



# Kloster 2024

Hanns  
Seidel  
Stiftung

## Seminare

Unser Ehrengast Prof. Ulf Klausenitzer, international bekannter Dirigent und Geiger, freut sich Sie in den Zeiten außerhalb der Seminarzeiten zu motivieren und mit Ihnen zu spielen.  
„Carpe diem!“

Seminarzeiten inkl. Kaffeepausen:  
Hauptzeiten für alle TM und Seminare (4 Einheiten 13,5h)

Tag	Uhrzeit	Gesamt
Fr	14:30 - 17:30	3 h (1. Einheit)
Fr	19:00 - 21:00	2 h
Sa	09:00 - 12:00	3 h (2. Einheit)
Sa	13:30 - 17:30	4 h
Sa	19:00 - 21:00	2 h
So	13:30 - 17:30	4 h (3. Einheit)
Mo	09:00 - 12:00	3 h (4. Einheit)

### **KIGA! Kultur und Brauchtum – Ostertraditionen! ab 3 Jahren (nur Hauptzeiten 13,5h)**

Kinder unter 3 Jahren können ebenso hier betreut werden und mitmachen sofern es die Motorik erlaubt.

Wir gestalten Kerzen, bemalen Ostereier und basteln uns Nestchen und Körbchen mit allerlei Material. Sofern es das Wetter zulässt, gehen wir in den nahe gelegenen Wald. Wir sammeln viele Naturmaterialien, damit jeder einen Wichtelgarten bauen kann. Und lecker wird's auch! Wir formen und backen aus Hefeteig z.B. Osternester, Hasen und Körbchen.

Nebenbei kommen wir den Brauchtümern auf die Spur. Warum feiern wir Ostern? Seit wann bringt der Osterhase Eier? Warum schmückt man die Brunnen zu Ostern u.v.m.

**Referenten: Kirsten Hoffmann und Ann-Kathrin Dietrich-Graubner**

### **Wissenschaft ist Magie ab 6 bis 13 Jahren**

Magie und Wissenschaft widersprechen sich? Irrtum! In diesem Kurs lernt ihr wie man mit Hilfe von Experimenten magische Dinge geschehen lassen kann. Wir lassen zum Beispiel mit Menschen Stäbe leuchten, Durchsichtiges wird bunt und Farbiges ändert schlagartig die eigene Farbe.

Außerdem lernt ihr, wie man Dinge mit Experimenten verschwinden lassen kann und vieles mehr. Natürlich erfahrt ihr auch, was hinter den magischen Erlebnissen steckt und wie ihr diese dem Publikum unterhaltsam präsentieren könnt.

Der Dozent ist Trainer der ersten Kinder-Wissenschaftsshowgruppe Deutschlands, die Teil des Vereins Junge Forscher Main-Tauber e.V. Freudenberg ist.

**Referent: Birger-Daniel Grein**

### **Improtheater - Nicht nur Kleider machen Leute! ab 8 Jahren (So-Mo 7h)**

Die meisten Kinder sind natürliche Impro-Theaterspielende. Denn für sie entstehen nicht nur beim Improtheater in wenigen Augenblicken neue Welten und Ideen.

In diesem Workshop üben wir unterhaltsame Spiele und Geschichten alleine, in kleinen Gruppen und auch gemeinsam mit allen anderen zu entwickeln.

So entstehen neue, traumhafte Bühnenerfahrungen und viele Tricks, die auch durch den Alltag helfen können.

Es wäre toll, wenn jedes Kind ein paar inspirierende, ältere Kostümteile mitbringen könnte.

Daraus entsteht unser temporärer gemeinsamer Klostern-Kostümfundus.

Bitte keine teuren Sachen, sondern Dinge, die im Spiel auch kaputt gehen können. Am Ende vom Kurs kann sich jedes Kind dann andere, zur Verfügung stehende Kostümteile aussuchen, die es mit nach Hause nimmt.

