



Förderverein

JAKOB-BÜCHEL-HAUS e.V.

Erwachsenen-, Kinder- und Jugendarbeit

Kurse & Kurioses Konzerte für Jung & Alt



Kindergeburtstag

A Filztaschen	4
B Batiken	5
C Sandbilder	5
D Kräuter-Kindergeburtstag	6

Kreatives und Gestalten

Gleichgesinnte für Nähgruppe	7
Herbstferienangebot: Bandprojekt	8

Musik für alle Altersstufen — nur online möglich!

»Los geht's! Einstieg in das Gitarrenspiel für Kinder, Jugendliche und Erwachsene« Der Kurs findet online statt.	9
»Spielst du mit?« Ukulele Kurs für Anfänger Der Kurs findet online statt.	9

Gesundheit und Entspannung

Neu! Kräuterwanderung und Outdoormenü (für Kinder & Erwachsene) . . .	10
Pflanzenauszüge: Öle, Tinkturen, Oxymels	11
Neu! Herbst-Kräuterwanderung	12
Neu! Kräuterwanderung und Naturapotheke	13
Mit Heil- und Wildkräutern durch die Wechseljahre	14
Immunsystem stärken mit einheimischen Kräutern	15
Räuchern mit einheimischen Pflanzen	16
Naturkosmetik selbstgemacht	17
Heilpflanzen bei Atemwegserkrankungen	18
Jahreszeiten Rituale.	19

Hatha-Yoga – für die Wirbelsäule	20
Beckenbodentraining	20
Qigong – Lebenskraft stärken	21
Neu! TCM Akupressur KURS	22

Sprache und Literatur

Literaturkreis im Jakob-Büchel-Haus	23
Philosophie - Ein Kurs für Neugierige	24
Neu! Spanisch Anfängerkurs	25

Kunst und Kultur

Konzert: »Alessa Knur & Band«, Folk-Pop	26
Konzert: »Jazz Léger« Swing, Latin und Popmusik	27
Konzert: fünflinge – pure vocals	28
Weihnachtskonzert: »Trio mit Alessa Knur«	29
Liederabend: »Canciones, Songs und Canzonetti«.	30
Kunsthändlermarkt	31

Termine im Überblick	32
Allgemeine Informationen	33-35
Beitrittserklärung Förderverein	36

Kindergeburtstag feiern im



JAKOB-BÜCHEL-HAUS e.V.

Kindergeburtstage können im Jakob-Büchel-Haus als Kreativnachmittage | Vormittage | Samstage...gefeiert werden!

Der Werkraum oder Töpferraum steht für 3 Stunden zur Verfügung.

Sie decken eine Tafel, **wir** sorgen 2 Stunden lang für die fachgerechte Umsetzung der kreativen Ideen Ihrer Kinder!

Wählen Sie aus unserem Angebot:

A Filztaschen

Aus Filz könnt ihr kleine Täschchen nähen (ist nicht so schwer, wie es sich anhört). Diese könnt ihr dann mit Federn, Steinen, Moosgummi oder Glitter verzieren, so wie ihr das haben möchtet. (Ab 8 Jahre)

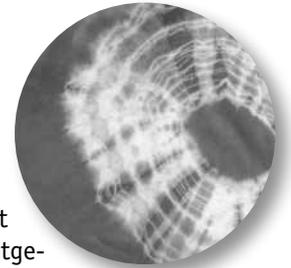
Termine	nach Absprache
Kosten	75,- EURO + 1,50 EURO pro Kind für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus e.V.
Kursleitung	Barbara Römer, Tel. 0241/957 888 95



B Batiken

An einem Nachmittag könnt ihr ein Nicki-Tuch, ein T-Shirt oder einen Beutel (den ihr als Turnbeutel gebrauchen könnt) batiken. Die Materialien sind vorhanden. T-Shirts in der gewünschten Größe müssen jedoch mitgebracht werden.

Wir werden mit der Abbindetechnik »Planghi« arbeiten. Die fertiggestellten Sachen könnt ihr sofort mitnehmen. Sie sind waschbar. Wenn die T-Shirts mitgebracht werden, reduzieren sich die Kosten auf 65,00 Euro.



Termine	nach Absprache
Kosten	80,- EURO + 1,50 EURO pro Kind für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus e.V.
Kursleitung	Barbara Römer, Tel. 0241/957 888 95

C Sandbilder

Aus Sand und Farbe entstehen phantasievolle Bilder – deiner Kreativität sind keine Grenzen gesetzt!

Termine	nach Absprache
Kosten	70,- EURO + 1,50 EURO pro Kind für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus e.V.
Kursleitung	Barbara Römer, Tel. 0241/957 888 95



D KRÄUTER-KINDERGEBURTSTAG

Geburtstag feiern mit der Kräuterhexe

Eine besondere Geburtstags-Attraktion für kleine Kräuterhexen und -magiere: Ihr besucht die Kräuterfrau Ulrike im Jakob-Büchel-Haus!

In der Hexenküche und dem großen Garten hinter dem Haus nimmt sie Euch mit in die zauberhafte Welt der Heilpflanzen.

Ihr betrachtet, riecht, fühlt und probiert die wilden Kräuter und stellt wunderbare Dinge daraus her. Dabei werden magische Geschichten über die Pflanzen und ihre Heilkräften erzählt.

Die selbstgemachten Sachen dürfen mit nach Hause genommen werden. Und bei der Wildkräuter-Küche essen wir unsere Kräuter-Leckereien zusammen im Jakob-Büchel-Haus oder im Garten.

Es gibt viele verschiedene Wildkräuter-Attraktionen zur Auswahl:

- Badekugel-Werkstatt - Bunter, blubbernder Badespaß
- Essbare Wildkräuter und -blüten - Kochen mit grünen und bunten Schätzen aus der Natur
- Wilde Heilkräuter - Auf den Spuren der Kräuterhexen
- Malen mit Pflanzenfarben
- Räuchern mit Wildpflanzen für Kinder
- und vieles mehr...

