

Programm

Montag, 4. September 2023

- 14:30 Uhr Anreise, Kaffee und Kuchen
- 15:00 Uhr **TreibGUT | Ein Anfang**
- 18:00 Uhr Abendessen
- 19:00 Uhr **Workshops 1 – 3**

Dienstag, 5. September 2023

- 8:15 Uhr Frühstück
- 9:00 Uhr Fortsetzung **Workshops 1 – 3**
- 12:00 Uhr Mittagessen
- 14:30 Uhr Kaffee und Kuchen
- 15:00 Uhr Fortsetzung **Workshops 1 – 3**
- 17:45 Uhr Kurzplenum
Abschluss Workshops 1 – 3
- 18:00 Uhr Abendessen
- 19:30 Uhr **Spiel, Spaß ...&... Banane
Ein Spieleabend**

Mittwoch, 6. September 2023

- 8:15 Uhr Frühstück
- 10:00 Uhr **Ein Weg in die Mitte –
ge(h)meinsam durchs Labyrinth**
mit Manuela Karmann
- Spaziergang rund um
Werdenfels mit NEUEM
Blickwinkel** mit Renate Möllmann
- Freiraum für mich**

- 12:00 Uhr Mittagessen
- 13:30 Uhr **Workshops 4 – 6**
- 15:00 Uhr Kaffee und Kuchen
- 15:30 Uhr Fortsetzung **Workshops 4 – 6**
- 18:00 Uhr Abendessen
- 19:30 Uhr Fortsetzung **Workshops 4 – 6**

Donnerstag, 7. September 2023

- 8:15 Uhr Frühstück
- 9:00 Uhr Fortsetzung **Workshops 4 – 6**
- 11:00 Uhr **TreibGUT | Zum Abschluss**
- 12:00 Uhr Mittagessen und Abreise

Organisatorisches

Teilnahmebeitrag: 260 Euro

**Pension: 220 Euro EZ mit Dusche
200 Euro EZ mit Etagedusche**
jeweils incl. Verpflegung.

Anmeldung bis 6. August 2023 (mit Angabe der Workshops) im Haus Werdenfels unter:

www.haus-werdenfels.de oder
anmeldung@haus-werdenfels.de

Die Werkwoche Biografiearbeit ist eine Kooperationsveranstaltung von LebensMutig – Gesellschaft für Biografiearbeit e.V. und dem Haus Werdenfels in Nittendorf

Organisation & Leitung:
Elisabeth Paukner, Stellvertretende Leitung Haus Werdenfels,
Susanne Hölzl & Gesine Hirtler-Rieger,
Lehrtrainerinnen für Biografiearbeit nach LebensMutig

Anmelde- und Geschäftsbedingungen

Bei einer Absage nach dem 13. August erheben wir eine Ausfallgebühr in Höhe der Kursgebühr. Leistungen, die während der Werkwoche nicht in Anspruch genommen werden, können nicht erstattet werden.



Anfahrtsplan

Mit dem Auto erreichen Sie Haus Werdenfels am besten über die Autobahn Regensburg-Nürnberg. Bei der Ausfahrt Nittendorf (Etterzhausen-Hemau-Undorf) rechts ab Richtung Hemau, nach einigen Metern links abzweigen Richtung Undorf. Nun den Hinweisschildern „Haus Werdenfels“ folgen. Durch Undorf hindurch; beim Netto-Markt links ab Richtung Eichhofen; dort nach einer Brücke rechts fahren. Unsere Bahnstation ist Undorf. Fußweg von dort nach Werdenfels ca. 2 km. Wir holen die Gäste vom Bahnhof ab

Haus Werdenfels

Waldweg 15, 93152 Nittendorf
Telefon 0049 (0)9404 9502-0
anmeldung@haus-werdenfels.de
www.haus-werdenfels.de