**Referent: Thorsten Kreissig**

### **Bogenschießen - Übung macht den Meister! ab 6 Jahren (Fr.-Sa. 6.5h), ERW (So-Mo 7h)**

Der Bogen war wohl eine der wichtigsten Jagd-, aber auch Kriegswaffen vor der Erfindung der Feuerwaffen. Vieles hat sich in unserem Sprachgebrauch noch überliefert z.B. „den Bogen nicht überspannen“, „nicht über das Ziel hinausschießen“.

Ihr erhaltet eine Einführung in das Bogenschießen. In diesem Kurs trainiert Ihr eure Konzentration. Ihr lernt, euch auf ein Ziel zu fokussieren, eine ruhige Hand zu behalten, einen sicheren Standpunkt zu beziehen und euren Atem gezielt einzusetzen. Auch die Geschichte des Bogenschießens wird betrachtet und eine Verbindung zur Zen-Philosophie hergestellt.

Mitzubringen: Bei schlechtem Wetter: Sportkleidung und Sportschuhe für die Halle, Pfeil und Bogen – sofern vorhanden

**Referent: David Neuhaus**

### **Survival - Überleben in der Natur - ab 10 Jahren in Begleitung eines EZB & ERW 19,5h**

Du willst wissen, wie man mit wenigen Hilfsmitteln in der Natur zurechtkommt? Von Gewinnung und Aufbereitung von Trinkwasser, dem Errichten eines Schlafplatzes, Entfachen eines Feuers, Errichten einer Feuerstelle bis hin zum Orientieren im Gelände mit und ohne Karte und Kompass. Max Greiner hat über 10 Jahre Militär-Erfahrung und einige Überlebenslehrgänge der Bundeswehr in Klimazonen bis hin zur Arktis abgeschlossen. Er teilt sein Wissen gerne mit Euch und gibt Euch wertvolle Tipps und Tricks mit auf den Weg, wenn ihr kein Problem mit dem Wald und seinen Bewohnern habt.

Benötigtes Material:

- Wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk
- Getränkeflasche min. 1l
- Taschenmesser
- Arbeits- oder Gartenhandschuhe

**Referenten: Maximilian und Max-Emanuel Greiner**

### **Ins richtige Licht! - Professionelle Fotos mit dem Smartphone - ab 12 Jahren & ERW**

Fange den Moment ein, bringe ihn zum Leben und erzähle Geschichten mit deinen Bildern. Ein Foto kann so viel bewegen. Momente für die Ewigkeit festhalten, Erinnerungen wieder aufleben lassen oder einfach nur spektakulär schön anzusehen sein.

So gut wie jedes Smartphone ist mittlerweile mit einer hervorragenden Kamera ausgestattet und viele wissen gar nicht wozu diese alles fähig ist.

In meinem Kurs bringe ich ihnen z.B. bei, wie Sie endlich den gesamten Eiffelturm auf Ihr Bild bekommen, die Omi nicht mehr aussieht wie ein Zwerg und sie ihre Passfotos zukünftig mit der Allzweckwaffe in ihrer Hosentasche schießen können. Wir beschäftigen uns zum einen theoretisch mit der Bildgestaltung und den verschiedenen Funktionen ihres Smartphones. Zum anderen widmen wir uns Themen, wie der Lichtsetzung, den verschiedenen Blickwinkeln, als auch dem Posing. Der Schwerpunkt des Kurses wird jedoch in der praktischen Anwendung und damit in der Kreation unvergesslicher Aufnahmen liegen.

Denn was man lernen muss, um es zu tun, das lernt man am besten in dem man es tut.

**Referentin: Lara Greiner**

### **Stress lass nach, du bist umzingelt! – ab 14 Jahren & ERW**

Entspannt, erfolgreich die eigene Persönlichkeit zum Ausdruck bringen.

