



# **bildungswerk stenden**

**politisch. weiter. bilden.**

Eine Einrichtung des  
**Neue Gesellschaft Niederrhein e.V.**

Unser Auftrag und unser Angebot ist politische Bildung für Erwachsene.  
Das Land Nordrhein-Westfalen fördert unsere politische Bildungsarbeit.

Unsere Angebote richten sich an alle, die in NRW leben oder arbeiten.

## **Programmübersicht 2024**

### **Lebendigen Demokratie - Partizipation – Medienkompetenz:**

<b>Teambildung und Kooperation</b>	<b>15.01.2024– 16.01.2024</b>
Seminarnummer: 244004	

<b>Teambildung und Kooperation</b>	<b>15.01.2024– 16.01.2024</b>
Seminarnummer: 244005	

<b>Teambildung und Kooperation</b>	<b>15.01.2024– 16.01.2024</b>
Seminarnummer: 244006	

<b>Rhetorik Grundseminar</b>	<b>04.03.2024– 06.03.2024</b>
Seminarnummer: 244H014	

<b>Teambildung und Kooperation</b>	<b>02.05.2024– 03.05.2024</b>
Seminarnummer: 244017	

<b>Teambildung und Kooperation</b>	<b>02.05.2024– 03.05.2024</b>
Seminarnummer: 244018	

<b>Rheinsteig - Wandern auf den Spuren der Demokratie</b>	<b>13.05.2024– 17.05.2024</b>
Seminarnummer: 244ST101	

<b>Kommunalpolitik – Kompakt als Bildungsurlaub</b>	<b>22.05.2024– 24.05.2024</b>
Seminarnummer: 244001	

<b>Kommunales Planspiel</b>	<b>08.06.2024– 09.06.2024</b>
Seminarnummer: 244003	

<b>Demokratie leben - JVA Wuppertal-Ronsdorf</b>	<b>10.06.2024– 10.06.2024</b>
Seminarnummer: 244U801	

<b>Demokratie leben - JVA Bochum</b>	<b>10.06.2024– 10.06.2024</b>
Seminarnummer: 244U101	


<b>Demokratie leben JVA Werl</b>	<b>10.06.2024– 10.06.2024</b>
Seminarnummer: 244U701	

<b>Demokratie leben JVA Dortmund</b>	<b>10.06.2024– 10.06.2024</b>
Seminarnummer: 244U301	

<b>Demokratie leben - JVA Heinsberg</b>	<b>10.06.2024– 10.06.2024</b>
Seminarnummer: 244U601	

<b>Awareness - aufeinander achten in Politik und Ehrenamt (Bildungsurlaub)</b>	<b>18.06.2024– 20.06.2024</b>
Seminarnummer: 244007	

<b>Rhetorik für Frauen - Kompakt als Bildungsurlaub</b>	<b>03.07.2024– 05.07.2024</b>
Seminarnummer: 244002	
<b>Rhetorik AufbauSeminar</b>	<b>28.08.2024– 30.08.2024</b>
Seminarnummer: 244H015	
<b>Selbstvermarktung</b>	<b>07.09.2024– 07.09.2024</b>
Seminarnummer: 244U001	
<b>Demokratie leben JVA Werl</b>	<b>16.09.2024– 16.09.2024</b>
Seminarnummer: 244U705	
<b>Demokratie leben - JVA Heinsberg</b>	<b>16.09.2024– 16.09.2024</b>
Seminarnummer: 244U605	
<b>Demokratie leben JVA Dortmund</b>	<b>16.09.2024– 16.09.2024</b>
Seminarnummer: 244U305	
<b>Demokratie leben - JVA Bochum</b>	<b>16.09.2024– 16.09.2024</b>
Seminarnummer: 244U105	
<b>Demokratie leben - JVA Wuppertal-Ronsdorf</b>	<b>16.09.2024– 16.09.2024</b>
Seminarnummer: 244U805	
<b>Awareness - aufeinander achten in Politik und Ehrenamt (Bildungsurlaub)</b>	<b>29.10.2024– 31.10.2024</b>
Seminarnummer: 244009	
<b>Konflikte lösen mit gewaltfreier Kommunikation - Einführung in GFK</b>	<b>04.12.2024– 06.12.2024</b>
Seminarnummer: 244701	
<b>Kommunikation und Kooperation</b>	<b>06.12.2024– 08.12.2024</b>
Seminarnummer: 244016	

 **Demographischer Wandel - Flexibilisierung der Lebensentwürfe -  
Modelle des zivilgesellschaftlichen Engagements:**

<b>Frauenbilder</b>	<b>04.04.2024– 07.04.2024</b>
Seminarnummer: 244H010	

 **Schulisches Engagement - Lebenslanges Lernen - Bildungsberatung:**

<b>Train the Trainer Kompakt 2</b>	<b>22.04.2024– 26.04.2024</b>
Seminarnummer: 244801	

