

A top-down view of a wooden table. In the center, a bowl of soup with orange and red ingredients is being garnished with a green leaf by a person's hands. To the left, a wooden cutting board holds several pieces of rustic bread. A yellow and white striped napkin is tucked under the bowl. In the top left, a small white bowl contains a white substance. In the top right, a bottle of Fritz beer is visible.

RAUS AUS DEM ALLTAG - REIN IN DIE SCHEUNE!

Foto: Carola Schmeling, Stuido 17 Husby

Programm
Herbst / Winter 2025

Die
**WORKSHOP
SCHEUNE**
24873 Havetoft

Der gemütliche Herbstabend

TEE UND BÜCHER

Zuerst genießen wir ein Tee-Tasting mit Tee-Sommelier Joachim Möller und tauschen uns danach über Bücher aus, die uns in letzter Zeit bewegt oder inspiriert haben.

- Jede Person ist eingeladen, ein Buch mitzubringen, das sie empfehlen möchte.
- Im Laufe des Abends entsteht ein bunter, gemeinsam kreierter Büchertisch.
- Wir geben uns gegenseitig Buchtipps fürs Schmökern in der dunklen Jahreszeit, blättern in Büchern und lassen uns inspirieren.



Beitrag 5-10 €
Anmeldung:
moin@workshop-scheune.de

DI, 4. NOVEMBER
18-20:00 UHR

Gestalte deinen eigenen Becher

KERAMIK-WORKSHOP

Unter der Anleitung von Viola Heldt aus Sieverstedt gestaltest du dein ganz individuelles Lieblingsstück

- Zunächst erfährst du in einer Einleitung etwas über die Möglichkeiten und Techniken beim Glasieren.
- Aus unterschiedlichen Rohkeramiken wählst du dein Stück aus und verleihst ihm eine ganz individuelle Glasur.
- Du kannst eines oder mehrere Stücke gestalten.
- Nach ein paar Tagen kannst du das fertige Ergebnis dann abholen.



Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt.



25€
pro Tasse/Becher
inklusive Brennen und Glasur
Anmeldung: norrlycka@outlook.de

FREITAG, 7. NOV.
18:30-20:30 UHR

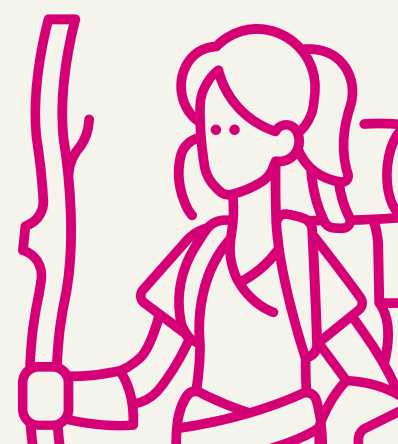
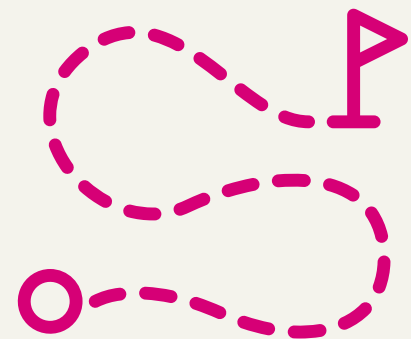
Coaching-Workshop

MEINE REISE, AUF MEINE WEISE

"Das Leben wird vorwärts gelebt und rückwärts verstanden" heißt es nicht ohne Grund. Lerne unter der fachkundigen Anleitung von Sonja Sinz als Coach die "Heldenreise" als mächtiges Coaching-Instrument für dich zu nutzen. Verwandele deine Narben in Stärken und werde zur Autorin deiner eigenen Geschichte!

Was dich erwartet:

- Neue Erkenntnisse und Perspektivwechsel
- Austausch in einer vertrauensvollen Gruppe
- Eine Kombination aus Tiefgang und Leichtigkeit
- Frieden schließen mit dem was war, Ballast zurücklassen und dein Leben bewusst(er) gestalten