Das Ziel dieses Workshops ist es, uns selbst und unseren Stress besser kennen zu lernen, uns etwas Gutes zu tun und dann gestärkt mit unseren Stärken nach draußen zu gehen. Dazu nutzen wir Anregungen aus verschiedenen Bereichen: wir beschäftigen uns mit unseren Interessen und Stärken (ProfilPASS-Beratung).

Wir lernen unsere Wünsche und Ideen erfolgreich zu kommunizieren (GordonFamilientraining), - wir schauen auf unseren Stresspegel und tun uns etwas Gutes mit Genusstraining, z.B. in Form von Schokoladenverkostung (Stressbewältigung).

Individuelle Erfahrungen können exemplarisch einfließen.

**Referentin: Kerstin Brausewetter**

### **Moleküle der Gefühle - ab 15 Jahren und ERW**

Gefühle entscheiden über Sympathie, beruflichen Erfolg, gesunde Beziehungen und sind für die Entstehung von weltweiten Konflikten verantwortlich. Die Mehrheit der Menschen glaubt daran, dass Gefühle wie Glück, Freude, Angst oder Wut naturgegeben sind und wir Menschen sie kaum beeinflussen können - das ist ein folgenschwerer Irrtum. Ziel des Workshops ist, Gefühle wissenschaftlich und praktisch zu verstehen, um unsere emotionalen Fähigkeiten zu verbessern. Im Workshop lernen wir zuerst, was Gefühle sind, wie sie entstehen und was im Körper durch Hormone und Neurotransmitter passiert.

Dann sprechen wir über Situationen in Schule, Beruf oder Familie und Beziehungen, in denen wir souveräner mit Gefühlen umgehen wollen.

Der Kurs vermittelt die Fähigkeit, in emotional herausfordernden Situationen souverän und empathisch zu sein und kleine bis große Konflikte in Beruf und im Privatleben so zu lösen, dass alle gewinnen.

Die Referentin nutzt Methoden aus ihrer Arbeit als Unternehmensberaterin und Agile Coach (z.B. Lego Serious Play, Management 3.0 und Storydevelopment)

**Referentin: Jaana Rasmussen**

### **Improtheater- die ganze Welt ist Bühne - ab 15 Jahren & ERW (Fr.-Sa. 6,5h)**

Eine abenteuerliche, unterhaltsame, körper- und emotionsbetonte Reise ins eigene Ich mit faszinierender Gruppendynamik für begeisterungsfähige Menschen.

Beim Improtheater entstehen in wenigen Augenblicken neue Welten und Ideen, die durch radikale Akzeptanz von den Mitspielern sofort weiterentwickelt werden.

Dieser Workshop bietet die Möglichkeit, sich über spannende und unterhaltsame Spieleinheiten selbst neu zu erleben und in viele Rollen zu schlüpfen.

ALTERSGRENZE: Jugendliche ab der Pubertät, damit auch Erwachsenenthemen auftauchen dürfen

**Referent: Thorsten Kreissig**

### **KI hautnah – für Erwachsene (Fr.-Sa. 6,5h)**

Künstliche Intelligenz ist in aller Munde und vielleicht hat man selber schon mit ChatGPT experimentiert? Nach einem Blick auf die globalen KI-Trends begeben wir uns in den Maschinenraum der KI und erfahren mehr über die Funktionsweise des ChatBots, seine Einsatzmöglichkeiten und auch seine Fallstricke. "Prompt Engineering", die Kunst der Anweisungen an die KI, wird ein Future Skill! Neben den klassischen Prompt-Techniken lernen wir deshalb auch fortgeschrittene Wizard Prompts kennen, die uns genau das liefern, was wir uns von der KI erwarten. Wir werden gemeinsam durch den Dschungel der KI-Tools navigieren, einen eigenen Bot trainieren und mit "autonomen Agenten" experimentieren. KI hautnah eben. Bringt bitte, sofern vorhanden, euren eigenen Laptop mit!

