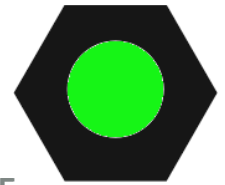




Wissenschmiede im Mai



SCHMIEDE
STOLZENHAGEN

Montags, 5./12./19./26.5. jeweils 19.30 Uhr

Theatergruppe mit Swantje Henke (Schauspielerin/Theaterpädagogin): ich möchte zum gemeinsamen, zwanglosen theater spielen einladen. wir wollen improvisieren, spielen, kleine sketche erarbeiten, vielleicht möchten wir uns auch an einem stück versuchen. wir werden sehen, wozu wir lust haben, was uns spass macht. ich bin offen für vorschläge und ideen.

Samstag, 10.5., 10-15 Uhr

Kreatives Kochen mit Wildpflanzen- Vitale Kraft und neue Geschmäcker vor der Haustür entdecken. Wir gehen mit allen Sinnen auf die Pirsch, nähern uns den unterschiedlichsten, manchmal ungewohnten Geschmäckern der Wildpflanzen an und bereiten daraus leckere Gerichte. Gleichzeitig erfahren wir etwas über die Vitalkraft der Pflanzen vor unserer Haustür. Bitte mitbringen: Experimentierfreude, Handschuhe, Isomatte, Taschenmesser, Papier (DIN A4), Bleistift, Stoffbeutel zum Sammeln. Unkostenbeitrag für Zutaten: 6,50€, Kontakt und Anmeldung: Birgit Rabold (Lebensmittel-Ingenieurin und Naturcoach) 0176-78019844

Mittwoch 14.5., 18.30-19.30 Uhr

Nordic Walking Schnupperkurs - Nordic Walking ist ein ideales Ganzkörpertraining - wenn man es richtig macht. Es sieht aus wie Langlauf, aber man braucht keine Berge und keinen Schnee dafür. Es ist nichts für Schnelligkeitsfanatiker, und doch kommen auch Anfänger ganz schön ins Schwitzen.. Das Abdrücken vom Boden mit den Stöcken trainiert die Brust-, Schulter- und Armmuskulatur, gleichzeitig entlastet es die Knie- und Fußgelenke. Bei Interesse ist ein von den Krankenkassen geförderter Kurs möglich. Anmeldung 01775908289

Freitag 16.5., 19Uhr

Plaudern aus dem Milchkännchen - Wie läuft's hinter den Fassaden? Was sagt die Kuh dazu? Anja und Janusz Hradetzky laden zu einer offenen Gesprächsrunde ein - sie erzählen von ihren Erfahrungen auf den verschiedensten Milchviehbetrieben in Europa und der Region und vom Alltag der alternativen Landwirtschaft.

Samstag 17.5., 11.00-14:00 Uhr

Sprechen in der Öffentlichkeit - Sie müssen vor mehr als 2 Personen, mehr als 2 zusammenhängende Sätze sprechen? Und schon sind die Hände Schweiß nass, die Stimme versagt und innerlich schreit etwas "Lauf, lauf weit weit weg"? Solchen Situationen aus dem Weg gehen, wäre eine Möglichkeit, sich 2,3 Tricks und Trainings anzueignen die andere. Wir werden versuchen herauszufinden, was uns hindert selbstbewusst, mit kräftiger Stimme unsere Meinung zu vertreten und lernen Schweiß nasse Hände, Schweiß nasse Hände sein zu lassen.

Samstag 17.5., 18-20.00 Uhr

Das Ende des 2. Weltkrieges 1945 in Stolzenhagen - Frank Grywatzki erzählt über des Kriegsgeschehen in der Umgebung von Stolzenhagen, nachdem die Front im Januar die Oder erreicht hatte. Er bezieht Augenzeugenberichte beteiligter ehemaliger Soldaten ein und zeigt Fotos von heute noch sichtbaren Beschädigungen im Ort.

Alle Veranstaltungen finden In der Alten Schmiede Stolzenhagen statt
Am Gutshof 3, 16248 Lunow-Stolzenhagen. Mehr Infos und aktuelle
Monatsprogramme unter www.schmiede-stolzenhagen.de
Kontakt für Ideen & Fragen: Yvonne Juhre 01775908289



Mit Unterstützung von: