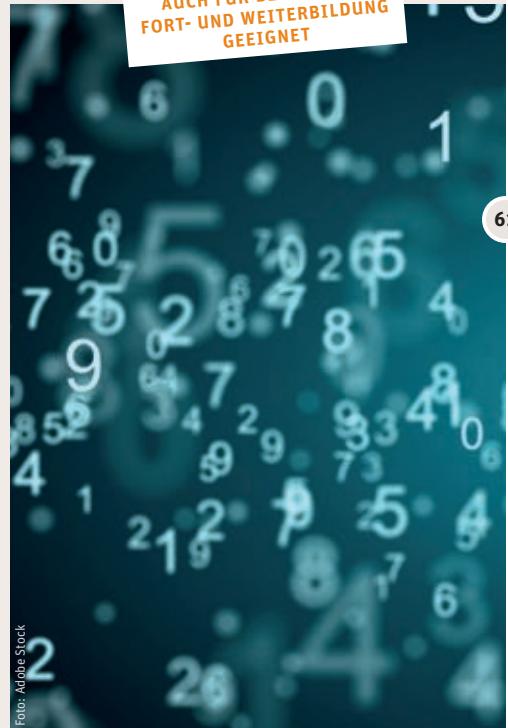
Vielleicht können Sie sich vorstellen, wie frustrierend es ist, immer wieder dieselben Fehler zu machen – trotz intensiver Übung. In diesem praxisorientierten NLP-Seminar für Legasthenie und Dyskalkulie lernen Sie die Erfolgsstrategien von Menschen kennen, denen Schreiben und Rechnen leichtfallen. Sie erfahren, wie Sie diese Denk- und Lernmuster selbst anwenden und an andere weitergeben können.

Mit Methoden aus dem Neuro-Linguistischen Programmieren (NLP) erwerben Sie wertvolle Werkzeuge, um Lernprozesse gezielt zu unterstützen, Blockaden zu lösen und das Selbstvertrauen beim Lernen zu stärken. Schritt für Schritt lernen Sie, wie Sie Kindern und Erwachsenen mit Lernschwierigkeiten spielerisch und effektiv helfen können, ihre Fähigkeiten zu entfalten.

Bringen Sie Ihre eigenen Fragen, Ihre Neugier und Freude am Ausprobieren mit – und erleben Sie, wie Lernen wieder leicht, motivierend und erfolgreich wird.

- **Mi, 22.04.2026, 9 – 11.15 Uhr**
- **Digitaler Kursraum**
- **Leitung: Marius Sternitzke**, NLP-Lehrtrainer
DVNLP, LernCoach-Trainer IN
- **Kosten: 12,50 €**
- **Anmeldefrist: Mi, 15.04.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET



61

ANGEBOTE FÜR SPEZIFISCHE ZIELGRUPPEN



62

KRAFTQUELLEN Frauenfrühstück

„Du kannst nicht verhindern, dass die Vögel der Sorge über deinem Kopf kreisen. Du kannst aber verhindern, dass sie bei dir Nester bauen“, soll Martin Luther gesagt haben. Krisen gehören zum Leben – doch wie wir damit umgehen, lässt sich lernen. In einem Impulsreferat erhalten die Teilnehmerinnen praxisnahe Wissen über seelische Widerstandskraft und persönliche Kraftquellen. Was sind Grundlagen psychischer Resilienz, wie erkenne ich eigene Ressourcen und wie können sie gestärkt werden, im Austausch, wird diesen Fragen auf den Grund gegangen und (neuen) Impulsen nachgegangen.

- **Sa, 28.02.2026, 9 – 11.30 Uhr**
- **Gemeindehaus der Ev. Kirchengemeinde Ummeln**
Kirchweg 10, 33647 Bielefeld
- **Referentin: Annette Kleine**, Pastorin, Ev. Krankenhausseelsorgerin in Gütersloh
- **Kosten: 8 €** (Barzahlung vor Ort)
- **Anmeldefrist: Fr, 20.02.2026**
- **Anmeldung: Ev. Kirchengemeinde Ummeln**
gt-kg-ummeln@ekvw.de
Telefon 05 21 / 4 83 08

AUFGEHORCHT UND MITGEMISCHT Diskussionsnachmittage für Frauen

Termin 1:

Nigeria – Begegnung mit einem fremden Land
Mi, 04.03.2026, 14.30 – 16.30 Uhr

Referentinnen: Birgit Götz, Charlotte Schweer

Termin 2:

Geschichten vom Struwwelpeter –
verblüffend aktuell
Mi, 15.04.2026, 15 – 17 Uhr

Referentinnen: Birgit Götz, Charlotte Schweer

Termin 3:

Paul Gerhardt – Leben und Dichten in dunkler Zeit
Mi, 06.05.2026, 15 – 17 Uhr

Referent: Dr. Wennemar Schweer, Pfarrer i. R.

Termin 4:

Irische Segenssprüche – Wegbegleiter in allen
Lebenslagen
Mi, 03.06.2026, 15 – 17 Uhr

Referent: Rainer Moritz, Pfarrer

➤ Ev. Gemeindehaus

Schulte-Möntingstraße 6,
33378 Rheda-Wiedenbrück

➤ In Kooperation mit der Frauenhilfe Rheda

➤ Teilnahme kostenfrei

➤ Keine Anmeldung erforderlich

WEISST DU WIRKLICH, WAS DU SAGST? Frauenfrühstück

Die Gedanken, Worte und Gefühle eines Menschen bestimmen sein Leben. Ein Mensch mit einer klaren und achtsamen Sprache ist auch in seinem Denken und Handeln klar. Eine wertschätzende, kraftvolle und klare Sprache führt zu einer gelingenden Kommunikation. Die Referentin sensibilisiert die Zuhörerinnen anhand einiger Beispiele und praktischer Anregungen für die Wirkung von Worten und Redewendungen. Freuen Sie sich auf einen informativen, interaktiven und auch humorvollen Vortrag.

