



Zur Zeit finden alle Veranstaltungen  
im Helingsweg 2, 57639 Rodenbach statt.

Palette **MENSCH**  
Westerwald e.V. Potential Mensch  
Land & Zukunft

Palette Mensch Westerwald e.V.  
Alter Weg 2  
57614 Oberwambach

info@palette-mensch.de  
www.palette-mensch.de

Finanzamt Altenkirchen 02/650/34134  
Amtsgericht Montabaur VR 20679  
Westerwaldbank DE80 5739 1800 0098 2733 01

Palette **MENSCH**  
Westerwald e.V. Potential Mensch  
Land & Zukunft



Tanz



Musical



Umgang mit Stress



Atmosphäre



Hausmusik



Geselligkeit



Balance



Sich ändern

2017

April bis September



Farberleben



Workshops

www.palette-mensch.de

## Impressionen Palette Mensch beim Kreisheimattag Altenkirchen 2016



# Willkommen

## zum Sommerprogramm von Palette Mensch Westerwald e. V.!

„Unruhige Zeiten- und nirgendwo Halt“, hieß es in einer Sendung von Markus Lanz im März 2017. Dass dem nicht so sein muss, zeigt unser neues Programm, das wieder mit viel Enthusiasmus zustande gekommen ist.

**Palette Mensch** bietet ein kulturelles, kreatives und musikalisches Angebot anderer Art, nicht von der Stange, das sich als Bereicherung des Angebots im Westerwald und darüber hinaus versteht.

Es gibt eine bunte Mischung von Angeboten mit vielen Möglichkeiten zur Begegnung, z.B. beim Frühstück, einem Konzert oder einer Wanderung und Workshops mit Themen, die zentrale Anliegen unseres Vereins sind: als Mensch in dieser Zeit großer Veränderung intakt zu bleiben, bewusster zu werden und sich für die Gestaltung einer Zukunft einzusetzen, in der die Entfaltung menschlichen Potentials Priorität hat. Das Ganze in einer angenehmen Umgebung und einem Klima gegenseitiger Unterstützung.

Unsere Angebote können zum Teil auch in Köln und auf Anfrage an anderen Orten angeboten werden. Sie richten sich auch an Menschen, die spirituell unterwegs sind und vielleicht nach neuen Möglichkeiten Ausschau halten.

Wir freuen uns Sie zu treffen und wünschen Ihnen einen schönen Sommer!

*Das Team von Palette Mensch Westerwald e. V.*



## 3 Dörfer unterwegs

Wandern am Sonntag, den 25. Juni 2017



Eine Wanderung rund um die drei Dörfer Rodenbach, Neitzert und Udert.

Weitere Details finden Sie kurz vorher im Mitteilungsblatt Puderbach aktuell.

---

## Repair-Café

Ein Beitrag zur Nachhaltigkeit

Ein Zeichen setzen gegen die wachsende Wegwerf-Kultur: Sie bringen Sachen mit, die nicht mehr funktionieren und wir stellen Werkzeuge und Hilfestellung bereit, um Dinge selber zu reparieren. Wir schauen uns Elektro-Kleingeräte, Computer, Fahrräder und vieles mehr an, um mit euch und etwas Glück die Sachen wieder zum Laufen zu bringen.

- Termine **2017**: jeweils samstags | 13.00 – 16.00 Uhr  
20. Mai, 24. Juni



## Mensch+Café

Frühstück, Begegnungen und gute Gespräche  
in entspannter Atmosphäre

Für Familien, Pärchen, Singles, Redefreudige, Ruhesuchende,  
... Dich ...!?

Ein Frühstücksbuffet mit frischen Zutaten und einem Themenschwerpunkt, z.B. englisches Frühstück. Bei schönem Wetter locken Sonnenterrasse und Garten.

- Termine **2017**: jeweils sonntags | 10.00 – 13.00 Uhr  
9. April, 21. Mai, 18. Juni, Juli & August ist Sommerpause,  
am 3. September geht es weiter.
- Spenden zur Deckung der Kosten sind erwünscht.



---

## Mensch+Geschichten

„...und plötzlich ist alles anders“

Eine Portion Humor im Umgang mit dem ganz normalen Wahnsinn.

Geschichten und Musik live mit  
Monika Zottmann, Sven Peter  
Moldovany, Nikolaus Zottmann  
und Katrin Waldruff

- Samstag, 1. Juli 2017, 19:00 Uhr
- Eintritt € 10,-



## Mensch+Gespräch

*Was ist und bedeutet Leben, menschliches Leben?*

Woran können wir uns orientieren? Was gibt mir Sicherheit in einer Welt im Wandel?