HAUS WERDENFELS

Stille · Meditation · Begegnung · Exerzitien



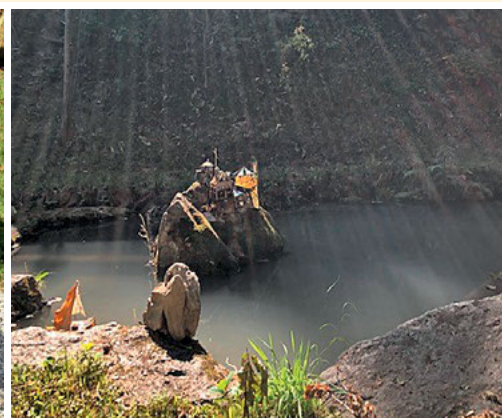
TreibGUT

Bruchstücke finden –
einsammeln – sortieren

4. – 7. September 2023

16. Werkwoche Biografiearbeit

Kreativ sein,
nachdenken,
arbeiten mit Lebens-
Geschichten



**Bildungsurlaub in Haus Werdenfels
Die Schätze des Sommers sichten
Den Herbst willkommen heißen**

Wir begeben uns auf Spurensuche nach dem Treibgut des Lebens. Wir ergründen mit der Kamera und dem Stift in der Hand Licht und Schatten oder arbeiten mit Stoffen. Wir überprüfen unsere Werte und gewinnen neue Perspektiven auf unser Dasein.

Überraschungen warten überall auf uns: Biografische Gespräche mit Menschen. Austausch über vielfältige Lebenswege und über Ideen für den beruflichen Alltag. Kontakte knüpfen, lachen, plaudern, Gemeinschaft feiern.

Zur Halbzeit erkunden wir die Umgebung und tauchen in das Labyrinth ein.

Sie entscheiden sich bei der Anmeldung für zwei der sechs Workshops und bekommen Input für Ihre Arbeit, für Ihr Unternehmen, für Ihr Privatleben.

Im Exerzitien- und Bildungshaus der Diözese Regensburg Haus Werdenfels im Labertal heißen wir Sie herzlich willkommen.

Elisabeth Paukner, Susanne Hölzl und Gesine Hirtler-Rieger

**Workshop 1:
Das Flickwerk des Lebens
Biografiearbeit mit Stoff und Faden**

Wäre unser Leben ein Stück Stoff, wie würde es aussehen? Stabil und robust oder fadenscheinig, ausgefranst? Seidig leuchtend oder grau und rau? Vermutlich ein wenig von allem.

Dieser Workshop lädt ein zum biografischen Erinnern und achtsamen Gestalten mit Stoffen, Garnen und Wolle. Vielleicht sieht der Stoff Ihres Lebens ganz anders aus als Sie dachten? Flickwerk, das sich zu einem einmaligen Ganzen fügt.

Vorkenntnisse brauchen Sie nicht, aber Freude am Arbeiten mit Ihren Händen. Material wird zur Verfügung gestellt. Gerne können Sie auch eigene Stoff- und Wollreste mitbringen.



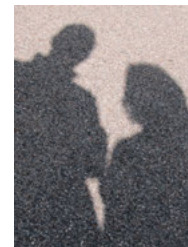
Leitung: **Waltraud Eulenstein**
Kaufbeuren | Trainerin für Biografiearbeit nach LebensMutig e.V. | Textile Gestalterin

**Workshop 2:
Schattenseiten und Lichtblicke
Durch die Linse betrachtet
in Worte gefasst**

Wo viel Licht ist, ist auch Schatten.

Schatten sind manchmal hart, manchmal weich. Mitunter ist alles grau in grau. Ein Lichtschimmer. Bin ich selbst im Licht, ist ein Schatten hinter mir oder davor. Es ist ein Spiel mit den Blickwinkeln. Durch die Linse betrachtet geht's ums Sehen und Wahrnehmen und abdrücken. Fotos werden entstehen.

In Worte gefasst sammeln wir diese Schattengefühle und Lichtblicke und machen Texte daraus. Texte, die erhellen, beleuchten, Unsichtbares sichtbar machen. Schwarz auf weiß oder bunt.



