



Musische Werkwoche

Mit allen Sinnen leben und glauben

27. - 31. 8. 2022

Come together



A1

SCHREIBWERKSTATT Ich und die anderen

Familie, Beruf, Freunde, Gemeinde, Verein, Nachbarschaft, Supermarkt, Theater, ...

Überall kommst du mit anderen Menschen zusammen. Du genießt viele Begegnungen, nur manche strengen dich an. Überall bist du anders. Anders als die anderen. Was macht dich aus? Was ist das Besondere an dir? Und wie begegnest du anderen? In diesem Kurs bist du zum Schreiben eingeladen, zum Schreiben über Begegnungen mit anderen, aber auch mit dir selbst und mit deinem Gott.

Es gibt kleine und größere Impulse, die dich in kürzere und längere Schreibzeiten einladen und immer auch eine Möglichkeit, entstandene Texte mit der Gruppe zu teilen – egal, ob sie fertig sind oder noch nicht.

Cordula Vogt, Taunusstein
Grundschullehrerin



A2

NEUE TANZWEGE GEHEN Kontaktlos in Schwung

Ob in Folklore, Pop oder Meditationstanz - wir finden neue Wege, miteinander in Schwung zu kommen.

Auch ohne Körperkontakt können vielfältige Bewegungsgestaltungen in Reihen oder um eine gestaltete Mitte zum Gemeinschaftserlebnis werden.

Wir wollen Schritt für Schritt auf neuen Wegen Unbekanntem und Vertrautem begegnen.

Christiane Drescher, Mainz
Tanzpädagogin



A3

DA KANNST DU WAS ERLEBEN Spiritualität und Erlebnispädagogik

Biblische Geschichten sind Lebensgeschichten. Geschichten vom Leben, für das Leben. Aber manchmal scheinen sie uns fremd.

Mit Hilfe von Wahrnehmungsübungen, Kooperations- und Problemlösungsaufgaben, die uns herausfordern können, wollen wir bei diesem Kurs erfahren, dass biblische Geschichten von damals zur persönlichen Geschichte heute werden können.

Regina Weleda, Wiesbaden
Religionslehrerin und Sozialpädagogin

A4



SYMBOLWERKSTATT

zwischen Auferstehung und Phönix aus der Asche

Wandlung, Transformation, Übergang...

Es gibt viele Begriffe und Bilder bei uns und in den unterschiedlichen Kulturen.

Wir gehen auf Spurensuche nach unseren Erfahrungen und Bildern für Auferstehung und die Zeit davor.

Gestaltend blicken wir auf das Leben, den Tod und was danach kommt.

Bringt mit, was ihr habt und euch dazu einfällt, wir freuen uns!
Andreas & Mikel

Andreas Kaufer-Moreth, Hanau
Gemeindereferent

Mikel Hogan, Hamm
Ergotherapeut

A5



EINFACH SINGEN

Singen für die Seele

Einfach singen – das haben viele sehr vermisst in den vergangenen beiden Jahren.

Zum miteinander Singen seid ihr eingeladen – einfache Lieder, bei denen es nicht darauf ankommt „richtig“ zu singen, sondern entspannt und neugierig zu sein.

Wir singen spirituelle Lieder und kraftvolle Chants aus verschiedenen Kulturen - Lieder, die berühren und ermutigen. Wir singen ohne Noten und ohne Vorkenntnisse. Ihr könnt beim gemeinsamen Singen Lebensfreude und Verbundenheit erfahren.

Claudia Hespig, Mainz-Bischofsheim
Pastoralreferentin und Klinikseelsorgerin im Bistum Mainz.
Seit vielen Jahren leite ich Singgruppen. Ich bin Singleiterin bei „Singende Krankenhäuser e.v.“

B1



MALWERKSTATT

Faszination Farbe

Farben, vor allem die der Natur, sind bunte Lichtblicke für Auge und Seele. Das achtsame Schauen und Entdecken von Farben löst Emotionen in uns aus, die nach einem kreativen Ausdruck suchen.

Der Mal-Kurs lädt ein, die faszinierende Vielfalt der Farben zu entdecken:

Hinschauen und Farben wahrnehmen. Farbtöne analysieren und systematisch mischen. Farbklänge harmonisch kombinieren. Mit neuen Farben/Maltechniken experimentieren. Frei malen und kreativ gestalten...

Die Malwerkstatt kombiniert diesmal also interessante Elemente angewandter Farbenlehre mit der beliebten Farben & Material-Vielfalt des Ateliers von Mrs.Orange ;-)
Wie immer: Materialkosten ca.10 €

Es ist gut, eine Handy-Kamera für fotografische Entdeckungsreisen dabei zu haben. Und: Bitte Malkleidung nicht vergessen – es wird bunt!