Beitrag: 40-60 €
nach Selbsteinschätzung
Anmeldung:
moin@workshop-scheune.de

SO, 9. NOVEMBER
14-18:30 UHR

Gruppensession

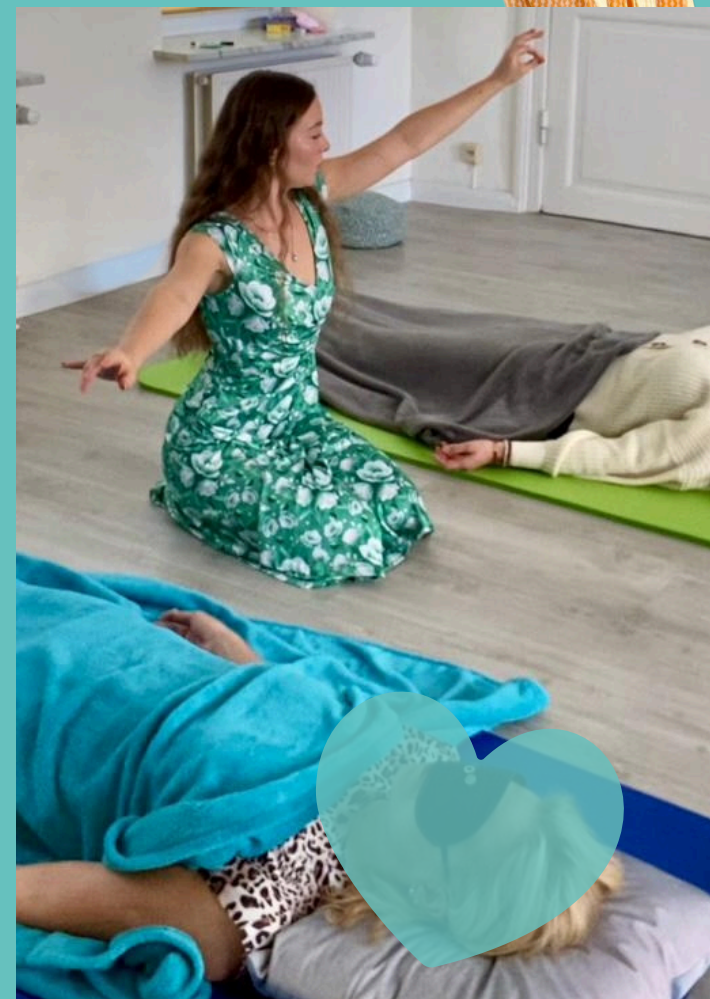
KUNDALINI ACTIVATION – EINE REISE IN DEIN INNERES

Kundalini Activation ist eine sanfte Energiearbeit, die deine natürliche Lebensenergie in Fluss bringt. Sie kann helfen, Blockaden zu lösen, dich tiefer zu spüren und innere Ruhe oder Lebendigkeit zu erfahren.

Jede Erfahrung ist einzigartig – du darfst dich einfach dem hingeben, was sich zeigen möchte.

Was dich erwartet:

- Du liegst in der Shavasana-Position, während Musik dich begleitet
- Es entsteht ein sicherer Raum, in dem du einfach sein darfst
- Dein System entscheidet selbst, was in Fluss kommen darf
- Du brauchst keine Vorkenntnisse – nur Offenheit und Vertrauen



Energieausgleich: 60€
Mehr Infos & Anmeldung:
[soulgarden.by.luisa](#) (Instagram),
soulgardenbyluisa@yahoo.com

**SONNTAG,
23. NOVEMBER
16:30-19:30 UHR**

Texte, die wirken -

WEBSITETEXTE LEICHT GEMACHT

Worte haben Macht, Worte bewegen,
Worte schaffen Verbindung und Vertrauen.
Sie verkaufen für dich, auch während du
Pause machst. Das möchtest du auch?
Deine Website entsteht gerade oder
braucht eine Auffrischungskur?
Dann ist der interaktive Workshop
mit Ulli Jeute genau richtig für dich.

Was dich erwartet:

- Wissen kompakt zu: Struktur, Verständlichkeit, Nutzeransprache, SEO Basics für Texte & Barrierefreiheit
- Du schreibst einen eigenen Text oder bringst einen mit, wir analysieren ihn und gestalten ihn so, dass er für dich arbeiten kann
- Leitfaden to go für Texte, die wirken



259€

Anmeldung:

kontakt@frauullischreibt.de

MITTWOCH, 3.DEZEMBER

9-14UHR

ADVENTS-KRÄNZCHEN

naturnahe Kränze selbst gestalten

Anstatt auf den letzten Drücker einfach "irgendwo" einen Kranz zu kaufen, laden wir dich ein, in geselliger Runde unter der fachkundigen Anleitung von Rebecca Ketelsen (@achtern_knick) deinen ganz eigenen, natürlichen und individuellen Adventskranz mit regionalen Pflanzen und verschiedenen Materialien selbst zu gestalten.



Im Kostenbeitrag ist das Material für einen Kranz von ca. 30 cm Durchmesser enthalten.

Kerzen und Halterungen nach Wahl sind selbst mitzubringen.

Teilnehmerzahl: max. 10 Personen.



