



- Workshop für Paare
- Workshop für Männer
- Ideenwerkstatt
- Netzwerken
- Achtsamkeit
- Ruhepause
- Lebensrad
- Neuerscheinungen auf dem Büchermarkt
- An der Schwelle zum Licht
- Ach, diese Menschen
- Bipolar – na und
- Hochsensibilität
- AD(H)S-Coaching
- Englisch für Fortgeschrittene
- Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
- Digitaler Nachlass
- Lebensgestaltung und Vorbereitung im Alter
- Freiräume schaffen
- Minimalistischer Kleiderschrank
- Tauschring
- Leben trotz Krebs
- Sternenkinder
- Verwaiste Eltern

Workshop für Paare Damit wir uns besser verstehen – als Paar „dieselbe Sprache“ sprechen

Fünf Themenabende für Paare, die mehr dafür tun möchten, einander besser zu verstehen. Die Abende umfassen jeweils einen thematischen Input mit praktischen Impulsen, Erfahrungsaustausch sowie Übungen für zu Hause – für eine verständnisvollere Kommunikation in der Partnerschaft.

Die Themen im Überblick:

- Missverständnisse gehören zum Alltag und sind überwindbar!
- Die fünf (Fremd-) „Sprachen der Liebe“ als Schlüssel zum gegenseitigen Verstehen.
- Partnerschaft ohne Konflikte gibt es nicht, aber „Win-Win-Situationen“ für beide sind möglich!
- Beziehung zwischen Langeweile und Leidenschaft.
- Wertschätzende Erkundung, was sich verändert hat – Blick zurück nach vorn.

4000 dienstags 19.30 Uhr **Beginn:** 16.10.2018
5 x 2 Stunden **Gebühr:** € 40,-
Leitung: Frank Pätzold, Dipl.-Theologe, systemischer Berater

Workshop für Männer „Verstehe einer die Frauen ...“

Kommunikation ist kompliziert – und besonders die zwischen Mann und Frau. Sprechen Männer und Frauen die gleiche Sprache? Fünf Themenabende für Männer geben Antwort darauf, warum Männer anders kommunizieren als Frauen. Die Abende umfassen jeweils einen thematischen Input mit praktischen Impulsen, Erfahrungsaustausch und Übungen für zu Hause für eine verständnisvollere Kommunikation in der Partnerschaft.

Die Themen im Überblick:

- Der Mann als „emotionaler Schnellzug“ und die Auswirkung auf das Beziehungsklima.
- Gemeinsame Themeninteressen jenseits von Sport und Mode.
- Missverständnisse in der Beziehung – Belastung und Bereicherung.
- Die fünf (Fremd-) „Sprachen der Liebe“ und ihre „Dialekte“.
- Damit Konflikte nicht eskalieren müssen...

4001 dienstags 19.30 Uhr **Beginn:** 08.01.2019
5 x 2 Stunden **Gebühr:** € 50,-
Leitung: Frank Pätzold, Dipl.-Theologe, systemischer Berater

Ideenwerkstatt – Von der Idee zur Umsetzung

Wir haben viele Ideen. Manche setzen wir um, andere verwerfen wir. Und dann gibt es auch solche Ideen, denen wir keinen Raum geben, die uns aber nicht loslassen wollen. Denn sie setzen Ausdauer, eine gute Selbsteinschätzung und Planung voraus. Dabei haben wir eine Ahnung davon, dass diese Idee für die eigene Entwicklung von Bedeutung sein kann, weshalb sie uns auch nicht loslässt. Mit Hilfe von Ressourcen-Bildern, Impulsen und einer Strategie-Planung geht es in diesem Workshop darum, der eigenen Idee und Vision Kraft zu geben damit konkrete Schritte zur Realisierung in den Blick kommen.

4002 dienstags 19.30 Uhr **Beginn:** 19.02.2019
4 x 2 Stunden **Gebühr:** € 40,-

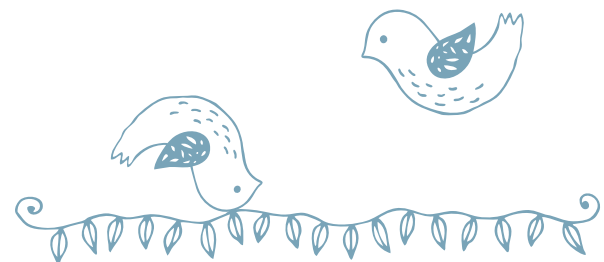
Leitung: Frank Pätzold, Dipl.-Theologe, systemischer Berater
Die Koordinierungsstelle FrauenundWirtschaft@LKCell.de kann die Teilnahmegebühr bezuschussen.

