



denkhaus

loccum | natürlich menschlich anders








2026

PROGRAMM

	Kirche und Ehrenamt	
	Schule 4.0	
	Familienleben	
	Persönlichkeitsbildung	
	Berufs- und Handlungskompetenz	
	Gesundheit und Ernährung	
	Kultur und Kreativität	

www.denkhaus-loccum.de

Inhalt

Vorwort	3
Terminübersicht	4
Veranstaltungen in 2026	
 Kirche und Ehrenamt	8
 Schule 4.0	17
 Familienleben	23
 Persönlichkeitsbildung	27
 Berufs- und Handlungskompetenz	35
 Gesundheit und Ernährung	44
 Kultur und Kreativität	51
Wir sind für Sie da	64
Hinweise zur Anmeldung	65
Allgemeine Geschäftsbedingungen	67
Kooperationspartner und Förderer	70
Impressum	75
Anmeldeformular	76

Liebe Gäste,

„Das musst du im Blick haben!“ „Das darfst du nicht aus dem Blick verlieren.“ – das haben wohl alle schon gehört oder angemaht, auch bei sich selbst.

Jemanden oder etwas im Blick haben, das können im Alltag, in der Familie und im Berufsleben so viele Menschen und Situationen sein, dass man schon mal den Über – Blick verliert. Verantwortung abgeben hilft. In einer Gemeinschaft werden die Bereiche verteilt, die jeder und jede Einzelne im Blick haben muss. Nur so kann es auf Dauer gehen.



Haben Sie sich auch selbst im Blick? Wir schon...

Für Sie ganz persönlich haben wir auch in diesem Jahr in unserem Programm viele tolle, gut durchdachte und mit Freude konzipierte Angebote geplant. Weiterbildung, kollegialer Austausch, persönliche Entwicklung, Entspannung und Erholung – all das finden Sie bei uns.

Ich hoffe, dass Ihnen unser Programm gefällt.

Behalten Sie uns im Blick!

Herzliche Grüße

Ihre Gaby Straßburg
Direktorin/Geschäftsführerin

Terminübersicht

Januar 2026		Seite
02. – 06.01.	Großer Posaunen-Chorleitungskurs	51
16. – 18.01.	Allerlei Kontratänze	52
19. – 23.01.	Rhetorik – Ich rede, und jetzt ohne Angst (BU)	27
26. – 30.01.	Gesundheitsförderung, Stressmanagement und Burnoutprophylaxe (mit Autogenem Training) (BU)	44

Februar 2026		Seite
06. – 08.02.	Winterflair – Singen macht Spaß! Chorwochenende mit Morten Kollstede	53
16. – 20.02.	BU-Basiskurs: Gesünder durch richtige Ernährung und aktive Stressbewältigung (BU)	45
18. – 19.02.	Sprachförderung/Sprachbildung für päd. Fachkräfte in KiTas-Modul 1	35
20. – 22.02.	Psychische Gesundheit bei Jugendlichen – Wahrnehmen, Begegnen & Fördern	10
23. – 25.02.	Malreise: Landschaftsaquarell	54
27.02. – 01.03.	Malreise: Landschaftsaquarell	54

März 2026		Seite
04. – 06.03.	PR-Manager-Ausbildung für Schulen (zertifiziert)	17
07. – 08.03.	Paarseminar: Gelingende Kommunikation in Zweierbeziehungen	23
16. – 17.03.	Sprachförderung/Sprachbildung für päd. Fachkräfte in KiTas-Modul 2	35
16. – 19.03.	Round – Dance	55
28. – 29.03.	PilzCoach (zertifiziert) – 1	46

(BU) = Bildungsurlaub

April 2026		Seite
10.04.	TS für Mitarbeitende in sozialen Berufen	36
13. – 15.04.	Malreise: Skizzenbuch von A-Z	54
17. – 19.04.	Facherzieher/-in für Natur und Waldpädagogik – S1	37
20. – 24.04.	Ich bin dann mal weg – Einstimmung auf den Ruhestand (BU)	28
22. – 23.04.	Sprachförderung/Sprachbildung für päd. Fachkräfte in KiTas-Modul 3	35
24. – 26.04.	Theologischer Grundkurs: „Glauben und verstehen“ – Annäherungen an Kernelemente des christlichen Glaubens	11
27. – 30.04.	Malseminar: Urlaub am Meer	56
30.04. – 03.05.	Malseminar: Baum- und Landschaft	56

Mai 2026		Seite
08. – 09.05.	Facherzieher/-in für Natur und Waldpädagogik – S2	37
11. – 13.05.	Gelassener mit Psychologie und Sport – Wie man Stress bewältigen und die eigenen Ressourcen stärken kann (BU)	29
15. – 17.05.	Kreativ-Seminar: Erinnerungs-Werkstatt	57
18. – 22.05.	Gelassener und beweglicher durch den Lebensalltag (Stressprävention) (BU)	47
22. – 25.05.	Pfingstseminar Familienkompass: Zusammen in Bewegung, Balance und Beziehung	24

Juni 2026		Seite
01. – 05.06.	Stressabbau im Berufsalltag – Präventive Gesundheitsförderung durch Entspannung und Selbstfürsorge mit Qigong (BU)	49
01. – 05.06.	Stress & Psyche an die Hand nehmen – Mehr Resilienz und Wohlbefinden für den Alltag (BU)	48
05. – 06.06.	Facherzieher/-in für Natur und Waldpädagogik – S3	37
08. – 12.06.	Bühnenbild meines Lebens (BU)	30
08. – 12.06.	BU-Basiskurs: Gesünder durch richtige Ernährung und aktive Stressbewältigung (BU)	45
10. – 12.06.	Wo stehe ich und wo will ich hin? – Eine Expedition zur persönlichen und beruflichen (Neu-)Orientierung (BU)	38
19. – 21.06.	Uni im Grünen: Zwischen Freiheit und Zukunft	58
26. – 28.06.	Einkehrtage – Ein geistliches Wochenende	12

Terminübersicht

Juli 2026		Seite
06. – 14.07.	Deutsche Juniorakademie Loccum 2026	18
27. – 31.07.	Loccumer Sommer: Ein Sommer wie in Schweden	25

August 2026		Seite
10. – 14.08.	Freudvoll älter werden (BU)	31
19. – 21.08.	Gelassener mit Psychologie und Sport – Wie man Stress bewältigen und die eigenen Ressourcen stärken kann (BU)	29
24. – 28.08.	Ressourcen aktivieren und Stress regulieren mit dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM) (BU)	32
24. – 28.08.	Und dann habe ich den Hut auf... Gruppen, Projekte und Teams leiten (BU)	13
28. – 30.08.	Tanzvergnügen	59
31.08. – 01.09.	Kursfolge zur Qualifizierung von Lehrkräften für Führungspositionen in der Schule 1/4	19

September 2026		Seite
04. – 06.09.	Darstellendes Spiel 2026-28 – 1	21
04. – 06.09.	Facherzieher/-in für Natur und Waldpädagogik – S1	39
05. – 06.09.	PilzCoach (zertifiziert) – 2	46
14. – 18.09.	Englisch für Business – Kommunikation und Präsentation (BU)	40
25. – 27.09.	Kulturraum Friedhof	14
28. – 30.09.	The Leading Role – Hauptrolle Führungskraft (BU)	41
28.09. – 02.10.	Fortsetzungskurs: Gesundheitsförderung im (Berufs-)Alltag durch Reduktion arbeitsbedingter Stresssymptome (durch Yoga) und Umsetzung einer modernen Vitalkost (BU)	50

(BU) = Bildungsurlaub

Oktober 2026		Seite
05. – 07.10.	Malreise: Licht und Schatten	54
09. – 11.10.	Malreise: Licht und Schatten	54
09. – 11.10.	Bildungstage für Frauen 2026	60
12. – 16.10.	Glück und Gesundheit – durch gelingende Beziehungen (BU)	33
12. – 16.10.	Let`s do it – in English (BU)	34
24.10. – 27.10.	Malseminar: Momente im Herbst	56
27. – 30.10.	Malseminar: Winterliche Landschaften	56
28.10. – 30.10.	Gute Führung für ein gesundes und glückliches Team	42
30.10. – 01.11.	Schreiblust – Eine kreative Schreibwerkstatt	61
30.10. – 31.10.	Facherzieher/-in für Natur und Waldpädagogik – S2	39
30.10. – 01.11.	Maschen-Mood – Ein wolliges Wochenende	62
31.10. – 01.11.	PilzCoach (zertifiziert) – 3	46

November 2026		Seite
03. – 04.11.	Kursfolge zur Qualifizierung von Lehrkräften für Führungspositionen in der Schule 2/4	19
06. – 07.11.	Darstellendes Spiel 2026-2028 – 2	21
06. – 08.11.	Wenn das Leben aus den Fugen gerät	15
16.11. – 19.11.	Round – Dance	55
23. – 27.11.	BU-Basiskurs: Gesünder durch richtige Ernährung und aktive Stressbewältigung (BU)	45
27. – 28.11.	Facherzieher/-in für Natur und Waldpädagogik – S3	39
27. – 29.11.	Schatzkiste Leben – Shine your light! – von Werten und Talenten, vom Wachsen und was der Gospel damit zu tun hat	63

Dezember 2026		Seite
04. – 06.12.	Advent 2026: Der kleine Prinz	26

Als Gruppe buchbar

Termin nach Vereinbarung als zwei- oder dreitägige Klausur

Fr. 17.00 Uhr bis Sa. 17.00 Uhr

Fr. 17.00 Uhr bis So. 13.00 Uhr

Kirchenvorstands-Klausuren in Kooperation mit der Evangelischen Agentur (Organisationsberatung/Mitarbeiten)

Gemeinde.Kompetent.Leiten (GKL)



In Zusammenarbeit mit den Teams Organisationsberatung und Mitarbeiten in der Evangelischen Agentur bieten wir Ihnen an, Ihren Kirchenvorstand auf einer Klausurtagung zu begleiten.

Eine Klausurtagung im Rahmen des Formats „Gemeinde.Kompetent.Leiten“ im Denkhaus Loccum hilft dazu, neue Leitlinien zu erarbeiten und die Arbeit daran auszurichten. Schwerpunkte und Zielsetzungen können bedacht, Veränderungen vorbereitet und geeignete Arbeitsweisen verabredet werden. Rückblick und Bilanz kann ebenso eine Rolle spielen wie Aufbruch und neue Perspektiven. GKL bietet Ihnen die Verbindung der Kompetenzen des Denkhauses Loccum mit denen der Evangelischen Agentur. Begleitet werden sie durch eine/n Berater/-in der Organisationsberatung oder einer/m Fachexpert/-in aus dem Team Mitarbeiten.

Voraussetzung: Um diese Förderung in Anspruch nehmen zu können, müssen im Rahmen einer als GKL bezeichneten Kirchenvorstandsklausur mindestens vier thematischen Einheiten á 1,5 Stunden (und einer Übernachtung) durchgeführt werden.

Die Themen müssen aus folgenden Bereichen kommen: Aufgabenverteilung im Kirchenvorstand, Kirchenvorstand als Arbeitsgeber, Sitzungskultur, strategische Zielplanung, Bilanzierung, Personalführung, Visitation, Rechts- und Strukturfragen, Kirche im Sozialraum.

Leitung: Henning Busse

Kosten: Fr. – Sa.: 185,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP

Fr. – So.: 290,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP

Diese Veranstaltungen werden im Rahmen der Verfügbarkeit durch die Landeskirche in besonderem Maße aus Mitteln des Ehrenamts gefördert.

Weitere Informationen erhalten Sie auch in der Evangelischen Agentur: mitarbeiten.agentur@evlka.de oder organisationsberatung.agentur@evlka.de

Als Gruppe buchbar

Termin nach Vereinbarung als zwei- oder dreitägige Klausur
Freitag, 17 Uhr, bis Samstag, 17 Uhr oder
Freitag, 17 Uhr, bis Sonntag, 13 Uhr

Team-Arbeit mit Gewinn

Moderierte Klausurtagung für kirchliche Gruppen und Gremien



Auch die beste Team-Arbeit verdient hin und wieder eine Belebung. Mit dem Vorstand, Gremium oder der Arbeitsgruppe ein Wochenende in anderer Umgebung zu verbringen, wird die Arbeit bereichern und neuen Schwung bringen.

Wir bieten an, Ihre Klausurtagung individuell mit Ihnen vorzubereiten und Sie in der Durchführung zu begleiten. So werden Sie von den Aufgaben der Moderation entlastet und bekommen Kopf und Hände frei für Kreativität und Konzentration auf die Inhalte.

Was kommt häufig zu kurz? Wofür ist immer keine Zeit? Wie lässt sich die Arbeitsweise verbessern oder eine neue Perspektive finden? Ob die Tage in Loccum einen geistlichen Schwerpunkt haben sollen oder Arbeitszusammenhänge im Mittelpunkt stehen, bestimmen Sie selbst. Im Denkhaus finden Sie abseits der üblichen Anforderungen einen Freiraum für Inspiration, Kommunikation und Gemeinschaft. Kirchenvorstände profitieren davon, einmal abseits der regulären Sitzungen Zeit für die Fragen zu haben, die sonst leicht zu kurz kommen. Ein begleitetes Klausurwochenende kann dazu beitragen, Grundsätzliches zu bedenken, die Motivation zu stärken und sich gemeinsam neu auszurichten.

Nehmen Sie gerne Kontakt zu uns auf, damit wir gemeinsam Ihr Anliegen abstimmen und einen Termin für Ihre Klausurtagung vereinbaren können.

Leitung: Henning Busse

Kosten: Fr. – Sa.: 185,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP

Fr. – So.: 290,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP

E 087/26

Fr. 20.02. ab 16.30 Uhr – Fr. So. 22.02.26 bis 13.00 Uhr

Psychische Gesundheit bei Jugendlichen – Wahrnehmen, Begegnen & Fördern



Jugendleiter/-innen stellen für die Jugendlichen eine wichtige Ansprechperson abseits des eigenen familiären Umfelds dar. Sie sind häufig sowohl Vertraute als auch Vorbild.

Die geschulte Wahrnehmung für psychische Belastungen und der Umgang mit Jugendlichen mit psychischen Erkrankungen ist eine zunehmende Herausforderung für Jugendleiter/-innen und Hauptamtliche in der Kinder- und Jugendarbeit.

In diesem Seminar werden wissenschaftlich fundiert die häufigsten psychischen Erkrankungen und Belastungen vermittelt, gemeinsam praxisnahe Unterstützungs- und Handlungsmöglichkeiten erarbeitet und der Umgang mit herausfordernden Situationen trainiert. Ziel des Seminars ist es, in interaktiven Diskussionen und Gruppenarbeiten, die Wahrnehmung als Jugendleiter/-in für psychische Erkrankungen zu stärken. In gezielten Übungen im Seminar werden Hemmungen im Umgang mit betroffenen Jugendlichen abgebaut und durch den gemeinsamen Austausch die eigene Sicherheit in herausfordernden Situationen gesteigert. Dabei unterstützt das Seminar im Verständnis und der Förderung von psychischer Gesundheit in der Kinder- und Jugendarbeit.

