



# FINGERHUT AKADEMIE CROTTORF

## Mai - Juli 2018

### WOCHENKURSE

#### **BROTBACKEN IM STEINOFEN**

Mit Claudia Schwenk 10,- €  
In 4 er Gruppen nach Absprache **Mo 08:30 – 12:00**

#### **ZEICHNEN UND MALEN Mo 15:00 – 18:00**

Selbstständiges Zeichnen und Malen in der Gruppe.  
Nach Absprache

#### **ITALIENISCH**

Mit Andrea Piccinno  
Gebühren bitte voranzahlen **Di 09:00 – 10:45**

### YOGA KURSE + SEMINARE

Angenehme Atem-, Stimm-, Körper- und Stilleübungen  
ziehen den zappeligen Geist in die Gegenwart zurück.

Claudia Bucher **Mo 20:00 – 22:00**  
Angelika Dönhoff **Di 19:00 – 21:00**  
Michael Stein **Mi 19:30 – 21:30**

#### **ACHTSAMKEIT mit Claudia Bucher**

Wie es in mir lebt, was ich wirklich brauche für einen  
bereichernden Kontakt mit mir und anderen.  
**Samstag 7. Juli Spende 10:00 – 18:00**

#### **YOGA-WOCHENENDE mit Michael Stein**

Text  
**Sa/So 21./22. Juli**

### MONATLICH

#### **BROTBACKEN IM STEINOFEN**

Mit Claudia Schwenk  
Mit anderen Brot backen ist eine sehr alte Tradition, die  
froh macht. Auch schmeckt selbstgebackenes Brot am  
besten. 10,- €  
**05.05. + 02.06. + 14.07. Sa 08:30 – 12:30**

#### **KOZMIC BLUES öffnet Augen und Ohren**

Mit Michael Stein  
Dokumentarfilme, die Einsichten in die Vielfalt von  
Lebensweisheiten geben. Gemeinsam anschauen und  
sich nach Wunsch austauschen. *Infos siehe Zettel*  
**25.05. + 22.06. + 20.07. Fr 19:00 – 21:00**

#### **BERKELEY BÜCHERRUNDE**

Mit Bettina Hilchenbach  
Gespräche über ein von allen gelesenes Buch. Neue  
Leser sind willkommen.  
**30.05. + 27.06. + 25.7. Mi 19:30 - 20:30**

### WORKSHOPS

#### **FILZEN mit Klaudia Sommer**

Die seifige Sinneserfahrung mit dem praktischen und  
künstlerischen Ergebnis. Produkte nach Absprache. Für  
Erwachsene und Kinder ab 12 Jahre. 30,- €  
**Samstag 5. Mai 14:00 – 18:00**

#### **FOTOGRAFIE trifft KUNST mit Klaus Schulte**

Wecke deine kreative Seite und zaubere in Landschaften  
mystische Figuren aus Licht. In Theorie und Praxis  
werden die Grundelemente für eigene Kunstwerke erlernt.  
*nur bei guten Wetter Stativ erforderlich 30,- €*  
**Samstag 19. Mai 19.30 – 22.00**

#### **KRÄUTERSPAZIERGANG mit Elisabeth Emmert**

Die Geheimnisse der Wiese sind endlos, je mehr man  
darüber erfährt. Respekt wächst. Pflanzen und Kräuter für  
die Küche bestimmen, sammeln und als Salat verspeisen  
*Bitte anmelden: begr. Teilnehmerzahl geeignetes Schuhwerk*  
**Sonntag 03. Juni 15,- € 11:00 – 14:00**

#### **BETON- (???) mit Klaudia Sommer**

Aus Zement, Sand, Wasser und einem tragendem Gerüst  
entsteht eine kleine Skulptur aus Beton.  
*feste Schuhe und Arbeitskleidung 45,- € inkl Material*  
**Samstag 16. Juni 10:00 – 17:00**

#### **KURKUMA mit Vera Bröcher**

Die Heilpflanze der Zukunft hat mehr als 600 Heilstoffe.  
Sie wirkt entgiftend, zellschützend, immunstärkend und  
entzündungshemmend. Wir kochen eindreigängiges  
vegetarisches Menu!  
**Freitag 29. Juni 35,- € 17:00 – 20:00**

#### **ORIENTALISCHER TANZ mit Barbara Krämer**

Einfache Grundbewegungen zur Musik verschiedener  
orientalischer Länder. Bequeme Kleidung, Schlabberhose  
und die Bereitschaft sich auf ein Abenteuer einzulassen.  
**Freitag 27. Juli Spende 18:00 – 20:00**

#### **FLECHTEN MIT WEIDEN**

Mit Anna Weber  
Die Korbweberin führt in die Flechtkunst mit regionalen  
Weiden ein. Dieses Mal soll ein vielseitig verwendbarer  
Weidekorb entstehen.  
**Samstag 28. Juli 35,-€ + Material 14:00 – 19:00**

#### **BÜCHERFLOHMARKT**

Frischer Wind in die Bücherkiste! Gelesene Bücher  
verkaufen, kaufen oder tauschen; oder einfach nur  
schmökern.  
*Büchertisch reservieren Kaffee- u. Kuchenverkauf*  
**Sonntag 29. Juli 14:00 – 18:00**

## **ANMELDUNG + INFORMATION**

**Dienstag u. Freitag 9.00 - 11.00 Uhr**

**Sie können auch auf den Anrufbeantworter sprechen– wir rufen zurück.  
Auf Wunsch schicken wir das Programm per E-Mail!**