- **Sa, 28.03.2026, 9 – 11.30 Uhr**
- **Bartholomäus-Gemeindehaus**
Kirchweg 10, 33647 Bielefeld
- **Referentin: Gisela Bullermann**, Diakonin
- **Kosten: 8 €**, Barzahlung vor Ort
- **Anmeldefrist: Mi, 25.03.2026**
- **Anmeldung: Ev.-Luth. Bartholomäus-Kirchengemeinde Brackwede**
klara.markin@ekvw.de
Telefon 05 21 / 16 39 37 00

63

STRESSIGE (MÜNDLICHE) PRÜFUNGEN EINFACH MEISTERN

Seminar

Wer Angst oder gar Panik vor einer (mündlichen) Prüfungen hat, befindet sich in einem Zustand, in dem er sein Wissen nicht abrufen kann. Gespeicherter Lernstoff kann nur gut abgerufen werden, wenn Sie sich wohlfühlen.

Im Seminar erlernen Sie, wie Sie Ihren inneren Zustand selbst steuern und Ihre Zeit gut einteilen können, so dass Sie Ihre ganze Kompetenz zeigen und Prüfungen souverän meistern können.

Der Kurs richtet sich an Schüler:innen, Studierende und Abiturient:innen.

Bringen Sie gerne auch eigene Themen und Spaß am Experimentieren mit.

64

➤ **Di, 24.03.2026, 18 – 20.15 Uhr**

➤ **Digitaler Kursraum**

➤ **Leitung: Marius Sternitzke**, NLP-Lehrtrainer
DVNLP, LernCoach-Trainer IN

➤ **Kosten: 12,50 €**

➤ **Anmeldefrist: Mo, 23.03.2026**

SICHER AUFTRETEN – SELBSTBEWUSST HANDELN

Einführungsworkshop: Selbstbehauptung für Frauen

Du möchtest lernen, sicher aufzutreten, dich abzugrenzen und in stressigen oder bedrohlichen Situationen handlungsfähig zu bleiben? In unserem Selbstbehauptungskurs für Frauen lernst du Strategien, wie du dich mit Klarheit und Selbstvertrauen behauptest – im Alltag, im Beruf oder in der Öffentlichkeit. Dieser Workshop für Frauen bietet eine Kombination aus theoretischem Wissen, praktischem Training und Stressbewältigung durch Atemübungen – ideal für Einsteigerinnen. Mehr Selbstsicherheit, ein gestärktes Auftreten und konkrete Tools zur Selbstverteidigung ohne Gewalt. Du wirst dir deiner Kraft bewusst und kannst dich in brenzlichen Situationen besser behaupten.

➤ **Sa, 14.03.2026, 9 – 13.30 Uhr**

➤ **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10, 33330 Gütersloh

➤ **Leitung: Simone Landwehr**, Deeskalations-trainerin, Lehrerin

➤ **Kosten: 65 €**

➤ **Anmeldefrist: Fr, 06.03.2026**

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

STÄRKER AUFTRETEN. KLAERER KOMMUNIZIEREN. SOUVERÄN BLEIBEN.

Aufbauworkshop: Selbstbehauptung für Frauen

Du hast bereits einen Selbstbehauptungskurs für Frauen besucht oder erste Erfahrungen mit Deeskalationstechniken, Zivilcourage oder Selbstsicherheitstraining gesammelt? Dann bietet dir dieser Aufbaukurs für Frauen die Möglichkeit, dein Wissen zu vertiefen, dein Auftreten zu stärken und deine Reaktionsfähigkeit weiterzuentwickeln.

Dieser Workshop richtet sich an Frauen, die lernen möchten, in schwierigen oder bedrohlichen Situationen noch sicherer aufzutreten und dabei ihre innere Haltung bewusst einzusetzen.

Inhalte des Aufbaukurses:

- Vertiefung von Körpersprache-Training, Stimmeinsatz und nonverbaler Kommunikation
- Erweiterte Atemtechniken gegen Stress und zur emotionalen Selbstregulation
- Praktische Übungen und Rollenspiele für Konflikt- und Alltagssituationen
- Umgang mit verbaler Aggression, Grenzüberschreitungen und Machtspielen
- Zivilcourage-Training: Strategien, um anderen zu helfen, ohne sich selbst zu gefährden
- Reflexion eigener Verhaltensmuster – neue Strategien entwickeln und festigen

AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

In diesem Selbstbehauptung Aufbaukurs für Frauen lernst du, wie du in Konfliktsituationen noch souveräner und gelassener bleibst. Du entwickelst deine Fähigkeiten im Bereich Gewaltprävention, Stressbewältigung und Selbstsicherheit gezielt weiter – praxisnah, alltagstauglich und wirksam.

➤ **Sa, 18.04.2026, 9 – 13.30 Uhr**

➤ **Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh**
Moltkestraße 10, 33330 Gütersloh

➤ **Leitung: Simone Landwehr**, Deeskalations-trainerin, Lehrerin

➤ **Kosten: 65 €**

➤ **Anmeldefrist: Fr, 10.04.2026**

65



Foto: Adobe Stock

BIBELDORF RIETBERG



66

BIBELDORF RIETBERG

Das Bibeldorf in Rietberg bietet mit seinen nachgebildeten Häusern, Modellen und Exponaten, Darstellungen und filmischen Animationen einen Eindruck in das Leben zur Zeit der Bibel. Sie gehen auf eine Entdeckungsreise und erfahren eine Vielzahl von Einzelheiten zum geographischen, kulturellen und religiösen Raum des Nahen Ostens, besonders zu Israel und Palästina. Über die Realienkunde werden viele biblische Texte neu erfahrbar.