Netzwerken und Kontakte erweitern

Beziehungen sind alles! Das stimmt, nur tun wir uns oft schwer damit, neue Kreise aufzutun, unsere Interessen auf einen Punkt zu bringen und gezielt auf Menschen zuzugehen. Nach dem Motto „Du bist, wen du kennst“ erarbeiten wir gemeinsam neue kreative Wege, um Menschen mit den gleichen Interessen zu finden. Schritt für Schritt kann jeder aus seinen persönlichen Vorlieben sein Anliegen herausfinden und ein starkes Netzwerk aufbauen. Es lohnt sich, seine Komfortzone und die eingetretenen Pfade zu verlassen.

4003 montags 19.00 Uhr **Beginn:** 21.01.2019
3 x 2 Stunden **Gebühr:** € 30,-

Leitung: Catrin Kultz, Kreativunternehmerin
Die Koordinierungsstelle FrauenundWirtschaft@LKCell.de kann die Teilnahmegebühr bezuschussen.



Ideenwerkstatt für Frauen, die über eine berufliche Selbstständigkeit nachdenken

Auf dem Weg in die Selbstständigkeit ergeben sich viele Fragen: Hat meine Geschäftsidee Zukunft? Verfüge ich über die notwendigen Fähigkeiten und Qualifikationen? Wieviel Geld brauche ich für den Start? Diese und viele weitere Fragen begleiten uns in Gedanken bis wir den Mut finden, uns genauer mit einer Geschäftsidee zu befassen. In der Ideenwerkstatt können interessierte Frauen in ihren Überlegungen konkreter werden und sich über wichtige Rahmenbedingungen für einen guten Start in die berufliche Selbstständigkeit informieren.

4004 Samstag 15.00 - 19.00 Uhr **Termin:** 03.11.2018

4005 Samstag 15.00 - 19.00 Uhr **Termin:** 16.02.2019

Leitung: Georgette Bärsch **Gebühr:** € 40,-
Dipl. Ökonomin, Business Coach

In Kooperation mit der Koordinationsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle.

Übungs- und Gesprächsgruppe

Achtsamkeit (nach Thich Nhat Hanh)

Wir wollen gemeinsam über die fünf Achtsamkeitsübungen nach Thich Nhat Hanh meditieren, uns in liebevollem Sprechen und tiefem Zuhören üben und uns über Achtsamkeit im Alltag austauschen.

Vorkenntnisse und eine regelmäßige, eigene Meditationspraxis werden für diese Treffen vorausgesetzt.

Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

4006 mittwochs 18.00 Uhr **Beginn:** 09.01.2019

5 x 1 Stunde **Gebühr:** € 25,-

Leitung: Lena Glodde, Sozialarbeiterin

Übergänge gestalten mit dem Lebensrad

Ob Wiedereinstieg in den Beruf nach der Elternzeit, Ruhestand oder eine (berufliche) Neuorientierung: an bestimmten Punkten seines Lebens macht es Sinn, einmal inne zu halten und sich damit zu beschäftigen, ob die eigenen Vorstellungen und Werte eigentlich noch mit dem übereinstimmen, was wir täglich leben. Die Zeit dafür wollen wir uns einen Tag nehmen und sehen, wie unser Leben aktuell ist, wie wir es uns wünschen würden und was wir tun können, um dorthin zu kommen. Bitte Schreibzeug mitbringen.

4007 Samstag 10.00 - 16.00 Uhr **Termin:** 09.02.2019

Leitung: Lena Glodde, **Gebühr:** € 30,-
Sozialarbeiterin, Coach

Die Koordinierungsstelle FrauenundWirtschaft@LKCelle.de kann die Teilnahmegebühr bezuschussen.

Ruhepause

Innehalten in der Passionszeit mit Gebeten, Musik, Meditation und Austausch – dazu laden wir herzlich ein. An zwei Abenden lernen Sie verschiedene Stilleübungen kennen, die dazu helfen, den Alltag bewusster zu gestalten. Bitte warme Socken und bequeme Kleidung mitbringen.

