



**Interaktiver Vortrag**  
Aufstand der Jugend  
11. Mai | Seite 21

April		
Do. 09.04.	19.00	■ <b>ÖFFENTLICHE PROBE</b> Alte Sorten 06
Sa. 11.04.	20.00	■ <b>PREMIERE</b> Alte Sorten
So. 12.04.	18.00	Alte Sorten
Do. 16.04.	20.00	Alte Sorten
Fr. 17.04.	20.00	Alte Sorten
Sa. 18.04.	19.15	■ <b>DRUMRUM</b> mit Lukas Dreyer
Sa. 18.04.	20.00	Alte Sorten
So. 19.04.	18.00	Alte Sorten
Do. 23.04.	20.00	Alte Sorten
Fr. 24.04.	20.00	Alte Sorten
Sa. 25.04.	20.00	Alte Sorten
So. 26.04.	18.00	Alte Sorten
Do. 30.04.	20.00	■ <b>WIEDERAUFNAHME</b> Der zerbrochne Krug 07

Mai		
Fr. 01.05.	20.00	Der zerbrochne Krug
Sa. 02.05.	19.15	■ <b>DRUMRUM</b> mit Prof. Dr. Torsten Hoffmann und Dieter Nelle
Sa. 02.05.	20.00	Der zerbrochne Krug
So. 03.05.	18.00	Der zerbrochne Krug
Do. 07.05.	20.00	Der zerbrochne Krug
Fr. 08.05.	20.00	Der zerbrochne Krug
Sa. 09.05.	20.00	Der zerbrochne Krug
So. 10.05.	18.00	Der zerbrochne Krug
Fr. 15.05.	20.00	■ <b>GASTSPIEL</b> Der Kontrabass 07
Sa. 16.05.	20.00	Der Kontrabass
♥ So. 17.05.	11.00	■ <b>HERZSTÜCKE</b> Die Duineser Elegien 08
So. 17.05.	18.00	Der Kontrabass
Do. 21.05.	20.00	■ <b>WIEDERAUFNAHME</b> Achtsam morden 08
Fr. 22.05.	20.00	Achtsam morden
Sa. 23.05.	20.00	Achtsam morden

Juni		
Festival: mittendrin – Baden-Württembergischer Theater zu Gast im Forum Theater 04		
Zimmertheater Rottweil		
Fr. 05.06.	20.00	Die Frau, die liebte
Sa. 06.06.	20.00	Die Frau, die liebte
So. 07.06.	18.00	Die Frau, die liebte
Theater Reutlingen Die Tonne 05		
Fr. 12.06.	20.00	Der Tatortreiniger II
Sa. 13.06.	20.00	Der Tatortreiniger II
So. 14.06.	18.00	Der Tatortreiniger II
Theaterhaus G7, Mannheim 05		
Fr. 19.06.	20.00	Mieter
Sa. 20.06.	20.00	Mieter
So. 21.06.	18.00	Mieter
Do. 25.06.	20.00	■ <b>WIEDERAUFNAHME</b> Achtsam morden durch bewusste Ernährung 08
Fr. 26.06.	20.00	Achtsam morden durch bewusste ...
Sa. 27.06.	16.30	■ <b>IM DOPPELPAK</b> Achtsam morden 09
So. 28.06.	18.00	Achtsam morden durch bewusste ...

Juli		
Do. 02.07.	20.00	Achtsam morden durch bewusste ... 08
Fr. 03.07.	20.00	Achtsam morden durch bewusste ...
Sa. 04.07.	20.00	Achtsam morden durch bewusste ...
So. 05.07.	18.00	Achtsam morden durch bewusste ...
Do. 09.07.	20.00	Achtsam morden durch bewusste ...
Fr. 10.07.	20.00	Achtsam morden durch bewusste ...
Sa. 11.07.	20.00	Achtsam morden durch bewusste ...
So. 12.07.	18.00	Achtsam morden durch bewusste ...
Do. 16.07.	20.00	■ <b>GASTSPIEL</b> Accademia Teatro Dimitri VaRRRiété Ein Abenteuer auf hoher See 09
Fr. 17.07.	20.00	VaRRRiété Ein Abenteuer auf hoher See
Sa. 18.07.	16.00	VaRRRiété Ein Abenteuer auf hoher See
Sa. 18.07.	20.00	VaRRRiété Ein Abenteuer auf hoher See
So. 19.07.	16.00	VaRRRiété Ein Abenteuer auf hoher See
So. 19.07.	20.00	VaRRRiété Ein Abenteuer auf hoher See
■ <b>JugendTheater</b> 09		
Fr. 24.07.	20.00	Nie genug!
Sa. 25.07.	20.00	Nie genug!
So. 26.07.	18.00	Nie genug!

April		
Sa. 18.04.		Origami 10
Sa. 18.04. – So. 19.04.		Die (un)geliebte Stimme 11
Sa. 18.04. – So. 19.04.		Tanz trifft Improvisation 10
Fr. 24.04. – So. 26.04.		Drehtöpfern 10
Sa. 25.04.		Näh-Atelier 13
So. 26.04.		Näh-Atelier 13

Mai		
Sa. 09.05. – So. 10.05.		Lindy Hop 11
Sa. 09.05. / Sa. 13.06.		Kommunikations-Werkstatt 11
Sa. 18.07.		
Sa. 25.04. / Sa. 09.05.		Oberton-Studio 12
Sa. 06.06. / Sa. 18.07.		

Juni		
Sa. 20.06. – So. 21.06.		being in a moving body 12
Fr. 26.06. – So. 28.06.		Drehtöpfern 10

Juli		
Sa. 04.07.		Lindy Hops Again 11
Sa. 04.07. – So. 05.07.		Zeitgenössischer Tanz 12
Fr. 10.07. – So. 12.07.		Korbflechten 13
Sa. 18.07.		Näh-Atelier 13
So. 19.07.		Näh-Atelier 13

2026/27  
Dein  
freiwilliges  
Jahr im  
Forum 3 →  
Seite 27



Freiwillige 2024/25 im Forum 3

Schauspiel	
<b>JugendTheater</b>	14
Susanne Heigl, Wahid al Barzawi	
<b>Schauspielimprovisation</b>	14
Lena-Marie Seyfarth	

Tanz	
<b>West Coast Swing</b>	14
Yuk-Fan Yen	
<b>Fusion</b>	14
Roswitha Riehn, Martin Güth und Nathan Robinson	

Sport	
<b>Capoeira</b>	15
Heike Raatz	
<b>Yoga</b>	
Meike Olszak	

Musik	
<b>Djembe-Trommeln</b>	15
Daouda Bayere	
<b>Gitarre</b>	16
Emanuel Cuadros de Bejar / Stefan Lehmann	

Kunst & Handwerk	
<b>Freies Malen und Struktur</b>	16
Gertrud Schneider	
<b>Urban Sketching</b>	16
Jascha Gerhardt	
<b>Zeichnen</b>	16
Stephan Köperl	
<b>Aktzeichnen</b>	17
Jascha Gerhardt	
<b>Drehtöpfern</b>	17
Julia Billmaier / Claudia Vest / Hans Schanz	

<b>DIY – Häkeln, Stricken</b>	17
Maren Thomä	

Mensch & Welt	
<b>Eine Reise in Dein Inneres</b>	17
Simon Kuhn	
<b>Jugendforum</b>	17
David Adamek und Lydia Roknic	

<b>Leckerbissen des Lebens</b>	18
Ulrich Morgenthaler	

<b>Die Beobachtung des Denkens (online)</b>	18
Ulrich Morgenthaler	

<b>Meditationsabend (Präsenz &amp; online)</b>	18
Ulrich Morgenthaler	

<b>Michaelisches Yoga</b>	18
Ulrich Morgenthaler	

<b>Studienkreis im Forum 3</b>	18
Simone Ziegler	

<b>Zweig am Forum 3</b>	18
Matthias Uhlig	

# Vorträge 20–26

Beginn i. d. R. 19.30 Uhr

# Seminare 20–26

# Forum 3 Café 32

April	
Fr. 17.04.	<b>Die Bienen und wir Menschen – eine Begegnung?</b> Werner König, Ulrich Morgenthaler 20
Mo. 27.04.	<b>Digital – Only: Smart City Stuttgart</b> Peter Hensinger 20
Mai	
Mo. 04.05.	<b>Die Philosophie der Freiheit – zum Leben erweckt</b> Volker Frankfurt 20
Fr. 08.05.	<b>Das Auge als Tor zur geistigen Welt</b> Ulrich Morgenthaler 21
Mo. 11.05.	<b>»Aufstand der Jugend«</b> Simon Marian Hoffmann 21
Mo. 18.05.	<b>Leben mit Engel und Doppelgänger</b> Johannes Greiner 22
Do. 28.05.	<b>Sterne sehen – sich selbst verstehen</b> K. Schäfer-Blankenhorn 22 Online
Juni	
Mo. 08.06.	<b>Prompt oder Inspiriert?</b> Johanna Appel, Johannes Lamparter u. a. 22
Fr. 12.06.	<b>Die KI-Sackgasse für das menschliche Gehirn</b> Gertraud Teuchert-Noodt 22
Fr. 19.06.	<b>Seelisches Beobachten im Jahreslauf</b> Dirk Kruse 23
Mo. 22.06.	<b>Steinkreise und Sonnenreiche</b> Renuat Derbidge 23
Fr. 26.06.	<b>Willst du recht haben oder Zukunft gestalten?</b> G. Reinwald 24
Mo. 29.06.	<b>Ist Mobilfunkstrahlung gesundheitsschädlich?</b> Matthias von Herrmann 24
Juli	
Fr. 03.07.	<b>Stimmen aus den unzähligen Kammern des Herzens</b> Karsten Massei 24
Mo. 06.07.	<b>Plaudern &amp; Politik</b> L. L. Hartenburg, F. Kohler, R. Leibfahrt, J. Michl, F. Parr, E. Riebarsch, M. Schamal, L. Tatas 25
Fr. 10.07.	<b>Wege zur Sozialen Heilung</b> M. Flemming, B. Schmidt 25
September	
Do. 24.09. – Mi. 30.09.	<b>Der ätherische Mensch</b> 26 7 Vorträge von Yeshayahu Ben-Aharon

April	
Fr. 24.04. – So. 26.04.	<b>Gefühle als Kraftquelle</b> Petra Neisse 20
Mai	
Fr. 08.05. / Sa. 09.05.	<b>Das Leuchten der Welt erspüren</b> Ulrich Morgenthaler 21
Juni	
Fr. 19.06. / Sa. 20.06.	<b>Differenzierungen der Imagination</b> Dirk Kruse 23
Sa. 20.06.	<b>Johanni 2026 Inspirationswanderung zu den Uracher Wasserfällen</b> Dirk Kruse 23
Fr. 26.06. – So. 28.06.	<b>Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg</b> Gabriela Reinwald 24
Juli	
Fr. 03.07. / Sa. 04.07.	<b>Aus der Stille hören</b> Karsten Massei 25
Fr. 10.07. – So. 12.07.	<b>Wege zur Sozialen Heilung</b> Marion Flemming, Benjamin Schmidt 25
Vorschau September bis Dezember 2026	
Fr. 09.10. / Sa. 10.10.	<b>Stufen und Formen der Inspiration</b> Dirk Kruse 26
Sa. 10.10.	<b>Michaeli 2026 – Inspirationswanderung zur Wurmlinger Kapelle</b> Dirk Kruse 26
Fr. 23.10. – So. 25.10.	<b>Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg</b> Gabriela Reinwald 26
Fr. 06.11. – So. 08.11. Online	<b>Erschöpfung und Ressourcen</b> Anna Cecilia Grün 26
Fr. 27.11. / Sa. 28.11.	<b>Michaelisches Yoga</b> Ulrich Morgenthaler 26
Fr. 04.12. / Sa. 05.12.	<b>Das Horoskop als ein Weg zur Freiheit</b> Klaus Schäfer-Blankenhorn 26
Fr. 11.12. / Sa. 12.12.	<b>Der erneuerte Grundstein der Michael-Bewegung</b> Ulrich Morgenthaler 26
Mo. 21.12.	<b>Wintersonnenwende 2026 Inspirationswanderung bei den Uracher Wasserfällen</b> Dirk Kruse 26

Öffnungszeiten		
Mo.–Fr.	15–23 Uhr	32
Sa.	12–20 Uhr	
Ausstellungen		
April		
Bis Do. 16.04.	<b>»Kokol und der Emir« Ein jüdisch-muslimisches Mythenprojekt</b>	28
Fr. 17.04. – Mi. 03.06. So. 19.04.	<b>Tuhama Mostafa Malerei</b> Vernissage um 11 Uhr	28
Juni		
Fr. 05.06. – Mo. 27.07. Fr. 05.06.	<b>Gruppenausstellung »Drink n draw«</b> Vernissage um 11 Uhr	28
Dauerausstellung 2. Stock		
Mitte April – Ostern 2027	<b>Karin Scheffold Mokler Malerei</b>	28
Außer der Reihe		
April		
Mittwochs 19.30–21.15 Uhr Beginn: 15.04.	<i>Chorum</i>	19
Mai		
Sa. 23.05. ab 20 Uhr	<b>Fusion Social Dance</b>	19
Juli		
Sa. 18.07. ab 20 Uhr	<b>Fusion Social Dance</b>	19
Abende für den Frieden		
Do. 23.04. Do. 18.06. jeweils 19–22 Uhr	<b>Die Kraft des Dennoch Gemeinsame Abende für den Frieden</b>	19
		
NGO-Treffen		
NABU Stuttgart   Attac Stuttgart   Bienenschutz Gemeinwohlökonomie   Global Marshall Plan 27		
Räume im Forum 3		
Für Initiativen, Fortbildungen, Tagungen u. a. 30		
Kontakt und Impressum		
29		

## Vorträge

Telefon 0711 4400749-66

Anmeldungen für Online-Vorträge unter:

aktuelle-themen@forum3.de

oder T. 0711 4400749-77 Mo. bis Fr. 18–20 Uhr

## Seminare / Anmeldung

Seite 31 und online: [www.forum3.de](http://www.forum3.de)

Telefon 0711 4400749-77

Mo. bis Fr. 18–20 Uhr

Kontakt / Impressum Seite 29

## Forum 3 Café

Seite 32 | Telefon 0711 4400749-85

Räume im Forum 3

Seite 30 | Telefon 0711 4400749-74

Mo., Di. und Do. 17–19 Uhr

**Einmal ums Ganze bitte:  
Drei Stücke, die unsere Wirklichkeit auf  
ihre Möglichkeiten hin befragen.**

Freuen sie sich auf einen alten Bekannten,  
einen neuen Bekannten und eine Frau,  
die liebt.