Referent:	Silas Klatt
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	335,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	290,00 € im EZ Etagedusche/WC inkl. ÜN/VP
	225,00 € Tagesgast inkl. VP

E 120/26

Fr. 24.04. ab 16.00 Uhr – So. 16.04.26 bis 13.00 Uhr

Theologischer Grundkurs: „Glauben und verstehen“ – Annäherungen an Kernelemente des christlichen Glaubens



„Verstehst du, was du da liest? (Apg 8,30) Vielen mag es so gehen wie dem Kämmerer aus der Bibel. Sie haben Interesse an Glauben und Religion, aber mehr Fragen als Antworten.

Wenn es Ihnen auch so geht, könnte das Seminar zu theologischen Grundfragen das Richtige für Sie sein. Einige Kernpunkte des christlichen Glaubens wollen wir gemeinsam entschlüsseln. Was steht eigentlich in der Bibel über Gott, Jesus Christus und uns Menschen? Woran kann man glauben? Was hat heute noch Geltung?

Bringen Sie Ihre eigenen Fragen mit, ihr Interesse und Ihr Vorverständnis. Dies bringen wir mit den Deutungen der Theologie und christlichen Tradition ins Gespräch. Erfahren Sie etwas über die Antworten einer langen Glaubensgeschichte und finden Sie Ihren eigenen Zugang zu den zeitlosen Fragen unserer Existenz.

Wir erschließen uns biblische Texte und nehmen uns dabei die Freiheit, alles zu denken und ebenso alles zu hinterfragen. In solch anregender Weise Theologie zu treiben, wird nicht alle Fragen beantworten. Aber wir können unserem eigenen Glauben näherkommen und ihn besser verstehen. Es wird vorbereitete Zugänge geben. Zugleich bleibt genügend „Luft“, um flexibel auf Ihre Interessen einzugehen.

Referent:	Henning Busse, Pastor
Verantwortlich:	Henning Busse
Kosten:	320,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	295,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	230,00 € Tagesgast inkl. VP

E 121/26

Fr. 26.06. ab 16.00 Uhr – So. 28.06.26 bis 13.00 Uhr

Einkehrtage – Ein geistliches Wochenende



Im fordernden Alltag werden Zeiten der Ruhe zur Oase. Erleben Sie im Denkhäus Loccum ein Wochenende zum Aufatmen. Lassen Sie Körper und Seele zur Ruhe kommen. Finden Sie Kraft und geistliche Inspiration. Andachten geben den Tagen eine Struktur und biblische Entdeckungen eine Richtung. Es gibt Zeit für sich selbst und Zeit mit anderen, Zeit zur Seelenruhe wie zum anregenden Austausch.

Ihr Motiv kann eine konkrete Lebenssituation sein, ein Ereignis oder eine bevorstehende Entscheidung. Oder es ist das Bedürfnis, sich eine Zeitlang der üblichen Reizüberflutung zu entziehen. Einfach mal alles in einem anderen Licht sehen und die Lebensfragen auf andere Weise bewegen.

Dazu tut es gut es, an einem Ort zu sein, der dazu einlädt. Nehmen Sie sich diese Auszeit und schaffen sich einen freien Raum. Kommen Sie bei sich an. Nutzen Sie die Gelegenheit zur Einkehr, um aufzuatmen und Wesentliches wiederzuentdecken.

Referent:	Henning Busse, Pastor
Verantwortlich:	Henning Busse
Kosten:	320,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	295,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	230,00 € Tagesgast inkl. VP

E 108/26

Mo. 24.08. ab 14.00 Uhr – Fr. 28.08.26 bis 13.00 Uhr

In Kooperation mit der Evangelischen Agentur
der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers

Bildungsurlaub: Und dann habe ich den Hut auf...

Gruppen, Projekte und Teams leiten



Leiten Sie eine Gruppe oder ein Team und möchten Ihre Leitungskompetenz verbessern? Bereiten Sie sich darauf vor, in einem Projekt „den Hut aufzuhaben“?

Der Kurs richtet sich an ehrenamtlich Engagierte im Bereich der Kirche. Er bietet Ihnen die Möglichkeit, Kenntnisse zu erwerben, die für die Leitung einer Gruppe, eines Teams oder eines Projekts von Bedeutung sind.

Die Teilnahme an dem fünftägigen Kurs wird als Bildungsurlaub anerkannt und kann als solcher beim Arbeitgeber beantragt werden.

Kursinhalte:

- Gruppenphasen und Gruppenprozesse
- Teilnehmendenverhalten in Gruppen
- Sach- und Beziehungsebene
- Leitungsaufgaben und Leitungsstile
- Typische Konflikte und Störungen
- Planung und Organisation von Gruppentreffen
- Methoden der Gruppenarbeit und des Erfahrungsaustausches
- Rechtsfragen und Öffentlichkeitsarbeit
- Geistliche Impulse in der Gruppe
- Auftreten und Wirkung in der Leitungsrolle

Referent/-in: Mitarbeiter/-in Evangelische Agentur, Henning Busse

Verantwortlich: Henning Busse

Kosten: Die Teilnahme ist für ehrenamtliche Teilnehmer/-innen aus der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers kostenfrei.

E 110/26

Fr. 25.09. ab 16.00 Uhr – So. 27.09.26 bis 13.00 Uhr

Kulturraum Friedhof



Die Friedhofskultur befindet sich in einem tiefgreifenden Wandel, von dem auch viele kirchliche Friedhöfe betroffen sind. Neue Nutzungswünsche, vielfältigere Bestattungsarten, kleinere Gräber, ungenutzte Freiflächen bedeuten eine Herausforderung für den Betrieb und die Gestaltung. Zugleich stellt sich mit den Veränderungen auch die Frage nach der Kultur, die mit einem kirchlichen Friedhof zum Ausdruck kommen soll, noch einmal neu. Welches sind seine Botschaften an die Lebenden?

Im klassischen Verständnis gelten Friedhöfe als Orte der Trauer und Erinnerung. Vermehrt gewinnen sie jedoch auch Bedeutung für Begegnung, Naherholung oder als „Resonanzräume“ für Kunst und Kultur. Zeitgenössische Skulpturen und temporäre Ausstellungen finden ebenso Platz zwischen den Gräbern wie Feiern, Lesungen und Konzerte. Friedhofskultur wird zur Lebensbotschaft. Welche Potentiale lassen sich darin entdecken? Wie kann der „klassische“ Friedhof zu einem Ort des Lebens werden?

Neben theologischen Vorträgen sowie Impulsen, Workshops und einem Friedhofsbesuch bietet das Seminar Gelegenheit zum Austausch über den Umgang mit dem Wandel in der Bestattungs- und Friedhofskultur. Aus den vielfältigen Anregungen lassen sich Impulse für den „eigenen“ Friedhof gewinnen.

Das Seminar richtet sich in erster Linie an Friedhofsbeauftragte bzw. Kirchenvorsteher/-innen, die mit dem Friedhofswesen vertraut sind. Geleitet wird das Seminar von der Theologin Anna Sehlmeier, die als wissenschaftliche Mitarbeiterin an der theologischen Fakultät der Universität Göttingen über neue Nutzungskonzepte von Friedhofsflächen und -gebäuden promoviert.

Referentin: Anna Sehlmeier
Verantwortlich: Henning Busse
Kosten: 375,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
275,00 € Tagesgast inkl. VP

E 115/26

Fr. 06.11. ab 16.00 Uhr – So. 08.11.26 bis 13.00 Uhr

„Wenn das Leben aus den Fugen gerät“

Wochenend-Seminar über Umbrüche und Lebenswenden



„Das hatte ich mir anders vorgestellt.“ Ist Ihnen etwas in der Art auch schon einmal durch den Kopf gegangen, nachdem Ihr Leben eine ungewollte Veränderung erfahren hat? Und haben Sie selber sich dann gesagt – oder es in Ihrem Umfeld zu hören bekommen –, dass Sie nach vorne schauen müssen?

Umbrüche und ungewollte Veränderungen gehören im Leben dazu. Da heißt es: weitermachen, sich nicht unterkriegen lassen. Zumindest wird uns das oft von der Gesellschaft suggeriert.

Was dabei zu kurz kommt, sind die Gefühle, die sich einstellen, wenn das Leben plötzlich anders verläuft, als wir es uns vorgestellt haben. Ein Jobverlust, eine Scheidung, ein Umzug, die Diagnose einer lebensverändernden Krankheit. All das kann eine Palette von Gefühlen wie Wut, Trauer, Angst, Schmerz mit sich bringen. Zu akzeptieren, dass das Leben nun anders ist, ist ein Weg, der gegangen werden will. Schritt für Schritt. Was es braucht, ist Geduld und Verständnis mit sich selbst. Etwas, das Vielen nicht leichtfällt.

An diesem Wochenende schauen wir auf diese Umbrüche und die Gefühle, die sie mit sich gebracht haben. Wir finden Antworten auf die Frage: was kann mir auf diesem Weg helfen und mich unterstützen? Es ist Zeit für Austausch in der Gruppe und zum Durchatmen in der ruhigen und geschützten Umgebung im Denkhäus.

Es wird kreative Anregungen geben, die Sie auch nach der Rückkehr in den Alltag nutzen können. Impulse aus der christlichen Tradition werden die Seminartage bereichernd und stützend begleiten. Und es gibt die Möglichkeit für Einzelgespräche – untereinander oder mit der Trauer- und Erinnerungsbegleiterin Nicole Vergin bzw. Pastor Henning Busse, die das Seminar leiten.

Gemeinsam gehen wir ein Stück des Weges, um dann gestärkt in den Alltag zurückzukehren.

Referent/-in: Nicole Vergin, Henning Busse

Verantwortlich: Henning Busse

Kosten: 360,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
335,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
250,00 € Tagesgast inkl. VP

Termine auf Anfrage

Grundschulung Prävention sexualisierter Gewalt



Nach den landeskirchlichen Grundsätzen ist die Teilnahme an einer Grundschulung zur Prävention sexualisierter Gewalt verpflichtend für alle beruflich und ehrenamtlich Mitarbeitenden.

Inhalt der Grundschulung ist die Vermittlung von Grundwissen zum Thema sexualisierte Gewalt und zu sexualpädagogischen Fragen, weiterhin von Kenntnissen zum Nähe-Distanz-Verhalten und zur grenzachtenden Kommunikation sowie der in der Landeskirche geltenden Grundsätze und der darin geregelten Rechte und Pflichten.

Das Denkhaus Loccum bietet solche Grundschulungen nach den landeskirchlichen Grundsätzen an. Für Mitarbeitende Ihrer Kirchengemeinde, Ihres Kirchenkreises oder Ihrer Einrichtung können Sie gerne weitere Termine vereinbaren.

Ansprechpartner: Henning Busse
Kosten: 15,00 € (keine Ermäßigung)

E 118/26

Mi. 04.03. ab 09.30 Uhr – Fr. 06.03.26 bis 16.00 Uhr

Loccumer Netzwerk – Schule 4.0

PR-Manager-Ausbildung für Schulen (zertifiziert)



„Schule stellt sich dar“

Strategische Gestaltung der Schule durch professionelle Öffentlichkeitsarbeit. Sie sind auf der Suche nach professionellen Strategien, Konzepten, Methoden und praktischen Tipps für Ihre Öffentlichkeitsarbeit in der Schule? Sie möchten Ihre Kompetenzen stärken, um kurz- oder langfristig erfolgreiche Veränderungsprozesse zu initiieren oder zu begleiten und damit auch Ihre Position stärken? Sie benötigen für Ihre und / oder andere Schulen konkrete Strategien und Methoden, um eine erfolgreiche Profilierung im Wettbewerb von innen nach außen zu schaffen?

Werden Sie „zertifizierte/-r PR-Manager/-in für Schulen“!

Zielgruppen:

Lehrerinnen und Lehrer, Schulleitungen und Trainerinnen und Trainer, die Interesse daran haben, eine professionelle Öffentlichkeitsarbeit in Schulen zu machen und die sich auf diesem Gebiet weiter qualifizieren wollen.

Referent/-in:

Prof. Dr. Thomas Breyer-Mayländer, Beate Ritter

Verantwortlich:

Gaby Straßburg

Kosten:

840,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP

750,00 € Tagesgast inkl. VP

E 094/26

Mo. 06.07. – Di. 14.07.26

In Kooperation mit Deutsche JuniorAkademien

Deutsche JuniorAkademie Loccum 2026 zum Thema “Frieden”



Die Deutschen JuniorAkademien sind ein außerschulisches Programm zur Förderung besonders leistungsfähiger, interessierter und motivierter Schüler/-innen der Sekundarstufe I. Sie finden vorrangig in den Sommer- oder Herbstferien an verschiedenen Standorten deutschlandweit statt und laden engagierte junge Menschen dazu ein, sich im Rahmen verschiedener Kurse mit unterschiedlichen Themen tiefer zu beschäftigen.

Abgerundet wird das Programm durch weitere Angebote z. B. aus den Bereichen Chor, Kreatives oder Bewegung. Die teilnehmenden Schüler/-innen sollen eine inspirierende, unvergessliche Zeit miteinander verbringen und die Möglichkeit bekommen, sich inhaltlich mit spannenden Fragen zu beschäftigen.

Sobald nähere Details u. a. zum Ablauf, zum Bewerbungsverfahren, zu den Themen und Referent/-innen feststehen, können diese auf der Denkhaus-Website eingesehen werden. Schauen Sie daher regelmäßig auf unseren Seiten vorbei!

Verantwortlich: Tina Kortsch und Team

E 091/26

Mo. 31.08. ab 9.30 Uhr – Di. 01.09.26 bis 16.00 Uhr – Modul 1

Di. 03.11. ab 9.30 Uhr – Mi.04.11. 26 bis 16.00 Uhr – Modul 2

Do. 14.01. ab 9.30 Uhr – Fr. 15.01. 27 bis 16.00 Uhr – Modul 3

Mi. 23.02. ab 9.30 Uhr – Do 24.02. 27 bis 16.00 Uhr – Modul 4

Loccumer Schulnetzwerk – Schule 4.0

Kursfolge zur Qualifizierung von Lehrkräften für Führungspositionen in der Schule



In dieser Seminarreihe bieten wir Lehrkräften aller Schulformen an, theoretische und praktische Grundlagen für eine Führungstätigkeit kennenzulernen. Die Kursfolge besteht aus vier zweitägigen Modulen mit dem Fokus auf Führung.

Wiederholtes Einnehmen einer Leitungsperspektive in unterschiedlichen Kontexten kann bei der Entscheidung helfen, sich als Koordinator/-in, Jahrgangsstufenleiter/-in, Fachobfrau/-mann, didaktische/-e Leiter/-in, Abteilungsleiter/-in oder auch als Schulleiter/-in zu bewerben.

Gleichzeitig dienen die im Kurs erworbenen Kompetenzen der Ausschärfung vorhandener Potentiale sowie nicht zuletzt der dauerhaften Festigung von Soft Skills, die im beruflichen wie im privaten Umfeld Anwendung finden können.

Modul 1: Projektmanagement in der Schule

Modul 2: Professionelle Gesprächsführung

Modul 3: Führung und Rolle

Modul 4: Lösungsstrategien „Klar kommen mit sich und anderen“

Referent/-in: Christine Lenck-Ackermann und Peter Ackermann

Verantwortlich: Gaby Straßburg

Alle Module sind einzeln buchbar.

