



Bildungszentrum Konstanz

September 2025 bis Februar 2026

Μένε
περίεργος

Was haben eine WG und eine Genossenschaftsbank gemeinsam?



Zum
Video!



Eine ganze Menge.
Warum unsere genossen-
schaftliche Idee moderner
ist denn je, erklärt uns
WG-Bewohnerin Toni in
unserem Film.

Volksbank
Konstanz



Inhaltsübersicht

Terminübersicht	4	
Vorwort	7	
Konstanz und Umgebung	8	
Kreativität	12	
Natur und Naturwissenschaft.....	16	
Allgemeinbildung/Kleine Akademien	18	
Partnerschaft, Familie und Erziehung	24	
Sprachen	28	
Kunst und Kultur	30	
Geschichte und Politik	36	
Gesundheit	40	
Reisen	48	
Akademie der älteren Generation.....	54	
In eigener Sache.....	56	
Ansprechpartner.....	58	
Hier finden Sie uns	59	

Die folgenden Angebote sind freibleibend. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

Terminübersicht

September

16.09. BioEnergetische KörperErfahrung, Kurs	40
18.09. Freies Tanzen	12
19.09. Pflanzenexkursion, Naturspaziergang	17
20.09. Kunstgeschichte, Vortrag mit Gespräch	30
22.09. Qigong speziell für Senioren, Kurs	41
22.09. Qigong, Kurs	42
23.09. Tänze aus Israel	13
23.09. Völkische Landnahme – eine rechte Gefahr Vortrag	20
25.09. Faszination Jakobsweg, Vortrag	32
26.09. Pflanzenexkursion/Naturspaziergang	17
30.09. Was ist Propaganda?, Vortrag	20
30.09. Beginn, Literatur-Frühstück	35
30.09. Kraftort Reichenau, Eine geomantische Führung	8

Oktober

01.10. Beginn Literatur-Café	34
06.10. Die unbekannte Altstadt von Stadelhofen, Führung	9
06.10. Altgriechisch – Anfängerkurs	28
07.10. Als Europa die Welt beherrschte, Vortrag	18
07.10. Mozarts Don Giovanni ..., Vortrag	20
08.10. Yoga, Meditation und Entspannung, Kurs	44
10.10. Die Universität von Konstanz, Führung	10
10.10. Pflanzenexkursion/Naturspaziergang	17
11.10. Qigong, Workshop	43
14.10. Angelika Kauffmann und Marie Ellenrieder, Vortrag	18
14.10. Visionen einer gerechteren Gesellschaft, Vortrag	20
16.10. Freies Tanzen	12
16.10. Bob Dylan – Leben und Werk, Vortrag	32
17.10. Pflanzenexkursion/Naturspaziergang	17
18.10. Kunstgeschichte, Vortrag mit Gespräch	30
21.10. „A schöne Leich“ - die Wiener und der Tod, Vortrag	18
21.10. Lebensgeschichten aus der Fam. Habsburg, Vortrag	20

November

04.11. Das Entstehen unserer Welt, Vortrag	18
04.11. Die junge Donau, Vortrag	20
06.11. Freies Tanzen	12
07.11. Marburger Konzentrationstraining, Klasse 4, Kurs	24
11.11. Tänze aus Israel	13
11.11. Ethel Smyth, Vortrag	18
11.11. Ethel Smyth, Vortrag	20
13.11. Leben und Werk von Astrid Lindgren	32
17.11. True Crime in Konstanz, Führung	11
18.11. Die „Hausmannisierung“ von Paris Vortrag	18
18.11. „Mit Dante durch Italien“ Vortrag	20

Terminübersicht

22.11. Kunstgeschichte, Vortrag mit Gespräch	31
24.11. Die Reformation, Online-Vortrag	37
25.11. Mozarts Don Giovanni ..., Vortrag	19
25.11. Hector Berlioz - Symphonie fantastique, Vortrag	21
28.11. Mutig gegen rechte Sprüche	38

Dezember

01.12. Der Bauernkrieg, Online-Vortrag	37
01.12. Qigong speziell für Senioren, Kurs	41
01.12. Qigong, Kurs	42
02.12. Konflikt – Israel und den Palästina, Vortrag	19
02.12. Maler Franz Xaver Winterhalter, Vortrag	21
03.12. Vorweihnachts- „Stress ade“, Yoga-Workshop	46
04.12. Freies Tanzen	12
04.12. Geschichte des Antisemitismus, Vortrag	39
05.12. Abschied, Tod und Trauer, Gesprächsrunde	22
06.12. Tanzend das Weihnachtsfest erwarten	14
07.12. Tanzend das Weihnachtsfest erwarten	14
09.12. Die Aktualität der Bertha von Suttner, Vortrag	19
09.12. Thomas Müntzer, Vortrag	21
10.12. Vorweihnachts- „Stress ade“, Yoga-Workshop	46
11.12. Sagen und Legenden des Bodensees	32
13.12. Kunstgeschichte, Vortrag mit Gespräch	31
16.12. Weihnachtslieder, Vortrag	19
17.12. Vorweihnachts- „Stress ade“, Yoga-Workshop	46

Januar

13.01. Tänze aus Israel	13
13.01. Skurrile Schönheitstrends der (Kunst-)Geschichte	19
13.01. Max Beckmann - Leben und Werk, Vortrag	21
15.01. Freies Tanzen	12
15.01. Der Klimawandel, Vortrag	16
16.01. Marburger Konzentrationstraining, Klasse 3, Kurs	27
17.01. Mitmachtänze zum Jahresanfang	15
17.01. Kunstgeschichte, Vortrag mit Gespräch	31
20.01. Garcia Lorca - andalusischer Dichter, Vortrag	19
20.01. Geschichte des Atheismus, Vortrag	21
23.01. Grenzen der Toleranz, Gesprächsrunde	22
27.01. Marlene Dietrich und Leni Riefenstahl, Vortrag	19
27.01. Politische Ikonografie der Briefmarke, Vortrag	21

Februar

03.02. Louise Farrenc – Komponistin, Vortrag	19
03.02. Louise Farrenc – Komponistin, Vortrag	21
07.02. Kunstgeschichte, Vortrag mit Gespräch	31
19.02. Freies Tanzen	12



Die Einrichtung ist durch die SQ Cert GmbH zertifiziert nach Qualitätsentwicklung im Verbund von Bildungseinrichtungen, Stufe B. Zertifikat Nr. 1232-2025-15

Dieses Siegel zeigt an, dass ein Prozessmanagement in Anlehnung an die DIN EN ISO 9001 wirksam angewendet wird.



Wir sind anerkannte Bildungseinrichtung nach dem Bildungszeitgesetz und führen ausgewählte Maßnahmen als Bildungszeit-Angebote durch.

Die Initiative „fair.nah.logisch“ wurde 2016 durch den Diözesanrat und Erzbischof Stephan Burger ins Leben gerufen und hat das Ziel, dass möglichst viele Einrichtungen, Seelsorgeeinheiten, Verbände und Gruppen in der Erzdiözese Freiburg durch bewusste Kaufentscheidungen einen Beitrag zu Umweltschutz und fairen Arbeitsbedingungen leisten. Wir machen mit!



Liebe Leser,



Wir freuen uns sehr, Ihnen unser neues Programm für das kommende Wintersemester vorzustellen.

Wir haben wieder ein breit gefächertes Angebot für Sie, das Ihre Neugierde und Ihren Wissensdurst stillt. Sie suchen Unterstützungsangebote für Eltern und Kinder? Sie sind interessiert an Politik, Geschichte oder Philosophie? Sie begeistern sich für Kunst oder Bewegung? Sie wollen in angenehmer

Atmosphäre bei einem Frühstück oder Kaffee und Kuchen sich über Literatur oder Kunst unterhalten? Dann sind Sie bei uns richtig.

Ich bedanke mich bei allen, die geholfen haben, dieses Programm Realität werden zu lassen, insbesondere meinen Mitarbeiterinnen, allen Dozenten sowie den Kooperationspartnern.

Freiheit entsteht durch Bildung, durch das Verstehen der Welt

In diesem Sinne hoffen wir, dass Sie neugierig bleiben und uns besuchen werden..

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'Ulrich Büttner'. The script is fluid and cursive.

Mit besten Grüßen,
Ulrich Büttner

Mitten in der Altstadt von Konstanz bieten wir in unseren historischen Räumlichkeiten Bildungsveranstaltungen mit einem vielfältigen Themenspektrum an. Besuchen Sie uns und lassen Sie sich vom Charme der Geschichte dieses Ortes und der Moderne des Bildungszentrums Konstanz einfangen.

Gehen Sie durch die rote Holztür zwischen der Buchhandlung Homburger & Hepp und dem Theater Konstanz.

Kraftort Reichenau,

St. Georg/Oberzell

Eine geomantische Führung

Die Kirche St. Georg ist berühmt für ihren über tausend Jahre alten Bildzyklus mit acht Wandbildern zu den Wundern Christi. Das kleine Museum vor Ort zeigt diesen Zyklus originalgetreu. Vor der Kirche erklärt die Referentin in einer geomantischen Führung, warum die Ortsqualität St. Georg zu etwas ganz Besonderem macht.

