



Fortbildungen / Seminare / Workshops für Erwachsene bzw. Familien in der Ökologiestation 1. Halbjahr 2021

Für Erwachsene:

Trommeln – Anfängerkurs (5 Termine vor den Osterferien)

Auf der westafrikanischen Djembe-Trommel werden drei Schlagtechniken (Open / Bass / Slap) gespielt, wodurch sowohl sehr tiefe als auch sehr hohe Töne erzeugt werden können. Durch das Erlernen der Schlagtechniken und Rhythmen werden auf spielerischem Weg Koordination und Konzentration gefördert. Auf leichten Übungen aufbauend wird jeder in den lebendigen Rhythmus einer Gruppe eingebunden und kann improvisierend seinen Gefühlen Ausdruck verleihen.

Termine: je Freitag 12./19./26. Februar + 05./12. März 2021; jeweils 18.30 – 20.00 Uhr
Leitung: Volker Hardebusch
Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.
Kosten: **50 Euro** (insgesamt für fünf Termine)
Teilnehmer: maximal 15 Teilnehmer
Anmeldung: bis Do 28.01.2021

Für Erwachsene:

Bienenwachstücher selber herstellen

Genug von Frischhalte- und Alufolie? Sie möchten etwas für die Umwelt tun?

Die wiederverwendbaren Bienenwachstücher sind eine natürliche Alternative!

Praktisch, wiederverwendbar und plastikfrei - zum Einwickeln und Frischhalten von Sandwiches, Brot, Obst, Gemüse, Käse uvm. und zum Abdecken von Schüsseln.

In diesem Workshop lernen die Teilnehmer wie die Bienenwachstücher hergestellt werden und erhalten Tipps und Tricks zur Handhabung, Reinigung und Pflege.

Wer mag, kann sein Tuch auch vorab persönlich mit Farbstempeln ... gestalten.

Das benötigte Material wird zur Verfügung gestellt.

Wer möchte, kann aber auch seinen Lieblingsbaumwollstoff (z. B. Tischdecke von der Oma) in ein Bienenwachstuch verwandeln. Darüber hinaus kann gerne ein altes Bügeleisen, Zickzackschere oder Stoffschere mitgebracht werden.

Termin: Mittwoch 17. Februar 2021; 18.00 – 21.00 Uhr
Leitung: Christiane Hüdepohl
Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.
Kosten: **35 Euro** (in den Kosten sind die Honorarkosten, Material und Getränke enthalten)
Teilnehmer: maximal 10 Teilnehmer
Anmeldung: bis Di 02.02.2021



Fortbildungen / Seminare / Workshops für Erwachsene bzw. Familien in der Ökologiestation 1. Halbjahr 2021

Für Erwachsene:

Schmieden ab 18 Jahre

Zwei Tage schmieden. Das bedeutet, mit einem Partner an einer Esse das Feuer zu beherrschen, den Stahl mit Handhämmern zu bearbeiten und das gewonnene Produkt nachzubearbeiten. Ziel ist die Herstellung eines Messers nach eigenem Geschmack.

Fortgeschrittene und Teilnehmer mit Erfahrung können sich an das Verschweißen ungleich harter Stähle heranwagen und daraus einen laminierten Stahl aus 3 Lagen gewinnen. Wer dann immer noch nicht genug hat, kann sich am Feuerverschweißen von Mehrlagenpaketen versuchen und dieses mehrfach falten, das ist dann Damast. Das daraus geschmiedete Produkt wird nachbearbeitet und so blank gemacht, dass das typische Damastmuster nach einer Behandlung mit Säure zu sehen ist.

Termin: Samstag / Sonntag 27./28. Februar 2021; jeweils 10.00 – 16.00 Uhr

Leitung: Olaf Fabian-Knöppges (Museumspädagoge)

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

Kosten: **135 Euro** (in den Kosten sind die Honorar-, Material- und Getränkekosten enthalten)

Teilnehmer: maximal 10 Teilnehmer

Anmeldung: bis Do 11.02.2021

Für Erwachsene:

Möbel aus Wildholz - für Einsteiger

Möbel aus den naturbelassenen Wuchsformen eines Baumes zu bauen, hat in nahezu allen Kulturkreisen eine lange Tradition. Die Wildholzmöbel wirken auf uns spontan vertraut und üben eine große Faszination aus. Die Teilnehmer bearbeiten die Oberfläche und die Verbindungen der naturbelassenen Hölzer mit einfachen Werkzeugen und alten Handwerkstechniken. Wildholzmöbel entwickeln über ihre Funktion hinaus plastische Qualität, welche sie zu künstlerischen Objekten werden lässt. Eigenes Werkzeug kann gerne mitgebracht werden!

