



## Impro-Theater

**Donnerstag, 6. Juni 2019** 18.30 – 21.15 Uhr  
**Wolfschlugen, Kath. Gemeindehaus St. Josef, Nürtinger Str. 3**

Egal, ob du schon Erfahrungen mit Theaterspielen gemacht hast oder ob du es das erste Mal ausprobieren möchtest: Improvisationstheater spielen können alle! Theater ohne Regie und Textbuch, dafür aber mit ganz viel Kreativität und Spaß. Durch gegenseitige Inspiration entstehen spontane Szenen und verrückte Geschichten und Figuren, die keine Grenzen kennen. Keine Vorkenntnisse erforderlich!

Leitung: Alessa Koch, Sozialpädagogin (FH)

10,00 €

**Anmeldung bis 23. Mai**



## Kunst aus Glas Bilderrahmen kreativ gestalten

**Samstag, 6. Juli** 9.30 – 16.30 Uhr  
**Werkstatt in Wolfschlugen, Rathausstr. 28 B**

Glas schneiden, schleifen, einfassen, löten ... So entsteht mit der Tiffanytechnik aus bunten Glasstücken ein individueller, kreativer Bilderrahmen für Fotos in Größe von 13 x 18 cm oder kleiner. Wer das mal ausprobieren möchte, ist in diesem Workshop richtig.

Sandra Feuerecker, Kunstglaserin, Glasdesignerin

35,00 € | 20,00 € Kurs, 15,00 € Material

**Anmeldung bis 25. Juni** **kreuz & quer**

In Kooperation mit kreuz&quer dem Programm für junge Erwachsene im Kath. Bildungswerk Stuttgart



## Gut reden können Überzeugen, argumentieren, den eigenen Standpunkt finden

**Samstag, 25. Mai** 9.45 – 17.30 Uhr  
**Wendlingen, Kath. Gemeindezentrum, Bürgerstr. 4**

Reden können und gute Argumentation gehören zum täglichen Handwerkszeug, ob im Privaten oder im Beruflichen. Heute hängt vieles im Leben zunehmend von der Fähigkeit ab, selbstsicher aufzutreten, direkt und genau Menschen und Probleme anzusprechen, zuzuhören sowie logisch, klar und verständlich zu argumentieren und zu überzeugen. Und oft müssen Versammlungen, Gesprächsrunden u.a. moderiert werden. In unserem Workshop sollen Argumentationstechniken erlernt und rhetorische Kompetenzen erweitert werden. Wir arbeiten mit Übungen zur freien Rede, Atemtechniken, Rezitation, mit Rollenspielen und Fremd- und Selbstbeobachtung. Auch die nonverbale Kommunikation - Körpersprache, Gestik und Mimik - wird einbezogen. Der Workshop setzt auf aktive Beteiligung.

Birgit Meyer, Prof. Dr. phil. habil.

40,00 €

**Anmeldung bis 7. Mai**

**Anmeldung und weitere Informationen:**



Katholische Erwachsenenbildung  
im Landkreis Esslingen e.V.

Untere Beutau 8 - 10  
73728 Esslingen  
Tel. 07 11 - 38 21 74  
info@keb-esslingen.de  
www.keb-esslingen.de

**Verantwortlich für den Bereich Junge Erwachsene**  
Christine Scholder, Bildungsreferentin



# Grenzen testen Neues ausprobieren



Foto: Hammrock, Pixabay

**März bis Juli 2019**

Angebote für junge Erwachsene  
von 18 bis 32 Jahren



Eine Initiative der katholischen Erwachsenenbildung  
im Landkreis Esslingen e.V.