Beitrag: 45 €
Anmeldung:
rketelsen@web.de
Tel. 0160/4801185

MI ODER DO, 26.+27.11.
19-21:30 UHR

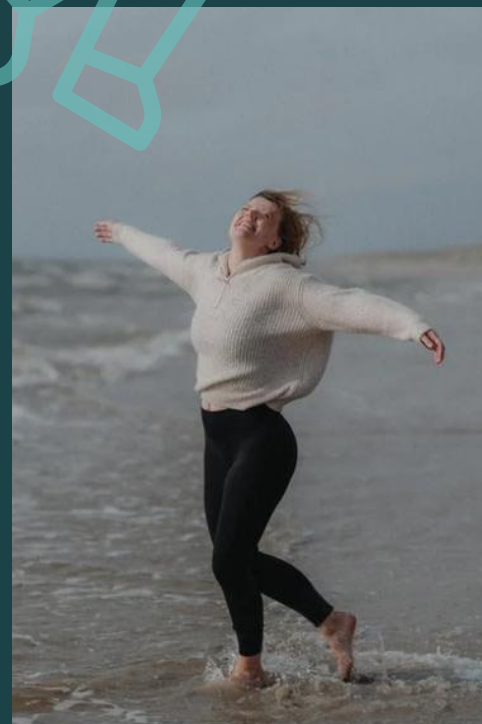
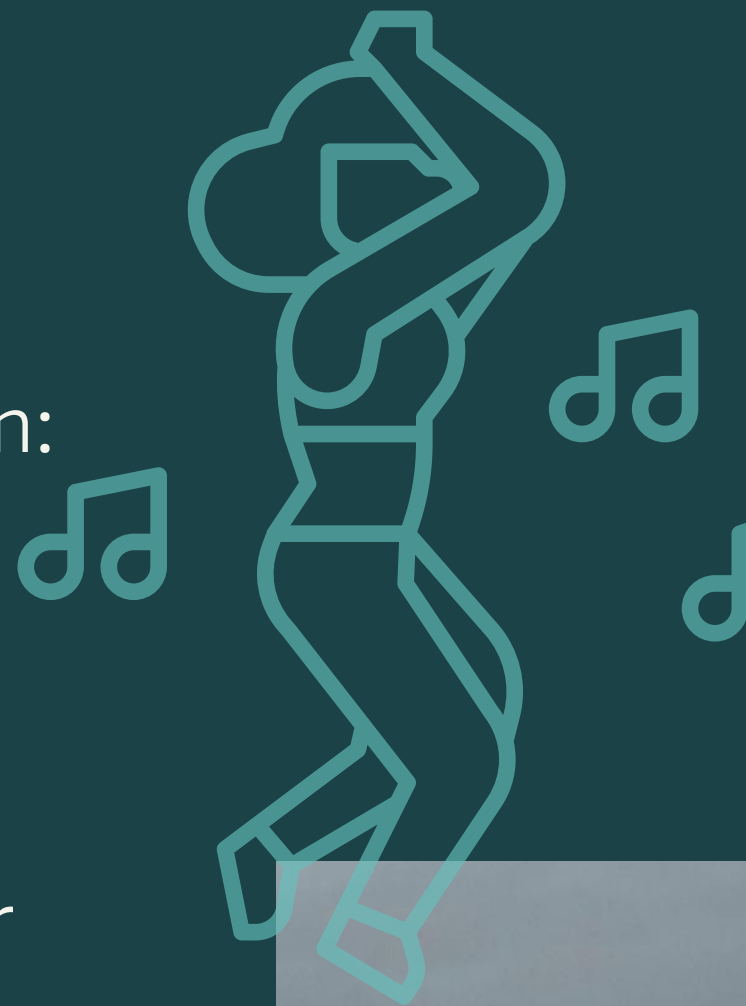
TANZ DICH FREI

Einladung für dich, deinen
Körper und deine Seele

Für alle, die im Trubel des Alltags
wieder ins Fühlen kommen wollen:

Was erwartet dich?

- Ein sicherer, wertfreier Raum
- 60 Minuten freies Tanzen zu abwechslungsreicher Musik
- Achtsamer Einstieg und sanfter Ausklang
- Eine kleine Gruppe mit Gleichgesinnten
- Einfach Du-Sein dürfen



Beitrag: 10 €
Anmeldung über
Carolin Homfeldt
Tel 0162 1860 742

SO, 30.11.
19-20 UHR

KLANGBAD MIT SONJA

Eine Einladung zum Loslassen

Eine Einladung zum Loslassen. Du liegst bequem auf einer Matte, eingehüllt in einer Decke, während Sonja sanfte Töne auf ihren verschiedenen Klangschalen oder der Handpan erklingen lässt. Die Schwingungen übertragen sich über das Wasser in deinem Körper und bringen deine Zellen in Bewegung für eine tiefe Regeneration.



Beitrag: 22 €
Mehr Info
und Anmeldung:
www.sonjas-klanghafen.de

MITTWOCH, 17.12.
18-19 UHR



WEITERE VERANSTALTUNGEN

Hast du Ideen...

...für weitere sinnvolle Angebote?
Dann meld dich gern unter
moin@workshop-scheune.de



Foto: Carola Schmeling, Husby



Die
**WORKSHOP
SCHEUNE**

**WANN KOMMST
DU VORBEI?**

Infos und Anmeldung:
workshop-scheune.de