





**BEGEGNUNGSSTÄTTE**

**AMTZELL**

**Programm 2. Halbjahr**

**September 2024 bis Februar 2025**

Herzlich willkommen,

es freut uns sehr, dass Sie Interesse an unserem neuen Programm haben.

Wir haben es mit Leidenschaft zusammengestellt und hoffen nun, dass auch Sie etwas finden, was Ihnen Freude macht.

Wer sind wir?

Wir sind eine offene Gruppe von momentan sieben Frauen, die einen Ort der Begegnung schaffen möchten. Was 1981 nur für Frauen gegründet wurde, ist nun offen für Männer, Frauen, Diverse, Kinder und Jugendliche - für alle und jeden, jenseits aller Vereinsbindungen.

Unser Anliegen ist es das Dorfleben lebendig und spannend zu gestalten. Menschen können sich ungezwungen kennenlernen, gemeinsam etwas unternehmen und erleben. Wir wollen Anregungen für Körper, Geist und Seele geben. Gemeinsames Singen, Spielen, Basteln, Tanzen, Yoga gehören ebenso dazu wie interessante Seminare und Vorträge oder Ausflüge zu spannenden Zielen.

Wenn Sie noch weitere Wünsche oder Anregungen haben – kommen Sie einfach auf uns zu.

Ihre Organisatorinnen

Sie finden uns auch bei Instagram (**@begegnungsstaette\_amtzell**) und online unter **[www.begegnungsstaette-amtzell.de](http://www.begegnungsstaette-amtzell.de)**

# INHALTSVERZEICHNIS

|                                                                   |    |
|-------------------------------------------------------------------|----|
| Kurs 01 – Schwangeren-Yoga und Geburtsvorbereitung .....          | 4  |
| Kurs 02 – Rückbildungskurs mit Yoga .....                         | 5  |
| Kurs 03 – Tischharfenkurs – Musizieren ohne Notenkenntnisse ..... | 6  |
| Kurs 04 – Hatha Yoga im Schloss .....                             | 7  |
| Besichtigung der Biogärtnerei Schauwies.....                      | 9  |
| Kreatives Malen.....                                              | 10 |
| Kurs 05 – Bodybalance mit Yoga am Vormittag.....                  | 11 |
| Kurs 06 – Bodybalance mit Pilates am Vormittag .....              | 12 |
| Kurs 07 – Bodybalance mit Pilates .....                           | 13 |
| Herbstkränze .....                                                | 14 |
| Kurs 08 – Yin Yoga, Meditation & Achtsamkeit.....                 | 15 |
| Feldenkrais.....                                                  | 16 |
| Spieleabend für alle.....                                         | 18 |
| Kurs 09 – Themenreisen .....                                      | 19 |
| Kinoabend .....                                                   | 21 |
| Vortrag: Verschwörungsmythen.....                                 | 22 |
| Notenlos .....                                                    | 24 |
| Schmökern und Schlemmen.....                                      | 26 |
| Meditationstag .....                                              | 27 |
| Tasche/Kissen mit Stoffdruck gestalten .....                      | 29 |
| Literaturabend .....                                              | 31 |
| Anmeldebedingungen.....                                           | 32 |
| Die Organisatorinnen.....                                         | 33 |

# **KURS 01 – SCHWANGEREN-YOGA UND GEBURTSVORBEREITUNG**

Die Schwangerschaft bringt viele körperliche und emotionale Veränderungen mit sich. Durch bewusstes Atmen, gezielte Körperübungen und Entspannungstechniken können die werdenden Mütter sich ganzheitlich auf die Geburt und das „Neue Leben“ vorbereiten.

Yoga bringt Körper, Geist und Seele wieder in Einklang.

Bitte mitbringen: Stillkissen, rutschfeste Matte, Decke.

Wird im Rahmen der Geburtsvorbereitung von den Krankenkassen anerkannt.

Kursbeginn: montags, 18.00 - 19.30 Uhr

Ort: Syrgensteinsaal, Altes Schloss Amtzell

Leitung: Annette Geyer (Hebamme)

Gebühr: 120,00 €

Anmeldung: Annette Geyer, Tel.: 01762 2887275

E-Mail: [annette.geyer@web.de](mailto:annette.geyer@web.de)

## KURS 02 – RÜCKBILDUNGSKURS MIT YOGA

Zeit für sich haben...

Den Geist und Körper in der ersten Zeit nach der Geburt wieder vereinen.