Das Festival **mitten drin** zeigt Ihnen »Die  
Frau, die liebte« aus dem Zimmertheater  
Rottweil, die zweite Folge des Tatort-  
reinigers aus Reutlingen und das Solo  
»Der Mieter« aus dem Theaterhaus G7  
in Mannheim. Alles drei bemerkenswerte  
Produktionen. Alles drei Gegenwarts-  
stoffe von Bemerkenswerter Relevanz.

Das **Zimmertheater Rottweil** kommt mit  
einer aufsehenerregenden Geschichte  
von Angelika Schrobsdorff zu uns, frei  
nach ihrem Roman »Die Herren«, in der  
sie ihre Erfahrungen mit dem männlichen

Geschlecht nach dem Zweiten Weltkrieg  
verarbeitet. Es gilt, einer Frau zuzuhören,  
die mal verzweifelt, mal komisch immer-  
zu auf der Suche nach Liebe ist und  
lebenshungrig von einem Mann zum  
anderen eilt und dabei ein Panorama  
der Nachkriegszeit zeichnet.

Die zweite Folge des »Tatortreinigers«  
aus dem **Theater Reutlingen Die Tonne**  
von Mizzi Meyer dürfte alle Fans über-  
zeugen. Wieder einmal hat Schotty kein  
Problem damit, menschliche Überreste  
zu entfernen. Mit Bürsten, Lappen und  
chemischen Spezialmitteln rückt der  
Tatortreiniger unerschrocken Blutlachen,  
Knochensplintern und Hirnmasse zu  
Leibe. Nur eines macht ihm wirklich zu  
schaffen: Der Kontakt zu denen, die sich  
an den Unglücksorten tummeln. Immer

wieder verwickeln sie ihn in Gespräche  
bis hin zu regelrechten philosophischen  
Diskussionen ...

Das **Theaterhaus G7** aus Mannheim bringt  
einen absoluten Gegenwartsstoff auf die  
Bühne: »Mieter« von Paco Gamez zeigt  
einen Privatlehrer und Theaterautor,  
der plötzlich mit einer drastischen Miet-  
erhöhung klarkommen muss. Er rennt  
von Pontius nach Pilatus, um dem Ruin  
zu entgehen – aber nichts hilft. Er ist  
einem gnadenlosen Gefecht ausgesetzt  
und entdeckt die Menschlichkeit im ab-  
surden Kampf gegen Windmühlen. Bis er  
schließlich auf die rettende Idee verfällt:  
Er feiert eine Party ...

**Drei starke Stücke, zu denen ich Sie  
herzlichst einlade.**  
Ihr Dieter Nelle

05.06. – 07.06.

Zimmertheater Rottweil

## Die Frau, die liebte

Frei nach dem Roman »Die Herren« von  
ANGELIKA SCHROBSDORFF

Mit VALENTINA SADIKU und MARTIN OLBERTZ

Livemusik: DORIN GRAMA

Regie und Ausstattung: PETER STAATSMANN

Bilder: HERBERT GOESER

Videos und Animationen: ALANA NASTOLD

Dramaturgie und Kostüme: BETTINA SCHÜLTKE

Um was geht es? Das Wesen der Liebe, das Wesen der Frau.  
Wer hätte je verstehen können, was das ist? Offenbar handelt  
es sich um eine Lebensform von einem anderen Planeten und  
die Frauen selbst stimmen mitunter dieser Einschätzung zu.



Foto: Thomas Decker

Umso dringlicher  
ist es einer Frau  
zuzuhören, die  
sämtliche Höhen  
und Tiefen ihrer  
ebenso komischen  
wie tragischen  
Suche nach Liebe  
in all ihren eroti-  
schen und roman-  
tischen Spielarten  
durchläuft und  
uns tabulos daran  
teilhaben lässt.

Die Adaption des Romans »Die Herren« von Angelika Schrobsdorff für das Theater eröffnet uns einen offenen Blick in die Innenwelt einer Frau, die in der Inszenierung von Peter Staatsmann zu jeder Frau wird. Was wir fast nie zu hören bekommen, wird hier sensibel und mit einer rückhaltlosen Offenheit ausgelotet.

- Änderungen des Spielplans sind möglich.
- Terminübersicht siehe Seite 2
- Online-Tickets [www.forum-theater.de/vorstellungen](http://www.forum-theater.de/vorstellungen)
- Kartentelefon (AB durchgehend) Tel. 0711 4400749-99
- Büro des Forum Theater  
Mo., Mi. 11–13 Uhr; Di., Do., Fr. 17–19 Uhr
- Abendkasse Eine Stunde vor Vorstellungsbeginn
- Unsere Ticketpreise für Eigenproduktionen  
7 Euro Ticket für Student\*innen, Azubis,  
Schüler\*innen / Sonderpreise für Schulklassen

- Unsere Ticketpreise  
25 Euro Förderticket  
21 Euro Vollzahlerticket  
18 Euro Ermäßigtes Ticket  
8 Euro Hintere Plätze


- JugendTheater  
10 Euro Vollzahlerticket  
6 Euro Ermäßigtes Ticket  
4 Euro Ticket für Schüler\*innen

- Bonuscard Kultur:  
Eintritt frei

#### Förderer

Das Forum Theater wird gefördert vom Kulturamt der Stadt Stuttgart, vom Ministerium für Wissenschaft, Forschung und Kunst des Landes Baden-Württemberg, von der MAHLE-Stiftung.

**STÜTTGART** |   
 Gefördert vom Kulturamt der Stadt Stuttgart

 **Baden-Württemberg**  
 Ministerium für Wissenschaft,  
 Forschung und Kunst

# Festivalpass ❖ 1× zahlen ❖ X× kommen ❖ ❖

Der Festivalpass ist Ihr Ticket für das gesamte Theaterfestival 2026! // Preis: 45 Euro  
 Bestellung: Im Kartenbüro des Forum Theaters oder direkt an der Abendkasse.

Einlösung des Festivalpasses: Gegen Vorlage an der Abendkasse erhalten Sie Ihr Ticket für den Abend.  
 Sie können Ihre Wunschplätze im Voraus reservieren.  
 Info: [kontakt@forum-theater.de](mailto:kontakt@forum-theater.de) // T. 0711 440074999.

12.06. – 14.06.

Theater Reutlingen Die Tonne

## Der Tatortreiniger II

Von MIZZI MEYER

Mit CHRYSI TAOUSSANIS und DAVID LISKE

Regie und Ausstattung: MARION SCHNEIDER-BAST  
 Kostüme: SYBILLE SCHULZE | Dramaturgie: NIKITA NAGEL

Der titelgebende Tatortreiniger Heiko »Schotty« Schotte hatte bereits auf dem letztjährigen **mittendrin-Festival** Begegnungen der besonderen professionellen Art gemacht. Während die Lebendigen Schotty in Diskussionen verwickeln, wischt und schrubbt und putzt er resolut die Überreste menschlichen Daseins weg, das Feierabendbier im Blick. – Schotty ist einfach ein Typ, der nun mal sagt, was er denkt. Dass er dabei oft Leben berührt und verändert, ist eher Kollateralnutzen.

Foto: Theater Die Tonne/Armbuster



Unter der Regie von Marion Schneider-Bast bringt das Reutlinger Theater vier weitere Episoden aus dem »Tatortreiniger«-Kosmos von Mizzi Meyer alias Theaterautorin Ingrid Lausund auf die Bühne.  
 Als Fernsehserie ist »Der Tatortreiniger« Kult – als Theaterabend muss man ihn gesehen haben.

18.06. – 20.06.

Theaterhaus G7, Mannheim

## Mieter

Ein Stück von PACO GÁMEZ

Deutsch von FRANZISKA MUCHE und LEA SALAND

Mit MAXIMILIAN WEX

Sprecher\*innen: SUSANNE BERCKHEMER, MARIE EBERHARDT, MORITZ HAHN, MATTHIAS HECHT, SINA PERIS, BERNADETTE EVANGELINE SCHLOTTBOHM  
 Regie: INKA NEUBERT | Dramaturgie: PHILIPP BODE

Ausstattung: ISABEL GARCIA ESPINO

Video und Sound: PHILIPPE MAINZ

Foto: Arthur Bauer



»Immer trifft uns alles aus heiterem Himmel; Tiere wittern die Dinge, ich nicht.« Unser Protagonist lebt im Zentrum der Stadt und schlägt sich als Theaterautor und Privatlehrer durch. Das

klappt einigermaßen, bis plötzlich zum nächsten Monat die Miete um 75 Prozent erhöht werden soll. Entweder er zahlt oder er zieht aus. Der Mieter fällt durch die Maschen des Systems der kapitalistischen Normalität – bis er sie zerschneidet. Er spielt nicht mehr mit, wird zum Tier, das sein Revier verteidigt und geht im Kampf gegen einen unbesiegbaren Gegner schließlich mit größtmöglichem Pathos zum Äußersten: Er schmeißt eine Party. – Paco Gámez' Ein-Personen-Stück nimmt uns mit auf eine emotionale Fahrt durch die Vorhölle der kapitalistischen Verwertungslogik, beutelt seinen Protagonisten, feiert die radikale Verweigerung und entdeckt die Menschlichkeit im absurden, weil aussichtslosen Kampf gegen Windmühlen wieder. Ein Don Quijote im Häusermeer.

**PREMIERE** am 11.04.

# Alte Sorten

Ein Theaterstück nach dem Bestseller-Roman von EWALD ARENZ

Mit JULIANE BRAIG, BRITTA SCHEERER und ANDREAS PETRI

Bearbeitung: EDZARD SCHOPPMANN | Regie: DIETER NELLE | Ausstattung: GESINE MAHR

»Ich verlange nichts von dir, nichts. Ich weiß wie das ist, wenn man ... wenn sie immer etwas von einem wollen.« Liss

Die ziemlich zornige 17-jährige Sally ist aus einer Klinik für Essgestörte getürmt. Um nicht von der Polizei aufgegriffen und zu ihren Eltern gebracht zu werden, zieht sie ziellos durch die Weinberge. Liss, eine Bäuerin, spricht sie an. Ihr Hänger ist eingeklemmt ...

Aus dieser zufälligen Begegnung entwickelt sich zwischen den beiden ungleichen Frauen im Laufe der Zeit eine fragile Freundschaft. Zwei einsame Außenseiterinnen, die sich langsam aufeinander einlassen. Stück für Stück, als schäle er sorgfältig Obst, enthüllt der Autor Ewald Arenz die Lebensschicksale der beiden Protagonistinnen.



drumrum  
18. April  
19.15–19.45 Uhr

Die Rolle der Landwirtschaft  
in der Gesellschaft mit  
LUKAS DREYER, Reyerhof,  
Landwirt

WIEDERAUFNAHME ab 30.04.

# Der zerbrochne Krug

Von HEINRICH VON KLEIST

Mit SCHIRIN BRENDEL, PAULINA PAWLIK,<sup>1</sup>  
CAROLINE SESSLER, MARCUS CALVIN, IRFAN KARS,  
KARLHEINZ SCHMITT und CHRISTOPHER WITTKOPP

REGIE: DIETER NELLE

AUSSTATTUNG: MARCEL KELLER

<sup>1</sup> PAULINA PAWLIK übernimmt die Rolle der Eve.

Der Dorfrichter Adam wacht des Morgens mit einem dicken Schädel, einer unschönen Kopfverletzung und einem lädierten Fuß auf. Und es soll ein noch schlimmerer Tag werden, denn Marthe kommt und will einen Gerichtsprozess anzetteln, weil ihr ein schöner Krug demoliert wurde. Der Ruprecht soll es gewesen sein, der Verlobte ihrer Tochter Eve – oder war es ein Liebhaber, der Eve besucht hat?

Eve aber will nichts sagen – sie hat Angst. Außerdem erscheint auch noch der Gerichtsrat Walter, der die dörfliche Rechtsprechung kontrollieren soll. Schwierige Verhandlungen kommen da auf den Dorfrichter zu, der einiges zu verbergen hat und nicht nur wegen einer verlorenen Perücke ins Schwitzen kommt, nein – auch die drohende Aussage Eves lässt den Richter ziemlich aus dem Tritt kommen. Denn am Abend zuvor war er es, der dem Mädchen zudringlich auf die Pelle rückte.

Kleists Komödie ist ein Klassiker und seine scharfe Analyse von Amtsmissbrauch und sexueller Nötigung gegenwärtig wie nie!

»Das Forum Theater spielt das Stück  
textgetreu mit starken Darstellern.«  
Stuttgarter Zeitung

Über 30  
Schulkassen  
waren bereits zu Gast in  
»Der zerbrochne Krug«.  
Wir freuen uns  
auf weitere  
Anmeldungen.