➤ **Öffnungszeiten des Bibeldorfes:**
26.04. – 04.10.2026, Mi – So, 14 – 18 Uhr
Letzter Einlass: 16.30 Uhr

➤ **Eintrittspreise:**
14 € Erwachsene
8 € Kinder und Jugendliche
3 € Sonntagsführung 14.30 Uhr

➤ **Projekte und Führungen auch außerhalb der Öffnungszeiten nur nach Absprache möglich**

➤ **Kontakt: Bibeldorf**
Jerusalemer Straße 2, 33397 Rietberg
Telefon 05244/974974
info@bibeldorf.de
www.bibeldorf.de

Foto: Veranstalter

LAND DER PHARAONEN, CHRISTEN UND MUSLIME Biblische Studienreise nach Ägypten

Ägypten beeindruckt seit jeher mit seinen gewaltigen Pyramiden, der Jahrtausende alten Hochkultur am Nil und seiner bedeutenden Rolle in der Geschichte des Christentums. Auf dieser Reise tauchen wir ein in die Welt der Pharaonen, begegnen dem koptischen Christentum, erleben die Vielfalt des modernen Ägyptens und entdecken die einzigartige Landschaft entlang des Nils.

Wir besuchen geschichtsträchtige Orte wie Luxor, Gizeh, Alexandria und Kairo, besichtigen Tempel, Gräber und Museen und erleben die kulturelle Tiefe eines Landes, das zu den ältesten christlich geprägten Regionen der Welt zählt. Dabei setzen wir uns mit dem Zusammenspiel von Glauben, Macht und Kultur in verschiedenen Epochen auseinander, erkunden die Bedeutung Ägyptens für das nordafrikanische Christentum und entwickeln Verständnis, Offenheit und Respekt für Menschen anderer religiöser und kultureller Traditionen.

➤ **Mo, 23.02. – Mi, 04.03.2026**
Kosten: 2.880 €
Weitere Informationen: info@bibeldorf.de

RIETBERGER PASSIONSSPIEL Der Prozess Jesu (Karfreitag)

Passions- und Osterdarstellungen gehören seit den ersten Jahrhunderten zur christlichen Gemeinde. Sie werden als Verkündigungswege viel früher begangen als Weihnachtsspiele. Der Beginn christlichen Glaubens liegt im Ostergeschehen. Christus wird verherrlicht als der Herr der Auferstehung, der Schuld und Tod besiegte und Menschen in die Nachfolge ruft. Ein historisch-kritischer Zugang zum Prozessgeschehen der Kreuzigung Jesu mit der Methode des Bibliodramas.

➤ **Fr, 03.04.2026, jeweils um 14.30 Uhr,
15.30 Uhr, 16.30 Uhr**
➤ **Kartenpreis: 20 €**
➤ **Informationen: www.bibeldorf.de**



Foto: Veranstalter

67

LIVING HISTORY Lebendige Museumstage

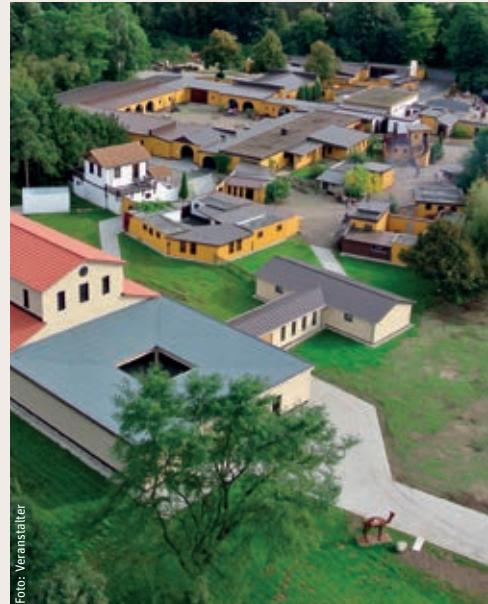
An diesem Tag begegnet man im Bibeldorf zahlreichen Menschen in orientalischen Gewändern. Sie leben unter den Bedingungen, unter denen man vor 2.000 Jahren gelebt hat. Natürlich kennen sie keine modernen Dinge, antworten aber gerne auf Fragen und erzählen aus ihrem Alltag. Man kann mit ihnen reden, wie hart das Leben unter römischer Besetzung ist, aber sie wissen nicht, was Fernsehen, Handys oder Internet bedeuten. Man kann die Handwerker in ihren Werkstätten oder Häusern besuchen, mit ihnen über ihr Leben, ihren Alltag und ihre Welt sprechen.

- **Termin 1: So, 10.05.2026**
- **Termin 2: So, 14.06.2026**
- **Termin 3: So, 05.07.2026**
- **Termin 4: So, 13.09.2026**
- Jeweils 14 – 17.30 Uhr**
- **Kosten: 15 € Erwachsene,**
12 € Kinder und Jugendliche

68

BIBELDORF IM ABENDROT Thematische Vorträge mit anschließendem kleinem Abendessen

- **Termin 1: Mi, 20.05.2026, 19 Uhr**
Jesus und seine Botschaft
- **Termin 2: Mi, 17.06.2026, 19 Uhr**
**Von der Urgemeinde zum Christentum im
Römischen Reich**
- **Kosten: jeweils 20 €**
- **Anmeldung und weitere Information:**
info@bibeldorf.de



Folgen Sie dem Ev. Kirchenkreis Gütersloh schon in den Sozialen Medien?



Über die **App** des Ev. Kirchenkreises Gütersloh
bekommen Sie zudem laufende Informationen
über **unsere Veranstaltungen, Gottesdienste,
Stelleninformationen und Nachrichten**
aus dem Kirchenkreis.