4008 mittwochs 18.30 - 20.00 Uhr **Beginn:** 27.03.2019

2 x 1 1/2 Stunden **Gebühr:** € 15,-

Leitung: Petra Proell, Pastorin

Neuerscheinungen auf dem Büchermarkt

Ein gutes Buch entführt uns in fremde Welten, gibt Anstoß zum Nachdenken, es bewegt oder kann bewegen. Aus der Fülle des Angebots picken wir einige „Rosinen“ für Sie heraus.

4009 Freitag 10.00 - 11.00 Uhr **Termin:** 02.11.2018

Referentin: Renate Sternkopf, **Gebühr:** € 5,-

Buchhändlerin

Na(c)htod- Begegnungen

An der Schwelle zum Licht

Bilder und Texte mit Austausch.

Die Uhren liefern rückwärts

als sprödes Licht die alten Gärten zerzauste,

die Seele kennt sie nicht, die Zeit.

4010 Montag 19.00 - 21.00 Uhr **Termin:** 20.05.2019

Leitung: Dorothea Stockmar **Gebühr:** € 16,-

Malerin, Referentin f. Kommunikation, Buchautorin

Autorenlesung mit Dorothea Stockmar

„Ach, diese Menschen!“ Ansichten eines Hundes!

(erschienen 2018 in der Dahlemer Verlagsanstalt ISBN 978-3-928832-68-7)

Die Kunst des Lebens besteht in der Freiheit, das tun und sagen zu dürfen, was uns auf der Zunge brennt. Das zu begreifen, sollte ein Mensch erst einmal auf den Hund kommen – also auf mich.

4011 Donnerstag 17.00 - 18.00 Uhr **Termin:** 17.01.2019

Leitung: Dorothea Stockmar **Gebühr:** € 8,-

Malerin, Referentin f. Kommunikation

Bipolar – na und?

„Ich hab's schwarz gesehen,
war von weiß umhüllt...“

Ihr/Sie doch auch?

An diesem Abend möchte ich Euch/Ihnen (und Freunden, Angehörigen, Arbeitskollegen/innen von Betroffenen ...) die Erkrankung „Manisch-Depressiv“ mit all ihren Facetten vorstellen. Mit Hilfe von kreativen Übungen zeige ich Euch/Ihnen, wie umfangreich die Farbpalette der Ressourcen ist.

Vortrag und Übungen

4012 Freitag 18.30 - 21.00 Uhr **Termin:** 08.03.2019
Gebühr: € 15,-
Materialkosten: € 5,-

Kreative Übungen

4013 Samstag 15.00 - 17.30 Uhr **Termin:** 09.03.2019
Leitung: Caroline John,
Sozialarbeiterin, **Gebühr:** € 15,-
Kunsttherapeutin i.A. **Materialkosten:** € 7

Hochsensibilität

Hochsensible Menschen ticken anders. Sie nehmen ihre Umwelt intensiver und vielschichtiger wahr. Sie erkennen Strukturen und übergeordnete Zusammenhänge, die für andere Menschen nicht gleich oder gar nicht sichtbar sind. Das alles sind einzigartige Fähigkeiten und ein Geschenk. Gleichzeitig haben hochsensible Menschen oft das Gefühl, nicht Teil der Gemeinschaft zu sein und/oder fühlen sich unverstanden.

In monatlichen Treffen wollen wir Erfahrungen austauschen, uns zu abgestimmten Themen für den Alltag stärken und mehr über Hochsensibilität erfahren.

Die Themen werden am Anfang des Kurses gemeinsam festgelegt, so dass jedes Treffen jeweils ein Thema mit praktischem Nutzen und eine Zeitspanne zum freien Austausch bekommt.

4014 Termine: mittwochs 19.00 - 21.00 Uhr
15.08.2018 14.11.2018
12.09.2018 05.12.2018
17.10.2018 **Gebühr:** € 40,-

4015 Termine: mittwochs 19.00 - 21.00 Uhr
16.01.2019 24.04.2019
13.02.2019 15.05.2019
20.03.2019 19.06.2019 **Gebühr:** € 48,-
Leitung: Susanne Schreiber-Beckmann

ADHS-Coaching

Der Geist wird reich durch das, was er empfängt. Das Herz durch das, was es gibt (Victor Hugo).