Beschreibungen zu den einzelnen Veranstaltungen findet Ihr bei den »Kinder-Kursen mit Wildkräutern«.

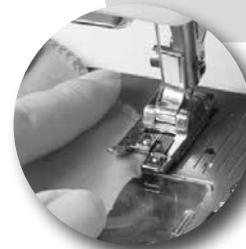
Termine	nach Absprache
Alter	6 - 12 Jahre
Teilnehmer	max. 8 Kinder
Kosten	90,- EURO, zzgl. Materialkosten (abh. vom Event) + 1,50 EURO pro Kind für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus e.V.
Kursleitung	Ulrike Zahnnow, Biologin und Kräuterexpertin
Anmeldung	Tel. 0176/21726220, Wilde-Kraeuter@gmx.de, www.wilde-kraeuter.com



Gleichgesinnte für Nähgruppe

Eine kleine Gruppe Hobby Schneiderinnen sucht noch Gleichgesinnte, die in Gemeinschaft nähen und Erfahrungen austauschen möchten. Nähmaschine und Material bitte mitbringen.

Termin	Jeden 1. und 3. Montag im Monat von 19.30 – 21.30 Uhr Die Nähgruppe ist zur Zeit voll. Neuanmeldungen können leider nur auf eine Warteliste gesetzt werden.
Kosten	7,- EURO pro Quartal für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus e.V.
Anmeldung	über das Jakob-Büchel-Haus Telefon: 02408/8 11 57 E-Mail: verwaltung@jakob-buechel-haus.de



Herbstferienangebot: »Bandprojekt«

Bandprojekt im Jakob-Büchel-Haus vom 14.10.2024 - 18.10.2024

Im Bandprojekt haben die Teilnehmer die Möglichkeit ein Instrument zu erlernen und damit in einer Band eigene Songs zu erarbeiten. Teilnehmer die bereits Instrumentenerfahrung besitzen können in der Band unter Anleitung eigene Songs oder Coverversionen lernen.

Aber auch Anfänger haben die Möglichkeit ein Instrument zu erlernen und am Bandprojekt teilzunehmen. Es stehen Schlagzeug, Percussion, Bass, Gitarren, Keyboard und eine kleine Anlage zur Verfügung. Andere Instrumente sind auch gerne gesehen.

Termin	Montag 14. bis Freitag 18. Oktober (1. Herbstferienwoche)
Dauer	10.00 - 14.00 Uhr, 4 Stunden täglich
Kosten	Das Kulturrucksackprojekt wird vom Land NRW finanziell gefördert und von der StädteRegion Aachen unterstützt. + 4,50 EURO Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus
Alter	10 - 14 Jahre (max. 10 Teilnehmer)
Kursleitung	Pierre Grützmacher (Musikschule Learnin' Music)
Anmeldung	kontakt@learnin-music.de, Tel. 0179/39 80 513



Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen



»Los geht's! Einstieg in das Gitarrenspiel für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.« Der Kurs findet online statt.

Der Kurs „Einstieg in das Gitarrenspiel“ bietet einen Überblick über die verschiedensten Möglichkeiten eines der ältesten und beliebtesten Instrumente der Musikgeschichte, das in solistischen Darbietungen ebenso attraktiv ist wie in Kammermusik oder Liedbegleitung, in der Klassik ebenso heimisch wie in Flamenco und Folklore. Entdecken Sie den unwiderstehlichen Zauber der akustischen Gitarre! In Theorie und Praxis wird sowohl Anfängern wie Fortgeschrittenen, die ihre Kenntnisse erweitern und vertiefen möchten, die erstaunliche Vielseitigkeit dieses populären Instruments nahegebracht. Am Ende des Kurses entscheiden Sie, ob es sich lohnt, der Gitarre auch in Zukunft Zeit und Energie zu widmen. Also? Lust auf's Gitarrenspiel? Starten Sie jetzt!

Termin	nach Absprache
Alter	nach Absprache
Kursleitung	Andrea Gémes, Musikpädagogin, E-Mail: agemes@gmx.net

»Spielst du mit?« Ukulele Kurs für Anfänger Der Kurs findet online statt.

Wir spielen kunterbunte Lieder in Einzel- oder Gruppenunterricht und lernen dabei die Spieltechniken der Ukulele und auch Musiktheorie. Ob groß oder klein, komm vorbei!



Termin	nach Absprache
Alter	nach Absprache
Kursleitung	Andrea Gémes, Musikpädagogin, E-Mail: agemes@gmx.net



Kräuterwanderung und Outdoormenü - für Kinder und Erwachsene

Kann man wilde Kräuter wirklich essen? Die Antwort ist ja, und sie sind sogar gesund und lecker! :) Im wunderschönen Solchbachtal entdecken wir zusammen spielerisch die einheimischen Wildkräuter. Vom Gänseblümchen über Brennnessel, Spitzwegerich und Gundermann bis zum Mädesüß gibt es an jeder Ecke die vielfältigsten Geschmäcker, Kräutererlebnisse und magischen Geschichten. So manches »Unkraut« ist in Wirklichkeit ein Zauberkraut und hilft z.B. bei kleinen Verletzungen, Insektenstichen oder Erkältungen. Auf dem Picknickplatz bereiten wir aus den selbst gesammelten Wildkräutern und Blüten ein kleines Menü aus Wildkräuter-Snacks, Blüten-Dessert und Wiesen-Bionade zu. Danach geht's am Bach entlang auf einem Naturpfad zurück zum Treffpunkt. Zum Abschluss erhaltet Ihr ein kleines Skript mit den wichtigsten Wildpflanzen des Tages, allgemeinen Sammeltipps und Wildkräuter-Rezepten.



