

Caritasverband
Freiburg-Stadt e.V.



Heinrich- Hansjakob-Haus

Begegnung · Bildung · Beratung
Begleitung · Beteiligung



Programm
Herbst/Winter
2017

b

BILDUNGSWERK
der Erzdiözese Freiburg

Öffnungszeiten

Heinrich-Hansjakob-Haus: Mo bis Fr 8.30–18 Uhr

Café: Mo bis Fr 9–18 Uhr

Mittagstisch: Mo bis Fr 12–13.30 Uhr

Anfahrt

Straßenbahn Linie 1, Haltestelle „Schwabentorbrücke“; in die Schillerstraße, dann links in die Scheffelstraße gehen; rechts durch das St. Marienhaus in den Garten und zum Hinterhaus gehen. Oder Straßenbahn Linien 2, 3 oder 5, Haltestelle „Johanneskirche“; in die Talstraße gehen, dann vor dem St. Marienhaus links in die Einfahrt einbiegen zum Hinterhaus.

Konto für Kursgebühren „Bildung“

Bitte überweisen Sie Kursgebühren für den Bereich Bildung auf dieses Konto: Bildungswerk der Erzdiözese Freiburg/Seniorenkolleg, Liga Bank eG, IBAN DE10 7509 0300 0007 1106 26

Ansprechpersonen

Angela Huber (Leitung) und
Wilhelm Pfaff (Bildungsreferent)
Telefon (07 61) 70 31 30

Wenn nicht anders angegeben, finden die Veranstaltungen im Heinrich-Hansjakob-Haus statt. Alle Kosten sind in Euro angegeben. Weitere Informationen zu den Angeboten erhalten Sie im Heinrich-Hansjakob-Haus.

Inhalt

Vorwort	4
Begegnung	5
Mittagstisch	6
Interessenpartner	6
Offene Bibliothek	6
Wöchentliche Angebote und Treffen	6
Weitere Veranstaltungen	8
Reihe Sonntagscafé	11
Reihe Lichtblicke	12
Beratung und Begleitung	15
Reihe Vorsorge, Abschied und Trauer	20
Bildung	22
Älterwerden	23
Musik	27
Gesundheit und Bewegung	28
Tanz	34
Malerei und Druck	36
Upcycling und Nähen	41
Beteiligung	45
Engagement im Heinrich-Hansjakob-Haus	45
MOFA – Mobiler Freiburger Altenservice e.V.	46
Freundeskreis Heinrich-Hansjakob-Haus e.V.	47
Anmeldung	49

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Besucherinnen und Besucher unseres Hauses,

Neues erschaffen und schöpferisch tätig sein – das wollen und können alle Menschen bis ins höchste Alter! Kreativität zeigt und entfaltet sich in verschiedenen Formen: beim Schreiben, Singen, Malen, Nähen ...

Wir laden Sie ein, Ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen! Brezeln Sie im Nähkurs alte Kleider auf. Oder gestalten Sie aus Müll Ihre individuelle Rose oder ein Weihnachtsgeschenk oder eine Tasche oder einen Korb ...

Wir freuen uns auf Ihre Kreativität – nicht nur in den Kursen, sondern auch bei der Gestaltung des ganzen Heinrich-Hansjakob-Hauses!

Herzliche Grüße

Angela Huber

Leitung des Heinrich-Hansjakob-Hauses

Wilhelm Pfaff

Bildungsreferent

Begegnung

... findet im Heinrich-Hansjakob-Haus einen Ort. Das Sich-Begegnen umfasst hier viele Facetten:

- ermöglicht Kontakte, Gemeinschaft und Geselligkeit und Integration
- bringt Generationen zusammen
- kann Brücken bauen, Vorurteile abbauen und Toleranz vermitteln
- ist Austausch von Meinungen und Überzeugungen
- ist Umgang mit Widersprüchen
- ermöglicht es, Unterstützung zu erhalten und zu geben



Mittagstisch

Das Heinrich-Hansjakob-Haus bietet unter der Woche täglich ein frisches und reichhaltiges Essen an. Guten Appetit!

Termin: Mo bis Fr 12–13 Uhr

Anmeldung: bis 9 Uhr des gleichen Tages

Interessenpartner

Wenn Sie für Ihr Hobby eine Partnerin, einen Partner oder eine Gruppe suchen, versuchen wir gerne, Interessenpartnerinnen und -partner zu vermitteln – z. B. für Sport, Sprachen, Wanderungen, Radtouren, den Besuch kultureller Veranstaltungen, Spiele, Basteln, Handarbeiten, Kochen und vieles mehr!

Informationen: bei Angela Huber,
Telefon (07 61) 70 31 30

Offene Bibliothek

Besuchen Sie die offene Bibliothek im ersten Obergeschoss des Heinrich-Hansjakob-Hauses.

Öffnungszeiten: 9–17 Uhr

Wöchentliche Angebote und Treffen

Mo	10.00	Gedächtnisspiele und Wahrnehmungsübungen
	10.00	Offener Kegeltreff
	14.00	Spaziergang
	14.00	Kartenspiele
Di	10.00	Offener Kegeltreff
	14.00	Musik und Tanz im Rhythmus von Hawaii mit Dagmar Habermann

14.00	Freude an Bewegung mit Musik mit Ulrike Günther
14.30	Dienstagsaktion mit FSJlern: Besichtigungen, Filme
15.00	Christlicher Singkreis mit Elfriede Kunz
16.45	Eutonie und Gymnastik mit Ursula Duffing
19.45	Eutonie und Gymnastik mit Ursula Duffing

Mi

9.00	Gymnastik mit Dorothea Kistner
9.00	Französisch plaudern mit Renate Pfister-Wiche
10.00	Offener Kegeltreff
10.15	Geistig fit bleiben mit Diana Seufert
14.00	Kartenspiele (Skat, Canasta u. a.)
14.00	Spielenachmittag
15.00	Singkreis

Do

9.30	Heiteres Gedächtnistraining mit Waltraud Keller
10.45	Bewegungstreff im Freien mit Marion Assaad Dib und Ursula Duffing
11.00	Leichtes Konzentrationstraining mit Waltraud Keller
11.00	Kraft und Balance mit Carola Schark
15.00	Offener Handarbeitskreis
20.00	Musik und Tanz im Rhythmus von Hawaii mit Dagmar Habermann

Fr

9.45	Sitz- und Haltungsgymnastik mit Carola Schark
10.00	Offener Kegeltreff
11.00	Kraft und Balance mit Carola Schark
14.00	Kartenspiele (Skat, Canasta u. a.)
18.00	Italienische Konversation mit Maria Luigia Wigand

Weitere Angebote

Viele weitere regelmäßige Angebote – z. B. Tanz, Singen, Yoga und Malerei – finden Sie im

Kapitel Bildung.

Regelmäßige Wanderungen

Termine: Bitte erfragen im Heinrich-Hansjakob-Haus oder unter Telefon (07 61) 70 31 30

Ran ans Tablet!

Mit dem Tablet können Sie überall Zeitung lesen, fotografieren, E-Mails schreiben, einkaufen, googeln ... Gerne beantworten Ehrenamtliche Ihre speziellen Fragen.

Leitung: Ehrenamtliche des Heinrich-Hansjakob-Hauses • **Termin:** nach Vereinbarung

Lesungen in der offenen Bibliothek

Kommen Sie zu einem gemütlichen Mittag mit Lesungen, Geschichten und Gedichten in unserer offenen Bibliothek zusammen.

Termin: jeden 2. Di im Monat, 14 Uhr

Bewegungstreff im Freien

Engeladen sind alle, die sich gerne bei einfachen, angeleiteten Übungen im Freien bewegen und Koordination, Konzentration und Balance schulen wollen.

Leitung: Marion Assaad Dib, Ursula Duffing

Termin: jeden Do um 9.30 Uhr

Ort: Heinrich-Hansjakob-Haus (beim Turm im Garten, Durchgang durchs HHH)

Begleitung im Umgang mit dem Computer

Haben Sie Fragen zum Mailen, Surfen oder grundsätzliche Fragen zum Computer? Dann sind Sie hier richtig.

Leitung: Dr. Dora Gentner

Termin: nach Vereinbarung freitags, 10–12 Uhr

Information und Anmeldung:

Telefon (07 61) 150 40 89

Spaziergänge für pflegende Angehörige

Hier können pflegende An- und Zugehörige einmal im Monat gemeinsam unterwegs sein – inklusive gemütlicher Einkehr.

Termin: Di, 14–16.30 Uhr, am 1.8., 5.9., 10.10., 7.11. und 5.12.2017

Dauer: ca. 2,5 Stunden

Treffpunkt: Wechselnde Orte im VAG-Bereich Freiburg

Information: aktuell in der BZ oder bei Sigrid Frey, Telefon (076 65) 69 68

Stammtisch für pflegende und betreuende An- und Zugehörige

Bei diesem offenen Stammtisch können Pflegende und Betreuende in vertrauensvoller Atmosphäre in Kontakt kommen und sich austauschen.

In Kooperation mit dem Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg

Leitung: Ehrenamtliche aus dem Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg

Termine: in ungeraden Monaten Mi, 14.15–15.45 Uhr, am 13.9. und 8.11.2017;

in geraden Monaten Di, 17–18.30 Uhr, am 15.8., 17.10. und 19.12.2017

Kosten: keine

Freitags-Frühstück

Leitung: Maria Roth ▪ **Termine:** Fr, ab 9.15 Uhr, am 25.8., 29.9. und 27.10.2017; adventliches Frühstück am 1.12.2017 ▪ Bitte anmelden!

Französisches Literaturcafé

Parler littérature! – französische Sprache und Literatur genießen

Gemeinsam sprechen wir auf Französisch (leichtes Konversationsniveau) über Ihre Lektüren und lesen schöne, kleine französische Texte und Gedichte.