Gaby Stegmann, Münster
Religionspädagogin und Malerin

B2

DIDGERIDOO

Klänge, die Leib und Seele berühren

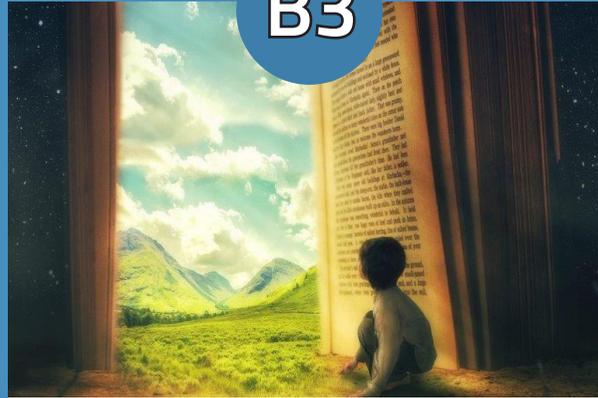
Das Didgeridoo der Aborigines begeistert Menschen weltweit durch Einfachheit und Facettenreichtum: Ein bleibender Grundton wird umspielt durch Obertöne und Klangmodulationen.

Didgeridoo spielen heißt den eigenen Körper und die eigene Stimme entdecken. Vor allem aber ist es beruhigend und heilend. Teils wird das Didgeridoo in der Musiktherapie eingesetzt und die Stärkung der Zungenmuskulatur kann bei Schlafapnoe helfen.

Im Kurs werden wir mit einfachen Mitteln eigene Instrumente bauen und uns einen Einblick in die Grundtechniken verschaffen. Wer Grundkenntnisse mitbringt, kann auch darauf aufbauen. Damit legen wir eine Grundlage, um selbst kreativ zu werden und den Klanghorizont des Didgeridoos zu erkunden.

Je nach Entwicklung der Gruppe machen wir auch einen Einstieg ins zirkuläre Atmen. Wer ein eigenes Instrument hat, kann es gerne mitbringen.

Michael Franz, Wiesbaden
Student

B3

ERZÄHL MIR WAS

Sinn-Geschichten frei erzählen

Jede Religion kennt mutmachende und sinnstiftende Geschichten. Frei erzählt entfalten sie eine besondere Anziehungskraft. Allerdings scheuen sich viele, Geschichten frei zu erzählen. Dabei ist das gar nicht so schwierig.

Wenige Regeln und ein bisschen Übung – und schon werden die Erzählungen lebendig. Einfache Übungen und Tipps führen mitten hinein in das Erzählen.

An ausgewählten Bibelgeschichten, Geschichten der Chassidim und anderer religiöser Traditionen, werden einige Erzählregeln deutlich und jede*r erhält die Möglichkeit, sein* ihr eigenes Erzähltalent zu entdecken.

Mitzubringen sind: Mund und Ohren, Freude an Geschichten und Lust, sich auszuprobieren.

Herbert Adam, Dirmstein

Religionspädagoge, Lied-Finder, Geschichten-Erzähler

B4

TANZ UND SPIRITUALITÄT

Let's come together right now...

...in sweet harmony, so ist der Refrain eines Liedes von Beloved aus den Neunzigern und er ruft auf, in Harmony zusammen zu kommen, um die Welt zu verändern.

Besonders in den letzten zwei Jahren waren wir aufgerufen, kreativ zu werden, um in irgendeiner Weise zusammenzukommen. Jedes Mal, wenn dies möglich gemacht werden konnte, habe ich mich gefreut.

In diesem Kurs möchten wir im Tanzen zusammenkommen, zusammen SEIN: Nicht nur miteinander, sondern auch in der eigenen Reflektion mit uns selbst. Vielleicht haben wir gerade Zeiten erlebt, in denen wir viel zu oft mit uns selbst konfrontiert wurden und häufig haben funktionieren müssen.

In diesem Kurs möchte ich einladen, dies zu bewegen und in Harmonie zu bringen: Hierbei möchte ich gerne Raum geben – zum Erforschen, sich zu bewegen, zu malen und vielleicht auch zu schreiben.

Zeit wird gegeben, um innezuhalten und achtsam für sich und somit auch für andere zu werden. Vielleicht zurückzuschauen, um vorausschauen zu können und sich bewusstwerden, dass Gott uns in allen Lebenslagen mit seinen liebevollen Blicken sieht. Alle dürfen sie selbst sein und sich nach den eigenen Möglichkeiten und Bedürfnissen bewegen.