Kosten pro Modul: 450,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP /

400,00 € Tagesgast inkl. VP

Gesamtkosten: 1.800,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP

1.600,00 € Tagesgast inkl. VP

Beginn Herbst 2026 bis Sommer 2028

In Kooperation mit dem Theaterprojekt Hamburg

Weiterbildung: Zertifikatskurse Darstellendes Spiel



Die Weiterbildung macht die Teilnehmer/-innen auf praktische Weise mit den Grundlagen des Darstellenden Spiels vertraut.

Ziele: Lehrerinnen und Lehrer sollen Fähigkeiten erwerben, die eine Anwendung von Elementen des Darstellenden Spiels im eigenständigen Fach „Darstellendes Spiel“, in anderen Unterrichtsfächern sowie in Projekten ermöglicht.

Seminar 1: Grundlagen des Theaterspiels

Seminar 2: Spielentwicklung, Ideenfindung, Improvisation

Seminar 3: Arbeit an Rolle und Figur u. Unterrichtspraxis /Teil 1

Seminar 4: Von der Improvisation zur Szene u. Textarbeit und Dramaturgie / Teil 1

Seminar 5: Textarbeit und Dramaturgie /Teil 2, u. Spielanleitung und Inszenierung inkl. U-Praxis /Teil 2

Seminar 6: Wahlbereich I

Seminar 7: Wahlbereich II

Referent/-in: Andrea und Udo Jolly

Verantwortlich: Gaby Straßburg

Kontaktaufnahme: Theaterprojekt Hamburg c/o Andrea & Udo Jolly
Hagenbeckstraße 171 b, 22527 Hamburg
Tel.: 040 45039389 / Fax: 040 45035528
Mail: udojolly@gmx.de
www.theaterprojekt-hamburg.de

Als Gruppe buchbar
Termine auf Anfrage

Persönlichkeitsbildung und Berufsfindung Orientierungsseminar für Schüler/-innen



Wir nehmen die berufliche Zukunft in den Blick! Orientierungsseminare für Schüler/-innen in Kooperation mit ihrer Schule. Wir bieten unterschiedliche Schwerpunkte für die Vorbereitung des Übergangs von der Schule in die berufliche Ausbildung oder in ein Studium an:

u. a. Praktikumsvor- und -nachbereitung, Bewerbungstraining, Ausloten von verschiedenen Optionen (Ausbildung, Studium, Gap Year...), Stärken-Schwächen-Analyse.

Interesse? Gern stimmen wir ein Programm auf Ihre individuellen Erfordernisse ab.

Partnerschulen:

- IGS Garbsen
- BBS Nienburg
- KGS Neustadt

Ist Ihre Schule im nächsten Jahr dabei?

Verantwortlich: Tina Kortsch und Team
Kosten: entsprechend den individuellen Gestaltungswünschen

Als Gruppe buchbar
Termine auf Anfrage

Angebot im Bereich Politische Jugendbildung



Im Denkhäus können Jugendliche und Schüler/-innen in verschiedenen Workshops mehr über politische oder medienbezogene Themen lernen. Gemeinsam bearbeiten wir aktuelle Herausforderungen in unserer Gesellschaft, die gerade, aber nicht nur junge Menschen betreffen. Wie können Desinformationen und Fake News erkannt werden? Was genau wird unter Demokratie verstanden? Unser Angebot soll das Mitreden und Mitgestalten durch junge Menschen fördern – in Schule, Alltag und Gesellschaft.

Angebote im Denkhäus Loccum:

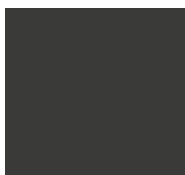
- Workshops zum kritischen Umgang mit Social Media (u.a. Desinformationen und Fakten checken)
- Workshop zur Reflexion des Demokratieverständnisses oder Tagesworkshop zum Thema Heimat.

Verantwortlich: Tina Kortsch, Jugendbildungsreferentin
Kosten: entsprechend den individuellen Gestaltungswünschen

E 119/26

Sa. 07.03. ab 9.30 Uhr – So. 08.03.26 bis 16.00 Uhr

Paarseminar: Gelingende Kommunikation in Zweierbeziehungen



Sie möchten als Paar Ihre Kommunikationsfähigkeiten vertiefen und Ihre Beziehung stärken? Egal, ob Sie bereits in einer langen Partnerschaft sind oder sich gerade erst kennenlernen – in diesem Seminar sind Sie dafür richtig.

Die Inhalte sind für alle Paare wertvoll, die sich bewusst mit ihrer Kommunikation auseinandersetzen wollen. Denn, Missverständnisse, Vorwürfe und unbeachtete Bedürfnisse können den Austausch in einer Partnerschaft belasten.

Wie gelingt es,

- sich wirklich zu verstehen?
- Gespräche so zu führen, dass es beiden am Ende gut damit geht?
- Konflikte konstruktiv zu lösen?
- Kommunikation so zu gestalten, dass Nähe und Vertrauen gestärkt werden?

Mit einer gesunden Portion Theorie und praktischen Hinweisen und Übungen werden Antworten auf diese Fragen gegeben.

In dem geschützten Seminarumfeld, herausgelöst aus dem Alltäglichen kann gute Kommunikation gelingen und sich im Alltag fortsetzen.

Referent/-in:

Peter Ackermann und Christine Lenck-Ackermann

Verantwortlich:

Gaby Straßburg

Kosten:

350,00 € im DZ DU/WC p.P. inkl. ÜN/VP

E 095/26

Fr. 22.05. ab 18.00 Uhr – Mo. 25.05.26 bis 14.00 Uhr

In Kooperation mit dem Diakonischen Werk der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers (Alleinerziehenden Arbeit)

Pfingstseminar Familienkompass für Alleinerziehende mit ihren Kindern: Zusammen in Bewegung, Balance und Beziehung



Im Alltag zwischen Familie, Haushalt und Beruf fehlt oft die Energie, sich auch um das eigene Wohlbefinden zu kümmern. Bei den guten Vorsätzen für ein Neues (Lebens-) Jahr stehen „Zeit für mich, Gesundheit, Bewegung, mehr Zeit für meine Familie“ regelmäßig ganz oben auf der Liste.

An diesem Pfingstwochenende soll die eigene körperliche und mentale Kraft durch Bewegungsübungen, Entspannungs- und Achtsamkeitstechniken gestärkt werden. Jeder und jede entsprechend den eigenen (körperlichen) Voraussetzungen.

Außerdem bietet das Seminar die Möglichkeit, sich zwischendurch selbst in den Mittelpunkt der eigenen Aufmerksamkeit zu stellen und individuell zu schauen, was es für eine gute eigene Balance braucht. Denn die ist eine wichtige Voraussetzung für eine gute Beziehung auch zu meinen Kindern.

Neben den Seminarinhalten erleben wir gemeinsam mit anderen Familien eine entspannte Zeit mit leckerem Essen, Spiel und Spaß in der Natur und einem gemeinsam gestalteten Pfingstgottesdienst.

Referent/-innen: Anja Wilkening und Team

Verantwortlich: Gaby Straßburg

Kosten: Erwachsene: 165,00 € inkl. ÜN/VP

Kinder von 2-12 Jahren: 65,00 € inkl. ÜN/VP

Jugendliche von 13-16 Jahren: 85,00 € inkl. ÜN/VP

Gefördert aus Mitteln des Niedersächsischen Wohlfahrtsfördergesetzes (NWoFöG) als Maßnahme der Familienförderung

E 096/26

Mo. 27.07. ab 14.00 Uhr – Fr. 31.07.26 bis 14.00 Uhr

In Kooperation mit dem Diakonischen Werk der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers (Alleinerziehenden Arbeit)

Loccumer Sommer: Ein Sommer wie in Schweden Familienseminar



Weite Wälder, klare Seen, lange Abende voller Licht – so fühlt sich ein Sommer in Schweden an. Gemeinsam wollen wir in dieser Woche ein Stück dieser Leichtigkeit erleben: draußen in der Natur, beim Spielen, Basteln und Genießen. Wir entdecken Geschichten von Astrid Lindgren, gestalten unsere eigene Mitsommernachtsfeier, backen Kanelbullar und nehmen uns Zeit für das, was uns im Alltag stärkt.

Der Loccumer Sommer steht für eine Woche Entschleunigen im Herzen der Natur, unter schattenspendenden Bäumen, mit viel Raum für Spiel, Spaß, Spannung und Bewegung für Klein und Groß. Eine Woche der Begegnungen, des Austausches, des Miteinanders, der Aktivität und der Entspannung.

Dieses Seminar richtet sich an Familien in allen denkbaren Konstellationen, gerne auch mit Großeltern und ihren Enkelkindern.

Referent/-innen: Anna Sehlmeier, Constantin Schilberg, Catherina Emilia Loewe, Meike Siebentaler

Verantwortlich: Gaby Straßburg

Kosten: Erwachsene: 380,00 € inkl. ÜN/VP

Kinder von 6-12 Jahren: 170,00 € inkl. ÜN/VP

Gefördert aus Mitteln des Niedersächsischen Wohlfahrtsfördergesetz (NWoHlFög) als Maßnahme der Familienförderung

E 097/26

Fr. 04.12. ab 17.00 Uhr – So. 06.12.26 bis 14.00 Uhr

In Kooperation mit dem Diakonischen Werk der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers (Alleinerziehenden Arbeit)

Adventsseminar für Alleinerziehende mit ihren Kindern

Der kleine Prinz: „Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar“



In dem Buch „der kleine Prinz“ von Antoine de Saint-Exupéry geht es um Liebe, Freundschaft, Vertrauen und das „gute Herz“.

In einer scheinbar kindlichen Erzählung verpackt der Autor existentielle Fragen zum Miteinanderleben.

An diesem Wochenende nähern wir uns dem Inhalt des Buches auf kreative, künstlerische und philosophische Weise. Wir knüpfen Verbindungen zur Adventszeit, in der Liebe, Vertrauen und der Glauben ebenfalls besonderen Wert und Beachtung haben.

Es wird gesungen, gebastelt, gebacken und gespielt. Wir sprechen über die uns wirklich wichtigen Dinge im Leben und über das, was uns Kraft gibt.

Gemeinsame Zeit mit Lichtern und Lachen, glänzenden Augen und rosigen Wangen, Plätzchenduft und Geschichten erwartet uns. Herzlich willkommen!

Referent/-innen: Anna Sehlmeier und Team

Verantwortlich: Gaby Straßburg

Kosten: Erwachsene: 120,00 € inkl. ÜN/VP

Kinder von 2-12 Jahren: 50,00 € inkl. ÜN/VP

Jugendliche von 13-16 Jahren: 65,00 € inkl. ÜN/VP

Gefördert aus Mitteln des Niedersächsischen Wohlfahrtsfördergesetzes (NWoHlFög) als Maßnahme der Familienförderung

E 039/26

Mo. 19.01. ab 14.00 Uhr – Fr. 23.01.26 bis 13.00 Uhr

Bildungsurlaub: Rhetorik: „Ich rede – und jetzt ohne Angst“



Mit Freunden oder Bekannten reden, fällt nicht schwer, aber vor Publikum zu sprechen oder die eigene Meinung in einer größeren Gruppe zu vertreten, ist für viele ein Problem.

Blackouts, Stottern und Panikattacken, kurz Redeangst, sind keine Seltenheit.

In diesem Seminar werden Grundlagen der Rhetorik und die Strukturen einer Rede vermittelt.

Wir nehmen uns Zeit, die individuellen Probleme der einzelnen Teilnehmenden beim freien Sprechen zu erkennen und erarbeiten mögliche Lösungen.

Es werden erprobte Techniken zur Überwindung der Redeangst eingeübt.

Die Atmung wirkt sich beim Reden unmittelbar auf die Stimme aus. Diesen Zusammenhang machen wir uns bewusst und steuern durch einfache Atemübungen unsere Stimme.

Durch die Körpersprache, insbesondere Mimik und Gestik, wird das Gesagte verstärkt und unterstrichen. Selbstbeobachtung und Reflexion helfen uns, an unserer eigenen Ausstrahlung zu arbeiten.

Referentin:	Doris Zick
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	790,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP 595,00 € Tagesgast inkl. VP

E 052/26

Mo. 20.04. ab 10.00 Uhr – Fr. 24.04.26 bis 14.00 Uhr

Bildungsurlaub: „Ich bin dann mal weg“ – Einstimmung auf den Ruhestand



Am Ende ihres Berufslebens verbinden viele die Aussicht auf den Ruhestand mit Freude, Erwartungen und Wünschen – gut so! Mitunter tauchen aber auch Ängste, Fragen und Befürchtungen auf: was kommt da alles auf mich zu? Was mache ich, wenn das Leben nur noch Freizeit ist? Reicht das Geld? Wie gestalte ich die letzten Monate im Job, und wie starte ich am besten in den neuen Lebensabschnitt?

„Der Übergang in den Ruhestand gelingt besser, wenn er rechtzeitig geplant wird“ ist eine klare Empfehlung aus der Soziologie und bildet die Basis für unseren Workshop. Er richtet sich an diejenigen, die sich in einem Kreis von Gleichgesinnten vorbereiten möchten und Orientierungshilfen suchen. Ebenso willkommen ist darüber hinaus, wer sein Berufsleben kürzlich schon beendet hat und an Austausch und Reflexion interessiert ist.

Wir werden uns in der angenehmen Atmosphäre des Denkhomes Loccum viel Zeit nehmen, um die o.g. Fragen zu beantworten und Optionen für die nächste Lebensphase zu entwickeln. Dabei nutzen wir unterschiedliche Formate: Einzel- und Kleingruppenarbeiten, Diskussionen im Plenum, dazu Wissensvermittlung durch kurze Inputs oder „Reflecting Teams“ zur Vertiefung persönlicher Themen.

Referent: Rainer Harpin
Verantwortlich: Gaby Straßburg
Kosten: 790,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
595,00 € Tagesgast inkl. VP

E 069/26: Mo. 11.05. ab 10.00 Uhr – Mi. 13.06.26 bis 16.30 Uhr
E 070/26: Mi. 19.08. ab 10.00 Uhr – Fr. 21.08.26 bis 16.30 Uhr

In Kooperation mit dem Golfplatz Rehburg-Loccum

Bildungsurlaub: Gelassener neuen Schwung holen – Stress bewältigen und eigene Ressourcen stärken durch Psychologie und Golf-Sport



Stress ist in unserer schnelllebigen Welt zu einem ständigen Begleiter geworden. Zeitdruck, Erwartungen und die ständige Erreichbarkeit fordern Körper und Geist heraus. Dieses Seminar bietet die Möglichkeit, das eigene Erleben besser zu verstehen, wirksame Strategien der Stressbewältigung kennenzulernen und neue Wege zu mehr Gelassenheit zu erproben.

Im Mittelpunkt steht der psychologische Input von Prof. Dr. Timo Kortsch, basierend auf aktuellen Erkenntnissen der Stress-, Motivations- und Resilienzforschung. In praxisnahen Übungen, Reflexionsphasen und Gruppengesprächen werden persönliche Stressmuster sichtbar und individuelle Ressourcen gestärkt.