**Referentin: Barbara Saring**

## **RAHMENPROGRAMM:**

### **„6 Denkhüte“ – ab 14 Jahre – Freitagabend 2h, 6 bis max. 18 Personen**

Wir alle stehen immer wieder vor Herausforderungen, komplexe Aufgabenstellungen gemeinsam zu lösen, egal ob in der Schule, Ausbildung, Studium oder Beruf. Die Kreativitätstechnik der sechs Denkhüte von Edward de Bono kann uns einen Ansatz aufzeigen, diesen Herausforderungen erfolgreich zu begegnen. Sechs, farblich verschiedene Hüte/Rollen stehen uns allen für unsere Köpfe zur Verfügung, um die entsprechenden Blickwinkel und Denkweisen einzunehmen.

Nutzt eure fachlichen sowie emotionalen Fähigkeiten bewusst. Entdeckt und verstärkt Euer Potential mit viel Spaß. und WIR werden zusammen Lösungsansätze finden.

Habt Spaß, eure geistige Variabilität zu entdecken.

**Referent: Mario Müller**

### **Die besten Hacks beim Lernen - Strategien für Schnelldenker (ab 10 Jahre) Sa-Na 4h**

Hey, liebe Schnelldenker! Seid ihr bereit, euer Lernen auf das nächste Level zu bringen? In unserem Workshop schauen wir uns die besten Tipps und Tricks an, mit denen ihr Lernstoff leichter und effizienter bewältigen könnt. Holt euch hier die besten Tipps vom Lernprofi. Seid dabei und entdeckt, wie ihr vorgegebene Lernziele am besten erreicht!

**Referentin Barbara Saring**

### **„Think outside the Box“ – ab 14 Jahre, Sa-Na 4h, mind. 6 bis max. 12 Personen**

Wir werden als Team Erfahrungen sammeln! Das WIR steht im Vordergrund! Helft euch gegenseitig, um erfolgreich zu sein.

Seid kreativ, denkt außerhalb der Grenzen, erfahrt Teamgeist, kalkuliert zusammen mögliche Risiken und habt einfach nur Spaß!

Nutzt eure Fähigkeiten und jeder wird seinen Beitrag leisten können! WeQ!

**Referent: Mario Müller**

### **Es werde Licht! Wir arbeiten an Lötstationen! Kinder ab 6 Jahren, Sa-Na 4h**

Traut euch! 12 Lötstationen stehen zur Verfügung. Jedes Kind erhält einen Bausatz und ein Gurkenglas um sich ein Solarlichtglas zu bauen.

**Guido Kopkow und Sebastian Müller**

### **KI for me – ab 5.Klasse, Samstagabend 2h**

Du interessierst dich für Künstliche Intelligenz? Dann sei gespannt auf ChatGPT und andere KI-Tools! Hier im Workshop testen wir gemeinsam die enormen Möglichkeiten, Fallstricke und wichtige Tipps für deine Anweisungen an die KI (Prompting)! Wir stellen die „künstliche Intelligenz“ auf die Probe. Deiner Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt. Am Ende des Workshops bist du Besitzer eines "Prompt Guides" für perfekte Anfragen an ChatGPT.

**Referentin Barbara Saring**

### **„WeQ – Das WIR ist gefragt“ – ab 14 Jahre - Sa-Ab 2h TM: mind. 10, max. 20 Personen**

In Teams mit jeweils 5 Personen werdet ihr gemeinsam versuchen, einer Herausforderung erfolgreich zu begegnen. Im Wettbewerb mit anderen Teams stehend, werden eure kollaborativen, kreativen und adaptiven Fähigkeiten (WeQ) gefragt sein.

Welches Team wird erfolgreich Planen, Ausprobieren, Prüfen sowie Durchführen, um ein nachhaltiges und hochwertiges Ergebnis zu erzielen?

Habt Spaß, eure WeQ-Exzellenz zu erfahren und weiterzuentwickeln sowie gemeinsam erfolgreich zu sein.

**Referent: Mario Müller**