

Auskunft und Anmeldung

Schwester M. Perpetua CSC  
Alter Hof 12  
33142 Büren-Wewelsburg / Tel.: (0 29 55) 2 29  
Fax: (0 29 55) 2 51



Unser Kursangebot gilt für den Zeitraum:

**Januar bis Juli 2012**

Die Teilnehmerzahl ist jeweils begrenzt. Wegen der großen Nachfrage empfiehlt sich eine rechtzeitige Anmeldung.

Letzter Anmeldetermin: **14 Tage vor Kursbeginn**

Wer an mehreren Kursen teilnehmen möchte, tut gut daran, sich schon jetzt für jeden Kurs einzeln anzumelden, damit ein Platz reserviert werden kann.

Teilnahmeberechtigt sind Damen und Herren aus Wewelsburg und Umgebung, besonders Jugendliche ab 16 Jahren.

Für Schüler und Arbeitslose (Jugendliche und Erwachsene) können die Teilnehmergebühren um die Hälfte erlassen werden.

Teilnehmergebühren bitte in den ersten zwei Wochen passend mitbringen.  
Danke!

Leitung: Schwester M. Perpetua

Mitarbeiter/-innen: Pastor Ralf Scheele  
Eva-Maria Hillebrand  
Mandar Nayak

**Kath. Bildungsstätte St. Meinolf**

**Alter Hof 12**

**33142 Büren-Wewelsburg**

**Tel.: (0 29 55) 2 29**



**IN VIA**

***Kursplan 1. Halbjahr 2012***

**Gesundheit/Bewegung/Entspannung**

Gesundheit ist ein hohes Gut. Sie wird durch Zeitdruck, Lärm, schädliche Umwelteinflüsse, Bewegungsarmut und durch einseitige Belastungen im Beruf, in der Freizeit und in der Familie ständig gefährdet. Dies führt zu Erkrankungen, wenn den Anspannungsphasen keine Ausgleichszeiten folgen, in denen Kräfte reaktiviert werden können. Deshalb sind Kenntnisse über das Zusammenwirken von Körper, Geist und Seele gefragt und darüber hinaus ist es wichtig, sich Fähigkeiten anzueignen, die wirkungsvoll und nachhaltig Gelassenheit und Entspannung ins alltägliche Leben bringen.

Die Teilnehmenden eignen sich Fähigkeiten an, die prophylaktisch helfen, die Gesundheit für die Anforderungen in der Arbeitswelt und in der Familie zu erhalten und zu verbessern.

Eingeladen sind Jugendliche, Frauen und Männer,

- die Verantwortung für ihre Gesundheit und die der Familie übernehmen,
- die einen ausgleichenden Gegenpol zur einseitigen Belastung im familiären Haushalt herstellen wollen,
- die einen Ausgleich für einseitige körperliche Anforderungen im Arbeitsalltag schaffen wollen.

1. Gymnastik  
Kursleiterin: Frau Eva-Maria Hillebrand  
Termin: 17.01. – 20.03.2012, 10 Nachmittage  
dienstags, 13:45 – 15:15 Uhr, 20 Ustd.  
Ort: Grundschule Wewelsburg (Turnhalle)  
Gebühr: 22,00 €

Mitzubringen sind: Wolldecke und lockere bewegungsfreundliche Kleidung

## Yoga

Übungen zur Stärkung der Lebensenergie

Entspannungs-, Meditations-, und Atemübungen helfen, die immer stärker werdenden Belastungen des Alltags besser zu bewältigen. Die Übungen werden langsam aufgebaut und können von jungen und älteren Menschen erlernt werden. Anfängerinnen/Anfänger und Fortgeschrittene können teilnehmen. Mitzubringen sind: 1 Wolldecke und lockere, bewegungsfreundliche Kleidung.

Der Kurs findet in der Wewelsburger Grundschule statt.

2. Kursleiter: Herr Mandar Nayak  
Termin: 16.01. – 19.03.2012, 10 Abende  
montags, 18:00 – 19:30 Uhr, 20 Ustd.  
Gebühr: 22,00 €
3. Kursleiter: Herr Mandar Nayak  
Termin: 19.01. – 22.03.2012, 10 Abende  
donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr, 20 Ustd.  
Gebühr: 22,00 €

---

## Nähen und Patchwork

Zur Haushaltsführung gehören die Grundkenntnisse im Nähen und Schneidern. Das Erlernen von Grundkenntnissen gehört nicht mehr selbstverständlich zum Stundenplan im Schulunterricht und muss daher ein Angebot der Weiterbildung sein.