Rückbildungsübungen stärken den Beckenboden, die Bauch- und Rückenmuskulatur.

Yoga hilft, sich zu sammeln, es verhilft zu innerer Ruhe, gibt Kraft, die erste Zeit des Umbruchs nach der Geburt ihres Kindes zu meistern.

Mit der Rückbildung sollte, je nach Modus, 8-12 Wochen nach der Geburt begonnen werden. Auch bei späterem Einstieg macht ein Rückbildungskurs und dessen Übungen noch Sinn.

Die Kosten für einen Rückbildungskurs werden bis zu neun Monate nach der Entbindung von den Kassen teilweise übernommen.

Bitte Matte, bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

|            |                                        |
|------------|----------------------------------------|
| Termin:    | montags, 19.45 – 21.00 Uhr, 8 Abende   |
| Ort:       | Syrgensteinsaal, Altes Schloss Amtzell |
| Leitung:   | Annette Geyer (Hebamme)                |
| Anmeldung: | Annette Geyer, Tel.: 01762 2887275     |
| E-Mail:    | annette.geyer@web.de                   |



## KURS 03 – TISCHHARFENKURS – MUSIZIEREN OHNE NOTENKENNTNISSE

Tischharfe, ein Instrument, das keine Notenkenntnisse voraussetzt - sofort spielen sie die gewünschte Melodie. Das Einzige, was zu lernen ist, sind die Notenwerte.

Aber das ist kein Problem, sondern im Gegenteil, es macht Spaß und wird von jedem spielend gemeistert.

Machen sie mit!

Termin: dienstags, ab 10.09.2024, 19.30 - 21.00 Uhr  
Ort: Begegnungsstätte, Altes Schloss Amtzell  
Leitung: Egon Schöffel  
Gebühr: 25,00 € pro Monat  
Anmeldung: Egon Schöffel, Tel.: 0179 1393948



## KURS 04 – HATHA YOGA IM SCHLOSS

*Wir beginnen dort, wo wir sind, so wie wir sind und was geschieht,  
geschieht.*

T.K.V.Desikachar

Du kannst gar nicht zu jung, zu alt, zu ungelenkgig, zu schwer, zu dünn, zu unerfahren, zu nervös, zu ausgeglichen, zu unkonzentriert sein, um mit Yoga zu beginnen.

In meinen Stunden bewegst du dich meist sanft fließend durch stehende, liegende und sitzende Haltungen was die Koordination zwischen den einzelnen Körperteilen trainiert. Dein Gleichgewicht und deine Beweglichkeit werden geschult, verbessert und bei regelmäßiger Praxis erhalten.

Sollten die Übungen mehr Kraft oder Ausdauer erfordern, dann gibt es Abwandlungen und Alternativen für unterschiedliche Vorerkrankungen, Knie-, Schulter-, Handgelenk Themen etc.

In manchen Haltungen bleibst du länger um ins Spüren zu kommen und Zeit für die korrekte Ausrichtung zu haben.

Das verbindende Element ist die Atmung, du wirst erfahren, sie kann auch ein praktischer Helfer im Alltag sein, auf den du jederzeit zurückgreifen kannst.

Dieses Mal steigen wir intensiver ein in die Welt der verschiedenen Meditationsarten. Bei den Asanas steht der Beckenboden im Zentrum. Gerne ergänze ich meine Stunden durch Mantras, Mudras oder gehaltene Akkupressurpunkte.

*Die Praxis des Yoga umfasst Körper, Geist und Seele.  
Sie trägt immer Früchte und gibt jedem Übenden, was er sucht.*

Sri Tirumalai Krishnamacharya

Lass dich überraschen und komm mit auf eine inspirierende, vielleicht auch berührende oder zum Nachdenken anregende Reise, zu dir selbst.

Termine: dienstags, 19:30 - 21:00 Uhr, 10 Abende  
September 10., 17., 24.  
Oktober 08., 15., 22.  
November 05., 12., 26.  
Dezember 03. mögl. Ausweichtermine 10., 17.

Ort: Syrgensteinsaal, Altes Schloss Amtzell  
Leitung: Ramona Radulla, Yoga- und Meditationslehrerin  
Gebühr: 100,00 €  
Anmeldung: Ramona Radulla, Tel.: 0152 21365212  
Geli Brosig, Tel.: 07520 6988  
E-Mail: geli.brosig@gmail.com



# BESICHTIGUNG DER BIOGÄRTNEREI SCHAUWIES

Wir laden sie herzlich zu einer Führung durch die Biogärtnerei Schauwies ein. Erfahren sie, wie hochwertiges Biogemüse direkt auf Allgäuer Feldern angebaut wird. Die Teilnehmer erhalten spannende Einblicke in die nachhaltige Landwirtschaft und lernen die besonderen Methoden kennen, mit denen die Gärtnerei ihre Produkte umweltfreundlich und regional produziert.

