



Horizonte erweitern – Leben bereichern

CHRISTLICHE VOLKSHOCHSCHULE HAMBURG



Jetzt auch mit
Online-Seminaren!



20
Januar bis April
24

www.cvhs-hamburg.de



Lebe
um zu
lernen –
Lerne
um zu
leben

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 2024.

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: GNODEF1EKL.

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).

Herzlich willkommen in der CVHS Hamburg

In diesem Jahr ist der Maler Caspar David Friedrich in aller Munde. Hamburg ehrt den Meister des Nordens mit einer besonderen Ausstellung in der Kunsthalle.

Auch wir laden zu zwei Seminaren ein und nutzen eines in Verbindung mit einem Essen zu einer Charity-Veranstaltung zugunsten der CVHS. Teilnehmer können mich dabei persönlich kennenlernen.

Darüber hinaus bleiben wir dran an den Themen Israel und Judentum sowie Beziehungen und dem Kampf der Geschlechter.

Aber genug der Worte, hier ist unser Programm: Voilà!

Herzlich willkommen.

Jochen Weise
und das Team der CVHS

Gestaltung: www.common-room.de
Fotos: unsplash.com/stock-Adobe.com/wikipedia.de/privat



ab Montag, 22.01.

+ 05.02. | 19.02. | 04.03. | 18.03. 20:00–21:30 Uhr

CASPAR DAVID FRIEDRICH – NORDLICHT UND CHRIST, MALER UND NATIONALIST

WAS DARFST DU ERWARTEN?

5 Abende rund um den Maler aus Greifswald. Wir erzählen und besprechen anhand seiner Bilder seine Lebensgeschichte und seinen Einfluss auf Menschen, Glauben und Politik.

WAS HAST DU GELERNT?

Du kannst die Revolution seiner Bilder begründen und über den Maler, der vor 250 Jahren geboren wurde, berichten. Die Stichworte Landschaftsmalerei

und Romantik kannst Du einordnen und erklären.

WAS HAST DU DAVON?

Du erlebst Abende mit anregenden Bildern und interessanten Gesprächen rund um die Malerei. Zukünftig wirst Du Dich gerne mit anderen über Malerei und Kunst austauschen, denn es tut der Seele gut.



Ort: Online-Seminar über ZOOM

Referent: Jochen Weise, Theologe und Seelsorger

Kosten: 50,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Donnerstag, 25.01.

+ 01.02. | 08.02. | 15.02.

20:00–21:30 Uhr

KANAAN, ISRAEL UND PALÄSTINA – WEM GEHÖRT DAS LAND?

WAS DARFST DU ERWARTEN?

An 4 Abenden zeigen wir, wie sich das Land Kanaan zu Israel und Palästina entwickelt hat und von unterschiedlichen Völkern bewohnt wurde. Wir beginnen vor der Landnahme Israels, thematisieren die Staatengründung 1948 und enden in der heutigen Zeit mit dem 7. Oktober 2023.

WAS HAST DU GELERNT?

Du kannst die Geschichte Israels und Palästinas erzählen

und die Ereignisse historisch und politisch differenziert einordnen.

WAS HAST DU DAVON?

Du hast nach den Abenden Kenntnis über Land und Leute und eine eigene Meinung. So kannst Du in Gesprächen Falschinformationen korrigieren und zum Dialog ermutigen und damit zum Segen werden.



Ort: Online-Seminar über ZOOM

Referent: Jochen Weise, Theologe und Seelsorger

Kosten: 40,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



ab Montag, 29.01.

+ 12.02. | 26.02. | 11.03. | 25.03.

19:30–21:30 Uhr

JUDE SEIN – RELIGION UND GLAUBE, VOLK UND KULTUR

WAS DARFST DU ERWARTEN?

Letztlich geht es an den 5 Abenden um die Beantwortung der Frage, was jeder vom Judentum wissen muss. Wir beschäftigen uns mit dem jüdischen Glauben und Leben und seinem Überleben in der Geschichte.

WAS HAST DU GELERNT?

Du kennst die Grundlagen und das Wesen des Judentums. Die Quellen des Glaubens und die Regeln eines jüdischen Lebens sind Dir bewusst und Du kannst

sie von den anderen großen Religionen differenzieren und unterscheiden.

WAS HAST DU DAVON?

Aufgrund der Informationen kannst Du Dich im christlich-jüdischen Dialog engagieren, hast eine besondere Beziehung zum Judentum bekommen und kannst den Juden Jesus, seine Worte und Lehre, besser verstehen.



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

Referent: Jochen Weise, Theologe und Seelsorger

Kosten: 50,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Samstag, 10.02.