**Bettina Hilchenbach Monika Halbe  
Claudia Schwenk**

**Tel: 02294 / 90 07 50**

**Fax: 90 07 51**

**e-mail: [fingerhut.akademie@hatzfeldt.de](mailto:fingerhut.akademie@hatzfeldt.de)**

### ***bitte rechtzeitig anmelden!***

*Die Kurse finden nur bei genügender Teilnehmerzahl statt – wir benachrichtigen die angemeldeten Teilnehmer, wenn ein Kurs ausfällt. Hören Sie auch Programmänderungen auf unserer Telefonansage ab. Absagen sind bis 7 Tage vor Kursbeginn kostenlos*

*FFF können bei allen Wochenkursen umsonst teilnehmen und bekommen € 5,- Ermäßigung bei workshops über € 25,-.  
Ausprobieren ist für € 10,- bei Kursen möglich.*

**Jede Teilnahme geschieht auf eigene Verantwortung.**

**Wir haften nicht für Schäden, Verluste, für Änderungen oder Ausfall eines Angebots.  
Eltern haften für ihre Kinder.**

\*\*\*

Wir freuen uns über Ideen für unser Programm  
Bitte anrufen, mailen oder schreiben  
Wer etwas kann bietet es an! Es muss nicht perfekt sein

## **FINANZEN**

Die FINGERHUT AKADEMIE ist ein Projekt des gemeinnützigen Vereins Innenreise e.V. zur Förderung von Yoga und gemeinschaftlichen Aktivitäten Sie lebt durch Engagement, Förderbeiträge + Spenden der Fingerhut Förder Freunde (FFF)

### **FFF wird man durch einen Förderbeitrag**

Jahresbeitrag: € 120 Programmbeitrag: € 50,- (3 Monate ) oder € 60,- (4 Monate)

Bitte überweisen Sie den Jahresbeitrag im Januar  
den Programmbeitrag vor Programmbeginn  
Bei finanziellen Problemen sind Ermäßigungen möglich  
nach Absprache auch Monatsraten bzw. Dienstleistungen

**FINGERHUT AKADEMIE \* Crottorf 5 \* 51598 Friesenhagen (dem Schloss gegenüber)**  
**Konto: Innenreise e.V. IBAN: DE 37 4606 1724 0244 2371 00 BIC: GENODEM1FRF\* VB Freudenberg**  
[www.innenreise.de](http://www.innenreise.de) und [www.fingerhut-akademie.de](http://www.fingerhut-akademie.de)

# Kozmic Blues

(Afrika, Italien & Indien)

Dokumentarfilme, die Einsichten in die Vielfalt von Lebenswelten geben.

Gemeinsam anschauen - zusammen sein und sich nach Wunsch austauschen, ist dabei die Achse um die sich alles dreht



FR.. 25.05. 20:00 Uhr

## FILME VON JEAN ROUCH

### **Les Maitres Fous / Die Herren des Wahnsinns**

Frankreich / 1956 / 29 min / englisch

### **The Lion Hunters**

Frankreich / 1967 / 81 min / englisch

Jean Rouch gilt als Legende des Ethnografischen Films und Mentor einer Generation afrikanischer Filmemacher. Rouch filmte was er sah und was ihn interessierte, er war ein Geschichtenerzähler...

„*Die Herren des Wahnsinns*“ ist ein Film über die nigerianische Kultur und deren spiritistische Wurzeln. In den Vororten von Accra (Ghana) werden nigerianische Emigranten von den „*Hauka*“ besessen, den Geistern der Macht und des Windes, der den Wahnsinn bringt.

„*The Lion Hunters*“ zeigt das Jagd Ritual der *Songhay* an der Grenze zwischen Mali und Niger. Die Geschichte der letzten Generation von Jägern die mit Pfeil und Bogen auf Löwenjagd gehen. Ein Film über den Menschen in Verbundenheit und in Respekt mit der Natur.



FR. 22.06. 20:00 Uhr

### **Il Mondo Perduto - Die verlorene Welt**

(Vittorio de Seta, Italien 1954 - 59, 101min)

Die zehn Kurzfilme, die zwischen 1954 und 1959 auf Sizilien, Sardinien und Kalabrien gedreht wurden kommen mit minimalem Kommentar aus. Vittorio de Seta zeigt „die verlorene Welt“ der einfachen Menschen, Fischer, Bauern, Hirten, Frauen bei der Hausarbeit. Vermutlich möchte heute niemand mehr unter diesen Bedingungen leben und arbeiten. Doch diese anmutigen Bilder sind faszinierend und stimmen nachdenklich, verzaubern und machen traurig. Kaum zu glauben das diese Bilder nur sechzig Jahre alt sein sollen, zeigen sie doch das Leben der Menschen durch die Jahrhunderte. Die Filme sind das Vermächtnis des 2011 verstorbenen Filmemachers, ein Zeitdokument.



FR. 20.07. 20:00 Uhr

### **SADHU**

#### **Auf der Suche nach der Wahrheit**

(Gaël Métroz, Schweiz 2012, 87 min, OmU)

Suraj Baba lebt 8 Jahre in einer Höhle auf 3200 Metern im Himalaya. Er lebt das Leben des Sadhu, eines „Wahrheitssuchers“. Die Sadhus trennen alle Verbindungen zu ihren Familien. Sie besitzen keinen Reichtum. Sie leben zurückgezogen oder Betteln auf den Straßen. Der schweizer Filmemacher Gaël Métroz trifft Surat Baba, als dieser entscheidet seine Einsiedelei für eine Pilgerreise zu verlassen um das alle 12 Jahre statt findenden Khumb Mela Fest zu besuchen, an dem im Jahr 2010 über 70 Millionen Pilger teilnahmen. Der Filmemacher begleitet den Sadhu 18 Monate lang auf seiner Pilgerreise und fängt Bilder, Gedanken und Begegnungen ein.