Auf der Hochwart erschließt sich, warum genau diese Bildmotive gewählt wurden und was die Georgslegende mit der Platzierung der Kirche genau an diesem Ort zu tun hat.

Erleben und entdecken Sie einen neuen Blick auf eine der berühmtesten Kirchen in unserer Region.

Eine Innenbesichtigung kann zuvor in Eigenregie erfolgen.

Referentin: Dr. Monika Fander

Theologin und Geomantin

Freitag, 30. September, 14.30 bis 15.30 Uhr

Treffpunkt: Museum St. Georg, Parkplatz Oberzell

Insel Reichenau

Gebühr: 10,00 Euro

Anmeldung ist erforderlich bis 28. September.

Stadelhofen

Entdecken Sie die unbekannte Altstadt von Stadelhofen

Führung

Stadelhofen gehört zur Konstanzer Altstadt und ist doch recht unbekannt. Zwischen Schnetztor und Schweizer Grenze gelegen, begegnen einem hier auf Schritt und Tritt Geschichte und Geschichten aus über 1000 Jahren.

Neugierig geworden?

Dann erkunden Sie am besten gemeinsam mit Nadine Büttner die unbekannte Altstadt von Konstanz und erfahren mehr über Stadtmauern, Siechenhäuser, die Liebesstraße und Vieles mehr ...

Referentin: Nadine Büttner
Stadtführerin und Dozentin für
Erwachsenenbildung

Montag, 06. Oktober
17.00 bis 18.30 Uhr
Treffpunkt: Am Schnetztor
Gebühr: 7,00 Euro

Anmeldung ist erforderlich bis
02. Oktober.





Blick hinter die Kulissen:

Die Universität von Konstanz

Führung

Die Universität Konstanz wurde in den 1960 Jahren als sog. Reformuniversität gegründet. Als Campus-Uni vereint sie auf ihrem Gelände alle Fachbereiche und Studiengänge in einem architektonisch atemberaubenden Gebäude.

Wenn Sie schon immer mal mehr über die Universität Konstanz erfahren und einen Blick hinter die Kulissen wagen wollten, sind Sie hier genau richtig.

Ulrich Büttner führt durch seine Alma Mater, zeigt faszinierende Orte und erklärt die architektonische Einzigartigkeit dieser Hochschule. Das Ganze wird eingebettet in Geschichten und Anekdoten rund um die Uni.

Referent: Ulrich Büttner

Historiker und Leiter des Bildungszentrums

Freitag, 10. Oktober, 15.00 Uhr

Treffpunkt: Am linken Haupteingang der Universität neben der Bushaltestelle

Gebühr: 7,00 Euro

Anmeldung ist erforderlich bis 07. Oktober.

True Crime in Konstanz –

Dem Verbrechen auf der Spur

Führung

Willkommen zu unserer ganz besonderen Tour durch 600 Jahre Verbrechensgeschichte in Konstanz – vom Spätmittelalter bis in das 20. Jahrhundert. Begleiten Sie Elisabeth Neumann, die Miss Marple vom Bodensee, auf ihrer Zeitreise durch die halbseidene Welt und die dunklen Seiten von Konstanz. Dabei erfahren Sie Einiges über Anschläge auf Bordelle, Giftmorde, lebendig Eingemauerte und Vieles mehr.

Seien Sie gespannt und gehen Sie auf Spurensuche ...

Referentin: Nadine Büttner

Stadtführerin und Dozentin in der Erwachsenenbildung

Montag, 17. November, 17.00 bis 18.30 Uhr

Treffpunkt: Vor dem Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr: 7,00 Euro

Anmeldung ist erforderlich bis 13. November.



Lust auf freies Tanzen?

Lust auf schöne Entspannung?

Ich möchte Sie herzlich einladen, Lebensfreude und Entspannung zu tanken.

Schon viele Jahre lade ich Menschen zum freien Tanzen ein. Jeder tanzt wie er mag und kann, alleine oder auch mit einem Partner.

Ich spiele verschiedene Musikstile: Pop, Schlager, Swing, Rock'n Roll und instrumentale Stücke. Es gibt keine Vorgaben meinerseits, jeder tanzt nach seinem eigenen Rhythmus und Tempo, Pausen zwischendurch entscheidet jeder für sich.

Nach 1 Stunde freiem Tanzen entspanne ich Sie mit autogenem Training. Das passt wunderbar, gerade im Anschluss an das Tanzen.

Nachdem Sie sich mal mehr, mal weniger beim freien Tanzen verausgabt haben, gibt es da etwas herrlicheres als in eine tiefe, wohlthuende Entspannung zu sinken, die sich in Ihrem ganzen Körper ausbreitet?

Tanzen ist Träumen *mit den Beinen!*

Jeder ist willkommen! Einstieg ist jederzeit möglich!
Jeder Termin ist einzeln buchbar.

Referentin: Andrea Oehri

Wirtschaftsassistentin und kreative Lebensgestaltung

18.09. | 16.10. | 06.11. | 04.12. | 15.01. | 19.02.

jeweils donnerstags, 17.15 bis 19.00 Uhr

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr: 6,50 Euro pro Person und Termin

Anmeldung ist nicht erforderlich.

Tänze aus Israel

Kurse

Sie erleben die Vielfalt israelischer Kreistänze mit ihren abwechslungsreichen Choreographien und Melodien von ruhigen bis zu schnellen, sportlichen Tänzen.

Auch wer noch keine Erfahrung mit israelischen Tänzen hat, kann zu Beginn jedes Kurses starten, jedoch ist etwas Tanzerfahrung sowie gutes Rhythmusgefühl hilfreich.

Alle Tänze werden ausführlich erklärt und angeleitet. Ein Tanzpartner ist nicht erforderlich. Einstieg ist zu Beginn jedes Kurses möglich.

Bitte mitbringen: Bequeme Tanzkleidung, abriebfreie Tanz- oder Turnschuhe

Referentinnen:

Bernhild Hagemeister

Elisabeth Schlipf

Ria Siebenrok

Tanzleiterinnen für israelischen Tanz

Kurs 1

23.09. | 30.09. | 07.10. | 14.10. | 21.10.

Kurs 2

11.11. | 18.11. | 25.11. | 02.12. | 09.12.

Kurs 3

13.01. | 20.01. | 27.01. | 03.02. | 10.02.

jeweils dienstags, 18.00 bis 19.15 Uhr

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr: 30,00 Euro pro Kurs

Anmeldung ist erforderlich bis 18. September | 06. November
12. Januar.



Tanzend das Weihnachtsfest erwarten

Im Advent stellt sich die Sehnsucht nach Geborgenheit und Begegnung verstärkt ein. Mit Kreistänzen zu internationalen Weihnachtsliedern wollen wir uns auf das herannahende Weihnachtsfest einstellen. In ruhiger, gemütlicher Atmosphäre werden unsere Schritte von harmonischen, wiegenden Rhythmen begleitet.

Die Kreistänze können nach einer kurzen Anleitung auch ohne Vorkenntnisse sofort mitgetanzt werden. Ein Partner ist nicht erforderlich. In der Pause hören wir einen besinnlichen Text und stärken uns mit heißem Früchtepunsch.

Referentin:

Bernhild Hagemeister

Tanzpädagogin

Samstag, 06. Dezember und

Sonntag, 07. Dezember

jeweils 16.00 bis 18.00 Uhr

Bildungszentrum-

Münsterplatz 11

Gebühr: 8,00 Euro pro Termin

Beide Termine haben den gleichen Inhalt. Die Termine können einzeln gebucht werden.

Anmeldung ist erforderlich bis 04. Dezember.





Mitmach- tänze

zum Jahresanfang

Ein Nachmittag für alle, die ohne Streben nach Perfektion und aus reiner Freude am gemeinsamen Tanzen das neue Jahr begrüßen möchten. Nach kurzer Anleitung tanzen wir einfache Kreistänze und Mixer.

Ein Partner ist nicht erforderlich.

Referentin:
Bernhild Hagemeister
Tanzpädagogin

Samstag, 17. Januar
16.00 bis 18.00 Uhr
Bildungszentrum-
Münsterplatz 11
Gebühr: 8,00 Euro

Anmeldung ist erforderlich bis
14. Januar.