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 Ge-

meinschaft 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: Grundschule Traberweg, Eckerkoppel 125, 22159 Hamburg

Leitung: CVHS-Team

Kosten: 50,- Euro pro Paar, inkl. Essen, Getränke und Impuls (keine Ermäßigung möglich)

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



ab Donnerstag, 22.02. 20:00–21:30 Uhr
+ 29.02. | 07.03. | 14.03.

NEW ALPHA – EIN GLAUBENSKURS FÜR DICH

WAS DARFST DU ERWARTEN?

Vier hilfreiche Abende für diejenigen, die sich nicht vorstellen können, dass das jetzt alles ist, was das Leben zu bieten hat. Die meinen, da muss doch noch mehr sein. Dazu werden auf moderne Art und Weise vier unterschiedliche Impulse geboten.

WAS HAST DU GELERNT?

Dass das Leben aus mehr be-

steht, als aus dem, was man sehen und begreifen kann. Drei Dimensionen des Lebens kannst Du, jetzt hast Du die 4te entdeckt!

WAS HAST DU DAVON?

Das Leben wird leichter, wenn Du es verstehst und hinter die Dinge schaust. Du bekommst eine Orientierungshilfe und findest so aus Deinen Unsicherheiten heraus.

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

Leitung: Eastside Christliche Gemeinde

Kosten: Eine Kollekte wird erbeten

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Samstag, 09.03.

16:00–18:00 Uhr

TÄNZE AUS ISRAEL – EIN SCHNUPPERKURS ZUM KENNENLERNEN

WAS DARFST DU ERWARTEN?

Zwei Stunden Musik und Tanz aus Israel angeleitet durch eine Tanz-Lehrerin. Der Kurs benötigt keine Vorkenntnisse und es muss kein Tanzpartner mitgebracht werden.

WAS HAST DU GELERNT?

Der israelische Volkstanz ist erst im Laufe der Jahre aus einer Vermischung jüdischer und nicht-jüdischer Folkloreformen

entstanden. Fröhlich und ausgelassen, feierlich, traditionell oder modern, all das findet sich darin wieder.

WAS HAST DU DAVON?

Einmal die Gedanken, Sorgen und Probleme des Lebens vergessen durch Tanz, Freude an Musik und Bewegung.



Ort: Grundschule Traberweg, Eckerkoppel 125, 22159 Hamburg

Leitung: Sabine Pahlke, Tanzlehrerin, Mag. Publizistik

Kosten: 15,- Euro

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Mittwoch, 13.03.



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 Streiddynamik, 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



Donnerstag, 21.03.

19:00 Uhr

CASPAR DAVID FRIEDRICH + DINNER – EINTRITT, FÜHRUNG UND 4-GÄNGE-MENU [CHARITY FÜR DIE CVHS]

WAS DARFST DU ERWARTEN?

Einen besonderen Abend in der Hamburger Kunsthalle mit kompetenter Führung durch die Ausstellung und einem anschließenden leckeren Essen. Genieße ein 4-Gänge-Menü im The Cube-Ambiente zusammen mit dem CVHS-Geschäftsführer Jochen Weise.

WAS HAST DU GELERNT?

Dass der Maler Caspar David

Friedrich eine neue Kunstepoche prägte und unserer Seele im 21. Jahrhundert gut tut, wie auch das Essen im The Cube-Restaurant der Kunsthalle.

WAS HAST DU DAVON?

Einen schönen Abend mit tollen Bildern, hilfreichen Informationen und interessanten Gesprächen, somit eine bleibende Erinnerung an ein besonderes Ereignis.

Ort: Kunsthalle Hamburg, Glockengießerwall 5, 20095 Hamburg

Leitung: CVHS-Team

Kosten: 75,- Euro (keine Ermäßigung möglich)

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Mittwoch, 03.04.

19:30–21:30 Uhr

TRANSAKTIONSANALYSE FÜR MÄNNER – LERNE FRAUEN BESSER VERSTEHEN [NUR FÜR MÄNNER]

WAS DARFST DU ERWARTEN?

Die Vorstellung der Transaktionsanalyse und die sich daraus ergebenden Erkenntnisse einer Frau über Männer und Frauen in der Beratungsarbeit. Du erhältst Insiderwissen verbunden mit einer psychologischen Theorie, erprobt in der Praxis.

WAS HAST DU GELERNT?

Wie hilfreich psychologische Theorien und Methoden sind in Selbsterkenntnis, Selbstklärung und Selbststeuerung

sowie in Beziehungen und Begegnungen mit Frauen im 21. Jahrhundert.

WAS HAST DU DAVON?