Termin	Sonntag, 1. September, 10.30 Uhr (weitere Termine auf Anfrage)
Dauer	ca. 2-5 Stunden
Kosten	25,- EURO inkl. Materialkosten und Skript Kinder > 12 Jahre: 18,- EURO / Kinder 6-12 Jahre: 15,- EURO
Alter	6 - 99 Jahre
Kursleitung	Ulrike Zahnw, Biologin und Kräuterexpertin
Anmeldung	Tel. 0176/21726220, Wilde-Kraeuter@gmx.de www.wilde-kraeuter.com



Pflanzenauszüge: Öle, Tinkturen, Oxymels

Gesundheitsfördernde Pflanzenauszüge werden seit Beginn der Menschheit angewandt. Dabei löst man die Wirkstoffe mit unterschiedlichen Flüssigkeiten aus den Pflanzenteilen heraus. Manche Wirkstoffe sind wasserlöslich, andere lösen sich besser in Alkohol oder Öl. Daher ist es sehr wichtig, welchen Auszug man bei welcher Pflanze anwendet.

Wir bereiten zusammen Tinkturen, Ölauszüge und Oxymels (Essig-/Honig-Auszug) aus einheimischen Heilpflanzen zu und lernen wie die verschiedenen Auszüge anzuwenden sind. Ein wertvoller Beitrag für die eigene Hausapotheke!

Die selbst hergestellten Pflanzenauszüge dürfen mit nach Hause genommen werden.



Termin	Samstag, 7. September, 14 Uhr (weitere Termine nach Absprache)
Dauer	ca. 3,5-4 Stunden
Kosten	47,50 EURO inkl. Materialkosten und Skript + 2,50 EURO Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus
Alter	12 - 99 Jahre
Kursleitung	Ulrike Zahnw, Biologin und Kräuterexpertin
Anmeldung	Tel. 0176/21726220, Wilde-Kraeuter@gmx.de, www.wilde-kraeuter.com



Herbst-Kräuterwanderung

Neu!

Im September sind die leuchtend roten und orangen Beeren wie Hagebutte, Vogelbeere, Weiß- und Sanddorn erntereif. Sie enthalten viele Inhaltsstoffe, die unser Immunsystem auf die Erkältungs- und Grippezeit vorbereiten. Auch die Samen einiger Wildkräuter wie Brennnessel und Breitwegerich gehören zu unserem einheimischen »Superfood«, mit reichlich Vitaminen, Mineralien und gesunden Fettsäuren. Bei dieser Wanderung erleben wir die Wildpflanzen der Saison mit allen Sinnen und lernen, sie von anderen zu unterscheiden. Dazu gibt es Geschichten über Ihre Heilkraft, Verwendung in der Küche, Besonderheiten, Sagen und Magie. Am Ende gibt es ein kleines Skript mit den wichtigsten Pflanzen der Wanderung und allgemeinen Tipps zum Sammeln.

Termin	Sonntag, 15. September, 14Uhr (weitere Termine auf Anfrage)
Dauer	ca. 2-2,5 Stunden
Kosten	20,- EURO inkl. kleiner Verkostung und Skript
Alter	12 - 99 Jahre
Kursleitung	Ulrike Zahnnow, Biologin und Kräuterexpertin
Anmeldung	Tel. 0176/21726220, Wilde-Kraeuter@gmx.de www.wilde-kraeuter.com



Kräuterwanderung und Naturapotheke

Neu!

Früher waren Heilkräuter die einzige Naturapotheke, die es gab. In den letzten Jahren interessieren sich immer mehr Menschen dafür, das alte Heilkräuterwissen wiederzuentdecken. Im Gegensatz zu Pharmaprodukten sind Pflanzen Vielwirkstoffgemische, die auf verschiedenen Ebenen heilen.

Auf einer kleinen Wanderung stelle ich wichtige einheimische Heilkräuter und ihre Wirkung vor. Wir sammeln gemeinsam und achtsam einige Pflanzen und stellen daraus vor Ort verschiedene Naturarzneien her wie z.B. Tinkturen, Salben oder Oxymels. Die Produkte dürfen mit nach Hause genommen werden.

Termin	Samstag, 19. Oktober, 14 Uhr (weitere Termine auf Anfrage)
Dauer	3 Stunden, Ort: www.wilde-kraeuter.com
Kosten	35,- EURO inkl. Materialkosten und Skript
Alter	12 - 99 Jahre
Kursleitung	Ulrike Zahnnow, Biologin und Kräuterexpertin
Anmeldung	Tel. 0176/21726220, Wilde-Kraeuter@gmx.de www.wilde-kraeuter.com





Mit Heil- und Wildkräutern durch die Wechseljahre

Hitzewallungen, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen, innere Unruhe - die Wechseljahre können Körper und Seele ganz schön belasten. Doch die Natur versorgt uns auch in dieser Lebensphase mit einer Vielzahl an Kräutern, die helfen den Wechsel sanft zu überstehen.

In diesem Kurs stelle ich einige hormonregulierende, herzstärkende und ausgleichende Heilpflanzen vor und erkläre, wie man seinen Körper mit »Nahrungsergänzungsmitteln« aus der Natur unterstützen kann. Im Praxisteil bereiten wir einen individuellen Wechseljahrstee zu, mixen ein erfrischendes Hitzewallungsspray und stellen einen Beifuß-Balsam für mehr Präsenz im Becken her.

Die hergestellten Produkte dürfen mit nach Hause genommen werden.