Termin: Samstag / Sonntag 6./7. März 2021; jeweils 9.30 – 18.00 Uhr

Leitung: Klaus Känzler

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

Kosten: **70 Euro** (in den Kosten sind die Honorarkosten, Material und Getränke enthalten)

Teilnehmer: maximal 10 Teilnehmer

Anmeldung: bis Do 18.02.2021

Anmeldungen beim Umweltzentrum Westfalen, Westenhellweg 110, 59192 Bergkamen

Fon 02389 – 980913 (Ansprechpartner: Dorothee Weber-Köhling)

Fax 02389-980999; E-Mail: Umweltzentrum_Westfalen@t-online.de



Fortbildungen / Seminare / Workshops für Erwachsene bzw. Familien in der Ökologiestation 1. Halbjahr 2021

Für Erwachsene:

Shinrin Yoku - Waldbaden (1)

In Japan ist das "Shinrin Yoku", das "Baden in der Waldatmosphäre" bereits seit den 80er Jahren eine wissenschaftlich begleitete und anerkannte Stressbewältigungsmethode. Ein Waldbad hat einen wunderbaren Effekt auf Körper, Geist und Seele. Es senkt den Stresshormonspiegel, stärkt das Immunsystem und sorgt für ein inneres Gleichgewicht.

Bei der Kursreihe tauchen die Teilnehmer - mit Hilfe kleiner achtsamer Übungen - mit allen Sinnen in die heilende Atmosphäre des Waldes ein, erkunden auf sanfte und bewusste Art den Wald, bewegen sich auf leisen Sohlen und spüren die entspannende Wirkung der Natur.

Bitte an wettergerechte Kleidung, festes Schuhwerk und eine Sitzunterlage denken.

Mögliche Treffpunkte: verschiedene Waldstandorte im Kreis Unna (z. B. Cappenberger Wald, Kurler Busch, Beversee) Die Treffpunkte werden rechtzeitig vor der Veranstaltung bekannt gegeben.

Hinweis: Bei Unwetterwarnung, Sturm oder Starkregen müssen Termine eventuell kurzfristig abgesagt oder auf das Gelände der Ökologiestation verlegt werden.

Termin: Freitag 26. März 2021; 17.00 – 19.00 Uhr Weitere Termine: 23. April; 28. Mai; 25. Juni

Leitung: Sandra Bille (Wildnispädagogin)

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

Kosten: **15 Euro** je Termin; jeder Termin ist einzeln buchbar!

Anmeldung: bis Do 11.03.2021; max. 15 Teilnehmer

Für Erwachsene bzw. Familien:

Wenn der Vater mit dem Kinde ... ein Feuereisen und ein Messer schmiedet

Die Beherrschung des Feuers war schon immer ein Merkmal der Menschen. Aber wie entfachte man ein Feuer vor den Zeiten von Feuerzeug und Streichhölzern?

Im Rahmen dieses Workshops werden die notwendigen Kenntnisse zum Feuermachen vermittelt und jeder Teilnehmer kann unter Anleitung ein Feuereisen und ein Messer schmieden. Das Schmieden erfolgt an dafür errichteten kleinen Lehmassen, in denen der Stahl erhitzt und im Team bearbeitet wird. Nach dem Schmieden werden das fertige Feuereisen und das Messer gehärtet. Die Teilnehmer können das Feuereisen und ein Messer mit nach Hause nehmen und sie erhalten etwas Zunder und einen scharfkantigen Feuerstein. Der Workshop ist auch für Familien geeignet.

Termin: Sonntag 28. März 2021; 10.00 – 16.00 Uhr

Leitung: Daniel Niederau

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

Kosten: Einzelperson **40 Euro** oder Team/zwei Familienmitglieder **74 Euro**

Anmeldung: bis Do 11.03.2021; max. 20 Teilnehmer



Fortbildungen / Seminare / Workshops für Erwachsene bzw. Familien in der Ökologiestation 1. Halbjahr 2021

Für Erwachsene:

Trommeln für Fortgeschrittene (5 Termine nach den Osterferien)

Der Workshop richtet sich an Erwachsene, die bereits Erfahrungen mit dem Djembespiel gemacht haben und neue bzw. alte Rhythmen lernen und erfahren möchten. Es werden traditionelle Rhythmen aus Guinea sowie Rhythmen der Band Roots Gaia gespielt und die Teilnehmer haben die Möglichkeit ihre Erfahrungen mit Improvisation zu vertiefen.

