



Horizonte erweitern – Leben bereichern

# CHRISTLICHE VOLKSHOCHSCHULE HAMBURG



**NEU:** Jetzt auch mit  
Online-Seminaren!

**September  
bis Dezember**



[www.cvhs-hamburg.de](http://www.cvhs-hamburg.de)



## Herzlich willkommen in der CVHS Hamburg!

Nicht Wochen, nein schon Monate beschäftigt wir uns mit dem Corona-Virus und seinen Folgen.

Haben wir uns im letzten Programm mit dem drohenden Ende einer vertrauten Welt auseinandergesetzt, so wollen wir uns jetzt dem Über- und Weiterleben widmen.

Wir tun das geistlich, die „Perlen des Glaubens“ zeigen uns, wie wir beten sollen und biographisch, Pastor Bonhoeffer zeigt uns durch sein Leben und Werk wie wir leben sollen. Weitere Seminare haben das Herz und die Hände im Blick sowie die wichtige Frage, wie ist's im Himmel?

Unsere Referenten sind Christen, die mit ihrem Glauben und der Bibel Eure Horizonte erweitern und Euer Leben bereichern wollen.

Auch dieses Mal laden wir zu einem Zoom- Gespräch mit Impulsen und Diskussionen ein. Meldet Euch an, alles Weitere bekommt Ihr in der Antwortmail.

Auf ein Neues ...

**Jochen Weise**  
und das Team der CVHS

### JOCHEN WEISE

Theologe und Seelsorger, Geschäftsführer der Christlichen Volkshochschule Hamburg und 1. Vorsitzender der GGE-Nord sowie Bereichsleiter der Stiftung Therapeutische Seelsorge.

### WICHTIGE HINWEISE:

Ihre Anmeldung ist für uns verbindlich, wenn Sie nicht 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn bei uns storniert wurde. Wir bitten um Ihr Verständnis, dass danach die Seminargebühr in voller Höhe zu zahlen ist. Alle Seminare mit mindestens 5 Anmeldungen eine Woche vor Veranstaltungstag werden stattfinden. Im Übrigen gelten die Teilnahmebedingungen von 2020.

Die Christliche Volkshochschule ist ein gemeinnütziges Projekt der Eastside Projekt gGmbH. Bitte unterstützen Sie uns mit einer Spende. Natürlich erhalten Sie für Ihre Spende eine Spendenbescheinigung. Unsere Kontonummer bei der Evangelischen Bank ist (Stichwort: „CVHS“):

**IBAN: DE49 5206 0410 0006 4270 22.**  
**BIC: GENODEF1EK1.**

Die CVHS arbeitet zusammen mit den Christen im Gesundheitswesen (CiG), der Geistlichen Gemeinde-Erneuerung in der Evangelischen Kirche (GGE Nord) und der Stiftung Therapeutische Seelsorge (TS).



**ab Montag, 28.09.** + 12.10. | 26.10. | 09.11. |  
23.11. | 14.12. | 28.12. je 19:30–21:30 Uhr

## BONHOEFFER – WEG, WERK UND WIRKUNG

### WAS DARFST DU ERWARTEN?

Der evangelische Pastor Dietrich Bonhoeffer starb vor 75 Jahren. Viele kennen seinen Namen, aber wenige wissen etwas von seinem Glauben, seiner Hoffnung und seiner Liebe. Wir geben Dir einen ausführlichen Einblick mittels ausgewählter Information und Literatur.

### WAS HAST DU GELERNT?

Du kennst die Geschichte und den Hype um Bonhoeffer und

kennst seine Gedanken und seine Träume anhand seiner Schriften und seines Lebens.

### WAS HAST DU DAVON?

Du hast eine Person der Zeitgeschichte tiefer kennengelernt und hast ein Vorbild gefunden. Du kannst mit Bonhoeffer dem Leben, der Welt und Gott neu und anders begegnen.