Termin Sonntag, 3. November, 14 Uhr (weitere Termine auf Anfrage)

Dauer 3,5-4 Stunden

Kosten 50,- EURO + 2,50 EURO Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus

Alter 12 - 99 Jahre

Kursleitung Ulrike Zahnow, Biologin und Kräuterexpertin

Anmeldung Tel. 0176/21726220, Wilde-Kraeuter@gmx.de, www.wilde-kraeuter.com



Immunsystem stärken mit einheimischen Kräutern

Ein gut funktionierendes Immunsystem ist ein starkes Abwehrschild gegen unzählige Krankheitserreger. Neben Lachen, Freude, Sonne und Bewegung sind Wild- und Heilkräuter eine der wichtigsten Säulen, um unsere Abwehrkräfte zu stärken. Wir können sie z.B. vorbeugend in unsere Ernährung einbauen, als Heiltee trinken, als Pflanzen-Tinkturen einnehmen uvm. Einige dienen sogar als »natürliches Antibiotikum«.

In diesem Seminar stelle ich unsere wichtigsten Heilpflanzen zur Unterstützung des Immunsystems vor. Im Praxisteil mixen wir zusammen eine abwehrstärkende Tinktur, probieren einheimisches »Powerfood« und lernen wie man eine Mund- und Nasenspülung gegen Keime zubereitet.



Termin Samstag, 9. November, 14 Uhr (weitere Termine nach Absprache)

Dauer 3,5-4 Stunden

Kosten 47,50 EURO inkl. Materialkosten und Skript + 2,50 EURO Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus

Alter 12 - 99 Jahre

Kursleitung Ulrike Zahnow, Biologin und Kräuterexpertin

Anmeldung Tel. 0176/21726220, Wilde-Kraeuter@gmx.de



Räuchern mit einheimischen Wildkräutern

Räuchern mit getrockneten Kräutern und Harzen hat in allen Kulturen eine lange Tradition. Es verbindet Himmel und Erde, begleitet die Jahreskreis-Feste und schenkt magische Momente im Alltag. Besonders in der Weihnachtszeit und in den Rauhnächten ist es fester Bestandteil vieler Rituale. Der Rauch erdet, reinigt, verbindet und kann unsere Stimmung positiv beeinflussen.

In diesem Workshop lernst Du die wichtigsten einheimischen Räucherpflanzen und ihre besondere Wirkung kennen. Z.B. eignen sich Salbei, Beifuß, Lavendel, Rosmarin, Engelwurz, Johanniskraut, Mistel und Wacholder hervorragend zum Räuchern. Man kann sie einzeln verwenden oder zu Mischungen verarbeiten.

Wir probieren zusammen die verschiedenen Räuchertechniken aus und stellen unsere individuelle Räuchermischung her. Begleitend zum Workshop gibt es ein umfangreiches Skript mit einer Beschreibung der einzelnen Räucherpflanzen, der verschiedenen Arten des Räucherns und vielen Rezepten.



Termin	Samstag, 23. November, 17 Uhr / Sonntag, 15. Dezember, 17 Uhr (weitere Termine nach Absprache)
Dauer	3,5 Stunden
Kosten	42,50 EURO inkl. Materialkosten und Skript + 2,50 EURO Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus
Alter	12 - 99 Jahre
Kursleitung	Ulrike Zahnow, Biologin und Kräuterexpertin
Anmeldung	Tel. 0176/21726220, Wilde-Kraeuter@gmx.de, www.wilde-kraeuter.com



Naturkosmetik selbstgemacht

In diesem Workshop lernst Du, Deine eigene Naturkosmetik herzustellen - angepasst an Deine individuellen Bedürfnisse und völlig ohne chemische Zusätze. Passend zur Jahreszeit stellen wir 3 Produkte her, die unsere Haut im Winter wohltuend schützen und pflegen:

Aus hochwertigen bio-Zutaten und Wildpflanzen-Auszügen bereiten wir einen Ringelblumen-Balsam gegen trockene und spröde Lippen zu, ein feuchtigkeitsspendendes »Anti-Aging«-Wildrosen-Gesichtsöl und eine duftende Handcreme, die die Hände zart und geschmeidig macht.

Nach einer theoretischen Einleitung gibt es einen großen Praxis-Teil, in dem Du Deine Naturkosmetik selbstständig und nach eigenem Geschmack kreierst. Die Produkte dürfen mitgenommen werden und lassen sich leicht zuhause nachmachen. Begleitend zum Workshop gibt es ein kleines Skript mit Rezepten und Infos über die Zutaten.



Termin	Sonntag, 1. Dezember, 14 Uhr (weitere Termine auf Anfrage)
Dauer	3,5-4 Stunden
Kosten	50,- EURO inkl. Materialkosten + 2,50 EURO Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus
Alter	12 - 99 Jahre
Kursleitung	Ulrike Zahnow, Biologin und Kräuterexpertin
Anmeldung	Tel. 0176/21726220, Wilde-Kraeuter@gmx.de, www.wilde-kraeuter.com



Heilpflanzen bei Atemwegserkrankungen

Gerade in der dunklen, kalten Jahreszeit ist es schnell passiert: die Nase läuft, der Hals kratzt und ein Husten schleicht sich an. Doch die richtigen Heilpflanzen können helfen die Symptome zu lindern, schneller zu genesen und die Abwehrkräfte zu steigern.

Ob Erkältung, grippaler Infekt, Bronchitis, Nasennebenhöhlenentzündung, Mund- und Rachenbeschwerden - für alle Beschwerden ist ein Kraut gewachsen, je nach Bedarf mit keimhemmender, immunstimulierender, entzündungshemmender, reizlindernder, auswurfördernder und/oder schmerzlindernder Wirkung. In diesem Seminar stelle ich die wichtigsten Heilkräuter bei Atemwegserkrankungen vor und gebe viele weitere Tipps zur Vorbeugung und zur Unterstützung des Immunsystems. Im Praxisteil stellen wir zusammen einen Hustensirup, ein »natürliches Antibiotikum«, einen wohltuenden Brustbalsam und ein Nasenspray her und lernen wie man den passenden Tee bzw. eine geeignete Inhalation für akute und chronische Beschwerden mischt. Wie immer gibt es ein umfangreiches Skript zum Kurs.