Foto: Sabine Haymann



drumrum  
2. Mai | 19.15–19.45 Uhr

Gewalt und Sprache bei Kleist mit  
PROF. DR. TORSTEN HOFFMANN,  
Literaturwissenschaftler an der  
Universität Stuttgart und DIETER NELLE,  
Intendant des Forum Theater

GASTSPIEL ab 15.05.

# Der Kontrabass

Tragikomödie von PATRICK SÜSKIND  
Eine Produktion des Taeter Theaters Heidelberg

Mit BENJAMIN HILLE  
Regie: WOLFGANG GRACZOL

Ein liebenswert verschrobener Kontrabassist berichtet mit trockenem Witz und unter steigendem Biereinfluss von seinem Leben und Leiden als staatlich verbeamteter Musiker. Inbrünstig sehnt er sich nach Ruhm und Anerkennung, vor allem aber nach der Sopranistin Sarah, die stets hoch oben im Rampenlicht brilliert und doch kein Auge bzw. Ohr hat für ihren musikalischen Gegenpol tief unten im Orchestergraben. Es bleibt ihm nur die immer skurriler werdende Hassliebe zu seinem schaurigen Instrument.

Foto: Manfred Liedtke



»Als sei ihm das Stück auf den Leib geschrieben, schwitzt und schimpft, verzweifelt und greint er und verdient sich mit Hingabe den tosenden Schlussapplaus des bestens amüsierten Publikums.« Mannheimer Morgen

**Benjamin Hille**, Schauspieler und Regisseur aus Stuttgart, war Ensemblemitglied der Stadttheater in Heidelberg, Heilbronn und Kaiserslautern. Seit 2011 spielt er diesen vielleicht schönsten aller deutschsprachigen Monologe des weltbekannten Autors Patrick Süskind mit großem Erfolg auf vielen Bühnen.

# Herzstücke: Die Duineser Elegien

Von RAINER MARIA RILKE

Gesprochen von FREDERIK LEBERLE und BRITTA SCHEERER

Regie: DIETER NELLE

»Wer, wenn ich schrie, hörte mich denn aus der Engel Ordnungen?« – Mit diesen berühmten Worten beginnt Rilkes poetische Reise zwischen Himmel und Erde. Die Duineser Elegien gelten als Meisterwerk der deutschen Lyrik und sind zugleich schier unergründlich in ihrer Tiefe. Zwei neugierige Schauspieler\*innen wagen sich an das Unmögliche: eine performative Annäherung an Rilkes geheimnisvolle Verse. Frederik Leberle und Britta Scheerer führen Sie durch eine Welt, in der Engel umherwandeln, Liebende sich suchen und Akrobaten das Dazwischen aushalten. Eine poetische Entdeckungsreise für alle, die sich von der Macht der Sprache berühren lassen möchten.



Foto: Dieter Nelle

Zum ersten Mal im Forum Theater



FREDERIK LEBERLE

Matinee  
17. Mai 2026  
11 Uhr  
Eintritt 7/5 Euro

♥ Mit Herzstücke setzen wir eine lose Reihe von Veranstaltungen fort, in denen Schauspielerinnen und Schauspieler Herzensanliegen, Texte und Szenen realisieren, die ihnen wichtig sind.

LETZTE VORSTELLUNGEN ab 21.05.

## Achtsam morden

Krimikomödie nach dem Bestseller-Roman von KARSTEN DUSSE

SPIEGEL  
Bestseller

Bühnenbearbeitung von BERND SCHMIDT

Mit SCHIRIN BRENDEL, ANDREAS PETRI und STEFAN MAAß

Regie und Ausstattung: MARCEL KELLER

Es läuft nicht gut für Björn Diemel. Seine Frau und sein Kind sieht er kaum, sein Beruf ist ihm verhasst. Auf Geheiß seiner Ehefrau soll Strafverteidiger Björn Diemel, der sich in seinem beruflichen Alltag bis zur Selbstaufgabe um das Wohlbefinden der organisierten Kriminalität zu kümmern hat, an einem Achtsamkeitsseminar teilnehmen, um seine Work-Life-Balance besser in den Griff zu bekommen.

Und das tut er mit Erfolg. Sie müssen nichts verändern. – Sie müssen nichts erklären. – Sie müssen nichts bewerten: Das wird zu seiner Leitmaxime. Bei einem gemeinsamen Wochenende mit



Foto: Sabine Haymann

seiner Tochter im Wochenendhaus seines Hauptarbeitgebers, dem Mafia-Boss Dragan, geraten die Dinge aus den Fugen ...

WIEDERAUFNAHME ab 25.06.

## Achtsam morden durch bewusste Ernährung

Krimikomödie nach dem Bestseller-Roman von KARSTEN DUSSE

SPIEGEL  
Bestseller

Bühnenbearbeitung von BERND SCHMIDT

Mit SCHIRIN BRENDEL, ANDREAS PETRI und STEFAN MAAß

Regie und Ausstattung: MARCEL KELLER

»Wieder also ist Stefan Maaß Björn Diemel – und Schirin Brendel, Andreas Petri sind viele. Ihre fraprierende, zutiefst humorvolle Wandlungsfähigkeit machen das Stück, neben Stefan Maaß' Verkörperung der Hauptfigur und dem Bühnenbild, zu einem großen Vergnügen ... Brendel verkörpert schwungvoll



Foto: Sabine Haymann

die Ex-Frau des Anwalts, einen Komplizen, einen Entführer. Andreas Petri spielt den Guru, einen Komplizen und einen Entführer. Weitere Figuren kommen als Handpuppen hinzu. Die Schauspieler wechseln Temperamente und Perücken, stürzen von einer Szene in die nächste. Und wer sich wundert, dass bislang nicht achtsam gemordet wurde, der muss nur warten bis zuletzt. Dann spritzt das Blut, Schreie erfüllen die Luft, und Björn Diemel verabschiedet sich, mit reiner Weste, entspannt, entschlackt und voll positiver Energie.« StZ, 10.10.25

**EINMALIGE CHANCE!** Samstag, 27.06.

# Achtsam morden im Doppelpack\*

Erleben Sie die komplette Geschichte von Björn Diemel und Co. an einem Abend.

Wir zeigen beide Teile in einer exklusiven Sonderveranstaltung hintereinander.

## Achtsam morden

16.30 Uhr

**Eintritt Doppelpack**  
Vollzahler: 40 Euro / ermäßigt 34 Euro  
Schüler\*innen, Student\*innen: 12 Euro  
Hintere Plätze: 14 Euro

## Pause ca. 19 bis 20.15 Uhr

Falls Sie im Forum Café einen Tisch für die Pause reservieren möchten, dann bitte mit der Angabe »Doppelpack« unter Telefon 0711 440074985.

## Achtsam morden durch bewusste Ernährung

20.15 Uhr

\*Das »Doppelpack« bietet das volle Erlebnis. Einzelveranstaltungen sind – nur bei Verfügbarkeit – eine Woche vorher separat buchbar.

## GASTSPIEL ab 16.07.

Accademia Teatro Dimitri

# VaRRRiété Ein Abenteuer auf hoher See

Mit Studierenden der Accademia Dimitri

Regie: **NANCY FÜRST**

Choreographie: **RAUL VARGAS TORRES**

Die Segel sind gesetzt – das Abenteuer beginnt. Mit VaRRRiété – Abenteuer auf hoher See präsentiert die Accademia Teatro Dimitri eine wilde, poetische und überraschende Reise über die Ozeane. Elf Studierende stürmen als furchtlose Pirat\*innen die Bühne und verwandeln sie in ein schwankendes Deck voller Energie, Fantasie und überschäumender Spielfreude. Es entfaltet sich ein Variété-Spektakel, das Tanz, Akrobatik,

Clownerie und Theaterkunst miteinander verbindet. Die Pirat\*innen kämpfen gegen Wind und Wellen, geraten in absurde Situationen, verlieren und finden sich wieder – verrückt, geheimnisvoll, mutig und herrlich tollpatschig. Jede Szene ist ein Spiel mit Risiko, Rhythmus und Humor, jedes Bild eine Einladung zum Staunen. Zwischen Sturm und Stille, Ausgelassenheit und Poesie entsteht ein sinnliches Erlebnis, das Herz und Sinne gleichermaßen anspricht.



Foto: Artur Strupka

## PREMIERE am 24.07.

JugendTheater

In Kooperation mit dem Forum 3

# Nie genug! Schöner. Schneller. Reicher. Erfolgreicher. Und trotzdem: nie genug.

»Nie genug« ist ein selbst entwickeltes Jugendtheaterstück über Leistungsdruck, Selbstoptimierung und die Suche nach Sinn. Über eine Generation, die sich im Dschungel der Möglichkeiten verloren fühlt – und den Mut hat zu fragen: Ist das wirklich alles? Arbeiten, um genug Geld zu haben, Dinge zu konsumieren, von denen wir viele nicht wirklich brauchen. Wollen wir unsere Lebenszeit dafür investieren oder gibt es da mehr ...

Mit eindringlichen Szenen, chorischen Momenten, Gesang, Musik und tänzerischen Elementen bringen engagierte junge



Foto: Forum 3

Menschen ihre Gedanken, Zweifel und Visionen auf die Bühne. Persönlich. Politisch. Poetisch. Ein Abend, der nicht nur zuschaut – sondern herausfordert. Und vielleicht eine neue Frage stellt: Was wäre genug?

**10 Euro Vollzahlerticket**  
**6 Euro Ermäßigtes Ticket\***  
**4 Euro Ticket für Schüler\*innen**

# Wochenendkurse

Schauspiel ■ Tanz ■ Lebenskunst ■ Sport ■ Kunsthandwerk ■ Musik ■ Bildende Kunst

Foto: Gianpaolo Becherini



## Kunsthandwerk

### Drehtöpfen

24./25./26. April /  
11. Mai  
Mit **MILENA DITJO**  
Kurs-Nr. 262W104

26./27./28. Juni  
6. Juli  
Mit **CHRISTIANE STEINER**  
Kurs-Nr. 262W111

jeweils  
freitags 18–21 Uhr  
samstags 14–18 Uhr  
sonntags 11–15 Uhr  
montags 18–20 Uhr  
od. 18.30–20.30 Uhr

Kosten:  
normal € 145/erm. 95  
Förderpreis 180  
zzgl. Material  
(je nach Verbrauch)



Christiane Steiner

Wie aus einem unförmigen Tonklumpen allmählich ein Gefäß emporwächst, ein weicher Stoff zur festen Schale wird, Innenraum bildet, Funktion und Ästhetik verbindet: das ist die Faszination dieser uralten Handwerkskunst, deren grundlegende Techniken und Kenntnisse in diesem Kurs en bloc vermittelt werden. Dabei entstehen einfache Gefäße und andere Objekte, die wir im Folgenden abdrehen und dann bemalen oder beritzen.

Und nachdem unsere Werkstücke gebrannt wurden, tragen wir abschließend an einem späteren Montag die Glasur auf.

Wichtige Informationen zum Anmeldeverfahren und zu Platzvergabe sowie aktuellem Anmeldestand des Kurses findet Ihr auf unserer Website!



Milena Ditjo

## Kunsthandwerk

### Origami

Sa. 18. April  
14–18 Uhr



Mit **KRISTINA MÜLLER**,  
Bühnen- und Kostüm-  
bildnerin sowie  
Grafikdesignerin

Kosten:  
normal 45/erm. 30  
Förderpreis € 55  
zzgl. € 10  
für Material  
Kurs-Nr. 262W101

KRISTINA MÜLLER  
studierte Bühnen- und  
Kostümbild am Mozar-  
teum in Salzburg, Kunst-  
geschichte in München  
und Paris sowie Grafik-  
design in Toulouse. Heute  
arbeitet sie als Designerin  
mit Grafik und Papier.

Aus dem denkbar einfachsten Mittel, einem schlichten Blatt Papier, zauberhafte Gebilde von fragiler Anmut hervorzubringen, das ist Origami, die japanische Kunst des Papierfaltens (von »oru« = »falten« und »kami« = »Papier«). Schönheit und Sinnlichkeit verbinden sich dabei mit Präzision und Purismus.

Origami fördert unsere Fingerfertigkeit, unsere Fähigkeit zur Konzentration und motiviert zu spielerischem Ehrgeiz. Aber zugleich ist diese Kunst eine meditative Tätigkeit, die uns zur Ruhe bringt, entspannt und still beglückt. Wir kommen an im Hier und Jetzt. Im Augenblick. Im Angesicht des Schönen.

In den letzten Kursen ging es um Lichterketten, Girlanden, Schachteln & Verpackungen sowie Umschläge & Grußkarten. Dieses Mal stellen wir wieder **Blumenkreationen** her – allerdings andere als beim letzten Mal, so dass es auch für Ehemalige wieder spannend wird.

Wie immer stellen diese Kreationen eine bezaubernde Dekoration dar und eignen sich auch als exquisite Geschenke.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, auch die Teilnahme an einem der vorangegangenen Kurse ist keine Voraussetzung.

Wer nach dem Kurs gar nicht mehr aufhören mag, kann mit Hilfe von Kristina Müllers Origami-Büchern dran bleiben: *Fold & Relax* sowie *Fold & Bloom*. Beide können – auf Wunsch handsigniert – im Kurs erworben werden.



