

**MONTAG, 18.09.2017, 19-21.15 UHR**

## **„Babettes Fest“**

### **Filmabend mit Gespräch und Imbiss**

Im 19. Jhrh. taucht in einem Fischerdorf an der Küste Jütlands eine geheimnisvolle junge Französin bei den Schwestern Philippa und Martina auf. Die beiden gottesfürchtigen Frauen gewähren der jungen Babette Zuflucht und eine Stelle als Dienstmädchen. Als sie in der Lotterie gewinnt, möchte sie sich bei allen mit einem außergewöhnlichen Festmahl bedanken. Alle sind zunächst misstrauisch und fürchten, gegen ihren Glauben zu verstoßen. Doch Babette gelingt es dank ihrer Kochkünste, ihre Gäste zu verzaubern und ihnen ungeahnte, bislang unterdrückte Gefühle zu entlocken. So hält dieser Abend so manche Überraschung bereit. „Babettes Fest“ wurde mehrfach ausgezeichnet, darunter mit einem Oskar. Eine späte Ehre wurde dem Werk zuteil, als Papst Franziskus es in seinem Lehrschreiben „Amoris laetitia“ als Beispiel für die Liebe als geteilte Freude erwähnte.

Leitung Team des „Frauen-f-l-u-g“

Ort Kath. Gemeindehaus, Hl.-Geist-Kirchplatz 4, Balingen

Beitrag: 7,- € Imbiss

Anmeldung bis 11.09.2017

**MONTAG 11.12.2017, 19–21.30 UHR**

## **„Alles ist verbunden im großen Netz des Lebens“**

### **Singen, Tanzen und Stille als Kraftquellen**

#### **Workshop**

Ich lade Sie an diesem Abend ein, im Singen und Tanzen die heilsame Kraft von Musik und Bewegung zu entdecken. Das freie Tönen aus dem Herzen sowie das Singen von Kraftliedern führen uns in eine wohltuende und stärkende Art des Singens. Die Einfachheit und Tiefe spiritueller Gesänge ist Nahrung für Herz und Seele und braucht keinerlei Vorkenntnisse. Zum Singen als innere Bewegung, kommt der Tanz als äußere Bewegung dazu. Wir werden auch im Kreistanz Lieder und Klänge in meditative Bewegung umsetzen.

Dazwischen lade ich Sie in den Raum der Stille ein, aus dem jeder Klang und jede Bewegung kommt und in die alles zurück fließt. Das tut gerade in der hektischen Vorweihnachtszeit gut.

Leitung Arunga Heiden, Sängerin, Komponistin, Klangtherapeutin, Seminarleiterin, Mössingen

Ort Kath. Gemeindehaus, Hl.-Geist-Kirchplatz 4, Balingen

Beitrag 13,- €

Anmeldung bis spätestens 04.12.2017!

**MONTAG, 16.10.2017, 19-22 UHR**

## **„Meiner Weiblichkeit kreativ begegnen“**

### **Malworkshop**

Empathie und Stärke machen Frauen zu modernen Lebenskünstlerinnen. Karriere, Kind, Küche alles soll erfolgreich gemanagt werden. Wo bleibt die Frau in uns? Darüber denken wir nach. Eine geführte Entspannungsreise zu Beginn wird unsere Sinne schärfen Ausgehend von dieser Entspannung und Stille entdeckt die eine oder andere in den inneren Bildern ihre ureigene, weibliche Kraft. Diese versuchen wir in kreativen Prozessen malerisch umzusetzen. Spielerisch ohne künstlerischen Anspruch, ohne Bewertung und im eigenen Tempo. Mit kräftigen Farben werden wir ein paar „bunte“ Stunden miteinander verbringen. Genießen Sie diese kreative Freiheit. Am Ende wird das entstandene Werk ein ganz persönliches Geschenk an sich selbst sein.

Bitte „Malkittel“, Matte, Decke und warme Socken mitbringen.

Leitung Ina Simone Petri, freischaffende Künstlerin, Entspannungspädagogin

Ort Kath. Gemeindehaus, Hl.-Geist-Kirchplatz 4, Balingen

Beitrag 15,- € Workshopgebühr; 6,- € Materialien

Anmeldung bis spätestens 09.10.2017!

**MONTAG, 20.11.2017, 19–21.30 UHR**

## **„Ich sing im Leben jetzt mein Lied!“**

### **Vortrag mit Gespräch**

Lebensphasen sind wie Liedstrophen. Es gibt viel neues Themen- und Textmaterial und einen immer wiederkehrenden Refrain. Oft ist dieser Refrain etwas, was wir uns noch nicht getraut haben zu tun (Wünsche), etwas, was wir noch nicht lösen konnten (Konflikte) oder etwas, dem wir vergeblich nachtrauern (Verluste). Wenn wir nicht mehr das Lied der anderen singen wollen und auch nicht leben mögen, wie man es halt macht, dann ist es höchste Zeit, den Refrain umzuschreiben.

Referentin Friedgard Blob, Dipl.-Psychologin, Dipl.-Pädagogin, int. zertifizierende Focusing-Trainerin, Therapeutin, Leiterin des Tübinger Focusing-Zentrums, Tübingen

Ort Kath. Gemeindehaus, Hl.-Geist-Kirchplatz 4, Balingen

Beitrag 7,- €

Ohne Anmeldung!

## **Programm der Montagsreihe**

### **„WEIBS(b)-BILDER“**



**MONTAG 15.01.2018, 19–20.30 UHR**

## **„Wenn ICH nicht für mich bin, wer dann?“**

### **Die Kunst der Selbstannahme**

#### **Vortrag mit Gespräch**

Es beginnt schon beim Blick in den Spiegel – was uns ins Auge springt, ist vor allem das, was uns missfällt! Vergleichen wir uns mit anderen, so fällt die Bilanz selten besser aus. Meist gibt es wenig, auf das wir mit Anerkennung und Freude blicken, dafür aber etliches, was uns bedrückt, womit wir alles andere als zufrieden sind. Das ist einerseits menschlich, andererseits eine Herausforderung. Denn als Grundlebensgefühl taugt Selbstablehnung denkbar schlecht. Die Frage ist deshalb: wie können wir lernen, uns selbst – wie wir waren, aber auch wie wir sind – mit und trotz zunehmendem Alter anzunehmen, ohne deshalb in Stillstand und Selbstzufriedenheit zu verfallen? Darum soll es in dem Vortrag gehen.

Referentin: Dr. Beate M. Weingardt, Dipl.-Psychologin, evang. Theologin, Tübingen

Ort Kath. Gemeindehaus, Hl.-Geist-Kirchplatz 4, Balingen

Beitrag 7,- €

Ohne Anmeldung!