In diesem Workshop werden wir keine Darbietung für den bunten Abend entwickeln. Bequeme Kleidung ist erforderlich. Für Interessierte mit und ohne Bewegungserfahrung

Inge Stöckel, Hanau
Gemeindereferentin und Zusatzausbildung in Tanzpädagogik

B5

KLANG-OASE

Vom Zauberklang des Augenblicks

In herausfordernden Zeiten ist es gut und wichtig, sich selbst immer wieder kleine Auszeiten zu nehmen. So können Körper, Geist und Seele miteinander in Einklang kommen.

Wir wollen mit zauberhaften Klängen (Harfe, Klangschalen, Elfenklangkugel, Koshi, Meerestrommel, Sansula...) in unsere eigene Mitte kommen.

Dabei helfen uns einfache, sanfte Yogaübungen, Entspannungsreisen, Atem- und Achtsamkeitsübungen und kreative Aufgaben. Das innere Kind darf neugierig werden, loslassen und genießen.

Viele dieser Übungen kannst du auch in deiner Arbeit mit Menschen unterschiedlicher Altersgruppen anwenden. Es sind keine Vorerfahrungen notwendig.

Bitte bringe dir eine Yogamatte, Handtuch/Decke/ Socken?/ Lieblingkuschelkissen mit.

Tina Pfeiffer, Wiesbaden
Religionspädagogin und Zusatzausbildung in Klangpädagogik

C1

CHOR

Eine Welt - Lieder und mehr

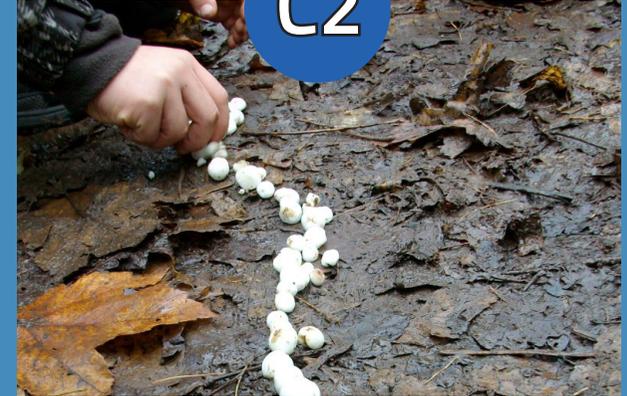
Miteinander singen macht Spaß und verbindet. Aber auch das, was wir singen, die Sprach- und Klangbilder bewegen uns im Herzen und rühren uns mit ihren Botschaften an. Lieder und Musik sind oft wie ein Spiegel der Welt und haben dabei eine gesellschaftsprägende Wirkung.

„Die Eine Welt“ und „Nachhaltigkeit“ sind wichtige Themen, die vor allem die jungen Menschen von „Fridays for future“ ins Bewusstsein gerückt haben und die für die Zukunft dieser Welt entscheidend sind.

Schwerpunkte dieses Workshops werden Lieder zu diesen Themen sein. Neben bekannten Gospels und Neuen Geistlichen Liedern kommen Lieder aus dem neuen Nachhaltigkeitsoratorium EINE WELT von Thomas Gabriel zum Einsatz.

Mitzubringen sind: Freude am Singen und Bereitschaft, sich auf Neues einzulassen.

Thomas Gabriel, Seligenstadt
Komponist und Musikmanager

C2

LANDART

Alte Wege neu entdecken

LandArt ist eine bereits seit Jahrzehnten etablierte Kunstrichtung. LandArt-Künstler*innen gestalten IHRE Werke mit bloßen Händen aus allem, was die Natur hergibt.

Es ist eine Möglichkeit, mit Abstand eine Kunst zu erfahren, die mich mit der Natur verbindet, spielend gestalten lässt und mich neue Erfahrungen lehrt.

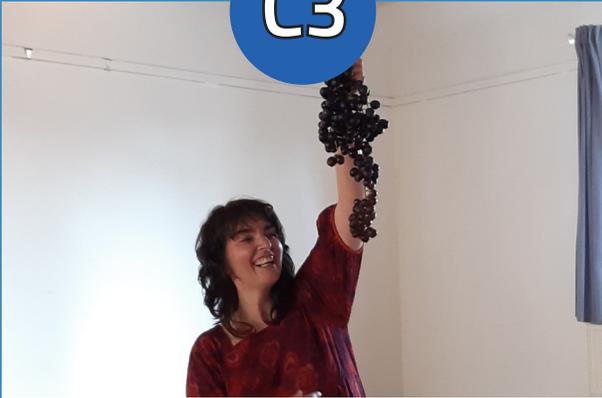
Was sehe ich, was fühle ich? Wie verändert sich der Ort, wie verändere ich mich?

