

Presseinformation

Jüchen, 22. Juni 2022

Gutes für den Körper und den Geist tun

Das Katholische Forum lädt ein zum Seelensommer

Eine Veranstaltungsreihe der besonderen Art bietet das Katholische Forum Mönchengladbach Heinsberg diesen Sommer an.

„Wir alle haben ein paar Streicheleinheiten für die Seele nötig.“ findet Forums-Leiterin Lucia Traut. „Etwas Raum und Zeit, die wir alle brauchen, um hinterherzukommen.“ Für Menschen, die diesen Sommer nicht, oder noch nicht wieder, in den Urlaub fahren, ist der Seelensommer eine Gelegenheit sich die Zeit zu Hause schön zu gestalten.

In Jüchen startet die Seelensommer Reihe am 09. Juli mit einem Acryl-Malerei Workshop auf dem Gelände des Nikolausklosters. In inspirierender Atmosphäre dürfen Teilnehmende unter dem Motto „Kopf aus“ mit Farben und Pinseln auf Leinwand experimentieren. Begleitet wird der Workshop von der Jüchener Künstlerin Tess Peartree vom Malzeit Studio.

Ebenfalls auf der Klosterwiese startet ab 14. Juli wieder ein Qi Gong Kurs. Für 5 Wochen findet donnerstags von 18.30 – 20 Uhr die beliebte Mediation in Bewegung statt.

Im weiteren Verlauf des Sommers gibt es in der Nähe von Liedberg einen Abend zum Waldbaden, eine digitale Schreibwerkstatt sowie einen Filmabend und einige Wohlfühl-Workshops nur für Frauen. Das Yoga Event am 26. Juni in der Citykirche in Mönchengladbach zählt zu den sportlichen Highlights in besonderer Atmosphäre. Eine Kräuterführung in Mönchengladbach und ein Spaziergang über den Meditationspfad Blick.Weite im Selfkant runden das Programm ab.

„Alle Menschen sind eingeladen, sich auf unserer Homepage www.forum-mg-hs.de das gesamte Programm anzuschauen und das zu finden was ihnen persönlich gut tut“ ergänzt Lucia Traut als Initiatorin des Seelensommers.

**Katholisches Forum für
Erwachsenen- und Familienbildung**
Mönchengladbach und Heinsberg
Bettrather Straße 22
D-41061 Mönchengladbach

Tel.: 02161 98 06 39
forum-mg-hs@bistum-aachen.de
www.forum-mg-hs.de

Ansprechpartner
Öffentlichkeitsarbeit:
Cornelia Schubert
02161 980658
cornelia.schubert@bistum-aachen.de

Leitung:
Lucia Traut
02161 98 06 53
lucia.traut@bistum-aachen.de

Das komplette Programm:

Yoga Event in der Citykirche

mit Alexandra Bleihauer

Sa, 26.06.22, 12-13.30 Uhr

Citykirche Alter Markt, Kirchplatz 14, Mönchengladbach

15 € / 5€ davon werden gespendet | 22-8MG9001

Entspannung für Frauen

mit Elke Buckert

5x von Mo. 27.06. bis Fr. 01.07., 17 – 18:30 Uhr

Übach-Palenberg, Jugendzentrum, Bahnhofstr. 1

31 € | 22-3HR9048

Acrylmalerei Workshop "Kopf aus"

mit Tess Peartree

Sa 09.07.22, 10.00 - 16.00 Uhr

Nikolauskloster, Jüchen

90.00 € | 22-9JU5003

Waldbaden zum Kennenlernen

mit Nadine Eiben

Do, 14.07.22, 18.00 - 20.15 Uhr

Wanderparkplatz Leppershütte

15.00 € | 22-9KO9055

Qi Gong - auf der Klosterwiese

mit Gabriele Tillmanns

5 x von Do 14.07.22 bis Do. 11.08., 18.30 - 20.00 Uhr

Nikolauskloster, Jüchen

31.00 € | 22-9JU9002

Sommerkino für Frauen

mit Ingrid Scholz und Marion Höver-Battermann

Do, 21.07.22, 19-22 Uhr

Haus der Regionen, Bettrather Straße 22, 41061

Mönchengladbach

8 € | 22-6MG5039

Wohlfühlstunden in der Sommerzeit für Frauen

mit Katharina Schick-Helm

Sa, 06.08.22, 14-18 Uhr

Haus der Regionen, Bettrather Straße 22, 41061

Mönchengladbach

35 € | 22-6MG5030

**Katholisches Forum für
Erwachsenen- und Familienbildung**
Mönchengladbach und Heinsberg
Bettrather Straße 22
D-41061 Mönchengladbach