Leitung: Marie-Laure Wieacker-Wolff

Termin: 14-täglich Do, 10 Uhr, am 14.9., 28.9., 12.10., 26.10., 9.11., 23.11., 7.12. und 21.12.17

Flohmarkt des Freundeskreises Heinrich-Hansjakob-Haus

Termin: So, 15.10.17, 11–16 Uhr

Adventsnachmittag

Backen mit Kindern vom Jugendhilfswerk Freiburg e. V.

Termin: Fr, 8.12.17, 16.30–18.30 Uhr

Bitte anmelden!

Heiligabend gemeinsam erleben

Programm:

15 Uhr Weihnachtlicher Gottesdienst mit
Dompfarrer a. D. Erich Wittner

16 Uhr Gemütliches Beisammensein

18.30 Uhr Gemeinsames Abendessen

Termin: So, 24.12.17, 15-20 Uhr

Bitte anmelden!

Reihe Sonntagscafé

Die Treffen dieser Veranstaltungsreihe beginnen jeweils mit gemeinsamem Kaffee und Kuchen, bevor dann später die eigentliche Veranstaltung beginnt.

Termin: 15 Uhr Kaffee und Kuchen;

15.45 Uhr Veranstaltung

Ort: Café „Zur kleinen Oase“ im Heinrich-Hansjakob-Haus

Anmeldung: nicht erforderlich

Die Oberwiehre

Vortrag

Mit: Carola Schark

Termin: So, 10.9.17, 15.30 Uhr

Gedichte

Mit: Simon Felix Geiger

Termin: So, 12.11.17, 15.45 Uhr

Adventliches Singen

Mit: Mundharmonikagruppe und Singkreis

Termin: So, 10.12.17, 15.45 Uhr

Reihe Lichtblicke

Begegnungs- und Bildungsexkursionen

Dieses Programm bietet interessierten Seniorinnen und Senioren die Gelegenheit, interessante Städte und Stätten mit ihrer Historie, ihren Bauwerken und Museen in unserem Ländle zu erkunden und in Gemeinschaft zu erleben. Dies geschieht relativ preisgünstig und umweltschonend mit dem Baden-Württemberg-Ticket der Bahn.

Stadtführungen, Museumsbesuche und andere Besichtigungen sind bei jeder Fahrt Schwerpunkte. Es bleibt aber auch Zeit, selbst den jeweiligen Zielort zu erkunden und den Aufenthalt zu gestalten.

Die Fahrten erfolgen – außer an den Samstagsterminen – in der Zeit ab 9 Uhr bis spätestens 20 Uhr (Rückkehr in Freiburg). Genaue Angaben zu Abfahrtszeiten, Kosten und zum Programmverlauf der einzelnen Fahrten finden auf Handzetteln, die zwei Wochen vor der jeweiligen Fahrt im Heinrich-Hansjakob-Haus ausliegen. Anmeldungen zu den Fahrten sind bis eine Woche vor dem jeweiligen Termin im HHH, Telefon (07 61) 7031 30, möglich. Terminänderungen behalten wir uns vor.

Ansprechpartnerin für die Reihe „Lichtblicke“ ist die ehrenamtliche Mitarbeiterin Monika Seemann-Pfistner, Telefon (07 61) 386 97 46.

Lichtblicke im September: Klosterwanderung von Frauenalb nach Bad Herrenalb und Besuch des Gartenschaugeländes

Auf den Spuren von Mönchen und Stiftsdamen werden wir uns bei diesem Ausflug auf einer bequemen Zeitreise durch Jahrhunderte führen lassen. Der Klosterpfad im Tal der Alb verbindet auf rund 5.000 Metern zwei alte Schwarzwälder Gründungsklöster aus der Stauferzeit miteinander: die Abtei der „Herren von Alb“ (Zisterzienser) und die für adlige Stiftsdamen gegründete Benediktineranlage „Frauenalb“.

Alternativ bei schlechtem Wetter: Besuch der Ausstellung „Die Päpste und die Einheit der lateinischen Welt“ im Reiss-Engelhorn-Museum, Mannheim

Termin: Sa, 30.9.17

Informationen: bei Monika Seemann-Pfistner

Lichtblicke im Oktober: Bad Wildbad – Baumwipfelpfad

Bad Wildbad im Enzthal bietet Kurstadtflair und ländliche Idylle, Thermalwasser und urgesundes Klima: ein pures Schwarzwaldelerlebnis zu jeder Jahreszeit. Bei dem Ausflug besteht die Möglichkeit, dieses Kurstädtchen einfach so und/oder das einmalige Naturerlebnis des 1.250 Meter langen Baumwipfelpfads zu genießen. Der 40 Meter hohe Turm bietet eine grandiose Aussicht in die Region des Nordschwarzwalds.

Alternativ bei schlechtem Wetter: Besuch der Fürstlich Fürstenbergischen Sammlungen und des Museums Art.Plus in Donaueschingen

Termin: Do, 19.10.17

Informationen: bei Monika Seemann-Pfistner

Lichtblicke im November: Zell am Harmersbach

„Buntes Geschirr – karges Leben“: Zell am Harmersbach hat gute und schlechte Zeiten erlebt, die das Städtle geprägt haben. Das weltbekannte Dekor „Hahn und Henne“ der Keramik-Manufaktur von Franz Joseph Buß hat vielen Bürgern Arbeit und dem Städtle auch einen gewissen Wohlstand beschert. Die Stadt wird erkundet mit einer Altstadt-Führung und dem Besuch der Keramik-Manufaktur. Alternativ bei schlechtem Wetter: Besuch des „MAC Museum Art und Cars“ in Singen, ggf. auch Besuch des Maggi-Werks

Termin: Do, 16.11.17

Informationen: bei Monika Seemann-Pfistner

Lichtblicke im Dezember: Ausstellungsbesuch „Cézanne. Metamorphosen“ in Karlsruhe

Paul Cézanne (1839–1906), wichtiger Wegbereiter der Moderne, hatte den Anspruch, die Malerei auf der Grundlage der klassischen Kunst zu erneuern. Die Ausstellung „Metamorphosen“ wirft einen neuen Blick auf seine lichten Landschaften, seine Badenden, Porträts und Stilleben. Sie zeigt das Malen als einen faszinierenden Prozess der Verwandlung. In diesem Kontext werden zahlreiche hochrangige Leihgaben aus internationalen Sammlungen zu sehen sein.

Termin: Do, 14.12.17

Informationen: bei Monika Seemann-Pfistner

Lichtblicke-Stammtisch

Zum Austausch, zur Planung weiterer Unternehmungen im Nahbereich und anderes mehr.

Alle sind herzlich willkommen.

Termin: jeden 1. Mi im Monat, 14 bis ca. 16 Uhr

Ort: Heinrich-Hansjakob-Haus

Beratung und Begleitung

Das Leben führt viele Menschen ab und zu in Situationen, die sie allein nicht bewältigen können. Dazu gehören beispielsweise persönliche Lebenskrisen wie Abschied und Trauer, gesundheitliche Einschränkungen oder der Verlust von Aufgaben. Oft tauchen Fragen durch Schreiben von Behörden, durch Wünsche von Angehörigen oder durch die eigene Lebensplanung auf. Pflegende Angehörige sind oft stark belastet und im Zweifel, wie viel Zeit sie für sich beanspruchen dürfen. In vertrauensvollen Beratungsgesprächen oder in einer auf Dauer angelegten Begleitung können sie ihre Fragen erörtern und die nötige Unterstützung finden.

Information und Beratung zu Fragen des Älterwerdens

Beraterin: Angela Huber

Termin: Nach Vereinbarung, Mo bis Fr möglich

Information und Anmeldung: bei Angela Huber,
Telefon (07 61) 70 31 30

Hilfen im Haushalt und Betreuung

Wenn Sie dauerhaft Unterstützung im Haushalt, bei Einkäufen oder bei Spaziergängen brauchen, ist die Nachbarschaftshilfe der Katholischen Sozialstation Freiburg i. Br. GmbH gerne für Sie da. Diese Einrichtung hat ihre Büroräume im gleichen Haus wie wir.

Informationen: bei der Nachbarschaftshilfe der Katholischen Sozialstation Freiburg, Telefon (07 61) 361 94-0

Beratung für Senioren und deren Angehörige

Die Katholische Sozialstation Freiburg bietet Einzelberatungen zum Thema Unterstützung im Alter an. Dort können Sie besprechen, welche Unterstützung Sie in Ihrer Situation brauchen und welche Angebote es gibt. Auch Ihre Angehörigen können sich hier informieren und beraten lassen.

Beraterin: Mechthild Dürk, Leiterin der Beratungsstelle • **Informationen:** bei der Beratungsstelle für Senioren und deren Angehörige der Katholischen Sozialstation Freiburg, Telefon (07 61) 28 90 72

Beratung in persönlichen Lebensfragen

und im Umgang mit Behörden

Berater: Heinrich Olbricht, Rechtsanwalt

Termin: Mi, 10–12 Uhr

Anmeldung: nicht erforderlich

Beratung im Umgang mit Behörden

sowie Hilfestellung bei schriftlichen Angelegenheiten

Berater: Job von Witzleben, Rechtsanwalt

Termin: Do, 10–12 Uhr

Anmeldung: nicht erforderlich

Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz

Die Nachbarschaftshilfe der Katholischen Sozialstation Freiburg i. Br. GmbH bietet in unserem Haus eine Gruppe für Menschen mit Demenz an. Während die sonst betreuenden Angehörigen Zeit für sich und anderes haben, werden die Gäste in einer kleinen Gruppe liebevoll betreut und erleben entspannte und aktivierende Stunden.