10  
Wochenendkurse

NEU

## Tanz

### Tanz trifft Improvisation

Sa. 18. April  
15–18 Uhr  
So. 19. April  
11–16 Uhr



Mit **ANDREA KREISEL**,  
Tänzerin und  
Tanzpädagogin

Kosten:  
normal € 85/erm. 55  
Förderpreis 105  
Kurs-Nr. 262W103

Was passiert, wenn wir bestimmte Bilder von Tanz ablegen und uns voll und ganz auf das Hier und Jetzt einlassen? Wohin führt uns heute das Knie? Wie viel kann mein Rücken wahrnehmen? Was entsteht, wenn wir zusammen etwas aus dem Nichts entstehen lassen? Durch konkrete Übungen (Körperteile, Spannungszustände, Raumkonstellationen etc.) lernt Ihr, den eigenen Bewegungshorizont zu erweitern und tänzerisch zu improvisieren - und dabei werdet Ihr vor allem von Euch selbst überrascht werden!  
Der Kurs richtet sich an Erwachsene jeden Alters.  
Tänzerische Vorerfahrungen sind nicht nötig.

## Wochenendkurse

Verantwortlich: Simone Weise  
und Lydia Roknic  
Telefon 0711 4400749-77  
Di. bis Fr. 18–20 Uhr  
kursbuero@forum3.de

## Bitte beachten

In den angegebenen Kurszeiten  
sind **Pausen** enthalten, die zu  
Kursbeginn bekannt gegeben  
werden.

## Kosten & Anmeldung

Alle wichtigen Informationen  
dazu findet Ihr auf Seite 30  
sowie online unter  
[www.forum3.de/anmeldung](http://www.forum3.de/anmeldung)

## Geschenk-Idee gesucht?

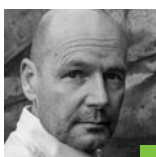
Wie wär's mit einem Gutschein  
für einen Kurs bei uns?  
Bei Interesse bitte Kontakt zu uns  
aufnehmen (s. links). Gutschein  
kann auch zugeschickt werden!



## Musik

NEU

Sa. 18. April  
14–19 Uhr  
So. 19. April  
14–18 Uhr



Mit **Udo RAU**  
Schauspieler,  
Sprecher (SWR, ARTE)  
und Dozent

Kosten:  
normal € 95/erm. 65  
Förderpreis 120  
Kurs-Nr. 262W102

## Die (un)geliebte Stimme Selbstvertrauen und öffentliches Sprechen

Wer in Schule, Studium und Beruf viel  
sprechen muss, ist darauf angewiesen,  
dass die eigene Stimme »funktioniert«. Aber was ist, wenn sie versagt, wenn es  
darauf ankommt, oder wenn man sie  
eigentlich nicht mag? Ist das Verhältnis  
zur eigenen Stimme erst einmal gestört,  
wird es sehr schwer, souverän und über-  
zeugend zu wirken.

Dieses Problem kann durch gezieltes Trai-  
ning überwunden werden. Ausgehend  
von der Diagnose Eurer individuellen  
Sprechgewohnheiten werden Euch hier  
alltagstaugliche Tipps und Übungen an  
die Hand gegeben, mit denen Ihr Euch  
selber helfen könnt: Vom Lippen- und  
Kiefertraining über entspannende Atem-  
übungen sowie die ganzkörperliche  
Vergrößerung des Stimmklangs und  
Verbesserung der Resonanz bis hin zur  
Arbeit am ganz persönlichen Auftritt.

## Tanz

Sa. 9. Mai  
14–18 Uhr  
So. 10. Mai  
11–15 Uhr

Kosten:  
normal € 75/erm. 50  
Förderpreis 95  
Kurs-Nr. 262W107

Sa. 4. Juli  
14–18 Uhr

Kosten:  
normal 45/erm. 30  
Förderpreis € 55  
Kurs-Nr. 262W112

Mit **ROSWITHA RIEHN**  
und **ZENO PENSKY**



## Lindy Hop

Kann man Swing tanzen, ohne zu lächeln?  
Wahrscheinlich nicht. Der authentische  
Swing-Paartanz der späten 20er- bis  
40er-Jahre, bekannt als Lindy Hop, ist  
ausgelassen, fröhlich und verspielt.  
Durch die wechselnden Tempi, die mal  
offene, mal geschlossene Tanzhaltung  
und den regelmäßigen Partnerwechsel  
wird jeder Tanz zu einem eigenen Erleb-  
nis und öffnet Raum für Kreativität. Und  
durch seine afroamerikanischen Wurzeln  
hat er einen mitreißenden Groove, der  
in den ganzen Körper übergeht.

In dem Kurs am 9./10. Mai lernt Ihr Basics  
kennen und bekommt Anregungen für  
die Improvisation. Anfänger sind also  
herzlich willkommen.

Für den Kurs am 4. Juli solltet Ihr bereits  
etwas vertraut sein mit Lindy Hop, auch  
wenn es schon länger her ist. Denn hier  
geht es darum, Erlerntes wieder auf-  
zufrischen, die Verbindung zum Partner  
(oder zur Partnerin) zu vertiefen, die  
Technik des Führens und Folgens zu ver-  
feinern und neue Moves kennenzulernen.

## Lebenskunst

Sa. 9. Mai  
Sa. 13. Juni  
Sa. 18. Juli



Mit **SUSANNE HEIGL**  
Schauspielerin,  
Theaterpädagogin,  
Universitätsdozentin  
und Systemische  
Beraterin (SG)

## Kommunikations- Werkstatt

NEU

Es gibt heutzutage jede Menge Debatten.  
Doch es gibt kaum noch Dialoge.  
Ein Dialog zeichnet sich dadurch aus,  
dass Ihr anders aus einem Gespräch  
herauskommt, als Ihr hineingegangen  
seid. Dafür bedarf es der Offenheit für  
das Gegenüber und der Bereitschaft,  
den eigenen Standpunkt zu verändern,  
um zu einer gemeinsamen Lösung zu  
kommen. Doch was, wenn Euer Gegen-  
über sich einem Dialog verweigert und  
das Muster von Angriff und Verteidi-  
gung durchsetzen will, das für Debatten  
typisch ist? Dann könnt Ihr Euch durch

Kosten  
(für drei Termine):  
normal 150/erm. 100  
Förderpreis € 190  
Kurs-Nr. 262W109

die richtige innere Haltung sowie durch  
die geeignete Körpersprache behaupten,  
ohne dass die Situation eskaliert. Auch  
dazu werden wir Übungen machen.  
Eine ausführlichere Beschreibung fin-  
det Ihr auf unserer Website.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.  
Für die Teilnahme am Rhetorik-Kolleg  
zuvor gibt's einen Preisnachlass von  
insg. € 30 / erm. 20.



## Oberton-Studio

Sa. 25. April  
Sa. 9. Mai  
Sa. 6. Juni  
Sa. 18. Juli

jeweils 15–18 Uhr



Mit **TIMBER HEMPRICH**  
Komponist, Musiker  
und ausgebildeter  
Chorleiter (DCV)

Du hast bereits erste Erfahrungen mit Oberton-Gesang in einem entsprechenden Kurs gemacht und möchtest gern dranbleiben? Dann ist diese Übungsgruppe für (leicht) Fortgeschrittene der ideale Rahmen, um Deine Fähigkeiten regelmäßig aufzufrischen und zu vertiefen!

An mehreren intensiven Samstagnachmittagen – jeweils einmal im Monat – werden wir uns sowohl mit spezifischen Übungen zur Verfeinerung unserer Gesangstechnik beschäftigen, als auch kreativ experimentieren.

Kosten je Termin:  
normal € 35/erm. 25  
Förderpreis 45

**Vergünstigt** zu  
€ 30/erm. 20  
bei Anmeldung zu  
mind. drei Terminen  
insg. € 90/erm. 60  
**Kurs-Nr. 262W108**



Nutze diese Gelegenheit, um Dich in der faszinierenden Klangwelt der Obertöne noch freier und souveräner zu bewegen!

## being in a moving body

**Body-Mind Centering®: Muskeln und Faszien – Kraft, Fluss und Verbindung von Innen**

Sa. 20. Juni  
14–18 Uhr  
So. 21. Juni  
11–15 Uhr



Mit **VESNA HETZEL**

Kosten:  
normal 90 / erm. 60  
Schüler\*innen 45  
Förderpreis € 110

**Kurs-Nr. 262W110**

VESNA HETZEL ist  
Künstlerin, Kunst-  
vermittlerin und  
Somatic Movement  
Educator nach  
Body-Mind Centering®.

In diesem Kurs tauchen wir ein in unsere Körper. In Tanz und in Bewegung, durch Berührung, Austausch und mit konkreten anatomischen Informationen erleben wir uns von der kleinsten zellulären Bewegung bis hin zur Bewegung im ganzen Raum. Die Prinzipien und Herangehensweisen von Body-Mind Centering® ermöglichen es uns, anatomische Strukturen unseres Körpers zu erfahren und in tiefes, feines Erleben von inneren und äußeren Zusammenhängen zu kommen.

Der Fokus liegt an diesem Wochenende auf den Muskeln und Faszien. Wir werden verschiedene Möglichkeiten erforschen, der inneren Lebendigkeit dieser Gewebe zu begegnen, und aus ihr Kraft, Fluss und Verbindung zu schöpfen. Es gibt Raum, unser Bewegungspotential zu erweitern und zu differenzieren, das eigene Sein zu spüren, sich auszudrücken und damit den Körper neu zu erleben. Es entsteht Wachheit und Präsenz im Körper und vor allem viel, viel Freude im Tanz!  
Keinerlei Vorkenntnisse nötig!



## Zeitgenössischer Tanz

**Improvisation & Performance**

Sa. 4. Juli  
14–18 Uhr  
So. 5. Juli  
11–15 Uhr



Mit **PETRA STRANSKY**  
Tänzerin, Choreografin,  
Tanz- und  
Musikpädagogin

Kosten:  
normal 95/erm. 65  
Förderpreis € 120  
**Kurs-Nr. 262W113**

Was ist Dein individueller Tanzausdruck? Schon beim Aufwärmen lernst Du verschiedene Formen der Körperarbeit und zeitgenössische Tanztechniken kennen. Danach beschäftigen wir uns mit Improvisationsstrukturen, entdecken den Spaß am spielerischen Erforschen und Experimentieren, allein und in der Gruppe.

Wir verfeinern die Wahrnehmung unseres eigenen Körpers, erleben ihn im Verhältnis zum Raum, setzen unsere Energie variabel ein, interagieren mit anderen, erweitern unsere Ausdrucksmöglichkeiten und erfahren die Kreativität des Augenblicks. Das alles fließt ein in Bewegungssequenzen und choreografische Elemente, in Deine tänzerische »Echtzeitkomposition«, geboren aus dem Ich-Hier-Jetzt!

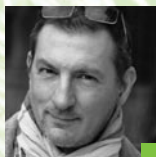
Keine Vorkenntnisse erforderlich.



Foto: Frank Post

## Korbflechten

Fr. 10. Juli  
18–21 Uhr  
Sa. 11. Juli  
14–18 Uhr  
So. 12. Juli  
11–15 Uhr



Mit **NICOLAUS OESTERREICH**  
Korbmacher, Imker  
und Forstwirt

Kosten:  
normal € 125 / erm. 85  
Förderpreis 155  
zzgl. € 25  
für Material  
Kurs-Nr. **262W114**

Korbwaren sind schön, aber inzwischen schwer zu finden und recht kostspielig. Selbermachen ist die Lösung! Dieses vielseitige Kunsthandwerk könnt Ihr hier in verschiedenen Facetten kennenlernen und Euch mit Hilfe einer vom Kursleiter in langjähriger Unterrichtserfahrung entwickelten Methode die Grundlagen der sogenannten Schanzentechnik leicht aneignen. Nebenbei erfahrt Ihr Wissenswertes zu den gebräuchlichen Naturmaterialien wie Weide, Bast etc. und erhaltet interessante Einblicke rund um das Flechthandwerk und seine jahrtausendealte Geschichte. Und das in einem angenehm klimatisierten Raum ...

Übrigens genügt bereits dieser eine Kurs, um Korbflechten im Rahmen der eigenen beruflichen Tätigkeit einsetzen zu können.

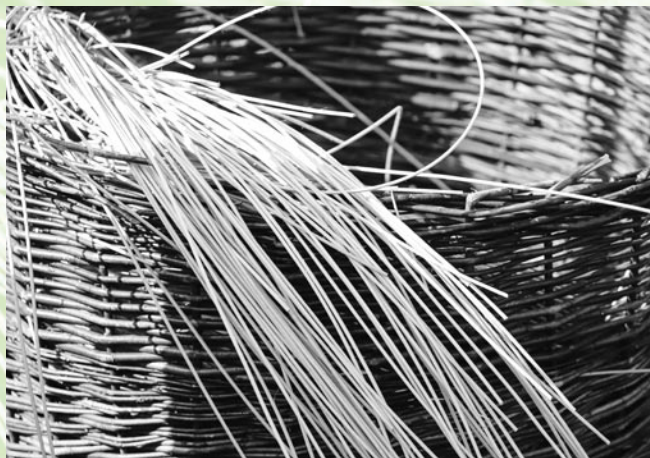


Foto: Manfred Richter/Pixabay

## Näh-Atelier

Sa. 25. April  
14–21 Uhr  
Kurs-Nr. **262W105**

So. 26. April  
11–18 Uhr  
Kurs-Nr. **262W106**

Sa. 18. Juli  
14–21 Uhr  
Kurs-Nr. **262W115**

So. 19. Juli  
11–18 Uhr  
Kurs-Nr. **262W116**



Mit **ANTJE HOFFMANN**  
Damenschneiderin  
und Modedesignerin

Sieben Stunden am Stück ungestört kreativ sein, mit sachkundiger Unterstützung durch eine erfahrene Kursleiterin und am Samstag versüßt durch die Angebote unseres Cafés – das kann schon süchtig machen! Deshalb bieten wir Euch gleich vier verschiedene Termine an, um in die Welt der schönen Stoffe und pfiffigen Ideen abzutauchen.