Der Klimawandel -

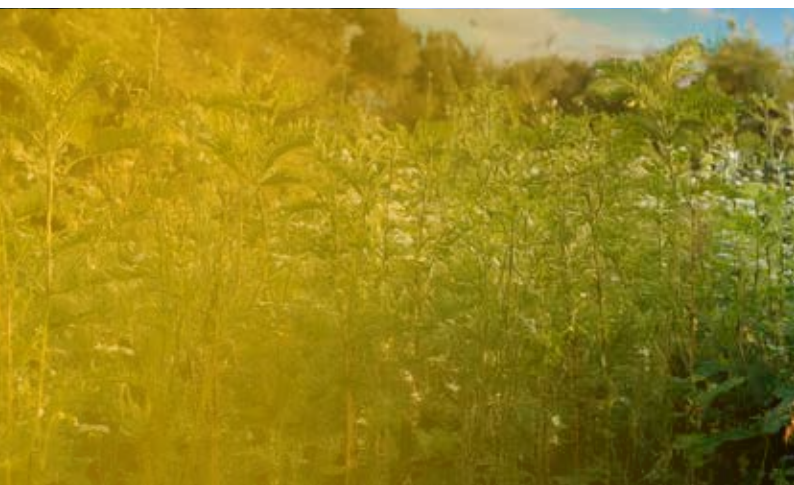
Ursachen, Folgen, Fragen an unsere Zukunft

Vortrag

Das Jahr 2024 war das erste Jahr, in dem unser Planet eine im Jahresdurchschnitt um 1,6 Grad Celsius gegenüber dem vorindustriellen Niveau erhöhte Temperatur in der Erdatmosphäre aufwies. Der Klimawandel nimmt also Fahrt auf, und damit auch alle Auswirkungen, die er auf die Biosphäre unseres Planeten hat.

Der Vortrag erläutert die Ursachen und Folgen des Klimawandels und stellt die besorgte Frage nach der Zukunft der Menschheit angesichts dieser raschen Veränderung unser aller Lebensgrundlagen.

Im Anschluss an den etwa 60-minütigen Vortrag bleibt Zeit für Fragen, Kommentare und einen offenen Austausch.



Referent: Hans-Peter Büttner

Dipl. Sozialpädagoge, Lehrkraft in der Erwachsenenbildung,
Schulsozialarbeiter

Donnerstag, 15. Januar, 19.30 bis 21.00 Uhr

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr: 7,00 Euro

Anmeldung ist nicht erforderlich.

Heimische Pflanzen mit Wirkung in Medizin und Küche

Pflanzenexkursion/Naturspaziergang barrierefrei auch für Rollstuhlfahrer geeignet

Einheimische Pflanzen mit großer Wirkung. Sie werden überrascht sein, welche Pflanzen bei uns am Wegesrand und auf der Wiese wachsen. Sie erfahren welche Pflanzen man kulinarisch in der Küche verwerten kann und welche Pflanzen medizinische Heilwirkung haben.

Hustentee aus Schafgarbe, Labkraut zur Käseherstellung oder Schmerzmittel aus Mädesüß und Weide. Spannender Naturspaziergang durch den Hockgraben.

Wir bewegen uns auf befestigten Wegen ideal für Rollstuhlfahrer, Kinderwagen und geheingeschränkte Menschen.



Referent: Andreas Friedel

Diplom-Ingenieur Landschaftsarchitektur

19.09. | 26.09. | 10.10. | 17.10.

jeweils freitags, 14.30 Uhr

Treffpunkt: Bushaltestelle Tannenhof

Gebühr: 12,00 Euro pro Person/pro Termin

Anmeldung ist erforderlich bis 17.09. | 24.09. | 08.10. | 15.10.

Die „Kleine Akademie“

ist als ganzjährige Vortragreihe zu einem beliebten Treffpunkt für Menschen geworden, die mehr wissen wollen. Erfahrene Referenten führen aus verschiedenen Perspektiven in immer wieder neue Schwerpunktthemen ein.

Wenn Sie die „Kleine Akademie“ kennen lernen wollen, dann besteht die Möglichkeit, als Gast auch einzelne Vorträge zu besuchen. Die Vorträge dauern ca. 1,5 Stunden.

Kleine Akademie am Dienstag Nachmittag

Kursbegleiterin: Christine Postius

Telefon: 07531 66462

07. Oktober

**Als Europa die Welt beherrschte – das Zeitalter des
Kolonialismus**

Ulrich Büttner

14. Oktober

**Angelika Kauffmann und Marie Ellenrieder - Leben und
Werk zweier süddeutscher Malerinnen mit Weltruhm**

Ines Stadie

21. Oktober

„A schöne Leich“ - die Wiener und der Tod

Nadine Büttner

04. November

**Das Entstehen unserer Welt – das Ende des Kolonialismus
nach 1945**

Ulrich Büttner

11. November

**Ethel Smyth – Komponistin und streitbare Kämpferin für
das Frauenwahlrecht**

Cristina Haigis

18. November

**Die „Hausmannisierung“ von Paris – Entstehung eines
urbanen Modells**

Prof. Dr. Dieter Schott

25. November

Mozarts Don Giovanni und seine Vorläufer – zur Kulturgeschichte eines Verführers

Hans Kellner

02. Dezember

Eine kurze Geschichte des Konflikts zwischen Israel und den Palästinensern - Ursachen, Verlauf, verpasste Chancen

Hans-Peter Büttner

09. Dezember

„Die Waffen nieder“ - die Aktualität der Bertha von Suttner

Jörg Seyfried

16. Dezember

Weihnachtslieder

Stephan Glunk

13. Januar

Skurrile Schönheitstrends der (Kunst-)Geschichte

Ines Stadie

20. Januar

Garcia Lorca - andalusischer Dichter von Liebe und Tod

Hans Kellner

27. Januar

Marlene Dietrich und Leni Riefenstahl - zwei Künstlerinnen im Zeichen des Hakenkreuzes

Nadine Büttner

03. Februar

Louise Farrenc – als Komponistin und Musikwissenschaftlerin eine Außenseiterin in der Männerwelt

Cristina Haigis

jeweils dienstags, 16.00 bis 17.30 Uhr

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr für den Einzelvortrag: 7,00 Euro

Anmeldung ist nicht erforderlich.

Kleine Akademie am Dienstag Abend

Kursbegleiterin: Paula Trepulka, Telefon: 07531 33470

23. September

Völkische Landnahme – eine rechte Gefahr

Ulrich Büttner

30. September

Was ist Propaganda? – Beispiele und Gefahren

Ulrich Büttner

07. Oktober

**Mozarts Don Giovanni u. seine Vorläufer –
zur Kulturgeschichte eines Verführers**

Hans Kellner

14. Oktober

**Visionen einer gerechteren Gesellschaft –
Leben und Gedanken von Simone Weil**

Jörg Seyfried

21. Oktober

Tu felix austria –

Lebensgeschichten aus der Familie Habsburg

Ines Stadie

04. November

Die junge Donau –

Natur und Kultur am Beginn des großen Stroms

Monika Küble

11. November

**Ethel Smyth - Komponistin, Schriftstellerin und streitbare
Kämpferin für das Frauenwahlrecht**

Cristina Haigis

18. November

„Mit Dante durch Italien“

Ein literarischer Reiseführer

Monika Küble



25. November
Hector Berlioz -
Symphonie fan-
tastique
Wolfgang
Wernert

02. Dezember
Im Auftrag
Ihrer Majestät
Leben und
Werk des Malers
Franz Xaver Win-
terhalter
Ines Stadie

09. Dezember
Thomas Müntzer – ein sozialistischer Christ?
Vortrag anlässlich des 500. Todestages
Jörg Seyfried

13. Januar
Max Beckmann - Leben und Werk
Ines Stadie

20. Januar
Geschichte des Atheismus von der Antike bis in die
Gegenwart
Jörg Seyfried

27. Januar
Politische Ikonografie der Briefmarke
Prof. Gottfried Gabriel

03. Februar
Louise Farrenc - als Komponistin und Musikwissenschaftle-
rin eine Außenseiterin in der Männerwelt
Cristina Haigis

jeweils dienstags, 18.30 bis 20.00 Uhr
Bildungszentrum-Münsterplatz 11
Gebühr für den Einzelvortrag: 7,00 Euro

Über Gott und die Welt –

**eine gemütliche Gesprächsrunde bei
Kerzenschimmer**

Wir laden Sie herzlich zu einem neuen Format zu uns ins Bildungszentrum ein: In stimmungsvoller Atmosphäre mit Tee und Kerzenschimmer diskutieren wir Themen, die die Menschen bewegen.

Zu Beginn wird es jeweils einen Impulsvortrag von ca. 20 Minuten geben. Daran schließt sich ein Gespräch in wertschätzender Atmosphäre an, in dem wir uns zuhören, austauschen und vielleicht auch gegenseitig inspirieren. Seien Sie neugierig und kommen Sie zu unseren Gesprächen über Gott und die Welt.

Referent: Ulrich Büttner

Historiker und Leiter des Bildungszentrums

05. Dezember

**Abschied, Tod und Trauer – Umgang mit
Verlust**

23. Januar

**Grenzen der Toleranz – Herausforderung
einer modernen Gesellschaft**

jeweils freitags, 18.00 bis 19.30 Uhr

Bildungszentrum, Münsterplatz 11

Gebühr: 7,00 Euro pro Termin

Anmeldung ist erforderlich bis 03. Dezember
bzw. 21. Januar.