Eine tägliche 90-minütige Golfeinheit mit einem professionellen Trainer des Golfclubs Rehburg-Loccum ergänzt das Seminar. Hier steht nicht sportliche Leistung im Vordergrund, sondern das Erleben von Fokus, Achtsamkeit und innerer Ruhe in Bewegung.

Menschen ohne Vorerfahrung können Golf als neue, entschleunigende Erfahrung entdecken; erfahrene Spieler/-innen erhalten Anregungen, ihr Spiel mit psychologischen Strategien der Gelassenheit und Selbstregulation zu verbinden.

Das Seminar richtet sich an alle, die psychologisch fundierte Wege zu mehr Gelassenheit suchen – und erleben möchten, wie Bewegung und bewusste Aufmerksamkeit helfen können, Stress abzubauen und innere Balance zu finden.

Für erfahrene Golfspieler/-innen besteht die Möglichkeit nach vorheriger Buchung zum freien Spiel auf dem 18-Loch-Platz.

Referent:	Prof. Dr. Timo Kortsch
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	690,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP 590,00 € Tagesgast inkl. VP

E 101/26

Mo. 08.06. ab 14.00 Uhr bis Fr. 12.06.26 bis 14.00 Uhr

Bildungsurlaub: Bühnenbild meines Lebens



Ein künstlerisch-kreativer Bildungsurlaub zur Stärkung eigener Ressourcen und der persönlichen und beruflichen Entwicklung.

In diesem Bildungsurlaub wird der Kursleiter Sie darin begleiten, Ihr eigenes Bühnenbildmodell zu bauen. Diese Herangehensweise an eigene Stärken und Potentiale kann dabei helfen, solche sichtbar zu machen und in Form eines ganz persönlichen Modells abzubilden. Mit Herz und Verstand.

Dafür stehen Ihnen eine breite Palette an unterschiedlichen Materialien und Werkzeugen zur Verfügung. Regelmäßiger Austausch und Feedback durch die Gruppe begleiten den kreativen Prozess.

Wo stehe ich? Was kommt Neues? Was darf bleiben?

Mit Methoden aus dem Coaching und dem Theater werden Sie in dieser Woche darin unterstützt, diesen Fragen besonders im beruflichen Kontext nachzugehen und Ihren Prozess im Modell abzubilden.

Hinweis: Die Veranstaltung ist nur als berufliche Bildungsmaßnahme für Niedersächsische Arbeitnehmer/-innen mit einem nachweisbaren beruflichen Bezug an oder als Aus- oder Fortbildungsmaßnahme für ehrenamtlich oder nebenberuflich Tätige. (§ 11 Abs. 2 und 3 NBildUG) anerkannt. Für sonstige Interessierte ist diese Anerkennung nicht gültig.“

Referent: Steffen Mutschler
Verantwortlich: Gaby Straßburg
Kosten: 790,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
595,00 € Tagesgast inkl. VP
Materialpauschale vor Ort 35,00 €

E 092/26

Mo. 10.08. ab 10.00 Uhr bis Fr. 14.08.26 bis 14.00 Uhr

Bildungsurlaub: Freudvoll älter werden



Älter und alt zu werden hat für viele von uns etwas Beängstigendes, da es mit der Vorstellung zunehmender Einschränkungen und Beschwerden behaftet ist. Aber der Prozess des Älterwerdens bietet viele Möglichkeiten und Quellen der Kraft, um den Weg in das Alter nicht nur würdevoll, sondern auch Zufriedenheit gebend zu gestalten.

In diesem Seminar werden wir gemeinsam unsere Vorstellungen und Wünsche für einen gelungenen Lebensabend erkunden, zusammen ein Zukunftsbild entwickeln und dafür hilfreiche Ressourcen aktivieren.

- Welches Altersbild in der Gesellschaft begegnet mir?
- Herausforderungen und Geschenke im Alter
- Meine Wünsche an einen gelungenen Lebensabend
- Welche Bedürfnisse und Werte sind mir wichtig?
- Mein bisheriges Leben und meine neue Lebensphase
- Welche Herausforderungen verbinde ich mit meiner Zukunft?
- Akzeptanz, Dankbarkeit und Zufriedenheit
- Meine Reise in die Zukunft

Referentinnen: Doris Rusteberg, Asa a. Schillinger-Kind
Verantwortlich: Gaby Straßburg
Kosten: 790,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
595,00 € Tagesgast inkl. VP

E 088/26

Mo. 24.08 ab 14.00 Uhr – Fr. 28.08.26 bis 14.00 Uhr

Bildungsurlaub: Ressourcen aktivieren und Stress regulieren mit dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM) – Ein Selbstmanagementtool für den Job



Ein Bildungsurlaub für mehr Selbstbewusstsein, Motivation und Gelassenheit durch die ZRM-Methode.

Das Zürcher-Ressourcen-Modell «ZRM®» ist ein Selbstmanagement-Training, bei dem durch Einbeziehung des Unterbewussten Ressourcen aktiviert und so Veränderungswünsche erfüllt werden können. Das Modell geht davon aus, dass der Mensch die meisten Ressourcen, die er zur Lösung seiner Probleme benötigt, selbst in sich trägt. Es kann dabei unterstützen, diese Ressourcen zu entdecken und zu entwickeln. Ungeliebte Muster können mit diesem Tool erkannt und bearbeitet werden und neue, erwünschte Verhaltensweisen trainiert und übernommen werden.

In dieser Bildungsurlaubswoche erarbeiten Sie durch Aktivierung Ihrer eigenen inneren Ressourcen sinnvolle individuelle Vorbeugemaßnahmen für den Alltag und erlernen Kompetenzen zur Selbstregulation. Sie bekommen Instrumente an die Hand, die Sie ganz leicht im Berufsalltag anwenden können, um so auch in Stresssituationen gelassener zu sein! Darüber hinaus lernen Sie verschiedene Methoden kennen, die Sie dabei unterstützen, nach der PSI-Theorie (Persönlichkeit-System-Interaktion) Ihre vier innerpsychischen Systeme „Verstand“, „Gefühl“, „Kopf“ und „Bauch“ miteinander zu verbinden und auszubalancieren, um in Verbindung mit dem ZRM Ihre Wünsche und Ziele nachhaltig zu realisieren. Tägliche Einheiten in der schönen Natur rund um das Denkhaus Loccum sowie verschiedene Achtsamkeitsübungen unterstützen den Prozess.

Referentin:	Dagmar Lütje
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	790,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP 595,00 € Tagesgast inkl. VP

E 098/26

Mo. 12.10. ab 10.00 Uhr – Fr. 16.10.26 bis 13.00 Uhr

Bildungsurlaub: Glück und Gesundheit – durch gelingende Beziehungen



Gute Beziehungen machen uns glücklicher und gesünder – beruflich und privat.

Dabei zählt nicht die Menge, sondern die Qualität der Beziehungen.

Jede Beziehung ist einzigartig und kann sowohl positive als auch herausfordernde Aspekte haben. Was wünschen wir uns in Beziehungen und wie viel sind wir bereit zu „investieren“? Was kann einer Beziehung als Grundlage dienen, brauchen wir gemeinsame Werte? Wie können wir zur gelingenden Beziehung beitragen?

Welche Beziehungsebenen sind im beruflichen Kontext möglich und gesund oder ist eine klare Abgrenzung erforderlich?

Die Teilnehmenden lernen, wie sie effektiv kommunizieren können, um Missverständnisse zu vermeiden und ihre Bedürfnisse und Wünsche klar auszudrücken. Sie erhalten auch Werkzeuge und Strategien, um Konflikte konstruktiv anzugehen und Lösungen zu finden, die für alle Beteiligten, ob beruflich oder privat, akzeptabel sind.

Das sind die Schwerpunkte:

- Beziehungsressourcen
- Abhängigkeit und Freiheit
- Macht und Verantwortung
- Grenzen setzen und Perspektivwechsel
- Kommunikation und Konflikte

Referentin: Anja Wilkening

Verantwortlich: Gaby Straßburg

Kosten: 790,00 € im EZ DU/WC – 690,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP
595,00 € Tagesgast inkl. VP

Kinderbetreuung während der Seminarzeiten (Alter der Kinder 4-12 Jahre)
Kosten Kind im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP/KIBE 150,00 €

E 086/26

Mo. 12.10. ab 10.00 Uhr – Fr. 16.10.26 bis 14.00 Uhr

Bildungsurlaub: Let's do it in English

Englisch ist mehr als *Vocabulary and Grammar*.



Englisch ist wichtig als Brückensprache, um mit anderen Menschen in der ganzen Welt in Kontakt zu kommen. Gut funktioniert hat die Kommunikation, wenn man einander verstanden hat. Egal wie.

Englisch verbessern kann man besonders gut in der Kommunikation miteinander. Reden lernen kann man nur durch Reden. Besonders die „Alltags“-Sprache ist lebendig und manchmal ganz anders, als es im Lehrbuch steht.

Alles ist dabei: Diskussionen, Textinfos auf Englisch, Spiele, lesen, Filme gucken, Klosterführung auf Englisch und Spaß haben.

Die englischen Sprachkenntnisse dürfen gerne unterschiedlich sein. Ein Grundverständnis wird allerdings vorausgesetzt (ab Sprachniveau B2).

Gönnen Sie sich 5 Tage außerhalb Ihres gewohnten Umfeldes und kümmern Sie sich um das Wesentliche: Ihren Spaß und Ihren Lernerfolg!

Eines hat allerdings Pause: Die deutsche Sprache.

Referent: John Moore

Verantwortlich: Gaby Straßburg

Kosten: 790,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP

690,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP

595,00 € Tagesgast inkl. VP

Kinderbetreuung während der Seminarzeiten (kein Englischunterricht)

Kosten Kind im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP/KIBE 150,00 €

Mi. 18.02. ab 09.00 Uhr – Do. 19.02.26 bis 16.00 Uhr

Mo. 16.03. ab 09.00 Uhr – Di. 17.03.26 bis 16.00 Uhr

Mi. 22.04. ab 09.00 Uhr – Do. 23.04.26 bis 16.00 Uhr

Täglich von 09.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Eine Veranstaltung des Landkreis Nienburg

Sprachförderung/Sprachbildung für pädagogische Fachkräfte in Kitas



Die Kindertageseinrichtungen haben den gesetzlich geregelten Auftrag zur Durchführung einer kontinuierlichen und alltagsintegrierten Sprachbildung und Sprachförderung. Diese Aufgabe muss als Querschnittsaufgabe vom gesamten Team der Tageseinrichtung geleistet werden.

Um dieser Aufgabe gerecht zu werden, bietet der Landkreis Nienburg den pädagogische Fachkräften seit 2019 eine modulare Fortbildung „Sprachbildung und Sprachförderung für pädagogische Fachkräfte in KiTas“ an, die mit großem Zuspruch von diesen angenommen wird.

Referent: Udo Elfert

Verantwortlich: Gaby Straßburg

Kosten: Kostenfrei

Vom Landkreis werden Kalt- und Warmgetränke, sowie Kuchen am Nachmittag zur Verfügung gestellt. Mittagessen kann auf eigene Kosten dazugebucht werden.

E 125/26

Fr. 10.04. ab 09.00 Uhr – 16.30 Uhr

Tagesseminar für Mitarbeitende in sozialen Berufen

Wie man Stress im Arbeitsalltag bewältigen und die eigenen Ressourcen stärken kann



Die Anforderungen in sozialen Berufen haben in den letzten Jahren immer stärker zugenommen. Parallel dazu ist der Personalmangel in der Branche besonders ausgeprägt. Damit steigen die Belastungen der Beschäftigten, was auch verschiedene Statistiken bestätigen: Burnout und andere stressbedingte Ausfälle liegen dort weit über dem Durchschnitt. Umso bedeutsamer ist es, Stress vorzubeugen und bei akutem Stress handlungsfähig zu bleiben. Das eintägige Training von Prof. Dr. Timo Kortsch liefert wissenschaftlich fundierte Impulse und Antworten auf die folgenden Fragen: Wie entsteht Stress? Woran erkenne ich Stressauslöser und was kann ich dagegen tun – auch wenn meine Handlungsspielräume begrenzt sind? Was sind meine Ressourcen und wie kann ich sie einsetzen? Wie gelingt es mir auch langfristig gelassener zu bleiben? Neben theoretischen Hintergründen spielt im Training der praktische Nutzen für die Teilnehmenden eine große Rolle. Es wird der Anwendung der Inhalte auf die persönliche Situation viel Raum eingeräumt. Dabei profitieren die Teilnehmenden von zahlreichen Selbstreflexionsphasen und intensivem Austausch in Klein- und Großgruppen mit Menschen in ähnlichen Situationen. So gehen am Ende des Trainings alle mit neuen Impulsen für den Umgang mit dem Stress und einem gefüllten Ressourcenkoffer nach Hause.

Referent: Prof. Dr. Timo Kortsch

Verantwortlich: Gaby Straßburg

Kosten: 205,00 € inkl. Verpflegung und Seminargetränke

E 014/26

Fr. 17.04. ab 11.00 Uhr – So. 19.04.26 bis 14.00 Uhr

Fr. 08.05. ab 14.00 Uhr – Sa. 09.05.26 bis 18.00 Uhr

Fr. 05.06. ab 14.00 Uhr – Sa. 06.06.26 bis 18.00 Uhr

In Kooperation mit der Naturschule Deutschland

Weiterbildung „Facherzieher/-in Natur- und Waldpädagogik“ – Basiskurs



Facherzieher/-in für Natur- und Waldpädagogik zu werden ist dein Ziel, wenn du von der Idee fasziniert bist, Kinder in der Natur zu betreuen und ihre Neugierde zu wecken. Hier kannst du deine Kenntnisse im Bereich Natur- und Waldpädagogik vertiefen. Hier lernst du deinen Schwerpunkt auf Naturerlebnisse und „Natur mit allen Sinnen erleben“ zu setzen.

Bist du bereit deine Vision zu verwirklichen? Wir teilen deine Leidenschaft für die Natur und deine Ambitionen in der pädagogischen Arbeit mit Kindern.

Referent/-innen: Team Naturschule Deutschland
Verantwortlich: Gaby Straßburg
Anmeldung bei: Naturschule Deutschland, Claudia Giesbert
Tel.: 0551-4997285 / E-Mail: giesbert@naturschule.de

E 089/26

Mi. 10.06. ab 14.00 Uhr – Fr. 12.06.26 bis 14.00 Uhr

Bildungsurlaub: Wo stehe ich und wo will ich hin?

Eine Expedition zur persönlichen und beruflichen
(Neu-) Orientierung



Manche Lebensphasen sind geprägt von Krisen, Unklarheit oder Ratlosigkeit – ein Gefühl, dass sich etwas verändern muss, ohne schon zu wissen, wohin die Reise gehen soll. Dieses Seminar lädt dazu ein, innezuhalten, den eigenen Standort zu reflektieren und neue Perspektiven zu entwickeln.