Melden sie sich an und entdecken sie, woher ihr gesundes Biogemüse kommt!

Im Anschluss kann im Hofladen eingekauft werden.

Termin: Dienstag, 10.09.2024, 15:30 Uhr

Ort: Schauwies

Gebühr: 2,00 €

Anmeldung: Elli Ott, Tel: 07520 6968

E-Mail: [elisabethott217@yahoo.de](mailto:elisabethott217@yahoo.de)



# KREATIVES MALEN

Entdecken sie ihre kreative Seite beim freien Malen mit natürlichen Materialien wie **Pigmenten, Gewürzen und Mineralien** auf Leinwand. Lassen sie ihrer Fantasie freien Lauf und kreieren sie einzigartige Kunstwerke in entspannter und inspirierender Atmosphäre.

**Vorkenntnisse:** Keine erforderlich! Bringen sie einfach Lust und Freude mit, sich auf etwas Neues einzulassen.

**Mitzubringen:** Malerkittel oder ältere Kleidung.

*Hinweis:* Zu der Kursgebühr kommen Materialkosten je nach Größe des angefertigten Bildes hinzu.

Tauchen sie ein in die Welt der Farben und lassen sie sich von ungewöhnlichen Materialien inspirieren.

Termine: mittwochs, 11.09., 18.09. und 25.09.2024

Uhrzeit: 19:00 Uhr

Treffpunkt: Begegnungsstätte, Altes Schloss Amtzell

Leitung: Uschi Peters

Gebühr: 25,00 € pro Abend

Anmeldung: Elli Ott, Tel. 07520 6968

E-Mail: [elisabethott217@yahoo.de](mailto:elisabethott217@yahoo.de)



## KURS 05 – BODYBALANCE MIT YOGA AM VORMITTAG

Yoga in Achtsamkeit ist Meditation in Bewegung, durch welches sowohl die körperliche als auch die innere Haltung gestärkt wird. Im Rhythmus des Atems ausgeführte Körperübungen und die statischen Körperhaltungen (Asanas) dienen dazu, sowohl die Achtsamkeit zu schulen und den eigenen Körper zu erfahren, als auch dazu, Spannungen zu lösen und den Körper zu kräftigen.



Wir gehen auf Entdeckungsreise durch den Körper, bewegen ihn, formen ihn und halten ihn. Der Körper wird zum Erfahrungsraum und führt uns in die Gegenwart. Es entsteht ein Zustand, in dem wir uns selbst gut fühlen, in dem wir uns zentrieren, klar und kraftvoll, ruhig und leicht fühlen.

Bitte Matte, bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

Kursbeginn: dienstags, ab 24.09.2024  
8:30 - 10:00 Uhr, 10 Vormittage  
Ort: Syrgensteinsaal, Altes Schloss Amtzell  
Leitung: Anette Salmon, Yogalehrerin  
Gebühr: 110,00 €  
Anmeldung: Geli Brosig, Tel.: 07520 6988  
E-Mail: geli.brosig@gmail.com

## **KURS 06 – BODYBALANCE MIT PILATES AM VORMITTAG**

Pilates ist ein Übungskonzept, das auf dem Gleichgewicht von Körper und Geist basiert. Die Sinne für Wahrnehmung und Koordination werden geschult, die wichtigsten Haltungsmuskeln werden gestärkt. Das Pilates Programm zielt auf Stärkung (Core Stability) ab. Die gute Funktion der tiefliegenden, spinalen Muskulatur ist entscheidend für die Bewegungssteuerung und Stabilität der Wirbelsäule und damit eine der Grundlagen für eine gesunde, aufrechte Körperhaltung. Die Bewegung wird fließend ausgeführt, mit der Atmung koordiniert. Dadurch wird der Körper kräftiger, flexibler und ausdauernder.