Egal, ob Ihr vorhandene Kleidungsstücke ausbessern, aufhübschen, anpassen oder umarbeiten, endlich Omas alte Spitzendecke verwerten oder Euch ein brandneues Unikat auf den Leib schneiden wollt: Hier werden Eure stillen Fragezeichen in einzigartige Kleider, Taschen, Heimtextilien oder Accessoires verwandelt.

Und das in einem angenehm klimatisierten Raum ...

Kosten je Kurs:  
Förderpreis € 95  
normal 75 / erm. 50  
zzgl. bei Bedarf  
€ 7,50 für eine  
Nähmaschine

Vergünstigter  
Gesamtpreis für  
ein Wochenende:  
Förderpreis € 170  
normal 135 / erm. 90  
zzgl. bei Bedarf  
€ 15 für eine  
Nähmaschine

Ihr könnt Euch für jeden der Samstage oder Sonntage einzeln entscheiden – oder gleich für einen Nähmarathon an einem ganzen Wochenende (dafür gibt's einen Preisnachlass von 15 €/erm. 10 €)

Durch die individuelle Betreuung in einer kleinen Gruppe für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

Was Ihr selbst mitbringen müsst, erfahrt Ihr nach der Anmeldung, der Rest wird gestellt. Und gute Laune gibt's gratis dazu.



# Regelmäßige Kurse

Schauspiel ■ Tanz ■ Kunsthandwerk ■ Sport ■ Gesundheit ■ Musik ■ Mensch & Welt

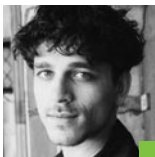


Schauspiel

## JugendTheater

In Kooperation mit dem Forum Theater

Mittwochs,  
17.30–20 Uhr



Mit **SUSANNE HEIGL**  
und **WAHID AL BARZAWI**

Das erste Treffen  
findet am Mittwoch,  
15. April statt.

Kosten monatlich:  
€ 40  
oder nach Absprache  
**Kurs-Nr. 262R151**

Anmeldung im  
Kursbüro

Wir haben eine Theatergruppe für junge Menschen ab 14 Jahren.

Wer Lust hat, Theater zu spielen und dabei sich selbst und andere besser kennenzulernen, ist herzlich willkommen. Rasch werdet ihr durch das Theater-spielen erkennen, wie viele neue Facetten ihr bei euch entdecken könnt und welche Potenziale in euch schlummern! Ihr lernt gemeinsam ein Repertoire an Schauspielmethoden und verschiedenen Ausdrucksmethoden des Theaters kennen. Wir improvisieren, entwickeln kleine Szenen und untersuchen, wie man die Gefühlswelt von Figuren choreographisch/tänzerisch umsetzen und Texte künstlerisch in Szene setzen kann. Motivation, Verbindlichkeit und Freude solltet du mitbringen. Am 24., 25. und 26. Juli werden wir unser neues Stück »nie genug!« im Forum Theater präsentieren (mehr dazu auf Seite 9) Es wartet eine kreative, spannende und Spaß machende Arbeit auf Dich!

Sport

## Capoeira

Dienstags,  
18–19 Uhr



Mit **HEIKE RAATZ**

Ab 28.04. /  
9 Abende

Kosten:  
Schüler\*innen € 36  
normal 81/erm. 54  
Förderpreis 117  
**Kurs-Nr. 262R152**

Capoeira verbindet so Gegensätzliches wie Kampf und Tanz, Gewalt und Ästhetik, ausgelassenes Spiel und tödlichen Ernst, Ritual und Spontaneität, choreographische Strenge und freie Improvisation. Vor 300 Jahren von afrikanischen Sklaven in Brasilien entwickelt, diente Capoeira ursprünglich zur Selbstverteidigung und wird heute weltweit als Sport betrieben. Das für Capoeira charakteristische Zusammenspiel von Tanz, Musik und Gesang fördert die Wachheit im Augenblick, vermittelt Freude am gemeinsamen Tun, setzt kreative Energien frei, stärkt Selbstvertrauen und Verantwortungsgefühl. Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene.

Schauspiel

## Schauspielimprovisation

Montags,  
20–22 Uhr



Mit **LENA-MARIE SEYFARTH**

Ab 08.06. / 6 Abende

Kosten:  
Schüler\*innen 48  
normal 108/erm. 78  
Förderpreis € 144  
**Kurs-Nr. 262R153**

In diesem Kurs werden wir Geschichten und Szenen improvisieren und uns auf die Suche machen nach dem, was die Lust an der Schauspielerei ausmacht: das Leben ungeschminkt und in all seinen Facetten zu spielen. Die Improvisation basiert auf einem klaren Regelwerk, an das wir uns auch halten wollen: Angebote des Partners/der Partnerin annehmen, nicht originell sein wollen, nicht reden, reden, reden, nicht, wenn es spannend zu werden beginnt, das Thema wechseln, nicht vorausplanen. Vorkenntnisse braucht Ihr keine. Lust und Spaß am Ausprobieren solltet Ihr mitbringen!

Bewegungskunst

## Yoga

NEU

Mittwochs,  
19–20 Uhr



Mit **MEIKE OLSZAK**

Ab 29.04. / 6 Abende

Kosten:  
Schüler\*innen 24  
normal 60/erm. 36  
Förderpreis € 90  
**Kurs-Nr. 262R154**

Wir praktizieren 60 Minuten Vinyasa Yoga. Das bedeutet: Bewegung im Einklang mit dem Atem – ein meditativer Fluss, der Körper und Geist verbindet. Atemübungen, Dehnungen aber auch kraftvolle Haltungen sind Teil der Praxis. Neben dem Fokus auf die körperliche Bewegung fließt auch die Philosophie des Yoga in meinen Unterricht ein – manchmal greifbar, manchmal leise zwischen den Zeilen. Jede Stunde ist eine Einladung, dich selbst zu spüren, dich herauszufordern, aber auch anzunehmen, was gerade da ist – präsent zu sein im Körper, im Moment und im eigenen Sein. – Egal, ob du schon Yoga-Erfahrung mitbringst oder das erste Mal Yoga praktizierst - du bist herzlich willkommen! Ich arbeite mit Variationen, so, dass für jede\*n etwas dabei ist!



**Regelmäßige Kurse**  
 Verantwortlich: Markus Fricke  
 Telefon 0711 4400749-77  
 Mo. bis Fr. 18–20 Uhr  
 kursbuero@forum3.de

**Kosten & Anmeldung**  
 Alle wichtigen Informationen  
 dazu findet Ihr auf Seite 30  
 sowie online unter  
 www.forum3.de/anmeldung

**Geschenk-Idee gesucht?**  
 Wie wär's mit einem Gutschein  
 für einen Kurs bei uns?  
 Bei Interesse bitte Kontakt zu uns  
 aufnehmen (s. links). Gutschein  
 kann auch zugeschickt werden!

www.forum3.de



Tanz

## West Coast Swing

Donnerstags,  
 18–19 Uhr  
 Anfänger\*innen  
 Ab 23.04. / 8 Abende  
 Kurs-Nr. 262R155

Donnerstags,  
 19–20 Uhr  
 Mittelstufe 1  
 Ab 23.04. / 8 Abende  
 Kurs-Nr. 262R156

Donnerstags,  
 20–21 Uhr  
 Mittelstufe 2  
 Ab 23.04. / 8 Abende  
 Kurs-Nr. 262R157

Donnerstags,  
 21–22 Uhr  
 Fortgeschrittene  
 Ab 23.04. / 8 Abende  
 Kurs-Nr. 262R158



Mit YUK-FAN YEN

Kosten je Kurs:  
 Schüler\*innen € 32  
 normal 72 / erm. 48  
 Förderpreis 104

Ein Tanz, mit welchem es sich auf fast alles, was im Radio läuft, tanzen lässt? Du hast ihn gefunden! Die Musikvielfalt, die dieser Tanz abdeckt, ist unglaublich: gleich ob Pop, Rock, RnB, Hip Hop, Swing oder Blues – mit West Coast Swing bist Du bestens gerüstet! West Coast Swing ist ein Paartanz aus der Swing-Familie und hat seine Ursprünge in Nordamerika. In Kalifornien ist West Coast Swing sogar der offizielle Staatstanz. Wir bitten um Paaranmeldungen – Einzelanmeldungen sind möglich. Bitte nicht mit Straßenschuhen tanzen, also Schuhe zum Wechseln mitbringen.



Musik

## Djembe-Trommeln

Montags,  
 18–19.30 Uhr



Mit DAOUDA BAYERE

Ab 27.04. / 8 Abende

Kosten:  
 Schüler\*innen € 48  
 normal 104/erm. 72  
 Förderpreis 136  
 zzgl. € 12 für das  
 Leihen einer Trommel  
 Kurs-Nr. 262R159

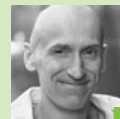
Trommeln kann Dialog oder Selbstgespräch sein. Unmittelbar. In Rhythmen, die die Lebenskräfte mobilisieren, steigern, abdämpfen, gestalten. Lebensfreude – Lebensernst finden ihren Ausdruck. Lerne den Rhythmus als Grundkraft der Musik kennen und entdecke deine eigene Kreativität. Instrument kann geliehen werden.

Diejenigen, die eine eigene Trommel bauen (lassen) wollen, können das mit Daouda Bayere tun. Teilnahme am Kurs ist dafür keine Voraussetzung. Termin nach Absprache.

Tanz

## Fusion Social Dance

- Workshop:  
 Dienstags,  
 19.45–20.30 Uhr
- Social: Dienstags,  
 20.30–23 Uhr



Mit ROSWITHA RIEHN,  
 NATHAN ROBINSON  
 und MARTIN GÜTH

- 6 Termine:  
 14.04. / 28.04. /  
 12.05. / 09.06. /  
 23.06. / 07.07.

Kosten je Abend:  
 Workshop € 4  
 Social € 8

Zu zweit tanzen ohne Figuren, ohne Grundschritt und ohne festgelegte Haltung - geht das? Und ob!

Im Fusion finden wir mit unserem Gegenüber eine gemeinsame Tanzsprache, unabhängig von Tanzhintergrund, Geschlecht, Alter, Größe, Fähigkeit und Tanzrolle. – Alles hängt von der Verbindung im Moment ab und der Begegnung in der Bewegung.

Der Workshop ist sowohl für Neueinsteiger\*innen als auch passionierte Tänzer\*innen geeignet.

Beim Social führen dich verschiedene DJs durch den Abend.

Workshop und Social sind auch einzeln besuchbar.

**LUST AUF  
 MEHR FUSION?**

Fusion Social Dance  
 Samstags  
 23. Mai / 18. Juli  
 Seite 19

**EINFACH  
 VORBEI-  
 KOMMEN!**  
 Ohne  
 Anmeldung

15  
 Regelmäßige Kurse

Bildende Kunst

## Zeichnen

Mittwochs, 19–21 Uhr



Mit STEPHAN KÖPERL,  
 freischaffender  
 Künstler und Dozent

Ab 29.04. / 7 Abende

Kosten:  
 Schüler\*innen € 56  
 normal 126/erm. 91  
 Förderpreis 168  
 zzgl. für Material  
 und Modell euro 15  
 Kurs-Nr. 262R160

Eine Reise durch die Möglichkeiten der erfüllenden Fertigkeit des Zeichnens. Meist zusammen am großen Tisch aber auch vor unserem Kopf- und Aktmodell probieren wir die unterschiedlichsten Darstellungsmöglichkeiten aus. Dabei werden zeichnerische Grundlagen und Gesetzmäßigkeiten vermittelt sowie Beispiele aus der Kunstgeschichte gezeigt. Der Kurs ist für Anfänger wie Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Bleistifte (HB,B,2B), Spitzer und Radierer bitte mitbringen.

## Gitarrenunterricht

Dienstags,  
18.30–19.45 Uhr  
Anfänger\*innen  
Ab 28.04. / 8 Abende  
Kurs-Nr. 262R161

Dienstags, 20–21.15 Uhr  
Mittelstufe  
Ab 28.04. / 8 Abende  
Kurs-Nr. 262R162



Mit **EMANUEL  
CUADROS DE BEJAR**

Kosten je Kurs:  
Schüler\*innen € 40  
normal 88/erm. 64  
Förderpreis 120

Donnerstags,  
20–21.30 Uhr  
Fortgeschrittene



Mit **STEFAN LEHMANN**

Ab 11.06. / 6 Abende  
Kosten:  
Schüler\*innen € 36  
normal 72/erm. 54  
Förderpreis 102  
Kurs-Nr. 262R163

Bildende Kunst

Dienstags,  
18.30–20.30 Uhr



Mit **JASCHA GERHARDT**

Ab 12.05. / 6 Abende  
Kosten:  
Schüler\*innen € 48  
normal 108/erm. 78  
Förderpreis 144  
zzgl. für Material  
und Modelle euro 20  
Kurs-Nr. 262R164

In lockerer Gruppenatmosphäre lernt Ihr alle Grundlagen des Gitarrenspiels und der Musik. Harmonie, Rhythmik, Technik, Stilistik und Freude an der Kreativität sind die Themen dieser Kurse.

Voraussetzung: eigene Gitarre.

Für den **Mittelstufen-Kurs** außerdem: Kenntnis einfacher Begleitakkorde (C, G, D, A, E, Am, Em) und einfacher Schlagtechniken der rechten Hand.

Für den **Fortgeschrittenen-Kurs** solltet Ihr außerdem Kenntnis gebräuchlicher Barree-Akkorde (F, Hm), einfacher Zupftechniken der rechten Hand haben sowie über Erfahrung in Liedbegleitung und Tabulaturlesen verfügen.