69

Prävention von (sexualisierter) Gewalt in der Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh

70



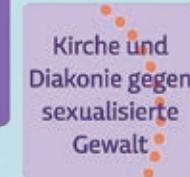
Unser
Schutzkonzept



Ansprechstelle für Betroffene
sexualisierter Gewalt

PRÄVENTION SEXUALISIERTER GEWALT?

Das Kirchengesetz zum Schutz vor sexualisierter Gewalt in der Evangelischen Kirche von Westfalen (KGSSG) verpflichtet alle Mitarbeitenden in der Kirche (Haupt-, Neben- und Ehrenamt) zur Teilnahme an Schulungen zur Prävention sexualisierter Gewalt. Da der Ev. Kirchenkreis Gütersloh sich in der gesamtgesellschaftlichen Verantwortung sieht, alle Menschen – egal ob in der Kirche aktiv oder nicht – für das Thema zu sensibilisieren und zu schulen, ist diese Veranstaltung offen für alle Interessierten.



AUCH FÜR BERUFLICHE
FORT- UND WEITERBILDUNG
GEEIGNET

Inhalte dieser Schulung sind:

Umgang mit Nähe und Distanz/grenzachtendes Verhalten, Definition sexualisierte Gewalt sowie Zahlen und Fakten zum Thema, der rechtliche Rahmen, Wer ist von sexualisierter Gewalt betroffen? Täter:innen, Intervention und Hilfen, das Erweiterte Führungszeugnis und Selbstverpflichtungserklärung/Verhaltenskodex

- Termin 1: Di, 20.01.2026, 9 – 13.30 Uhr
- Termin 2: Di, 14.04.2026, 9 – 13.30 Uhr
- Termin 3: Mi, 13.05.2026, 9 – 13.30 Uhr
- Termin 4: Di, 09.06.2026, 16.30 – 21 Uhr

Konferenzraum des Evangelischen Kirchenkreises Gütersloh
Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh

Leitung: Wolfgang Laubinger, Gemeindepädagoge, Multiplikator Prävention sex. Gewalt, Sebastian Heidbrede, Diplom-Pädagoge, Multiplikator Prävention sex. Gewalt

Kosten: 50 € inkl. Getränke und Imbiss
Die Kosten der Schulung werden für Mitarbeiter:innen und freiwillig Engagierte im Kirchenkreis Gütersloh durch den Kirchenkreis übernommen.

Anmeldung und weitere Informationen:
Fachstelle Prävention sexualisierte Gewalt
in den Kirchenkreisen Bielefeld und Gütersloh
praevention-schulungen@kirche-bielefeld.de

71

FRAGEN & HINWEISE (AGB)

Allgemeine Geschäftsbedingungen der Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh

§ 1 GELTUNGSBEREICH

Auskünfte und Beratungen über unsere Veranstaltungen und Leistungen sowie deren Buchung werden auf der Grundlage der nachfolgenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen erbracht.

§ 2 LEISTUNGEN

1. Die Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh bietet Angebote der Erwachsenenbildung, Fort- und Weiterbildung an.

2. Die Leistungen der Veranstaltungen ergeben sich aus dem jeweiligen Veranstaltungsprogramm.

3. Die Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh verpflichtet sich nur zur Durchführung der gebuchten Veranstaltung entsprechend dem jeweiligen Veranstaltungsprogramm. Eine weitergehende Verpflichtung, wie zum Beispiel die Erzielung eines konkreten Lern- bzw. Prüfungserfolgs, besteht nicht.

§ 3 TEILNAHMEBEDINGUNGEN

1. Die Veranstaltungen der Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh sind für alle Menschen offen.

72

2. Die Teilnahme an einzelnen Veranstaltungen kann jedoch die Erfüllung veranstaltungsspezifischer Teilnahmevoraussetzungen wie z.B. besondere Qualifikationen, spezifische Zielgruppenzugehörigkeit, Geschlecht etc. voraussetzen, sofern es aus sachlichen Gründen erforderlich ist. Diese besonderen Teilnahmevoraussetzungen sind im jeweiligen Veranstaltungsprogramm ausdrücklich genannt. Erfüllen die Teilnehmenden diese Voraussetzungen nicht, können sie an der Veranstaltung nicht teilnehmen.

3. Die Teilnehmenden verpflichten sich, sich in die für die Förderung nach dem Weiterbildungsgesetz notwendigen Anwesenheitslisten der Veranstaltung mit allen geforderten Angaben richtig und vollständig einzutragen.

§ 4 TEILNAHMEGEBÜHREN

Die Teilnahmegebühren der jeweiligen Veranstaltungen sind in den Halbjahresprogrammen und in den Einzelausschreibungen (Flyer) angegeben. Nach der Veranstaltung erhalten Sie eine Rechnung mit der Bitte um Überweisung der Teilnahmegebühr. Bei Bildungsurlauben und mehrtägigen Veranstaltungen erhalten Sie im Vorfeld eine Zahlungsaufforderung. Die Teilnahmegebühren überweise Sie bitte auf folgendes Konto: Ev. Kirchenkreis Gütersloh

IBAN DE 66 3506 0190 2001 1180 32

Verwendungszweck: 520000/Stichwort zur Veranstaltung /Nachname

Bildung soll am Geld nicht scheitern!

Für Menschen in besonderen Lebenssituationen besteht die Möglichkeit einer finanziellen Unterstützung. Bitte melden Sie sich bei Bedarf der Regionalstelle Erwachsenenbildung oder im dazugehörigen Sekretariat für weitere Informationen.

Ehrenamtlich Tätige können in den Kirchengemeinden nach Unterstützung für einzelne Veranstaltungen rund um das Thema Ehrenamt fragen.

