



Horizonte erweitern – Leben bereichern

CHRISTLICHE VOLKSHOCHSCHULE HAMBURG



Jetzt auch mit
Online-Seminaren!



20
Januar bis April
23

www.cvhs-hamburg.de



Herzlich willkommen in der CVHS Hamburg

Kurz vor dem Jahreswechsel starb der seit 2013 emeritierte Papst Benedikt XVI., der uns ein beeindruckendes dreibändiges Werk über **Jesus Christus** hinterlassen hat, dem wir uns an fünf Montagen im Februar und März nähern wollen.

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 2023.

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: GENODEF1EKL

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

Wir beschäftigen uns mit **Vorbildern im Glauben** (22.02. und Studienreise „Auf Bonhoeffers Spuren“), wollen uns einüben in **Vertrauen** (15.03.), **Deeskalationsstrategien** (19.04.) und in eine gesunde **Diskussionskultur** (ab 31.01.) und unseren **Glauben** (01.03./27.03.) und unsere **Ehen stärken** (11.02.).

Wieder dabei sind die Einführung in den **Bibliolog** (01.03.) und die beiden Seminare zum **Inneren Kind** (22.03./15.04.).

Wir würden uns sehr freuen, Euch in den kommenden Monaten wieder oder zum ersten Mal zu einem Seminar der Christlichen Volkshochschule begrüßen zu dürfen. Und wenn Ihr mögt: Schreibt uns doch einmal, welche Seminarthemen Euch besonders interessieren würden.

Jochen Weise
und das Team der CVHS



JOSEPH RATZINGER
BENEDIKT XVI.
JESUS
VON NAZARETH

ab Montag, 30.01.

+ 06.02. | 27.02. | 06.03. | 13.03. je 19:30–21:30 Uhr

DIE 3 JESUS-BÜCHER DES PAPST BENEDIKT

WAS DARFST DU ERWARTEN?

An den 5 Abenden erhältst Du einen Überblick über die Gliederung und die Inhalte sowie die Themen der 3 Bücher. Wir lesen zusammen einzelne besonders wichtige und für die Lehre und den Glauben von Benedikt entscheidende Kapitel.

WAS HAST DU GELERNT?

Gründe für die Verlässlichkeit der Evangelien und einen Einblick in die aktuellen Fragen und Antworten der Botschaft von Jesus Christus sowie einen

Professor der Theologie, der Papst wurde und seinen persönlichen Glauben nicht verlor.

WAS HAST DU DAVON?

Du kannst auf dem aktuellen Wissensstand mit anderen über den Glauben diskutieren und kennst die Unterschiede und Gemeinsamkeiten von katholisch und evangelisch. Dein eigener Glaube wird durch das Glaubenszeugnis des Papstes gestärkt.



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 Dienstag, 31.01. je 20:00–21:30 Uhr
+ 28.02. | 28.03. | 25.04.

REDEN WIR DARÜBER – 4 DISKUSSIONSABENDE

WAS DARFST DU ERWARTEN?

An 4 Abenden werden wir uns in geregelter Form zu Wort melden. Jeder darf seine Meinung, seine Gedanken zu der Sache sagen und wir hören, fragen nach und denken über die Konsequenzen nach. Wir beschäftigen uns mit Corona, Gender, Klima und Krieg.

WAS HAST DU GELERNT?

Wir hoffen, dass es sinnvoll ist, Meinungen, Positionen und

Gedanken unkommentiert zu hören. Und das es hilfreich ist, zu wissen, woher die Äußerungen kommen und was aus ihnen werden kann.

WAS HAST DU DAVON?

Wir hoffen, ein demokratisches Bewusstsein und eine Bereitschaft, die eigene Meinung zu sagen und zu vertreten.

Ort: Online-Seminar über ZOOM

Leitung: CVHS-Team

Kosten: 40,- Euro

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Samstag, 11.02. 19:30–22:00 Uhr

MARRIAGE WEEK CANDLE-LIGHT DINNER

WAS DARFST DU ERWARTEN?