Bitte Matte, bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

Kursbeginn: dienstags, ab 24.09.2024  
10:00 - 11:30 Uhr, 10 Vormittage  
Ort: Syrgensteinsaal, Altes Schloss Amtzell  
Leitung: Anette Salmon, Yogalehrerin  
Gebühr: 110,00 €  
Anmeldung: Geli Brosig, Tel.: 07520 6988  
E-Mail: geli.brosig@gmail.com

## KURS 07 – BODYBALANCE MIT PILATES

Kursbeginn: dienstags, ab 24.09.2024  
18:00 - 19:30 Uhr, 10 Abende  
Ort: Syrgensteinsaal, Altes Schloss Amtzell  
Leitung: Anette Salmon, Yogalehrerin  
Gebühr: 110,00 €  
Anmeldung: Geli Brosig, Tel.: 07520 6988  
E-Mail: [geli.brosig@gmail.com](mailto:geli.brosig@gmail.com)



# HERBSTKRÄNZE

Passend zur Jahreszeit wollen wir einen Herbstkranz gestalten. Dafür benötigen wir alles, was der Garten und die Natur für uns bereithält.

Hortensien, Lampionblüten, Heu, Fette Henne, Verblühtes ...

Jeder bringt mit was er zur Verfügung hat und im Austausch wird sicher eine schöne Vielzahl an farbenfrohen Kränzen entstehen.

Drahtringe und Wickeldraht sind vorhanden.

Termin: Donnerstag, 26.09.2024, 19.00 Uhr  
Ort: Begegnungsstätte, Altes Schloss Amtzell  
Leitung: Sandra Gambach  
Gebühr: 5,00 €  
Anmeldung: Sandra Gambach, Tel.: 07520 967989  
E-Mail: Sandra641972@gmail.com



## KURS 08 – YIN YOGA, MEDITATION & ACHTSAMKEIT

Frei nach dem Motto „LiebsLeben“ möchte ich dich durch YIN YOGA, MEDITATION & ACHTSAMKEIT raus aus dem Alltagsstress holen und die Verbindung zu dir und deinem Herzen wieder stärken. Yin Yoga ist eine meditative Yogapraxis, welche sich durch die langanhaltende Ausführung der einzelnen Asanas direkt auf unser Innenleben auswirkt. Wir kommen uns und unserem Körper näher, lernen unsere Emotionen wieder bewusster wahrzunehmen und zu fühlen. Unterstützt wird die Entspannung durch angeleitete Meditationen und verschiedene Achtsamkeitsübungen, die ich in den einzelnen Stunden mit euch anwenden werde. Freut euch auf eine wunderbare Auszeit vom Alltag und eine Stunde wohltuender Entspannung für Körper, Geist & Seele.



Bitte Yogamatte, Kissen und eine Decke mitbringen.

Kursbeginn: montags, ab 30.09.2024 - 6 Abende  
Ort: Alte Schule, Pfärrich  
Uhrzeit: 18:15 Uhr - 19:15 Uhr **oder** 19:30 Uhr - 20:30 Uhr  
Teilnehmer: max. 10 Personen  
Gebühr: 90,00 €  
Anmeldung: Stefanie Vollmer, Tel.: 0151 40454701  
E-Mail: [steffi\\_spiess@web.de](mailto:steffi_spiess@web.de)

## FELDENKRAIS

Benannt nach dem Physiker Dr. Moshe Feldenkrais (gest. 1984) regt diese sanfte Methode über das bewusste Wahrnehmen des Körpers und seiner Zusammenhänge einen Lernprozess an - hin zu größerer Beweglichkeit und Lebendigkeit. Wenn wir Kleinkinder beobachten, wie sie sich und die Welt entdecken und mit ununterbrochener Aufmerksamkeit vieles ausprobieren, so erkennen wir den Weg des Lernens. Dabei geht es nicht um Leistung oder das routinemäßige Abspulen von Bewegungen, sondern um das spielerische Erforschen der eigenen Bewegungsmuster und das Experimentieren mit neuen Möglichkeiten. Dadurch können Gewohnheiten, die eventuell zu Schmerzen/ Einschränkungen geführt haben, aufgelöst werden.



"Das Unmögliche möglich machen, das Mögliche angenehm, das Angenehme leicht und das Leichte elegant“.

Inzwischen ist wissenschaftlich bewiesen, dass auch im Alter neue Nervenzellen gebildet und andere Nervenverbindungen geknüpft werden können.

Das heißt: auch unser Gehirn kann "beweglich" bleiben!

In der Gruppe "arbeitet" jede/r liegend für sich. Durch (eine-meist- fast meditative) mündliche Anleitung bekommst du Anregungen dich selbst achtsam in kleinen Bewegungen zu beobachten, zu erforschen und wahr- zu- nehmen.