Bei der Anmeldung bitte angeben, ob ein Leihinstrument benötigt wird.

Termin: jeweils Freitag 16./23./30. April und 7./14. Mai 2021; jeweils 18.30 – 20.00 Uhr

Leitung: Volker Hardebusch

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

Kosten: **50 Euro** (insgesamt für 5 Termine)

Teilnehmer: maximal 15 Teilnehmer

Anmeldung: bis Do 01.04.2021

Für Erwachsene:

Landart - Frühling

Bäume und Gräser, Steine und Sand, Wasser und Eis; Gestaltungsmaterial kann alles sein, was die Natur in dieser Jahreszeit bietet.

An diesem Tag werden die Teilnehmer zu Künstlern in der Natur. Entwickelt werden

Kunstwerke aus allem, was die Natur zu bieten hat. Sie dringen immer weiter in die Natur vor und prüfen die vielfältigen Materialien auf Tauglichkeit für ihre Kunstwerke. Sie suchen geeignete Gestaltungsplätze, Räume, Zwischenräume und gestalten sie mit ihrer Fantasie. Das Ziel soll nicht ein möglichst perfektes Kunstwerk sein. Vielmehr soll der Schwerpunkt auf das Experimentieren mit unterschiedlichen Materialien gelegt werden: Sehen und Entdecken, Finden und Vertiefen, Material sammeln und verarbeiten. Und die Teilnehmer sollen Spaß haben an und in der Natur.

Am Ende steht ein persönliches Kunstwerk, das der Landschaft übergeben wird.

Termin: Samstag 17. April 2021; 10.00 – 17.00 Uhr

Leitung: Jutta Sucker (Designerin)

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

Kosten: **35 Euro**

Teilnehmer: maximal 10 Teilnehmer

Anmeldung: bis Do 01.04.2021



Fortbildungen / Seminare / Workshops für Erwachsene bzw. Familien in der Ökologiestation 1. Halbjahr 2021

Für Erwachsene:

Möbel aus Wildholz - für Fortgeschrittene

Möbel aus den naturbelassenen Wuchsformen eines Baumes zu bauen, hat in nahezu allen Kulturkreisen eine lange Tradition. Die Wildholzmöbel wirken auf uns spontan vertraut und üben eine große Faszination aus. Die Teilnehmer bearbeiten die Oberfläche und die Verbindungen der naturbelassenen Hölzer mit einfachen Werkzeugen und alten Handwerkstechniken. Wildholzmöbel entwickeln über ihre Funktion hinaus plastische Qualität, welche sie zu künstlerischen Objekten werden lässt. Eigenes Werkzeug kann gerne mitgebracht werden!

Termin: Samstag / Sonntag 17./18. April 2021; jeweils 9.30 – 18.00 Uhr

Leitung: Klaus Känzler

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

Kosten: **85 Euro** (in den Kosten sind die Honorarkosten, Material und Getränke enthalten)

Teilnehmer: maximal 8 Teilnehmer

Anmeldung: bis Do 01.04.2021

Für Erwachsene:

Schmieden ab 18 Jahre

Zwei Tage schmieden. Das bedeutet, mit einem Partner an einer Esse das Feuer zu beherrschen, den Stahl mit Handhämmern zu bearbeiten und das gewonnene Produkt nachzubearbeiten. Ziel ist die Herstellung eines Messers nach eigenem Geschmack.

Fortgeschrittene und Teilnehmer mit Erfahrung können sich an das Verschweißen ungleich harter Stähle heranwagen und daraus einen laminierten Stahl aus 3 Lagen gewinnen. Wer dann immer noch nicht genug hat, kann sich am Feuerverschweißen von Mehrlagenpaketen versuchen und dieses mehrfach falten, das ist dann Damast. Das daraus geschmiedete Produkt wird nachbearbeitet und so blank gemacht, dass das typische Damastmuster nach einer Behandlung mit Säure zu sehen ist.

Termin: Samstag / Sonntag 17./18. April 2021; jeweils 10.00 – 16.00 Uhr

Leitung: Olaf Fabian-Knöppges (Museumspädagoge)

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

Kosten: **135 Euro** (in den Kosten sind die Honorar-, Material- und Getränkekosten enthalten)

Teilnehmer: maximal 10 Teilnehmer

Anmeldung: bis Do 01.04.2021



Fortbildungen / Seminare / Workshops für Erwachsene bzw. Familien in der Ökologiestation 1. Halbjahr 2021

Für Erwachsene:

Shinrin Yoku - Waldbaden (2)

In Japan ist das "Shinrin Yoku", das "Baden in der Waldatmosphäre" bereits seit den 80er Jahren eine wissenschaftlich begleitete und anerkannte Stressbewältigungsmethode. Ein Waldbad hat einen wunderbaren Effekt auf Körper, Geist und Seele. Es senkt den Stresshormonspiegel, stärkt das Immunsystem und sorgt für ein inneres Gleichgewicht.