Als Leitfaden dient die Systemische Heldinnen- und Heldenreise, ein psychologisch fundiertes Modell, das Entwicklungsprozesse als innere Reise beschreibt – mit Aufbruch, Herausforderungen, Begegnungen und Rückkehr in einen neuen Alltag.

Auf der Grundlage von Impulsen aus der Motivations-, Persönlichkeits- und Resilienzforschung sowie durch kreative Übungen, Aufstellungsarbeit und Austausch in der Gruppe können Teilnehmende ihre Ressourcen aktivieren, innere Anteile integrieren und stimmige nächste Schritte erkennen.

Das Seminar richtet sich an Menschen, die sich am Anfang oder mitten in einer beruflichen oder persönlichen Übergangsphase befinden oder ihre Entwicklung bewusst gestalten möchten.

Referent:	Prof. Dr. Timo Kortsch
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	690,00 € inkl. ÜN/VP im EZ DU/WC 590,00 € Tagesgäste inkl. VP

E 049/26

Fr. 04.09. ab 11.00 Uhr – So. 06.09.26 bis 14.00 Uhr

Fr. 30.10. ab 14.00 Uhr – Sa. 31.10.26 bis 18.00 Uhr

Fr. 27.11. ab 14.00 Uhr – Sa. 28.11.26 bis 18.00 Uhr

In Kooperation mit der Naturschule Deutschland

Weiterbildung Facherzieher/-in Natur- und Waldpädagogik“ – Aufbaukurs



Facherzieher/-in für Natur- und Waldpädagogik zu werden ist dein Ziel, wenn du von der Idee fasziniert bist, Kinder in der Natur zu betreuen und ihre Neugierde zu wecken. Hier kannst du deine Kenntnisse im Bereich Natur- und Waldpädagogik vertiefen. Hier lernst du deinen Schwerpunkt auf Naturerlebnisse und „Natur mit allen Sinnen erleben“ zu setzen.

Bist du bereit deine Vision zu verwirklichen? Wir teilen deine Leidenschaft für die Natur und deine Ambitionen in der pädagogischen Arbeit mit Kindern.

Referent/-innen: Team Naturschule Deutschland

Verantwortlich: Gaby Straßburg

Anmeldung bei: Naturschule Deutschland, Claudia Giesbert
Tel.: 0551-4997285 / E-Mail: giesbert@naturschule.de

E 066/26

Mo. 14.09. ab 10.00 Uhr – Fr. 18.09.26 bis 13.30 Uhr

Bildungsurlaub: Englisch für Business-Kommunikation und Präsentation



Dieser umfassende 5-tägige Bildungsurlaub richtet sich an deutschsprachige Fachkräfte, die ihre Kommunikations- und Präsentationsfähigkeiten auf Englisch verbessern möchten. Durch praxisorientierte Aktivitäten wie Rollenspiele, Diskussionen und realitätsnahe Szenarien erlernen die Teilnehmenden Techniken der Business-Kommunikation, die direkt in ihrem Arbeitsalltag angewendet werden können. Der Kurs legt großen Wert auf Personalisierung, kulturelle Anpassungsfähigkeit und Unterstützung nach dem Workshop, um die Teilnehmenden in internationalen Geschäftsumfeldern erfolgreich zu machen.

Workshop-Highlights:

- **Praxisnahes Lernen:** Interaktive Sitzungen mit Rollenspielen und realitätsnahen Szenarien sorgen für eine dynamische und ansprechende Lernerfahrung.
- **Personalisierte Rückmeldungen:** Jeder Teilnehmende erhält individuelles Feedback, um das Wachstum in den Kommunikations- und Präsentationsfähigkeiten zu fördern.
- **Storytelling-Techniken:** Die Teilnehmenden lernen, wie sie durch Storytelling überzeugende und einprägsame Präsentationen gestalten können.
- **Kulturelle Anpassungsfähigkeit:** Es werden wesentliche Techniken für effektive Präsentationen und Kommunikation in verschiedenen kulturellen Kontexten vermittelt.

Referent:	Preston Dube
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	790,00 € im EZ DU/WC
	740,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	595,00 € Tagesgast inkl. VP

E 093/26

Mo. 28.09. ab 10.00 Uhr – Mi. 30.09.26 bis 16.30 Uhr

Bildungsurlaub: Leading Role – Hauptrolle Führungskraft



Führen bedeutet etwas anderes als managen.

Gute Führung braucht Klarheit, Persönlichkeit, Stimmigkeit. Gute Führung inspiriert, unterstützt, und bietet Orientierung. Sie denkt zuerst an Team und Ziele und nicht an eigene Interessen. Gute Führung sorgt dafür, dass andere erfolgreich sind. Führung ist eine Haltung, nicht nur Funktion.

Führungskräfte sind verantwortlich für das Erreichen von Zielen, die Entwicklung von Teams und Einzelpersonen und sollen sowohl die unternehmerischen als auch die Interessen der Mitarbeitenden berücksichtigen. Das kann herausfordernd sein. Im Arbeitsalltag bleibt meist zu wenig Zeit, sich aktiv mit der Führungsrolle auseinanderzusetzen und sie zu reflektieren. In dieser Bildungsurlaubswoche wollen wir uns aktiv mit dem Thema Haltung und Rolle und mit den alltäglichen Führungsherausforderungen beschäftigen. Themen sind u.a.:

- Sich selbst, Teams und Einzelpersonen führen
- Motive, Rollenbilder und Führungsstile
- Ziele setzen und erreichen
- Zeit und Stressmanagement/Prioritäten
- Entwicklung von Teams – Rahmenbedingungen – Systeme
- Regeln setzen und durchsetzen
- Umgang mit Konflikten / Unabhängigkeit von Harmonie
- Motivation der Mitarbeiter/-innen
- Führungsinstrumente

Referentin: Silke Schirmer
Verantwortlich: Gaby Straßburg
Kosten: 690,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
590,00 € Tagesgast inkl. VP

E 126/26

Mi. 28.10. ab 14.00 Uhr – Fr. 30.10. bis 14.00 Uhr

Bildungsurlaub: Gute Führung für ein gesundes und glückliches Team



Wie kann ich mein Team auch in herausfordernden Zeiten gesund und motiviert halten? Welche Rolle spiele ich als Führungskraft für das Wohlbefinden meiner Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter? Und wie kann ich dabei verhindern, selbst auszubrennen?

Für Führungskräfte stellt es eine doppelte Herausforderung dar, das Team trotz hoher Anforderungen bei Gesundheit und Motivation zu unterstützen – ohne die eigene Balance zu verlieren. Genau hier setzt unser Seminar an.

Was erwartet Sie?

In diesem praxisorientierten Seminar erhalten Sie einen umfassenden Überblick über die neuesten Forschungsergebnisse zur Rolle der Führungskraft für die Gesundheit und das Glücksempfinden am Arbeitsplatz. Sie reflektieren Ihre eigene Rolle als Führungskraft und Ihr Handeln im Alltag:

Was können Sie konkret tun, um die Resilienz und Glück Ihres Teams zu stärken?

Wie erkennen Sie frühzeitig Anzeichen von Überlastung im Team und bei sich selbst?

Welche Methoden fördern einen gesunden Umgang miteinander und den Zusammenhalt in Ihrem Team?

Darüber hinaus bekommen Sie praktische Werkzeuge an die Hand, mit denen Sie ein gesundes und glückliches Team gestalten können. Diese Tools helfen Ihnen, sowohl die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter als auch Ihre eigene langfristig zu fördern.

Referent: Prof. Dr. Timo Kortsch

Verantwortlich: Gaby Straßburg

Kosten: 690,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP

590,00 € Tagesgast inkl. VP

Termin auf Anfrage

In Kooperation mit dem Evangelischen Dorfhelferinnenwerk Niedersachsen e. V..

Dorfhelfer/-innen – Familienmanager/-innen auf Zeit

Beginn September 2026, Kurslaufzeit 14 Monate



In diesem Kurs werden Sie auf die Prüfung vor der Landwirtschaftskammer Niedersachsen zur/zum „Geprüften Berufsspezialistin / Berufsspezialisten für Haushaltsführung und Familienbetreuung (Dorfhelferin/Dorfhelfer)“ und den anspruchsvollen Berufsalltag vorbereitet.

Der **Beruf** der Dorfhelferin / des Dorfhelfers ist außergewöhnlich.

Er bietet:

- eine abwechslungsreiche und verantwortungsvolle Aufgabe in der Versorgung und Betreuung von Familien auf dem Land und in der Stadt
- selbstständiges Arbeiten mit fundiertem Fachwissen

Die Seminarinhalte umfassen u.a.:

- die Fachgebiete Hauswirtschaftliche Leistungen,
- Betreuung von Familienangehörigen in häuslicher Umgebung, – Kommunikation
- berufliche und rechtliche Rahmenbedingungen.

Der Kurs findet im Format des Blended Learning statt, d.h. es wechseln sich Lerneinheiten in Präsenz in Loccum und digitale Lerneinheiten ab.

Informationen über die Zulassungsvoraussetzungen und weitere Fragen erhalten Sie auf der Homepage www.dhw-nds.de.

Leitung:

Gitta Matthes

Kontaktaufnahme:

Ev. Dorfhelferinnen-Seminar Loccum
Hormannshausen 4, 31547 Rehburg-Loccum
Mail: seminar@dorfhelferin-nds.de
Tel: 05766-7274

E 107/26

Mo. 26.01. ab 14.00 Uhr – Fr. 30.01.26 bis 13.00 Uhr

Bildungsurlaub: Gesundheitsförderung, Stress- management und Burnoutprophylaxe (mit Autogenem Training)



In der heutigen Zeit wird viel von Selbstoptimierung und Burnout gesprochen, so dass uns vieles in Bezug auf Stress und Stressbewältigung bereits bewusst ist. Dennoch gelingt es uns häufig nicht, es im Arbeitsalltag umzusetzen. In Zeiten, die besonders herausfordernd sind, fällt es uns oft nicht leicht, uns regelmäßig zurückzuziehen, uns zu bewegen oder zu entspannen und wieder zu uns zu kommen. In diesem Bildungsurlaub wollen wir uns einige Zeit nehmen, um die zugrunde liegenden Mechanismen zu betrachten und um einen eigenen Weg zu finden, der uns eine bessere Balance ermöglicht.

Dieser Bildungsurlaub beinhaltet einen Präventionskurs in Autogenem Training. Ein Zuschuss durch die Krankenkassen in Höhe von ca. 75 € ist nach Kursende möglich, wenn Sie in den letzten 12 Monaten keinen Präventionskurs aus dem Bereich Stressmanagement besucht haben bzw. Ihr Präventionsbudget noch nicht verbraucht haben. Hierfür erhalten Sie am Ende des Kurses eine separate Teilnahmebescheinigung, die Sie bei der Krankenkasse einreichen können, um einen Zuschuss zu beantragen. Die Anerkennung im Bonusprogramm Ihrer Krankenkasse ist zusätzlich möglich. Der Kurs beinhaltet zudem kurze Bewegungseinheiten.

Referentin:	Kirsten Müller
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	790,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP 595,00 € Tagesgast inkl. VP

E 046/26: Mo. 16.02. ab 10.00 Uhr – Fr. 20.02.26 bis 14.00 Uhr

E 047/26: Mo. 08.06. ab 10.00 Uhr – Fr. 12.06.26 bis 14.00 Uhr

E 048/26: Mo. 23.11. ab 10.00 Uhr – Fr. 27.11.26 bis 14.00 Uhr

In Kooperation mit Meer Fasten

Bildungsurlaub: Basiskurs – Gesünder durch richtige Ernährung und aktive Stressbewältigung



Aktive Stressbewältigung in Form von aktiver Entspannung, dazu eine vitaminreiche bunte Ernährung – das sind zwei wichtige Säulen für eine gesunde Lebensführung.

Sie sind die Basis für Ihre Lebensqualität. Oft nehmen wir diese Aspekte nicht ernst genug und müssen später möglicherweise die Konsequenzen dafür tragen.

Dieser Kurs vermittelt Ihnen die Wichtigkeit der beiden Säulen und hilft mit praktischer Umsetzung, Ihren Alltag gesundheitsfördernder zu gestalten und dadurch Ihre Leistungsfähigkeit und Arbeitskraft zu erhalten.

Dieser Bildungsurlaub beinhaltet einen Präventionskurs in Progressiver Muskelentspannung. Ein **Zuschuss durch die Krankenkassen** in Höhe von ca. 75 € ist nach Kursende möglich, wenn Sie in den letzten 12 Monaten keinen Präventionskurs aus dem Bereich Entspannung besucht bzw. Ihr Präventionsbudget noch nicht verbraucht haben.

Die Anerkennung im Bonusprogramm Ihrer Krankenkasse ist zusätzlich möglich.

Kleine Bewegungspausen runden das Kursprogramm ab.

Referentin:	Kirsten Müller
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	790,00 € im EZ DU/WC incl. ÜN/VP
	740,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	595,00 € Tagesgast inkl. VP

E 090/26

Sa. 28.03. ab 10.00 Uhr – So. 29.03.26 bis 16.00 Uhr

Sa. 05.09. ab 10.00 Uhr – So. 06.09.26 bis 16.00 Uhr

Sa. 31.10. ab 10.00 Uhr – So. 01.11.26 bis 16.00 Uhr

PilzCoach (zertifiziert):

Pilze sind mehr als nur kulinarische Delikatessen...



Die Pilze werden allgemein fast ausschließlich nach ihrem Speisewert und ihrer Giftigkeit beurteilt und dabei wird häufig vergessen, dass ein Leben auf der Erde ohne Pilze nicht möglich ist. Darüber hinaus können sie unser Leben auch ganz vielfältig bereichern: zum Papier-schöpfen, zum Färben, als Tinte zum Schreiben und vieles mehr. Pilze umgeben uns auf Schritt und Tritt, doch vollbringen sie ihr Werk meist im Verborgenen.

Mit den Augen eines Pilzdetektivs sind ihre Spuren überall zu entdecken.

Sie sind mit dem Reich der Pflanzen und Tiere aufs engste verwoben und gemeinsam erhalten sie den ökologischen Kreislauf aufrecht, der uns die Luft zum Atmen, die Nahrung zum Leben und die vielen kleinen und großen Wunder zum Staunen und lebendig fühlen liefert.

Referent/-in:

Dr. Rita und Frank Lüder

Verantwortlich:

Gaby Straßburg

Kosten:

790,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP

750,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP

650,00 € Tagesgast (Verpflegung inklusive Abendessen ohne Frühstück)

E 043/26

Mo. 18.05. ab 10.00 Uhr – Fr. 22.05.26 bis 14.00 Uhr

In Kooperation mit Meer Fasten

Bildungsurlaub: Gelassener und beweglicher durch den Arbeitsalltag



Auf Stress und psychische Belastung reagiert der Körper zunächst mit hoher Anspannung und Verhaltensmustern, die durch frühere Erfahrungen geprägt worden sind.

Verhaltensmuster, wie sich unter Druck setzen, Aushalten oder Konfliktvermeidung sind von erheblicher Bedeutung für die Stressentstehung. In diesem Seminar lernen Sie Ihre persönlichen Stressverstärker und Stressreaktionen (er-)kennen und erhalten praxisorientierte Hilfe zur Änderung grundlegender Wertevorstellungen und Handlungsmuster. Dieser Bildungsurlaub beinhaltet einen Präventionskurs in kognitivem Stressmanagement.