Das Wichtigste bei einer AD(H)S und deren Komorbiditäten sind alltagswirksame Therapien. Den Wahrnehmungs- und Reaktionsstil bei einer AD(H)S zu verstehen, zu akzeptieren, benötigt Lernbereitschaft. Sie erfahren in diesem Seminar, wie Sie mit dieser Herausforderung konstruktiv umgehen können. Ziel dieses Coachings ist es, die Konfliktfähigkeit zu verbessern, einen neuen Kommunikationsstil zu finden und krisenhafte Zuspitzungen vermeiden zu lernen.

4016 Freitag 15.00 - 18.00 Uhr **Termin:** 02.11.2018
Leitung: Christina Brockmann **Gebühr:** € 30,-
AD(H)S-Coach, Meditationsleiterin

Englisch für Fortgeschrittene

Schwerpunkt Konversation und Literatur.

4017 mittwochs 15.30 Uhr (11x) **Beginn:** 05.09.2018
4018 mittwochs 15.30 Uhr (12x) 06.02.2019
jeweils 1 1/2 Stunden **Gebühr:** € 72,- (12x)
Leitung: Helgard Nowotny € 66,- (11x)

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Jeder kann plötzlich und unabhängig vom Alter in eine Situation kommen, in der andere für ihn entscheiden müssen. Damit Ihre Angelegenheiten im Ernstfall so geregelt werden, wie Sie es sich wünschen, sollten Sie Vorsorge treffen. An diesem Abend wird ein Rechtsanwalt und Notar über dieses Thema informieren und Ihre Fragen beantworten.

4019 Mittwoch 19.00 Uhr **Termin:** 24.10.2018
4020 Mittwoch 19.00 Uhr 22.05.2019
Leitung: Thorsten Hartmann **Gebühr:** € 7,-
Rechtsanwalt und Notar

Meine Spuren im Netz oder der „Digitale Nachlass“

Was passiert mit meinen Mailadressen, meiner Homepage oder meinen Online-Aktivitäten, wenn ich keinen Zugriff mehr habe? Habe ich Möglichkeiten, meine Spuren im Netz zu gestalten? Tipps und Strategien.

4021 Mittwoch 18.00 Uhr **Termin:** 07.11.2018
1 x 1 1/2 Stunden **Gebühr:** € 7,-
Leitung: Friedrich Schwanecke, Rechtlicher Betreuer

Veranstaltungsreihe Lebengestaltung und Vorbereitung im Alter

Das Beste zum Schluss ...?!

Über Sterben, Tod, Beerdigung und Umgang mit Trauer. Superintendentin Dr. Andrea Burgk-Lempart und Bestatter Friedhelm Bornemann im Gespräch mit Pastorin Maren Sachau.

4022 Mittwoch 18.00 Uhr **Termin:** 17.10.2018

Ort: Gemeindefaal der Stadtkirche

Mein Wille geschehe

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht mit Arved von Moller, Rechtsanwalt und Notar a.D.

4023 Mittwoch 18.00 Uhr **Termin:** 24.10.2018

Ort: Gemeindehaus Nienhagen, Jahnring 1, 29336 Nienhagen

Kino 8 ½

Film: Das Beste kommt zum Schluss

4024 Montag 19.30 Uhr **Termin:** 05.11.2018

Mein Wille geschehe

Über Testamente und richtiges Vererben mit Arved von Moller, Rechtsanwalt und Notar a.D.

4025 Mittwoch 18.00 Uhr **Termin:** 07.11.2018

Ort: Gemeindehaus Neuenhusen, Kirchstraße 2, 29221 Celle

Bleiben, wo ich will

Über altersgerechte Wohnformen und die Frage der Pflege mit Maik Mengel, Geschäftsführer Diakonie Sudheide gGmbH, Sabine Hantzko, Senioren- und Pflegestützpunkt Celle und Susanne Witt, Architektin.

4026 Mittwoch 18.00 Uhr **Termin:** 14.11.2018

Ort: Gemeindehaus Klein Hehlen, Bonifatiusstrae 13, 29223 Celle

Alle Veranstaltungen gebührenfrei

Weitere Informationen:

Projekt innovative Altenarbeit im Kirchenkreis Celle, Pastorin Maren Sachau, Tel. 0 51 41-30 14 655, maren.sachau@evlka.de.

Und im Fundraisingburo:

Nina Hollung, Tel. 0 51 41-115, nina.hollung@evlka.de.