**Ort:** CVHS, Friedrich-Ebert-Damm 111, 22047 Hamburg

**Referent:** Jochen Weise, Theologe und Seelsorger

**Kosten:** 50,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

**Anmeldung:** anmeldung@cvhs-hamburg.de



**ab Montag, 05.10.** + 19.10. | 02.11. | 16.11. |  
30.11. | 07.12. | 21.12. je 19:30–21:30 Uhr

## WAS WISSEN WIR VOM HIMMEL?

**WAS DARFST DU ERWARTEN?**  
Theologen reden selten vom Himmel, Pastoren manchmal, die Bibel häufig. Wir wollen die Stellen der Heiligen Schrift kennenlernen und besser verstehen, damit der Himmel konkreter wird.

**WAS HAST DU GELERNT?**  
Paulus meint, ohne Auferstehung ist unser Glaube sinnlos. Du kannst jetzt die Frage, „wo geht's hin?“ beantworten und

„mit Leben füllen“. Du kannst die Gedanken der Bibel wiedergeben und über den Himmel reden.

### WAS HAST DU DAVON?

Wer den Himmel kennt, freut sich auf die Zukunft. Denn der Himmel nimmt Ängste, schenkt Hoffnung und macht froh.



**Ort:** CVHS, Friedrich-Ebert-Damm 111, 22047 Hamburg

**Referent:** Jochen Weise, Theologe und Seelsorger

**Kosten:** 50,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

**Anmeldung:** anmeldung@cvhs-hamburg.de



**Donnerstag, 08.10.** 19:30–21:00 Uhr

## STELL DICH MUTIG DEINER ANGST

**WAS DARFST DU ERWARTEN?**  
Es ist nicht nur die Angst, böse zu erkranken, sondern auch die Sorge, plötzlich allein zu sein, weil Menschen, die Du liebst, sterben. Deine Sorge um sie befällt Dich und lähmt. Die Seminarleiterin spricht über Formen der Angst und wie Du ihnen mutig begegnen kannst.

### WAS HAST DU GELERNT?

Du hast unterschiedliche Formen von Angst kennengelernt und kennst Mittel und Wege

ihnen zu begegnen. Das Gefühl von Ohnmacht bekommst Du so in den Griff.

### WAS HAST DU DAVON?

Wenn Du lernst, Deine Angst zu beherrschen und nicht mehr von ihr bestimmt wirst, wirst Du frei. Ein neues verändertes Leben wird für Dich möglich und ohne Sorgen ist Frieden möglich.



**Ort:** Online-Seminar über ZOOM

**Referentin:** Christine Scheible, Gestalt- und Musiktherap. (HPG)

**Kosten:** 10,- Euro

**Anmeldung:** anmeldung@cvhs-hamburg.de, max. 8 Teilnehmer



**Freitag, 16.10.**

14:00–18:00 Uhr

## EINZELANALYSEN / EINZELSUPERVISION

### WAS DARFST DU ERWARTEN?

In einem Einzelgespräch mit dem Referenten besteht die Möglichkeit, persönliche Fragen zu klären, wie z.B. Fallbeispiele aus der eigenen Beratungstätigkeit oder auch für sich als Person.

### WAS HAST DU GELERNT?

Es geht um Dich persönlich. Um Dich als Seelsorger und Seelsorgerin. Das Ziel der Einzelsupervision ist es, dass Du Deine eigenen verdeckten Lebensziele erkennst.

### WAS HAST DU DAVON?

So erlebst Du in diesen Gesprächen einmal an Dir selbst, was Du später in den eigenen Seelsorgegesprächen umsetzen wirst.



**Bitte buche Deinen  
Gesprächstermin einzeln  
vorab innerhalb des oben  
angebotenen Zeitraumes.**

**Ort:** CVHS, Friedrich-Ebert-Damm 111, 22047 Hamburg

**Leitung:** Werner Schäfer, Stiftung Therapeutische Seelsorge

**Kosten:** 60,- Euro

**Anmeldung:** anmeldung@cvhs-hamburg.de, Einzeltermine



**Samstag, 17.10.**

09:00–17:30 Uhr

## SEELSORGE UND KRISENINTER- VENTION – GRENZEN ERKENNEN UND MÖGLICHKEITEN GESTALTEN

### WAS DARFST DU ERWARTEN?

Schwere seelische Störungen, Erkrankungen und akute Grenzerfahrungen, die zu einer suicidalen Krise führen, machen die Grenzen der seelsorgerlichen Begleitung deutlich. Wie zeigen sich diese Störungen, welche Symptome sind zu beachten und was bedeutet das für die praktische Seelsorge?