Einen schön gedeckten Tisch für Euch als Paar. Der Abend ist gedacht, in einer schönen Atmosphäre mit einem leckeren Buffet gemeinsame Zeit zu verbringen und zu genießen. On-Top gibt es ein 30-minütiges Impuls-Referat.

WAS HAST DU GELERNT?

Wie schön es ist, in der Gemeinschaft mit anderen Paaren

einen Abend zu erleben und sich einander als Paar zu widmen und zu feiern.

WAS HAST DU DAVON?

Einige schöne Bilder, Selfies, eine Erinnerung an einen schönen Abend und eine Ermütigung, weiter als Paar zu leben und gemeinsam das Leben zu meistern.

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

Referenten: Mareike & Daniel Riewesell, Eheberatung proEhe

Kosten: 50,- Euro pro Paar, inkl. Essen, Getränke und Impuls

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Mittwoch, 22.02.

19:30–21:30 Uhr

DIE SCHWESTERN VON GESTERN – VORBILDER DER KIRCHENGESCHICHTE

WAS DARFST DU ERWARTEN?

Der Abend präsentiert Dir drei Frauengestalten. Drei kurze Impulse zu der Frau um 20, 40 und 60 geben Dir neue Erkenntnisse und Einsichten, um Dein Leben besser zu gestalten und Dir zu ermöglichen, ein selbstbestimmtes Leben zu führen.

WAS HAST DU GELERNT?

Du hast gelernt, dass jedes Alter eine Lebens- und Lernstufe beinhaltet und dass Frauen der Kirchengeschichte diese auch

bewältigen mussten. Du kennst die Lebens- und Glaubensgeschichte der drei Frauen.

WAS HAST DU DAVON?

Du hast 3 Frauen als Vorbild für Dein Leben kennengelernt und und kannst Dich mit ihnen identifizieren.

So hast Du vielleicht eine neue „Freundin“ gefunden oder eine „Wegbegleiterin“ im Geiste.



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

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

Kosten: 15,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Mittwoch, 01.03.

19:30–21:30 Uhr

EINFÜHRUNG IN DEN BIBLIOLOG

WAS DARFST DU ERWARTEN?

Nach einer Einführung in die Methode des Bibliolog werden zwei biblische Texte in Bibliolog-Form à 15–20 Minuten eingebracht mit reichlich Raum für gemeinsame Reflexion sowie Einführung und Klärung auftretender Fragen.

WAS HAST DU GELERNT?

Du hast den Bibliolog als einen Weg kennengelernt, der auf der jüdischen Auslegung des Midrasch beruht. Du hast erfahren, wie die Bibel so lebendig

und bedeutsam für das eigene Leben wird.

WAS HAST DU DAVON?

Du kennst eine weitere Methode um Dir und anderen die Bibel und ihre Texte zu erschließen. Der Reichtum des Wortes Gottes wird Dir und anderen Richtschnur und Orientierungshilfe.



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

Leitung: Erika Schiffner, Ergotherapeutin, syst. Beraterin (DGSF)
Dr. Georg Schiffner, Chefarzt Geriatrie, CiG

Kosten: 15,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Mittwoch, 15.03.

19:30–21:30 Uhr

SEHNSUCHT – IM LEBEN, IM GLAUBEN, AM ORT

WAS DARFST DU ERWARTEN?
Das neue Jahr 2023 hat gerade erst begonnen und noch ist nicht offenbar, was kommen wird. Das Frühjahr treibt uns wieder nach draußen, voller Hoffnung auf neues Leben. Ist es das, was Sehnsucht meint? Ein Abend über Sehnsucht mit Vortrag und Gespräch.

WAS HAST DU GELERNT?
Du hast verschiedene Formen der Sehnsucht kennengelernt und hast eine Idee der eigenen

Sehnsucht. Du kennst Wege, Deiner Sehnsucht näher zu kommen und sie im Leben zu finden.

WAS HAST DU DAVON?

Du hast Dich und Deine Sehnsucht besser kennengelernt, kennst somit den Grund für Unruhe und Unfrieden und hast nun Möglichkeiten damit hilfreich umzugehen.