## Aktzeichnen

Der menschliche Körper ist eines der komplexesten, aber auch faszinierendsten Themen in der Zeichenkunst. In diesem praktisch orientierten Kurs wird vom lebenden Modell gezeichnet. Die Teilnehmer\*innen erlernen dabei Grundlagen, wie der menschliche Körper abgebildet werden kann und können dabei frei mit verschiedenen Materialien explorieren. In der ersten Unterrichtseinheit werden theoretische Grundlagen vermittelt. An den darauffolgenden Terminen wird anhand verschiedener Modelle gezeichnet, in wechselnden Posen von unterschiedlicher Dauer. Der Kursleiter gibt dabei Hilfestellung, Feedback und Anregungen. Bleistifte (HB, B, 2B, 4B), Radiergummi und Spitzer bitte mitbringen

## Urban Sketching

Donnerstags,  
18.30–20.30 Uhr



Mit **JASCHA GERHARDT**

Ab 07.05. / 6 Abende

Kosten:  
Schüler\*innen 48  
normal 108/erm. 78  
Förderpreis € 144  
Kurs-Nr. 262R165

Das Zeichnen in der Öffentlichkeit ist eine ganz besondere Art des künstlerischen Ausdrucks. Egal ob im Café, im Park oder in der U-Bahn – in diesem Kurs geht es darum, alltägliche Momente, Emotionen und Szenerien in ausdrucksstarken Zeichnungen festzuhalten.

Wir beginnen mit einer Einführung zu theoretischen Grundlagen, wie Perspektive und Komposition. Aus dem Atelier wagen wir uns dann raus in die Welt, um zu zeichnen! Was genau? Was immer uns inspiriert! Beim Urban Sketching ist vieles unberechenbar und spontan und das macht es so spannend.

Dieser Kurs möchte theoretisches Wissen vermitteln und ebenso Selbstbewusstsein aufbauen, um mit Freude an öffentlichen Orten zu zeichnen. Der Kursleiter gibt Feedback, Hilfestellungen und Anregungen.

Bitte mitbringen: Skizzenbuch und bevorzugte Stifte



## Freies Malen & Struktur

Montags,  
18–20 Uhr



Mit **GERTRUD  
SCHNEIDER**

Ab 27.04. / 6 Abende

Kosten:  
Schüler\*innen € 48  
normal 108/erm. 78  
Förderpreis 144  
zzgl. 20 Euro für  
Material  
Kurs-Nr. 262R166

In diesem Kurs dreht sich alles um das Thema Struktur und Acrylfarben, als Lasur oder in pastoser Form. Steinmehle, Asche, Sand und andere Strukturmittel dienen als kompositorische Grundlage. Die Teilnehmer\*innen erhalten eine Einführung in die Technik und das Arbeiten mit Strukturen. – Zusammen entdecken wir, durch Überlagerung mehrerer Farbflächen und das Einarbeiten unterschiedlicher Strukturen, die vielfältigen Möglichkeiten dieser Techniken, die ein Bild formen und lebendige Tiefen, Spannung und Vielfalt erzeugen. Während des Malprozesses entwickeln wir freie Kompositionen, entdecken neue Wege und finden durch individuelles Gestalten unsere eigene künstlerische Ausdruckskraft.

Dich erwartet eine Entdeckungsreise in die spannende Welt der Farben, Strukturen und der abstrakten Malerei. Das Angebot richtet sich an alle, die Freude am Gestalten und Experimentieren haben. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

## ■ Stricken für Anfänger

Mit **MAREN THOMÄ**

Mittwochs,  
18–19.30 Uhr  
Ab 10.06. / 3 Abende

Kosten:  
Schüler\*innen € 18  
normal 39/erm. 24  
Förderpreis 54  
Kurs-Nr. 262R167



Entdecke die Welt des Strickens, erlerne die grundlegenden Stricktechniken und gewinne Sicherheit bei der Arbeit mit den beiden Nadeln. Hier lernst Du an drei Abenden das Wichtigste und kannst hinterher z. B. einen Schal stricken.

**Inhalte:** Materialkunde, Werkzeuge, Maschen anschlagen, Maschen abketten, rechte und linke Maschen, Garnwechsel, Fäden vernähen.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

**Bitte mitbringen** (falls vorhanden):

- Stricknadeln Nr. 4
- Garn in Stärke 4 aus Wolle
- Nadeln und Material können auch im Kurs erworben werden.

Mit **MAREN THOMÄ**

Mittwochs,  
18–19.30 Uhr  
Ab 29.04. / 3 Abende

Kosten:  
Schüler\*innen € 18  
normal 39/erm. 24  
Förderpreis 54  
Kurs-Nr. 262R168

**Bitte mitbringen**  
(falls vorhanden):

- 1 Häkelhaken Nr. 3 oder 3,5
- kleine Menge Baumwollgarn der gleichen Stärke
- Häkelhaken und Material können auch zu Beginn des Kurses erworben werden.

## ■ Häkeln für Anfänger

Dass Häkeln gut für unser Gehirn ist und außerdem hilft, Stress abzubauen ist unbestritten. Wenn dann noch schöne Dinge dabei entstehen, gibt es keinen Grund mehr, es nicht zu wagen.

Deswegen: Ran an die Häkelhaken!

Tauche ein in die Welt des Häkelns.

Lerne in netter Gemeinschaft an drei Abenden, was für Anfänger wichtig ist.

**Inhalte:** Materialkunde, Werkzeuge, Handhaltung, Luftmaschen, fest Maschen, Stäbchen, Vernähen, Garnwechsel.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

## Drehtöpf fern

Dienstags, ab 19 Uhr  
Mit **CLAUDIA VEST**

Ab 14.04. / 6 Abende  
Kurs-Nr. 262R169

Ab 19.05. / 6 Abende  
Kurs-Nr. 262R170

Mittwochvormittags,  
ab 9 Uhr  
Mit **CLAUDIA VEST**

Ab 15.04. / 6 Vormittage  
Kurs-Nr. 262R171

Ab 20.05. / 6 Vormittage  
Kurs-Nr. 262R172

Mittwochs, ab 19 Uhr  
Mit **HANS SCHANZ**

Ab 15.04. / 6 Abende  
Kurs-Nr. 262R173

Ab 20.05. / 6 Abende  
Kurs-Nr. 262R174

Donnerstags, ab 19 Uhr  
Mit **JULIA BILLMAIER**

Ab 16.04. / 6 Abende  
Kurs-Nr. 262R175

Ab 21.05. / 6 Abende  
Kurs-Nr. 262R176

Kosten je Kurs:  
Schüler\*innen € 84  
normal 210/erm. 168  
Förderpreis 276  
zzgl. Materialkosten  
€ 30; wird je nach  
Verbrauch verrechnet.

- Bitte ein Handtuch mitbringen!

Drehtöpf fern ist ein altes Handwerk, aber nicht veraltet. Noch immer fasziniert die Schönheit seiner Formen, die Nutzen und Ästhetik in sich vereinen. Erstaunlich ist auch der Prozess des Entstehens: vom weichen Ton, der mit den Händen kraftvoll ins Zentrum gebracht werden muss, dann bis an die Grenze der Stabilität geweitet, getrocknet, gebrannt und wieder gebrannt wird mit aus der Erde gewonnenen Farben – Euer erstes Gefäß! So entstehen ganz nach Euren Wünschen Schalen, Tassen, Vasen u. v. m.

Wer bereits Erfahrung hat, wird in weitere Dreh- und Dekorationstechniken eingeführt.

Diese in Stuttgart einmaligen Kurse bieten eine individuelle Betreuung an modernen Drehscheiben in kleinen Gruppen.

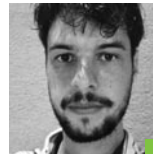
Für AnfängerInnen und Fortgeschrittene.



## Eine Reise in dein Inneres

Mehr Verbindung zu dir selbst – deine Gefühle und inneren Anteile besser verstehen

Donnerstags,  
jeweils 19–21 Uhr



Mit **SIMON KUHN**,  
innere Arbeit und  
Prozessbegleitung

3 Termine:  
21.05. / 18.06. / 16.07.

Kosten je Abend:  
normal € 15/erm. 10  
Schüler\*innen 5  
Förderpreis 20  
Kurs-Nr. 262R177

Kennst du Momente im Alltag, in denen du spürst, dass du den Kontakt zu dir selbst verloren hast? Fühlst du dich manchmal entfernt von deinen eigenen Gefühlen oder inneren Bedürfnissen?

In diesem Seminar laden dich achtsame Übungen zu zweit oder in der Gruppe, innere Wahrnehmungsreisen und Meditationen ein, wieder in Verbindung mit dir selbst zu kommen. Du lernst, die Botschaften deiner Gefühle und inneren Anteile besser zu verstehen. – Was früher vielleicht unangenehm oder störend erschien, kann dabei zu einem Wegweiser werden – hin zu mehr innerer Stimmigkeit und Lebendigkeit. – So kann dein Innenleben zu einem treuen und wichtigen Begleiter werden – auf dem Weg zurück zu dir selbst, zu mehr Ruhe, Mitgefühl und Verständnis.

Mensch & Welt

★ ONLINE  
Einzelabende

Mittwochs, 19–20 Uhr



Mit **ULRICH MORGENTHALER**

7 Online-Termine:  
15.04. / 29.04. /  
13.05. / 27.05. / 17.06. /  
01.07. / 29.07.  
Kosten: € 8/erm. 5  
je besuchtem Abend

## Michaelisches Yoga

Geistig-seelisches Atmen als modernes Bewusstseins-Yoga

Entdecke Michaelisches Yoga nach Yes-hayahu Ben-Aharon und Rudolf Steiner: Ein Weg, der das Denken spiritualisiert, Wahrnehmung und Ätherleib wandelt und das Ich stärkt. In praktischen Übungen erkunden wir gemeinsam die schöpferischen Lebenskräfte und gehen erste Schritte zur bewussten Begegnung mit der ätherischen Christus-Wirklichkeit. Textgrundlage: *Michaelisches Yoga*, 1. Kapitel: »Der Lebenszyklus der ätherischen Atmung«

## Jugendforum

In Kooperation mit der  
Jugendsektion Deutschland

Dienstags,  
19–21 Uhr

Mit **DAVID ADAMEK**,  
Jugendsektion in  
Deutschland, Student  
an der Theater-  
akademie Stuttgart,  
und **LYDIA ROKNIC**,  
Forum 3

3 Termine:  
05.05. / 09.06. / 07.07.



Das Jugendforum ist ein Raum, in dem sich junge Menschen austauschen und begegnen können. Wir greifen alle Fragen und Lebensbereiche, die Dich als junger Mensch interessieren, thematisch und kreativ auf. Außerdem kochen und essen wir immer wieder zusammen. Keine Voranmeldung nötig – einfach vorbeikommen!



**EINFACH  
VORBEI-  
KOMMEN!**

Ohne  
Anmeldung

Geprächskreis

## Zweig am Forum 3

Gesprächsarbeit zum Verständnis der  
Zeitereignisse und zu ihren spirituellen  
Erfordernissen

Dienstags,  
20 Uhr



Mit **MATTHIAS UHLIG**  
Ab 21.04., 14-täglich

Wie gewinnen wir ein Verständnis vom Zeitgeist? Wie schaffen wir ein rechtes Verhältnis zu Michael? Was sind die Anforderungen und Aufgaben, die sich dabei stellen?

Textgrundlage: Leitsätze GA 26  
*Fortlaufende Arbeit, bei Interesse bitte  
Rücksprache:* Matthias Uhlig, Lilienstr. 11,  
71394 Kernen, T. 01520 2829454,  
uhlig.matthias@t-online.de

★ ONLINE

## Die Beobachtung des Denkens

Erleben und Ausbilden einer der  
wichtigsten menschlichen Erkenntnis-  
fähigkeiten

Dienstags,  
19.30–21 Uhr



Mit **ULRICH  
MORGENTHALER**  
7 Termine:  
07.04. / 21.04. /  
05.05. / 19.05. / 16.06. /  
30.06. / 28.07.

Kosten:  
Schüler\*innen € 42  
normal 77 / erm. 56  
Förderpreis 112  
**Kurs-Nr. 262R178**

Die Beobachtung des eigenen Denkens gehört zu den wichtigsten Erfahrungen, die wir Menschen machen können. Denn dabei beobachten wir etwas, das wir selbst hervorbringen. Hier können wir genau wissen, was wir tun, wie wir es tun und dass wir selbst es sind, die tun. Das bietet einen festen Standpunkt gegenüber allem anderen in der Welt, das uns einfach gegeben erscheint und sich nie von allein erklärt. In diesem Kurs üben wir dieses Beobachten des Denkens, um es als eine sichere Fähigkeit auszubilden. Später soll mit ihr die Möglichkeit des Erkennens der übrigen Welt versucht werden.  
Textgrundlage: *Die Philosophie der Freiheit* von R. Steiner, 3. Kapitel »Das Denken im Dienste der Weltauffassung«.

★ PRÄSENZ

## Leckerbissen des Lebens

Zwischen Glückssuche, Widerstand und  
innerer Freiheit

Dienstags,  
19–20.30 Uhr



Mit **ULRICH  
MORGENTHALER**

7 Termine:  
14.04. / 28.04. /  
12.05. / 09.06. / 23.06. /  
07.07. / 21.07.

Kosten:  
Schüler\*innen € 42  
normal 77 / erm. 56  
Förderpreis 112  
**Kurs-Nr. 262R179**

»Was macht das Leben wirklich wertvoll?« und: »Worin besteht eigentlich unser Glück?« Zwischen Optimismus und Pessimismus entfaltet Rudolf Steiner in seiner Philosophie der Freiheit einen überraschend lebensnahen Gedanken: Nicht die bloße Lust entscheidet, sondern die Kraft unserer Ideale und der Mut, Widerstände zu überwinden. Je erhabener das Ideal und je stärker der überwundene Widerstand, desto tiefer das Glück. Dieser Arbeitskreis lädt dazu ein, gemeinsam zu fragen, zu entdecken und zu erleben – offen für alle, die sich auf eine lebendige philosophische Suche nach dem Wert des eigenen Lebens einlassen möchten.