Bei der Kursreihe tauchen die Teilnehmer - mit Hilfe kleiner achtsamer Übungen - mit allen Sinnen in die heilende Atmosphäre des Waldes ein, erkunden auf sanfte und bewusste Art den Wald, bewegen sich auf leisen Sohlen und spüren die entspannende Wirkung der Natur.

Bitte an wettergerechte Kleidung, festes Schuhwerk und eine Sitzunterlage denken.

Mögliche Treffpunkte: verschiedene Waldstandorte im Kreis Unna (z. B. Cappenberger Wald, Kurler Busch, Beversee) Die Treffpunkte werden rechtzeitig vor der Veranstaltung bekannt gegeben.

Hinweis: Bei Unwetterwarnung, Sturm oder Starkregen müssen Termine eventuell kurzfristig abgesagt oder auf das Gelände der Ökologiestation verlegt werden.

Termin: Freitag 23. April 2021; 17.00 – 19.00 Uhr Weitere Termine: 28. Mai; 25. Juni

Leitung: Sandra Bille (Wildnispädagogin)

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

Kosten: **15 Euro** je Termin; jeder Termin ist einzeln buchbar!

Anmeldung: bis Do 08.04.2021; max. 15 Teilnehmer

Für Erwachsene bzw. Familien:

Gleißend wie Gold – Bronze gießen

Bronze glänzt wie Gold, dient als Schmuck, daraus entstehen Kunstwerke und auch Gebrauchsgegenstände.

In diesem Workshop stellen die Teilnehmer aus Wachs oder Speckstein ein Modell her, betten es ein in Formsand und gießen es in Bronze aus.

Der Schmelzofen wird von den Teilnehmern aus Lehm errichtet und mit Koks Kohle betrieben. Die nötige Temperatur von über 1000 Grad erzeugt ein Gebläse, damit sich die Teilnehmer vollständig der Herstellung der Modelle und dem Einbetten der Formen widmen können.

Die fertigen Bronzen werden gefeilt, geschmiegelt und poliert. Die Teilnehmer können ihre gefertigten Bronzen mit nach Hause nehmen.

Der Workshop ist auch für Familien mit Kindern ab 13 Jahre und Experten geeignet.

Termin: Samstag / Sonntag 1./2. Mai 2021; jeweils 10.00 – 16.00 Uhr

Leitung: Olaf Fabian-Knöpges (Museumspädagoge)

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

Kosten: **95 Euro** (in den Kosten sind die Honorar-, Material- und Getränkekosten enthalten)

Anmeldung: bis Do 15.04.2021; max. 12 Teilnehmer



Fortbildungen / Seminare / Workshops für Erwachsene bzw. Familien in der Ökologiestation 1. Halbjahr 2021

Für Erwachsene:

Naturapotheke - Kräuterschätze am Wegesrand

Die Natur schenkt uns eine enorme Vielfalt an Pflanzen. Sie begleiten uns mit ihren Heilkräften seit Anbeginn der Menschheit und wachsen überall vor unserer Haustür. An diesem Tag werden Pflanzen gesammelt. Die Teilnehmer lernen ihre Heilwirkung kennen und probieren Rezepte für Öle, Tinkturen und Cremes aus. Mit der Kraft des Feuers erwärmen die Teilnehmer die Zutaten und teilen ihr Kräuterwissen.

Da die Veranstaltung draußen stattfindet, bitte an wettergerechte Kleidung denken. Außerdem, wenn vorhanden, kleine Marmeladen- oder Aufstrichgläser mitbringen.

Termin: Sonntag 9. Mai 2021; 10.00 – 14.00 Uhr
Leitung: Sandra Bille (Wildnispädagogin) und Heike Barth (Naturerlebnis-Pädagogin)
Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.
Kosten: **30 Euro zzgl. 8 Euro** für Material (die 8 EUR werden vor Ort bezahlt)
Teilnehmer: maximal 15 Teilnehmer
Anmeldung: bis Do 22.04.2021

Für Erwachsene:

Shinrin Yoku - Waldbaden (3)

In Japan ist das "Shinrin Yoku", das "Baden in der Waldatmosphäre" bereits seit den 80er Jahren eine wissenschaftlich begleitete und anerkannte Stressbewältigungsmethode. Ein Waldbad hat einen wunderbaren Effekt auf Körper, Geist und Seele. Es senkt den Stresshormonspiegel, stärkt das Immunsystem und sorgt für ein inneres Gleichgewicht.