Ein **Zuschuss durch die Krankenkassen** in Höhe von ca. 75 € ist nach Kursende möglich, wenn Sie in den letzten 12 Monaten keinen Präventionskurs aus dem Bereich Stressmanagement besucht bzw. Ihr Präventionsbudget noch nicht verbraucht haben.

Hierfür erhalten Sie am Ende des Kurses eine separate Teilnahmebescheinigung, die Sie bei der Krankenkasse einreichen können, um einen Zuschuss zu beantragen. Die Anerkennung im Bonusprogramm Ihrer Krankenkasse ist zusätzlich möglich.

Der Kurs beinhaltet darüber hinaus kurze Entspannungs- und Bewegungseinheiten.

Referentin: Kirsten Müller
Verantwortlich: Gaby Straßburg
Kosten: 790,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
740,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP
595,00 € Tagesgast inkl. VP

E 103/26

Mo. 01.06. ab 14.00 Uhr – Fr. 05.06.26 bis 14.00 Uhr

Bildungsurlaub: Stress & Psyche an die Hand nehmen – Mehr Resilienz und Wohlbefinden für den Alltag



Der schnelllebige Wandel in der Arbeitswelt und die alltäglichen Herausforderungen unseres Lebens führen immer mehr zu anhaltendem Stress, Unmut und Überforderung. Trotz guter Vorsätze schaffen wir es häufig nicht, unser Verhalten zu ändern und aus dem Teufelskreis der Belastung auszusteigen ...

In diesem Bildungsurlaub erfahren Sie mehr über die psychologischen Hintergründe von Stress und über die Frühwarnzeichen psychischer Belastung. Sie reflektieren ihre eigenen Resilienz-faktoren und lernen ihre individuellen Ressourcen zum Schutz vor psychischer Belastung gezielt einzusetzen. Im intensiven und unterstützenden Austausch suchen wir einen Zugang zu persönlichen Baustellen, erarbeiten konkrete sowie individuelle Strategien und üben deren Anwendung zur Selbstfürsorge für den Transfer in den eigenen Alltag.

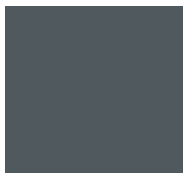
Es erwartet Sie ein vielfältiges Zusammenspiel von psychologischen Inputs, achtsamer Selbstreflexion und interaktivem Austausch in der Gruppe, wobei Sie in Einzel- und Gruppenübungen die Möglichkeit bekommen erlernte Techniken in einem geschützten Rahmen direkt anzuwenden.

Referent:	Silas Klatt
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	790,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP 595,00 € Tagesgast inkl. VP

E 104/26

Mo. 01.06. ab 14.00 Uhr – Fr. 05.06.26 bis 14.00 Uhr

Bildungsurlaub: Stressabbau im Berufsalltag – Präventive Gesundheitsförderung durch Entspannung und Selbstfürsorge mit Qigong



Die Selbstfürsorge beinhaltet einen achtsamen Umgang mit eigenen Ressourcen. Ganzheitliche Methoden wie Qigong/Taijiquan/Meditationen und Akupressuren, sowie die Lebenspflege durch gesunde Ernährung sind die Grundlagen in der Chinesischen Medizin. Dieses ganzheitliche Modell kann mit seinen praktischen Tipps für die Anwendung im Berufsalltag genutzt werden.

Bewegungsmangel und Stress auf körperlicher und geistiger Ebene sind die Ursachen für viele chronische Erkrankungen in unserer Gesellschaft. Basisübungen aus den ganzheitlichen Methoden vermitteln einen klugen Umgang mit der eigenen Beweglichkeit und Durchlässigkeit.

Lernen Sie, was sich hinter den Übungen wie die „Lebensschaukel“ und „die Rückkehr zum Ursprünglichen Licht“ verbirgt. Erfahren Sie die Balance, die durch das Wechselspiel zwischen Yin und Yang, der Ruhe und der Bewegung in Ihnen entsteht. Genießen Sie die „Lebensschaukel“, die ihrem Rücken und den Beinen Flexibilität und Durchlässigkeit schenkt. Aktivierende Klopfübungen und erfrischende „Qi-Duschen“ runden die Vielfalt der Bewegungskünste ab. Akupressuren der Akupunkturpunkte rund um die Augen lassen sich auch am Arbeitsplatz in kleinen Pausen leicht durchführen und stärken die Sehkraft.

Sie haben in der Bildungswoche die Möglichkeit, verschiedene Modelle kennenzulernen. Die Anwendung in Ihren Alltag soll Ihnen die Bedeutung und Wirkung ihrer körpereigenen Ressourcen verdeutlichen. Die Wirksamkeit ist nachgewiesen bei Depressionen, Herz- Kreislauf-Erkrankungen, Haut- und Atemwegserkrankungen sowie Post-Covid Syndrom und Rückenproblemen.

Referentinnen: Gise Schöller, Karin Ilsemann
Verantwortlich: Gaby Straßburg
Kosten: 790,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
 595,00 € Tagesgast inkl. VP

E 044/26

Mo. 28.09. ab 10.00 Uhr – Fr. 02.10.26 bis 14.00 Uhr

In Kooperation mit Meer Fasten

Bildungsurlaub: Fortsetzungskurs – Gesundheitsförderung im (Berufs-)alltag ... durch Reduktion arbeitsbedingter Stresssymptome (durch Yoga) und Umsetzung einer modernen Vitalkost



Unser (Berufs-)alltag ist oftmals sehr bewegungsarm geworden, daher nehmen körperliche Stresssymptome (Verspannungen, Steifheit u. a.) stark zu.

Mit täglichen einfachen Übungen aus dem Hatha Yoga soll diesen Symptomen entgegengewirkt werden. Darüber hinaus erfahren Sie weiteres Wissen zur vitalstoffreichen Ernährung (z.B. Vitamin D / Haut & Haar Gesundheit / Viruserkrankungen) und setzen dieses in kurzen praktischen Übungen in der Lernküche um.

Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Kurs ist der Besuch eines Basisseminars bei Kirsten Müller (www.meer-fasten.de) und viel praktische Erfahrung in vitalstoffreicher Ernährung. Die Hatha Yogaübungen in diesem Kurs sind als Präventionskurs anerkannt.

Ein Zuschuss durch die Krankenkassen in Höhe von ca. 75 € ist nach Kursende möglich, wenn Sie in den letzten 12 Monaten keinen Präventionskurs aus dem Bereich Entspannung besucht haben bzw. Ihr Präventionsbudget noch nicht verbraucht haben. Hierfür erhalten Sie am Ende des Kurses von der Kursleiterin eine separate Teilnahmebescheinigung, die Sie bei der Krankenkasse einreichen können, um einen Zuschuss zu beantragen.

Die Anerkennung im Bonusprogramm Ihrer Krankenkasse ist zusätzlich möglich.

Vorkenntnisse im Yoga sind nicht erforderlich.

Bitte tragen Sie bei den Yogaeinheiten sportliche Kleidung.

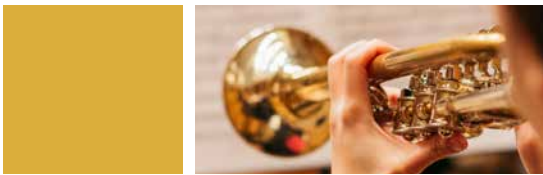
Referentin:	Kirsten Müller
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	790,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	740,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	595,00 € Tagesgast inkl. VP

E 002/26

Fr. 02.01. ab 12.00 Uhr – Di. 06.01.26 bis 14.00 Uhr

In Kooperation mit dem Posaunenwerk der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers im Michaeliskloster Hildesheim

Bildungsurlaub: Treffpunkt Chorleitung



Posaunenchorleitung ist eine erfüllende und anspruchsvolle Aufgabe. Sie fordert neben liebevollem Engagement ein breites Spektrum an Kenntnissen und Fähigkeiten. All das kann man lernen. Wir bieten dafür eine umfassende Ausbildung sowie Möglichkeiten der Erprobung und der fortwährenden Beratung an.

Ab 2020 bieten wir jährlich vom 2.–6. Januar ein neues Chorleitungsseminar an, um die Aus- und Fortbildung unserer Posaunenchorleiter/-innen noch attraktiver zu gestalten.

Die drei Ausbildungsstufen Grundkurs, Mittelkurs und Oberkurs finden in diesem neuen Kurs parallel statt und nach drei Teilnahmen ist es möglich, die D-Chorleitungsprüfung abzulegen. Innerhalb einer Zeitspanne von 2 Jahren werden spannende und wichtige Einheiten vermittelt; neben der Chorleitung als solcher auch Instrumentalspiel und Instrumentalkunde, Musiktheorie, Gehörbildung, Gottesdienstkunde, Gesangbuchkunde und Posaunenchor-Literaturkunde. Die Chorleitungsausbildung richtet sich an alle interessierten Bläserinnen und Bläser ab 16 Jahren mit mehrjähriger Chorpraxis.

Referent/-innen: Mitarbeitende des Posaunenwerks im Michaeliskloster Hildesheim

Verantwortlich: Gaby Straßburg

Anmeldung: Posaunenwerk im Michaeliskloster,
Hinter der Michaeliskirche 3-5, 31134 Hildesheim

E 040/26

Fr. 16.01. ab 13.30 Uhr – So.18.01.26 bis 13.00 Uhr

Allerlei Kontratänze: Kontratänze für Tanzleiter/-innen und Kontratänzer/-innen mit Vorkenntnissen



Der Kontratanz wird im Gegensatz zum bekannten Paartanz als Gruppe in unterschiedlichen Formationen getanzt.

Wir, Karsten und Walburga, tanzen nach den beliebten Kontratänzen des Bundesverbandes Seniorentanz, eigenen Choreografien und englischen Kontratänzen.

Die reizvolle Vielfalt der Kontratänze werden wir mit Variationen im Rhythmus, in den Figuren und in den Formationen kennenlernen und ausführlich üben.

Wir tanzen gemeinsam die wunderschönen Figuren und interessanten Wege des Kontratanzes und deshalb ist es erforderlich, Vorkenntnisse (Ketten und Hecken) im Kontratanz zu haben.

Dazu sollten die Teilnehmenden ein gutes Rhythmusgefühl, Ausdauer und Raumorientierung mitbringen.

Die Tänze werden in Deutsch angesagt.

Referent/-in:	Walburga Gillgasch und Karsten Gillgasch
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	310,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP 285,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP 270,00 € im Etagenduschen inkl. ÜN/VP

Bei Bedarf beantragen Sie formlos eine Ermäßigung durch den „Lückenfüller“ unseres Fördervereins „Wir Hormannshäuser“.

E 036/26

Fr. 06.02. ab 18.00 Uhr – So. 08.02.26 bis 13.00 Uhr

In Kooperation mit unserem Förderverein „Wir Hormannshäuser“

Winterflair – Singen macht Spaß! Ein Chor-Wochenende mit Morten Kollstede



Dieses Seminar spricht Chorproben und Freizeitsänger/-innen gleichermaßen an, sei es bei den schwungvollen Proben oder bei einem musikalischen Abend in unserem gemütlichen Abendbereich.

Mit Morten Kollstede steht Ihnen ein Musikpädagoge und Pianist zur Seite, der auf jahrelange Erfahrung im Singen mit Erwachsenen und Kindern zurückgreifen kann und regelmäßig unsere Gäste für die Musik und das Singen begeistert. Es werden u.a. mehrstimmige englisch- und deutschsprachige Popsongs gesungen, die speziell auf die Gruppe zugeschnitten sind.

Abgerundet werden die Probenphasen mit Übungen zur Atem- und Stimmtechnik. Freuen Sie sich auf entspannte Tage und unsere leckere Küche!

Dieses Seminar finden in Kooperation mit unserem Förderverein „Wir Hormannshäuser“ statt.

Referent:	Morten Kollstede
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	210,00 € im EZ DU/WC / 190,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP 190,00 € im EZ Etagendusche/WC inkl. ÜN/VP 175,00 € im DZ Etagendusche/WC inkl. ÜN/VP 110,00 € Tagesgast (ohne Frühstück) inkl. Verpflegung

Mitglieder des Fördervereins „Wir Hormannshäuser“ erhalten 10 % Rabatt.

E 053/26: Mo. 23.02. ab 15.00 Uhr – Mi. 25.02.26 bis 16.00 Uhr

E 054/26: Fr. 27.02. ab 15:00 Uhr – So. 01.03.26 bis 16:00 Uhr

Malreise: Landschaftsaquarell

E 055/26: Mo. 13.04. ab 15:00 Uhr – Mi. 15.04.26 bis 16:00 Uhr

Malreise: Skizzenbuch von A-Z

E 056/26: Mo. 05.10. ab 15.00 Uhr – Mi. 07.10.26 bis 16.00 Uhr

E 057/26: Fr. 09.10. ab 15:00 Uhr – So. 11.10.26 bis 16:00 Uhr

Malreise: Licht und Schatten

Malreisen



Malreise: Landschaftsaquarell

Drei verschiedenen Landschaften mit unterschiedlichen Lichtstimmungen werden in diesen drei Tagen (5 Zeitstunden Kurs pro Tag) gemalt. Dazu gibt es viele Übungen (Himmel, Bildkomposition, Tiefe im Bild usw.).

Malreise: Skizzenbuch von A-Z

Du möchtest wissen, wie man eine interessante und harmonische Skizzenbuchseite gestalten kann? Du wünschst dir Tipps für ein ganz persönliches Skizzenbuch? Du möchtest lernen, wie du in schnellen Skizzen das Gesehene vereinfachen kannst?

Alle diese Fragen werden im Kurs beantwortet.

Schritt für Schritt zeige ich meine Ideen für lockere Skizzen. Außerdem haben wir die einmalige Möglichkeit, in den drei Kurstagen ein eigenes Skizzenbuch zu binden.

Malreise: Licht und Schatten

Um leuchtende Aquarelle zu malen, braucht man kräftige Schatten im Bild. In diesem Kurs zeige ich dir, wie du durch das Einsetzen von deutlichen Tonwerten und starken Kontrasten Licht in deine Bilder bringst. Es gibt Übungen zur Farbigkeit von Schatten und zu verschiedenen Lichtstimmungen. Schritt für Schritt malen wir in diesem Kurs drei schöne, lichtdurchflutete Aquarelle.

Referentin:

Anmeldungen unter:

Verantwortlich:

Barbara Hirsekorn

www.dieaquarellwerkstatt.de

Gaby Straßburg

E 082/26: Mo. 16.03. ab 14.00 Uhr – Do. 19.03.26 bis 13.30 Uhr
E 083/26: Mo. 16.11. ab 14.00 Uhr – Do. 19.11.26 bis 13.30 Uhr

Round-Dance für Fortgeschrittene mit Margret Hollmann



Round Dance ist eine ursprünglich amerikanische Form des Gesellschaftstanzes, ein Paartanz, bei dem die Tanzpaare zu den Schrittsagen des Tanzleiters (Cuer, Leader) zeitgleich am Rande der Tanzfläche entlang die Tanzschritte ausführen. Die dabei entstehende Form sieht, je nach Tanzfläche, bis zu kreisförmig aus. Daher kommt der Begriff „Round“.