Eine wunderbare Art und Weise mit "wenig" das Nervensystem zu regulieren und wieder mehr Beweglichkeit, Aufrichtung, freien Atem und vor allem auch mehr Kontakt mit sich selbst zu bekommen!

"Es gibt nichts zu tun"

Termine: mittwochs, 02.10., 09.10. und 16.10.2024, 18:30 Uhr

Ort: Syrgensteinsaal, Altes Schloss Amtzell

Leitung: Liss Stengel

Gebühr: 45,00 €

Anmeldung: Geli Brosig, Tel.: 07520 6988

E-Mail. geli.brosig@gmail.com

# SPIELEABEND FÜR ALLE

Bei unserem Spieleabend möchten wir alle an einen Tisch bringen, die mal wieder Lust verspüren mit anderen Gleichgesinnten einen geselligen Abend bei Gesellschaftsspielen zu verbringen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Nur die Lust am Spielen und auf viel Spaß. Je nach Anzahl bilden wir verschiedene Gruppen, die sich untereinander auf ein Spiel einigen und dies zusammen erlernen und dann miteinander spielen. Vielleicht sind schon SpielerInnen dabei, die die Regeln kennen und erklären können, so dass das Spiel sofort beginnen kann.

So kann man im Laufe der Zeit neue Spiele kennen lernen und natürlich auch die MitspielerInnen.

Wir freuen uns, wenn möglichst viele von euch Lust und Zeit haben mit uns zu spielen.

Termine: 09.10., 06.11., 04.12.2024, 19:00 Uhr

Ort: Bücherei Amtzell

Anmeldung: Geli Brosig, Tel.: 07520 6988

E-Mail: [geli.brosig@gmail.com](mailto:geli.brosig@gmail.com)



## KURS 09 – THEMENREISEN

Reisen zu Leichtigkeit, Freude, Lebenslust, Frieden und Liebe

Du bist das größte Abenteuer deines Lebens. Bist du bereit, deinem liebevollen Ich zu begegnen? Bist du neugierig darauf, dich besser kennenzulernen? Dann lade ich dich ein, dich an 10 Abenden in Gesprächen und **Meditationen** darauf einzulassen. Danach wirst du dich und deine Mitmenschen mit anderen Augen sehen und liebevoller in diese Welt blicken können. Herzlich willkommen auf deinem Weg der Liebe.



- 10.10.2024 Versöhne dich mit deinem Körper (das Äußere)
- 24.10.2024 Versöhne dich mit deinem Körper (das Innere)
- 07.11.2024 Lerne zu fühlen
- 21.11.2024 Nimm deine Gefühle liebevoll in den Arm
- 05.12.2024 Komm in deine Kraft und Lebensfreude
- 19.12.2024 Komm in deiner Liebe zu dir selbst an und erlebe, wie es sich anfühlt, dich zu lieben
- 16.01.2025 Feiere die Liebe und das Leben
- 30.01.2025 Öffne dein Herz für alles was ist und zeige dich
- 13.02.2025 Erblicke die Welt mit liebenden Augen und erkenne dich als die Quelle, die du bist
- 27.02.2025 Ich bin, du bist, wir sind - erkenne unser All-Eins-Sein

Die Abende sind unabhängig voneinander und können einzeln besucht werden.

Termine: 14-tägig donnerstags ab 10.10.2024, 19:00 - 20:30 Uhr  
Ort: Begegnungsstätte, Altes Schloss Amtzell  
Leitung: Simon Gehringer, Wegbegleiter, Tel.: 176 52212367  
www.deinwegderliebe.de  
Gebühr: 12 € pro Abend  
Anmeldung: nicht erforderlich  
Organisation: Anja Klein, Tel.: 07520 923610  
E-Mail: anja.klein@boden-und-grundwasser.de,

## KINOABEND

Wer hat Lust auf einen gemeinsamen Kinoabend mit der Begegnungsstätte Amtzell und der Bücherei Amtzell?

Bei einem Glas Wein oder alkoholfreiem Getränk und Knabbereien werden wir einen Film anschauen. Der Titel wird im Gemeindeblatt bekannt gegeben.