Termin	Samstag, 7. November, 14 Uhr (weitere Termine nach Absprache möglich)
Dauer	2,5 - 3 Stunden
Kosten	50,00 EURO inkl. Materialkosten + 2,50 EURO Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus
Alter	12 - 99 Jahre
Kursleitung	Ulrike Zahnow, Biologin und Kräuterexpertin
Anmeldung	Tel. 0176/21726220, Wilde-Kraeuter@gmx.de, www.wilde-kraeuter.com



JAHRESKREIS-RITUALE

Samstag, 22.09. um 17 Uhr Erntedankfest - Tag- und Nachtgleiche
Freitag, 01.11. um 17 Uhr Allerseelen - Samhain
Samstag, 21.12. um 17 Uhr Wintersonnenwende

Die Jahreskreisfeste gehen zurück auf die Kelten und Germanen. Sie sind eine wundervolle Möglichkeit im Einklang mit dem »Ursprünglichen« zu leben und zu feiern.

Zusammen besinnen wir uns auf unsere Verbindung zur Natur, erspüren die Veränderungen und Wendepunkte in der Natur und entdecken die jeweilige Zeitqualität auch in uns.

Jedes Jahreskreisfest feiern wir mit eigenen und überlieferten Ritualen und Zeremonien.



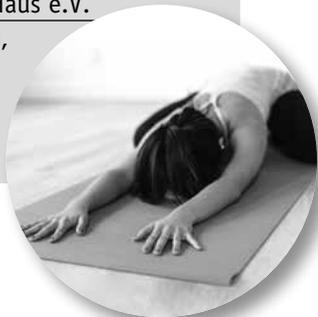
Termin	Samstag, 22. Sept., 17 Uhr, Erntedankfest-Tag- u. Nachtgleiche Freitag, 01. November, 17 Uhr, Allerseelen-Samhain Samstag, 21. Dezember, 17 Uhr Wintersonnenwende
Dauer	2 - 2,5 Stunden
Kosten	auf Spendenbasis + 2,50 EURO Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus
Alter	12 - 99 Jahre
Kursleitung	Ulrike Zahnow, Biologin und Kräuterexpertin
Anmeldung	Tel. 0176/21726220, Wilde-Kraeuter@gmx.de www.wilde-kraeuter.com



Hatha-Yoga – für die Wirbelsäule

Bewegungs-, Atmungs- und Entspannungsübungen gehören zu jeder Übungsstunde. Die positiven Auswirkungen auf die Haltung und die Steigerung der Energie sind im Alltag bald zu spüren. Yoga bietet gezielte Möglichkeiten, Rückenbeschwerden zu lindern. Die Kurse laufen durchgehend. **Schnupperstunden können jederzeit vereinbart werden.**

Termine	montags 10.00 – 11.30 Uhr montags 17.30 – 19.00 Uhr mittwochs 20.00 – 21.30 Uhr donnerstags 18.30 – 20.00 Uhr donnerstags 20.00 – 21.30 Uhr
Dauer	10 x 90 Minuten
Kosten	103,- EURO + 7,- EURO für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus e.V.
Kursleitung/ Anmeldung	Silvia Gehde, Heilpraktikerin, Yogatrainerin SKA, Telefon: 0241/95 66 197 Mobil: 0176/235 27999



Beckenbodentraining

Mit Hilfe von gezielten Wahrnehmungsübungen wird der Beckenboden spürbar gemacht, aktiviert und danach trainiert. Konsequentes Üben der vermittelten Fertigkeiten bringt oft innerhalb von 3 Wochen schon deutlich spürbare Erfolge. Am Kursende können Sie selbständig weiter üben und weitere Erfolge erzielen.

Termine	mittwochs von 18.30 – 19.30 Uhr
Dauer	4 Übungseinheiten á 60 Minuten
Kosten	45,- EURO + 6,- EURO für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus e.V.
Kursleitung/ Anmeldung	Silvia Gehde, Heilpraktikerin, Yogatrainerin SKA, Tel. 0241/95 66 197, Mobil: 0176/235 27999



Qigong: Lebenskraft stärken



Qigong ist ein Zweig der Traditionellen Chinesischen Medizin »TCM« und dient dem Stärken und Pflegen der körperlichen Gesundheit und psychischen Ausgeglichenheit.

Die Qigong-Übungen verbinden Bewegung, Aufmerksamkeit und Atmung. Dies harmonisiert die Lebensenergie (Qi), was direkt einen positiven Einfluss auf alle Organsysteme hat. Die sanften fließenden Bewegungen lösen Verspannungen, die Beweglichkeit in den Gelenken und die Koordinationsfähigkeit des Körpers werden gefördert. Auch sind regulierende Wirkungen auf das Herz-Kreislaufsystem und die Atmung zu verzeichnen. Stress wird reduziert und das Empfinden innerer Ausgeglichenheit und Zentriertheit gestärkt.

Kurz gesagt: Den Körper mit sanften Bewegungen durchlässig machen, den Geist zur Ruhe bringen, entspannt sein und zugleich voller Energie - das kann Qigong.

Diese Kurse sind für alle Altersstufen geeignet. Schnupperstunde möglich.