Unsere Nähkurse stärken die berufliche Kompetenz, indem sie die Teilnehmenden befähigen, die Grundkenntnisse des Handwerks Schneidern zu beherrschen. Dazu zählen u. a. Nähtechniken, Maschinen- und Warenkenntnisse, das Zuschneiden auf aktuellem Standard sowie planvolles und rationelles Arbeiten. Durch verantwortliche und kooperative Nutzung von Maschinen, Arbeitsplätzen und Materialien für sich und die Gruppe, werden u. a. soziale Fähigkeiten gefördert. Die Teilnehmenden lernen, wirtschaftliche und ökologische Gesichtspunkte zu berücksichtigen. Sie sind gefordert, ihre Begabungen wahrzunehmen und sie für sich und die Gruppe nutzbar zu machen.

Unsere Kurse fördern die Begegnung und die Auseinandersetzung mit Menschen aus unterschiedlichen Lebenswelten, Kulturen, Weltanschauungen und Altersstufen. Sie vermitteln Fertigkeiten zur familiengerechten, günstigen Haushaltsführung durch Stärkung der Selbsthilfe und Selbstorganisation. Die erworbenen Schlüsselqualifikationen sind auf andere Berufsbereiche übertragbar.

Folgende Maschinen stehen außer den Nähmaschinen zur Verfügung:  
Overlock, Bügelstation, Sticknähmaschine.

Das Material wird von der Kursleiterin besorgt.

Anfängerinnen und Anfänger sind im Kurs herzlich willkommen!

## Töpfern

Die Gestaltung von Ton - das Töpfern - erfordert und fördert handwerkliches Können. Gestalten mit Ton wirkt heilend und wirkt prophylaktisch, um den Anforderungen in der Arbeitswelt und in der Familie besser gewachsen zu sein. Die Grundlagen des Töpfern vermitteln wir Ihnen in diesem Kurs: Kenntnisse über das Material, über Aufbautechniken, Oberflächengestaltung, Anwenden von Glasuren bis hin zum freien Arbeiten mit Ton.

16. Kursleiterin: Frau Eva-Maria Hillebrand  
Termin: 17.01. – 06.03.2012, 8 Vormittage  
dienstags 9:00 – 12:00 Uhr, 32 Ustd.  
Gebühr: 25,00 €
17. Kursleiterin: Frau Eva-Maria Hillebrand  
Termin: 17.01. – 06.03.2012, 8 Abende  
dienstags 18:00 – 21:00 Uhr, 32 Ustd.  
Gebühr: 25,00 €
18. Kursleiterin: Frau Eva-Maria Hillebrand  
Termin: 18.01. – 07.03.2012, 8 Vormittage  
mittwochs 9:00 – 12:00 Uhr, 32 Ustd.  
Gebühr: 25,00 €

## Lebensgestaltende Bildung und Existenzfragen

In Ergänzung zur Eltern- und Familienbildung und zu eher berufsbezogenen Qualifizierungen bietet die lebensgestaltende Bildung an, sich mit Fragen nach dem Sinn menschlicher Existenz auseinander zu setzen.

Die Bibelabende laden ein, sich mit Gleichinteressierten auf die gemeinsame Suche zu begeben.

In biblischen Bildern und Beispielen das Wort Gottes als Lebenshilfe erfahren.

Bibelgespräch – Passions- und Osterberichte nach Johannes

19. Kursleiter: Pastor Ralf Scheele  
Termin: 08.03.2012  
22.03.2012  
29.03.2012  
19.04.2012  
donnerstags, 19:30 - 21:00 Uhr, 4 Abende, 8 Ustd.  
gebührenfrei  
im Jodokus-Haus, Alter Hof 12

- Eingeladen sind Jugendliche, Frauen und Männer,
- die ihre Haushaltsführungskompetenzen erweitern wollen,
  - die sich Kompetenzen im Übergang oder in Ergänzung zur Berufstätigkeit erwerben wollen.

Für Interessierte mit Schichtdiensten können Regelungen getroffen werden.