§ 5 ANMELDUNG

1. Die Anmeldungen haben schriftlich zu erfolgen (<https://www.kircheg.de/bildung/erwachsenenbildung/anmeldung> oder erwachsenenbildung@kk-ekvw.de) und werden in der zeitlichen Reihenfolge des Eingangs bei der Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh berücksichtigt. Nach der Anmeldung erhalten die Teilnehmenden eine schriftliche verbindliche Anmeldebestätigung. Erst mit der schriftlichen Bestätigung durch die Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh kommt der Vertrag zustande.

2. Sollte eine Veranstaltung zum Zeitpunkt der Anmeldung bereits ausgebucht sein, werden die Teilnehmenden auf einer Warteliste vorgemerkt. Die Reihenfolge auf dieser Warteliste erfolgt nach dem zeitlichen Eingang der Anmeldungen. Im Falle des Freiwerdens eines Teilnehmerplatzes werden die Teilnehmenden darüber informiert und können sich für die Veranstaltung innerhalb einer durch die Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh gesetzten Frist erneut anmelden.

§ 6 ZAHLUNG

1. Die Teilnahmegebühren für die jeweiligen Veranstaltungen sind nach Erhalt der Rechnung innerhalb von 14 Tagen auf das Konto des Ev. Kirchenkreises Gütersloh unter Angabe des Verwendungszwecks und der Rechnungsnummer zu überweisen.

2. Für einzelne Veranstaltungen gelten besondere Zahlungsbedingungen, die in dem jeweiligen Veranstaltungsprogramm (Flyer) ausdrücklich genannt sind. Darunter fallen Bildungsurlaube und mehrtägige Veranstaltungen.

3. Zur Aufrechnung oder Zurückbehaltung gegenüber der Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh sind die Teilnehmenden nur berechtigt, wenn ihre Gegenansprüche rechtskräftig festgestellt, unbestritten oder von der Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh anerkannt sind. Ein Zurückbehaltungsrecht besteht nur, wenn ihr Gegenanspruch aus demselben Vertragsverhältnis hervorruht.

4. Preissteigerungen können nicht ausgeschlossen werden.

§ 7 RÜCKTRITT DER REGIONALSTELLE ERWACHSENENBILDUNG IM EV. KIRCHENKREIS GÜTERLOH

Die Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh ist berechtigt, im Einzelfall von der Durchführung einer Veranstaltung zurückzutreten, wenn die notwendige Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wurde oder in Fällen, die eine Durchführung der Veranstaltung aus wichtigen Gründen unmöglich machen (z. B. eine kurzfristige Erkrankung des:der Dozent:in). In diesem Fall werden bereits gezahlte Teilnahmegebühren vollständig erstattet. Weitere Ansprüche stehen den Teilnehmenden nicht zu.

§ 8 RÜCKTRITT (ABMELDUNG) DER TEILNEHMENDEN

1. Die Teilnehmenden sind berechtigt, bis 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung von dem Vertrag zurückzutreten.

2. Der Rücktritt (Abmeldung) muss schriftlich erfolgen.

3. Wird der Rücktritt erst innerhalb der 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung erklärt, haben die Teilnehmenden die vollen Teilnahmegebühren zu entrichten. Kann der freie Teilnehmerplatz jedoch durch einen Teilnehmenden von der Warteliste besetzt werden, wird keine Teilnahmegebühr erhoben.

4. Soweit der/die Teilnehmende ohne vorherigen schriftlichen Rücktritt (Abmeldung) an einer Veranstaltung nicht teilnimmt, steht ihm kein Anspruch auf Erstattung der bereits gezahlten Teilnahmegebühren zu.

5. Für einzelne Veranstaltungen (Studieneisen, Langzeitfortbildungen, Veranstaltungen mit Übernachtungen) gelten besondere Rücktrittsbedingungen, die in dem jeweiligen Veranstaltungsprogramm (Flyer) ausdrücklich genannt sind.

6. Das gesetzliche Widerrufsrecht wird durch diese Regelung zum Rücktritt der Teilnehmenden nicht berührt und gilt vorrangig.

§ 9 WIDERRUFSBELEHRUNG

Widerrufsrecht:

Teilnehmende haben das Recht, binnen 14 Tagen ohne Angaben von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beträgt 14 Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns:

Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh
Moltkestraße 10, 33330 Gütersloh, E-Mail: erwachsenenbildung@kk-ekvw.de.
Telefon: 05241 / 234 85-130

mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief oder eine E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs:

Wenn Sie diesen Vertrag wirksam widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich eventueller Lieferkosten unverzüglich und spätestens binnen 14 Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrages bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet.

Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistungen während der Widerrufsfrist beginnen sollen, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.
Ende der Widerrufsbelehrung

§ 10 HAFTUNG DER REGIONALSTELLE ERWACHSENENBILDUNG IM EV. KIRCHENKREIS GÜTERLOH

Der Ev. Erwachsenen- und Familienbildung Westfalen und Lippe e. V. übernimmt für Schäden der Teilnehmenden – insbesondere an von diesen in die Veranstaltungsstätte eingebrachten Gegenständen – keine Haftung. Dieser Haftungsausschluss gilt nicht

> für Ansprüche auf Schadensersatz wegen einer grob fahrlässigen oder vorsätzlichen Pflichtverletzung durch den Ev. Erwachsenen- und Familienbildung Westfalen und Lippe e. V. bzw. dessen gesetzlicher Vertreter oder Erfüllungshelfer,

> für Ansprüche auf Schadensersatz wegen einer Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit, soweit diese Ansprüche auf einer fahrlässigen Pflichtverletzung des Ev. Erwachsenen- und Familienbildung Westfalen und Lippe e. V. oder einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung

eines gesetzlichen Vertreters oder Erfüllungshelfers des Ev. Erwachsenen- und Familienbildung Westfalen und Lippe e. V. beruhen und > bei Haftung wegen Vorsatzes.