Textgrundlage: *Die Philosophie der Freiheit* von Rudolf Steiner, 13. Kapitel: »Der Wert des Lebens«

★ PRÄSENZ & ONLINE

Einzelabende

Mittwochs, 19–20 Uhr



Mit **ULRICH  
MORGENTHALER**

4 Online-Termine:  
08.04. / 06.05. /  
10.06. / 08.07.

4 Präsenz-Termine:  
22.04. / 20.05. /  
24.06. / 22.07.

Kosten:  
€ 8 / erm. 5  
je besuchtem Abend

## Meditationsabend

Jede Meditation ist ein Angebot zur bewussten Begegnung mit der geistigen Welt. Sie entfaltet sich wie ein Gespräch. Sie führt aus dem vielfältigen, oft chaotischen und aufreibenden Alltag heraus in das Schweigen, die Ruhe, die Stille. Wenn sie dort gelingt, wird sie eine Quelle der Erfrischung und Stärkung für den Tag und für das Leben. Im Mittelpunkt dieser Abende steht jeweils eine eingeführte und angeleitete Meditation eines Mantrams von Rudolf Steiner. Sie wird eingebettet in kleine Übungen, gegenseitigen Austausch und kurze Texte. Jeder der Abende kann für sich besucht werden. Teilnahmevoraussetzung: Bereitschaft, sich einzulassen.

Studienkreis

## »Die Liebe, umgewandelt

in Tat ...« (Rudolf Steiner, GA 114)  
Der Christusimpuls in der Menschheits-  
entwicklung

Dienstags,  
20 Uhr

Ab 14.04.,  
14-täglich

Bei Interesse:  
Simone Ziegler,  
T. 0711 2319801  
s.ziegler@  
bauartelier3.de

Eine Betrachtung der Evangelien vom anthroposophischen, geisteswissenschaftlichen Standpunkt aus, wie sie Rudolf Steiner in seinen Vorträgen ausführt, ist die Grundlage unserer Studienarbeit. Textgrundlage: Rudolf Steiner: *Das Matthäus-Evangelium* (GA 123). Ein fortlaufender Kurs, Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind herzlich willkommen.

# Außer der Reihe

Verantwortlich: **Simone Weise und Markus Fricke**

Telefon 0711 4400749-77

Di. bis Fr. 18–20 Uhr

kursbuero@forum3.de

**Weitere Informationen**

Bei Fragen zu diesen Veranstaltungen bitte

Kontakt zu uns aufnehmen (siehe links).

Ermäßigungsgründe findet Ihr auf Seite 30.

**EINFACH  
VORBEI-  
KOMMEN!**

Ohne  
Anmeldung

Tanz

## Fusion Social Dance

■ Samstag, 23. Mai

■ Samstag, 18. Juli

Zeiten jeweils:  
Workshop 20 Uhr  
Social 21 Uhr

Kosten jeweils:  
Workshop € 4  
Social € 8

Zu zweit tanzen ohne Figuren, ohne Grundschriffe und ohne festgelegte Haltung – geht das? Und ob! Im Fusion finden wir mit unserem Gegenüber eine gemeinsame Tanzsprache, unabhängig von Vorerfahrungen, Geschlecht, Alter, Größe, Fähigkeit und Tanzrolle. Alles hängt von der Verbindung im Moment ab und der Begegnung in der Bewegung.

Der Workshop ist sowohl für Neueinsteiger\*innen als auch passionierte Tänzer\*innen geeignet.

Workshop und Social Dance können auch einzeln besucht werden. Beim Social führen Euch verschiedene DJs durch den Abend.

**LUST AUF  
MEHR FUSION?**

Dienstags

14.04. / 28.04. /

12.05. / 09.06. /

23.06. / 07.07.

Seite 15

Abende für den Frieden im Forum 3 – Details: [www.forum3.de](http://www.forum3.de)

Abende  
für den Frieden

## Die Kraft des Dennoch (Hilde Domin)

Donnerstag,  
23. April  
und  
Donnerstag,  
18. Juni

jeweils  
19–22 Uhr

**Gemeinsame Abende für den Frieden mit Hossam Al Ahmad, Karoline Opitz, Lydia Roknic, Tanja Wohlklang, Markus Fricke, Ulrich Morgenthaler u. a.**

Frieden ist kein Auslaufmodell. Können wir uns dem Frieden innerlich nähern, diesen pflegen, seine Stimme hören? Uns gemeinsam ermutigen, in Zeiten des Wahnsinns?

Abende mit biografischer Erzählung, Besinnung und Gespräch.

Abende für den Frieden

Musik

## Chorum

Mittwochs,  
19.30–21.15 Uhr



Mit **TIMBER HEMPRICH**  
Komponist, Musiker  
und ausgebildeter  
Chorleiter (DCV)

■ Termine:

15. April / 22. April

6. Mai / 20. Mai

10. Juni / 8. Juli

15. Juli / 22. Juli

Kosten:

normal € 85 / erm. 55

Förderpreis 105

Kurs-Nr. 262W120

Wer nicht einfach nur in Gesellschaft da-herträllern möchte, sondern an einem Chor besonders den harmonischen Zusammenklang schätzt, ist in unserem Ensemble willkommen! Hier geht es darum, aus den Einzelstimmen ein homogenes, ästhetisches und einzigartiges Ganzes zu bilden.

Auf der Reise zu unserem eigenen Klang stehen die atmosphärischen, oft mystischen Werke baltischer und nordischer Komponisten im Mittelpunkt, ergänzt um Volkslieder aus Georgien und dem Alpenraum. Spezielle Übungen, um das Aufeinander-Hören zu verbessern, und Elemente der Gruppenimprovisation, die unsere spontane Kreativität erwecken und unser klangliches Spektrum erweitern, helfen uns auf diesem Weg. Erste Erfahrungen im Chorgesang sind hilfreich, erforderlich ist aber vor allem die Bereitschaft, sich auf eine gemeinsame (klang)künstlerische Arbeit einzulassen. Denn wahre Schönheit ist nicht oberflächlich.

Wir treffen uns und proben fast das ganze Jahr über – außer in manchen Ferien. Die Einteilung in Trimester mit jeweiliger Gebühr hat lediglich organisatorische Gründe. Es darf also nach den Sommerferien weiter gesungen werden!

Vor oder nach den Chor-Proben könnt Ihr Euch übrigens in unserem **Café** bequem erfrischen und stärken.

→ **Männer** traut Euch!

Wir brauchen Eure Stimmen ...

→ **Schnuppern** und später Einsteigen sind nach Absprache möglich.

→ Lasst Euch bei **Interesse** einfach (bitte unbedingt mit Telefonnummer!) im Kurs-Büro registrieren, dann erfahrt Ihr mehr dazu.

# Vorträge & Seminare

Aktuelle Themen ■ Biografie ■ Bewusstsein ■ Soziales



## Vortrag & Gespräch

### Die Bienen und wir Menschen – eine Begegnung?

Von den Möglichkeiten gegenseitigen Gebens und Nehmens

Freitag, 17. April  
19.30–21.30 Uhr

Kosten:  
Förderbeitrag € 10  
normal 8  
Rentner\*innen 6  
erm. 5 / bis 21 J. 2



Gespräch mit WERNER KÖNIG, Demeter-Imker, Schwäbischer Wald, und ULRICH MORGENTHALER, Forum 3

Bienen und Menschen – ein geheimnisvolles Miteinander? Werner König und Ulrich Morgenthaler laden ein, zu erkunden, was Biene und Mensch einander sein können. Wollen uns Bienen etwas schenken und können wir ihnen etwas schenken, damit sie überleben und gedeihen? – Anhand der jahrzehntelangen Erfahrung und tiefen Erlebnisse in der Imkerei, die Werner König gemacht hat, laden die beiden ein zu einem offenen Gespräch, um neue Perspektiven auf das Zusammenleben von Mensch und Biene zu entdecken. Der Abend bietet Raum für Fragen, Inspiration und gemeinsame Reflexion auch über unser Verhältnis zur Natur.

## Vortrag & Gespräch

### Digital – Only: Smart City Stuttgart

Auf dem Weg zur dehumanisierten Stadt?

Montag, 27. April  
19.30–21.30 Uhr

Kosten:  
Förderbeitrag € 10  
normal 8  
Rentner\*innen 6  
erm. 5 / bis 21 J. 2



Vortrag und Gespräch mit PETER HENSINGER, Zweiter Vorsitzender von ›diagnose:funk‹, Stuttgart, HANNES ROCKENBAUCH, Stuttgarter Stadtrat SÖS

»Smart City Masterplan Stuttgart«, ein 100-seitiger Umbauplan liegt vor, den niemand kritisch diskutiert. Das sei Fortschritt! Dafür wird nicht gespart, ein Amt mit 350 Angestellten wurde dafür installiert. Was wird sich ändern? Statt Bürgerbüros nur noch digitale Anträge, KI antwortet? Ohne Smartphone – keine Teilhabe mehr am öffentlichen Leben? Schüler-ID und Bürger-ID werden verpflichtend? Tausende neue Mobilfunkantennen? Statt Ausbau des ÖPNV-autonomes Fahren? Was bedeutet das für den Datenschutz, den Energieverbrauch, das Klima und die Strahlenbelastung? Was können wir tun?

## Seminar

### Gefühle als Kraftquelle

Seminar mit PETRA NEISSE, Lebensberatung, Stuttgart

Freitag, 24. April  
19.30–21.30 Uhr

Samstag, 25. April  
10–18 Uhr

Sonntag, 26. April  
10–16.30 Uhr

Anmeldung bis 17.4.

Kosten:  
Förderbeitrag € 200  
normal 170 / erm. 140  
Kurs-Nr. 2625201



»Und jedes einzelne Gefühl, mit dem wir ungerecht umgehen, ist ein Stern, dessen Licht wir rauben«, so schreibt Hermann Hesse bildhaft und poetisch. In unserer gemeinsamen Zeit begeben wir uns mit Feingefühl und innerer Sicherheit auf die Suche nach unseren Sternen an Orte, an denen wir sie scheinbar verloren haben und wo sie nur verdeckt und schummrig leuchten. Wir entdecken die Beziehung dieser Kräfte untereinander und wie sie sich gegenseitig stärken, damit sie gemeinsam in uns, durch uns hindurch und wir mit ihnen kraftvoll nach außen leuchten können.

## Drama & Interaktion

### Die Philosophie der Freiheit –

### zum Leben erweckt

Szenisch-dramatische Darstellung

Montag, 4. Mai  
19.30–21.30 Uhr

Kosten:  
Förderbeitrag € 15  
normal 12  
Rentner\*innen 10  
erm. 8 / bis 21 J. 2

Ein interaktives Drama mit anschließendem Gespräch für eine Person und Publikum mit VOLKER FRANKFURT, Eurythmist und Sprachgestalter, Berlin

Das neue szenisch-dramatische Projekt zur Philosophie der Freiheit von Rudolf Steiner beleuchtet in einer ausgewogenen Textauswahl beide Teile des Buches und führt durch einen inneren roten Faden zu einem vertieften Verständnis. Sprachgestaltung, Gestik, Zeichnung und eurythmische Elemente eröffnen eine lebendige Erlebnisebene, die das

## Vorträge und Seminare

Verantwortlich: Ulrich Morgenthaler  
Telefon 0711 4400749-66  
aktuelle-themen@forum3.de  
www.forum3.de

## Vorträge

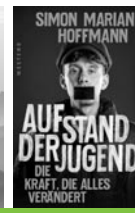
**Anmeldungen für Online-Vorträge**  
unter: aktuelle-themen@forum3.de  
oder Telefon 0711 4400749-77  
Mo. bis Fr. 18–20 Uhr

## Einlass

Eine halbe Stunde vor  
Veranstaltungsbeginn

## Anmeldung zu den Seminaren

Seite 31 und online:  
www.forum3.de  
Telefon 0711 4400749-77  
Mo. bis Fr. 18–20 Uhr



### Vortrag & Gespräch

## Das Auge als Tor zur geistigen Welt

Vom Sehen zum Erleben – Vertiefung in das Michaelische Yoga

Freitag, 8. Mai  
19.30–21.30 Uhr

Kosten:  
Förderbeitrag € 10  
normal 8  
Rentner\*innen 6  
erm. 5/bis 21 J. 2



Vortrag und Gespräch mit ULRICH MORGENTHALER, Forum3, Stuttgart

Wie wird aus einer Farbe eine lebendige Kraft? Könnte man die Farbe Rot nicht nur als Eigenschaft eines Gegenstandes sehen, sondern ihr Wesen direkt erfahren – es wäre wie ein Gruß aus der geistigen Welt. Diese »Ätherisation des Sehens« wird anhand des gleichnamigen Kapitels des Buches Michaelisches Yoga von Yeschayahu Ben-Aharon Thema des Vortrags sein. Wir erkunden, wie wir unsere gewohnte Art des Sehens verwandeln können, um hinter die Kulissen der materiellen Welt zu blicken. Keine Voraussetzungen sind nötig, um zu verstehen, wie aus einem einfachen Farbeindruck ein Dialog mit der Welt werden kann.