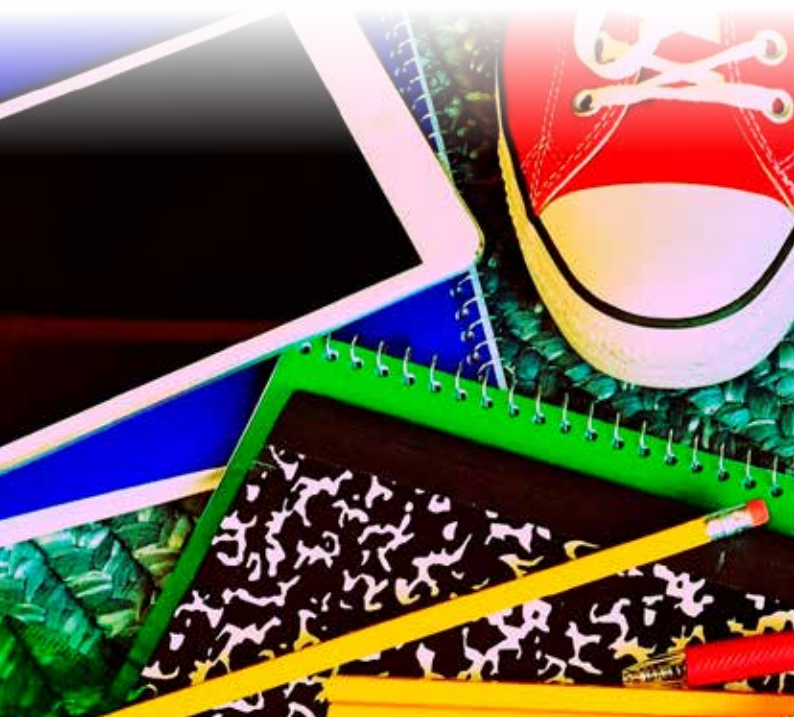
Marburger Konzentrationstraining (MKT)

für Viertklässler

Fit für die weiterführende Schule

Das Marburger Konzentrationstraining nach Krowatschek richtet sich an Kinder, die in der Schule und auch bei den Hausaufgaben leicht ablenkbar sind. Die Kinder trainieren an sechs Nachmittagen 60 Minuten in kleinen Gruppen zu jeweils sechs Kindern. Im Konzentrationstraining lernen impulsiv arbeitende Kinder, sich zu bremsen und zu kontrollieren, trödelige Kinder lernen, Schritt für Schritt weiterzuarbeiten.

Folgende Bereiche werden trainiert: Arbeitsstil, Selbstbewusstsein, Arbeitshaltung, Entspannung und Motivation. Das MTK ist wissenschaftlich evaluiert.



Es findet am Ende des Kurses ein ausführliches Elternabschlussgespräch statt und Sie erhalten eine schriftliche Elterninformation zu Beginn des Kurses.

Teilnehmer: 6 Kinder pro Kurs

Referentin: Karin Beume

Gesundheitspädagogin, AD(H)S Trainerin und lizenzierte Konzentrationstrainerin nach Krowatschek, Lerntherapeutin, Elterntrainerin

Kurs 1

14.30 bis 15.40 Uhr

Kurs 2

15.50 bis 17.00 Uhr

jeweils freitags

07.11. | 14.11. | 21.11. | 28.11. | 05.12. | 12.12.

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr: 130,00 Euro pro Kind

(inklusive einer Mappe mit Arbeitsmaterialien)

Anmeldung ist erforderlich bis 03. November.





Marburger Konzentrationstraining (MKT) Für Drittklässler

Konzentriert geht's wie geschmiert Selbstbewusst in den Schulalltag

Das Marburger Konzentrationstraining nach Krowatscheck richtet sich an Kinder, die in der Schule und auch bei den Hausaufgaben leicht ablenkbar sind. Kinder, die nicht bei der Sache sind, schweifen mit ihren Gedanken leicht ab und wissen oft nicht, was sie machen sollen. Mangelnde Konzentration, träumen, trödeln oder Flüchtigkeitsfehler bringen oft Kritik mit sich, wodurch das Selbstwertgefühl der Kinder oft leidet.

Die Kinder trainieren an 6 Nachmittagen in kleinen Gruppen mit maximal 6 Kindern sich zu konzentrieren, Flüchtigkeitsfehler zu vermeiden und Techniken zu erlernen, so dass die Konzentration geschult und gefördert wird. Impulsiv arbeitende Kinder lernen sich zu bremsen und zu kontrollieren, trödelige Kinder lernen Schritt für Schritt weiterzuarbeiten und sich selber zu motivieren. Folgende Bereiche werden trainiert: Arbeitsstil, Selbstbewusstsein, Entspannung, Anspannung und Motivation. Zusätzlich erhalten die Eltern wertvolle Informationen und Tipps wie sie ihr Kind unterstützen können.

Sie erhalten eine schriftliche Elterninformation zu Beginn des Kurses. Am Ende des Kurses findet mit den Eltern ein zusätzliches individuelles Einzel-Abschlussgespräch statt.

Teilnehmer: 6 Kinder pro Kurs

Referentin: Karin Beume

Gesundheitspädagogin, Lehrtherapeutin, AD(H)S Trainerin, Mediatorin,

Kurs 1

14.30 bis 15.40 Uhr

Kurs 2

15.50 bis 17.00 Uhr

jeweils freitags

16.01. | 23.01. | 30.01. | 06.02. | 27.02. | 06.03.

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr: 130,00 Euro pro Kind

(inkl. einer Mappe mit Arbeitsmaterialien)

Anmeldung ist erforderlich bis 12. Januar.

Altgriechisch – Anfängerkurs

Bis heute faszinieren die Werke der altgriechischen Autoren, beispielsweise Platon, Homer, Sophokles, Sappho oder Aristoteles. Dieser Kurs bietet die Möglichkeit, die altgriechische Sprache von Grund auf zu erlernen. Im Unterricht wird zunächst auf die Schrift eingegangen, danach geht es weiter mit Besonderheiten wie Akzente und Aussprache. Die Lektionen bieten jeweils kleine Grammatikeinheiten, die vor allem in den Lektionstexten und den Übungen zur Lektion gut eingeübt werden können. Ab und zu runden kleinere Originalsätze den Kurs ab.

Referentin: Elke Franke

Studium von Altgriechisch, Philosophie und Klassisch Arabisch an der Universität Konstanz, 1998 Promotion (Dr. phil.), nach der Promotion Forschungsaufenthalt am Max-Planck-Institut für Wissenschaftsgeschichte in Berlin

**06.10. | 20.10. | 03.11. | 10.11. | 17.11. | 24.11. | 01.12.
08.12. | 15.12.**

jeweils montags, 18.00 bis 19.45 Uhr

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr: 90,00 Euro

Anmeldung ist erforderlich bis 02. Oktober.

Ἀρχαῖα Ἑλληνικὰ μαθεῖν

Kunstgeschichte *am Samstagvormittag*

Vorträge mit Gespräch

Architektur, Malerei und Skulptur, Stil, Material, Ikonographie und vieles mehr - die Kunstgeschichte bietet ein vielfältiges Feld, sich mit Kunstwerken zu beschäftigen. Woran erkennt man eine bestimmte Epoche? Wie wurde ein bestimmtes Thema über die Zeiten dargestellt und welche Bedeutung hatte es? Welche Geschichten stecken hinter Themen, Objekten und Kunstströmungen?

In entspannter Atmosphäre tauchen wir bei einer Tasse Tee und frischen Brezeln in die Kunstgeschichte ein und entdecken zu jedem Termin einen Aspekt der Kunstgeschichte.

20. September

Alles sauber?! - Kleine Geschichte der Hygiene

18. Oktober

Tu felix austria - Lebensgeschichten aus der Familie Habsburg



22. November

Veuve Clicquot und die Geschichte des Champagners

13. Dezember

Skurrile Schönheitstrends der (Kunst-)Geschichte

17. Januar

Verflucht?! - Mysteriöses und Legenden aus der (Kunst-)Geschichte

07. Februar

Der Fluch des Pharaos? - Tutenchamun, sein geheimnisvolles Grabdenkmal und der britische Lord

Referentin: Ines Stadie

Kunsthistorikerin, M.A.

jeweils samstags, 10.30 bis 12.00 Uhr

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr: 9,00 Euro pro Termin (inkl. Brezel und Heißgetränk)

Die Termine können einzeln gebucht werden.

Anmeldung ist erforderlich bis 17. September | 16. Oktober

20. November | 11. Dezember | 15. Januar | 05. Februar



Aufsuchende **Seniorenarbeit** als Bildungsprojekt

Vortragsreihe

Im Rahmen des Bildungskonzepts „Aufsuchende Seniorenarbeit“ bietet das Bildungszentrum Konstanz in Kooperation mit dem Haus Zoffingen eine neue Vortragsreihe an.

Hier werden Themen besprochen, die die Menschen und die Welt bewegen und interessieren.

Seien Sie gespannt und erleben Sie fesselnde Vorträge im Haus Zoffingen.