Termin: Do, 14.30–17.30 Uhr

Information und Anmeldung: bei der Nachbarschaftshilfe der Katholischen Sozialstation Freiburg, Telefon (07 61) 361 94-0

Psychologische und therapeutische Beratung und Begleitung

Das Angebot richtet sich besonders an ältere Bürgerinnen und Bürger, die unter seelischen Belastungen stehen oder sich in einer Krise befinden. Ursula Jaisle bietet Begleitung z. B. nach dem Verlust eines nahestehenden Menschen durch Tod oder Scheidung, Beratung für Menschen, die für chronisch kranke Angehörige sorgen, oder bei Konflikten und Krisen sowie Unterstützung bei der Inanspruchnahme psychologischer Dienste.

Beraterin: Ursula Jaisle, Diplom-Psychologin, Diplom-Sozialarbeiterin

Termin: Fr, ab 9.30 Uhr

Kosten: keine

Bitte anmelden!

Offene Gruppe für Menschen mit Depression

In dieser Gruppe können ältere Menschen mit Depression mit anderen Betroffenen in Kontakt kommen, sich austauschen und gegenseitig unterstützen. Der Einstieg in diese Gruppe ist jederzeit möglich.

In Kooperation mit dem Arbeitskreis Leben Freiburg e. V. (AKL)

Leitung: Ute Kirschkowski

Termine: Di, 10–12 Uhr, am 25.7., 8.8., 22.8., 5.9. 19.9., 17.10., 24.10., 14.11., 28.11., 12.12. und 19.12.17;

Mi, 16–18 Uhr: Termine bitte im Heinrich-Hansjakob-Haus erfragen

Kosten: keine

Bitte anmelden!

Offene Sprechstunde für pflegende Angehörige

Menschen, die einen anderen Menschen unterstützen und pflegen (pflegende Zu- und Angehörige, Partnerinnen und Partner, Eltern, Nachbarinnen und Nachbarn, Freundeskreis etc.) erhalten hier Rat und Unterstützung.

Termin: Mi, 10–11.30 Uhr, am 2.8., 6.9., 4.10. und 8.11.17 und auf Anfrage

Kosten: keine

Informationen: beim Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg, u.gumbel@web.de, oder Waltraud Keller, Telefon (07 61) 290 93 12

Vortrag: Bindegewebe

Was heißt eigentlich „Übersäuerung des Bindegewebes“? Wo und vor allem wie schadet sie meiner körperlichen und seelischen Gesundheit, und was kann die oder der Einzelne tun?

Referentin: Dorothea Schütz, Heilpraktikerin, Azidosetherapeutin

Termin: Di, 7.11.17, 15 Uhr

Vortrag: Zu Hause älter werden – was für Unterstützungsmöglichkeiten gibt es?

Referentin: Mechthild Dürk, Leiterin der Beratungsstelle für Senioren und Angehörige der Katholischen Sozialstation Freiburg

Termin: Mi, 8.11.17, 15 Uhr

Reihe Vorsorge, Abschied und Trauer

Einzelberatung für Trauernde

Hat Sie unerwartet großes Leid durch den Verlust eines Menschen getroffen? Oder kündigte sich durch einen langen Leidensweg an, dass der Abschied eines Angehörigen bevorstand? Vielleicht spüren Sie jetzt, wie groß die Lücke ist, die der Verstorbene in Ihrem Leben hinterlassen hat; vielleicht bedrücken Sie viele Probleme und Belastungen. Dann bieten wir Ihnen gerne Einzelberatungen an, die Sie unterstützen können. In der Einzelberatung kann es beispielsweise um den Umgang mit Behörden, finanzielle Fragen, psychisches Leid oder Ihre religiös-seelischen Anliegen gehen.

Termine: nach Vereinbarung

Informationen: bei Angela Huber

Vortrag: „Wie schreibe ich mein Testament?“

Referent: Heinrich Olbricht, Rechtsanwalt

Termin: Mi, 20.9.17, 10–12 Uhr

Beruhigt und sicher zu Hause leben

Lernen Sie bei einem Besuch der Zentrale des Hausnotruf-Dienstes GmbH die Angebote dieses Dienstes näher kennen.

Termin: Di, 26.9.17, 15 Uhr

Treffpunkt: Eisenbahnstraße 52, Freiburg

Bitte anmelden!

Trauergruppe – Abschied und Neubeginn

Der Tod eines geliebten Menschen hinterlässt eine große Lücke im eigenen Leben. Wir erleben uns in einem Chaos der Gefühle.

Die Gruppe bietet die Möglichkeit, in einem geschützten Rahmen und in einer vertrauensvollen Atmosphäre durch Gespräche, kreatives Gestalten und Rituale sich seinen Emotionen zu nähern und diesen Ausdruck zu geben. Neue Wege ins Leben werden möglich.

Leitung: Karin Berndt, zertifizierte Trauerbegleiterin und Kunstpädagogin

Termine: monatlich, erster Termin am 30.9.17, 16 Uhr

Kosten: nach Vereinbarung

Bitte bis spätestens 15.9.17 anmelden!

Selbstverständnis des Hospizes „Karl Josef“

An einem Nachmittag können Interessierte bei einem Besuch vor Ort das stationäre Hospiz Freiburg kennen lernen.

Termin: Do, 5.10.17, 14.45 Uhr

Treffpunkt: Türkenlouisstraße 22, Freiburg (beim Wiehre-Bahnhof)

Anmeldung: Telefon (07 61) 70 31 30

Vortrag: Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Referent: Heinrich Olbricht, Rechtsanwalt

Termin: Mi., 8.11.17, 10–12 Uhr

Bildung

Lernen und sich weiterbilden bedeutet, eigene Möglichkeiten zu entdecken. Dafür braucht es Zeit, Muße und Freiräume, in denen man sich gezielt seinen Anliegen widmet.

Die Kurse und Seminare im Heinrich-Hansjakob-Haus schaffen Raum und Zeit, sich mit den eigenen Fragen und mit der Welt, in der wir leben, zu befassen und sein Verständnis darüber zu vertiefen – in Gemeinschaft und im Dialog mit sich selbst. Sie ermöglichen, Fähigkeiten zu entfalten, und unterstützen dabei, mit dem erworbenen Wissen das eigene Leben zu gestalten.

Exkursionen

Bitte beachten Sie auch die Begegnungs- und Bildungsexkursionen der Reihe Lichtblicke auf den vorhergehenden Seiten dieses Programmhefts!



Älterwerden

1 Wenn es Zeit wird anzukommen

Ein spiritueller Blick auf das Älterwerden

Älterwerden ist nicht nur Verlust. Vielmehr haben wir jetzt die Chance, anzukommen, in Verbindung zu treten mit jenem großen Geheimnis, mit der göttlichen Präsenz in allem. Wir sitzen in diesem Kurs zunächst gemeinsam im Schweigen, hören auf die Stille, lassen uns berühren von diesem Namenlosen. Sodann haben Sie Gelegenheit, sich über Ihre eigenen Fragen und Schwierigkeiten, Sorgen und Ängste auszutauschen, die alle älteren Menschen bewegen, um sie nach und nach loszulassen und ganz im Vertrauen anzukommen.

Leitung: Peter Raab, Meditationslehrer in der Tradition von Karlfried Graf Dürckheim und Willigis Jäger

Termin: Do, 15–16.30 Uhr, ab 5.10.17, 6-mal

Kosten: 39,-

2 LimA – Lebensqualität im Alter

Impulse zur Erhaltung und Verbesserung der Lebensqualität

Dieser Kurs bietet ein abwechslungsreiches Programm zur aktiven Gestaltung des Älterwerdens. Er gibt Impulse, die Gesundheit von Körper, Geist und Seele zu erhalten und zu steigern, und er fördert gezielt Kompetenzen in folgenden Bereichen:

- Gedächtnis – mit Spaß geistig fit bleiben
- Bewegung – beweglich bleiben und sich entspannen können
- Alltagsfähigkeiten – sich auf neue Herausforderungen einstellen
- Lebenssinn – Kraftquellen finden und mit Grenzen leben lernen

Keine Altersbegrenzung!

Leitung: Kluckert, Dorothea, LimA-Trainerin

Termin: Mi, 14.30–16 Uhr, ab 4.10.17, 6-mal

Kosten: 39,-

3 Schatztruhe Lebensgeschichte(n)

Schreibwerkstatt für Anfänger und Fortgeschrittene

Jedes gelebte Leben enthält unendlich viele interessante, aufregende, freudige, traurige, romantische und leidenschaftliche Momente. Es lohnt sich, diesen Erinnerungs- und Erfahrungsschatz sichtbar zu machen und weiterzugeben.

Wie kann ich diesen Schatz ordnen, was wähle ich aus? Wie finde ich einen guten roten Faden? Wie erzähle ich spannend und interessant? In dieser Schreibwerkstatt lernen Sie praktische Kniffe und Methoden kennen, um Ihre Lebensgeschichte(n) aufzuschreiben – mit viel Freude und Leichtigkeit. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind herzlich willkommen!

Leitung: Dr. Dorothee Leidig, Lektorin, Autorin

Termine: jeweils 9–11 Uhr, am 28.9., 5.10., 19.10., 9.11., 23.11., 7.12. und 21.12.17

Kosten: 63,-

4 „1968“

Erinnerung an die Revolte 1968

Für die europäische Geschichte spielte die Revolte von 1968 eine entscheidende Rolle. In der Veranstaltung soll es um die Erinnerung bzw. aktive Beteiligung an „68“ gehen sowie darum, welche Auswirkungen die Ereignisse für das eigene Leben hatten. Im Mittelpunkt der Veranstaltung stehen das Gespräch miteinander sowie das Schreiben und Vorlesen kurzer Texte.