- Nähen  
Kursleiterin: Schwester M. Perpetua  
Termin: 16.01. – 26.03.2012, 12 Vormittage  
montags 9:00 – 12:00 Uhr, 48 Ustd.  
Gebühr: 24,00 €
- Nähen und Pachwork  
Kursleiterin: Schwester M. Perpetua  
Termin: 17.01. – 14.02.2012, 5 Abende  
dienstags 19:30 – 21:45 Uhr, 15 Ustd.  
Gebühr: 15,00 €
- Nähen und Pachwork  
Kursleiterin: Schwester M. Perpetua  
Termin: 21.02. – 27.03.2012, 5 Abende  
dienstags 19:30 – 21:45 Uhr, 15 Ustd.  
Gebühr: 15,00 €
- Nähen und Pachwork  
Kursleiterin: Schwester M. Perpetua  
Termin: 18.01. – 15.02.2011, 5 Abende  
mittwochs 19:30 – 21:45 Uhr, 15 Ustd.  
Gebühr: 15,00 €
- Nähen und Pachwork  
Kursleiterin: Schwester M. Perpetua  
Termin: 22.02. – 28.03.2012, 5 Abende  
mittwochs 19:30 – 21:45 Uhr, 15 Ustd.  
Gebühr: 15,00 €
- Nähen und Pachwork  
Kursleiterin: Schwester M. Perpetua  
Termin: 19.01. – 29.03.2012, 10 Nachmittage  
donnerstags 14:00 – 17:15 Uhr, 40 Ustd.  
Gebühr: 20,00 €
- Nähen und Pachwork  
Kursleiterin: Schwester M. Perpetua  
Termin: 16.04. – 02.07.2012, 10 Vormittage  
montags 9:00 – 12:00 Uhr, 40 Ustd.  
Gebühr: 20,00 €
- Nähen und Pachwork  
Kursleiterin: Schwester M. Perpetua  
Termin: 17.04. – 22.05.2012, 5 Abende  
dienstags 19:30 – 21:45 Uhr, 15 Ustd.  
Gebühr: 15,00 €

- Nähen und Pachwork  
Kursleiterin: Schwester M. Perpetua  
Termin: 29.05. – 26.06.2012, 5 Abende  
dienstags 19:30 – 21:45 Uhr, 15 Ustd.  
Gebühr: 15,00 €
- Nähen und Pachwork  
Kursleiterin: Schwester M. Perpetua  
Termin: 18.04. – 23.05.2012, 5 Abende  
mittwochs 19:30 – 21:45 Uhr, 15 Ustd.  
Gebühr: 15,00 €
- Nähen und Pachwork  
Kursleiterin: Schwester M. Perpetua  
Termin: 30.05. – 27.06.2012, 5 Abende  
mittwochs 19:30 – 21:45 Uhr, 15 Ustd.  
Gebühr: 15,00 €
- Nähen und Pachwork  
Kursleiterin: Schwester M. Perpetua  
Termin: 26.04. – 05.07.2012, 8 Nachmittage  
donnerstags 14:00 – 17:15 Uhr, 32 Ustd.  
Gebühr: 32,00 €

### Kreatives Gestalten

Kreativität ist von existentieller Bedeutung. Sie kann von jedem Menschen neu entdeckt, entfaltet und umgesetzt werden. Es genügt nicht, etwas über Kreativität zu wissen. Entscheidend ist, sie zu erleben und sich von ihr erfassen zu lassen. Neue gesellschaftliche Herausforderungen brauchen Menschen, die im gemeinsamen Tun ihr schöpferisches Potential entwickeln und flexibel auf Veränderungen reagieren können. Kreativ-Angebote bereichern eine konsum- und medienorientierte Welt um den Aspekt phantasievoller, Sinn gebender und auch meditativ entspannender Freizeit- und Lebensgestaltung.

Unsere Kreativ-Kurse fördern eigene Fähigkeiten und Ressourcen zu Tage, ermutigen zur Veränderung und lassen inneres Wachstum neu erleben. Die in diesem Bereich erworbene und angewandte Kompetenz, komplex zu denken und flexibel zu handeln, lässt sich auf viele andere Problemlösungen des alltäglichen und beruflichen Lebens übertragen. Erfahrungen aus diesem Kontext sind direkt anwendbar in Schule, Beruf, Familienalltag und Nachbarschaft. Dazu zählen Familienaufgaben, die sich mit der Gestaltung des Familienlebens, insbesondere mit der Gestaltung des zur Verfügung stehenden Wohnraumes befassen.

Eingeladen sind Jugendliche, Frauen und Männer,

- die Spaß an Ideenreichtum haben,
- die Neugierde und Veränderungswillen mitbringen und dabei eigene Erfahrungsräume für sich eröffnen möchten
- und die den Wohnraum in der Familie gestalten möchten.