Herbstkurse

Termin A	montags von 18.30 – 19.45 Uhr, 28. Oktober bis 25. November 2024, 5 x 75 Minuten
Kosten A	40,- EUR inkl. Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus e.V.
Termin B	donnerstags von 10.30 – 11.45 Uhr, 31. Oktober bis 21. November 2024, 4 x 75 Minuten
Kosten B	35,- EUR inkl. Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus e.V.
Kursleitung	Sissy Martens, Qigong- und Achtsamkeitstrainerin
Anmeldung	Telefon: 0179/5 59 33 52 oder balance.halten@gmail.com

Winterkurse

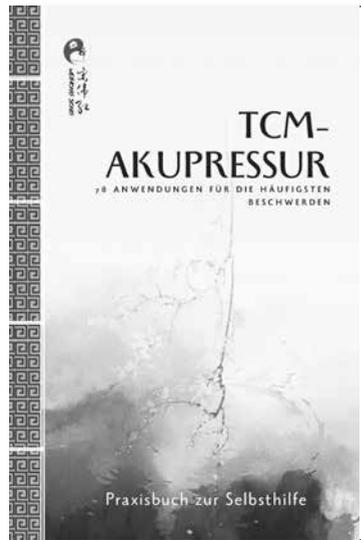
Termin A	montags von 18.30 – 19.45 Uhr, 6. Januar - 7. April 2025, 11 x 75 Minuten	(3.3./ 10.3./17.3. kein Qigong)
Kosten A	90,- EUR inkl. Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus e.V.	
Termin B	donnerstags von 10.30 – 11.45 Uhr, 9. Januar - 10. April 2025, 10 x 75 Minuten	(27.2./ 6.3./ 13.3./ 20.3. kein Qigong)
Kosten B	80,- EUR inkl. Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus e.V.	
Kursleitung	Sissy Martens, Qigong- und Achtsamkeitstrainerin	
Anmeldung	Telefon: 0179/5 59 33 52 oder balance.halten@gmail.com	



TCM Akupressur KURS

Neu!

Viele Menschen leiden im der Frühphase einer Erkrankung unter NICHT eindeutig zuordenbaren Beschwerden, die von der Schulmedizin oft nicht treffend diagnostiziert und behandelt werden können. Die klassische Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) hingegen betrachtet diese Vorstufe als Frühwarnsystem unserer Seele und unseres Körpers. Die TCM bietet mit ihren Methoden die Möglichkeit, frühzeitig, auch in Selbsthilfe, die Entwicklung von Krankheiten zu unterbrechen oder zumindest zu verzögern.



Der angebotene Kurs eröffnet Ihnen eine neue Sichtweise auf die Funktion und Zusammenhänge im menschlichen Körper. Sie lernen die Grundlagen der Akupressur und deren Behandlungstechnik am Beispiel von ausgewählten Anwendungsfällen. Sie werden das erlangte Wissen in praktischen Übungen im Kurs vertiefen und im Weiteren wertvolle Vorbeugungsstrategien kennenlernen.

Die Referentin: Frau Song hat seit 11 Jahren eine TCM Praxis im Walheim, und vor kurzem Ihr eigenes Buch TCM-AKUPRESSUR (78 ANWENDUNGEN FÜR DIE HÄUFIGSTEN BESCHWERDEN) veröffentlicht.

Termin	dienstags von 19.00 – 20.00 Uhr, 29. Oktober bis 3. Dezember 2024, 6 x 60 Minuten
Kosten	72,- EUR inkl. 7,- EUR Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus e.V.
Kursleitung	Weihonh Song
Anmeldung	Telefon: 0157/38259144 oder Song-tcm@hotmail.com



Literaturkreis im Jakob-Büchel-Haus

Literatur-Seminare „Lies mal wieder“ – ein fruchtbarer Gedankenaustausch ist anregend wie eine Tasse Kaffee. Alle, die Spaß am Lesen haben, oder sich für das breite Spektrum „Bücherwelten“ Romane, Krimis, Biografien, Familienromane, u.v.m. interessieren, sind herzlich eingeladen. Nach einem ersten Kennenlernen werden im ersten Quartal „Standardwerke“ der Literatur aus dem 19. und 20. Jahrhundert besprochen. Das Lesen der Texte ist nicht unbedingt erforderlich.

Termin	jeweils am letzten Mittwoch im Monat, 14.00 – 15.30 Uhr
Kosten	2,50 EURO Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus e.V.
Ansprechpartnerin	Diana Baatz, Tel. 02471/13 58 08





Philosophie???

Braucht man das heute noch oder kann das weg?

Neu!

Wir leben in einer Welt, in der es Gegenstände, Pflanzen, Tiere und Menschen gibt. Damit gehen wir täglich um, sie sind uns vertraut, von ihrer Existenz sind wir überzeugt. Versucht man aber präzise zu erklären, wie diese Erkenntnis zustande kommt, so geraten wir schnell in Verlegenheit. Denn die philosophische Frage: Wie wirklich ist die Wirklichkeit? Ist gar nicht so leicht zu beantworten. Eine spannende Reise in die Welt der Wahrnehmung, des Denkens und des Bewusstseins.



Termine	Nach Absprache
Dauer	von 18.30 – 20.00 Uhr, 6 x 90 Minuten
Kosten	50,- EURO inkl. 7,-EURO Beitrag für den Förderverein Jakob-Büchel-Haus
Alter	12 - 99 Jahre
Kursleitung	Walter Leubner
Anmeldung	Tel. 0173/2873186, Walter_Leubner@gmx.de



Spanischkurs für Anfänger / Caminos Neu A1 Unidad 2C



Eine muttersprachliche, ausgebildete Lehrerin für Spanisch als Fremdsprache

Der Kurs richtet sich an alle, die gerne Spanisch auf fröhliche, stressfreie Art sprechorientiert lernen möchten. Er findet 1x pro Woche statt.