§ 11 TEILNAHMEBESCHEINIGUNG

Die Teilnehmenden erhalten von der Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung über ihre erfolgte Teilnahme an der jeweiligen Veranstaltung.

§ 12 DATENSCHUTZ

Die Erhebung, Speicherung und Verarbeitung personenbezogener Daten der Teilnehmenden findet ausschließlich gemäß DSG-EKD, EU-DSGVO, Bundesdatenschutzgesetz (BDSG – neu) und der übrigen gesetzlichen Vorschriften statt.

Die bei der Anmeldung erhobenen persönlichen Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung (§ 6 Absatz 5 DSG-EKD 2018) verwendet. Die Bestandsdaten wie Vorname, Name, Straße, Nummer, PLZ, Ort, werden für den Vertragsabschluss benötigt. Ohne die Angaben kann kein Vertrag geschlossen werden. Für die Abfrage der Kontaktdaten (Telefon-Nr., E-Mail) liegt unser berechtigtes Interesse (§ 6 Absatz 8 DSG-EKD 2018) vor, damit wir Sie bei Veranstaltungänderungen unmittelbar kontaktieren können. Liegen uns diese Daten nicht vor, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig über mögliche Änderungen informieren.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch erfasst, verarbeitet und gespeichert. Die Daten sind für die Veranstaltungsdurchführung und -abwicklung in Datenbanken und Anwendungen gespeichert. Zugriff haben lediglich die in den Prozess involvierten Mitarbeitenden, Dozent:innen und unsere IT-Abteilung. Die Nichtangabe von freiwilligen Daten hat keine Auswirkungen. Unsere Veranstaltungen werden öffentlich gefördert. Für die Inanspruchnahme der Förderung ist die Erhebung von Daten über Teilnehmendenlisten mit Pflichtangaben für die fördernde Stelle notwendig. Diese Teilnehmendenlisten müssen für die Auszahlung der Zuschüsse an die öffentliche Stelle, z. B. den Regierungsbezirk, weitergeleitet werden.

Eine Löschung der Daten erfolgt unter Berücksichtigung der aktuell gesetzlichen Aufbewahrungsfristen, nach Ablauf der Frist stets zu Anfang des Folgejahres.

Hat der/die Teilnehmende der Verwendung der jeweiligen Bestands- und Kontakt- daten für die Zusiendung von aktuellen Informationen zu Veranstaltungen der Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh zugestimmt, bleiben diese Daten im Verteiler. Diese Einwilligung kann jederzeit per E-Mail an erwachsenenbildung@kk-ekvw.de widerrufen werden.

§ 13 SCHLUSSBESTIMMUNGEN

1. Soweit die gesetzlichen Regelungen nicht entgegenstehen, ist Erfüllungs- und Zahlungsort des Vertrages der Geschäftssitz der Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh in Gütersloh.

2. Die etwaige Unwirksamkeit einer Bestimmung dieser Allgemeinen Geschäftsbedingungen lässt die Wirksamkeit der übrigen Bestimmungen unberührt. Die unwirksame Bestimmung ist durch eine einentsprechende wirksame Bestimmung zu ersetzen, die der angestrebten wirtschaftlichen Regelung am nächsten kommt, die die Parteien, hätten sie die Unwirksamkeit der Bestimmung gekannt, getroffen hätten. Im Übrigen gelten die entsprechenden gesetzlichen Vorschriften.

Stand 29.04.2025

73

ANMELDUNG

Melden Sie sich gerne per E-Mail mit allen erforderlichen Angaben unter erwachsenenbildung@kk-ekvw.de an oder nutzen Sie das digitale Anmeldeformular auf der Seite der Erwachsenenbildung: www.kirchegt.de/bildung/erwachsenenbildung/anmeldung

Gerne können Sie auch den hier abgedruckten Vordruck verwenden und ihn an Ev. Erwachsenenbildung Gütersloh (Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh) senden. Sie erhalten dann eine Anmeldebestätigung per E-Mail.



SEMINARTITEL

VERANSTALTUNGSDATUM

74

NAME, VORNAME

STRASSE

PLZ, WOHNORT

TELEFON

E-MAIL-ADRESSE

Die Veranstaltungsabwicklung inkl. der elektronischen Datenverarbeitung geschieht auf Grundlage der Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB). Mit meiner Unterschrift ist die Anmeldung verbindlich und ich erkenne die AGB mit den Datenschutzhinweisen an. Die AGB sind im Halbjahresprogramm veröffentlicht.

DATUM, UNTERSCHRIFT



Diakonin
Sylvia Henselmeyer

Diakonin
Maxie Kordes

Diakonin
Jessica Schwan

Katharina Rommel

Evangelischer Kirchenkreis Gütersloh
Referat Erwachsenenbildung
Moltkestraße 10, 33330 Gütersloh
Telefon 05241 / 234 85-130

Informationen und Anmeldungen über das Sekretariat Erwachsenenbildung:
Bürozeiten: Mo – Do 9 – 12 Uhr
Telefon 05241 / 234 85-127
E-Mail: erwachsenenbildung@kk-ekvw.de

Die Regionalstelle für Erwachsenenbildung im Evangelischen Kirchenkreis Gütersloh fördert und koordiniert Veranstaltungen der Erwachsenenbildung in den Gemeinden und im Kirchenkreis. Als Teil des Evangelischen Erwachsenenbildungswerks Westfalen und Lippe e. V. in Dortmund stehen wir vor Ort für:

- die Entfaltung der Persönlichkeit
- die Klärung von Existenz- und Glaubensfragen
- die Befähigung zu einem sozialen und verantwortungsbewussten Zusammenleben in der Gesellschaft und mit der Natur
- die Vermittlung von Wissen und Fähigkeiten für Alltag und Beruf



Mit unseren Gutscheinen können Sie auch Veranstaltungen des Ev. Kirchenkreises Gütersloh verschenken! Bei Interesse melden Sie sich gerne telefonisch oder per E-Mail.



75

VERANSTALTUNGEN 1 / 2026

JANUAR

05.01. – 16.03.	Feldenkrais-Kurs: Spannungen lösen – 11 Termine	S. 29
06.01.	Krippenfahrt: Weihnachtliches Brauchtum im Osnabrücker Land	S. 14
09.01.	Bibel, Beten & Bier	S. 06
09.01.	Treffpunkt Meditation: Neige deines Herzens Ohr	S. 07
10.01.	Kirchen + Kino: Die Saat des heiligen Feigenbaums	S. 08
15.01.	Schreibwerkstatt: Einfach Schreiben	S. 20
17.01.	Schreibwerkstatt: Raum für Neues	S. 08
19.01. – 23.03.	Hatha-Yoga Kurs – 10 Termine	S. 30
21.01.	Stimmprävention für eine gesunde Stimme im (Berufs-)Alltag	S. 28
24.01.	Kreativer Workshop: Loslassen – Raum schaffen für Leichtigkeit und Neubeginn	S. 53
25.01.	Erfahrungsaustausch Hochsensibilität	S. 59
27.01.	Impulsabend: Mit Ruhe ins neue Jahr	S. 31
30.01.	Zeit für Ruhe und Entspannung	S. 31

76

FEBRUAR

02.02. – 23.02.	Achtsamer Montag – 4 Termine	S. 32
03.02.	Workshop: KI als Alltagshelfer	S. 54
03.02.	Online-Workshop: IW KI Textarbeit erleichtert	S. 54
06.02.	Treffpunkt Meditation: Neige deines Herzens Ohr	S. 07
07.02.	Das demenz-Balance Modell: verstehen – erleben – begleiten	S. 39
07.02.	Kirchen + Kino: Die Fotografin	S. 08
12.02.	Schreibwerkstatt: Einfach Schreiben	S. 20
12.02.	Ausflug: Technik, die unterstützt	S. 55
15.02. – 21.02.	Bildungs- und Begegnungsreise: Madurai erleben	S. 15
18.02. – 18.03.	Zertifikatskurs Ehrenamtliche Schlaganfall-Helfende – 11 Termine	S. 25
20.02.	Führungsverhalten im Klassenzimmer – Habe ich meine Klasse im Griff?	S. 24
25.02. – 25.03.	Exerzitien im Alltag: Schweige und Höre – 4 Termine	S. 09
26.02.	Autorinnenlesung: Frau Müller, die Migrantin	S. 19
26.02.	Literaturoptalkreis: Teilen, was uns verbindet – Abschiedsfarben	S. 23
27.02.	Führung durch die Klima-Erlebniswelt Oerlinghausen – Urland	S. 48
28.02.	Frauenfrühstück: Kraftquellen	S. 62

77

MÄRZ

02.03. – 22.03.	Achtsamer Montag – 4 Termine	S. 32
03.03.	Entspannung für Körper und Geist	S. 32
04.03.	Aufgehorcht und Mitgemischt: Nigeria – Begegnung mit einem fremden Land	S. 63
06.03.	Letzte Hilfe	S. 39
06.03.	Treffpunkt Meditation: Neige deines Herzens Ohr	S. 07
06.03. – 07.03.	Workshop: Resilienz – das Immunsystem für die Seele	S. 33
07.03.	Kirchen + Kino: Mit der Faust in die Welt schlagen	S. 08
12.03.	Vortrag: Autismus in unserer Mitte	S. 59
12.03.	Online-Veranstaltung: G*tt ist queer	S. 13
12.03.	Familienkino für Alle – Paddington in Peru	S. 16
14.03.	Einführungsworkshop: Selbstbehauptung für Frauen	S. 64
14.03.	Wie erstelle ich eine Patientenverfügung?	S. 40
17.03.	Entspannung für alle Sinne	S. 33
18.03.	Friedhofsführungen: Die letzte Wohnstatt	S. 38
18.03.	Musikalische Lesung: Literatur & Leben	S. 20
18.03.	Impulsabend: Veränderte Arbeitswelt – veränderte Führung?!	S. 26
21.03.	Schreibwerkstatt: Dein Wortschatz – "Blütezeit"	S. 21
22.03.	Erfahrungsaustausch Hochsensibilität	S. 59
24.03.	Digitaler Workshop: Sprach- und Handlungsfähig bleiben und werden	S. 15
24.03.	Führe ich mein Team gut? – Führung Heute	S. 26
24.03.	Seminar: Stressige Prüfungen einfach meistern	S. 64
26.03.	Auf sich selbst Acht geben – Professionell handeln und gesund bleiben	S. 27
26.03.	Kräutervortrag: Die Kräuter der Gründonnerstagssuppe und ihre Bedeutung	S. 49
28.03.	Workshop: Den Übergang zum nächsten Lebensabschnitt bewusst gestalten	S. 34
28.03.	Frauenfrühstück: Weißt du wirklich, was du sagst?	S. 63
28.03.	Tag der Meditation: Werde ruhig, mein Herz	S. 10
30.03. – 11.05.	Feldenkrais-Kurs: Spannungen lösen – 6 Termine	S. 29

APRIL

10.04. – 12.04.	Christliches Yoga-Wochenende: Bewahre dein Herz, denn daraus sprudelt das Leben	S. 11
11.04.	Kirchen + Kino: Helden	S. 08
13.04. – 22.06.	Hatha-Yoga Kurs – 10 Termine	S. 30