Termin: Freitag, 25.10.2024, 19:30 Uhr  
Ort: Mensa, Ländl. Schulzentrum Amtzell  
Gebühr: 7,00 € (für Getränke und Knabbereien)  
Anmeldung: Geli Brosig, Tel.: 07520 6988  
E-Mail: [geli.brosig@gmail.com](mailto:geli.brosig@gmail.com)



# VORTRAG: VERSCHWÖRUNGSMYTHEN

„Was mit der Verbreitung von Verschwörungsmythen beginnt, kann in rechtsextremer Gewalt münden“

In Krisenzeiten haben Verschwörungsmythen Hochkonjunktur: Menschen wollen dem Gefühl des Kontrollverlusts entkommen und sehnen sich nach Entlastung durch vereinfachte Erklärungsansätze. Verschwörungsmythen stellen in der aktuellen Zeit daher eine große Bedrohung für unser gesellschaftliches Zusammenleben und die freiheitlich demokratische Grundordnung dar. Sie tragen ein starkes Radikalisierungspotenzial in sich und schlagen eine Brücke in extremistische Szenen.

Gemeinsam mit der Polizei Baden-Württemberg bietet die Koordinierungs- und Fachstelle „Demokratie leben“ Bodenseekreis eine öffentliche Präventionsveranstaltung zu Verschwörungsmythen an.

In **einem 2-stündigen Vortrag** zum Thema Verschwörungsmythen klären Kommissarinnen Jule Leisner (Referat Prävention des Landeskriminalamt Baden-Württemberg) und Sigrid Blenke (Referat Prävention des Polizeipräsidiums Ravensburg) über die Wirk- und Funktionsweise von Verschwörungsmythen auf. Sie gehen auf die polizeiliche Relevanz des Themas ein: Verschwörungsmythen als Brücke in den Extremismus, deren Radikalisierungspotenzial sowie deren (strafrechtliche) Folgen.

In einem **interaktiven Teil** werden die Inhalte vertieft und ein Raum für Diskussion und Austausch geschaffen.

Termin: Dienstag, 29.10.2024, 18:00 Uhr  
Ort: Miteinanderort in Neukirch  
Wir bilden Fahrgemeinschaften: Treffpunkt Altes Schloss  
Amtzell um 17:20 Uhr  
Gebühr: kostenfrei  
Anmeldung: verbindliche Anmeldung bis zum 24.10.2024 bei  
Anja Klein, Tel: 07520 967809  
E-Mail: [anja.klein@boden-und-grundwasser.de](mailto:anja.klein@boden-und-grundwasser.de)

Gefördert vom  Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

im Rahmen des Bundesprogramms Demokratie *leben!*

 POLIZEI  
BADEN-WÜRTTEMBERG  
POLIZEIPRÄSIDIUM RAVENSBURG

 Baden-Württemberg  
LANDESHAUPTKANTON

# Vortrag und Gespräch

# Verschwörungs-Mythen

## als Brücke in den Extremismus

## Sigrid Blenke

Kriminalhauptkommissarin im Referat Prävention  
Polizeipräsidium Ravensburg

**Di, 29.10.24, 18.00 Uhr**  
**Miteinanderort Neukirch, Kirchstraße 7**

Eintritt frei  
Reservierung: Tel.: 07541-39793-13, Mail: [martin.morha@bbw.de](mailto:martin.morha@bbw.de)  
Eine Veranstaltung der Koordinierungs- und Fachstelle „Demokratie leben!“-Bodenseekreis

 **BBQ**  
Bildung und Berufliche  
Qualifizierung  
im Lebensraum der  
Baden-Württembergischen  
Wirtschaft

# NOTENLOS

Das Duo Notenlos, bestehend aus Bastian Pusch und Andreas Speckmann, präsentiert ihre einzigartige „Living Jukebox“. Dieses Wunschkonzert der Extraklasse wird jedes Mal neu und anders gestaltet, ganz nach den Wünschen und der Kreativität der Gäste.

Pusch & Speckmann improvisieren sich im Duett und im Duell durch Klassik, Jazz, Musical und Pop. Dabei verzichten sie auf Playback, Hilfsmittel und Noten und führen sich und ihre Pianos an die Leistungsgrenze. Ob Kinderlieder in Filmmusik verwandeln oder Choral mit Rock'n Roll mischen – bei Notenlos ist alles möglich. Auch ungewöhnliche Medleys und humorvolle Interpretationen von Lieblingssongs und bekannten Künstlern sind Teil ihres Repertoires.

