



Career Coaching Workshop

Samstag, 27. Februar 2027 9.00 - 18.00 Uhr
Plochingen, Kath. Gemeindezentrum St. Konrad,
Hindenburgstr. 57

Unter der Leitung von Diplom-Psychologin Dorothea Böhm, Karrierecoach und Personalberaterin, geht es in diesem Seminar um persönliche und berufliche Kompetenzen der Teilnehmenden. Mit einer wissenschaftlichen psychologischen Potentialanalyse werden persönliche Leistungseigenschaften, Kommunikationsverhalten und Arbeitseinstellungen treffsicher erfasst. Im nachfolgenden Einzelgespräch gibt die Referentin konkrete Empfehlungen, welche Studienfächer, Ausbildungen, Tätigkeiten, welches Arbeitsumfeld und welche Branche je nach Lebenssituation zu den Teilnehmenden passen. Dorothea Böhm hat sich mit ihrer Beratung ECC European Career Coaching seit 40 Jahren auf Personalbeurteilung in Firmen spezialisiert und ist mit JCC Junior Career Coaching seit 30 Jahren ausgewiesene Expertin in der Karrierefindung junger Menschen.

115,00 € Verdienende
95,00 € Nichtverdienende

Anmeldung bis 18. Februar

In Kooperation mit der Kath. Kirchengemeinde St. Konrad



Heaven meets earth Meditationswochenende im Kloster St. Ottilien

Freitag, 4. Juni 18.00 Uhr bis
Sonntag, 6. Juni 2027, 14.00 Uhr
Erzabtei St. Ottilien, Bayern

Meditation, Entspannung, Entschleunigung – im christlich-buddhistischen Meditationskurs lernen wir verschiedene Elemente des Meditierens kennen, wie z.B. achtsames Gehen, Sitzmeditation mit Schweigen, Meditieren mit der Klangschaale, leichte Körperübungen oder eine Teezeremonie. Wer möchte, kann auch die Gebetszeiten der Benediktiner erleben, auf dem Kloster-gelände das einzigartige Graffiti-kunstprojekt „heaven meets earth“ kennenlernen oder einfach Zeit für sich und einen wunderbaren Blick auf die Alpen genießen.

Pater Augustinus Pham, St. Ottilien
Christine Scholder, Bildungsreferentin
190,00 € Vollpension im Zweibettzimmer

Anmeldung bis 1. April



kebesslingenjin



JIN und JIN Plus

Verantwortlich für den Bereich Junge Erwachsene

Christine Scholder, Bildungsreferentin
christine.scholder@keb-esslingen.de

Anmeldung und weitere Informationen über unsere
Webseite www.keb-esslingen.de



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



jung, innovativ, nah

Foto: Lauren Richmond/Junplash.com



Oktober 2026
bis Februar 2027

Angebote für junge und
junggebliebene Erwachsene

 **JIN 18 bis 32 Jahre**

 **JIN Plus bis 49 Jahre**



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



Foto: Fotograf und Savoy Ballroom, Harlem 1941



Lindy Hop
Tanzworkshop

Donnerstag, 22. Oktober 2026 19.00 - 22.00 Uhr
Esslingen, Sportpark Weil, Weilstr. 199

Lindy Hop ist ein lebendiger Swing-Tanz, der in den 1920er und 30er Jahren als Straßentanz der afroamerikanischen Community in Harlem entstand und bis heute weltweit gemeinsam getanzt wird. Anders als bei klassischen Paartänzen gibt es keine festen Geschlechterrollen, jede und jeder kann führen oder folgen. Das macht ihn besonders offen, gleichberechtigt und einladend für alle.

Wir tauchen gemeinsam in die Bewegungen und Abfolgen ein, die aus diesem Tanz heraus entstehen. Es geht uns weniger um feste Schritte oder Figuren, sondern darum, die Sprache des Tanzes zu lernen, damit wir miteinander kommunizieren und in den Dialog treten können. Eine lebendige Community trägt Lindy Hop weltweit weiter und macht ihn bis heute zu einem internationalen Phänomen. Wer Lust auf Bewegung, Begegnung und Freude an Musik hat, ist hier genau richtig.

Vorkenntnisse sind nicht nötig, du musst auch keinen Tanzpartner mitbringen, nur Offenheit. Die gute Laune kommt dann von selbst.

Keng Tran, leidenschaftlicher Swing und Blues Tänzer

32,00 €

Anmeldung bis 15. Oktober



Upcycling - vom T-Shirt zum gewebten Kunstwerk
Kreativworkshop

Mittwoch, 11. November 2026 18.00 - 21.00 Uhr
Esslingen, fairKauf Laden, Sirnauerstr. 7

Aus alten T-Shirts Neues schaffen: In diesem kreativen Workshop verwandeln wir ausgediente Kleidung in Garn und gestalten phantasievolle Kunstwerke wie z.B. eine kleine Handtasche, Schlüsselanhänger, Schmuck ... Wir probieren verschiedene Materialien aus, experimentieren und geben uns Raum für kreatives Denken und eigene Ideen. Neben der praktischen Umsetzung geht es um Upcycling im Alltag. Bringt gerne aussortierte T-Shirts (z.B. aus Jersey-Stoff) mit.

12,00 (inkl. Material)

Anmeldung bis 3. November

In Kooperation mit youngcaritas
und fairKauf Laden
Caritas Fils-Neckar-Alb Esslingen



Brot und Brötchen frisch aus dem Ofen
Kulinarischer Workshop

Samstag, 28. November 2026 11.00 - 15.30 Uhr
Oberboihingen, Kath. Gemeindehaus, Friedhofstr. 1

In diesem Backkurs erfährst du, worauf es bei der Herstellung von knusprigen Brötchen und saftigem Brot ankommt. Der Schwerpunkt liegt auf aromatischen Backwaren aus Dinkel und Weizen. Wir stellen gemeinsam ein Vollkorn-Toastbrot, ein traditionelles Netzbrot, eine Focaccia und verschiedene Frühstücksbrötchen her. Zum Abschluss verkosten wir die Backwaren mit einem leckeren Aufstrich und du erhältst wertvolle Hinweise, woran du die Qualität eines guten Brotes erkennst. Alle Rezepte werden zum Mitnehmen bereitgestellt, damit das Gelernte direkt in der eigenen Küche gelingsicher umgesetzt werden kann.

30,00 € (20,00 € Kurs, 7,00 € Material, 3,00 € Getränke)

Anmeldung bis 19. November



Lästige Aufgaben meistern lernen -
Strategien gegen das Aufschieben
Workshop

Samstag, 23. Januar 2027 9.00 - 15.00 Uhr
Online über Zoom

In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit dem Thema Aufschieben. Der psychologische Fachbegriff dafür lautet Prokrastination. Wir lernen die Gründe kennen, weshalb wir bestimmten Aufgaben ausweichen und stattdessen weniger wichtige Dinge tun. Anhand der vorgestellten Strategien und Zeitmanagement-Techniken üben wir, wie wir unsere eigenen Aufschiebeprojekte planen, uns dafür motivieren und sie meistern können.

Beate Fuchs, Bildungsreferentin und freiberufliche Seminarleiterin

40,00 € Verdienende
30,00 € Nichtverdienende

Anmeldung bis 19. Januar

In Kooperation mit der ökom.
Hochschule Seelsorge Nürtingen



Foto: Shayan Rostami/unsplash.com

