

# 30. LAVENO ARBEITSTAGUNG

## Fortbildungswochenende

der Messie Selbsthilfegruppen NRW in Zusammenarbeit  
mit der Bildungsstätte Einschlingen

Austauschtreffen zur Weiterentwicklung der Messies  
und der Gruppenselbsthilfe in Nordrhein-Westfalen

**Von Freitag, den 10. Juni bis Sonntag, den 12. Juni 2016**

## SCHWERPUNKTTHEMA:

**„Resilienz — sich stärken, sich gut tun, lernen“**

**Ort:**

Bildungsstätte Einschlingen  
Schlingenstraße 65 / 33649 Bielefeld

**Tagungskosten pro Person 120,- €**

Reservierung mit beigefügtem Formular.

**Wir freuen uns auf Eure Teilnahme.**

## SCHWERPUNKTTHEMA: „Resilienz — sich stärken, sich gut tun, lernen“

### Leitung des Seminars:

Gisela Kohlhage, Master of Mediation, Systemische Paar- und Familientherapeutin

Lea Kohlhage, Bachelor of Science, Seminarentwicklerin, Gruppenleiterin Open Space

An diesem Wochenende wollen wir uns unseren inneren Stärken widmen und wie wir sie fördern können. Für ein inspirierendes Wochenende spricht viel: sowohl der reichhaltige Erfahrungsschatz der Teilnehmer\*innen, als auch die wundervollen Möglichkeiten von Einschlügen, der Garten, die Umgebung, das Wissen und die Ideen der Referentinnen und natürlich auch die Zeit die wir uns selbst mit diesem Wochenende schenken. Ob wir in der großen Runde unser Wissen und unsere Erfahrungen zusammentragen, in vertrauteren Kleingruppen arbeiten, uns Zeit nehmen, um in uns selbst zu gehen und von uns selbst zu lernen oder um uns mit alten Bekannten und Vertrauten auszutauschen wird sich vor Ort ergeben.

Außerdem können wir

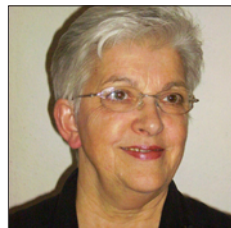
künstlerisch Gestalten,  
Neues lernen und uns einbringen,  
Bewegungsangebote nutzen,  
die Umgebung genießen und  
jede Menge Methoden ausprobieren um uns zum Beispiel selbst abzugrenzen oder um unsere Sinne mit Übungen aus dem Improvisationstheater zu schärfen.



Gisela Kohlhage



Lea Kohlhage



Marie-Luise Patoka ist  
Kunsttherapeutin und  
Montessoripädagogin



Anne Vollmer, Dipl. Pädagogin,  
Supervisorin

Workshop-Schwerpunkte:  
Netzwerke, Selbstwirksamkeit,  
Akzeptanz, Optimismus und Humor,  
Initiative, positive Selbstwahrnehmung,  
(Eigen-)Verantwortung

## Programmablauf: 30. LAVENO ARBEITSTAGUNG / Wochenendseminar

### Freitag, 10.06.2015

- 13.00 Uhr Ankommen und Beginn mit Mittagessen  
anschließend Bezug der Zimmer durch die Teilnehmer
- 14.30 Uhr Kaffee und Kuchen
- 15.00 - 17:30 Uhr Begrüßung und Einstieg Stuhlkreis Nicole. Dann Begrüßung und Einstieg Marie Luise  
und Anne Vollmer – Drucktechniken mit eigenem Material.
- 18.30 Uhr Abendbrot
- 20.30 Uhr offenes Abendprogramm

### Samstag, 11.06.2015

- 07.45 Uhr Bewegungsangebot – Freiluftgymnastik mit Nicole
- 08.30 Uhr Frühstück
- 09.30 Uhr Einstimmung und Begrüßung mit Gisela und Lea
- 10.30 Uhr Resilienz - Einführung und Vorstellung der Workshops
- 13.00 Uhr Mittagessen
- 14.30 Uhr Erste Runde Workshops
- 16.00 Uhr Kaffeepause Abendbrot
- 16.25 Uhr Zweite Runde Workshops
- 18.00 Uhr Tagesabschlussrunde
- 19.00 Uhr Abendbrot
- 20.30 Uhr offenes Abendprogramm

Für die Drucktechniken bitte  
eigenes Material mitbringen:  
Selbst gesammelte Dinge, die sich  
zum Drucken und Stempeln eignen,  
aus verschiedenen Materialien, wie  
z. B. Korken, Papprohr, Holzklötz-  
chen, Schwamm, Styropor, alte  
Stempel, eben alles, was sich leicht  
transportieren lässt.