### WAS HAST DU GELERNT?

Das Seminar vermittelt Dir fundiertes Wissen über die Hinter-

gründe akuter Krisen und macht Zusammenhänge seelischer Störungen deutlich.

### WAS HAST DU DAVON?

Du lernst Handlungskonzepte zur Krisenintervention kennen und wirst zu einem sorgsamem Umgang mit den eigenen Grenzen angeleitet.

### JEDER IST WILLKOMMEN:

Das Seminar kann auch ohne das Ziel eines Abschlusses besucht werden.

**Ort:** CVHS, Friedrich-Ebert-Damm 111, 22047 Hamburg

**Referent:** Werner Schäfer, Stiftung Therapeutische Seelsorge

**Kosten:** 65,- Euro, inklusive Arbeitsmaterial

**Anmeldung:** anmeldung@cvhs-hamburg.de



**Mittwoch, 21.10.** 19:30–22:00 Uhr

## SCHREIBEN UND GELESEN WERDEN FÜR PRESSEMITTEILUNG, GEMEINDE- BRIEF UND SOCIAL MEDIA

### WAS DARFST DU ERWARTEN?

Gern würden wir Hinweise auf wichtige Gemeinde-Veranstaltungen in der Zeitung wiederfinden. Wie aber laden wir Menschen ein? Eine Pressemitteilung ist die Grundlage zur Information der Medien. Wir gestalten eine Pressemitteilung und überlegen, wo wir sie unterbringen können.

### WAS HAST DU GELERNT?

Du weißt, was berichtenswert ist, wie du es so formulieren kannst, dass es gelesen wird

und welche Medien sich für Deine Veröffentlichungen eignen.

### WAS HAST DU DAVON?

Du kannst nun die nächsten Schritte gehen, um Deiner Gemeinde zu mehr Sichtbarkeit in den Medien zu verhelfen.

*Als Redakteur arbeitete Karl-Heinz Becker für verschiedene Fernsehzeitschriften in Hamburg. Aus seiner Feder stammen außerdem Bücher und Hörspiele im konfessionellen Bereich.*



**Ort:** CVHS, Friedrich-Ebert-Damm 111, 22047 HH

**Referent:** Karl-Heinz Becker, Autor

**Kosten:** 15,- Euro, inklusive Arbeitsmaterial

**Anmeldung:** anmeldung@cvhs-hamburg.de

**Donnerstag, 22.10.** 19:30–21:30 Uhr

## KOMPASS FÜR SCHWIERIGE GESPRÄCHE – KOMMUNIKATION IN ALLTAG UND BERUF MEISTERN



### WAS DARFST DU ERWARTEN?

Ein einfaches Konzept, basierend auf den Perlen bekannter Kommunikationsmodelle, praxisnah erklärt und einsetzbar in Deinen Konfliktgesprächen.

### WAS HAST DU GELERNT?

1. Die Person, die am entscheidensten zum Scheitern oder Gelingen schwieriger Gespräche beiträgt, bist Du selbst.
2. Du kennst das 5-Phasen-

Modell und kannst es in Deinem Alltag gebrauchen.

### WAS HAST DU DAVON?

Du kennst jetzt Wege, wie Du aus einer zufriedenen Grundstimmung heraus in Gespräche gehen und sie erfolgreich und für beide Seiten gewinnbringend meistern kannst.



**Ort:** CVHS, Friedrich-Ebert-Damm 111, 22047 Hamburg

**Referent:** Martin Dube, Manager Sozial- und Gesundheitswesen

**Kosten:** 15,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

**Anmeldung:** anmeldung@cvhs-hamburg.de



**Samstag, 14.11.**

14:00–18:00 Uhr

## **SELBST GEMACHT – EIN SCHNEIDEBRETT VOR WEIHNACHTEN**

### **WAS DARFST DU ERWARTEN?**

Einen Tischler-Workshop mit maximal 10 Teilnehmern zum Bau eines edlen Schneidebretts vom Anfang bis zum Ende.

