



Exerziten der Q2

- 2018 -

Jahrgangsstufe Q2

Mo., 15.01. bis Fr., 19.01.2018

1. Treffen: Dienstag, den 26.09.2017

2. Stunde in der Aula

Programm 2018

1. Beziehungswe(a)ise!

**im „Ferienhaus Stendern“ bei Bücken an der Weser
für Jungen und Mädchen**

Unser Leben wird maßgeblich bestimmt von den Beziehungen, in denen wir leben: der Beziehung zu mir selbst, zur Familie, zu Freunden, zum Partner, zu Gott ...

Doch immer wieder kommt es zu Störungen oder Problemen in der Beziehungsfähigkeit. Wo liegen die Ursachen und welche Hilfen gibt es, beziehungsfähig(er) zu werden?

Mit diesen und ähnlichen Fragen wollen wir uns in ruhiger und entspannter Atmosphäre beschäftigen. Gelegenheit dazu finden wir im „Ferienhaus Stendern“ bei Bücken an der Weser.

Wer also Lust hat, sich in einer gemischten Gruppe mit dem Thema „Beziehungen“ auseinander zu setzen, ist hier genau richtig.

Geleitet wird diese Gruppe von Herrn und Frau Kunert.

2. Exerziten in Egmond/Holland

**Exerziten am Meer
nur Mädchen**

In Egmond aan Zee wohnen wir im Gästehaus eines in den Dünen liegenden Klosters. Strandspaziergänge, die Frage nach mir selbst, meine Beziehungen zu anderen Menschen aber auch zu Gott gehören ebenso zum Wochenprogramm wie Zeit und Ruhe für sich selbst und das Kennenlernen des Klosterlebens der Ordensschwwestern in Egmond, die so ganz anders sind, als wir es aus deutschen Orden kennen.

Die Hollandtage werden von Wolfgang Rensinghoff und einer Lehrerin begleitet.

Weitere Infos: www.liobaklooster.nl

3. Psychiatrie

Alexianer-Krankenhaus nur Mädchen

Das Alexianer-Krankenhaus ist eine Fachklinik für psychisch kranke Menschen in Münster Amelsbüren.

Die Teilnehmerinnen an diesem Projekt lernen mehrere Bereiche der Einrichtung kennen. Unterschiedliche Abteilungen des Hauses werden besucht, wo Gespräche geführt und Informationen gegeben werden (z.B. Kunst-, Ergo-, Musiktherapie, medizinisch-psychiatrischer Dienst, Sozialdienst, Zivildienstplätze).

An den Nachmittagen finden Begegnungen mit einer festen Gruppe von Bewohnern statt. Mit ihnen werden gemeinsame Freizeitaktivitäten geplant und durchgeführt.

In dieser Woche besteht die Möglichkeit, Vorurteile und Ängste gegenüber behinderten oder psychisch kranken Menschen durch Begegnungen und Erfahrungsaustausch abzubauen.

Begleitet werden die Tage von dem Religionspädagogen und Krankenhausseelsorger Georg Edelbrock. weitere Infos: www.alexianer.de/home/

4. Kriminelles I

Essen-Calhorn nur Jungen

Die Gruppe verbringt diese Tage in der Jugendbildungsstätte „Don Bosco“ im Oldenburgischen Essen-Calhorn.

Im Mittelpunkt stehen Jugendliche, die vorbestraft, inhaftiert oder zur Bewährung entlassen worden sind. Der Leiter der Maßnahme wird aus seiner reichen Erfahrung erzählen.

Ein Besuch im Jugendgefängnis und Gespräche mit den „Insassen“ stellen ganz sicher eine Anfrage an die eigene Biographie und den eigenen Lebensentwurf dar.