**„Heaven meets earth“  
Ein Wochenende im Kloster Sankt Ottilien**

**Freitag, 15. März 18.00 Uhr**  
**bis Sonntag, 17. März 14.00 Uhr**  
**Erzabtei St. Ottilien, Bayern**

An diesem Wochenende gönnen wir uns eine kleine Auszeit. Im christlich-buddhistischen Meditationskurs im Stil des Zen geht es um Entspannung und Entschleunigung. Wir lernen verschiedene Elemente des Meditierens kennen, wie z.B. die Geh- und Sitzmeditation, Meditieren mit der Klangschale, Schweigen und eine Teezeremonie. Wer möchte, kann den Klosteralltag mit den Gebetszeiten erleben, auf dem Klostergelände das einzigartige Graffiti-Kunstprojekt „heaven meets earth“ kennenlernen und mit den Mönchen ins Gespräch kommen oder einfach Zeit für sich genießen.

[www.heavenmeetsearth.de](http://www.heavenmeetsearth.de)  
[www.erzabtei.de](http://www.erzabtei.de)

Anreise in Eigenregie. Wir bieten Unterstützung bei der Bildung von Fahrgemeinschaften.

Leitung:  
Christine Scholder, Bildungsreferentin, Esslingen  
125,00 € | 110,00 € Vollpension, 15,00 € Kursgebühr

**Anmeldung bis 7. Februar**



**Karriereberatung Workshop**

**Samstag, 30. März 9.00 – 17.00 Uhr**  
**Plochingen, Kath. Gemeindehaus St.Konrad,  
Hindenburgstraße 57**

In einem eintägigen Seminar setzen sich junge Erwachsene mit ihren Lebens- und Berufszielen auseinander. Die jungen Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden professionell von der Diplom-Psychologin Dorothea Böhm begleitet, die sich mit ihrer Beratung JCC Junior Career Coaching auf Karriereberatung von jungen Menschen spezialisiert hat. Vorgesehen sind ein Persönlichkeitstest mit Potentialanalyse in der Gruppe sowie ein halbstündiges Einzelgespräch für jeden Teilnehmenden. Parallel dazu besteht die Möglichkeit, sich in Einzel- und Gruppenarbeit mit persönlichen und beruflichen Kompetenzen zu beschäftigen. Wir zeigen konkrete Schritte zur Umsetzung der Erwartungen und Ziele auf und geben individuelle Empfehlungen.

Dorothea Böhm, Dipl.-Psychologin, JCC Junior Career Coaching, München  
Christine Scholder, Bildungsreferentin, Esslingen  
80,00 €

**Anmeldung bis 12. März**



**Abseilen vom Kirchturm - Workshop  
„Selbstvertrauen und Grenzerfahrung“**

**Samstag, 11. Mai 9.00 – 17.00 Uhr**  
**Nürtingen, Kath. Gemeindehaus St. Johannes,  
Vendelastr. 28 / Kirchturm der Stadtkirche  
St. Laurentius**

Mit 190 Schritten den Kirchturm erklimmen – aber stufenlos und auf direktem Weg hinuntergehen... Nimmst du die Herausforderung an und lässt dich vom Kirchturm der Nürtinger Stadtkirche abseilen? Grenzen begegnen uns in vielen Situationen. Wie gehen wir damit um? Was hilft uns, Herausforderungen anzunehmen? Was hält uns davon ab? Wie verändert uns eine Grenzerfahrung? Wie treffen wir Entscheidungen? Was ist förderlich, wenn es darum geht, die eigene Komfortzone zu erweitern? Wie groß ist das Vertrauen in mich selbst und meine Kräfte? Theoretische Inputs, selbstreflexive Elemente und praktische Übungen bereiten uns auf den Nachmittag vor. Da wird es dann nämlich ernst: Nach der Mittagspause haben wir Gelegenheit, uns selbst in einer Grenzerfahrung zu erleben. Unter Anleitung kann sich, wer mag, vom Turm der Nürtinger Laurentiuskirche abseilen lassen: Anseilen, über die Brüstung klettern, auf dem Mauersims stehen, runter schauen, die ersten Schritte am Turm hinunter wagen und dabei vielleicht sogar noch den Ausblick genießen!

Dorit Hermann, Kommunikationstrainerin  
Peter Rieger, Kletterer und Gleitschirmfluglehrer  
20,00 €

**Anmeldung bis 30. April**

In Kooperation mit der Ökumenischen  
Hochschule Seelsorge Nürtingen