Leitung: PD Dr. Karin Orth, Historikerin und Coach (Institut für Biografische Studien und Biografiearbeit _ifbas)

Termin: Mo, 14–16 Uhr, ab 25.9.17, 4-mal

Kosten: 36,-

5 „Manchmal fühle ich mich so ohnmächtig!“

Angst und Ohnmacht in Mut und Zuversicht wandeln

Die wiederkehrenden Nachrichten von Attentaten, die immer heftiger geführten Debatten über mehr Sicherheit in unserem Land, die Umweltprobleme, das Schwinden der Natur vor unserer Haustür machen vielen Menschen Angst und führen zu Verunsicherung. Dazu kommen unter Umständen noch ganz persönliche Ängste wie Einsamkeit, Krankheiten oder unsichere Versorgung. Der Kurs zeigt auf, wie man sich gegen Angst und Ohnmacht wehren, wie man in solchen Situationen handeln und wieder mehr Zuversicht und Lebensfreude finden kann.

Leitung: Dr. Matthias Hugoth, Theologe, Pädagoge

Termin: Mo, 18.30–20 Uhr, ab 25.9.17, 4-mal

Kosten: 26,-

6 „Das habe ich mir nicht gefallen lassen!“

Protest- und Widerstandsgeschichten – den Jungen erzählen

Viele Menschen haben in ihrem Leben aus Überzeugung gegen Unrecht protestiert und Widerstand geleistet – auch gegen die eigene Angst und Trägheit. Diese Widerstandserfahrungen und Geschichten sind bedeutsam für das eigene Leben und das Leben anderer. Der Kurs will diese kleinen Siege im eigenen Leben wachrufen und zeigt, wie Sie diese Geschichten den Jüngeren, den Kindern und Enkeln weitergeben können und damit Mut und Zuversicht für deren Lebensgestaltung vermitteln können.

Leitung: Dr. Matthias Hugoth, Theologe, Pädagoge

Termin: Mo, 18.30–20 Uhr, ab 30.10.17, 4-mal

Kosten: 26,-

7 Der selbstbestimmte Tod

Was heißt „Würdevoll sterben“?

Hans Küng und andere haben sich in letzter Zeit für die aktive Sterbehilfe ausgesprochen. „Fairness und Mitgefühl“ fordert z. B. Desmond Tutu für „Tausende von Sterbenden, denen ein würdevoller Tod vorenthalten wird“. Das Seminar befasst sich mit verschiedenen Begriffen (Recht auf das eigene Sterben, passive/aktive Sterbehilfe, Sterbebegleitung, assistierter Suizid) sowie der Rechtsprechung dazu und lädt ein, sich in der Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Wertungen eine Meinung zu bilden – auch für das eigene Sterben.

Leitung: N. N., Wilhelm Pfaff

Termin: Di, 18–19.30 Uhr, ab 14.11.17, 3-mal

Kosten: 19,-

Musik

8 Hansjakob-Frauenchor

Im gemeinsamen Singen eine neue Kraft erleben

Singen befreit die Seele und erhöht die Lebensfreude! Wir beginnen unsere Proben mit ausführlichen Atem- und Stimmübungen, die unsere Stimme auf Dauer gesund und ausdrucksvoll erhalten. Wir singen Kanons, mehrstimmige Volkslieder und leichte klassische Stücke. Das geprobte Programm führen wir zweimal im Jahr im kleineren Rahmen auf. Frauen, die Freude am Singen und auch schon etwas Chorerfahrung haben, sind zu einer Schnupperprobe jederzeit willkommen und können dann über eine Warteliste in unseren Chor kommen.

Leitung: Marion Oerding, Sängerin, Chorleiterin

Termin: Di, 15.30–17 Uhr, ab 12.9.17 • **Kosten:** 25,-

9 Singen macht frei – Singen gibt Kraft

Atem- und Stimmübungen – gesunde und ausdrucksvolle Stimme

Unsere Stimme ist Spiegel unserer Seele, und durch befreites, müheloses Singen können wir mit uns selbst in „Einklang“ kommen. In aufbauenden Atem- und Stimmübungen lernen wir die Resonanzräume unseres Körpers kennen und können unseren eigenen „Klangraum“ erleben und erweitern. Wir üben einen gleichmäßigen Atemstrom und klar geformte Vokale, durch die ein tragender Stimmklang entstehen kann. Die Übungen aus der Werbeck-Gesangsschule erhalten unsere Stimme auf Dauer gesund und ausdrucksvoll – bis ins hohe Alter.

Leitung: Marion Oerding, Sängerin, Chorleiterin

Termin: Fr, 16–17 Uhr, ab 22.9.17, 10-mal

Kosten: 45,-

10 Vom-Blatt-Singen leicht gemacht

Rhythmen – Tonfolgen – Stimmübungen

Wir singen zunächst ganz einfach und ohne Noten. Wir werden dann typische Rhythmen und Tonfolgen einüben, um unseren „musikalischen Wortschatz“ zu erweitern. Allmählich lernen wir, uns notierte Musik innerlich vorzustellen, und wagen uns schließlich auch an unbekannte Lieder. Am Anfang jeder Stunde steht eine ausführliche körperorientierte Stimmbildung. Sie werden erleben, wie eine gute Körperwahrnehmung Ihre Stimme befreit. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich, Sing- oder Chorerfahrung aber hilfreich.

Leitung: Ruth Schulze-Wessel, Gesangspädagogin, Chorleiterin

Termin: Do, 17–18.10 Uhr, ab 5.10.17, 10-mal

Kosten: 68,-

Gesundheit und Bewegung

11 Bewegung tut gut

Prävention vor Osteoporose – Arthrose – Beckenbodenschwäche

Durch gezielte Übungen trainieren Sie die Stütz- und Haltemuskulatur des Körpers und schulen Kraft, Beweglichkeit und Koordination. Dadurch tragen Sie zur Prävention vor Osteoporose, Arthrose und Beckenbodenschwäche bei. Auch Übungen zur Sturzprophylaxe werden in den Stundeninhalt integriert. Entspannungsübungen runden die Stunde ab. Bitte Sportkleidung, ein Handtuch und Schuhe, die guten Halt geben, mitbringen.

Leitung: Herta Eichin, Basisgymnastik- und Rückenschullehrerin

11 a Termin: Mi, 9.30–10.30 Uhr, ab 13.9.17, 10-mal • **Kosten:** 48,-

11 b Termin: Mi, 10.30–11.30 Uhr, ab 13.9.17, 10-mal • **Kosten:** 48,-

12 Fit und mobil bleiben – Venengymnastik

Kraft, Koordination und Entspannung

Dieser Kurs hilft Ihnen, müde, schwere und schmerzende Beine zu vermeiden. Auch dem Entstehen von Krampfadern kann mit dieser Gymnastik vorgebeugt werden. Durch gezielte Übungen wird der Kreislauf in Schwung gebracht, und durch ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining werden Kraft und Koordination geschult. Atem- und Entspannungsübungen lassen die Stunde ausklingen und sorgen für Entlastung.

Leitung: Herta Eichin, Basisgymnastik- und Rückenschullehrerin

Termin: Mi, 11.30–12.30 Uhr, ab 13.9.17, 10-mal

Kosten: 48,-

13 Medizinisches Qigong in Theorie und Praxis

Bewegung – Atem – Konzentration

Nach chinesischer Vorstellung ist der freie, gleichmäßige Qi-Fluss (Fluss der Lebensenergie) Grundlage für alle körperlichen, seelischen und geistigen Funktionen des Menschen. Fließendes Wasser modert nicht. Das Qi folgt den Gedanken. Qigong ist eine Mischung aus Bewegungs-, Atem- und Konzentrationsübungen. Der Kurs eignet sich für alle Altersstufen. Die Qigong-Übungen helfen, im Geist und im Körper geschmeidig zu bleiben.

Leitung: Regina Sagmeister, Heilpraktikerin, Schwerpunkt TCM, Qigong-Lehrerin

13 a – Fortgeschrittene – **Termin:** Mo, 8.45–9.45 Uhr, ab 25.9.17, 11-mal • **Kosten:** 49,-

13 b – Aufbaukurs – **Termin:** Mo, 10–11 Uhr, ab 25.9.17, 11-mal • **Kosten:** 49,-

13 c – Einführungskurs – **Termin:** Mo, 11.15–12.15 Uhr, ab 25.9.17, 11-mal • **Kosten:** 49,-

14 Yoga für die ältere Generation

Mit einfachen Übungen zu Achtsamkeit und Lebensfreude

Leicht auszuführende Übungen auf einem Stuhl helfen uns, Beweglichkeit, Vitalität und Wertschätzung für unseren Körper und Geist zu entwickeln. Entspannungsübungen und Meditationen unterstützen unsere Fähigkeit, loszulassen und im gegenwärtigen Augenblick zu sein.

Bitte Tuch oder Decke und ein kleines Kopfkissen mitbringen.

Leitung: Olaf Greifzu, Yogalehrer (Netzwerk Freiburger Yogaschule), staatlich anerkannter Masseur

14a Termin: Mo, 10.30–12 Uhr, ab 25.9.17, 11-mal
Kosten: 72,-

14b Termin: Do, 10.20–11.50 Uhr, ab 28.9.17, 11-mal • **Kosten:** 72,-

15 Hatha-Yoga

Achtsames Üben, lebendiger Körper, wacher Geist

Die Teilnehmenden erlernen verschiedene Yogaübungen. Eine individuelle Anleitung ermöglicht, Einsicht in den eigenen Körper zu gewinnen und Verspannungen zu lösen. Auch der Atem kann neu erlebt werden. So können Yogaübungen heilend auf Körper und Geist wirken und zu einem besseren inneren Gleichgewicht beitragen.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Decke und Sitzkissen mitbringen.