Wohnen werden die Teilnehmer in der „Jugendbegegnungsstätte Don Bosco“, die sicher einen guten Rahmen für intensive „Begegnungen“ darstellt.

weitere Infos: www.calhorn.donbosco.de

5. Kriminelles II

Essen-Calhorn nur Mädchen

Auch in diesem Jahr wird es wieder eine eigene Mädchengruppe in Essen Calhorn geben. Zur inhaltlichen Gestaltung s.o. Die Gruppe ist untergebracht im Rinaldi-Haus und wird weitgehend unabhängig von der Jungengruppe den Tagesablauf gestalten. Im Freizeitbereich wird es evtl. Überschneidungen geben können.

weitere Infos: www.calhorn.donbosco.de

6. Kloster Marienfeld / Pater Gottfried

in Harsewinkel für Jungen und Mädchen

Pater Gottfried ist ehemaliger Loburger und Gerlever Benediktinerpater. Er wohnt und arbeitet in Harsewinkel, ist für die Pfarrseelsorge und die Wiederinbetriebnahme des Klosters Marienfeld als Jugendbegegnungsstätte verantwortlich. Er arbeitet zusammen mit zwei Mitbrüdern, die einen Klosterladen betreibt, in dem Bücher und Klosterprodukte aus ganz Europa verkauft werden. Eine kleine Gruppe könnte am Klosterleben unter dem Motto „ora et labora“ teilnehmen. Neben dem „ora“ und persönlichen Impulsen, freier Zeit in der Gruppe und für jeden Einzelnen steht das „labora“ im Klostergarten oder im Klosterladen. Eine spannende Sache, eine Woche Klosterleben hautnah.

Infos zum Kloster, zu den Gästezimmern und dem Klosterladen gibt es unter: www.kloster-marienfeld.de

7. HÖB – Ökologisch-Historische-Bildungsstätte

in Papenburg für Jungen und Mädchen

„Wer war, bin und werde ich? Verantwortung für mich und andere übernehmen“

Für diese Exerzitien reisen wir in die schöne Hafenstadt Papenburg. Wir wohnen hier in der „Historisch Ökologischen Bildungsstätte“, die landschaftlich schön gelegen und modern ausgestattet ist. Aus dem Hauptgebäude, wo auch der Speisesaal angesiedelt ist, kann man einen beeindruckenden Panoramablick auf den anliegenden See genießen.

Inhaltlich nehmen wir während der Tage in Papenburg eure persönliche Geschichte mit folgenden Fragestellungen in den Blick: Was hat mich in der Vergangenheit geprägt, was beschäftigt mich im Moment und wie kann ich meine Zukunft gestalten? Mit abwechslungsreichen Methoden und Zeit zum Nachdenken sollt ihr Gelegenheit bekommen, diesen Fragen für euch und im Austausch mit anderen nachzugehen. Teil des Programms sollen darüber hinaus auch meditative Impulse sein.

Über eure persönliche Geschichte hinaus wollen wir auch Verantwortung für andere Menschen thematisieren. Dazu beinhaltet das Programm auch eine Führung in der nahegelegenen Gedenkstätte Esterwegen, die die Geschichte von Terror und Verfolgung unter dem NS-Regime dokumentiert.

Zum Programm könnte neben der Erkundung der Stadt – bei Interesse – auch ein Besuch auf der Meyer Werft gehören, die große Kreuzfahrtschiffe fertigt.

Infos: www.hoeb.de

8. Bergexerzitionen

Achensee in Tirol: Mountains - On top of the bottom of my Soul für Jungen und Mädchen

