

**MONTAG, 17.09.2018, 19-20.30 UHR**  
**„Schlagen Frauenherzen anders?“**

**Vortrag mit Gespräch**

Unverändert liegt Nachholbedarf in der Kommunikation der Bedeutung von kardiovaskulären Risikofaktoren für das Thema Frauen-Gesundheit vor - stellen kardiovaskuläre Erkrankungen in Europa doch die häufigste Todesursache dar!

Von der Referentin erfahren Sie an diesem Abend Neuigkeiten über Prävention, Diagnostik und Therapie von Herzinfarkt, Herzschwäche und Herzklappenerkrankungen bei Frauen.

Referentin Dr. med. Elke Blessing, Fachärztin für innere Medizin, Kardiologin, Albstadt

Ort Kath. Gemeindehaus, Hl.-Geist-Kirchplatz 4, Balingen

Beitrag 7,- €

Ohne Anmeldung!

**MONTAG 10.12.2018, 19–22 UHR**  
**„Es ist für uns eine Zeit angekommen“**

**Ein Abend im Advent mit Liedern, Tänzen und Geschichten**

Wenn die Tage sehr kurz und die Nächte sehr lang sind, dann kommen wir zusammen, zünden Kerzen und Laternen an und versammeln uns um das Licht.

Mit Kreistänzen, die mit dem Gegensatz von Hell und Dunkel spielen, alten und neuen Adventsliedern, adventlichen Geschichten und ungewöhnlichen Texten, heißem Punsch, Glühwein und Gebäck verbringen wir einen schönen, (nicht allzu) ruhigen Adventsabend.

Leitung Marion Faigle, Gemeindeferentin, Balingen  
Christine Wiget, Tanzlehrerin, Geislingen

Ort Kath. Gemeindehaus, Hl.-Geist-Kirchplatz 4, Balingen

Beitrag 10,- €

Anmeldung bis spätestens 03.12.2018!

**MONTAG, 15.10.2018, 19-20.30 UHR**  
**„Des Kummer's Blume pflück' ich mir!“**  
**Im Schwierigen das Gute finden**

**Vortrag mit Gespräch**

Schwere Zeiten gehören zum Leben dazu: Verlust, Krankheit, Probleme am Arbeitsplatz. Neben Familie und Freunden kann uns die innere Stimme weiterhelfen. Diese mag sehr leise sein, wir können hinhorchen lernen. Mit der Body-Mind-Praxis Focusing zentrieren wir die Aufmerksamkeit und verlangsamen wir den Atem. Wir spüren unseren Körper und schauen die Dinge von innen heraus an. Altes, Negatives zeigt sich neu in frischer Perspektive. Wir gewinnen hinzu, was vorher vom Kummer überlagert war. Des Kummer's Blume pflück' ich mir!

Leitung Friedgard Blob, Dipl.-Psychologin, Dipl.-Pädagogin, intern. zertifizierende Focusing Ausbilderin, Trainerin, Therapeutin, Leiterin des Tübinger Focusing Zentrums, Tübingen

Ort Kath. Gemeindehaus, Hl.-Geist-Kirchplatz 4, Balingen

Beitrag 7,-€

Ohne Anmeldung!

## Programm der Montagsreihe

FRAUSEIN GENIESSEN



**MONTAG, 19.11.2018, 19–21.30 UHR**  
**„Madame Mallory und der Duft von Curry“**

**Filmabend mit Imbiss**

Der junge, geniale Instinktkoch Hassan Kadam wird unter gewaltsamen Umständen aus dem Restaurant der Familie in Bombay vertrieben. Er landet in der tiefsten südfranzösischen Provinz, wo sein Vater direkt gegenüber dem klassisch französischen Sternerestaurant von Madame Mallory das „Maison Mumbai“ eröffnet.

Trotz der ortsüblichen Widerstände, trotz Lieferantenboykott und Brandanschlag etabliert der Jungkoch seine feine Curry-Küche und gewinnt das Herz der schönen Sous-Chefin von gegenüber. Gemeinsam verbinden die beiden Kochkünstler die Köstlichkeiten beider Kulturen und schaffen ein noch nie dagewesenes Geschmackserlebnis, dem selbst die unterkühlte französische Chefin nicht widerstehen kann.

Leitung Team des Frauen - f l u g s

Ort Kath. Gemeindehaus, Hl.-Geist-Kirchplatz 4, Balingen

Beitrag 10,- € Imbiss

Anmeldung bis 12.11.2018!

**MONTAG 21.01.2019, 19–22 UHR**  
**„So wird aus Wolle Filz“**

**Kreativworkshop**

Sie haben noch nie gefilzt, möchten aber wissen wie aus ein paar Fasern eine geschlossene Fläche entsteht? Vielleicht haben Sie es schon einmal ausprobiert und die Wolle wollte nicht so wie Sie wollten ... dann lassen Sie uns an diesem Abend die „Magie“ des Filzens erforschen. Filz ist ein lebendiges Material, es begeistert, was aus Wolle so alles entstehen kann.

Unser Filzobjekt entsteht aus gekämmter Wolle, warmem Wasser, Seife und Fingerspitzengefühl, denn Wolle möchte gestreichelt werden.

Wählen Sie aus der bunten Welt der Fasern eine oder mehrere Farben aus und machen Sie daraus „Ihr Ding“. Mit dem erstandenen Unikat beschenken Sie Freunde, Bekannte oder einfach sich selbst.

Leitung Silvia Werner, Feierabendhandwerkstatt, Objekte aus Filz und Holz, Haigerloch

Ort Kath. Gemeindehaus, Hl.-Geist-Kirchplatz 4, Balingen

Beitrag 10,- € Workshopgebühr, 5,- € Materialien

Anmeldung bis spätestens 14.01.2019!