Termine	dienstags von 9.00 – 10:30 Uhr Beginn 27. August 2024, 10 x 90 Minuten
Alter	für alle Altersstufen
Kosten	90,- EURO, inkl. Betrag für den Förderverein Jakob Büchel-Haus e.V.
Kursleitung	Eine muttersprachliche, ausgebildete Lehrerin für Spanisch als Fremdsprache
Anmeldung	Jakob-Büchel-Haus, info@jakob-buechel-haus.de weitere Kontaktmöglichkeiten auf Seite 33

»Alessa Knur & Band«

Seit ihrer Jugend steht Alessa Knur mit den unterschiedlichsten Projekten auf der Bühne. Die Singer-Songwriterin aus Aachen hat bereits ein Album und mehrere Singles veröffentlicht. Egal ob Jazz, Pop oder Folk - in ihren bisherigen Veröffentlichungen findet sich eine Fülle an Musikstilen wieder.

Am 14. Juni 2024 ist ihre neue EP »Over The Valley« erschienen, die das Herzstück des Konzerts sein wird.

Textliche Tiefe und Melancholie, gesellschaftskritische Themen und dann wieder federleichte und malerische Klänge.

Die Musikerin aus Aachen überzeugt durch ihre klare, warme und funkelnde Stimme, die Jazz-Sängerin Maria Mendes mit einem einzigen Wort beschreibt: »Wunderschön«.

Mit ihrer sympathischen und charmanten Art entführt sie ihr Publikum auf »[...] eine kleine Reise in ein Land der Fantasie[...]« - Zuhörer.

Ihren jetzigen musikalischen Stil beschreibt sie als Folk-Pop.



Alessa Knur - Gesang
Pian Vane - Klavier
Abhig Ya Bharati - Gitarre
Lea Maria Lingen - Bass
Arturo Hintze - Schlagzeug

Mehr Infos unter:
www.alessaknur.com

»Alessa Knur & Band«
 Folk-Pop

Termin: Samstag, 21. September 2024, 20 Uhr
 Eintritt: 17,- EURO
 Vorverkauf: Jakob-Büchel-Haus zu den üblichen Bürozeiten (siehe Seite 33)
 Vorverkauf: 16,- EURO

»Jazz Léger«

spielt Swing, Latin und Popmusik.

Das Quartett spielt Swing, Latin und Popmusik.

Das Repertoire reicht vom zeitlosen Swing eines Frank Sinatra über schnellen Latin, bis hin zu jazzigen Popklassikern.



Die Band besteht aus:
Christina Feicke – Gesang
Udo Pütz – Keyboard
Ralf Ommerborn – Bass
Pierre Grützmaker – Schlagzeug

Mehr Infos unter:
www.jazzleger.de

»Jazz Léger«
 Swing, Latin
 und Popmusik

Termin: Samstag, 28. September 2024, 19.30 Uhr
 Eintritt: 12,- EURO, (Einlass 19:00 Uhr)
 Vorverkauf: Jakob-Büchel-Haus zu den üblichen Bürozeiten (siehe Seite 33)
 Vorverkauf: 11,- EURO

»fünflinge – pure vocals«

Bei dem Aachener A Cappella-Ensemble »fünflinge« ist der Slogan »pure vocals« Programm: seit vielen Jahren bringen sie moderne A cappella-Musik auf die Bühnen in Aachen und der Euregio.

Deutsch, englisch, italienisch – groovig, besinnlich, heiter, nachdenklich: das Publikum erwartet ein umfangreiches Programm mit tollen A Cappella-Arrangements sowie markante Stücke bekannter Gruppen und Musiker.



v.l.n.r.: Tanja Raich - Thomas Spiekermann - Udo Dohlen - Luc Nelissen - Olaf Korr

www.5linge.de

Facebook

<https://www.facebook.com/5linge/>

Instagram

<https://www.instagram.com/5linge/>

Termin: Sonntag, 10. November 2024, 17 Uhr

Eintritt: 17,- EURO

Vorverkauf: Jakob-Büchel-Haus zu den üblichen Bürozeiten (siehe Seite 33)

Vorverkauf: 16,- EURO

»fünflinge – pure vocals«
jazzig – poppig – liederlich

»Weihnachtskonzert«

Trio mit Alessa Knur: »Have yourself a merry little Christmas«

Am Vorabend zum ersten Advent interpretiert das Trio vorweihnachtliche Lieder.

Es werden Stücke, wie »Stille Nacht« bis »Have yourself a merry little Christmas« auf besondere Art und Weise interpretiert, die Elemente des Pop, Jazz und Folk miteinander verbindet.



v.l.n.r.:
Pian Vane,
Alessa Knur,
Bärbel Ehlert.

Pian Vane - Klavier

Alessa Knur - Gesang

Bärbel Ehlert - Geige

Mehr Infos unter:

www.alessaknur.com

Termin: Samstag, 30. November 2024, 18 Uhr

Eintritt: 14,- EURO

Vorverkauf: Jakob-Büchel-Haus zu den üblichen Bürozeiten (siehe Seite 33)

Vorverkauf: 13,- EURO

»Trio mit Alessa Knur«
»Weihnachtskonzert«

»Canciones, Songs und Canzonetti«

Ein Liederabend mit Maria Regina Heyne, Sopran
Thomas Jakob Schneider, Gitarre

Seit über 20 Jahren konzertieren Maria Regina Heyne, Sopran und Thomas Jakob Schneider, Gitarre bereits mit verschiedensten Liederabend Programmen. Das Duo präsentiert melancholische Lieder der englischen Renaissance von John Dowland, klassische Lieder von Wolfgang Amadeus Mozart und Canzonetten von Mauro Giuliani.

Außerdem werden selten aufgeführte Werke von Fanny Hensel (geb. Mendelssohn) und mexikanische und spanische Canciones von Manuel M. Ponce, Enrique Granados und Federico García Lorca zu Gehör gebracht.