Leitung: Renate Schaefer, Yoga- und Tai-Chi-Lehrerin

15a Termin: Mo, 18.15–19.45 Uhr, ab 25.9.17, 11-mal • **Kosten:** 72,-

15b Termin: Di, 8.45–10.15 Uhr, ab 26.9.17, 10-mal
Kosten: 65,-

16 Yoga für alle

Achtsamkeit, Lebensfreude und ein klarer Geist

Mit aufeinander aufbauenden Übungen entwickeln wir Beweglichkeit, Vitalität und Wertschätzung für unseren Körper und Geist. Wir „erarbeiten“ uns stabile Haltungen (Asanas) und auch dynamische Übungsreihen. Entspannungsübungen und Meditationen unterstützen unsere Fähigkeit, loszulassen und im gegenwärtigen Augenblick zu sein.

Bitte Tuch oder Decke und ein kleines Kopfkissen mitbringen.

Leitung: Olaf Greifzu, Yogalehrer (Netzwerk Freiburger Yogaschule), staatlich anerkannter Masseur

Termin: Do, 8.30–10 Uhr, ab 28.9.17, 11-mal
Kosten: 72,-

17 Feldenkrais

Bewusstheit durch Bewegung

Der erste Schritt, sich müheloser, kreativer und mit mehr Genuss bewegen zu können, ist, Bewusstsein für die Art und Weise unserer Bewegung zu entwickeln. Diese feine und mühelose Bewegungsarbeit lässt selbstbegrenzende Denk- und Bewegungsgewohnheiten aufspüren. Sie fördert die Entfaltung unseres Potenzials im Denken, Wahrnehmen, Fühlen und Tun.

Die Teilnahme am Kurs erfordert keine Vorerfahrung und ist für interessierte Menschen jeden Alters möglich.

Leitung: Christiane Balzer, Feldenkrais-Practitioner, Gestaltberatung

Termin: Di, 10.30–12 Uhr, ab 26.9.17, 10-mal
Kosten: 65,-

18 Feldenkrais – dynamisches Sitzen

Lernen ist besser als Patient zu sein

Die einseitigen Lebens- und Bewegungsgewohnheiten im Zeitalter des Sitzens zeigen ihre Auswirkungen auf Beweglichkeit und Wohlbefinden. Bewusst gelenkte Aufmerksamkeit führt durch die spielerisch erforschten Bewegungslektionen im Sitzen. Die natürliche Lernfähigkeit von Gehirn und Nervensystem wird angeregt – Beweglichkeit, Lebendigkeit und eine mobile Haltung können sich entwickeln. Der Kurs richtet sich an Menschen, die die Feldenkraislektionen im Liegen nicht mitmachen können, sowie an „Vielsitzer“.

Bitte bequeme Kleidung und Wollsocken mitbringen.

Leitung: Christiane Balzer, Feldenkrais-Practitioner, Gestaltberatung

Termin: Di, 13.45–14.45 Uhr, ab 26.9.17, 10-mal

Kosten: 48,-

19 Tai Chi

Sich bewegen, geschmeidig wie das Wasser

Tai Chi ist eine Bewegungskunst aus China, die die Lebensenergie anregt und zu mehr Stabilität und geistiger Ruhe führt. Entspannung und Konzentration auf die Körpermitte helfen dabei, in der Bewegung zu mehr Leichtigkeit und Geschmeidigkeit zu gelangen. Der Atem vertieft sich auf eine natürliche Art, und die Gesundheit wird gestärkt. Die Verfeinerung der Körperwahrnehmung eröffnet immer neue innere Welten.

Leitung: Renate Schaefer, Yoga- und Tai-Chi-Lehrerin

Termin: Mo, 20–21.30 Uhr, ab 25.9.17, 10-mal

Kosten: 65,-

20 Atemkraft ist Lebenskraft

Atemarbeit auf Grundlage des „Erlebbaren Atems“

Alle äußeren Vorgänge, die uns umgeben, und alle Gefühle, die uns bewegen, beeinflussen unseren Atem. Fördern wir die Wahrnehmungsfähigkeit für unsere Atembewegung, so finden wir einen Weg, uns im Alltag bewusster wahrzunehmen und wir werden wach für das, was in uns geschieht. Mit einfachen Körper- und Bewegungsübungen bringen wir unseren Atem ins Fließen und nehmen ihn bewusst wahr. Dadurch können sich Verspannungen und Beschwerden lösen. So wird aus Atemkraft eine uns begleitende Lebenskraft.

Leitung: Irmgard Haupt, Atempädagogin (AFA-Diplom)

20a Termin: Fr, 14.30–16 Uhr, ab 29.9.17, 10-mal

Kosten: 65,-

20b Termin: Sa, 11.11.17, 10–13 und 15–17.15 Uhr

Kosten: 26,-

21 Bewegung mit Smovey-Ringen

... schafft Glückshormone und Lebensenergie

Mit den Smovey-Ringen werden 97 Prozent der gesamten Muskulatur aktiviert: Fett wird verbrannt, das Bindegewebe gestrafft, der Stoffwechsel und das Verdauungssystem werden gefördert, das Lymphsystem wird entlastet und massiert. Das führt zur Entschlackung. Das Immunsystem wird gestärkt, Verspannungen im Nacken-, Schulter- und Rückenbereich werden gelockert und das Herz- und Kreislaufsystem wird gekräftigt. Bei gutem Wetter findet der Kurs im Freien statt. Die Smovey-Ringe werden zur Verfügung gestellt.

Leitung: Brigitte Hagen, Smovey-Coach

Termin: Do, 15–16.30 Uhr, ab 9.11.17, 6-mal

Kosten: 51,-

22 Stockkampfkunst und Neuer Tanz

Freudiges Experimentieren mit und ohne Stöcke

Das Üben mit den Stöcken fördert die Balance der Gehirnhälften und trainiert Koordination und Präsenz. Wir nutzen Innehalten als Möglichkeit, Gewohnheiten zu erkennen und neue Handlungsalternativen auszuprobieren. „Wie gehe ich um mit emotional herausfordernden Situationen, im ‚Kampf‘ und im Alltag?“ – „Welche Glaubenssätze wirken in mir?“ – diesen Fragen begegnen wir mit viel (Spiel-)Freude und Humor! Daneben lernen wir einfache Elemente des Neuen Tanzes kennen und entwickeln gemeinsam kleine Improvisationen.

Leitung: Bettina Schwerthöffer

Termin: Mo, 16.30–18 Uhr, ab 9.10.17, 6-mal

Kosten: 39,-

Tanz

23 Musik – Bewegung – Tanz

Der Kurs bietet Raum für kreativen Umgang mit Musik und Bewegung und ermöglicht leicht und spielerisch das Erweitern des Bewegungsrepertoires und die Freude am Entdecken eigener tänzerischer Ausdrucksmöglichkeiten. Anregungen zur Körperwahrnehmung, unterschiedliche Musik, aber auch Gegenstände und innere Bilder können uns dabei inspirieren. Entdecken Sie, wie wohltuend und einfach es ist, mit Musik und Tanz die eigene Beweglichkeit zu spüren, zu erweitern und neue Sinneserfahrungen zu machen.

Leitung: Ursula Villringer-Huber, Tanztherapeutin, Erwachsenenbildnerin

23a **Termin:** Di, 9.45–11.15 Uhr, ab 19.9.17, 10-mal
Kosten: 65,-

23b **Termin:** Di, 11.40–12.30 Uhr, ab 19.9.17, 10-mal
Kosten: 45,-

24 Stepptanz

Anfängerstufe 1 und 2, Mittelstufe 1 und 2

Lassen Sie sich mitreißen von den schwungvollen Rhythmen des Stepptanzes. In fröhlicher Atmosphäre werden Basisschritte erlernt und in einem kurzen Tanz kombiniert. Der Kurs bietet den Tänzerinnen und Tänzern gleichzeitig Freude am Steppen und ein sich erweiterndes Repertoire. Bitte flache Schuhe mit glatter Sohle mitbringen.
Leitung: Vivian Liebmann, M.A., Stepptänzerin, Tanzpädagogin

24a – Anfängerstufe 1 – **Termin:** Do, 19–20 Uhr, ab 28.9.17, 11-mal) • **Kosten:** 55,-

24b – Anfängerstufe 2 – **Termin:** Mo, 16.45–17.45 Uhr, ab 25.9.17, 11-mal) • **Kosten:** 55,-

24c – Mittelstufe 1 – **Termin:** Do, 18–19 Uhr, ab 28.9.17, 11-mal) • **Kosten:** 55,-

24d – Mittelstufe 2 – **Termin:** Mo, 17.45–18.45 Uhr, ab 25.9.17, 11-mal) • **Kosten:** 55,-

25 Kreistanz und Gebärdenmeditation

Balance – Kraft – Lebensfreude

*„Ein Jegliches hat seine Zeit (...) Weinen (...) Lachen (...) Klagen (...) und Tanzen hat seine Zeit.“
(Prediger 3,1 ff)*

Bei sakraler klassischer oder moderner Musik können wir durch Kreistänze und Gebärdenmeditationen sowohl Augenblicke der Balance im Spannungsfeld des Lebens als auch heilenden stillen Raum in uns erfahren. Dieses Geschehen schenkt Lebensfreude, Kraft und innere Wärme für die dunkler werdende Herbst- und Winterzeit.

Leitung: Heidemarie Ostreich, Meditationstanz

Termin: Mi, 16.15–17.45 Uhr, ab 4.10.17, 8-mal

Kosten: 52,-

Malerei und Druck

26 Offenes Malen

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Der Kurs bietet den Teilnehmenden die Möglichkeit, mit den unterschiedlichsten Materialien wie Acrylfarben auf Leinwand mit Spachtelmasse, Pappe und Stoffen abstrakte Bilder entstehen zu lassen. Zudem können mit Aquarellfarben realistische Bilder wie Landschaften erarbeitet werden. Wir arbeiten auch mit Pastellkreiden, Pastellölkreiden und Tusche in Mischtechniken. Vorhandenes Material bitte mitbringen.