Die beiden Ausnahmemusiker treten stilvoll in Anzug und Fliege auf, doch lassen sie sich dadurch nicht bremsen, sondern feiern den Stilbruch und sorgen für jede Menge Spaß. Sie überraschen das Publikum im Minutentakt und garantieren beste Stimmung von Anfang an.

Erleben sie einen Abend voller Überraschungen und musikalischer Höhepunkte – wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Im Anschluss Party!

Termin: 16.11.2024, 19:00 Uhr, Einlass ab 18:30 Uhr  
Ort: Reichlin Meldegg Saal, Altes Schloss Amtzell  
Gebühr: 25,00 €  
Karten: Vorverkauf ab dem 25. Oktober bei:  
Helga Teichmann, Tel: 07520 9198540  
h-teichmann@web.de,  
Peter und Rita, Raiffeisenmarkt Amtzell

**BEGEGNUNGSSTÄTTE  
AMTZELL**

**präsentiert**



## Im Anschluss Party

Vorverkauf ab 25.10.2024  
H. Teichmann: 07520-9198540  
h-teichmann@web.de  
und bei Peter und Rita Rast  
Raiffeisenmarkt Amtzell

Altes Schloss, Amtzell

**16.11.24**

Beginn: 19:00 Uhr

Einlass: 18:30 Uhr

25,-€ Eintritt

## SCHMÖKERN UND SCHLEMMEN

Was gibt es Besseres, als zwei der schönsten Beschäftigung, nämlich das Lesen und Essen, an einem Abend zu verbinden?

Die Gemeindebücherei Amtzell und die Begegnungsstätte Amtzell bieten verschiedene Fingerfood-Gerichte an, die vom Koch der Schulmensa Daniel Pogrzeba frisch zubereitet werden.

Die Literaturpädagogin und Buchhändlerin Andrea Warthemann stellt passende Bücher zu jedem Gang vor. Bei Digestiv, Kaffee und Dessert gibt es dann die Möglichkeit, sich über die Titel auszutauschen und ein Büchertisch lädt zusätzlich zum Erkunden der Herbst-Neuerscheinungen ein.



Termin: Mittwoch, 20.11.2024, 20:00 Uhr  
Ort: Mensa, Ländl. Schulzentrum Amtzell  
Leitung: Andrea Warthemann  
Gebühr: 20,00 €  
Anmeldung: Geli Brosig, Tel.: 07520 6988  
E-Mail: geli.brosig@gmail.com

Anmeldung bis zum 15.11.2024, sie gilt mit Überweisung der Gebühr

# MEDITATIONSTAG

## Rückschau und Neustart zum Jahresbeginn mit Austausch und geführten Meditationen

Lebe ich mein Leben?

Wie dankbar stehe ich morgens auf? Wie liebevoll gehe ich durch meinen Tag? Wie friedvoll schlafe ich abends ein? Wie bewusst erlebe ich meine Tage? Fühle ich die Gefühle, die sich mir zeigen? Wie viel lache ich? Bin ich offen für meine Mitmenschen? Habe ich Vertrauen ins Leben? Fühle ich mich geliebt vom Leben?

Nutze diesen Vormittag und ziehe Bilanz. Wie sehr liebst und lebst du dein Leben? Was möchtest du verändern? Worauf möchtest du dich ausrichten?



Es erwarten dich neue Sichtweisen und liebevolle Impulse. Wir tauschen uns aus zu deinen Fragen an das Leben und ich führe dich in Meditationen zu deiner inneren Weisheit und bringe dich in Kontakt mit deiner Seele.

Bist du offen für ein Jahr voller Möglichkeiten?

Termin: Samstag, 11.01.2025, 9:00 - ca. 13:00 Uhr  
Ort: Syrgensteinsaal, Altes Schloss Amtzell  
Leitung: Simon Gehringer, Wegbegleiter  
[www.deinwegderliebe.de](http://www.deinwegderliebe.de)  
Gebühr: 28,00 €  
Anmeldung: verbindliche Anmeldung bis zum 08.01.2025 bei  
Anja Klein, Tel: 07520 923610  
E-Mail: [anja.klein@boden-und-grundwasser.de](mailto:anja.klein@boden-und-grundwasser.de)

# TASCHE/KISSEN MIT STOFFDRUCK GESTALTEN



Werden sie kreativ und bedrucken sie Ihre Stoffe, die am zweiten Termin zu einem individuellen Kissen oder einer Tasche verarbeitet werden.

Anregungen und Anleitungen sind vorhanden, sodass auch Anfängerinnen und Anfänger herzlich willkommen sind.

