

Diese E-Mail wird nicht richtig dargestellt? Klicken Sie auf unsere [Web-Version](#).



Liebe Interessierte am Bildungszentrum Pforzheim,

Ostern steht unmittelbar bevor und gleich nach den Feiertagen, in der österlichen Festzeit haben wir viele Programm-Höhepunkte für Sie vorbereitet!

Am 13. April startet der sechsteilige Yoga-Kurs mit Anita Heger.

## Yoga ist zurück im Bildungszentrum

### Hatha-Yoga für Kraft, Beweglichkeit und Balance



#### Kurs mit 6 Terminen

Yoga verbindet Körper und Geist auf ganzheitliche Weise. Durch gezielte Übungen, bewusste Atmung und achtsame Bewegung wird die Muskulatur gekräftigt, die Beweglichkeit verbessert und Stress reduziert. Der Atem wird dabei bewusst mit den Übungen verbunden und unterstützt einen ruhigen, fließenden Ablauf.

In diesem Hatha-Yoga-Kurs wechseln sich gehaltene Übungen mit dynamischen Vinyasa-Elementen ab. Die Übungen werden den Teilnehmenden angepasst, so dass jede und jeder

individuell gefordert und optimal begleitet werden kann. So entstehen Kraft, Stabilität und Flexibilität gleichermaßen. Eine wohltuende Auszeit, um neue Energie zu tanken und die innere Balance zu stärken.

#### Über die Referentin:

Anita Heger, hat zahlreiche zertifizierte Yoga Ausbildungen absolviert, unter anderem bei der international renommierten Yoga Alliance und sie bildet sich ständig weiter.

#### Kurstermine:

**Mo** 13.04.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

**Mo** 20.04.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

**Mo** 27.04.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

**Mo** 04.05.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

**Mo** 11.05.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

**Mo** 18.05.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

[mehr](#)

## Unser weiteres Angebot für Sie:

„Ostern – Wo bin ich lebendig?“ am 18. April lädt dazu ein, sich gestaltpädagogisch inspiriert auf eine persönliche Entdeckungsreise zu begeben.

Mit Qi Gong im Frühling am 17. April spüren wir dem Element Holz nach – Sinnbild für Wachstum und Erneuerung.

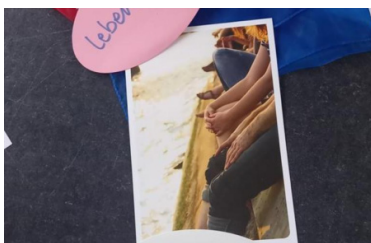
Und bei der Pilgerwanderung „Unterwegs nach Emmaus“ am 18. April machen wir uns gemeinsam auf den Weg – Schritt für Schritt, im Austausch und in der Natur.

Im Theologischen Theatercafé am 19. April geht es um die vielbeachtete Inszenierung am Theater Pforzheim „Nora: Ein Puppenhaus“ von Stef Smith. Wir kommen darüber ins Gespräch, wie diese Neufassung eines bekannten Stoffes heute wirkt und welche Fragen sie aufwirft.

Weitere Veranstaltungen greifen Themen aus dem Alltag auf: Ein Workshop zu Streit, Ausgrenzung und Mobbing am 21. April richtet sich an Eltern, die ihre Kinder stärken möchten.

Und beim Kräuterspaziergang am 25. April entdecken wir heimische Pflanzen und ihre Verwendung.

## Mit der Bibel unterwegs zu mir selbst – ein gestaltpädagogisch inspiriertes Angebot



**Do. 16.04.2026, 16:00 - 18:00 - Ostern - Wo bin ich lebendig?**

**Bruder-Klaus Begegnungsstätte | Pforzheim**

[mehr](#)

## Qi Gong im Frühjahr



Fr. 17.04.2026, 18:00 - 20:00 - In Balance mit dem Element Holz

Bruder-Klaus Begegnungsstätte | Pforzheim

[mehr](#)

## Pilgerwanderung



Sa. 18.04.2026, 10:00 - 15:30 - "Unterwegs nach Emmaus"

Outdoor-Veranstaltung

[mehr](#)

## Über Gott die Welt und uns



Theologisches Theater-Café mit Podiumsdiskussion „Nora: Ein Puppenhaus“ von Stef Smith

am 19. April 2026, 16.30 Uhr

im Foyer des Theaters Pforzheim

mit Schauspieldirektor Andreas Frane und Schauspielerinnen Tabea Mewis, Jutta Wiedmann (Leiterin Bildungszentrum) und den Theologen Tobias Gfell und Tobias Licht.