Tel.: 02161 98 06 39
forum-mg-hs@bistum-aachen.de
www.forum-mg-hs.de

Ansprechpartner
Öffentlichkeitsarbeit:
Cornelia Schubert
02161 980658
cornelia.schubert@bistum-aachen.de

Leitung:
Lucia Traut
02161 98 06 53
lucia.traut@bistum-aachen.de

Blaupause: sommerliche Schreibwerkstatt @home online nach Schreibimpulsen von Hanna Buiting

mit Ruth Fehlker, Christiane Mussinhoff, Lucia Traut
So, 07.08. - So 28.08.22 Schreib-Zeit @home
in dieser Zeit jeden Sonntag, 18 – 19 Uhr: Community-Zeit
(online)
25 € | 22-2mg5021

„Besondere Momente“ – Abendwanderung auf dem Meditationspfad Blick.Weite

mit Gabriele Thoennesen und Brigitte Kempny
Do 11.08.22, 19 – 20.30 Uhr
Parkplatz Westzipfelpunkt an der K1 zwischen Selfkant-
Isenburg und Susteren (NL)
kostenfrei | 22-2hr5004

Kräuterführung im Sommer

mit Sandra Nievelstein
Do 18.08.22, 18.30 - 20.00 Uhr
Mönchengladbach, Stadtwald, Dahlemer Straße
6.00 € | 22-1MG5004

Wandel - Wandlung: Spiritualität im Zeichen der Veränderung

mit Wilhelm Bruners und Lucia Traut
3x Montag, 12.09. - 26.09.22, 18 – 20.30 Uhr
Mönchengladbach, Haus der Regionen, Bettrather Straße 22
30 € | 22-2mg5012

Hintergrundinformationen

Das Katholische Forum für Erwachsenen- und Familienbildung ist eine vom Land NRW anerkannte Einrichtung der gemeinwohlorientierten Weiterbildung in Trägerschaft des Bistums Aachen. Die Veranstaltungen im Raum Mönchengladbach, Heinsberg, Korschenbroich und Jüchen stehen allen Interessierten offen gleich welcher Religion, Herkunft, Alter oder Geschlecht. Das Programm beinhaltet Veranstaltungen in folgenden Fachbereichen: Religion und Spiritualität, berufliche Qualifikation und Fortbildung, Leben und Beziehungen, Kultur und Kreativität, Interkulturalität und Sprachen, Gesellschaft und Politik, Familien und Kinder sowie Gesundheit und Fitness.

Das Kath. Forum erreicht in ca. 1.500 Veranstaltungen jährlich 25.000 Teilnehmer:innen. Hauptstandort des Kath. Forums ist das Haus der Regionen in Mönchengladbach. Außenstandorte betreibt die Einrichtung im Alten Amtsgericht in Heinsberg, in Geilenkirchen-Gillrath und in Hückelhoven. Weiterhin werden ca. 160 verschiedene

Katholisches Forum für
Erwachsenen- und Familienbildung
Mönchengladbach und Heinsberg
Bettrather Straße 22
D-41061 Mönchengladbach

Tel.: 02161 98 06 39
forum-mg-hs@bistum-aachen.de
www.forum-mg-hs.de

Ansprechpartner
Öffentlichkeitsarbeit:
Cornelia Schubert
02161 980658
cornelia.schubert@bistum-aachen.de

Leitung:
Lucia Traut
02161 98 06 53
lucia.traut@bistum-aachen.de

*dezentrale Räume im gesamten Einzugsgebiet genutzt. Das Kath.
Forum versteht sich daher als Bildungspartner vor Ort.*

**Katholisches Forum für
Erwachsenen- und Familienbildung**
Mönchengladbach und Heinsberg
Bettrather Straße 22
D-41061 Mönchengladbach

Tel.: 02161 98 06 39
forum-mg-hs@bistum-aachen.de
www.forum-mg-hs.de

Ansprechpartner
Öffentlichkeitsarbeit:
Cornelia Schubert
02161 980658
cornelia.schubert@bistum-aachen.de

Leitung:
Lucia Traut
02161 98 06 53
lucia.traut@bistum-aachen.de