Leitung: Cornelia Reichle, Lehrerin für Bildende Kunst und Werken

Termin: Mo, 9–11.15 Uhr, ab 25.9.17, 11-mal

Kosten: 107,-

27 Aquarellmalerei

Schichten, Nass-in-Nass-Technik, Komposition, Farbenlehre

Unbekümmert, spielerisch und mit Freude an der nassen Farbe tauchen wir in die Aquarellmalerei ein. In diesem Kurs entdecken wir die Leichtigkeit, Transparenz und unschlagbare Leuchtkraft der Aquarellbilder und experimentieren mit verschiedenen Techniken.

Bitte Aquarellfarben, Pinsel und Papier mitbringen.

Leitung: Karin Berndt, Bildende Künstlerin, Kunstpädagogin

27 a – Fortgeschrittene – **Termin:** Di, 9.30–11.30 Uhr, ab 26.9.17, 6-mal

Kosten: 48,-

27 b – Anfänger – **Termin:** Di, 11.45–13.15 Uhr, ab 26.9.17, 5-mal

Kosten: 40,-

28 Blumen und Blüten im Herbst

Aquarell und Ölkreide

Wir wollen uns von der leuchtenden Farbpracht der Herbstblumen zu einem frischen und freien Ausdruck inspirieren lassen. Es geht nicht um das exakte naturgetreue Erfassen der Blüten, sondern um den spielerischen Umgang mit Farben und Formen. Anhand von einfachen Bildvorgaben und später von mitgebrachten Blumen schulen wir unseren Blick und bringen mit Ölkreide und Aquarellfarben unseren Ausdruck zu Papier. Auch Anfängerinnen und Anfänger sind willkommen. Eine Materialliste erhalten Sie bei der Anmeldung.

Leitung: Eva Brandt, Künstlerin, Kunstpädagogin

Termin: Di, 15.45–17.45 Uhr, ab 26.9.17, 6-mal

Kosten: 54,-

29 Malen mit Pastellkreiden

Farbklänge – Komposition – Strukturen

Im Kurs stehen sowohl die Freude am Malen und am Miteinander-tätig-Sein als auch die persönliche künstlerische Entwicklung im Vordergrund. Bild-Beispiele können uns Anregung sein für unser eigenes Schaffen. In Absprache mit den Teilnehmenden werden interessante Themen malerisch vertieft, z. B. Gestaltung von Oberflächenstrukturen und Faltenwürfen; Wirkung von Farbklängen; kompositorische Gesetzmäßigkeiten u. v. m. Bildbesprechungen runden jede Malstunde ab. Bitte farbiges Papier und Pastellkreiden mitbringen.

Leitung: Karin Berndt, Bildende Künstlerin, Kunstpädagogin

Termin: Do, 14.30–16.30 Uhr, ab 28.9.17, 8-mal

Kosten: 72,-

30 Kreative Ölmalerei

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Der Kurs bietet die Möglichkeit, kreativ in die Welt der Farben einzutauchen und eigene Vorstellungen malerisch zu verwirklichen. Im Kurs lernen Sie, mit den Grundfarben eine große Palette an Ölfarben zu mischen. Die Motivwahl bleibt den Teilnehmenden frei überlassen.

Leitung: Cornelia Reichle, Lehrerin für Bildende Kunst und Werken

Termin: Fr, 9–10.15 Uhr, ab 29.9.17, 11-mal

Kosten: 72,-

31 Ölmalerei

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Ölmalerei ist eine traditionelle Maltechnik, die immer wieder mit ihren brillanten und beeindruckenden Farben wirkt. Die Arbeit am eigenen Bild wird uns Gelegenheit zum Nachdenken geben. Fragen wie z. B. „Wie kann ich mehr Spannung ins Bild bringen?“ oder „Wie bekommt mein Bild mehr Tiefe, zerfällt es in Einzelheiten?“ beschäftigen uns. Auf diese Punkte wird im Kurs individuell eingegangen.

Leitung: Cornelia Reichle, Lehrerin für Bildende Kunst und Werken

Termin: Fr, 10.45–12.15 Uhr, ab 29.9.17, 11-mal

Kosten: 72,-

32 Landart – Naturkunst

Schöpferisch tätig sein in und mit der Natur

Ein Tag in der Natur, bei jedem Wetter. Wir lassen uns von der herben Schönheit des Schluchsees inspirieren und gestalten mit Blättern, Blüten, Hölzern, Schlamm, Algen, Steinen und anderen dort gefundenen Naturmaterialien Gebilde voller Sinnlichkeit, Poesie und Vergänglichkeit ...

Beispiele von Andy Goldworthys Arbeiten dienen uns am Freitag als Einstieg.

Bitte am Samstag Regiokarte und Verpflegung mitbringen sowie wetterfeste Kleidung tragen.

Leitung: Karin Berndt, Bildende Künstlerin, Kunstpädagogin

Termin: Fr, 6.10.17, 18.30–20 Uhr im Heinrich-Hansjakob-Haus; Sa, 7.10.17, 9 bis ca. 16 Uhr, Start vom Hauptbahnhof Freiburg

Kosten: 35,-

33 Offenes Malen mit unterschiedlichen Techniken

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Lernen Sie die Faszination der Farben kennen und gestalten Sie Ihre eigenen Bilder in Aquarell, Acryl oder Mischtechnik. Die Teilnehmenden können Landschafts-, Blüten- oder Tiermotive unter fachlicher Anleitung erarbeiten. Möglich ist es auch, abstrakte Werke nach eigener Fantasie zu schaffen.

Bitte eigenes Material mitbringen.

Leitung: Cornelia Reichle, Lehrerin für Bildende Kunst und Werken

Termin: Di, 9–11.15 Uhr, ab 10.10.17, 10-mal

Kosten: 98,-

34 Druckwerkstatt

Linolschnitt

Pablo Picasso, Henri Matisse und viele andere Künstler fertigten beeindruckende Bilder mittels Linolschnitt, einem klassischen Hochdruckverfahren, an. Die Bilder bestechen durch ihre klare grafische Formensprache. In diesem Workshop stellen Sie ein oder mehrere Linolplatten mit Motiven Ihrer Wahl her und drucken diese im Handabrieb (auch Weihnachtskarten sind möglich). Fortgeschrittene können mit dem „verlorenen Schnitt“ experimentieren.

Eine Materialliste erhalten Sie bei der Anmeldung.

Leitung: Karin Berndt, Bildende Künstlerin, Kunstpädagogin

Termin: Sa, 9.12.17, 9–11.30 Uhr

Kosten: 15,-

35 Druckwerkstatt für Groß und Klein

... die Lust am Experimentieren

An diesem Samstag sind Omas und Opas mit ihren Enkelkindern, Mütter und Väter mit ihren Kindern und selbstverständlich auch Erwachsene ohne Kinder eingeladen, mit einfachen Drucktechniken auf verschiedenen Untergründen zu experimentieren: z. B. Stempeldruck, Rolldruck, Monotypie, Linoldruck ... Gezielt können Karten und Geschenkpapiere für Weihnachten hergestellt werden.

Eine Materialliste erhalten Sie bei der Anmeldung.

Leitung: Karin Berndt, Bildende Künstlerin, Kunstpädagogin

Termin: Sa, 9.12.17, 13–16.30 Uhr

Kosten: 19,-

Upcycling und Nähen

36 Nähkurs

Aus alt mach neu!

Mitzubringen sind Stoff, Schnitt, Faden, Nähutensilien, Ideen oder schon vorhandene Kleidungsstücke zum Ändern oder Umarbeiten: Aus alt mach neu! Der Kurs eignet sich für Anfängerinnen und Anfänger sowie Fortgeschrittene – auch Männer sind herzlich willkommen. Nähmaschinen sind vorhanden.

Leitung: Helga Schollenberger, Schneidermeisterin

Kosten: 18,- pro Termin

36 a Termin: Sa, 30.9.17, 14–17 Uhr

36 b Termin: Sa, 28.10.17, 14–17 Uhr

36 c Termin: Sa, 11.11.17, 14–17 Uhr

36 d Termin: Sa, 2.12.17, 14–17 Uhr

37 Neue Taschen aus alten Werbeplanen

Upcycling – die kreative Wiederverwertung von Müll

In diesem Kurs stellen wir Taschen aus alter Werbeplane her. Diese Technik kommt ganz ohne Nähmaschine aus. Die Taschen werden nach einem besonderen Schnittmuster zugeschnitten und anschließend mit dem Tragegurt verwebt. Durch die Vielfältigkeit der verschiedenen Werbeplanen entstehen dabei tolle individuelle Einzelstücke. Bilder von Taschen aus vergangenen Kursen können im Heinrich-Hansjakob-Haus eingesehen werden.

Die Werbeplanen werden von der Kursleiterin mitgebracht, eigene Planen dürfen natürlich auch mitgebracht werden.

Bitte Schere, Filzstift, Cutter, Schneidematte, Lineal, Fingerhut und kleine Nagelschere mitbringen.

Leitung: Annette Gayer, Ergotherapeutin und Müllretterin

Termin: Sa, 7.10.17, 14–17 Uhr

Kosten: 20,- plus 8,- für Material

38 Korbflechten mit Altpapier

Upcycling – die kreative Wiederverwertung von Müll

Werfen Sie zu Hause immer stapelweise alte Zeitungen und Werbeblättchen weg? Nach diesem Kurs ist Schluss damit. Wir stellen aus Altpapier unser eigenes Flechtmaterial her und flechten es in verschiedenen Techniken zu schönen neuen Körben. Bitte viele Zeitungen, Werbeblätter, Zeitschriften, Kataloge, Pappe (DIN A2–A3), Teppichmesser, Schere, verschiedene Stricknadeln (keine Rundnadeln), 1–2 Klebestifte, ein Handtuch, 2 Schraubgläser, Wasserflasche und viel Geduld mitbringen.