25. September

Faszination Jakobsweg

Markus Seeger

16. Oktober

**Bob Dylan – Leben und Werk des
Literaturnobelpreisträgers**

Hans-Peter Büttner

13. November

**„Ich mach mir die Welt wie sie mir gefällt“
Leben und Werk von Astrid Lindgren**

Ines Stadie

11. Dezember

Sagen und Legenden des Bodensees

Nadine Büttner

jeweils donnerstags, 15.45 bis 16.45 Uhr

Haus Zoffingen, Klostersgasse 6, 78462 Konstanz

Gebühr: 7,00 Euro für Externe.

Für die Bewohner von Haus Zoffingen ohne Gebühr.

Anmeldung ist nicht erforderlich.

Diese Vortragsreihe wendet sich sowohl an die Bewohner als auch an Externe.



Literatur-Café

Literarische Zeitreise nach Venedig

von der Gegenwart zurück zu Goethes „Italienischer Reise“ und Shakespeares „Kaufmann von Venedig“ (Merchant of Venice)

Mit Kuchen, Kaffee und Tee treten wir einmal im Monat eine literarische Zeitreise nach Venedig an. Wir beginnen mit Werken aus der Gegenwartsliteratur und kommen am Ende im Venedig der Renaissance an. Sie haben jeweils genügend Zeit, die vorgeschlagenen Werke zu lesen und sich auf ein interessantes Literaturgespräch vorzubereiten.

01. Oktober

Cees Nooteboom: Venedig, Der Löwe, die Stadt und das Wasser

22. Oktober

Lea Singer: La Fenice

12. November

Hanns-Josef Ortheil: Im Licht der Lagune

03. Dezember

Hermann Hesse: Lagunenzauber, Aufzeichnungen aus Venedig und Casanovas Bekehrung

14. Januar

Johann Wolfgang Goethe: Italienische Reise, Erster Teil, Venedig

11. Februar

William Shakespeare: The Merchant of Venice/Der Kaufmann von Venedig, Englisch / Deutsch

Referentin: Irene Wiegmann-Kellner

Germanistin, Schulleiterin i.R.

jeweils mittwochs, 16.15 bis 17.45 Uhr

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr: 60,00 Euro für den gesamten Kurs
(inkl. Kaffee und Kuchen)

Einzeltermine sind nicht buchbar.

Anmeldung ist erforderlich bis 29. September.

Literatur-Frühstück

Literarische Zeitreise nach Venedig

von der Gegenwart zurück zu Goethes „Italienischer Reise“ und Shakespeares „Kaufmann von Venedig“ (Merchant of Venice)

Zu Butterbrezeln, Brötchen, Kaffee und Tee begeben wir uns einmal im Monat auf eine literarische Zeitreise nach Venedig. Beginnend mit Werken aus der Gegenwartsliteratur kommen wir am Ende im Venedig der Renaissance an. Sie haben jeweils genügend Zeit, die vorgeschlagenen Werke zu lesen und sich auf ein interessantes Literaturgespräch vorzubereiten.

30. September

Cees Nooteboom: Venedig, Der Löwe, die Stadt und das Wasser

21. Oktober

Lea Singer: La Fenice

11. November

Hanns-Josef Ortheil: Im Licht der Lagune

02. Dezember

Hermann Hesse: Lagunenzauber, Aufzeichnungen aus Venedig und Casanovas Bekehrung

13. Januar

Johann Wolfgang Goethe: Italienische Reise, Erster Teil, Venedig

10. Februar

William Shakespeare: The Merchant of Venice / Der Kaufmann von Venedig, Englisch / Deutsch

Referentin: Irene Wiegmann-Kellner

Germanistin, Schulleiterin i.R.

jeweils dienstags, 10.15 bis 11.45 Uhr

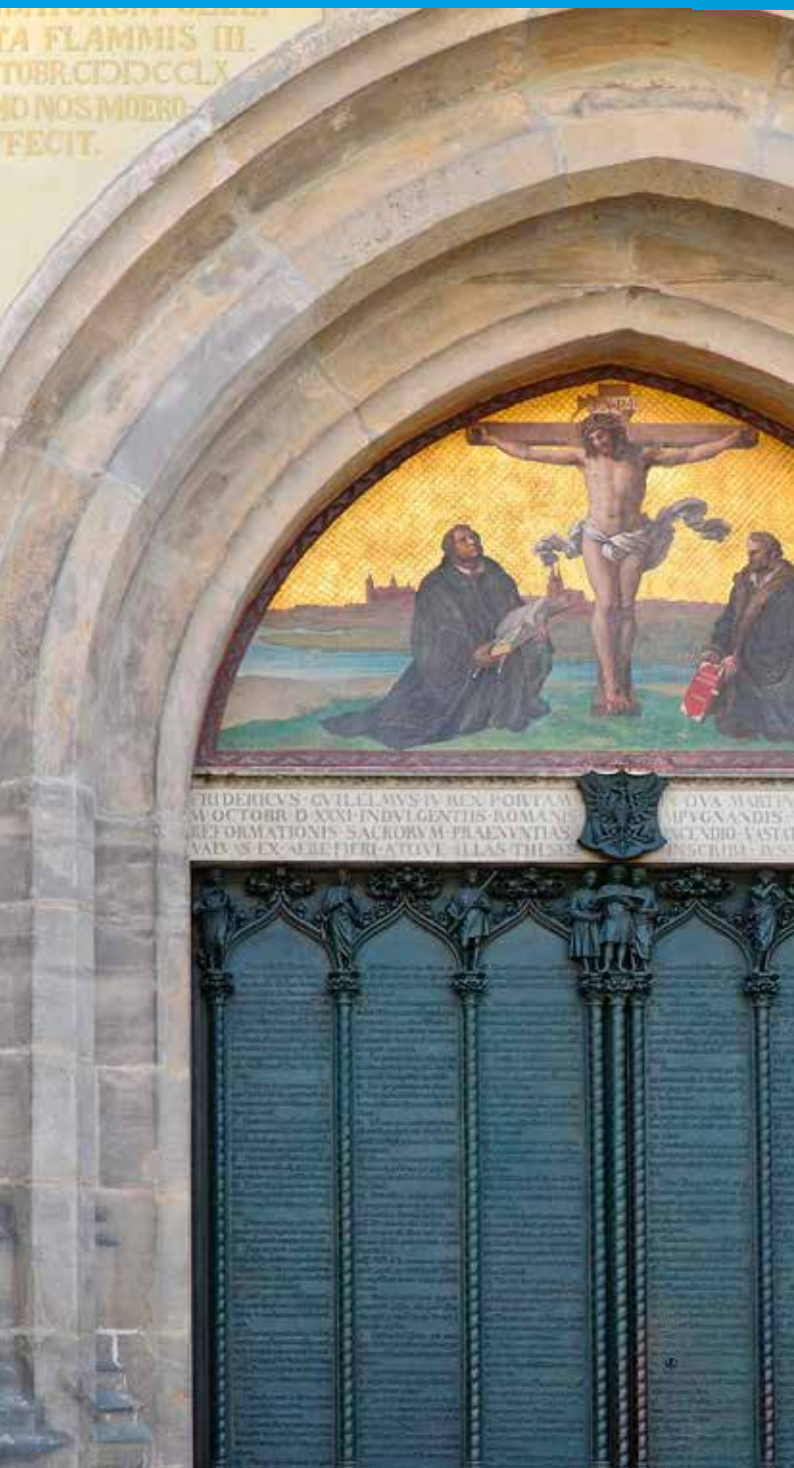
Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr: 72,00 Euro für den gesamten Kurs

(inkl. Frühstück)

Einzeltermine sind nicht buchbar.

Anmeldung ist erforderlich bis 25. September.





Faszination Geschichte - Welt im Wandel

Vorträge Online über Zoom

Vor 500 Jahren befand sich das christliche Abendland im Wandel. Einerseits zerbrach mit der Reformation die Einheit der westlichen Kirche, was zu den schrecklichen Religionskriegen führte, die den Kontinent leiden ließen.

Andererseits brach vor genau 500 der Bauernkrieg aus. Bei dieser Revolte ging es – etwas zugespitzt formuliert – um mehr zu essen und weniger Willkürherrschaft. Eine Revolution war es aber nicht, sehr wohl aber die Geburtsstunde der Menschenrechte. Seien Sie gespannt und erfahren Sie mehr über die Welt im Wandel vor einem halben Jahrtausend ...

Referent: Ulrich Büttner

Historiker und Philosoph, Leiter des Bildungszentrum Konstanz

24. November

Die Reformation – das Ende der Einheit der westlichen Christenheit

01. Dezember

Der Bauernkrieg vor 500 Jahren – Deutschlands große Revolte

**jeweils montags, 17.00 bis 18.30 Uhr
Online über Zoom**

Gebühr: 7,00 Euro pro Vortrag

Anmeldung ist erforderlich bis
20. November.