<b>Einführung in die Moderationsmethode</b>	<b>19.08.2024– 23.08.2024</b>
Seminarnummer: 244010	

<b>Train the Trainer Kompakt 1</b>	<b>04.11.2024– 08.11.2024</b>
Seminarnummer: 244802	

 **Menschenrechte - politische Kultur - Zeitgeschichte:**

<b>Berlin: Geschichte und Politik live erleben</b>	<b>15.01.2024– 19.01.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST033

<b>Berlin: Geschichte und Politik live erleben</b>	<b>15.01.2024– 19.01.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST034

<b>Berlin: Geschichte und Politik live erleben</b>	<b>22.01.2024– 26.01.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST035

<b>Berlin: Geschichte und Politik live erleben</b>	<b>22.01.2024– 26.01.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST036

<b>Berlin: Geschichte und Politik live erleben</b>	<b>22.01.2024– 26.01.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST037

<b>Nationalsozialismus - Eine Spurensuche in Berlin</b>	<b>11.03.2024– 15.03.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244011

<b>Ein Potpurri von Geschichte, Politik und Kultur der Bundeshauptstadt</b>	<b>18.03.2024– 22.03.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST031

<b>Berlin: Geschichte und Politik live erleben</b>	<b>14.04.2024– 17.04.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST038

<b>Frauen-Bildungsurlaub: Das grüne Band – Wo Geschichte Natur schreibt</b>	<b>15.04.2024– 19.04.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST041

<b>Nationalsozialismus - Eine Spurensuche in Berlin</b>	<b>15.04.2024– 19.04.2024</b>
Seminarnummer: 244012	
<b>Auschwitz und Krakau - Auf den Spuren des Völkermords</b>	<b>21.04.2024– 26.04.2024</b>
Seminarnummer: 244ST332	
<b>Berlin: Geschichte und Politik live erleben</b>	<b>02.06.2024– 05.06.2024</b>
Seminarnummer: 244ST039	
<b>Berlin: Frauenpower! Mit weiblichen Blick durch Berlin</b>	<b>10.06.2024– 14.06.2024</b>
Seminarnummer: 244ST712	
<b>Nationalsozialismus - Eine Spurensuche in Berlin</b>	<b>10.06.2024– 14.06.2024</b>
Seminarnummer: 244013	
<b>Auf den Spuren deutsch-deutscher Geschichte: Dresden</b>	<b>30.06.2024– 05.07.2024</b>
Seminarnummer: 244ST131	
<b>Begegnung mit Polen - politisch und geschichtlich</b>	<b>10.07.2024– 17.07.2024</b>
Seminarnummer: 244019	
<b>Deutschland im Blick: Mecklenburg-Vorpommern</b>	<b>27.09.2024– 02.10.2024</b>
Seminarnummer: 244ST082	
<b>Düsseldorf entdecken. Die Landeshauptstadt NRW-politisch-historisch und inspirierend - Bildungsurlaub</b>	<b>30.09.2024– 02.10.2024</b>
Seminarnummer: 244008	

<b>Danzig Hafenstadt zwischen Geschichte und Moderne</b>	<b>06.10.2024– 11.10.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST331

<b>Nationalsozialismus - Eine Spurensuche in Berlin</b>	<b>07.10.2024– 11.10.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244014

<b>Weimar - Stadt mit zwei Gesichtern</b>	<b>28.10.2024– 01.11.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST161

<b>Auf nationalsozialistischer Spurensuche in Berlin</b>	<b>04.11.2024– 08.11.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244015

<b>Nationalsozialismus - Eine Spurensuche in Berlin</b>	<b>18.11.2024– 22.11.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST032

<b>Berlin: Geschichte und Politik live erleben</b>	<b>08.12.2024– 11.12.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST711

 **Internationale Politik - europäischer Einigungsprozess:**

<b>Straßburg und Elsass - Europa im Blickpunkt</b>	<b>24.04.2024– 27.04.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST221

<b>Albanien - Geschichte, Kultur und Gesellschaft</b>	<b>12.05.2024– 18.05.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST611

<b>Europa erleben: Niederlande (Rotterdam)</b>	<b>03.06.2024– 07.06.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST312

<b>Straßburg &amp; Elsass - Europa im Blickpunkt</b>	<b>09.06.2024– 14.06.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST222

<b>Europa erleben: Brüssel</b>	<b>02.09.2024– 06.09.2024</b>
--------------------------------	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST171


<b>Demokratie und nationale Entwicklung in Namibia</b>	<b>08.10.2024– 25.10.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST501

 **Globalisierung - Marktwirtschaft - Sozialpolitik:**

<b>Bremens Weg von der traditionsreichen Hansestadt zur nachhaltigen Zukunftsstadt</b>	<b>12.06.2024– 16.06.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST051