Dies ist ein Fortgeschrittenen-Kurs, für genauere Informationen wenden Sie sich bitte an die Referentin Frau Hollmann (Tel.: 0511-426607).

Referentin: Margret Hollmann
Verantwortlich: Gaby Straßburg
Kosten: 375,00 € im EZ DU/WC
335,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP

Bei Bedarf beantragen Sie formlos eine Ermäßigung durch den „Lückenfüller“ unseres Fördervereins „Wir Hormannshäuser“.

E 058/26

Mo. 27.04. ab 18.00 Uhr – So. 30.04.26 bis 16.00 Uhr

Malseminar: Urlaub am Meer

E 059/26

Do. 30.04. ab 18.00 Uhr – So. 03.05.26 bis 16.00 Uhr

Malseminar: Baum- und Landschaft

E 060/26

Sa. 24.10. ab 18.00 Uhr – Di. 27.10.26 bis 16.00 Uhr

Malseminar: Momente im Herbst

E 061/26

Di. 27.10. ab 18.00 Uhr – Fr. 30.10.26 bis 16.00 Uhr

Malseminar: Winterliche Landschaft



Susanne Hohaus ist seit 2001 freischaffende Künstlerin, eigenes Atelier, Mitglied in der Deutschen Aquarell Gesellschaft.

2001–2010

Malkurse als Dozentin an der VHS Soest

seit 2002

Malkurse im Rahmen meiner Selbstständigkeit für Kinder und Erwachsene

seit 2016

Dozentin für Workshops bei boesner

seit 2021

Dozentin bei artistravel, Sommerakademie Hattingen, Kunstakademie Allgäu

Zahlreiche Ausstellungen

Referentin:

Susanne Hohaus

Verantwortlich:

Gaby Straßburg

Anmeldung:

Anmeldung und Information bei Susanne Hohaus
info@susannehohaus.de oder

Telefon 02921/3192703

Kosten:

300,00 € Kursgebühr zzgl.

276,00 € im DZ DU/WC ÜN/VP

315,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP

E 114/26

Fr. 15.05. ab 18.00 Uhr – So. 17.05.26 bis 13.00 Uhr

Erinnerungs-Werkstatt



Erinnerungen sind das, was von uns und unseren Lieben bleibt. Sie sind kostbar und ein Teil unseres Lebensweges.

Fotos, Konzertkarten, Wort-Schätze, Rezepte, gepresste Blüten. Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, sich zu erinnern. Doch wie können wir diese Erinnerungen bewahren?

Erinnerungs-Journaling ist eine wunderbare und individuelle Möglichkeit, Erinnerungen durch Worte, Farben, Fotos und Collagen sicht- und fühlbar zu machen.

An diesem Wochenende bekommen Sie einen ersten Einblick in das Erinnerungs-Journaling. Sie binden und gestalten ihr persönliches Journal und erleben dabei, wie bereichernd es sein kann Gedanken, Erfahrungen, und Erlebnisse darin auf kreative Weise einzubringen.

Bei trockenem Wetter werden wir auch die Natur rund um das Denkhäus zur Inspiration und Erweiterung der unzähligen Möglichkeiten eines Erinnerungs-Journals nutzen.

Neben dem kreativen Gestalten wird es Raum für einen wertschätzenden Austausch geben. Abgerundet wird all das von der ruhigen und geschützten Umgebung im Denkhäus, sodass dieses Wochenende auch eine Möglichkeit ist, die eigenen Kraftreserven aufzufüllen.

Referentin:	Nicole Vergin
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	320,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	295,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	230,00 € Tagesgäste inkl. VP

Bei Bedarf beantragen Sie formlos eine Ermäßigung durch den „Lückenfüller“ unseres Fördervereins „Wir Hormannshäuser“.

E 099/26

Fr. 19.06. ab 15.00 Uhr – So. 21.06.26 bis 13.00 Uhr

In Kooperation mit der Leibniz Universität Hannover

Uni im Grünen: „Zwischen Freiheit und Zukunft – Demokratie in Zeiten des Klimawandels“



Die Klimaherausforderungen stellen unsere Gesellschaft vor eine doppelte Herausforderung: Einerseits müssen wir die ökologischen Grundlagen des Lebens sichern, andererseits gilt es, die Demokratien zu bewahren und weiterzuentwickeln. Während die klimatischen Veränderungen rasches Handeln verlangen, scheinen demokratische Prozesse jedoch oft langsam und schwerfällig zu reagieren.

Hier setzt der Seminar Ausgangstext an: „Demokratie und Revolution. Wege aus der selbstverschuldeten ökologischen Unmündigkeit“ (Buch von Hedwig Richter und Bernd Ulrich). Auf Grundlage ihrer Impulse wollen wir gemeinsam nach Wegen suchen, diesen von ihnen festgemachten Widerspruch zwischen Demokratie und Klimawandel zu überwinden. Nebenbei wird ein Blick auf Geschichte und Ausformungen von Demokratie geworfen; zugleich werden Perspektiven für eine möglichst gerechte Zukunft eröffnet. Wir fragen: Wie könnte solch ein Weg aussehen, der Freiheit und Verantwortung in Einklang bringt? Wie lassen sich Demokratie und Ökologie so verbinden, dass auch kommende Generationen ihre Gestaltungsspielräume behalten?

Uni im Grünen – ein Wochenende für alle, die sich über Zukunft, Wandel und Verantwortung in der Gesellschaft austauschen wollen.

Referent: Prof. Dr. Peter Nickl

Verantwortlich: Tina Kortsch

Kosten: 425,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
400,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP
315,00 € Tagesgäste inkl. VP

E 041/26

Fr. 28.08. ab 14.30 Uhr – So. 30.08.26 bis 13.00 Uhr

Tanzvergnügen



Tanzen: Das ist Bewegung, Spaß, Kommunikation, Gedächtnisstraining und Geselligkeit in Einem.

Das Wochenende bietet unterschiedliche Tänze zu vielfältiger Musik. Das Repertoire **internationaler Folklore über Square- und Linedance bis hin zu höfischen Tänzen.**

Ob im Kreis, in der Gasse oder in der Reihe, die Tänze sind ebenso vielfältig wie schnell erlernbar.

Ein/-e Tanzpartner/-in ist nicht erforderlich, die einzige Voraussetzung ist die Freude an der Bewegung nach Musik.

Referentin:	Claudia Plath
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	265,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	240,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	185,00 € Tagesgäste inkl. VP

Bei Bedarf beantragen Sie formlos eine Ermäßigung durch den „**Lückenfüller**“ unseres Fördervereins „Wir Hormannshäuser“.

E 122/26

Fr. 09.10. ab 14.30 Uhr – So. 11.10.26 bis 13.00 Uhr

Bildungstage für Frauen 2026: Frauen und ihr Wirken – von unsichtbar zu unübersehbar!?



Häufig blieb bzw. bleibt Vieles, was Frauen leiste(te)n, wenig sichtbar – beispielsweise in Kunst, Wissenschaft, in der Politik oder Wirtschaft, aber auch im Alltag. Im Rahmen des Wochenendseminars laden wir dazu ein, näher hinzuschauen, zuzuhören und neue Perspektiven zu entwickeln. Gemeinsam erkunden wir, wie Unsichtbarkeit entsteht und wie sie sich heute zeigt. Dabei sollen auch die eigene erlebte Sichtbarkeit und die von Frauen im näheren Umfeld beleuchtet werden.

Mit verschiedenen Impulsen aus Vergangenheit und Gegenwart sowie Raum für Austausch entdecken wir spannende Geschichten von Frauen, teilen eigene Erfahrungen und diskutieren, wie Frauen mehr Präsenz einfordern können oder wie ihnen diese in der Gesellschaft ermöglicht werden kann.

Das Wochenende verspricht Denkanstöße, Inspiration und die Reflexion der Sichtbarkeit von Frauen. Das Seminar richtet sich an alle Frauen, die Lust haben, eigene Geschichten einzubringen und die Erfahrungen anderer kennenzulernen.

Referentin:	Tina Kortsch
Verantwortlich:	Tina Kortsch
Kosten:	320,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	295,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	230,00 € Tagesgäste inkl. VP

Bei Bedarf beantragen Sie formlos eine Ermäßigung durch den „Lückenfüller“ unseres Fördervereins „Wir Hormannshäuser“.

E 100/26

Fr. 30.10. ab 18.00 Uhr – So. 01.11.26 bis 13.00 Uhr

Schreiblust – Eine kreative Schreibwerkstatt



„Ich kenne nichts auf der Welt, das eine solche Macht hat, wie das Wort. Manchmal schreibe ich eines auf und sehe es an, bis es beginnt zu leuchten.“ Emily Dickinson, US-amerik. Dichterin, 1830-1886

Schreibend ist alles möglich. Wir können Erinnerungen bewahren. Uns etwas von der Seele schreiben. Geschichten erfinden oder Alltagsmomente in Worte fassen.

Ein leeres Blatt Papier ist eine Einladung eigene Worte aufzuschreiben. Allein im „stillen Kämmerlein“ kann dies manchmal schwerfallen. Oder es fehlt die Zeit im täglichen Ablauf.

Fernab vom Alltag erwarten Sie an diesem Wochenende Anregungen, die den Schreibfluss zum Sprudeln bringen. Es wird mit Worten jongliert und Erinnerungen, Gedanken, Gedichte, kleine und große Beobachtungen werden zu Papier gebracht.

Einen Stift, Papier und Lust aufs Schreiben. Das ist alles, was Sie für dieses Seminar benötigen. Und dann kann die gemeinsame Schreibreise beginnen.

Ob mit oder ohne Schreib-Erfahrungen, hier sind Sie willkommen!

Referentin:	Nicole Vergin
Leitung:	Gaby Straßburg
Kosten:	320,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	295,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	230,00 € Tagesgäste inkl. VP

Bei Bedarf beantragen Sie formlos eine Ermäßigung durch den „Lückenfüller“ unseres Fördervereins „Wir Hormannshäuser“.

E 116/26

Fr. 30.10. ab 18.00 Uhr – So. 01.11.26 bis 13.00 Uhr

Maschen-Mood – Ein wolliges Wochenende Stricken für Anfänger/-innen und passionierte Maschenkünstler/-innen



An diesem Wochenende treffen wir uns für eine kreative Auszeit im Denkhäus Loccum zum Stricken, Stricken und noch mehr Stricken...

Es gibt Tipps und Tricks für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene gleichermaßen.

Dafür können eigene Strickprojekte mitgebracht und verwirklicht werden und es gibt natürlich Inspiration und Ideen für neue Vorhaben.

Eine Wollexpertin mit traumhafter Wolle im Gepäck, die auch vor Ort erworben werden kann, wird unser Gast sein.

Lass den Alltagsstress hinter dir und tauche mit uns ein in ein entspanntes Wochenende voller Maschen, Inspiration und Miteinander.

Ob Weihnachtsgeschenke aus eigener Hand entstehen oder du einfach nur Freude am gemeinsamen Tun hast, packe deine Lieblingsnadeln ein und gönne dir ein kreatives Wochenende!

Wir freuen uns auf dich!

Referentin:	Christine Jentsch, Inés Harms
Verantwortlich:	Gaby Straßburg
Kosten:	320,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	295,00 € im DZ DU/WC inkl. ÜN/VP
	230,00 € Tagesgäste inkl. VP

Bei Bedarf beantragen Sie formlos eine Ermäßigung durch den „Lückenfüller“ unseres Fördervereins „Wir Hormannshäuser“.

E 117/26

Fr. 27.11. ab 18.00 Uhr bis So. 29.11.26 bis 13.0 Uhr

„Schatzkiste Leben – Shine your light!“

von Werten und Talenten, vom Wachsen und was der Gospel damit zu tun hat



Spiritualität, ist eng mit Musik verknüpft. Im Singen drückt sich die Seele aus, sie bekommt frische Energie und Lebensfreude. Wir schlagen eine Brücke von der heilenden Kraft des Gospels hin zum Coaching und verbinden an diesem Wochenende persönliche Veränderungsarbeit mit Gospel! Die Schatzkiste Leben richtet sich an alle, die mit frischem Mut ihren Talenten und Fähigkeiten auf die Spur kommen und damit ihre verschiedenen Lebensbereiche stärken möchten.

Gemeinsam werfen wir einen Blick in die Schatzkiste deines Lebens, was sie an Schätzen in Form von Werten, Talenten und stärkenden Erfahrungen für dich bereithält. Wir beschäftigen uns mit dem Lebenskreis und gehen der Frage nach, welche Fähigkeiten und Talente Du schon nutzt und was es noch zu entdecken gibt. Wo wünschst Du Dir Veränderung, was stärkt, was hindert dich? Kleine Gesangseinheiten ergänzen die Themen. Du lernst ganz einfache, bekannte Gospel und spürst sofort die Kraft der Spiritualität und die Lebensfreude, die diese Musik mit sich bringt.

Referent/-in: Claudia Stenner, Andreas Lenniger
Verantwortlich: Gaby Straßburg
Kosten: 370,00 € im EZ DU/WC inkl. ÜN/VP
 280,00 € Tagesgast inkl. VP

Wir sind für Sie da

Gaby Straßburg, Telefon: E-Mail:	Direktorin / Geschäftsführerin 0 57 66 / 96 09 - 41 strassburg@denkhaus-loccum.de
Henning Busse, Telefon: E-Mail: Schwerpunkte:	Theologischer Mitarbeiter 0 57 66 / 96 09 - 22 busse@denkhaus-loccum.de Kirche und Ehrenamt
Tina Kortsch, Telefon: E-Mail: Schwerpunkte:	Pädagogische Mitarbeiterin 0 57 66 / 96 09 - 56 kortsch@denkhaus-loccum.de Jugend- und politische Bildung, Bildung für Frauen
Anne Birkhahn, Telefon: E-Mail:	Verwaltungsleiterin 0 57 66 / 96 09 - 19 birkhahn@denkhaus-loccum.de
Sabine Meyer, Telefon: E-Mail:	Verwaltung und Gästeservice 0 57 66 / 96 09 - 39 meyer.s@denkhaus-loccum.de
Regina Meyer, Telefon: E-Mail:	Verwaltung und Gästeservice 0 57 66 / 96 09 - 39 meyer@denkhaus-loccum.de
Chantal Wetenkamp, Telefon: E-Mail:	Bildungsurlaube 0 57 66 / 96 09 - 10 wetenkamp@denkhaus-loccum.de
Iris Tietje, Telefon: E-Mail:	Hauswirtschaftsleiterin 0 57 66 / 96 09 - 26 tietje@denkhaus-loccum.de
Heike Syring, Telefon: E-Mail:	Stellv. Hauswirtschaftsleiterin 0 57 66 / 96 09 - 27 syring@denkhaus-loccum.de
Ingo Will, Telefon: E-Mail:	Haustechnik 0171 / 3 08 08 00 will@denkhaus-loccum.de

Hinweise zur Anmeldung

Anmeldung

Bitte schriftlich mit allen erforderlichen Angaben (Name, Adresse, Telefon).

per Post: mit der Anmeldekarte (siehe Umschlag)

per Fax: 0 57 66 / 960 9 - 44

per E-Mail: info@denkhaus-loccum.de

online: www.denkhaus-loccum.de

Anmeldebestätigung und Abrechnung

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Nach Eingang und Bearbeitung Ihrer Anmeldung bekommen Sie von uns eine schriftliche Anmeldebestätigung. Die Abrechnung erfolgt nach Seminarende. Wir begrüßen Ihre Zustimmung zum Lastschriftverfahren.