In dieser Zeit von Veränderung gibt es kein allgemeingültiges Handbuch mehr. Wir müssen Dinge für uns selbst herausfinden. Das geschieht am Besten im Gespräch miteinander. Einmal über den eigenen Tellerrand hinaussehen, sich von anderen Ideen inspirieren lassen und die Welt einmal mit anderen Augen wahrnehmen. Darum geht es bei unserem Angebot: „Mensch und Gespräch“.

Mit Humor und Leichtigkeit wollen wir die wichtigen Fragen des Lebens erschließen, um uns auf die eigene Suche zu begeben. Das Leitmotiv ist:

*„Wir sind alle viel besser als unsere bisherigen Erfahrungen uns glauben lassen.“*



Mit Dörthe Kickuth-Artelt und Willi Hammerschmidt

ⓘ Warnung:

Es bleibt nur so lange philosophisch bis es lebendig wird.

- Termine **2017**: jeweils samstags | 15.00 – 17.00 Uhr  
1. April, 6. Mai, 10. Juni, 1. Juli, 2. Sept.
- Spenden zur Deckung der Kosten sind erwünscht.

## Mensch+Tanz

*„Tanz mal drüber nach“*

Bei Tanz und Bewegung kann man ganzheitliche Erfahrungen machen, die Körper, Seele und Geist zusammenbringen. Man wird bewusster, ausgeglichener und natürlich beweglicher. In einer entspannten Atmosphäre versuchen wir experimentell Qualitäten wie Gelassenheit, inneren Frieden, Lebensfreude oder Zuversicht in Bewegung auszudrücken.

Der Schwerpunkt liegt auf dem inneren Erleben. Tänzerische Erfahrung ist nicht nötig, doch sollte man sich gerne bewegen und freuen etwas Neues auszuprobieren. Schnuppern ist jederzeit erlaubt 😊.

Mit Irmgard Brieden, Dörthe Kickuth-Artelt und Betina Maiwald

- Termine **2017**: jeweils sonntags | 14.00 – 17.00 Uhr  
14. Mai, 11. Juni, 2. Juli, 6. Aug., 3. Sept.
- Beitrag: € 15,- pro Termin | ermäßigt: € 10,-
- Anmeldung unter: [info@palette-mensch.de](mailto:info@palette-mensch.de)





## Mensch+Musik

*Jigs, Reels, Songs, Airs, Guinness, Stimmung pur...*

**Irischer Abend** mit der Gruppe Seamróg ([www.seamrog.de](http://www.seamrog.de)) aus dem Bergischen Land, auf vielfachen Wunsch zum zweiten Mal zu Gast!!

Die 3 Frauen und 4 Männer zeigen ihr abendfüllendes Repertoire und bringen die Zuschauer zum Tanzen, Mitgrooven und Mitsingen!



Einige ihrer Motive:

- Die Begeisterung für die traditionelle Irische Musik leben
- Spaß an der Freude haben :-)
- Den Überfluss dieser Freude mit anderen teilen

Schauen Sie sich das you tube Video »Seamróg bei Palette M« an, um in Stimmung zu kommen...

■ Samstag, 26. August 2017 | 19:30 Uhr

## „Welche Musik liegt in der Luft?“

Eindrücke, Stimmungen und musikalische Skizzen mit **Harfe, Cello** und **Gesang**

Duo „Notes and Tones“,  
Peter und Sabine Delderfield

■ Sonntag, 17. September 2017  
16:00 Uhr



**Alle Konzerte haben freien Eintritt.  
Spenden sind erbeten & herzlich willkommen.**

## Online mit mir Selbst

*Eine Reise zum Mittelpunkt unseres Lebens*

Oft sind wir durch die äußeren Anforderungen unseres Lebens so am Anschlag, dass wir kaum noch zum Kern unseres Lebens zurückkommen können - keine Zeit, nicht jetzt, ich muss noch, ich kann nicht mehr... Dann will man eigentlich nur noch weg, am liebsten auf eine einsame Insel, um wieder zu sich zu finden.



Dieser Workshop bietet Tools und Einsichten mit denen die Integration der vielen Anforderungen des Alltags mit dem tiefer liegenden Wesenskern besser gelingen kann.

Mit Sven Peter Moldovany und Dörthe Kickuth-Artelt

- Samstag, 27. Mai 2017 | 14.00 – 18.00 Uhr.
- Beitrag: € 40,- | bei Anmeldung bis 10. Mai 2017 € 35,-

Sei Du die Veränderung,  
die Du in der Welt sehen willst!

