



WORKSHOPS

Vor- und nachmittags

1. **BIBLE - Gottes Wort - ART- kreativ gestalten JOURNALING -** ähnlich wie ein Tagebuch

Bible Art Journaling ist eine Methode, das Wort Gottes kreativ zum Ausdruck zu bringen. Mit Farben, Formen, Mustern, wird gestaltet, was einen berührt, erfreut, überrascht, Gottes Wort wird sichtbar und ermöglicht eine völlig andere Perspektive. Texte und Materialien werden gestellt. Nicht nur für einen selbst ein Gewinn, sondern in der Gemeindegemeinschaft sehr gut anzuwenden.

Deborah Maschner; *Kunsttherapeutin +Künstlerin Kreativhof Neukirchen*

2. **Christliches Yoga - bewegt, gestärkt und entspannt**

Entdecke deinen Körper neu als Resonanzraum für deinen Glauben und deine Spiritualität. Erlebe, wie die Yogaübungen dich stärken, dehnen und aufrichten, die Atemtechniken dich erfrischen und du in der Entspannung still und ruhig wirst. Spüre wie das Wort Gottes dich bewegt, wie du mit deinem Körper beten kannst und deine Seele und dein Geist frei und leicht werden.

Vormittags: Schnupperkurs für Neulinge

Pia Wick, *zertifizierte Yogalehrerin, Institutsleiterin*

3. **„Meine Verheißung hat mir wirklich mehr versprochen ...“**

Visionen wagen mit Texten von Dorothee Sölle

Schwerter zu Flugscharen, der Wolf neben den Lämmern: sind die biblischen Verheißungen mehr als nur schöne Träume? Vielleicht sogar kraftvolle Visionen, die unsere Welt verändern können? Die Visionärin Dorothee Sölle hat Texte voller Kraft geschaffen, die mitten in unsere Zeit hineintreffen. Wir wollen ausprobieren, welcher Traum bei uns Lust auf Verwirklichung weckt und uns Türen für die Zukunft öffnet.

Irene Diller, *Kirchenrätin, Stabsstelle Vielfalt und Gender*

4. **Träume leben – Geschichten von Mut und Geduld**

In diesem Workshop knüpfen wir an die Predigt an und gehen unseren eigenen Träumen auf den Grund. Mit Hilfe der Methode des „Circle“ teilen wir unsere Geschichten von gelebten und geträumten Träumen. Wir setzen uns damit auseinander, wie Mut und Geduld unseren Träumen auf die Sprünge helfen.

Hanna Jacobs, *Pastorin, Leitung Kirchlicher Dienst Diakonie Himmelsthür*

5. **Vom Traum in der Kirche zu tanzen**

Träume brauchen Räume um geerdet zu werden. Der Kirchraum bietet festen Boden, Luft nach oben, geprägte Architektur und eine Atmosphäre für kreative Spiritualität.

Im Workshop kannst du die besondere Erfahrung machen, im Kirchraum zu tanzen.



Durch leichte Aufgaben wirst du angeleitet, je nach deinen eigenen Möglichkeiten, improvisierend kleine Tänze einzeln und im Miteinander zu gestalten. Tanzerfahrung ist nicht notwendig, es reichen: Freude und Mut, sich auf Neues einzulassen.

Katrin Meinhard, *Theologin Frauenreferat KK Krefeld Viersen und Gladbach-Neuss*

6. **Träume und Ziele entdecken und verwirklichen**

Unsere Wünsche und (Lebens-)Träume geben uns wichtige Hinweise auf das, was wir brauchen und auf unsere Möglichkeiten und Talente. Der Workshop möchte durch kleine Übungen und Austausch dazu anregen, eigene Wünsche und Träume (wieder) zu entdecken. Uns wird beschäftigen, wie diese anschließend in konkrete Ziele „übersetzt“ und schrittweise verwirklicht werden können und welche zentrale Rolle gegenseitige Unterstützung dabei spielt, das uns Wesentliche im Alltag im Blick zu behalten.

Rhoda Banner, *Psychologische Beraterin in der Ev. Beratungsstelle Duisburg/Moers*

7. **Zwischen Orient und Okzident – Lebensträume Iranischer Frauen**

Frauen aus dem Iran berichten von ihren Lebensträumen und der Lebenswirklichkeit in ihrer alten Heimat im Iran. Und sie erzählen welche neuen Lebensträume sie nach ihrer Flucht hier in ihrer neuen Heimat in Deutschland entwickelt haben.

Nach einem kurzen Referat freuen sich die Akteurinnen über einen regen Austausch und viele neugierige Fragen.

Nilofar Rasti, *Integrationshelferin*

Nachmittags

8. **BIBLE - Gottes Wort - ART- kreativ gestalten JOURNALING -** ähnlich wie ein Tagebuch

Beschreibung siehe vormittags

Deborah Maschner; *Kunsttherapeutin +Künstlerin Kreativhof Neukirchen*

9. **Christliches Yoga - bewegt, gestärkt und entspannt**

Beschreibung siehe vormittags

Nachmittags: Einführungskurs für Interessierte mit Vorkenntnissen

Pia Wick, *zertifizierte Yogalehrerin, Institutsleiterin*

10. **Mit allen Sinnen singen**

Wir wollen unsere Stimme ganzheitlich mit Liedern, Chants und Bodypercussion erfahren und mit viel Spaß neue Dinge erproben

Barbara Schiebold, *Hauptberufliche Kirchenmusikerin*



11. **Zu müde zum Träumen?**

Wie kann ich neuen Mut gewinnen, wenn eigentlich grad nichts mehr geht? In diesem Workshop schauen wir auf eine faszinierende Eigenschaft des Bambus, die uns zum Aufstehen nach niederschmetternden Ereignissen ermutigen kann. Durch Impulsvortrag, Austausch und Einzelarbeit spüren wir persönliche innere Kraftquellen auf mit der Hoffnung, im Alltag aufgerichtet und gestärkt leben zu können.

Anne Hermanns-Dentges, *Erzieherin, Gemeindereferentin, Pionierin*

12. **Vom Zamzam-Wasser oder Hagers Mut in der Wüste vom Wasser zu träumen!**

Auf den Spuren von Hagar fragen wir danach, wie wir in Wüstensituationen Wünschen nachspüren können. Was sind wir bereit, für unsere Träume zu wagen? Im christlich-muslimischen Dialog werden wir Hagers Geschichte im Hinblick auf unsere Lebenssituation betrachten. Wir schöpfen dabei sowohl aus muslimischen wie christlichen Quellen und Traditionen und hoffen im Dialog das Wasser zu finden, das wir für unsere Träume brauchen.

Nigar Yardim, *muslimische Theologin und Erziehungswissenschaftlerin*
Katrin Meinhard, *christliche Theologin und Sozialwissenschaftlerin*

13. **Improvisationstheater – in andere Rollen schlüpfen - mit Spaß und Fantasie**

Als Erwachsene haben wir selten Gelegenheit zusammen zu spielen. Bei diesem 1½-stündigen Workshop haben Sie die Gelegenheit dazu. Sie können neue Seiten an sich entdecken oder einfach nur Spielspaß haben. So startet der Workshop mit „Warm-ups“ und hat das Ziel am Ende kleine kurze, freche, flotte, tragische, verrückte, witzige ... was immer Szenen zu spielen.

Silvia Westenfelder, *Schauspielerin*