Leitung: **Susanne Hölzl** | Göming Schreibfrau | www.zuendhoelzl.at
Georg Schraml | Pförring | Bildmann www.meditative-fotografie.de

**Workshop 3:
Zwischen Freiheit und Solidarität
Welche Demokratie darf's denn sein?**

Worum geht's in der Demokratie? Was geht's mich eigentlich an? Welche Werte sind mir für das gesellschaftliche Zusammenleben wichtig und wie hängt das mit meinen biografischen Erfahrungen zusammen?

Wie gehen wir mit Spannungsfeldern zwischen unterschiedlichen Werten um? Ich und die Anderen – Individuelle Freiheit und gemeinsame Solidarität – wie geht das zusammen? Der Workshop bietet die Möglichkeit, „Demokratie als Lebensform“ mit interaktiven Übungen und Gesprächen neu kennen zu lernen und biografisch zu verorten – und nicht zuletzt Biografiearbeit zu „politisieren“.



Leitung: **Florian Wenzel MA**
Halfing | Selbstständiger Trainer www.peripharia.de

**Workshop 4: Gescheiter(t)?
Fehlerfreundlich leben lernen**

Alle Tassen im Schrank zu haben – ist das ein Lebensziel? Der Sprung in der Schüssel: Eröffnet er nicht ganz neue Perspektiven?

Ob selbst eingebrockt oder vom Schicksal zugemutet: Wir haben zu leben mit Verlusten. Mit Fehlern. Mit Misslingen. Aus Schaden wird man klug, sagt der Volksmund. Im Workshop schauen wir ein wenig genauer hin: Ob und wann uns Scheitern wirklich gescheiter macht. Was es mit dem Prinzip der Fehlerfreundlichkeit auf sich hat. Und wo es uns in der eigenen Biografie(arbeit) weiterhilft.



Leitung: **Konrad Habberger**
Hauzenberg | Theologe | Journalist | Erwachsenenbildner und Trainer für Biografiearbeit
konrad.habberger@lebensmutig.de

**Workshop 5: Schreib' Dich in Dein Leben
Worte finden –Sinn stiften**

Was der Tag uns vor die Füße spült, das bleibt oft unbeachtet. Das Schreiben eines Logbuchs beleuchtet die vielfältigen Momente und hilft, das (Un)mögliche zu benennen.

Wir machen unser Leben zum Thema und entdecken die große Bandbreite der Logbuch-Methoden: Perspektivwechsel, Sprung in den Tag, magische Helfer. Wir schicken Lebenszeichen und Alltagsutopien via Flaschenpost in die Welt und genießen das schöpferische Date mit uns selbst. Neben stimmungsvollen Texten entstehen poetische Miniaturen, kleine Collagen und inspirierende Ziele über den Tag hinaus.



Leitung: **Gesine Hirtler-Rieger**
Vilshofen | Germanistin
Lehrtrainerin für Biografiearbeit
www.schreibwerkstatt-passau.de

**Workshop 6: Überraschungen bergen
Lebensschätze wieder entdecken**

Das Leben ist voller unerwarteter Momente, in denen es sich immer lohnt, den Fokus auf die (kleinen) Geschenke, die in diesen Momenten versteckt sind, zu richten.

Im Workshop sammeln wir auf unterschiedliche und kreative Art und mit Einsatz unserer fünf Sinne die schönen, bunten Nachrichten des Lebens. Gerade in Zeiten, in denen wir das Gefühl haben, es ist „5 vor 12“, ist es bereichernd, das Positive zu entdecken und die Botschaft hinter der Botschaft zu entschlüsseln.

Um es mit den Worten von Wilhelm Busch auszudrücken „Stets findet Überraschung statt, da, wo man's nicht erwartet hat.“



Leitung: **Sylvie Dellemann**
Fulda | Sozialpädagogin B.A. | Lehrtrainerin für Biografiearbeit
Kordinatorin im Familienrat | Systemisch spirituelle Coachin
www.OmaLotti.de