Eine Veranstaltungsreihe des Ev.-luth. Kirchenkreises Celle

Aussortieren - loslassen - Freiräume schaffen

Marie Kondo hat mit ihrem Bestseller „Magic cleaning“ und der KonMari-Methode die Welt im Sturm erobert. Der Kursus bietet eine Einführung in ihre spezielle Methode des Aussortierens und gegenseitige Unterstützung, die KonMari-Methode zu Hause anzuwenden.

4027 mittwochs 18.00 - 20.00 Uhr **Beginn:** 20.02.2019

2 x 2 Stunden

Gebühr: € 20,-

Leitung: Lena Glodde, Sozialarbeiterin, Coach

Experiment: minimalistischer Kleiderschrank

Kennst du auch das Phänomen einen ganzen Schrank voll nichts anzuziehen zu haben und eigentlich greifst du doch immer wieder zu den gleichen Lieblingsstücken, sobald sie aus der Wäsche kommen? Wir wollen das Experiment starten, vier Monate lang mit nur 44 Kleidungsstücken auszukommen (es gibt einige Ausnahmen, keine Sorge) und uns der Frage widmen: Wie viel Kleidung brauchen wir eigentlich wirklich?

4028 mittwochs 18.00 - 20.00 Uhr **Termine:** 15.05.2019

2 x 2 Stunden

und 12.06.2019

Leitung: Lena Glodde,

Gebühr: € 20,-

Sozialarbeiterin, Coach

Tauschring Celle

Im Tauschring finden sich Menschen zusammen, die unentgeltlich Güter und Arbeitsleistungen austauschen wollen. Die Treffen dienen dem Kennenlernen und der Information für Interessierte.

4029 freitags um 18.00 Uhr und mittwochs um 19.30 Uhr

Termine:

Mittwoch	29.08.2018	Freitag	15.02.2019
Mittwoch	26.09.2018	Mittwoch	13.03.2019
Freitag	26.10.2018	Freitag	05.04.2019
Mittwoch	21.11.2018	Mittwoch	08.05.2019
Freitag	14.12.2018	Freitag	07.06.2019
Mittwoch	16.01.2019		

Organisation: Cornelia Dolleremann-Nölting,
M.A. Politikwissenschaft

gebührenfrei

Selbsthilfegruppe „Leben trotz Krebs“

Wir sind von Krebs betroffene Frauen, Männer und deren Angehörige. Die Krankheit hat unser Leben verändert. Sie hat Fragen und Probleme aufgeworfen, die wir oft nicht allein bewältigen können. Wir spüren, dass auch unsere Familie und Freunde manchmal überfordert sind. Miteinander erfahren wir, dass die Gemeinschaft der Gruppe uns hilft und trägt.

Sie sind eingeladen, uns kennenzulernen.

4030 montags 14.30 Uhr (14täglich) gebührenfrei
Ansprechpartnerin: Elke Blazy (Tel. 05144-2662)

Selbsthilfegruppe Sternenkinder

Die Selbsthilfegruppe „Sternenkinder“ ist ein Gesprächskreis für Mütter und Väter, deren Kind vor, während oder kurz nach der Geburt gestorben ist. Ähnliche Gefühle und Erfahrungen in dieser besonderen Trauersituation ermöglichen es uns, einander das Verständnis entgegenzubringen, das viele von uns im viel zu schnell einkehrenden Alltag vermissen. Unsere regelmäßigen, fortlaufenden Treffen bieten einen geschützten Rahmen, in dem jeder dazu ermutigt wird, über sein Kind und die mit dem Verlust verbundene Trauer zu sprechen und sie vielleicht auch zu verarbeiten. Betroffene sind zu unseren Treffen jederzeit herzlich willkommen, wir bitten aus organisatorischen Gründen vor dem ersten Besuch um eine kurze telefonische Anmeldung unter Tel. 05145-1553.

4031 Termine: mittwochs 19.45 Uhr

05.09.2018	16.01.2019	08.05.2019
17.10.2018	13.02.2019	05.06.2019
14.11.2018	06.03.2019	03.07.2019
05.12.2018	03.04.2019	gebührenfrei

Begleitung: Cornelia Knoop, Sandra Silkenat

Verwaiste Eltern

Eine Gruppe für Verwaiste Eltern besteht z.Zt. nicht. Wenn Sie ein Kind verloren haben, wenden Sie sich an Pastor Mirco Kühne unter: 0174-8182437 oder 05143-6320.

