



Katholische Erwachsenenbildung Forum Schmerlenbach e. V.

KEB Forum Schmerlenbach e.V., Schmerlenbacher Str. 8 · 63768 Hösbach

**KEB Forum Schmerlenbach
e.V.**

Schmerlenbacher Str. 8
63768 Hösbach

Ansprechpartner:

Dr. U. Silber, Bildungsreferentin

Tel.:

0 60 21 / 63 02-34

Fax:

0 60 21 / 63 02-80

E-Mail:

u.silber@schmerlenbach.de

Internet:

www.schmerlenbach.de

Bereits seit 2007 arbeitet Frau Heister als Referentin im Tagungs- und Bildungszentrum Schmerlenbach mit. Die waldreiche Umgebung des Vorspessart und die Atmosphäre des ehemaligen Klosters passen ganz vorzüglich zu ihren Schwerpunktthemen der aktiven Gesundheitsförderung, ganzheitlichen Lebenspflege und konstruktiven Kommunikation.

Beweglichkeit für Körper und Geist können mit Qigong und Taiji-Konzepten, Perspektiven aus klassischen und modernen Gesundheitslehren in einem entspannten, freundlichen Rahmen erfahren werden. Die Anwendbarkeit und Integration für das eigene Umfeld oder spezielle Themenstellungen gemeinsam zu betrachten lässt die Aktualität der klassischen Konzepte und den Alltagsbezug der körperbezogenen Übungen erkennen.

Das Motto „Gesundheit aktiv gestalten“ meint dabei, das Leben so einzurichten, dass Gesundheit Platz hat. Gesundheit als ein Prozess des aktiven Gestaltens in Alltag und Beruf. Vielfältige Übungen, Modelle, Haltungen und Informationen tragen dazu bei, diesen Prozess einer ganzheitlichen Gesundheit zu ermöglichen. Dieses integrale Verständnis von Gesundheit passt sehr gut zu unserem Leitbild als Erwachsenenbildungseinrichtung und harmonisiert mit unseren Wertvorstellungen und unserem Menschenbild auf dem Hintergrund der christlichen Tradition.

Als Referentin gibt Frau Heister aus ihren Erfahrungen und vielfältigen Qualifikationen Impulse, die eigenen Ressourcen zu entdecken und neue Perspektiven wirken zu lassen. Grundlage für diese Arbeit ist eine gesundheitswissenschaftliche Ausbildung, qualifizierte Fortbildung und langjährige Erfahrung als Lehrende in Taijiquan und Qigong sowie Weiterbildungen in Idiolektischer Gesprächsführung und in Transaktionsanalytischen Kommunikationskonzepten. Kontinuierliche Höchstbewertungen in der Seminar-Evaluation zeigen sie als eine kompetente, achtsame und liebenswürdige Kursleiterin, die von den TeilnehmerInnen sehr geschätzt wird. Viele kommen auch und vor allem aufgrund des Vertrauens in die professionellen und menschlichen Kompetenzen von Frau Heister immer wieder in die Seminare. Frau Heister kooperiert gerne mit KollegInnen anderer Fachgebiete - sich ergänzen, voneinander lernen und aus Vielfalt Neues zu ermöglichen erfährt sie als belebend für alle Beteiligten. Auch in der Zusammenarbeit mit den verschiedenen Bereichen unseres Hauses schätzen wir Frau Heister sehr als zuverlässige, verantwortungsvolle und zugleich kreative und prozessorientierte Referentin, die unser Seminarangebot bereichert und profiliert.

Dr. Ursula Silber
Bildungsreferentin