Kosten

Nicht in Anspruch genommene Einzelleistungen werden nicht erstattet.

Zimmer-Kategorien

Komfort: Zimmer DU/WC/TV

Standard: Zimmer DU/WC

Basic: Zimmer mit Waschbecken und Etagedusche/WC

Sechs Komfort-Doppelzimmer sind rollstuhlgerecht.

Sonderwünsche

Sie haben besondere Zimmerwünsche? Sie benötigen ein rollstuhlgerechtes Zimmer? Sie wünschen bestimmte Diäten oder Sonderkost? Bitte geben Sie dies bei der Anmeldung mit an. Bitte beachten Sie, dass hierfür teilweise zusätzliche Kosten anfallen.

Kursabsage

Stornierungen durch Teilnehmende müssen schriftlich an uns gerichtet werden. Anfallende Ausfallgebühren entnehmen Sie bitte unseren Allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Das Denkhaus Loccum behält sich vor, aufgrund zu geringer Teilnehmerzahlen Kurse abzusagen.

Es bestehen keine weitergehenden Ansprüche.

Umsatzsteuer

Die im Jahresprogramm ausgewiesenen Preise sind kostendeckend unter Berücksichtigung der nach der aktuellen Rechtslage geltenden Umsatzsteuersätze kalkuliert.

Das Denkhaus Loccum ist berechtigt, eine evtl. Erhöhung der Steuersätze an den Gast weiter zu berechnen.

Wir behalten uns deshalb vor, die im Jahresprogramm ausgewiesenen Preise an die zum Zeitpunkt der Durchführung der jeweiligen Bildungsmaßnahme geltenden Steuersätze anzupassen.

Weitere Informationen

finden Sie im Internet unter www.denkhaus-loccum.de

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB) Denkhaus Loccum e. V.

1. Allgemeines

Diese Allgemeinen Geschäftsbedingungen sind Inhalt der zwischen dem Denkhaus Loccum e.V. (im folgenden Text Denkhaus Loccum) und dem Kunden geschlossenen Verträge.

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelten für sämtliche Leistungen des Denkhaus Loccum: Für die Überlassung von Gästezimmern, Seminarräumen sowie anderen Räumlichkeiten, die Überlassung von Seminarmaterial und -technik und die Erbringung von Dienstleistungen.

2. Eigene Veranstaltungen

Bitte melden Sie sich schriftlich mit Anmeldekarte, per Fax, E-Mail, über unsere Homepage oder formlos per Brief an:

- Sie erhalten eine schriftliche Bestätigung.
- Die Anmeldung sollte bis zwei Wochen vor Seminarbeginn eingehen. Die Platzreservierung erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldungen.
- Das Seminar wird durchgeführt, wenn eine Mindestzahl erreicht ist (in der Regel 7 Teilnehmende). Das Denkhaus Loccum behält sich vor, aufgrund zu geringer Teilnehmerzahlen den Kurs abzusagen.
- Es bestehen keine weitergehenden Ansprüche.
- Wenn die maximale Teilnehmerzahl erreicht ist, werden Interessierte auf Wunsch in eine Warteliste aufgenommen. Sie bekommen eine entsprechende Nachricht.
- Bei Familienseminaren benötigen wir die Namen aller angemeldeten Familienangehörigen und das Geburtsdatum der Kinder.

Inhaltliche und terminliche Abweichungen sowie Referententausch bleiben in zwingenden Fällen vorbehalten.

Das Denkhaus Loccum bemüht sich, Unterbringungswünsche zu berücksichtigen. Bei Einzelbelegung eines Doppelzimmers sind die Kosten für ein Einzelzimmer zu entrichten.

Soweit nicht anders angegeben, enthalten die genannten Seminargebühren für eigene Veranstaltungen des Denkhaus Loccum die Kosten für Unterkunft, Verpflegung (i.d. Regel 4 Mahlzeiten) sowie die Kursgebühr.

Das Denkhaus Loccum achtet bei der Kalkulation seiner Seminargebühren auf ein faires Preis-/Leistungsverhältnis. Nicht in Anspruch genommene Leistungen werden nicht erstattet.

Die Höhe des jeweiligen Seminarbeitrages steht im Programmheft, auf der Homepage und dem entsprechenden Seminarflyer.

Die im Jahresprogramm ausgewiesenen Preise sind nach der aktuellen Rechtslage geltenden Umsatzsteuer kalkuliert. Das Denkhaus Loccum ist berechtigt, eine evtl. Erhöhung der Steuersätze an den Gast weiter zu berechnen und behält sich vor, die ausgewiesenen Seminargebühren an die zum Zeitpunkt der Durchführung der jeweiligen Bildungsmaßnahmen geltenden Steuersätze anzupassen.

Bei einem Rücktritt von der Anmeldung (Storno) gelten folgende Regelungen:

- Bei Abmeldung bis 4 Wochen vor Seminarbeginn fallen 25,00 € Bearbeitungsgebühr an.
- Bis eine Woche vor Seminarbeginn berechnen wir eine Stornogebühr von 50 % der Seminargebühr.
- Bei einer Abmeldung zu einem späteren Zeitpunkt als eine Woche vor Seminarbeginn oder dem Fernbleiben der Veranstaltung, ist die volle Seminargebühr zu entrichten. Beim Vorlegen eines ärztlichen Attestes reduzieren sich die Kosten auf 50 % der Seminargebühr.

Die Abrechnung der erbrachten Leistungen erfolgt im Regelfall nach Veranstaltungsende.

Für eventuelle Druckfehler bei Preisen und Terminen übernehmen wir keine Haftung.

3. Gastseminare/-belegung

Für bei uns gebuchte Gastseminare ist der jeweilige Veranstalter verantwortlich. Der Veranstalter benennt einen festen Ansprechpartner der Gruppe vor Ort.

Er trägt dafür Sorge, dass seine Mitarbeitenden, Referenten und Teilnehmenden über die Bedingungen des Aufenthalts informiert sind und kommt bei ausbleibenden Zahlungen (im Falle von Einzelrechnungen) für die geschuldeten Beträge und im Schadensfall für den Ersatz auf.

Die vereinbarten Termine und vorgemerkten Teilnehmerzahlen sind verbindlich.

Die Preise für die gebuchten Leistungen entnehmen Sie Ihren Vertragsunterlagen. Sonderleistungen z.B. Buffets, Sektempfang, etc. bedürfen der vorherigen Absprache und werden nach Angebot gesondert abgerechnet.

Der Veranstalter verpflichtet sich, sämtliche Kosten für bezogene Waren und Dienstleistungen zu übernehmen, die durch ihn beauftragt und verursacht werden.

Eine Parallelbelegung des Hauses bleibt vorbehalten. Um unterschiedliche Gruppenwünsche berücksichtigen zu können, behalten wir uns vor, in Ausnahmefällen eine andere, gleichwertige Unterbringung (evtl. auch in einer benachbarten Bildungsstätte bzw. einem Hotel) oder andere, gleichwertige Seminarräume als vereinbart anzubieten.

Gegen eine entsprechende Gebühr übernehmen wir für den Veranstalter das Anmeldewesen und die Teilnehmerverwaltung für die Veranstaltung sowie weitere organisatorische Aufgaben im Rahmen der Tagungsorganisation.

Jegliche Art der Stornierung muss schriftlich erfolgen.

a.) Bei Absage der Gesamtveranstaltung fallen folgende Stornogebühren an:

- Bis 24 Wochen vor Beginn pauschal 50,00€
- bis 12 Wochen vor Beginn pauschal 250,00€
- bis 8 Wochen vor Beginn 10,00 € pro Person und Seminartag zzgl. Raumkosten
- bis 4 Wochen vor Beginn 20,00 € pro Person und Seminartag zzgl. Raumkosten

Bei Stornierung zu einem späteren Zeitpunkt als vier Wochen vor Veranstaltungsbeginn wird der volle Vertragspreis geltend gemacht.

Bei Buchung eines Ausweichtermins innerhalb des Kalenderjahres reduzieren wir die Stornogebühren um 50 %.

b.) Anpassung von Leistungen

Durch den Veranstalter gebuchte Leistungen (z.B. Verpflegung, Unterkunft, Seminarräume etc.) können bis 4 Woche vor Seminarbeginn angepasst werden.

Bei Teilnehmerabmeldungen zu einem späteren Zeitpunkt werden berechnet

- bis 1 Woche vor Beginn 50% der Kosten für Unterkunft und Verpflegung
- Bei einer Abmeldung zu einem späteren Zeitpunkt als eine Woche vor Seminarbeginn oder dem Fernbleiben der Veranstaltung, sind die Kosten für die gebuchten Leistungen in vollem Umfang zu entrichten.

Für die Stornierung von einzelnen Räumen und Medien fällt eine Verwaltungspauschale von 15,00 € an.

Jegliche Art der Ummeldungen (von Übernachtungs- auf Tagesgast, verkürzter Aufenthalt etc.) werden ebenfalls nur bis vier Wochen vorher kostenfrei berücksichtigt.

Werden Einzelrechnungen gewünscht, wird eine zusätzliche Gebühr erhoben. Bei ausbleibenden Zahlungen kommt der Veranstalter für die geschuldeten Beiträge auf.

Umstrittene Rechnungspositionen sind innerhalb einer Woche nach Rechnungserhalt dem Denkhaus Loccum anzuzeigen.

4. Haftung

Ist dem Denkhaus Loccum durch höhere Gewalt die Erbringung der vertraglich vereinbarten Leistung nicht möglich (Unwetter, Brand, Streik oder ähnliches), oder ist absehbar, dass eine Hinderung eintritt, so ist ein Rücktritt vom Vertrag möglich. Der Kunde hat keinen Anspruch auf Schadensersatz.

Der Kunde haftet gegenüber dem Denkhaus Loccum für Beschädigungen oder Verluste, die durch fahrlässiges oder vorsätzliches Verhalten durch ihn selbst oder durch die in Punkt 3 genannten Personen verursacht werden.

Für Beschädigung, Verlust oder Diebstahl mitgebrachter Sachen und Wertgegenstände des Kunden haftet das Denkhaus Loccum nicht. Zurückgebliebenes Eigentum des Kunden wird über einen Zeitraum von 8 Wochen verwahrt und danach an das örtliche Fundamt übergeben. Auf Wunsch wird es auf eigene Kosten und eigenes Risiko nachgesandt.

5. Das Mitbringen von Hunden und anderen Haustieren

Das Mitbringen von Hunden ist nach Anmeldung und gegen Berechnung erlaubt. Der Halter haftet für etwaige Schäden. Der Hund ist außerhalb des Gästezimmers an der Leine zu führen. Der Zutritt für Hunde im Speisesaal ist untersagt. Das Mitbringen des Hundes in die Seminar- und Abendräume ist nur unter Rücksichtnahme auf die anderen Gäste möglich, ggf. darf sich der Hund auch in diesen Bereichen nicht aufhalten.

Das Mitbringen von anderen Haustieren ist aus hygienischen Gründen und mit Rücksicht auf weitere Gäste nicht erlaubt.

6. Sonstige Vereinbarungen

Die Gästezimmer stehen am Anreisetag spätestens ab 13.30 Uhr zur Verfügung. Am Abreisetag muss das Zimmer bis 9.30 Uhr geräumt werden. Eine Verlängerung ist nach rechtzeitiger Ankündigung und Verfügbarkeit gegen Berechnung möglich.

Sonderkosten aufgrund von veganer Ernährung und Unverträglichkeiten werden nach Anmeldung zubereitet. Hierfür wird für Mittag- und Abendessen jeweils ein Aufpreis berechnet.

Für den Verzehr mitgebrachter Speisen und Getränke in Seminar- und Abendräumen wird eine Servicepauschale berechnet.

Das Übernachten im Pkw (auch Wohnwagen, Wohnmobil) oder Zelt ist auf Anfrage und gegen Berechnung möglich.

Der Kunde hat sich notwendige behördliche Erlaubnisse für eine Veranstaltung rechtzeitig und auf eigene Kosten zu beschaffen. Ihm obliegt die Einhaltung öffentlich-rechtlicher Auflagen und sonstiger Vorschriften. Für die Veranstaltung an Dritte zu zahlende Abgaben, z.B. GEMA-Gebühren, hat er unmittelbar an den Gläubiger zu entrichten.

Die Verwendung der Wort-Bild-Marke (Logo) und sonstigen graphischen Elementen der Einrichtung in Veröffentlichungen bedarf der vorherigen Einwilligung des Denkhaus Loccum e.V.

7. Erfüllungsort und Gerichtsstand

Erfüllungsort der erbrachten Leistungen ist Hormannshausen (Rehburg-Loccum). Bei Streitigkeiten aus dem Vertrag gilt als Gerichtsstand Stolzenau.

Stand 10/2025

Kooperationspartner und Förderer



Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung



Evangelisches
Dorfhelferinnenwerk
Niedersachsen e.V.



EVANGELISCH-
LUTHERISCHE
LANDESKIRCHE
HANNOVERS



Klimaschutzagentur
Mittelweser e.V.



evangelische
heimvolks
hochschule
loccum



NIEDERSÄCHSISCHE
KREBSGESELLSCHAFT E.V.

Wir sind da - für Menschen
in Niedersachsen



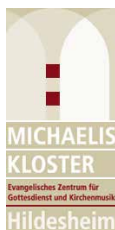
LANDKREIS
NIENBURG / WESER



leben-begegnen.de



Kooperationspartner und Förderer



Impressum

Denkhaus Loccum e.V.

Gaby Straßburg, Direktorin/Geschäftsführerin
Hormannshausen 6-8
31547 Rehburg-Loccum

Tel.: 05766/9609-0
Fax: 05766/9609-44
info@denkhaus-loccum.de
www.denkhaus-loccum.de

Bankverbindung:
DE96 2559 1413 3181 4670 00
GENODEF1BCK

Gestaltung, Layout & Druck:
Druckerei Bernd Schulze GmbH, 31582 Nienburg

Bildnachweis:

Adobe Stock, Denkhaus Loccum, Pixabay, Anna Sehlmeier,
Gerlinde Kapp, Margret Hollmann, Jürgen Drewes, Wallburga Gillgasch,
Silke Schirmer, Susanne Hohaus, Claudia Plath und Nicole Vergin,
Pexels, Steffen Mutschler.



Druckprodukt mit finanziellem

Klimabeitrag

ClimatePartner.com/53403-2510-1006





denkhaus

loccum | natürlich menschlich anders

Hormannshausen 6-8
31547 Rehburg-Loccum

Tel.: 0 57 66 / 96 09 - 0
Fax: 0 57 66 / 96 09 - 44
info@denkhaus-loccum.de
www.denkhaus-loccum.de