### **WAS HAST DU GELERNT?**

Unter Anleitung eines Tischlermeisters kannst Du im ersten Schritt Bretter aus einzelnen Edelholzleisten im Lieblingsmuster zusammenleimen. Nach der Leimpause kannst Du in einem zweiten

Schritt aus den noch groben Brettern schöne Kleinode für die Ewigkeit werden lassen.

### **WAS HAST DU DAVON?**

Du tauchst ein, in die Faszination einer traditionellen Tischlerei und weißt, wie Du ein besonderes Schneidebrett zum Verschenken oder Selberrnutzen bauen kannst.



**Ort:** Ärmel hoch-Werkstatt, Bogenstraße 34, 22926 Ahrensburg

**Referent:** André Wolf, Tischlermeister, aermelhoch.jetzt

**Kosten:** 99,- Euro inklusive Arbeitsmaterial/Werkstattnutzung

**Anmeldung:** anmeldung@cvhs-hamburg.de, max. 10 Teilnehmer



**Montag, 16.11.**

19:30–22:00 Uhr

## **DER TRAUER RAUM GEBEN**

### **WAS DARFST DU ERWARTEN?**

Einen Vortrag mit einem Impuls zum gesunden Umgang mit Trauer. Ein Gespräch, in dem wir unserer Trauer begegnen, daran wachsen und Mitgefühl für uns und andere finden.

### **WAS HAST DU GELERNT?**

Du hast gelernt, Trauer als einen natürlichen Schritt zur Heilung zu verstehen. Du kennst verschiedene Trauerrituale und

Trauerwege und bist Deinem eigenen individuellen Umgang mit Trauer näher gekommen.

### **WAS HAST DU DAVON?**

Du kennst Wege, um mit Deinen tiefen Gefühlen wie Angst, Wut, Schmerz, Einsamkeit und Verzweiflung umzugehen.



**Ort:** CVHS, Friedrich-Ebert-Damm 111, 22047 Hamburg

**Leitung:** Christine Scheible, Gestalt- und Musiktherapeutin (HPG)

**Kosten:** 15,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

**Anmeldung:** anmeldung@cvhs-hamburg.de



**Freitag, 20.11.**  
**Samstag, 21.11.**

14:00–21:30 Uhr  
09:00–17:30 Uhr

## **STÄRKEN, WACHSEN, REIFEN – VERÄNDERUNGSPROZESSE ANREGEN UND GESTALTEN**

### **WAS DARFST DU ERWARTEN?**

Wachstum und Reife ist ein natürlicher und von Gott gewollter Prozess, der auch in schwierigen Lebenssituationen gelingen soll. Wir dürfen zu dem Menschen werden, den Gott in uns sieht.

### **WAS HAST DU GELERNT?**

Wie geschieht Wachstum? Wie können Krisen überwunden und neue Wege eingeschlagen werden? Wie können Veränderungen angeregt und begleitet werden?

### **WAS HAST DU DAVON?**

Das Seminar vermittelt Fertigkeiten, wie Veränderungen bei Menschen angestoßen werden können, zeigt die Bedeutung der Ermutigung auf, gibt Hilfen zum ressourcenorientierten Arbeiten und vermittelt Ideen wie Lernprozesse begleitet werden können.

#### **JEDER IST WILLKOMMEN:**

Das Seminar kann auch ohne das Ziel eines Abschlusses besucht werden.



**Ort:** CVHS, Friedrich-Ebert-Damm 111, 22047 Hamburg

**Referent:** Werner Schäfer, Stiftung Therapeutische Seelsorge

**Kosten:** 130,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

**Anmeldung:** anmeldung@cvhs-hamburg.de



**Dienstag, 24.11.**

19:30–21:30 Uhr

## **MIT ANERKENNUNG, LOB UND WERTSCHÄTZUNG MOTIVIEREN**

### **WAS DARFST DU ERWARTEN?**

Du erfährst, warum Anerkennung, Lob und Wertschätzung ganz unterschiedliche Dinge sind und warum sie als Instrumente der Motivation manchmal funktionieren und manchmal nicht.

### **WAS HAST DU GELERNT?**

Du weißt, was motivierend wirkt und was nicht und kannst so loben, dass Dein Lob beim Gegenüber ankommt.

