

## Ressourceninsel-Termine im Mai 2026

<b>Montag: Atelier-Insel</b> 17-19 Uhr <b>Ort: Mal- &amp; Gestalt- Atelier, Nikolaus-Dürkopp-Str. 17 a</b>	<b>Mittwoch: Gruppen-Insel</b> 15-17 Uhr <b>Ort: Gruppenraum in der Wildwasser- Beratungsstelle, Münzstraße 8</b>
<p><b>Schwerpunkt der Montagsgruppe:</b> Kreativer Ausdruck, Gestaltung und individuelle Projekte/Experimente, die begleitet werden. Die Gruppe als Background nutzen. Kostenbeitrag von 5 Euro pro Termin für Material und Raummiete. <b>Anmeldung:</b> spätestens bis Donnerstag (17 Uhr) vor dem Termin bei <b>Hissa Groth</b>.</p> <p>Per E-Mail: <a href="mailto:gruppe@wildwasserbielefeld.de">gruppe@wildwasserbielefeld.de</a> oder per SMS: <b>0175-92 70 549</b></p>	<p><b>Schwerpunkt der Mittwochsgruppe:</b> Gespräch, Austausch und Übungen zu einem bestimmten Thema. Die Gruppe als Ressource (Austausch) nutzen.</p> <p><b>Anmeldung:</b> spätestens bis Donnerstag (17 Uhr) vor dem Termin bei <b>Anna Brüggeshemke</b>.</p> <p>Per E-Mail: <a href="mailto:gruppe@wildwasserbielefeld.de">gruppe@wildwasserbielefeld.de</a> oder per Telefon: <b>0521- 17 54 76</b></p>
<p><b>04.05.2026</b> <b>Ausdrucksmalen</b> Leuchtende Gouache-Farben liegen bereit und laden ein zum freien Malen. Wir malen im Stehen und mit großen Bildformaten.</p>	<p><b>06.05.2026</b> <b>Wildwasser Kongress</b> Es findet kein Treffen statt.</p>
<p><b>11.05.2026</b> <b>Freies Gestalten</b> Beim Freien Gestalten könnt ihr gerne eigene Ideen mitbringen oder in der Methodenbox stöbern. Natürlich können wir auch gemeinsam neue Ideen entwickeln.</p>	
<p><b>18.05.2026</b> <b>Mein Freund der Baum</b> Der Baum - Symbol für Stabilität und Lebendigkeit. Wir starten mit einer Imagination und dann freue ich mich darauf, eure Bäume wachsen zu sehen.</p>	<p><b>20.05.2026</b> <b>Achtsamkeit</b> Austausch und Impulse zum Thema „Achtsamkeit“ mit Sonja Jung.</p>
<p><b>25.05.2026</b> <b>Pfingstmontag</b> – es findet kein Treffen statt</p>	

**Bitte vor der ersten Teilnahme einen Termin für ein Vorgespräch bei Anna Brüggeshemke vereinbaren!**