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

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

Kosten: 15,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Montag, 20.03. – Sonntag, 26.03.

AUF BONHOEFFERS SPUREN – STUDIENREISE

WAS DARFST DU ERWARTEN?
Berlin | Besichtigung der Erinnerungs- und Begegnungsstätte Bonhoeffer Haus in Charlottenburg | Bonhoeffer Haus in der Wangenheimerstraße | Erfurt | KZ-Gedenkstätte Buchenwald | Abendgebet im Augustiner-Kloster | Tübingen | Altstadt und Uni Tübingen | KZ-Gedenkstätte Flossenbürg | Viel Zeit für Gespräch und Reflexion

WAS HAST DU DAVON?
Hin- und Rückfahrt im Minivan ab/bis Hamburg, 6 Übernachtungen in 3-Sterne Hotels inkl. Frühstück, alle Steuern und Gebühren, erfahrene Reiseleitung, kleine exklusive Gruppe (max. 8 Personen).



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

Reiseleitung: Jochen Weise, Theologe und Seelsorger

Kosten: 850,- Euro im Doppelzimmer / EZ-Zuschlag 200,-

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Mittwoch, 22.03.

20:00–21:30 Uhr

OB MANN ODER FRAU – IN DIR LEBT EIN KIND EINFÜHRUNG IN DAS INNERE KIND

WAS DARFST DU ERWARTEN?

Eine Einführung in die Gedankenwelt vom Inneren Kind. Was wird gemeint, wenn man davon spricht? Was für einen positiven oder negativen Einfluss kann und darf meine Kindheit auf mein jetziges Leben ausüben?

WAS HAST DU GELERNT?

Du hast gelernt, dass das Innere Kind Deine Gefühlsbindungen mitbestimmt und einen starken

Einfluss auf Dein Selbstwertgefühl und Deine Beziehungen hat.

WAS HAST DU DAVON?

Du kennst Wege, Dich aus negativen Bindungen auf eine gesunde Weise zu befreien und weißt, wie Du Verantwortung für Dein Inneres Kind übernehmen kannst.



Ort: Online-Seminar über ZOOM

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

Kosten: 15,- Euro

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Montag, 27.03.

19:30–21:30 Uhr

KILLING JESUS. WHY? 10 GRÜNDE, WARUM JESUS STARB

WAS DARFST DU ERWARTEN?

Noch heute ist es unfassbar, dass ein heiliger Mann so früh und für viele grundlos sterben musste. Aber stimmt das, grundlos? An diesem Abend werden 10 Gründe der Bibel vorgestellt und diskutiert.

WAS HAST DU GELERNT?

Du hast den Tod Jesu als Angelpunkt der Heils- und Glaubensgeschichte des Christentums neu oder wieder kennenge-

lernt. Du kannst die 10 Gründe für den Tod Jesu biblisch herleiten und begründen.

WAS HAST DU DAVON?

Die 10 Gründe sind 10 unterschiedliche Vorstellungen und können Dir helfen, Deinen Glauben zu leben und in Schwierigkeiten nicht zu verlieren.



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

Referent: Jochen Weise, Theologe und Seelsorger

Kosten: 15,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



ab Montag, 03.04. je 19:30–21:30 Uhr
+ 17.04. | 24.04.

WER VERTRAUT, LEBT LÄNGER

WAS DARFST DU ERWARTEN?
Drei Abende zum Thema Vertrauen, denn Vertrauen ist erlernbar. Wir bearbeiten das Thema aus psychologischer und biblischer Perspektive und geben ein Trainingsprogramm zum Vertrauen weiter.

WAS HAST DU GELERNT?
Du hast gelernt, wie wichtig Vertrauen für ein gesundes Leben ist und kennst die Pro-

bleme, die Misstrauen hervorrufen. Du weißt, wie Du Deinen Vertrauenstank füllst.

WAS HAST DU DAVON?

Du bleibst gesund, denn Misstrauen macht krank. Durch Deinen gefüllten Vertrauenstank bist Du freundlicher und dadurch erfolgreicher.



