

# Programm der Montagsreihe



**MONTAG, 29.09.2025, 19 – ca. 21.00 UHR**

## **Der fairen Schokolade auf der Spur**

Filmabend mit Verkostung von fairen Schokoladenprodukten

Der Abend beginnt mit dem spannenden Dokumentarfilm „The Chocolate War“ (von Inkota) unter der Regie von Miki Mistrati. Die Dokumentation begleitet den US-amerikanischen Menschenrechtsanwalt Terry Collingsworth bei seinem Kampf gegen wissentliche Ausbeutung von Kinderarbeiter:innen. Als Anwalt von acht ehemaligen Kindersklaven reiste er immer wieder nach Westafrika, um Beweise für seinen Prozess gegen die internationalen Schokoladenhersteller Nestlé und Cargill zu sammeln.

In der Pause werden Sie mit roter, heißer Schokolade, köstlichen Johannisbeer-Chilli-Trüffel und saftigen Walnuss-Brownies aus fair gehandelter Schokolade verwöhnt.

Nach der Stärkung wollen wir noch einen Blick auf „fairafri“ in Ghana werfen. Diese Schokolade wird komplett in Afrika produziert. Aber auch weitere faire Schokolade, die es im Weltladen oder auch in ausgewählten Supermärkten zu kaufen gibt, versprechen einen Genuss ohne Reue.

Freuen Sie sich auf einen informativen Abend mit leckeren, schokoladigen Kostproben.

Leitung: Weltladen-Team und Frauenflug-Team

Ort: Balingen, kath. Gemeindehaus, Heilig-Geist-Kirchplatz 4

Beitrag: Spenden erbeten (zur Finanzierung der Kostproben)

Anmeldung: ohne Anmeldung

**MONTAG, 20.10.2025, 19 UHR**

## **Flüge durch das Leben**

Lesung mit Andrea Schatz

Das Leben ist eine rasante Reise, bei der viele Menschen das Innehalten vergessen. Erinnerungen gehen verloren. Dabei stehen sie als Platzhalter für unsere „Flüge durch das Leben“. Indem wir uns erinnern, schöpfen wir Atem und sorgen für die nötige Bodenhaftung zwischen den Flügen.

Die Geschichten dieses Abends sind weder grell noch laut. Sie beinhalten Anekdoten, Gedanken, Befindlichkeiten – Erinnerungen eben. Wer ihnen zuhören möchte, darf sich auf Auszüge aus den Büchern „Spurrillen“, „Die Reise nach Alzheimer“ und „Lebenslust“ freuen. Ergänzt durch unveröffentlichte Texte und gewürzt mit einigen Versen, dauert der Flug durch unterschiedliche Lebensphasen etwa eine Stunde, selbstverständlich mit einer Zwischenlandung zum Innehalten nach der Hälfte der Lesezeit.

Leitung: Andrea Schatz, Hobbyautorin, Balingen

Ort: Balingen, kath. Gemeindehaus, Heilig-Geist-Kirchplatz 4

Beitrag: nach Selbsteinschätzung

Anmeldung: ohne Anmeldung

**MONTAG, 17.11.2025, 19 - 21.30 UHR**

## **Immunsystem stärken mit Jin Shin Jyutsu**

Online-Selbsthilfekurs

Möchten Sie Ihr Immunsystem fit machen für die kalte Jahreszeit und Ihre Gesundheit auf natürliche Weise verbessern?

Jin Shin Jyutsu bietet eine ganzheitliche Möglichkeit, Ihr Immunsystem zu stärken und Ihre Gesundheit zu verbessern. In diesem Selbsthilfe-Kurs lernen Sie die Grundlagen dieser alten Heilkunst kennen und erfahren, wie Sie durch sanftes Berühren bestimmter Bereiche im Körper den Fluss der Lebensenergie und dadurch auch das Immunsystem harmonisieren können. Der Kurs enthält viele praktische Übungen und Techniken, die Sie leicht in Ihren Alltag integrieren können, um Ihre Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Leitung: Silvia Keppeler, Jin Shin Jyutsu Praktikerin, Coach für The Work of Byron Katie

Beitrag: 16,00 €

Anmeldung: bis 14.11.2025, die Zoom-Zugangsdaten erhalten Sie am Tag der Veranstaltung

**MONTAG, 08.12.2025, 19 – ca. 21.15 UHR**

## **Wilde Nadelbaumküche**

Workshop

Fichte, Tanne und Co stecken voller Aromen und besitzen wertvolle Inhaltsstoffe. Wir schauen uns die verschiedenen Nadelbäume etwas genauer an und lernen dabei Gemeinsamkeiten und Unterscheidungsmerkmale mit allen Sinnen kennen; denn nicht alle Nadelbäume sind essbar! Zusätzlich verrate ich Ihnen viele Möglichkeiten in der Kulinarik, aber auch volksheilkundliche Anwendungen.

Im praktischen Teil dürfen Sie sich aus Nadelbäumen etwas Kulinarisches und Volksheilkundliches (2 bis 3 Produkte) herstellen. Vielleicht sind Sie nach dem Abend genauso von den Nadelbaumküche fasziniert wie ich, so dass Sie kleine, besondere Weihnachtsgeschenke herstellen wollen. Alle Teilnehmenden erhalten ein kleines Rezeptheft.

Leitung: Gyda Rupprecht, Kräuterpädagogin

Ort: Balingen, kath. Gemeindehaus, Heilig-Geist-Kirchplatz 4

Beitrag: 17,00 € Workshopgebühr, zzgl. 8 bis 10 € Materialkosten (bitte direkt bei der Kursleiterin bezahlen)

**MONTAG, 26.01.2026, 19 – 21.30 UHR**

## **Handlettering - Kreative Auszeit mit Brushpen**

Workshop

Lust auf eine kreative Pause vom Alltag? Dann bist du hier genau richtig. In diesem 3-stündigen Workshop tauchst du in die wunderbare Welt des Brushletterings ein – dem kunstvollen Schreiben mit dem Pinselstift. Schritt für Schritt zeige ich dir alles, was du brauchst, um eigene Schriftkunstwerke zu gestalten – ganz entspannt und in angenehmer Atmosphäre.

**Du lernst:** Wie du den Brushpen richtig hältst; Welche Materialien sich wofür eignen; Das Brushlettering-Alphabet; Wie du eigene kleine Projekte wie Karten oder Verpackungen gestaltest.

**Das bekommst du:** Ein liebevoll gestaltetes Workbook mit vielen Übungen; Materialien, mit denen du auch zu Hause weiter lettern kannst; Einen Brushpen zum mitnehmen; Verschiedene Brushpens & Papiere zum Ausprobieren vor Ort

**Für wen?** Für alle, die sich kreativ entfalten möchten. Der Workshop ist auch ein wunderschönes Geschenk – ideal, um gemeinsam kreative Zeit zu genießen. Keine Vorkenntnisse? Kein Problem! - Der Kurs ist perfekt für Anfänger:innen geeignet – du brauchst nur Neugier und Lust am Gestalten.

Leitung: Anke Philippi

Ort: Balingen, kath. Gemeindehaus, Heilig-Geist-Kirchplatz 4

Beitrag: 49,00 €, zzgl. 9,00 € Materialkosten (bitte direkt bei der Kursleiterin bezahlen) Anmeldung: bis 15.01.2026