## Selbstoptimierung statt Stress!

*Gelassener Umgang mit den Belastungen des Alltags*

Ein (r)evolutionäres Konzept erklärt das dynamische und das stabilisierende Selbst des Menschen, den Pionier und den Bewahrer in uns. Anschaulich wird vermittelt, was es braucht diese beiden „Player“ (zwei Seelen wohnen, ach, in meiner Brust...) im Gleichgewicht zu halten und dadurch an Effektivität zu gewinnen.

Sich selbst besser zu kennen ist die Voraussetzung für ein glückliches und erfolgreiches Leben.

Mit Roland Böhringer und Claudia Schubert

- Samstag, 16. Juni 2017 | 14:00 – 18:00 Uhr
- Beitrag: € 40,- | bei Anmeldung bis 1. Juni 2017 € 35,-



Mehr Information zu allen Workshops finden Sie auf unserer Website.

Alle Anmeldungen bitte unter: [info@palette-mensch.de](mailto:info@palette-mensch.de)

# Workshop – 4 Tage Retreat

## Wenn die Seele nicht nur baumeln will

Donnerstag, 19. bis Sonntag, 22. Oktober 2017

Dieser Retreat, inmitten einer schönen Landschaft, ist eine Gelegenheit, zu sich zu kommen und die eigenen Ressourcen nachhaltig zu aktivieren, u.a. um mit Stress besser umzugehen.

In fünf unterschiedlichen Workshops kann jeder seinen persönlichen Werkzeugkoffer für den Einsatz im Alltag ergänzen. Das Konzept lässt bewusst viel freie Zeit zur individuellen Gestaltung, dem eigenen Bedürfnis folgend, mit vielen Möglichkeiten, allein und mit Anderen.



Den idealen Rahmen für all dies bietet die entspannte und besondere Atmosphäre des Seminarhauses Palette M, die von vielen Gästen immer wieder als wohltuend und regenerativ beschrieben wird. Die Mahlzeiten sind gesund, soweit wie möglich nehmen wir auf individuelle Bedürfnisse Rücksicht.

Die Unterbringung findet in neun gemütlichen 1- oder 2-Bett Zimmern mit Waschbecken und Etagenduschen statt.



### Workshops:

- Körperarbeit und Entspannung
- Meine Stimme und ich
- Energetisches Reinigen von Räumen
- Ein (r)evolutionäres Konzept für den Umgang mit Stress und Überlastung
- Inhalte des fünften Workshops ergeben sich aus Fragen der Teilnehmer

Team: Willi Hammerschmidt  
Katrin Waldruff  
Dörthe Kickuth-Artelt

Anreise: Donnerstag, 18.00 Uhr | Abreise: Sonntag, 14.00 Uhr

Anmeldung bis 15. September 2017 unter:  
[info@palette-mensch.de](mailto:info@palette-mensch.de)

Beitrag: € 250,- | bei Anmeldung bis 1. August 2017 € 220,-



# WorkShop mit Übernachtung

## Meine Stimme & Ich... entdecken die Welt

Workshop für Körper, Atem, Stimme – Tönen und Singen – die Fähigkeit zu »stimmen«, gemeinsam klingen, erspüren, ertönen, was uns heute, jetzt, hier bewegt und in uns resoniert.

Übernachtung in 1- oder 2-Bett-Zimmern mit Waschbecken, Etagendusche und 3 Mahlzeiten.

Leitung: Katrin Waldraff  
([www.katrinwaldraff.org](http://www.katrinwaldraff.org))



- Termine **2017**: je Samstag 14:00 Uhr – Sonntag 14:00 Uhr  
8./9. Juli, 11./12. November
- Beitrag: € 120,- | bei Voranmeldung bis 1. Mai bzw.  
1. September € 110,-
- Anmeldeschluss: 1. Juni bzw. 1. Oktober 2017

Mehr Information zu allen Workshops finden Sie auf unserer Website.

Alle Anmeldungen bitte unter: [info@palette-mensch.de](mailto:info@palette-mensch.de)

Anzeige

**EINZIG**  
Workshop-Zentrum  
Siebachstr. 43, 50733 Köln

Zum 15-jährigen Bestehen

## „Horizonte des Lebens“

*Fotoausstellung – Events – Energetic Balance  
Musik – Kontemplation – Vorträge*



Horizonte

Augenblicke



Stille



**10 Tage buntes Programm vom 4. bis 14. Juni 2017**

- **Eröffnung:** Pfingst-Sonntag, 4. Juni 2017, 17 Uhr

Mehr unter [www.einzig-koeln.de](http://www.einzig-koeln.de)