### Sonntag, 12.06.2015

- 07.45 Uhr Bewegungsangebot – Freiluftgymnastik mit Nicole
- 08.30 Uhr Frühstück
- 09.30 Uhr Einstimmung mit Gisela und Lea
- 10.00 Uhr Dritte Runde Workshops
- 11.30 Uhr **Endlich ernten**
- 13:00 Uhr Mittagessen und anschließend Kaffee/Kuchen
- 14:00 Uhr **Ernte verarbeiten** und Zusammenfassung
- 15:00 Uhr Schlussrunde
- 15:30 Uhr Abreise

## 30. LAVENO ARBEITSTAGUNG / Wochenendseminar

Bildungsstätte Einschlingen / Schlingenstraße 65 / 33649 Bielefeld

[www.einschlingen.de](http://www.einschlingen.de)

### Anreise per Bahn und Bus:

Vom Hauptbahnhof Bielefeld fahren Sie mit dem Bus Linie 48 Richtung Versmold und steigen an der Haltestelle Einschlingen aus (Fahrzeit: ca. 20 Min). Sie biegen in die Azaleenstraße ein und kommen zur Schlingenstraße. Oder Sie fahren mit der Stadtbahn Linie 1 Richtung Sennestadt vom Hauptbahnhof bis Brackwede (Bahnhof, Kirche), steigen dort in den Bus Linie 121 um und fahren bis zur Azaleenstrasse (Fahrzeit: ca. 1 Std.). Aktuelle Abfahrtszeiten entnehmen Sie bitte der Fahrplanauskunft unter [bvo-bielefeld](http://bvo-bielefeld) <http://bvo.eurocit.com/>

oder [moBiel](http://www.mobiel.de/) <http://www.mobiel.de/>

oder [www.bahn.de](http://www.bahn.de) (Persönlicher Fahrplan)

Sonntags fahren leider keine Busse von Einschlingen. Alternativ fahren vom/zum Hauptbahnhof Taxen. Die Fahrzeit beträgt ca. 10 Minuten

### Autoanreise:

Von der A2 am Kreuz Bielefeld auf die A 33 Richtung Bielefeld/Osnabrück. Am Ende der Autobahn geht es Richtung Bielefeld Zentrum auf den Ostwestfalendamm (Stadtautobahn), abfahren Ausfahrt Quelle/Osnabrück. An der Ampelkreuzung biegen Sie rechts ab auf die Osnabrücker Straße (B 68).

Ca. 500 m nach dem Ortsausgangsschild Quelle

(Links sehen Sie einen Hinweis

Kartbahn B68 und einen Grill / Imbiss)

biegen Sie rechts in die Azaleenstraße ab, die auf die Schlingenstraße führt.



## Verbindliche Anmeldung zum LAVENO-Wochenendseminar

Freitag, 10 Juni bis Sonntag, 12. Juni 2016 für ..... Personen / Tagungskosten pro Person 120,- €

Ort: Bildungsstätte Einschlingen / Schlingenstraße 65 / 33649 Bielefeld

**Unterbringung** in 2- und 3-Bett-Zimmern (keine Etagenbetten). **Verpflegung während des Seminars:** 2 x Frühstück, 3 x Mittagessen, 2 x Abendessen, Kaffee, Tee, Wasser in den Pausen. Sonderwünsche (vegetarische Kost) bitte erwähnen. Auf Wünsche zur Zimmerbelegung wird nach Möglichkeit Rücksicht genommen.

### Teilnehmerinnen/Teilnehmer:

Name, Vorname: .....

Adresse: .....

Telefon: ..... E-Mail: .....

Sonderwünsche: .....

Name, Vorname: .....

Adresse: .....

Telefon: ..... E-Mail: .....

Sonderwünsche: .....

Bettwäsche und Handtücher bitte mitbringen oder vor Ort gegen Gebühr (5,50€ und 2,00€) ausleihen.

Tagungskosten mit Übernachtung 120,- € (ohne Übernachtung: 104,- €).

Einzelzimmer nur in begründeten Ausnahmefällen möglich, EZ-Zuschlag 30 €

**Anträge auf Zuschüsse** als Projektförderung bei den Krankenkassen bitte rechtzeitig vor der Veranstaltung stellen! Bei Problemen bietet LAVENO hierbei Unterstützung an.

Kontakt: [laveno@gmx.de](mailto:laveno@gmx.de) oder LAVENO, Postfach 102422, 33524 Bielefeld

### Zahlung per Überweisung bis **spätestens 20.Mai 2016** auf das Konto:

LAVENO, Postbank Hannover, IBAN: DE06 2501 0030 0014 4363 05 BIC: PBNKDEFF

### Anmelder:

Name, Vorname: ..... Unterschrift: .....

### Ausgefüllte Anmeldung bitte rechtzeitig zurücksenden an

LAVENO, Postfach 102422, 33524 Bielefeld

Nach rechtzeitiger Anmeldung und Zahlungseingang erhalten die Teilnehmer eine schriftliche Anmeldebestätigung. Diese Anmeldebestätigung bitte zur Veranstaltung mitbringen. Vielen Dank.

## INFORMATIONEN:

Die Tagung wird ausgerichtet vom LAVENO, dem Landesverband Nordrhein-Westfalen der vom Messie-Syndrom Betroffenen und deren Selbsthilfegruppen.

Ansprechpartnerin für das Haus Einschlingen ist Nicole Schettler, die am Samstag und Sonntag auch ein Bewegungsangebot vom Haus anbietet.

**Herzlich eingeladen sind Messie-Selbsthilfegruppen und Betroffene und alle, die in keine SHG gehen können oder wollen.**



Messie Landesverband NRW 

---

Adresse:

LAVENO, Postfach 102422,  
33524 Bielefeld  
E-Mail: [laveno@gmx.de](mailto:laveno@gmx.de)  
[www.laveno.org](http://www.laveno.org)

Konto: LAVENO, Postbank Hannover  
IBAN: DE06 2501 0030 0014 4363 05  
BIC: PBNKDEFF



Sabine Thiessies  
Mobil: 0176/70755979  
Festnetz: 02103/9940238



Jörg Lemm  
Mobil: 0176/61985911