 **Klimawandel - Entwicklung - lokale und globale Handlungsperspektiven:**

<b>Rheinradweg - Nachhaltig leben in den Niederlanden - mit dem Fahrrad von Kleve nach Hoek van Holland</b>	<b>16.06.2024– 21.06.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST313

<b>Greener Cities in den Niederlanden - Nachhaltigkeit erleben mit dem Fahrrad</b>	<b>07.07.2024– 12.07.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST311



<b>Ruhrtalradweg: Leben und Arbeiten entlang der Ruhr - mit dem Fahrrad von der Quelle bis zur Mündung</b>	<b>14.07.2024– 19.07.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST104

<b>Rheinradweg - Nachhaltig leben am Rhein - mit dem Fahrrad von Andernach nach Wesel</b>	<b>25.08.2024– 30.08.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST102

<b>Tourismus und nachhaltige Entwicklung in der Vierländerregion Bodensee</b>	<b>08.09.2024– 14.09.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244ST103

<b>Politik und das Leitbild Nachhaltigkeit am Beispiel der Region Mecklenburgischen Seenplatte</b>	<b>22.09.2024– 26.09.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244021

### **Gesundheitsbildung:**

<b>Mehr Gesundheit und Resilienz im Job mit Yoga und Meditation</b>	<b>11.03.2024– 15.03.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244901

<b>Aktive Stressbewältigung mit Yoga und Meditation für Beruf und Alltag – im Kloster</b>	<b>22.04.2024– 26.04.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244H004

<b>Aktive Stressbewältigung mit Yoga und Meditation für Beruf und Alltag – im Kloster</b>	<b>27.05.2024– 31.05.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244H005

<b>Aktive Stressbewältigung mit Yoga und Meditation für Beruf und Alltag – im Kloster</b>	<b>10.06.2024– 14.06.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244H006

<b>Aktive Stressbewältigung mit Yoga und Meditation für Beruf und Alltag – im Kloster</b>	<b>17.06.2024– 21.06.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244H007

<b>Yoga und Achtsamkeit in der Natur - Stressbewältigung für Beruf und Alltag</b>	<b>01.07.2024– 05.07.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244H012

<b>Aktive Stressbewältigung mit Yoga und Meditation für Beruf und Alltag – im Kloster</b>	<b>26.08.2024– 30.08.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244H008

<b>Mit Yoga und autogenem Training entspannt im Beruf - Auszeit im Kloster</b>	<b>07.10.2024– 11.10.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244H009

<b>Gesunde Balance mit sanftem Yoga und Autogenem Training - auf Sylt</b>	<b>03.11.2024– 09.11.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244H001

<b>Neue Energie für den Beruf mit Yoga und Meditation - auf Sylt</b>	<b>10.11.2024– 16.11.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244H002

<b>Kraft und Balance im Job durch Qigong - auf Sylt</b>	<b>17.11.2024– 23.11.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244H003

<b>Hatha Yoga Ausbildung</b>	<b>18.11.2024– 23.11.2024</b>
------------------------------	-------------------------------

Seminarnummer: 244905

<b>Mit Yoga und Gewaltfreier Kommunikation entspannt im Beruf</b>	<b>25.11.2024– 29.11.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244902

<b>Yoga und Achtsamkeit in der Natur - Stressbewältigung für Beruf und Alltag</b>	<b>25.11.2024– 29.11.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244H013

<b>Yin Yoga Ausbildung</b>	<b>02.12.2024– 07.12.2024</b>
----------------------------	-------------------------------

Seminarnummer: 244906

<b>Yoga auf dem Bürostuhl - Online</b>	<b>04.12.2024– 06.12.2024</b>
--	-------------------------------

Seminarnummer: 244904

<b>Mehr Gesundheit und Resilienz im Job mit Yoga und Meditation</b>	<b>16.12.2024– 20.12.2024</b>
---	-------------------------------

Seminarnummer: 244903

Über das Programm hinaus beteiligt sich das Bildungswerk Stenden noch an einem Projekt. Dieses Projekt führen wir zusammen mit der Landeszentrale für politische Bildung NRW durch.

Das Projekt heißt:

**Demokratie leben – Achtung und Toleranz in unserer vielfältigen Gesellschaft!**

Politische Bildung im Strafvollzug und im Jugendarrest

Weitere Informationen zu dem Projekt findest du hier:

[Projekte - Bildungswerk Stenden \(bildungswerk-stenden.de\)](https://www.bildungswerk-stenden.de)

**bildungswerk stenden**

Kavalleriestr. 12

40213 Düsseldorf

0211 86282610

[info@bildungswerk-stenden.de](mailto:info@bildungswerk-stenden.de)

[www.bildungswerk-stenden.de](http://www.bildungswerk-stenden.de)