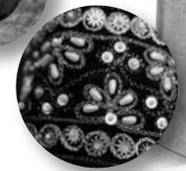
Liederabend mit:
Maria Regina Heyne, Sopran
Thomas Jakob Schneider, Gitarre

»Canciones,
Songs und
Canzonetti«
Liederabend

Termin: Samstag, 25. Januar 2025, 19:30 Uhr
Eintritt: 17,- EURO, (Einlass 19:00 Uhr)
Vorverkauf: Jakob-Büchel-Haus zu den üblichen Bürozeiten (siehe Seite 33)
Vorverkauf: 17,- EURO



Weihnachtlicher Kunst handwerker markt im Jakob-Büchel-Haus 17. November 2024 ★ 11-17 Uhr ★



An diesem Tag stellen viele verschiedene Hobbykünstler ihr KunstHANDwerk im Jakob-Büchel-Haus aus. Ein sehenswerter Markt. Auch für Ihr leibliches Wohl »herzhaft und süß« wird in unserer Cafeteria durchgängig gesorgt! – Vorbeikommen und Stöbern und schon das ein- oder andere individuelle Weihnachtsgeschenk einkaufen!

Termine im Überblick



Konzert: »Alessa Knur & Band«
Samstag, 21. September 2024, 20 Uhr



Konzert: »Jazz Léger«
28. September 2024, 19.30 Uhr



Konzert: »Fünflinge«
10. November 2024, 17 Uhr



Kunsthändlermarkt
Sonntag 17. November 2024, 11 bis 17 Uhr



Weihnachtskonzert: »Trio mit Alessa Knur«
Samstag, 30. November 2024, 18 Uhr



Liederabend: »Canciones, Songs und Canzonetti«
Samstag, 25. Januar 2025, 19.30 Uhr



Jakob-Büchel-Haus

Frau Souren

Prämienstraße 57 · 52076 Aachen-Walheim

Telefon: 02408/8 11 57

verwaltung@jakob-buechel-haus.de

www.jakob-buechel-haus.de

Bürozeiten:

dienstags von 9.00 – 10.30 Uhr

donnerstags von 18.30 – 20.00 Uhr

Anmeldung zu den Bürozeiten

Der Fördervereinbeitrag für Kinder pro Veranstaltung beträgt 1,50 EURO, aber nicht mehr als 4,50 EURO pro Programmeinheit.

Der Fördervereinbeitrag für Erwachsene pro Veranstaltung beträgt 2,50 EURO, aber nicht mehr als 7,- EURO pro Programmeinheit.

In den Schulferien ist außer bei möglichen Ferienspielangeboten über den Förderverein, s. Programmheft das Jakob-Büchel-Haus immer geschlossen.

Eine Kursteilnahme soll persönlich beim Kursleiter angemeldet und zu Beginn bezahlt werden.

Telefonische Voranmeldungen gelten als verpflichtende Anmeldung! (Anmeldung auch per E-Mail möglich.)

Für Mitglieder des Fördervereins entfällt der Beitrag für den Förderverein.



Mitglieder und KursleiterInnen

Der Förderverein Jakob-Büchel-Haus lebt von den Spenden seiner Fördermitglieder. Wie viele andere Vereine leiden leider auch wir unter Mitgliederschwund. Damit wir unsere Arbeit fortführen und wir das Haus mit seinem vielfältigen Programmangebot aufrecht erhalten können, brauchen wir Nachwuchs!

Werden Sie Mitglied und unterstützen Sie die Kinder-, Jugend- und Erwachsenenarbeit im Jakob-Büchel-Haus! Auf Seite 39 finden Sie unsere Beitrittserklärung!

(Für die Fördermitglieder entfallen bei Anmeldung und Teilnahme an unseren Kursen die zusätzlichen Kursbeiträge für den Förderverein.)

Weiterhin sind auch neue Kursleiterinnen und Kursleiter willkommen, die unser Programmangebot entsprechend bereichern möchten!

Auch im Vorstand brauchen wir Unterstützung.

Wenn Sie Freude haben an Planung, Konzeption und Weiterentwicklung des Jakob-Büchel-Hauses, sprechen Sie uns während der Bürozeiten an.

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldungen,

Ihr Förderverein

Wir freuen uns über einen Anruf oder eine E-Mail, wenn SIE interessiert sind!



Und hier noch ein paar allgemeine Informationen zum Jakob-Büchel-Haus:

Im Jakob-Büchel-Haus **können Räume und Außengelände** (Terrasse und Wiese) für Feste und Feiern, Feten, Konzerte und Ausstellungen **angemietet werden**.

Im Jakob-Büchel-Haus **treffen sich** – neben den Angeboten des Fördervereins – außerdem unter anderem **folgende feste Gruppen:**

- | Messdiener | Englisch- und Französisch-Kurse über die VHS
- | AWO-Begegnungsstätte (Telefon 02408/8 08 05, Frau R. Coracino).

Kleiderladen

geöffnet: jeden Donnerstags von: 10.00 – 12.00 Uhr
und am 1. Freitag im Monat von: 17.30 – 19.30 Uhr

Ich melde mich hiermit als Förderer an:

Ich zahle als Monatsbeitrag

5,00 EURO 10,00 EURO 15,00 EURO _____ EURO sonstiger Beitrag

 Name, Vorname

 Straße

 E-mail

 Ort

 Datum

 Unterschrift

Ich möchte meinen Beitrag wie folgt zahlen:

durch Bankeinzug

Buchen Sie bitte monatlich ab.

 IBAN oder Kontonummer

Buchen Sie bitte vierteljährlich ab.

 BIC oder Bankleitzahl

Buchen Sie bitte jährlich ab.

 Bank

Für Mitglieder des Fördervereins entfällt der Kurs Beitrag für den Förderverein.

Überweisung auf das Konto

IBAN DE70 3906 0180 1005 1510 11
 BIC GENODED1AAC
 bei der Aachener Bank

Jakob-Büchel-Haus · 52076 Aachen

 Datum

 Unterschrift