

Ressourceninsel-Termine im Mai

Montag: Atelier-Insel 17-19 Uhr Ort: Mal- & Gestalt- Atelier, Nikolaus-Dürkopp-Str. 17 a	Mittwoch: Gruppen-Insel 15-17 Uhr Ort: Gruppenraum in der Wildwasser- Beratungsstelle, Münzstraße 8
<p>Schwerpunkt der Montagsgruppe: Kreativer Ausdruck, Gestaltung und individuelle Projekte/Experimente, die begleitet werden. Die Gruppe als Background nutzen. Kostenbeitrag von 5 Euro pro Termin für Material und Raummiete. Anmeldung: spätestens bis Donnerstag (17 Uhr) vor dem Termin bei Hissa Groth.</p> <p>Per E-Mail: gruppe@wildwasser-bielefeld.de oder per SMS: 0175-92 70 549</p>	<p>Schwerpunkt der Mittwochsgruppe: Gespräch, Austausch und Übungen zu einem bestimmten Thema. Die Gruppe als Ressource (Austausch) nutzen. Anmeldung: spätestens bis Donnerstag (17 Uhr) vor dem Termin bei Lena Bergmann.</p> <p>Per E-Mail: gruppe@wildwasser-bielefeld.de oder per Telefon: 0521- 17 54 76</p>
<p>05.05.2025 Zwei Schnipsel auf einem Bild Sucht euch zwei Schnipsel aus und lasst euch von der Form, den Farben, den Mustern inspirieren und entwickelt ein eigenes Bild, in dem die beiden Schnipsel ihren Platz bekommen.</p>	<p>07.05.2025 Bewegung tut gut Wir sprechen darüber, warum körperliche Aktivität guttun kann und probieren ein paar Körperübungen aus.</p>
<p>12.05.2025 Es findet kein Treffen statt.</p>	<p>14.05.2025 Gemeinsames Singen mit Merle Gutknecht Alleine singen macht Spaß, gemeinsam singen macht glücklich und gibt Kraft. Begleitet von Klavier und Ukulele können wir uns gemeinsam in mehreren einfachen und schönen Liedern und Melodien aus aller Welt ausprobieren.</p>
<p>19.05.2025 Freies Gestalten Beim Freien Gestalten könnt ihr gerne eigene Ideen mitbringen oder in der Methodenbox stöbern. Natürlich können wir auch gemeinsam neue Ideen entwickeln.</p>	<p>21.05.2025 Natur als Kraftquelle Geräusche, Gerüche, Farben... Die Natur hat viel zu bieten. Wir wollen uns darüber austauschen, wie wir uns in der Natur erholen und Kraft schöpfen können.</p>
<p>26.05.2025 Heute bin ich... ...zufrieden, nervös, zornig, verliebt. Es gibt so viele Stimmungen, Gefühle und Verfassungen. Mies van Hout zeigt mit seinen Fischillustrationen, wie unterschiedlich das aussehen kann. Wie sieht dein Fisch heute aus?</p>	<p>28.05.2025 TIN+ & Friends mit Merle Gutknecht & Lena Bergmann Ankommen in der Gruppe Du warst lange nicht dabei, möchtest das erste Mal zur Gruppe kommen oder hast Unsicherheiten in der Gruppe? Heute sprechen wir über mögliche Unsicherheiten und schauen gemeinsam, wie alle gut in der Ressourceninsel ankommen können.</p>

Bitte vor der ersten Teilnahme einen Termin für ein Vorgespräch bei Lena Bergmann vereinbaren!