Leitung: Annette Gayer, Ergotherapeutin und Müllretterin

Termin: Mo, 16.30–18.30 Uhr, ab 9.10.17, 5-mal

Kosten: 45,- plus 8,- für Material

40 Weihnachtliches Upcycling

Die kreative Wiederverwertung von Müll

Dieses Jahr gibt es zum Fest der Liebe ein Upcycling der besonderen Art. Wir zerschneiden alte Dosen und basteln daraus und aus Draht schönen Weihnachtsschmuck, Kerzenständer, schnörkelige Blumenhalterungen und andere Dekorationen.

Voraussetzung für diesen Kurs sind gesunde, normal kräftige Hände.

Bitte alte Dosen (Konserven-, Tee-, Keksdosen, Tee-lichthüllen usw.), Dosenöffner, Filzstift, Schneidematte oder Pappunterlage, alte Bastelschere, alte Nagelschere und falls vorhanden Blechschere, Flachzange, Rundzange und Handschuhe mitbringen.

Leitung: Annette Gayer, Ergotherapeutin und Müllretterin

▪ **Termin:** Sa, 18.11.17, 14–17 Uhr

Kosten: 20,- plus 3,- für Material

39 Neue Rosen aus alten Dosen

Upcycling – die kreative Wiederverwertung von Müll

In diesem Kurs widmen wir uns der Wiederverwertung von alten Dosen. Wir nehmen die Dosen zunächst auseinander und schneiden sie nach Schablonen zu Blütenblättern. Diese werden dann zu einer wunderschönen Rose geformt. Beispielbilder können im Heinrich-Hansjakob-Haus eingesehen werden.

Voraussetzung für diesen Kurs sind gesunde, normal kräftige Hände.

Bitte alte Dosen (z. B. Konservendosen, alte Tee- oder Keksdosen etc., gerne auch farbig), Dosenöffner, Filzstift, Schneidematte oder Pappunterlage, alte Bastelschere und falls vorhanden Blechschere, Heißklebepistole, Rundzange und Handschuhe mitbringen.

Leitung: Annette Gayer, Ergotherapeutin und Müllretterin

▪ **Termin:** Sa, 21.10.17, 14–17 Uhr

Kosten: 20,- plus 5,- für Material

Beteiligung

Ehrenamtliches Engagement im Heinrich-Hansjakob-Haus

Viele Angebote der Begegnung, Bildung, Beratung und gegenseitigen Unterstützung sind nur mit Hilfe von Ehrenamtlichen möglich. Sie sorgen dafür, dass unser Programm so vielseitig sein kann. Wir freuen uns, wenn auch Sie bei uns mitwirken und Ihre Talente, Ideen sowie Ihre Zeit einbringen, z. B. bei den Begegnungsangeboten, Ausflügen oder Kursen. So können Sie das Leben im Heinrich-Hansjakob-Haus verantwortlich mitgestalten.

Bitte melden Sie sich bei uns, dann sprechen wir persönlich darüber, wie Sie sich engagieren können.

Ansprechpersonen sind Angela Huber und Wilhelm Pfaff, Telefon (07 61) 70 31 30.

Herzlich willkommen!



MOFA: Senioren helfen Senioren

Wir suchen ...

... aktive Ruheständlerinnen und Ruheständler, die bei MOFA mitmachen und alte Menschen unterstützen möchten, z. B. durch Beratung oder bei kleinen Reparaturen im Haushalt. Vieles andere ist denkbar und richtet sich nach Ihren Kenntnissen, Wünschen und Fähigkeiten.

Wir bieten ...

... für Seniorinnen und Senioren, die Unterstützung brauchen:

- Beratung beim Umgang mit Behörden und Banken
- Unterstützung beim Schreiben von Briefen
- Vorlesen, Begleitung bei Spaziergängen und kleinen Ausflügen
- Hilfe beim Einkaufen und Kochen
- Kleine Reparaturen im Haushalt
- MOFA arbeitet ehrenamtlich und überkonfessionell. Lediglich eine Fahrtkostenpauschale sowie der Ersatz von Auslagen werden berechnet. Wer sich als noch aktive Seniorin oder aktiver Senior engagieren möchte, ist herzlich willkommen – ebenso wie alle, die Unterstützung brauchen.

MOFA Mobiler Freiburger Altenservice e. V.

Hermannstraße 10 • 79098 Freiburg

Telefon (07 61) 319 13-147

Bürozeiten: dienstags und donnerstags 10–12 Uhr



Freundeskreis Heinrich-Hansjakob-Haus e.V.

Liebe Besucherinnen und Besucher,

- Ein sozialer Treffpunkt, der Begegnung und Austausch ermöglicht,
- ein Ort, eigenes Wissen und eigene Fähigkeiten einzubringen,
- Möglichkeiten, mitzugestalten und Unterstützung und Beratung zu erfahren,
- das Zusammenkommen verschiedener Generationen

... für das und noch vieles mehr steht das **Heinrich-Hansjakob-Haus** seit über 35 Jahren in Freiburg.

Der Freundeskreis Heinrich-Hansjakob-Haus e. V. will mithelfen, dass für möglichst viele Menschen, ob jünger oder älter, dieses große Angebot bestehen kann. Mit seinen über 150 Mitgliedern unterstützt er das Haus ideell und materiell.

Helfen auch Sie mit durch Ihren Beitritt zum Freundeskreis!

Sprechen Sie uns an oder füllen Sie einfach die umstehende Beitrittserklärung aus! Wir freuen uns über Ihre Unterstützung und Ihr Interesse.

Herzliche Grüße

Maria Roth

Erste Vorsitzende des Freundeskreises
Heinrich-Hansjakob-Haus e.V.

Talstraße 29, 79102 Freiburg

Telefon (07 61) 70 31 30

heinrich-hansjakob-haus@caritas-freiburg.de

Beitrittserklärung zum Freundeskreis Heinrich-Hansjakob-Haus e.V.

Name

Vorname

Straße

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Förderbeitrag: Euro

Mindestbeitrag pro Jahr (15,- Euro)

Die Mitgliedschaft endet durch eine schriftliche Kündigung zum Ende des Kalenderjahres. Spendenbescheinigungen werden ab 100,- Euro ausgestellt, ansonsten gilt der Überweisungsträger als Spendenquittung.

Datum

Unterschrift

Kontoverbindung – auch für Spenden

Freundeskreis Heinrich-Hansjakob-Haus e.V.,
Liga Bank ▪ IBAN DE25 7509 0300 0007 1066 70

Anmeldung

So können Sie sich zu den Angeboten, bei denen das erforderlich ist, anmelden:

- persönlich im Heinrich-Hansjakob-Haus
- telefonisch unter (07 61) 70 31 30
- per E-Mail unter
heinrich-hansjakob-haus@caritas-freiburg.de
- schriftlich an Heinrich-Hansjakob-Haus,
Talstraße 29, 79102 Freiburg
- Zu den Angeboten aus dem Bereich Bildung können Sie sich zusätzlich online unter www.erwachsenenbildung-freiburg.de anmelden. (Um den entsprechenden Kurs zu finden, geben Sie bitte in das Suchfeld den Namen des Kurses oder der Kursleitung ein.)

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Zu den Angeboten aus dem Bereich Bildung (im Rahmen des Bildungswerks der Erzdiözese Freiburg/Seniorenkolleg)

1. Anbieter

- (1) Diese Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) gelten für die Veranstaltungsangebote der Ökumenischen Erwachsenenbildung Freiburg.
- (2) Die AGB gelten nicht für E-Learning-Veranstaltungen, bei denen besondere Bedingungen gelten.
- (3) Diese AGB gelten nicht für (Studien-)Reisen. Hier findet grundsätzlich nur eine Vermittlung zum jeweiligen Reiseveranstalter statt. Es gelten allein dessen Vertragsbedingungen. Soweit ausnahmsweise eigene Bildungsreisen veranstaltet werden, gelten besondere Bedingungen.
- (4) Für Veranstaltungen von Kooperationspartnern gelten gegebenenfalls deren AGB.
- (5) Für KEK- und EPL-Kurse gelten gesonderte AGB.

2. Anmeldung und Vertrag

- (1) Anmeldungen können grundsätzlich schriftlich, per Fax, telefonisch, per E-Mail, über die Homepage oder persönlich erfolgen. Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung.
- (2) Eine Eingangsbestätigung ist keine verbindliche Zusage. Der Vertrag kommt mit der Anmeldebestätigung zustande. Anmeldebestätigungen erfolgen stets vorbehaltlich des Erreichens der Mindestteilnehmerzahl.

3. Mindestteilnehmerzahl

- (1) Soweit ein Kurs eine Mindestteilnehmerzahl voraussetzt, findet eine Veranstaltung nicht statt, soweit diese nicht erreicht wird. Die Teilnehmenden werden hiervon rechtzeitig per E-Mail, Fax, Telefon oder Post unterrichtet.
- (2) Soweit die Teilnehmenden einverstanden sind, kann ein Kurs bei Unterbelegung dennoch gegen Entgeltaufschlag oder – sofern sachlich möglich – mit verkürzter Kursdauer durchgeführt werden.

4. Veranstaltungsinhalte

Der Inhalt und die Durchführung der Veranstaltungen sind im jeweiligen Veranstaltungsprogramm niedergelegt. Der Veranstalter behält sich vor, einzelne Inhalte aus fachlichen Gründen abzuändern, soweit der Kern der Veranstaltung nicht berührt wird.

5. Zahlung

- (1) Zahlungen erfolgen in der Regel per Vorkasse (Überweisung) und in bestimmten Fällen bar bei Kursbeginn. Kartenzahlung ist nicht möglich.
- (2) Inhaber des „Freiburg-Passes“, Empfänger von Arbeitslosengeld oder Hartz-IV-Leistungen erhalten eine Ermäßigung von 30 Prozent auf die Teilnahmegebühr.
- (3) Ein Nichterscheinen von Teilnehmenden entbindet diese nicht von der Zahlungsverpflichtung. Bei kurzfristiger Zahlung ist der Veranstalter berechtigt, vor Zulassung zur Veranstaltung einen Zahlungsnachweis (z. B. Überweisungsbeleg) zu verlangen.