Bei der Kursreihe tauchen die Teilnehmer - mit Hilfe kleiner achtsamer Übungen - mit allen Sinnen in die heilende Atmosphäre des Waldes ein, erkunden auf sanfte und bewusste Art den Wald, bewegen sich auf leisen Sohlen und spüren die entspannende Wirkung der Natur.

Bitte an wettergerechte Kleidung, festes Schuhwerk und eine Sitzunterlage denken.

Mögliche Treffpunkte: verschiedene Waldstandorte im Kreis Unna (z. B. Cappenberger Wald, Kurler Busch, Beversee) Die Treffpunkte werden rechtzeitig vor der Veranstaltung bekannt gegeben.

Hinweis: Bei Unwetterwarnung, Sturm oder Starkregen müssen Termine eventuell kurzfristig abgesagt oder auf das Gelände der Ökologiestation verlegt werden.

Termin: Freitag 28. Mai 2021; 17.00 – 19.00 Uhr Weiterer Termin: 25. Juni
Leitung: Sandra Bille (Wildnispädagogin)
Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.
Kosten: **15 Euro** je Termin; jeder Termin ist einzeln buchbar!
Teilnehmer: maximal 15 Teilnehmer
Anmeldung: bis Do 13.05.2021



Fortbildungen / Seminare / Workshops für Erwachsene bzw. Familien in der Ökologiestation 1. Halbjahr 2021

Für Erwachsene:

Shinrin Yoku - Waldbaden (4)

In Japan ist das "Shinrin Yoku", das "Baden in der Waldatmosphäre" bereits seit den 80er Jahren eine wissenschaftlich begleitete und anerkannte Stressbewältigungsmethode. Ein Waldbad hat einen wunderbaren Effekt auf Körper, Geist und Seele. Es senkt den Stresshormonspiegel, stärkt das Immunsystem und sorgt für ein inneres Gleichgewicht.

Bei der Kursreihe tauchen die Teilnehmer - mit Hilfe kleiner achtsamer Übungen - mit allen Sinnen in die heilende Atmosphäre des Waldes ein, erkunden auf sanfte und bewusste Art den Wald, bewegen sich auf leisen Sohlen und spüren die entspannende Wirkung der Natur.

Bitte an wettergerechte Kleidung, festes Schuhwerk und eine Sitzunterlage denken.

Mögliche Treffpunkte: verschiedene Waldstandorte im Kreis Unna (z. B. Cappenberger Wald, Kurler Busch, Beversee) Die Treffpunkte werden rechtzeitig vor der Veranstaltung bekannt gegeben.

Hinweis: Bei Unwetterwarnung, Sturm oder Starkregen müssen Termine eventuell kurzfristig abgesagt oder auf das Gelände der Ökologiestation verlegt werden.

Termin: Freitag 25. Juni 2021; 17.00 – 19.00 Uhr

Leitung: Sandra Bille (Wildnispädagogin)

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

Kosten: **15 Euro** je Termin; jeder Termin ist einzeln buchbar!

Anmeldung: bis Do 10.06.2021; max. 15 Teilnehmer

Für Erwachsene:

Landart - Sommer

Bäume und Gräser, Steine und Sand, Wasser und Eis; Gestaltungsmaterial kann alles sein, was die Natur in dieser Jahreszeit bietet.

An diesem Tag werden die Teilnehmer zu Künstlern in der Natur. Entwickelt werden

Kunstwerke aus allem, was die Natur zu bieten hat. Sie dringen immer weiter in die Natur vor und prüfen die vielfältigen Materialien auf Tauglichkeit für ihre Kunstwerke. Sie suchen geeignete Gestaltungsplätze, Räume, Zwischenräume und gestalten sie mit ihrer Fantasie. Das Ziel soll nicht ein möglichst perfektes Kunstwerk sein. Vielmehr soll der Schwerpunkt auf das Experimentieren mit unterschiedlichen Materialien gelegt werden: Sehen und Entdecken, Finden und Vertiefen, Material sammeln und verarbeiten. Und die Teilnehmer sollen Spaß haben an und in der Natur.

Am Ende steht ein persönliches Kunstwerk, das der Landschaft übergeben wird.

Termin: Samstag 21. August 2021; 10.00 – 17.00 Uhr

Leitung: Jutta Sucker (Designerin)

Veranstalter: Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

Kosten: **35 Euro**

Anmeldung: bis Do 05.08.2021; max. 10 Teilnehmer