Die Loburger Bergexerzitionen sollen eine Zeit für euch sein, um vor dem Abitur noch einmal „on top“, nämlich in der wunderschönen Gebirgs- und Schneelandschaft Tirols, bewusst Raum zu schaffen für das, was in der Tiefe („of the bottom of my soul“) bewegt: Begegnungen, Erfahrungen, Fragen, Bilder, Worte. Ein buntes „Outdoorprogramm“ eröffnet dabei den Zugang zur Faszination des Winters in den Bergen (etwa: Wandern, Schlittschuhlaufen über Natureis, gemeinsam mit einer Almrodel Teamgeist beweisen, Big-Foots, Gipfel erklimmen, Aufsuchen von Bachquellen, Bau von Schneeskulpturen, Gestalten von Gipfelkreuzen, rodeln, etc.), aber auch zur spirituellen Gipfelsuche: Wo und wie „berge“ ich mich? Wer/was gibt mir Halt in meinem Leben? Wo möchte ich hin? Welche Gipfelstürme, aber auch welche Talfahrten gab es in meinem Leben? Worüber kann ich staunen, was fasziniert mich? Aus welchen Quellen schöpfe ich Kraft? „Gipfelsturm Abi“ – und dann? Welches Echo brauche ich in meinem Leben? Wo möchte ich Wegweiser sein? Ob Schneefall, glitzernde Bäume im Sonnenschein, vereiste Bäche oder einfach nur die klare kalte Luft: lasst euch faszinieren vom Winter in den Bergen. Denn es ist eine Welt des „ganz Anderen“, und der Mensch wird ganz anders, wenn er in den Bergen unterwegs ist. Hoch auf den Bergen kommen wir nicht selten bei Gott, aber sehr sicher bei uns selbst an: „on top of the bottom of my Soul“.

9. Persönlichkeits-Training

Haltern - Pfadfinder Bildungshaus Gilwell Sankt Ludger für Jungen und Mädchen

Das Große ist nicht, dies oder das zu sein, sondern man selbst.

Sören Kirkegaard

Diese Seminarwoche hilft Dir, ein gesundes Selbstbewusstsein und eine gute Menschenkenntnis zu entwickeln. In den Workshop-Einheiten, inkl. Outdoor-Elementen, entdeckst Du, mit welchen Persönlichkeitstypen Du Dich besonders gut verstehst, und warum Du mit anderen Probleme hast. Du erfährst, wie Du Spannungen und sinnlose Konflikte in Partnerschaft und Beruf vermeidest, um Deine Energie effektiver einzusetzen.

Seminarleitung: Steffen Schüpferling; Infos: www.k-i-w-i.de

10. Bildungsstätte Steinbachtalsperre

Euskirchen: Mitten im Grünen - der Natur ganz nah für Jungen und Mädchen

Mit ihrer besonders schönen Lage am Rande der Voreifel bietet die Bildungsstätte Steinbachtalsperre die besten Voraussetzungen für einen erlebnisreichen Aufenthalt. Der nahegelegene Stausee und die walddreiche Umgebung laden ein zu Wanderungen und vielfältigen Aktionen. Inhaltlich könnte ein Standortbestimmung am Ende der Schulzeit in den Blick genommen werden: Was hat mich in der Vergangenheit geprägt, was beschäftigt mich im Moment und wie kann ich meine Zukunft gestalten? Methodisch stehen erlebnispädagogische Elemente (sports & spirit) genauso auf dem Programm wie lebengeschichtliche Betrachtungen anhand von Filmen.

Begleitet werden die Tage von einem Referenten des Tagungshauses Steinbachtalsperre. Durch vorherige Kontaktaufnahme zwischen dem Referenten und unserer Gruppe lassen sich Themen und Abläufe vorab gemeinsam planen.

Der Teilnehmerbeitrag beläuft sich für alle Ziele auf 165 € plus Fahrtkosten. Diese sind in den jeweiligen Gruppen unterschiedlich.

Wer den Teilnehmerbeitrag nicht voll finanzieren kann, sollte sich umgehend mit Wolfgang Rensinghoff persönlich oder telefonisch (02532/87526) in Verbindung setzen .

SchülerInnen, die Anspruch auf Leistungen aus dem Bildungs- und Teilhabepaket der Bundesregierung haben, erhalten eine entsprechende Bescheinigung, so dass die Kosten auf diesem Weg erstattet werden können. Wir werden in jedem einzelnen Fall eine diskrete Lösung finden.