Du hast eine hilfreiche psychologische Theorie kennengelernt und kannst Dich und Deine Nächste besser verstehen. Somit ist der Weg in eine gute Beziehung zu einer Frau möglich, wieder oder weiterhin.



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, 10.04.

19:30–21:30 Uhr

WAS MACHT EINEN MANN ZUM MANN? – LERNE MÄNNER BESSER VERSTEHEN [NUR FÜR FRAUEN]

WAS DARFST DU ERWARTEN?

Einen Abend nur für Frauen von einem Urologen, der Männer in besonderer Art und Weise kennengelernt hat. Neben Fachwissen und hilfreichen Informationen aus Gesprächen kannst Du Insiderwissen erwarten, das Dir hilft, Männer besser zu verstehen.

WAS HAST DU GELERNT?

Du hast Informationen über den Mann erhalten, die Du so

gebündelt, gut dargestellt und hilfreich nicht so schnell in einem Buch oder Video findest.

WAS HAST DU DAVON?

Wir glauben, Du wirst „neu“ auf Männer schauen und freundlichere Worte für ihre „Dummheiten“ haben.

Das dient mit Sicherheit dem Frieden zwischen den Geschlechtern.



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

Referent: Dr. Volker Brandes, Urologe

Kosten: 15,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



ab Donnerstag, 11.04. 20:00–21:30 Uhr

+ 18.04. | 25.04. | 02.05.

NEW ALPHA – EIN GLAUBENSKURS FÜR DICH

WAS DARFST DU ERWARTEN?

Vier hilfreiche Abende für diejenigen, die sich nicht vorstellen können, dass das jetzt alles ist, was das Leben zu bieten hat. Die meinen, da muss doch noch mehr sein. Dazu werden auf moderne Art und Weise vier unterschiedliche Impulse geboten.

WAS HAST DU GELERNT?

Dass das Leben aus mehr be-

steht, als aus dem, was man sehen und begreifen kann. Drei Dimensionen des Lebens kannst Du, jetzt hast Du die 4te entdeckt!

WAS HAST DU DAVON?

Das Leben wird leichter, wenn Du es verstehst und hinter die Dinge schaust. Du bekommst eine Orientierungshilfe und findest so aus Deinen Unsicherheiten heraus.

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

Leitung: Eastside Christliche Gemeinde

Kosten: Eine Kollekte wird erbeten

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



Montag, 22.04.

20:00–21:30 Uhr

IMMANUEL KANT – NORDLICHT, DENKER UND MORALIST

WAS DARFST DU ERWARTEN?

Einen Abend über den Philosophen aus Königsberg. Viele kennen seinen kategorischen Imperativ, der abgekupfert aus einer Rede Jesu, die Menschen beeindruckte. Zugegeben, wer Kant versteht, hat eine hilfreiche Ordnung fürs Leben.

WAS HAST DU GELERNT?

Du kennst die Lebensgeschichte Kants und die wichtigsten Gedanken seiner Philosophie und seine Auswirkung auf das

Leben der Menschen damals und heute.

WAS HAST DU DAVON?

Ein bisschen klüger bist Du geworden. Die Gedanken seiner Erkenntnistheorie und Moral geben Dir Orientierung in schwierigen Gesprächen. Seine Pflichtenethik gibt Dir gesellschaftlich und persönlich Halt in einer verrückten Zeit und Welt.



Ort: Online-Seminar über ZOOM

Referent: Jochen Weise, Theologe und Seelsorger

Kosten: 15,- Euro inklusive Arbeitsmaterial

Anmeldung: anmeldung@cvhs-hamburg.de



EASTFLIGHT

**WIR BRINGEN SIE DAHIN,
WO'S SCHÖN IST.**

**Pauschalreisen
Individuelle Rundreisen
Reisebausteine
Flüge
Mietwagen
Reiseberatung**

Kontaktaufnahme für eine
persönliche Beratung und Buchung:

Per Telefon Marion Kütemeyer:
0176 / 29 36 05 82

Per Mail: kontakt@eastflight.de

Vereinbaren Sie einen Termin mit mir
zu einem persönlichen Gespräch.

**Ihr neuer
Reiseservice
in Hamburg**

EastFlight by Eastside Jobfactory e.G.
Friedrich-Ebert-Damm 111, 22047 Hamburg



Kissen
40x40 cm,
div. Motive
€ 35,90



Leseknochen
38x20 cm, div. Motive
€ 39,-

Relaxed
... geht alles leichter!



Kissen
25x40 cm, div. Motive
€ 18,80



Wellness-Dusche
€ 15,90



Maxi Tasse, div. Motive
€ 15,90

**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