Teilnahmegebühren
Hauptamtliche / Ehrenamtliche:

Tagestickets
50,00 € inkl. Tagesverpflegung

Tagesticket Sonntag
35,00 € inkl. Tagesverpflegung

Gesamtveranstaltungsticket
02.07.2020 – 05.07.2020
Im DZ: 200,00 € für Ehrenamtliche inkl. Verpflegung
Im EZ: 260,00 € für Ehrenamtliche inkl. Verpflegung
Im DZ: 260,00 € für Hauptamtliche inkl. Verpflegung
Im EZ: 320,00 € für Hauptamtliche inkl. Verpflegung

Die Unterbringung erfolgt im DRK-Tagungshotel.

Weitere Informationen
Der Fachbereich Gesundheit & Soziales des DRK-Instituts für Bildung und Kommunikation ist eine staatlich geförderte und zertifizierte Einrichtung der Weiterbildung des Landes NRW.

Eine Freistellung (Bildungsurlaub) nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) ist möglich. Bildungsschecks und Bildungsprämien können eingesetzt werden.

Weitere Infos unter: www.bildungsscheck.nrw.de und www.bildungspraemie.info

Ansprechpartnerin
Nadja Maier
Telefon 0251 9739-229
nadja.maier@drk-westfalen.de

Anmeldemöglichkeiten
- Online über www.drk-bildungsinstitut.de
- E-Mail über gesundheit.soziales.bildung@drk-westfalen.de

Telefonische Auskunft
- Telefon 0251 9739-191

Deutsches Rotes Kreuz

Hinweis zur aktuellen Lage:
Alle Angebote finden unter den geltenden Hygieneschutzmaßnahmen statt.

Besuchen Sie uns
auf Facebook:
https://www.facebook.com/drkibk/

DRK-Landesverband
Westfalen-Lippe e.V.
Institut für Bildung und Kommunikation
Fachbereich Gesundheit & Soziales
Sperlichstraße 27
48151 Münster

Deutsches Rotes Kreuz

Institut für Bildung und Kommunikation
DRK-Landesverband Westfalen-Lippe e.V.

26. Sommerschule 2020 in Münster

„Im Einklang mit Natur und Umwelt“

www.drk-bildungsinstitut.de

Sommerschule 2020 „Im Einklang mit Natur und Umwelt“

Der Mensch als Teil der Natur

Im Moment findet eine Rückbesinnung auf die Natur, den Lebensraum für jedes Lebewesen, statt. Nachhaltigkeit und umsichtiges Agieren und Handeln sind eine Verpflichtung und Verantwortung für alle Menschen und zeigt sich im Denken, Handeln und Fühlen jedes Einzelnen. Nicht zuletzt ist Nachhaltigkeit auch Respekt vor unseren Mitmenschen. Die verschiedenen Aspekte werden wir in dieser Sommerschule erfahr- und erlebbar machen. Wir sensibilisieren uns und üben einen verantwortlichen Umgang im Einklang mit Natur, Umwelt und setzen die Umwelt-Ressourcen bewusst ein.

”

Wir freuen uns auf Sie!

02.07.2020

Bis 16.00 Uhr: Anreise

16.00 Uhr – 18.00 Uhr
Beginn der Sommerschule

- Einführung in das Thema der Sommerschule 2020
- Programmvorstellung

18.00 Uhr: Abendessen

20.00 Uhr – 21.30 Uhr / 16.00 Uhr – 18.00 Uhr
Filmvorführung

03.07.2020

09.00 Uhr – 12.00 Uhr / 14.00 Uhr – 17.00 Uhr
Praxisworkshop:
Mehr Lebensfreude im Alter – den Alltag zu etwas besonderem machen durch Begegnungen und Bewegungen

- Biografiarbeit
- Mobilitätsförderung u. a. durch Sitztanz
- Kreative Beschäftigungsmöglichkeiten

Referentin:
Walburga Roggel, Übungsleitung Tanzen

09.00 Uhr – 12.00 Uhr / 14.00 Uhr – 17.00 Uhr
Praxisworkshop:
Mit mir und der Welt im Einklang – Harmonisches Malen mit der Kraft der Natur

- bionisches Malen (Malen in Anlehnung an die Natur)
- intuitives Malen
- kreative Transformationsmethode

Referentin:
Marie-Louise Hille, NLP-Master und Neurographik-Spezialistin

12.00 Uhr: Mittagspause

18.00 Uhr: Abendessen

04.07.2020

09.00 Uhr – 12.00 Uhr
Praxisworkshop:
Qi Gong – in Verbindung mit den Elementen sein – das Herzfeuer des Sommers locken

- Einführung in die 5 Elemente-Lehre der TCM (Qi Gong - Grundlagen)
- Bewegungen zur Stärkung von Herz- und Kreislauf
- spezielle Übungen zur Stärkung des Herzfeuers und der Freude

Referentin:
Andrea Müllers, Logopädin und Qi-Gong Lehrerin

09.00 Uhr – 12.00 Uhr
Praxisworkshop:
Upcycling – Müll, der begeistert!

- Was ist Upcycling?
- Das können wir alles noch gut gebrauchen! Materialien und Upcycling-Beipiele
- Schenken, Grüssen, Dekorieren: genial einfache Kreativ-projekte aus Altpapier und Co.

Referentin:
Katja Enseling, Kreativ-Autorin

12.00 Uhr: Mittagspause

13.30 Uhr – 18.00 Uhr
Exkursion: Aktive Mobilität und biologische Vielfalt im Münsterland – Mit dem Fahrrad zur NABU-Naturschutzstation

- Fahrradtour mit verschiedenen Fahrradtypen, wie Las-tenrädern, Rikschas, E-Bikes oder Mitfahrertandem etc.
- Besuch der NABU-Naturschutzstation Haus Heithorn unter dem Motto: Natur für alle – barrierefreie Naturer-lebnisse im Münsterland

Organisator:
Andreas K. Bittner, ADFC in Zusammenarbeit mit dem Umweltforum und dem NABU

19.00 Uhr: Abendessen / gemeinsames Grillen

05.07.2020

09.00 Uhr – 12.00 Uhr
Praxisworkshop: Gesund durch Ernährung, Bewegung und Gedächtnistraining

- Hintergrundwissen und Empfehlungen zur Ernährung und Bewegung
- Praktische Bewegungseinheiten
- Informationen zum präventiven Gedächtnistraining in Kombination mit Kriminalprävention für Senioren
- Steigung der Leistungsfähigkeit durch spielerische Übungen aus dem Gedächtnistraining

Referent:
Manfred Nöger, Polizeibeamter a.D., Fachreferent im Gedächtnistraining (BVGT e.V.)

14.00 Uhr
Abschlussrunde / Abreise