Mutig gegen rechte Sprüche

Workshop

Ein Argumentationstraining zum Umgang mit rechten Parolen

Wie gehen wir damit um, wenn im Familienkreis abfällig über Geflüchtete gesprochen wird? Was tun, wenn Kollegen unsere Demokratie in Frage stellen und von „Lügenpresse“ sprechen? Menschen- und demokratiefeindliche Hetze, Diskriminierung und Ausgrenzung erleben wir immer häufiger in unserem Alltag. In diesem Training üben wir dem entgegenzutreten, indem wir rechte Argumentationsmuster analysieren, Gegenstrategien erarbeiten und mögliche Verhaltensweisen ausprobieren.

Referenten: Gregor Lanz und Anke Rietdorf

Freie Referenten der Fachstelle Demokratiebildung im Bildungswerk der Erzdiözese Freiburg

Freitag, 28. November, 16.00 bis 19.00 Uhr

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr: 10,00 Euro

Anmeldung ist erforderlich bis 21. November.



Eine kurze Geschichte des Antisemitismus

Vortrag

Der Hass auf Juden ist ebenso alt wie unverwüstlich und wandlungsfähig. Entgegen der Hoffnung, dass mit der Epoche der Aufklärung sich der Juden Hass überlebt und die Stunde der allgemeinen Emanzipation der Juden geschlagen hätte, stand dem Judentum im 20. Jahrhundert seine dunkelste Stunde noch bevor, der Holocaust.

Der Vortrag behandelt die Geschichte des Judenhasses, seine Entwicklung zum modernen, rassistisch begründeten Antisemitismus und seine unvermeidliche Transformation nach der Shoah und der Gründung des Staates Israel.

Im Anschluss an den etwa 60-minütigen Vortrag bleibt Zeit für Fragen, Kommentare und einen offenen Austausch

Referent: Hans-Peter Büttner

Dipl. Sozialpädagoge, Lehrkraft und Dozent in Erwachsenenbildung, Schulsozialarbeiter

Donnerstag, 04. Dezember, 19.30 bis 21.00 Uhr

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr: 7.00 Euro

Anmeldung ist nicht erforderlich.



BioEnergetische KörperErfahrung nach Alexander Lowen

**Über den Körper die Seele berühren,
blockierte Energie freisetzen und Lebenslust
fühlen**

Emotion ist Bewegung. Wird Bewegung gestoppt, entsteht Blockierung. Werden Gefühle unterdrückt, reagiert der Körper sofort mit Muskelanspannung. Diese Muskelblockade wirkt wie ein Staudamm, der die Gefühle zurückhält und das Fließen von Lebensenergie stoppt. Zunächst wird dieser innere und äußerer „Stau“ nicht als Blockierung wahrgenommen. Mit der Zeit kann jedoch ein latentes Deprimiert sein auftreten, es können körperliche Verspannungen entstehen. Man fühlt sich seltsam gehemmt und innerlich wie ausgebremst. Hier setzt die BioEnergetische Körpererfahrung an: Sie bringt den Körper im Verlauf der Übungen in ein Pulsieren und Vibrieren, das Spannungen löst. Das Körperempfinden dabei ist, wohltuend durchströmt zu sein und energetisch aufgeladen. Die Lebensgeister werden geweckt: Vitalität, Lebensfreude und seelisch/geistige Ausgeglichenheit stellen sich mehr und mehr ein. Innere Hemmungen, Blockaden und daraus resultierende körperliche Verspannungen und seelische Verstimmungen können sich im Verlauf der Bioenergetischen Körperarbeit lösen.

Bitte mitbringen: Socken, bequeme Sporthose, Handtuch.

Referentin: Carin von Hagen

gepr. Psychologische Beraterin (Deutsche Paracelsus Schule), staatlich anerkannte Entspannungspädagogin

**16.09. | 23.09. | 30.09. | 07.10. | 14.10.
21.10.**

jeweils dienstags, 19.30 bis 21.30 Uhr

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr: 66,00 Euro

Anmeldung ist erforderlich bis 15. September.





Qigong speziell für Senioren

Kurse

Qigong ist ein ganzheitliches Verfahren der Traditionellen Chinesischen Medizin, das gesundheitsfördernde Körperhaltungen, Bewegungen, Selbstmassage, Atemtechniken und Meditation umfasst.

Typisch sind ruhige, harmonische und fließende Bewegungen. Ihre Übung führt in ein körperliches und seelisches Wohlbefinden.

Die Qigong-Übungen werden in kleinen Schritten vermittelt. Ihre Durchführung erfolgt im Stehen und/oder Sitzen. Besonderes Augenmerk wird auf die Verbesserung des Gleichgewichts, und die Stand- und Gehsicherheit gelegt.

Bitte bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

Referentin: Simone Pohl

anerkannte Qigong-Kursleiterin

Einige gesetzliche Krankenkassen bezuschussen unsere Qigong-Kurse.

Kurs 1

22.09. | 29.09. | 06.10. | 13.10. | 20.10.
03.11. | 10.11. | 17.11.

Kurs 2

01.12. | 08.12. | 15.12. | 12.01. | 19.01.
26.01. | 02.02. | 09.02.

jeweils montags, 9.45 bis 10.45 Uhr

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr pro Kurs 64,00 Euro

Anmeldung ist erforderlich bis 18. September
bzw. 27. November.

Qigong

Kurse

Qigong ist ein ganzheitliches Verfahren der Traditionellen Chinesischen Medizin, das gesundheitsfördernde Körperhaltungen, Bewegungen, Selbstmassage, Atemtechniken und Meditation umfasst. Typisch sind ruhige, harmonische und fließende Bewegungen. Ihre Übung führt in ein körperliches und seelisches Wohlbefinden. In der Vorbereitung auf die einzelnen Qigong-Übungen wird im spielerischen Umgang mit dem eigenen Körper dieser zunehmend ins Bewusstsein geholt - Wir kommen bei uns an.

Bitte bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

Einige gesetzliche Krankenkassen bezuschussen unsere Qigong-Kurse

Referentin: Simone Pohl

anerkannte Qigong-Kursleiterin

Kurs 1

22.09. | 29.09. | 06.10. | 13.10. | 20.10. | 03.11. | 10.11. | 17.11.

Kurs 2

01.12. | 08.12. | 15.12. | 12.01. | 19.01. | 26.01. | 02.02. | 09.02.

jeweils montags, 11.00 bis 12.00 Uhr

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr pro Kurs 64,00 Euro

Anmeldung ist erforderlich bis 18. September
bzw. 27. November.

„Die Meisterschaft über den Augenblick ist der Schlüssel zum Leben“

Qigong

Bewegungsmeditation und Tanz

Workshop

Wir beginnen mit leicht zu erlernenden Qigong-Übungen, die mit ihren langsamen, fließenden und harmonischen Bewegungen Körper, Geist und Atmung entspannen lassen und ein „Zu-sich-Kommen“ bahnen.

Auf den geschmeidigen, tänzerisch anmutenden Qigong-Bewegungen aufbauend fließen Anregungen zum spielerischen Ausprobieren und Entdecken individueller körperlicher Ausdrucksmöglichkeiten ein.

Es sind alle angesprochen, die sich im interessanten Spannungsfeld der Ordnung im Qigong und dem Experiment der Freien Bewegung von eigenen Entfaltungsspielräumen überraschen lassen wollen!

Es sind keine Vorerfahrungen nötig!

Bitte bequeme Kleidung und Socken o.ä. mitbringen

Referentin: Simone Pohl

Qigong-Kursleiterin, Tanzpädagogin, Tanz- und Bewegungstherapeutin

Samstag, 11. Oktober, 10.00 bis 14.00 Uhr

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr: 42,00 Euro

Anmeldung ist erforderlich bis 08. Oktober.



Yoga, Meditation und Entspannung

Stärke Dein Immunsystem und bereite Dich auf den Winter vor

Kurs

Fördere Deine Gesundheit mit einer ganzheitlichen Kombination aus:

- Yoga-Übungen
- Atemtechniken
- Meditation
- Entspannungsmethoden aus dem Kundalini Yoga

Diese kraftvollen Techniken aktivieren Dein Immunsystem – sanft, natürlich und ganz ohne Nebenwirkungen.

Gerade in der dunklen Jahreszeit unterstützen sie Dich dabei, neue Energie zu tanken und Körper, Geist und Seele wieder in Balance zu bringen.

Tue Deinem Körper etwas Gutes, damit Deine Seele wieder Lust hat, darin zu wohnen!

Schenke Dir Zeit für Dich!

Trage bequeme Kleidung und habe eine Kuscheldecke und warme Socken dabei.

Referentin: Lubica Leo

qualifizierte Kundalini Yogalehrerin

**08.10. | 15.10. | 22.10. | 05.11.
12.11. | 19.11.**

**jeweils mittwochs, 18.30 bis 20.00 Uhr
Bildungszentrum-Münsterplatz 11**

Gebühr: 66,00 Euro

Anmeldung ist erforderlich bis
06. Oktober.





Yoga, Meditation und Entspannung

Das Vorweihnachtsspecial „Stress ade“ Workshops

Die Vorweihnachtszeit und das Weihnachtsfest sind oft mit jeder Menge zusätzlichem Stress verbunden. Gerade jetzt ist es wichtig, Stress abzubauen, Energie zu tanken, zu sich zu kommen! Wir werden kraftvolle Übungen aus dem Kundalini Yoga praktizieren, um unser Nervensystem kurz vor dem Jahresende zu beruhigen und zu stärken. Drei besondere Termine, die auch einzeln gebucht werden können.