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

Referent: Jochen Weise, Theologe und Seelsorger

Kosten: 30,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Samstag, 15.04.

10:00–14:00 Uhr

OB MANN ODER FRAU – IN DIR LEBT EIN KIND EINE VERTIEFUNG IN DAS INNERE KIND

WAS DARFST DU ERWARTEN?

Nach der Einführung und dem Bewusstwerden will dieser Tag beim richtigen Umgang mit dem inneren Kind helfen. Dazu ist Offenheit und Ehrlichkeit notwendig und die Bereitschaft an sich zu arbeiten. Zwei Therapeuten und die Gruppe stehen Dir zur Seite.

WAS HAST DU GELERNT?

Durch die Gespräche und Reflexionen hast Du verschiedene Möglichkeiten zu reagieren und zu agieren. Du erkennst, dass

Deine Reaktion Deine Wege bestimmt.

WAS HAST DU DAVON?

Durch Dein Wissen findest Du einen Umgang mit Dir selbst. Du wirst zum Handelnden und kommst aus der Opferhaltung heraus.



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

Referentinnen: Christine Scheible, Gestalt- & Musiktherap. (HPG),
Nicola Ahrens, Gestalttherapeutin *DVG (HPG)

Kosten: 40,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Mittwoch, 19.04.

20:00–21:30 Uhr

EINFÜHRUNG IN DEESKALATIONS-STRATEGIEN



WAS DARFST DU ERWARTEN?

Einen Abend über das wertvolle Potential, das in Konflikten liegt für konstruktive Konfliktbewältigung. Anhaltende Differenzen können nervig, lähmend und kräftezehrend sein. Gleichzeitig offenbart gerade die jeweilige Streitdynamik, wie die Beteiligten wieder aus der Eskalationsspirale aussteigen können. Nach einem Impuls werden wir Fälle miteinander besprechen.

WAS HAST DU GELERNT?

Was zu tun (und zu lassen!) ist, wenn die Gemüter erhitzt sind und es scheinbar keinen Aus-

weg mehr gibt. Gruppen, die gemeinsam geeignete Deeskalationsschritte gehen, erleben, wie sie gereift aus ihrer Krise hervorgehen.

WAS HAST DU DAVON?

Du kannst Dein eigenes Konfliktverhalten besser einschätzen. Du weißt, Dich selbst zu schützen, damit Dir Streitigkeiten nicht an die Substanz gehen. Du wirst ermutigt, einen Konflikt anzusprechen und zur Lösung beizutragen.



Ort: Online-Seminar über ZOOM

Referentin: Friederike Bauer, Systemischer Coach

Kosten: 15,- Euro

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



**CHRISTLICHE
VOLKSHOCHSCHULE
HAMBURG**



STUDIENREISEN



Noch
2 Plätze
frei ...

STUDIENREISE ISRAEL I

Auf den Spuren Jesu Christi

30.04.–09.05. 2023

Noch
1 Platz
frei ...



STUDIENREISE ISRAEL II

Auf weiteren Spuren Jesu Christi

16.–25.05. 2023

Bei Interesse schau unter www.cvhs-hamburg.de/studienreisen
oder melde Dich für Details unter anmeldung@cvhs-hamburg.de



500 ml Schale „grinsend“,
„verträumt“:
€ 24,90



1000 ml Schale
„kotzend“: € 35,90

Speiseteller, tiefe Teller,
2er Set: € 36,90

Hoch, die Tassen!
Toll zum Sammeln und
Verschenken



Becher „mit Biss“:
€ 24,90

Vase „amüsiert“:
€ 59,-

Kanne „gut drauf“:
€ 69,-



Mehr Details
zu den Produkten und
Bestellung in unserem
Online-Shop:
praesent-hamburg.de

PRÄSENT

Traberweg 2 · 22159 Hamburg · Öffnungszeiten: Mo. – Sa. 10:00 – 18:30 · Tel. 53 30 42 32

 facebook.com/praesentgeschenkartikelladen  instagram.com/praesenthh