Im Rahmen der Veranstaltungsreihe „**Über Gott, die Welt und uns**“ lädt das Theologische Theatercafé zum Gespräch über das Schauspiel „Nora: Ein Puppenhaus“ von Stef Smith ein. Henrik Ibsens „Nora“ zählt zu den bedeutendsten gesellschaftskritisch-realistischen Stücken der Theatergeschichte. Die Uraufführung 1879 wurde zu einem Skandal und einem literarischen Weckruf in der Geschichte der Frauenrechte. Warum und wie befragt Stef Smiths „radikale Neufassung“ den Klassiker? Was erzählt ihre Überschreibung – mit drei Noras! – über gesellschaftliche Entwicklungen und Kontinuitäten?

**Der Eintritt ist frei.**

Gemeinsame Veranstaltung der Ökumenischen Citykirche Pforzheim, des Bildungszentrums Pforzheim, des Bildungszentrums Karlsruhe, der Evangelischen Erwachsenenbildung Pforzheim und des Theaters Pforzheim.

**Streit, Ausgrenzung, Mobbing – wie Eltern ihre Kinder wirksam stärken können**



**Di. 21.04.2026, 19:00 - 21:00 - Ein interaktiver Eltern-Workshop zur Stärkung von Resilienz, Konfliktlösungskompetenz und Mobbing-Prävention**  
**Bruder-Klaus Begegnungsstätte | Pforzheim**

[mehr](#)

## **Kräuterspaziergang, Kräutersuppe und Stockbrot**



**Wie unsere Vorfahren einst gekocht haben**

**Sa. 25.04.2026, 10:00 - 16:00 Uhr**

Ein erholsamer Nachmittag im Grünen für Jung und Alt.

Wir treffen uns am Bibelheim Bethanien in Karlsbad Langensteinbach.

Dort wollen wir auf einem Spaziergang essbare Wildkräuter und Wildpflanzen kennenlernen und diese gemeinsam sammeln. Schließlich entzünden wir ein Feuer und kochen gemeinsam in einem Kessel eine leckere Kräutersuppe – wie es die Menschen schon vor hunderten von Jahren machten.

Dazu gibt es Stockbrot, am Feuer ausgebacken.

Für Familien geeignet.

Kinder in Begleitung sind kostenlos.

Beginn:

10:00 Uhr, Wildkräuterspaziergang mit gemeinsamem Sammeln der Kräuter,

12:00 Uhr gemeinsames Mittagessen im Bibelheim,

14:30 Uhr Smoothie-Mixen,

ca. 16:00 Uhr Ausklang

Der Referent Daniel Zügel ist Diplom-Physiker und beschäftigt sich schon seit vielen Jahren mit essbaren Wildkräutern und Wildpflanzen als Ausgleich zum Berufsalltag. 2013 hat er seine Ausbildung zum Fachberater für essbare Wildpflanzen an der Hochschule Nürtingen-Geislingen absolviert.

[mehr](#)

**Für heute wünschen wir Ihnen gesegnete Kar- und Osterfeiertage und freuen uns auf die Begegnungen mit Ihnen,**

**Ihr Team des Bildungszentrums Pforzheim**

Jutta Wiedmann (Leitung)

Alexandra Jagadics (Verwaltung)



Impressum | Datenschutz

Bildungszentrum Pforzheim - Weiherstr. 3 - 75173 Pforzheim

Wenn Sie diesen Newsletter nicht mehr erhalten möchten, [können Sie sich hier abmelden.](#)