Workshop 1 - 03. Dezember

Entgiften & Reinigen

Kundalini Yoga bietet eine Fülle von reinigenden Atemübungen, klärenden Meditationen und begleitenden Asanas, die Dir helfen, sich auf das Weihnachtsfest stärkend vorzubereiten. Mit extra ausgewählten Übungen arbeitest Du an Deinem Verdauungstrakt. Die Übungen üben einen natürlichen Druck auf bestimmte Organe aus und bewirken eine wirksame innere Massage. Die Durchblutung und der Stoffwechsel vieler Organe werden angeregt.

Es erwarten Dich ebenfalls mehrere gezielte Atemübungen, um Dein Herz-Kreislauf-System zu aktivieren und Dein Nervensystem zu stärken.

Bringe Deine Seele zum Strahlen und leuchte mit dem Weihnachtsbaum um die Wette.

Workshop 2 - 10. Dezember

Altes loslassen

Ein weiteres Jahr neigt sich dem Ende zu. Eine gute Zeit, um rückwirkend darauf zu blicken, was Du alles geleistet hast und im alten Jahr zurücklassen darfst.

Mit Körper- und Atemübungen aus dem Kundalini Yoga gehst Du in eine reflektierte Innenschau und löst ganz nebenbei Verspannungen. Lass Deinen Körper für Dich arbeiten und Deinen Geist zur Ruhe kommen.

Löse physische und emotionale Blockaden und erlaube Dir mit einer geführten Meditation Stress abzugeben. Lege Deinen Ballast ab und fühle eine neue Leichtigkeit.

Workshop 3 - 17. Dezember Stille Adventszeit am Münster: Öffne Dich für das neue Jahr

Lass uns bei Kerzenlicht und in einer besinnlichen Stimmung innehalten und mit offenem Herzen in das neue Jahr blicken.

Spüre in Dich hinein und lass Dein inneres Licht erstrahlen. Bewege Dich zu beschwingenden Rhythmen, ermächtige Dich zu neuer Größe. Denn Du darfst alles sein, was Du Dir heute wünschst.



*Lass Dich mit mehr Vitalität
und neuer Kraft beschenken
und erfahre mehr über die bevor-
stehenden Rauhnächte.*

Referentin: Lubica Leo

qualifizierte Kundalini Yogalehrerin

jeweils mittwochs, 18:30 bis 20:00 Uhr

Bildungszentrum-Münsterplatz 11

Gebühr 11,00 Euro pro Workshop

Die Workshops sind einzeln buchbar.

Anmeldung ist erforderlich bis 28. November | 05. Dezember
12. Dezember.



Hurtigruten Postschiff

„Die schönste Seereise der Welt“

13 Tage, 28.08. bis 09.09.2026

Wir laden Sie ein die schönste Seereise der Welt kennen zu lernen. Erleben Sie die faszinierende Fjordwelt Norwegens. Die Anreise erfolgt per Flugzeug nach Bergen. Transfer zum Postschiff MS Polarlys. „Leinen los“ und Ablegen auf der einmaligen Hurtigrute über Alesund, den Geirangerfjord, die Vesteraelen, die Lofoten, den Polarkreis, Hammerfest, und das Nordkap bis Kirkenes und wieder zurück bis Bergen. Die gesamte Reise an Bord eines original Postschiffs ist ein einziger „Ausflug“ in über 100 Fjorde ganz nah an der Küste. Im Anschluss erfolgt eine Übernachtung in Bergen in zentral gelegenem Hotel. Rückflug nach Zürich.



- 11 Übernachtungen an Bord inkl. Vollpension
- Sie wählen Ihre Kabinennummer selbst aus
- Reisebegleitung ab 15 Teilnehmer
- Flugreise ab/bis Zürich
- Bustransfer ab Konstanz, Allensbach & Hegau möglich
- WIFI, Kaffee & Tee inklusive (nur August)
- Zusatzübernachtung in Bergen

Frühbucherpreis p.P. (Zweibettkabine)
ab 2.973,- Euro

Information und Anmeldung

(Reiseveranstalter):

Growe Reisen –

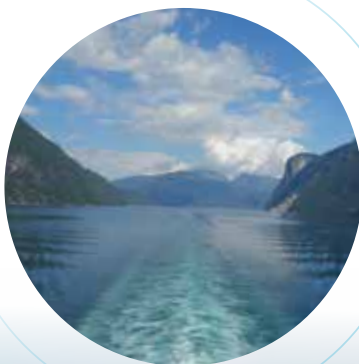
Growe GmbH

Dorfgärten 2, 78244

Gottmadingen

Tel. 07731-976 444,

info@growe-reisen.de



Fordern Sie die ausführliche Reiseausschreibung an, wir senden Ihnen diese gerne per Post oder E-Mail zu.



Klassisches Sizilien **Kleingruppe**

Kunst- und Kulturreise

**Palermo – Monreale – Trapani – Agrigent – Catania –
Siracusa – Ätna – Taormina – Cefalu – Madonie**

9 ½ Tage, 31.10. bis 09.11.2025

Besuchen Sie mit uns gemeinsam die malerischen Landschaften auf der dem südlichen Italien vorgelagerten Insel. Sizilien, das Juwel im Mittelmeer, wartet auf Sie! Wir besichtigen griechische Tempel, großartige Kirchen, griechische Theater und turbulente Städte, voll von italienischem dolce vità. Wir sehen auch faszinierende Landschaften mit Olivenhainen, Zitrusplantagen und üppiger Vegetation, Küstenstriche mit Steilküsten, Stränden und dem Panorama des Ätna. Wir werden die besondere Atmosphäre dieser Region in uns und auf uns wirken lassen ...

- Busfahrt in modernem Reisebus
- 15 bis 25 Reisetilnehmer
- Durchgängige deutschsprachige Reiseleitung auf Sizilien
- Fährüberfahrt Genua – Palermo – Genua
- Zustieg in Konstanz, Allensbach & Hegau möglich
- Frühstück und Abendessen im Hotel
- Eintritte zu den Sehenswürdigkeiten

Preis p.P. im DZ ab 1.995,- Euro

EZ-Zuschlag 295,- Euro

Information und Anmeldung (Reiseveranstalter):

Growe Reisen – Growe GmbH

Dorfgärten 2, 78244

Gottmadingen

Tel. 07731-976 444, Mail: info@growe-reisen.de

Fordern Sie die ausführliche Reiseausschreibung an, wir senden Ihnen diese gerne per Post oder E-Mail zu.





Kur- und

Wellnessurlaub

in den Euganeischen Hügeln Venetiens

Abano- und Montegrotto Terme

**10 Tage, 12.10. bis 21.10.2025 und
15.03. bis 24.03.2026**

Abano und Montegrotto Terme liegen am Fusse der Euganeischen Hügel. Dieses Thermalbad und Fango Weltzentrum liegt nur 10 km von Padua und 50 km von Venedig entfernt. Fango heißt das einzigartige Kurmittel, dem die Thermalzone ihren weltweiten Ruf verdankt. Der Fango ist ein aus einem Thermalsee gewonnener Mineralschwamm, der in einem mehrjährigen Reifungsprozess in besonderen Fangobecken ständig von Thermalwasser (87 Grad) umströmt wird und so seine pflanzlich-mineralische Konsistenz erhält.

Anwendungsgebiete: Chronische Artrosis, Knochenbrüche, Quetschungen, Verstauchungen, Verrenkungen, Muskelerkrankungen und chirurgische Eingriffe sowie Asthma. Aber auch für Ihre allgemeine körperliche Konstitution können wir Ihnen diese Reise empfehlen.



Für Gäste, die keine Kur machen wollen, ist dies eine schöne Urlaubsregion mit Ausflugsmöglichkeit nach Padua und Venedig. Diverse Hotels zur Auswahl möglich. z.B. Continental, Apollo, De Bains, Palace Meggiorato, All'Alba usw.

Buszustieg Allensbach & Konstanz

Preis pro Person im DZ mit Halbpension
ab 1.155,- Euro

Information und Anmeldung (Reiseveranstalter):

Growe Reisen – Growe GmbH

Dorfgärten 2, 78244

Gottmadingen

Tel. 07731-976 444, Mail: info@growe-reisen.de

Fordern Sie die ausführliche Reiseausschreibung an, wir senden Ihnen diese gerne per Post oder E-Mail zu.

Lebensqualität im Alter



Gute Lebensqualität setzt sich wie ein Puzzle aus mehreren, verschiedenen Bereichen zusammen. Entsprechend vielseitig sind dabei auch die Themen, welche von kompetenten Referenten aus Medizin, Theologie, Kultur, aber auch aus der Alltagspraxis Ihre Beiträge einbringen und anschließend auch auf eventuelle Fragen der Teilnehmer eingehen. Die Veranstaltungen sind öffentlich. Eingeladen sind alle, an dem jeweiligen Thema interessierte Bürger, nicht nur Ältere, egal welcher Religion und Weltanschauung.