6. Stornierung/Rücktritt

- (1) Hinweis: Es besteht kein fernabsatzrechtliches Widerrufsrecht (§ 312g II Nr. 9 BGB).
- (2) Die Teilnehmenden können unter den nachfolgend genannten Bedingungen vom Vertrag zurücktreten:
 - Bei Intensivkursen „Deutsch als Fremdsprache“ bis zum Kursbeginn, wenn nachweislich kein Visum erteilt wurde. Es wird eine Stornierungsgebühr von 25 Euro fällig.
 - Bei Sprachkursen ist ein Rücktritt vor dem zweiten Kurstag möglich. Es wird eine Stornierungsgebühr von 25 Euro fällig.
 - Bei Wochenendseminaren ist ein kostenfreier Rücktritt bis 14 Kalendertage vor Kursbeginn möglich. Bei einem Rücktritt bis 7 Kalendertage vor Kursbeginn ist die halbe Kursgebühr zu entrichten. Bei späterem Rücktritt ist die Kursgebühr voll zu bezahlen.
 - Bei allen anderen Veranstaltungen ist ein Rücktritt bis 7 Kalendertage vor Kursbeginn möglich. Es wird eine Stornierungsgebühr von 5 Euro fällig. Bei späterem Rücktritt ist die Kursgebühr voll zu bezahlen.
- (3) Eine Abmeldung muss schriftlich per Brief, Fax oder E-Mail erfolgen. Maßgeblich ist der Zeitpunkt des Eingangs beim Veranstalter.
- (4) Ein Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Rücktritt und entbindet nicht von der Pflicht zur Zahlung des Entgelts.
- (5) Die Teilnehmenden können eine Ersatzperson stellen, der an ihrer statt an der Veranstaltung teilnimmt. Diese treten in den Vertrag ein, soweit keine Gründe in der Person der Ersatzteilnehmenden dagegen sprechen.

7. Ausfall der Veranstaltung

- (1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung von einer bestimmten Veranstaltungsleitung durchgeführt wird. Dies gilt auch dann, wenn die Veranstaltungsleitung mit namentlich angekündigt wurde.
- (2) Der Veranstalter kann aus wichtigem Grund (z. B. Erkrankung der Veranstaltungsleitung oder bei Exkursionen schlechte Wetterbedingungen) einen Termin kurzfristig absagen oder verlegen. Den Teilnehmenden steht in diesem Fall das Recht zu, an einem eventuellen Ersatztermin teilzunehmen. Alternativ können sie vom Vertrag zurücktreten und das Tagungsentgelt erstattet erhalten.
- (3) Soweit bei einer Veranstaltungsreihe einzelne Termine ausfallen, steht den Teilnehmenden, wenn keine Ersatztermine angeboten werden oder sie an diesen nicht teilnehmen können, eine anteilige Erstattung des Entgelts zu.
- (4) Außer in Fällen vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verhaltens steht den Teilnehmenden keinerlei Schadensersatz wegen des Ausfalls einer Veranstaltung zu.

8. Urheberrecht

- (1) Ton- und Bildaufzeichnungen sind in den Veranstaltungen nicht gestattet.
- (2) Alle Rechte am Lehrmaterial sind vorbehalten. Das ausgeteilte Lehrmaterial darf ohne Genehmigung des Veranstalters insbesondere nicht vervielfältigt, online gestellt oder anderweitig verwertet werden. Wird Lehrmaterial zum Download bereitgestellt, ist die Weitergabe der Zugangsdaten ebenso untersagt.

9. Kündigung

Das Recht zur außerordentlichen Kündigung insbesondere eines Vertrages über eine mehrtätige Veranstaltung aus wichtigem Grund bleibt unberührt.

10. Hausordnung

Die Hausordnung der jeweiligen Unterrichtsstätte ist einzuhalten. In allen Gebäuden besteht Rauchverbot. Das Mitbringen von Haustieren ist untersagt.

11. Online-Zugang

Sofern die Teilnehmenden für den Zugriff auf Lehrmaterial ein Passwort erhalten, haben sie dieses vertraulich zu behandeln und gegen unbefugten Zugriff zu sichern. Eine Weitergabe an Dritte ist untersagt. Sollte den Nutzern und Nutzerinnen das Passwort abhanden kommen oder ihnen ein Missbrauch ihres Zugangs bekannt werden, haben sie den Veranstalter hiervon unverzüglich zu unterrichten. Ihnen wird dann ein neuer Zugang zugewiesen.

12. Nutzung von Computern

- (1) Der Umgang mit technischem Gerät hat pfleglich zu erfolgen.
- (2) Den Teilnehmenden stehen keine Rechte an auf den Computern befindlichen Programmen und Daten zu. Diese dürfen insbesondere nicht vervielfältigt oder verändert werden. Die Nutzung ist nur im Rahmen der Veranstaltung und nach Maßgabe des Veranstaltungsleiters gestattet.
- (3) Das Installieren anderer Software oder das Abspeichern von Daten auf den Computern ist untersagt, sofern es nicht ausdrücklich im Rahmen der Veranstaltung erforderlich oder

vereinbart ist. Die Teilnehmer haften, soweit sie von ihnen mitgebrachte Datenträger verwenden, die Malware (Viren, Trojaner etc.) enthalten.

- (3) Bei Kursen zur Internetnutzung haben die Teilnehmenden besondere Sorgfalt im Hinblick auf die Gefahren von Malware walten zu lassen. Der Besuch von Webseiten mit illegalem Inhalt (insb. betreffend fremde Urheberrechte an Filmen oder Musik) ist untersagt.
- (4) Soweit die Teilnehmenden bei Veranstaltungen eigene Daten abspeichern, sind diese jeweils am Ende der Veranstaltung zu löschen. Die Teilnehmenden haben keinen Anspruch darauf, dass die Daten erhalten bleiben.

13. Teilnahmebestätigung

Die Teilnehmenden erhalten nach erfolgter Teilnahme auf Wunsch eine Teilnahmebestätigung. Dies gilt nicht, soweit dies den Umständen nach unangemessen ist (z. B. bei Einzelvorträgen oder Exkursionen). Soweit ein Zertifikat Teil des Angebots ist, wird dieses gemäß den Anforderungen des Kurses (Anwesenheitsnachweis, ggf. Abschlussprüfung) ausgegeben.

14. Haftung

- (1) Eltern haften für ihre Kinder. Dies gilt auch dann, wenn die Eltern nicht mit diesen zusammen an den Veranstaltungen teilnehmen.
- (2) Auf Garderobe und Gepäck haben die Teilnehmenden selbst zu achten.
- (3) Sport, Tanz, Gymnastik sowie andere körperliche Aktivität betreffende Veranstaltungen setzen eine entsprechende Gesundheit der Teilnehmenden voraus. Soweit die Teilnehmenden gesundheitlichen Einschränkungen unterliegen, haben sie sich vor der Anmeldung nach den Möglichkeiten und Risiken einer Teilnahme zu erkundigen. Sie haben die Veranstaltungsleitung ggf. nochmals darauf hinzuweisen. Eine Teilnahme geschieht stets auf eigene Gefahr.
- (4) Bei Exkursionen haben die Teilnehmenden umstände- und wettermäßig angemessene Kleidung zu tragen. Dies gilt auch bei Veranstaltungen, bei denen ein kurzfristiges Verlassen des Einrichtungsgeländes zu Schulungszwecken angekündigt ist.
- (5) An- und Abreise obliegen den Teilnehmenden in eigener Verantwortung.

15. Datenschutz

- (1) Die Daten der Teilnehmenden werden vom Veranstalter zur Kursverwaltung verwendet. Die freiwillige Angabe von Alter und Geschlecht wird im Übrigen allein zu statistischen Zwecken erhoben. Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben.
- (2) Teilnehmende von Veranstaltungen werden, solange sie dem nicht widersprechen, gelegentlich über aktuelle Veranstaltungen per Post bzw. E-Mail informiert.

16. Salvatorische Klausel

Sollte eine Klausel dieser Bedingungen unwirksam sein, bleibt die Wirksamkeit der übrigen Bedingungen unberührt.

Anmeldung zu den Kursen im Bereich Bildung

Caritasverband Freiburg-Stadt e. V.
Heinrich-Hansjakob-Haus
Talstraße 29
79102 Freiburg

Ich melde mich verbindlich für folgende(n) **Kurs(e) aus dem Bereich Bildung** an. Die Kursgebühren überweise ich unter der Kursnummer an Bildungswerk der Erzdiözese Freiburg/Seniorenkolleg, IBAN DE10750903000007110626.

Name

Vorname

Straße, Nr.

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Datum

Unterschrift

Kurs-Nr. Kurs-Titel

Kurs-Nr. Kurs-Titel

Kurs-Nr. Kurs-Titel

Kurs-Nr. Kurs-Titel

Kurs-Nr. Kurs-Titel

Kurs-Nr. Kurs-Titel

Caritasverband
Freiburg-Stadt e.V.



Unterstützt vom



Freundeskreis Heinrich-Hansjakob-Haus e.V.

Mitglied der
Arbeitsgemeinschaft



Rollstuhlgerechter Eingang,
Zugang zu den Räumen
und zur Toilette

Caritasverband Freiburg-Stadt e.V.
Heinrich-Hansjakob-Haus



Talstraße 29, 79102 Freiburg
Telefon (07 61) 70 31 30
heinrich-hansjakob-haus@caritas-freiburg.de
www.heinrich-hansjakob-haus.de
www.caritas-freiburg.de