Mitzubringen sind bequeme, wetterfeste Kleidung und ein Einlassen auf die Natur.

Andreas Kaufer-Moreth, Hanau
Gemeindereferent

Mikel Hogan, Hamm
Ergotherapeut

C3



TANZTHEATER

Come together right now....

...so beginnt ein Song von Aerosmith, der zum „Grooven“ einlädt. Ich möchte sehr gerne diesen „Groove“ aufgreifen, um mit verschiedenen Übungen und Methoden ins Tanzen und ins Theaterspielen zu kommen.

Methodisch gehe ich gerne auf die Gruppe des Kurses ein: In meinem Repertoire sind verschiedene Bewegungsübungen, des Explorierens, Vorgehensweisen des Malens und Gestaltens u.w.m.

Durch die verschiedenen Übungen kann die von mir ausgesuchte Musik tragen. Hierbei können Szenen entstehen, die vielleicht einen selbst genauso wie die Zuschauer berühren und inspirieren können.

So kann unser „Groove“ vielleicht auch andere ins „Grooven“ bringen, denn es kann eine Darbietung für den bunten Abend entstehen, die wir zeigen können.

Bringt bitte für die Darbietung am bunten Abend schwarze Kleidung mit.

Bequeme Kleidung ist für diesen Workshop erforderlich. Für Interessierte mit und ohne Bewegungserfahrungen.

Inge Stöckel,
Gemeindereferentin und Zusatzausbildung in Tanzpädagogik

C4



HOLLYWOOD IN NAUROD

Dein eigener Film mit dem iPad

In 4 kreativen Sessions entdecken wir, wie aus Foto-, Video- und Audioaufnahmen professionelle Filme werden.

Mit verschiedenen Übungen lernen wir die Grundlagen von Apps wie Clips und iMovie kennen. Dabei arbeiten wir mit Fotos, Videos, Text, Tonaufnahmen und Musik und probieren Effekte wie Zeitraffer und Slowmotion aus.

Am Ende produziert jeder ein Abschlussprojekt zu einem selbst gewählten Thema.

Bringe gerne dein eigenes iPad mit. Du kannst aber gerne auch eines vor Ort ausleihen.

Tina Pfeiffer, Wiesbaden
Religionspädagogin und Zusatzausbildung in Klangpädagogik
Computerschule Compikids

C5



GLÜCK IN SCHACHTELN

Aufgehoben und neu besehen

Die kleine Kunst der Assemblage: In Streichholz-Schachteln und Zigaretten-Kistchen, in alten Back-Kastenformen, verwaissten Schublädchen, in Puppenstübenschränken oder alten Besteckkästchen: Wir komponieren kleine Räume, schaffen Platz für winzige Schätze, geben Fundstückchen einen würdigen Auftritt, arrangieren Übersehenes und machen es so zum Hingucker.

So entstehen zauberhafte Welten und geheimnisvolle Kammern: Collagen in 3D.

Ob der einzelne Knopf aus Omas Zeiten zur Krone oder zum hellsten Stern am Firmament in der Schatulle wird? Ob wir abstrakt Schichten schichten oder transparente Zauberszenen in unsere Kästen hineinräumen. Ob wir das Meeresrauschen des Sommerglücks in einer Box erinnern oder einfach ein winziges Stückchen Schönheit schaffen wollen - alles geht. Streichholzschachtelwinzig oder reisekoffergroß.

Kistchen, Kästchen, Schachteln und Schatullen -mit oder ohne Deckel bitte gerne mitbringen. Ebenso Fundstücke, von alten Wäscheknöpfen über Steine, Muscheln und verrosteten Flügelschrauben -alles kann ein neues Gesicht bekommen, wenn wir es in unerwartete Zusammenhänge stellen. Also bringt mit, was euer Auge berührt. Ebenso Papiernes, Textiles oder Holzernes. Fetzen, Abgerissenes und Aufgehobenes. Fast alles kann eine Geschichte erzählen.

Eine gewisse Feinmotorik ist für diesen Kurs, falls ihr sehr kleine Kammern füllen wollt, durchaus hilfreich. Auch gerne eine Pinzette oder ähnliches mitbringen- sie kann weiterhelfen.

Lisa Kötter, Münster, freischaffende Künstlerin
www.strohzugoldlisa.blogspot.de