24. September

Lebenskultur im Geiste benediktinischer Spiritualität

Sr. Philippa Rath OSB, Abtei St.Hildegard Rüdesheim-Eibingen

29. Oktober

Heloisa. Die große Denkerin des Mittelalters

Dielinde Mikschl, Philosophin, Meersburg

03. Dezember

(Alt-) Katholische Gemeinsamkeiten und Unterschiede

Andreas Sturm, altkathol. Pfarrer, Singen

28. Januar

„Geschichte des Islam von Mohammed bis heute“

Jörg Seyfried, ev. Pfarrer, Überlingen

25. Februar

„Konflikte kreativ nutzen“

Carin von Hagen, psychologische Beraterin, Konstanz

jeweils mittwochs, 15.00 Uhr

Kolpinghaus, Hofhalde 10a

Gebühr (i. d. R.) 4,00 Euro

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Informationen: **Hans-Peter Metzger**

Telefon: 07531 29022, hpmetzger@web.de

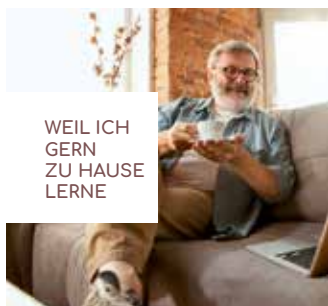
Das Leitthema lautet: Lebensqualität im Alter für Körper, Geist und Seele.



WEIL ICH
NEUE
IMPULSE
LIEBE



WEIL ICH
ANDEREN
MENSCHEN
BEGEGNE



WEIL ICH
GERN
ZU HAUSE
LERNE



WEIL ICH
LIVE DABEI
SEIN KANN



BILDUNGSZENTRUM-DIGITAL.DE
– MEINE ADRESSE
FÜR BILDUNG IM INTERNET

Ob Yogakurs, Kunsttreff, Workshops für Paare und Seminare zu aktuellen politischen, kulturellen und religiösen Themen – entdecken Sie die Vielfalt unserer Online-Veranstaltungen.

Ein gemeinsames Angebot aller Bildungszentren des Bildungswerks (Erzdiözese Freiburg).

Sprechzeiten (tel.) montags bis freitags 8.30 bis 12.30 Uhr

Öffnungszeiten montags bis donnerstags 8.30 bis 12.15 Uhr

Ihre Anfragen und Anmeldungen erreichen uns über unsere Homepage, Anrufbeantworter, E-Mail oder per Post.

Anmeldung

Anmeldungen für unsere Veranstaltungen erbitten wir schriftlich oder persönlich per Telefon, E-Mail. Ihre Anmeldung ist auch ohne Bestätigung verbindlich. Eine Benachrichtigung erfolgt in der Regel nur bei Überbelegung oder wenn die Veranstaltung nicht stattfinden kann.

Bezahlung

Die Gebühren für Seminare, Workshops und Kurse sind vor der Teilnahme per Rechnung zu entrichten. Bei Nichterscheinen an einem Kurs, Workshop oder Seminar trotz verbindlicher Anmeldung wird die volle Gebühr fällig.

Die Gebühr für Präsenz-Vorträge wird an der Abendkasse erhoben - ohne Anmeldung.

Rücktritt

Der Rücktritt von Anmeldungen ist bis eine Woche vor Veranstaltungsbeginn möglich. Bei Abmeldungen danach, werden 60 % der Gebühren erhoben. Nach Beginn der Veranstaltung ist eine Rückerstattung der Kurs- oder Seminargebühr nicht mehr möglich.

Studienreisen

Für Studienreisen gelten gesonderte Anmeldungs- und Zahlungsbedingungen. Sie sind in den jeweiligen Reiseprospekten aufgeführt.

Ermäßigung

Studenten bezahlen 50 %, Schüler bezahlen keine Gebühr bei Vorträgen. Sozialpassinhaber der Stadt Konstanz erhalten 50 % Nachlass auf die Gebühr bei allen Vorträgen.

Unsere **Allgemeine Geschäftsbedingungen** und unsere **Datenschutzbestimmungen** finden Sie auf unserer Homepage.

Für alle Veranstaltungen sind bei uns im Büro **Gutscheine** erhältlich.

Literatur, Kunst, Musik oder Geschichte ist Ihre Leidenschaft?

Sie geben gern ihr Wissen an interessierte Menschen weiter? Dann freuen wir uns, Sie als Referenten auf Honorarbasis aufnehmen zu können.

Ehrenamtlicher Leiter für ein Bildungswerk in Allensbach gesucht.

Das Bildungszentrum Konstanz sucht für Allensbach eine Person, die Lust auf kreative Bildungsarbeit hat und ehrenamtlich das neu zu gründende Bildungswerk Allensbach leiten möchte. Im Rahmen dieses Bildungswerks kann mindestens einmal im Monat eine Kulturveranstaltung in Allensbach stattfinden. Ihre Aufgabe wäre es, gemeinsam mit uns ein interessantes Programm zu erstellen und bei dem jeweiligen Termin die Referenten zu begrüßen und Gastgeber des Abends zu sein.

Bei Interesse freuen wir uns auf Ihren Anruf oder eine Mail.
Tel. 07531 17626, info@bildungszentrum-konstanz.de





von links:

Verwaltung/Sekretariat

Susanne Restle

Telefon 07531 17626

info@bildungszentrum-konstanz.de

Leiter des Bildungszentrum Konstanz

Ulrich Büttner

Telefon 07531 17626

ulrich.buettner@bildungszentrum-konstanz.de

Öffentlichkeitsarbeit/Buchhaltung

Iris Hohäuser

Telefon 07531 17626

iris.hohauser@bildungszentrum-konstanz.de

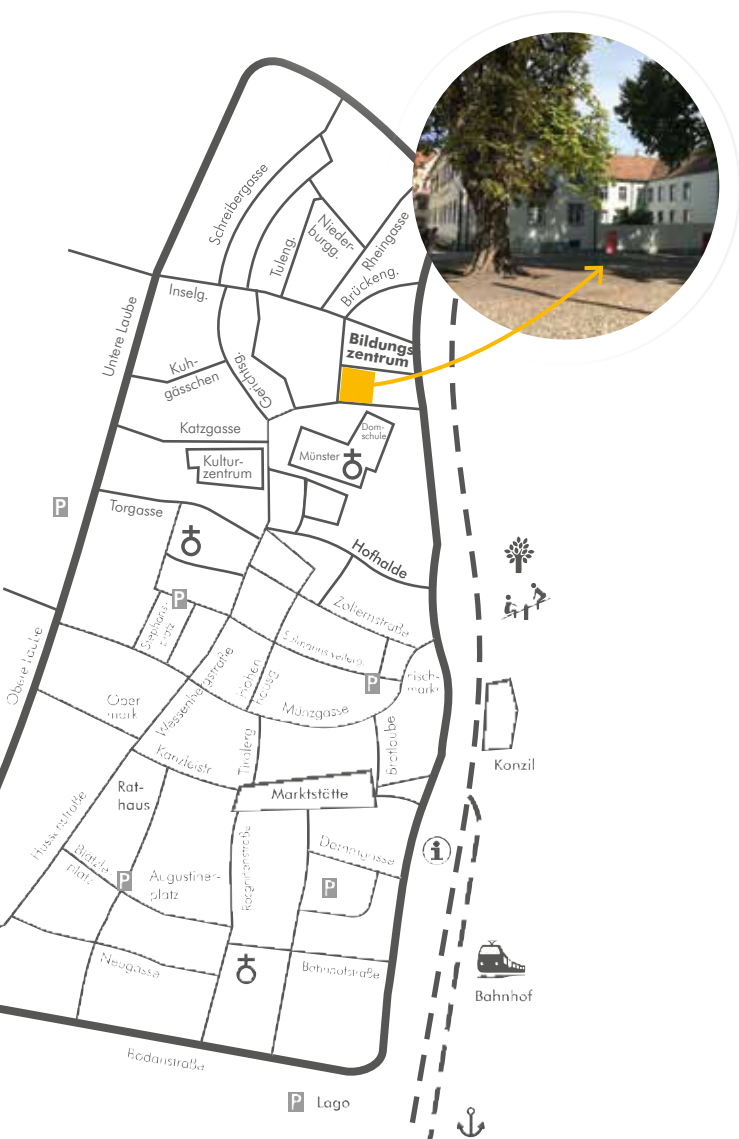
Hauswirtschaft

Rosanna Lauro

Telefon 07531 17626

info@bildungszentrum-konstanz.de

Hier finden Sie uns



Erzdiözese Freiburg

Bildungszentrum Konstanz

Münsterplatz 11 - 78462 Konstanz

Telefon 07531 17626

info@bildungszentrum-konstanz.de

bildungszentrum-konstanz.de

Schauen Sie

ruhig hinter
die rote Tür.



Bei uns finden
Sie ein vielseitiges
Bildungsangebot.