## 1. Abend:

Am ersten Abend können sie mit Farben, Pinseln und Stempeln ihren eigenen Stoff bedrucken.

## 2. Abend:

Am zweiten Abend können sie ihr Wunschprojekt aus dem bedruckten Material nähen. Bitte bringen sie nach Absprache geeignete Stoffe und Bänder mit.

Nähmaschinen und Utensilien dafür sind vorhanden.

## **Termine:**

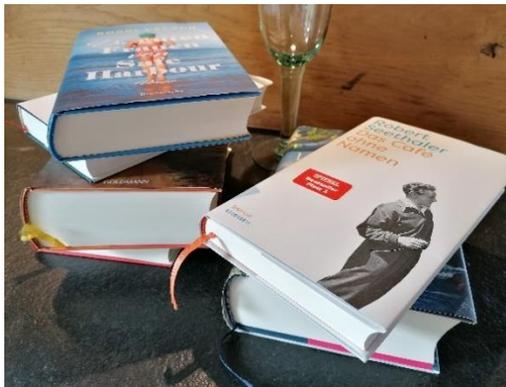
Stoffdruck: Mittwoch, 29.01.2025, 19:00 Uhr - 21:00 Uhr  
Nähen: Mittwoch, 05.02.2025, 19:00 Uhr - 21:00 Uhr  
Ort: Begegnungsstätte, Altes Schloss Amtzell  
Leitung: Sandra Gambach und Susanne Stoll  
Gebühr: 5,00 € pro Abend, Materialkosten Stoffdruck: 8,00 €  
Anmeldung: Sandra Gambach, Tel.: 07520 967989  
E-Mail: sandra641972@gmail.com

# LITERATURABEND

In gemütlicher Runde findet wieder ein Literaturabend in der Bücherei Amtzell statt. Die Literaturpädagogin und Buchhändlerin Andrea Warthemann präsentiert interessante, spannende und neue Literatur.

Genießen sie bei Wein, Brot und Käse einen entspannten Abend, der ganz im Zeichen der Literatur steht.

Sie können sich mit anderen über ihre Lieblingsbücher austauschen und gemeinsam am Büchertisch schmökern, der viele Neuerscheinungen für sie bereithalten wird.



Termin: Donnerstag, 30.01.2025, 19:00 Uhr  
Ort: Bücherei Amtzell  
Leitung: Andrea Warthemann  
Gebühr: 8,00 €  
Anmeldung: Geli Brosig, Tel: 07520 6988  
E-Mail: geli.brosig@gmail.com

# ANMELDEBEDINGUNGEN

**Anmeldeschluss ist jeweils 3 Tage vor Kursbeginn.**

Melden sie sich immer bei der jeweiligen Organisatorin an, Name, Telefonnummer und E-Mail-Adresse stehen jeweils im Text der Veranstaltung.

**Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich.** Sie ist gültig und verbindlich mit Eingangs-„Reihenfolge“ der Überweisung (außer bei Vorträgen und Veranstaltungen unter 10,00 €).

**Sollte die Veranstaltung nicht stattfinden, wird der überwiesene Betrag zurückerstattet.**

BITTE BEACHTEN SIE DIE FORTLAUFENDEN KURSE:

Nach vorheriger Absprache ist ein Quereinstieg oder Schnupperabend (Gebühr 5,00 €) möglich.

Die Veranstaltungen, Kurse oder Vorträge sind sowohl für Frauen als auch für Männer und Diverse, wenn nicht ausdrücklich auf anderes hingewiesen wird.

Weitere Informationen und das Programm als pdf-Download finden Sie auch im Internet unter: <http://www.begegnungsstaette-amtzell.de>

Die Bankverbindung der Begegnungsstätte Amtzell:

IBAN: DE90 6505 0110 0000 2285 45  
Bank: KSK Ravensburg  
Kontoinh.: Angelika Brosig

## DIE ORGANISATORINNEN



Geli Brosig  
07520 6988  
geli.brosig@gmail.com

Sandra Gambach  
07520 967989  
sandra641972@gmail.com



Anja Klein  
07520 923610  
anja.klein@boden-und-grundwasser.de

Elli Ott  
07520 6968  
elisabethott217@yahoo.de





Sonja Schneider-Rupp  
07520 924871  
sonja.schneider-rupp@bit-care.de



Susanne Stoll  
07520 953707  
susistoll@web.de



Helga Teichmann  
07520 9198540  
h-teichmann@web.de

