

ANIMA Inhaltsverzeichnis

1 PERSÖNLICHKEIT

1.1. Lebensfarben / Kreativität

- 1.1.01 Buntes Tanzen
- 1.1.02 Die Welt der Farben
- 1.1.03 Kreativität hat viele Gesichter
- 1.1.04 Lachen – Quelle der Freude
- 1.1.05 Male dich frei
- 1.1.06 Ihr starker Auftritt

1.2. Mein Blick auf mich

- 1.2.01 Bewegung – Schlüssel zu Gesundheit und Kreativität
- 1.2.02 Das Enneagramm
- 1.2.03 Die Botschaft der Rituale
- 1.2.04 Märchen – Spiegel des Lebens
- 1.2.06 Kreativität – Ausdruck der Seele
- 1.2.07 Selbstcoaching
- 1.2.08 Meiner Angst auf der Spur
- 1.2.09 ... denn das Glück ist immer da

1.3. Biografie

- 1.3.01 Schätze der Generationen
- 1.3.02 Von Schwestern, Brüdern und Einzelkindern
- 1.3.03 Der Rote Faden meines Lebens
- 1.3.04 Schreib mal wieder
- 1.3.05 ANIMA animierend aktivierend

- 1.3.49 Menschen. Orte. Worte. Taten.

1.4. Weibliche Schätze heben

- 1.4.01 Damit ich nicht ausbrenne
- 1.4.03 Die Kunst bewusst zu leben
- 1.4.04 Frauen in der Bibel
- 1.4.05 Heute schon im Kopf gejoggt?
- 1.4.06 Lass dich bewegen
- 1.4.08 Maria!
- 1.4.09 Meine Weiblichkeit – meine Kraft

1.5. Unterwegs im Glauben

- 1.5.01 Am Puls des Lebens
- 1.5.02 Beziehungsgeschichten aus der Bibel
- 1.5.03 Bibliodrama
- 1.5.04 Exerzitien im Alltag
- 1.5.05 Fürchte dich nicht!
- 1.5.07 Mystik
- 1.5.08 Schritt für Schritt
- 1.5.09 Segnen
- 1.5.10 Spiritualität
- 1.5.11 Die Bibel

2 GEMEINSCHAFT

2.1. Kommunizieren – Kooperieren

- 2.1.01 Einfach miteinander reden
- 2.1.02 Ein starker Antrieb – Aggression
- 2.1.03 Im Fremden das Eigene entdecken
- 2.1.04 Konflikte bringen Schwung ins Leben!
- 2.1.05 Selbst-bewusst NEIN sagen
- 2.1.06 Stopp, da mach ich nicht mit!
- 2.1.07 Armut – Reichtum – soziale Gerechtigkeit

2.2. Lebensstil / Gesundheit

- 2.2.01 An Grenzen wachsen
- 2.2.02 Das Leben in die Hand nehmen
- 2.2.03 Dem Netzwerk Natur auf der Spur
- 2.2.04 Entfalten statt rosten!
- 2.2.05 Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen
- 2.2.06 Labor Küche
- 2.2.08 Meine Lebenseinstellung wirkt
- 2.2.09 Mit Begeisterung das Leben meistern
- 2.2.10 Resilienz
- 2.2.11 Veränderung findet statt – auch in unserem Leben
- 2.2.13 Zeitmanagement
- 2.2.14 Ausgewogener Lebensstil wirkt!
- 2.2.15 Wandel beginnt mit dir
- 2.2.16 Faszinierende Einblicke in die Welt der Biologie

2.3. Familie gestalten

- 2.3.01 Die Freude aneinander bewahren
- 2.3.02 Entwicklung des Kindes – meine Entwicklung als Frau und Mutter
- 2.3.03 Kinder fragen nach Gott und der Welt
- 2.3.05 Schau, was ich dir sage!
- 2.3.06 Und welcher Lerntyp sind Sie?
- 2.3.07 Werkstatt Erziehung

3 GESELLSCHAFT

3.1. Gesellschaft gestalten

- 3.1.01 Alles, was RECHT ist
 - 3.1.02 Damit die Zukunft Zukunft hat
 - 3.1.03 Frauen im Christentum
 - 3.1.04 Gentechnik
 - 3.1.05 Im Gespräch mit ...
 - 3.1.06 Heikles Thema: GELD
 - 3.1.07 Menschen, die anders leben
 - 3.1.08 Von der Weisheit anderer zur eigenen Weisheit
 - 3.1.09 Weltreligionen
 - 3.1.10 Zeitgeist
 - 3.1.11 Ohne Judentum kein Christentum
 - 3.1.12 Islam konkret
- 3.1.50 Im Gespräch mit ... politischen Frauen

3.2. Lust und Frust mit Medien

- 3.2.03 Geben lila Kühe braunen Kakao?
- 3.2.04 Internet – Rechtsfreier Raum?
- 3.2.05 Macht und Magie der Sprache
- 3.2.07 Spielend die Welt begreifen
- 3.2.09 Welt der Medien

4 Kunst und Kultur

4.1. Musik und darstellende Kunst

- 4.1.01 Die Kunst der Musikwahrnehmung
- 4.1.02 Die Oper
- 4.1.03 Eine Reise in die Welt der Musik
- 4.1.04 Musik, die mir gut tut
- 4.1.05 Theatergeschmack – Geschmack am Theater
- 4.1.06 Musik, die MICH meint

4.2. Bildende Kunst

- 4.2.01 Ars sacra – Kunst und Spiritualität
- 4.2.02 Bezirkserkundungen in Wien
- 4.2.03 Die Frau in der Kunst
- 4.2.04 Die Welt der Pharaonen
- 4.2.07 Kunst – Spiegel der Zeit
- 4.2.08 Kunst sehen – Kunst machen
- 4.2.09 Von Ceres bis Trojaner
- 4.2.10 Von gestern bis heute und morgen
- 4.2.11 Wien – Kultur-aktuell

4.3. Kulturgeschichte

- 4.3.01 Auf der Spur bedeutender Frauen
- 4.3.02 Die Babenberger
- 4.3.03 Die Habsburger
- 4.3.04 Frankreich
- 4.3.05 Italien
- 4.3.06 Wien – Tor zu Osteuropa

4.3.50 Entdeckungsreise durch die Geschichte Österreichs in Bildern und Texten

4.4. Literatur

- 4.4.01 Bücher sprechen zu uns – wir reden zurück
- 4.4.02 Wiener Literatur – Schauplätze
- 4.4.03 Frühstück bei Virginia Woolf, Tee bei Ingeborg Bachmann...
- 4.4.04 Abenteuer Bilderbuch
- 4.4.05 Pippi, Ronja, Jim Knopf und Wickie...

5 Spezalseminar

5.1. Mit und ohne Kind – Zeit für mich und mein Kind