### **WAS HAST DU DAVON?**

Du hast nun das Handwerkzeug, um mit Deinen Mitarbeitern am Arbeitsplatz, in der Gemeinde, mit Familienmitgliedern, Freunden und Menschen überhaupt wertschätzend umzugehen.



**Ort:** CVHS, Friedrich-Ebert-Damm 111, 22047 Hamburg

**Referent:** Martin Dube, Manager Sozial- und Gesundheitswesen

**Kosten:** 15,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

**Anmeldung:** anmeldung@cvhs-hamburg.de



**Donnerstag, 03.12.** 19:30–21:30 Uhr

## **BETEN MIT DEN „PERLEN DES GLAUBENS“**

### **WAS DARFST DU ERWARTEN?**

Eine Einführung in die „Perlen des Glaubens“ und Übungen zum persönlichen Gebet. Die Perlen sind eine Hilfe, Gott besser zu verstehen und ihm anhand des Gebetes mit den Perlen näher zu kommen.

### **WAS HAST DU GELERNT?**

Du weißt jetzt, wie Du anhand der „Perlen“ im Alltag beten kannst und wie das ritualisierte Gebet Dir hilft. Du erlebst, wie die „Perlen“ Deine Gedan-

ken himmelwärts lenken und weißt, warum das Deiner Seele gut tut.

### **WAS HAST DU DAVON?**

Du hast eine tiefe und biblische Ermutigung zum Gebet kennengelernt und kannst sie in Deinen Alltag einbauen. Das regelmäßige Gebet lässt Dich gelassener und zuversichtlicher werden.



**Ort:** CVHS, Friedrich-Ebert-Damm 111, 22047 Hamburg

**Leitung:** Christine Scheible, Gestalt- und Musiktherapeutin (HPG)

**Kosten:** 15,- Euro, inklusive Arbeitsmaterial

**Anmeldung:** anmeldung@cvhs-hamburg.de

 **STUDIENREISE**

# **BARCELONA**

Die bunte Metropole von Picasso und Gaudi



**Freitag 26. bis Montag 29. März 2021**



La Sagrada Familia  
Olympiagelände,  
Kolumbus-Denkmal  
Picasso Museum  
Rambla,  
Park Güell  
Casa Batlló  
u.v.m.



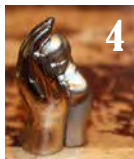
**Wer kommt mit?** Alle, die das besondere Lebensgefühl und den Charme der katalonischen Stadt und deren Geheimen entdecken und sich von Künstlern und Kathedralen am Meer faszinieren lassen möchten.

**Was darfst Du erwarten?** Hin- und Rückflug ab Hamburg, drei Übernachtungen im 3- bis 4-Sterne-Hotel inkl. Frühstück

**Alle Infos und ausführliche Reisebeschreibung auf [www.cvhs-hamburg.de/studienreisen](http://www.cvhs-hamburg.de/studienreisen)**



# Schönes aus deutschen Klöstern



**1 Notizblock mit Goldschnitt**, € 7,95 / **Lesezeichen**, € 2,50  
(KLOSTER MARIA LAACH)

**2 Armband „Perlen des Glaubens“**, mit Halbedelsteinen,  
€ 35,- (EINZELANFERTIGUNGEN)

**3 Brotmesser mit Kanon/ Tischgebet**, Solinger Schloff, € 59,-  
(ABTEI KÖNIGSMÜNSTER MESCHEDÉ)

**4 Kind in Gottes Hand**, 4 cm, Edelstahl, € 6,50

**5 Büroklammerhalter** € 22,50 (ABTEI KÖNIGSMÜNSTER MESCHEDÉ)

**6/7 Kettenanhänger**, Murano-Glas an Textilband, € 8,50  
(KLOSTER MARIA LAACH)

## PRÄSENT

**Online-Shop:** [praesent-hamburg.de](http://praesent-hamburg.de)

Traberweg 2 · 22159 Hamburg · Direkt an der U1-Station „Trabrennbahn“ · Tel. 53 30 42 32  
Öffnungszeiten: Mo. – Sa. 10:00 – 18:30  [facebook.com/praesentgeschenkartikelladen](https://facebook.com/praesentgeschenkartikelladen)