15.04. – 06.05.	Achtsam in den Abend – 4 Termine	S. 37
15.04.	Aufgehorcht und Mitgemischt: Geschichten vom Stuwwelpeter	S. 63
15.04.	Friedhofsführungen: Die letzte Wohnstatt	S. 38
15.04.	Kräutergang: Wilde Frühlingskräuter im Botanischen Garten	S. 49
16.04.	Nachhaltige Kirchenasyl-Praxis	S. 27
17.04.	Zeit für Ruhe und Entspannung	S. 31
18.04.	Aufbaukurs: Selbstbehauptung für Frauen	S. 65
19.04.	Stiller Stadtrundgang	S. 60
20.04.	Workshop: Sicher sprechen statt Lampenfieber	S. 55
21.04. – 26.05.	Raus aus dem Kopf, rein in die Ruhe – 6 Termine	S. 34
22.04.	Seminar: Leichter lernen – Menschen mit Legasthenie und Dyskalkulie gezielt unterstützen	S. 61
25.04.	Oasentag: Hörst du die Stille?	S. 12
25.04. – 26.04.	Wochenendseminar: Wie Konfliktgespräche gelingen	S. 56
26.04.	Autorinnenlesung: Zuversicht	S. 22

MAI

06.05.	Aufgehorcht und Mitgemischt: Paul Gerhardt	S. 63
09.05.	Stadtrundgang & Konzert: Gütersloh – Musikalisch	S. 16
09.05.	Seminar: Ständig unter Strom – geht das gut?	S. 37
11.05.	Intuitives Bogenschießen – Schnupperangebot	S. 35
16.05.	Workshoptag: Gelassen bleiben in bewegten Zeiten – Wie geht das?	S. 57
17.05. – 22.05.	Bildungsurlaub: Resilienz in Alltag und Beruf	S. 44
18.05. – 20.07.	Feldenkrais-Kurs: Spannungen lösen – 9 Termine	S. 29
20.05.	Friedhofsführungen: Die letzte Wohnstatt	S. 38
28.05.	Literaturgesprächskreis: Teilen was uns verbindet – Der Bademeister ohne Himmel	S. 23

JUNI

03.06.	Aufgehorcht und Mitgemischt: Irische Segenswünsche	S. 63
04.06. – 07.06.	Segeln: Teambuilding für Jung und Alt	S. 51
10.06.	Literaturgesprächskreis: Haribo – So schmeckt das Glück	S. 20
11.06.	Autorinnenlesung: Frau Müller, die Migrantin	S. 19
11.06.	Familienkino für Alle – Lassie – Ein neues Abenteuer	S. 16

12.06.	Mit Jung und Alt durch den Stadtpark	S. 50
12.06.	Treffpunkt Meditation: Neige deines Herzens Ohr	S. 07
13.06.	Intuitives Bogenschießen – Interaktiver Workshop	S. 35
17.06.	Friedhofsführungen: Die letzte Wohnstatt	S. 38
17.06.	Intuitives Bogenschießen: Zielsicher in den (Feier-)Abend	S. 36
18.06.	Workshop: ADHS bei Kindern und Erwachsenen	S. 60
24.06.	Kräutergang: Wilde Sommerkräuter im Botanischen Garten	S. 49
24.06.	Intuitives Bogenschießen: Zielsicher in den (Feier-)Abend	S. 36
26.06.	Zeit für Ruhe und Entspannung	S. 31

JULI

01.07.	Intuitives Bogenschießen: Zielsicher in den (Feier-)Abend	S. 36
08.07.	Intuitives Bogenschießen: Zielsicher in den (Feier-)Abend	S. 36
10.07.	Führung: Gartenkunst im Stadtpark & Botanischen Garten	S. 50
15.07.	Intuitives Bogenschießen: Zielsicher in den (Feier-)Abend	S. 36

TERMINE AUF ANFRAGE

Gesprächskreis: Brot & Bibel	S. 13
Impuls & Austausch: Über die Auswirkungen des Klimawandels in Tansania und in Deutschland	S. 17
Bericht: Partnerschaftsreise Tansania	S. 17
Bibeldorf Rietberg	S. 66
Informationen & Schulungen Prävention sexualisierter Gewalt	S. 70

AUSBLICK 2/2026

06.07. – 08.07.	Bildungsurlaub: Gelassen und Klar	S. 45
07.09. – 09.09.	Bildungsurlaub: Fließende Energie, klare Gedanken	S. 46
17.09.26 – 18.06.27	Zertifikatskurs: Neurodiversitäts-Coaching	S. 43
27.09. – 02.10.	Bildungsurlaub: New Leadership – Führen Heute	S. 45
04.10. – 09.10.	Bildungsurlaub: Workflow – von der Idee zum fertigen Projekt	S. 47
08.10.	Praxisseminar: Veränderte Arbeitswelt – veränderte Führung	S. 42
18.10. – 23.10.	Bildungsurlaub: Dem Geheimnis der eigenen Kraft auf der Spur	S. 47



Impressum

Herausgeber und Bezugsadresse:

Regionalstelle Erwachsenenbildung im Ev. Kirchenkreis Gütersloh

Moltkestraße 10 – 12, 33330 Gütersloh

Telefon: 0 52 41 / 2 34 85-127 (Sekretariat)

E-Mail: erwachsenenbildung@kk-ekvw.de

Verantwortlich und Redaktion: Superintendent Frank Schneider,

Sylvia Henselmeyer, Maxie Kordes, Jessica Schwan

Auflage: 3.000 Exemplare

<https://www.kirchegte.de/bildung/erwachsenenbildung>

Anregungen, Lob, Kritik, ...?

Schreiben Sie uns gern eine Nachricht:

erwachsenenbildung@kk-ekvw.de