

Kommunikation nach innen und außen

Neuer Verein Alleins bietet diverse Kurse zur Selbstfindung an / Tag der Entdeckungen am 30. Oktober

Von Ingo Lucker

NEUSTADT. Ein Ort der Selbstfindung und der kreativen Kommunikation – das ist der Verein Alleins. Das Ziel kann auf vielfältige Art erreicht werden. Hierfür bieten die Mitglieder diverse Kurse an, die auch miteinander kombiniert werden können.

„Alleins ist quasi ein Raum für Entdeckungen“, beschreibt Heidi „Bandhini“ Strombeck die Vereinsarbeit. Die Masseurin hat sechs Jahre lang in Hastedt sogenannte Kuschelgruppen geleitet. Als die dortigen Räume dann gekündigt wurden, fand sie bei „Alles unter einem Dach“ (ehemals Happy Shopping) an der Kornstraße 81 eine neue Bleibe und konnte zudem einige Kollegen dazugewinnen.

Dazu gehören neben anderen nun eine Musikpädagogin, ein Familien- und Organisa-

tionsaufsteller, ein Heilpraktiker für Psychotherapie, eine Körpersprache- und Kommunikationstrainerin sowie eine Schamanin. Gemeinsam setzen sie den Zusatztitel des Vereins, „Spielraum für kreative Kommunikation“, mit ihrem jeweiligen Fachgebiet um.

„Alleins ist ein Treffpunkt“, erzählt der Mental-Coach Lars Loop. „Hier zählt der Gemeinschaftsgedanke: Menschen kommen miteinander in Kontakt.“

„Und zwar auf unterschiedlichen Ebenen“, ergänzt die Schamanin und Masseurin Petra Nagel. „Man kann hier kuscheln, meditieren, Yoga machen, sich austauschen, klönen, singen, tanzen und Theaterspielen.“ Das Ziel ist die



Lars Loop, Heidi „Bandhini“ Strombeck und Petra Nagel (v.l.) laden alle Interessierten zu spielerischer Kommunikation bei Alleins ein. Foto: Lucker

Selbstfindung und -entdeckung, um damit Kommunikation nach innen und außen zu betreiben. „Ein gesundes Ganzes kann nur entstehen, wenn jeder Einzelne mit seinen individuellen

Fähigkeiten, seiner Lebensfreude in Kontakt ist und sie in die Gruppe einbringen kann“, sagt Strombeck.

Um das Ziel der „seelischen Wellness“, wie Loop es nennt,

zu erreichen, finden bei Alleins Kurse, Seminare und Workshops statt. Geplant sind künftig auch Vorträge, Musik-, Theater- sowie Kleinkunstveranstaltungen. Was genau der Verein alles bietet, wird am Sonntag, 30. Oktober, zwischen 9 und 20 Uhr in diversen Kursen vorgeführt.

Das Programm beginnt um 9 Uhr mit Meditation. Eine Stunde später folgt „enerQitogo“, bevor ab 11.30 Uhr getanzt wird. Heillieder werden ab 14 Uhr angestimmt, zwei Stunden später beginnt eine Schamanische Trommelreise, ab 17.30 Uhr präsentiert sich das Galli-Theater und um 20 Uhr startet die Kuschelzeit mit Live-Musik.

Alle Angebote sind kostenpflichtig. Anmeldungen und nähere Informationen gibt es telefonisch unter der Nummer 4940441 sowie auf der Seite www.alleins-bremen.de im Internet.