YESHAYAHU BEN-AHARON:  
»Michaelisches Yoga«, Ereignis Verlag



### Seminar

## Das Leuchten der Welt erspüren

Ein Tag zum Erproben des Michaelischen Yoga

Freitag, 8. Mai  
19.30–21.30 Uhr

Samstag, 9. Mai  
10–18 Uhr

Anmeldung bis 1.5.  
Kosten:  
Förderbeitrag € 125  
normal 100/ erm. 80  
bis 21 J. 40  
Kurs-Nr. 2625202



Seminar mit ULRICH MORGENTHALER, Forum3, Stuttgart

»In gewisser Weise müssen wir der realen geistigen Welt unsere liebevolle und dankbare Anerkennung beweisen.« Dieser Satz aus dem Michaelischen Yoga weist den Weg für unseren gemeinsamen Übungstag. Mit einfachen, von Y. Ben-Aharon angeregten Übungen zur »Ätherisation des Sehens« nähern wir uns der Frage: Wie kann eine Begegnung mit der Welt aussehen, die nicht nimmt, sondern dankbar empfängt und zurückgeben möchte? Der Tag ist als Prozess angelegt – mit Phasen der stillen Übung, der gemeinsamen Reflexion und dem Gespräch über einzelne Textstellen.

### Vortrag & Gespräch

## »Aufstand der Jugend« Die Kraft, die alles verändert

Montag, 11. Mai  
19.30–21.30 Uhr

Kosten:  
Förderbeitrag € 10  
normal 8  
Rentner\*innen 6  
erm. 5/bis 21 J. 2



SIMON MARIAN HOFFMANN, ist Künstler, Philosoph und Filmemacher. Mit seiner multimedialen Arbeit gibt er jungen Menschen eine Stimme, entwickelt innovative Bildungsprojekte. Geplante Kino-Premiere seines Films »Aufstand der Jugend«: 16. Mai.

\*SIMON MARIAN HOFFMANN,  
»Aufstand der Jugend«, Westend Verlag

Interaktiver Vortrag mit Auszügen aus dem Buch *Aufstand der Jugend*\* von SIMON MARIAN HOFFMANN, Uniartcity of Flow Forest, Dinkelsbühl

Dies ist kein Aufschrei, sondern ein Aufbrüllen! Der Philosoph Simon Marian Hoffmann rückt erstmals die jugendliche Perspektive in den Fokus. Sein Buch zeigt: Wer der Jugend lauscht, hört die Zukunft sprechen. Junge Menschen waren stets der Motor gesellschaftlicher Entwicklungen. Hoffmanns Manifest ist eine philosophische Abhandlung über ihre Aufgabe: die Transformation der Gesellschaft. Es ruft auf zum Überdenken alter Dogmen und fordert Augenhöhe zwischen den Generationen. Voller Vision, Hoffnung und einer ordentlichen Packung Gesellschaftskritik ist dieses Buch ein leidenschaftliches Plädoyer für die übersehene Kraft der Jugend. Ein neuer Blick auf das Jugendalter und Weckruf für den Wandel.

Denken in Bewegung bringt. Ziel ist es, Wissenschaft durch Kunst neu erfahrbar zu machen – als Weg vom abstrakten zum lebendigen Denken. Durch interaktive Momente entsteht Raum für persönliche Bezüge und individuelle Erfahrung.



VOLKER FRANKFURT, Eurythmiestudium in Dornach, Sprachgestaltung im Individualstudium, Waldorflehrer und Heilpädagog, vielfältige Bühnenerfahrung mit Eurythmie und Sprache.

Vortrag & Gespräch

## Leben mit Engel und Doppelgänger

Trauma-Arbeit und die Wandlung

Montag, 18. Mai  
19.30–21.30 Uhr

Kosten:  
Förderbeitrag € 15  
normal 12  
Rentner\*innen 10  
erm. 8 / bis 21 J. 2



Vortrag und Gespräch mit **JOHANNES GREINER**, Pianist, Waldorflehrer und Autor, Basel

Viele kennen das: alte Wunden, Selbstzweifel oder lähmende Ängste tauchen immer wieder auf – fast, als wäre da ein zweites Ich, das uns im Weg steht. Die anthroposophische Sicht spricht hier vom Doppelgänger aber auch von einem Engel, der uns auf unserem eigenen Weg stärken möchte. Der Abend mit Johannes Greiner lädt dazu ein, traumatische Erfahrungen, biografische Brüche und innere Kämpfe neu zu betrachten und als Chance zur Wandlung zu entdecken – verständlich, lebensnah und im offenen Gespräch.



Vortrag & Gespräch

★ ONLINE

## Sterne sehen – sich selbst verstehen

Das Horoskop als ein Weg zur Freiheit

Donnerstag, 28. Mai  
19.30–21.30 Uhr

Anmeldung bis 26.5.

Beitrag erbeten



Online-Vortrag und Gespräch mit **KLAUS SCHÄFER-BLANKENHORN**, Astrologe, Freiburg

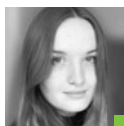
Was, wenn ein Horoskop nicht festlegt, was im Leben passiert, sondern zeigt, wo die eigenen einzigartigen Potenziale liegen? In seinem Vortrag lädt der Astrologe Klaus Schäfer-Blankenhorn dazu ein, das Horoskop als eine Art innere Landkarte zu verstehen – nicht zur Vorhersage, sondern als Werkzeug zur Selbsterkenntnis und Freiheit im Denken, Fühlen und Wollen. Ein Angebot, in eine lebendige Sicht auf Astrologie einzutauchen, die ermutigt, Zukunft bewusst zu gestalten und den eigenen Weg im kosmischen Zusammenhang zu finden.



ForumGespräch  
zur Zeitlage

Montag, 8. Juni  
19.30–21.30 Uhr

Beitrag erbeten



Johanna Appel



Johannes Lamparter



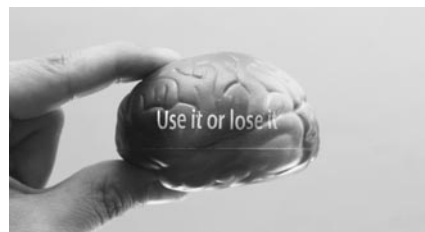
Ulrich Morgenthaler

## Prompt oder inspiriert?

Kreativität zwischen Mensch und Maschine

Ein generationsoffenes Gespräch über Chancen und Grenzen der KI im Denken, Schreiben und Arbeiten mit **JOHANNA APPEL**, Autorin; **JOHANNES LAMPARTER**, KI-Nutzer; **ULRICH MORGENTHALER**, Forum 3 u. a.

Künstliche Intelligenz prägt längst unseren Alltag – vom Schreiben und Recherchieren bis hin zum künstlerischen Schaffen. Doch wo endet hilfreiche Unterstützung, und wo beginnt der Verlust eigener Kreativität? Junge und erfahrene Stimmen kommen ins Gespräch über Vertrauen in künstliche Systeme, Verantwortung im Umgang mit Chatbots und den Mut, selbst zu denken. Eine Einladung, gemeinsam über die Zukunft des schöpferischen Menschen im digitalen Zeitalter nachzudenken.



Vortrag & Gespräch

## Die KI-Sackgasse für das menschliche Gehirn

Können wir ihr noch entkommen?

Freitag, 12. Juni  
19.30–21.30 Uhr

Kosten:  
Förderbeitrag € 10  
normal 8  
Rentner\*innen 6  
erm. 5 / bis 21 J. 2



Vortrag und Gespräch mit **PROF. DR. DR. GERTRAUD TEUCHERT-NOODT**, Neurobiologin, Bielefeld

In Baden-Württemberg soll künstliche Intelligenz an den Schulen als Lernmittel eingeführt werden. Lernen mit ChatGPT? Wenn das Denken ausgelagert wird, der Computer die Hausaufgaben macht, was bedeutet das für die Gehirnentwicklung? Am Institut von Prof. Gertraud Teuchert-Noodt wurde über solche Zusammenhänge geforscht und auch, was es für eine gesunde Gehirnentwicklung braucht. Sie wird Erkenntnisse aus der Entwicklungsgeschichte der Menschheit und des Kindes vortragen.

## Differenzierungen der Imagination

Zusammenhänge von Äthern mit Elementarwesen und Engeln

Freitag, 19. Juni  
18–21.30 Uhr

Samstag, 20. Juni  
9–22 Uhr

Anmeldung bis 12.6.

Kosten:  
Förderbeitrag € 150  
normal 120 / erm. 90  
Kurs-Nr. 2625203



► Wer in diese fortlaufende Schulung noch einsteigen möchte, darf gerne noch dazukommen.

Einführung und Anleitung durch DIRK KRUSE, international tätiger Organisationsberater und Seminarleiter, Stuttgart

An diesem Schulungswochenende – und der dazugehörigen Inspirationswanderung – üben wir, die Ätherwelt als Ganzes imaginativ wahrzunehmen. Hilfreich ist es, das Ätherische zu bemerken, wie es durchprägt ist vom Ausfluss der Seelenwelt im Umkreis. Wenn wir bei in stimmungsvoller Landschaft meditativ beobachtend zum Ursprung dieser Seelenintensitäten kommen, wird dort eine intime oder grandiose Bewusstheit erlebbar, die traditionell »Elementarwesen« oder »Engel« genannt wurde. Wir können lernen, beide Wesensbereiche zu unterscheiden. Im Gesamtzusammenhang kommen wir dann auch zu so etwas wie nun im Sommer zur »Johanni-Imagination«. Übung macht den Meister/ die Meisterin!

### Vortrag & Gespräch

## Seelisches Beobachten im Jahreslauf

Imaginationen der Johannizeit und andere Groß-Imaginationen

Freitag, 19. Juni  
19.30–21.30 Uhr

Kosten:  
Förderbeitrag € 10  
normal 8  
Rentner\*innen 6  
erm. 5 / bis 21 J. 2



Vortrag und Gespräch mit DIRK KRUSE, international tätiger Organisationsberater und Seminarleiter, Stuttgart

In der meditativen Wahrnehmung können wir Imagination (verbunden mit Lebendig-Ätherischem), Inspiration (verbunden mit Seelischem) und Intuition (verbunden mit geistig-intentionaler Bewusstheit) unterscheiden lernen. Kommt man beim seelischen Beobachten der Jahreszeiten, bis in alle drei Ebenen des Erlebens, so kann daraus eine Art »synthetische Großimagination« entstehen. Man überschaut dann im Anblick der Natur – vielleicht nur für einen Moment – den Zusammenklang von bewegt Stimmungsvollem in der Natur und in der Luft mit dem Positiv-Urmächtigen von geistig-göttlichen Wesen hinter dem Himmelsblau. So können auch wir die Imagination der Jahresfeste real vollziehen!

## Zugehen auf Johanni 2026

Inspirationswanderung bei den Uracher Wasserfällen

Samstag, 20. Juni  
14–22 Uhr

Anmeldung bis 12.6.

Kosten:  
Förderbeitrag € 60  
normal 50  
erm. 30 / bis 21 J. 15  
Kurs-Nr. 2625204



■ Bitte Papier, Stift, Verpflegung sowie festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung mitbringen. Wir fahren gemeinsam ab 14 Uhr mit Autos zum Wanderort – wer kann, bitte Auto zum Mitfahren zur Verfügung stellen.

Einführung, Wanderung und Gespräch mit DIRK KRUSE, international tätiger Organisationsberater und Seminarleiter, Stuttgart

Die »Inspirationswanderungen« beinhalten – mit jahreszeitlichem Schwerpunkt – verschiedene intensive Beobachtungen. Danach geht es – methodisch besser gerüstet – auf Wanderung, um selbst, mit Befragungen der geistigen Welt um uns, die neusten Inspirationen aus ihr zu »vernehmen«. Dieses Mal wird ein Schwerpunkt das Erfassen einer ganzen Johanni-Imagination und ihrer Bestandteile sein. Beim gemeinsamen abendlichen Abschluss werden dann, in stillem Beisammensein an der Treffpunkt-Scheune, Erlebnisse und Botschaften geteilt und gesammelt. Nach Rückkehr zum verabredeten Ort tauschen wir unsere Erlebnis-Essenzen zum Johanni-Zuruf 2026 aus.



### Vortrag & Gespräch

## Steinkreise und Sonnenreiche

Alte Kulturen als Schlüssel zur Gegenwart

Montag, 22. Juni  
19.30–21.30 Uhr

Kosten:  
Förderbeitrag € 12  
normal 10  
Rentner\*innen 8  
erm. 6 / bis 21 J. 2



Vortrag und Gespräch mit DR. RENATUS DERBIDGE, Biologe, Autor und Geisteswissenschaftler, Sacred Isles/Schottland

Was erzählen uns die frühen Hochkulturen über den Zustand der heutigen Welt? In der Gegenüberstellung der »megalithischen« und der alten »ägyptischen« Kultur erkennen wir Urkräfte, die bis heute unser Verhältnis zu Natur, Wissen und Technik prägen. Renatus Derbidge zeigt bildhaft und klar, wie sich die Schattenseiten einer auf den Verstand orientierten Zivilisation zeigen – und welche Zukunftskräfte in einer Kultur liegt, die sich dem Wahrnehmen und den Sinneseindrücken zuwendet.



Vortrag & Gespräch

## Willst Du recht haben oder Zukunft gestalten?

Ein Empathieweg vom Ich zum Du

Vortragsgespräch mit **GABRIELA REINWALD**, zertifizierte GfK-Trainerin, Stuttgart/Überlingen

Durch den Prozess der »wertschätzen« Kommunikation entdecke ich Muster in meinem Denken, Fühlen und Handeln, die meine Lebenskraft und auch Lebensfreude einschränken. Es ist spannend und erkenntnisreich zugleich, den eigenen Einschränkungen auf die Spur zu kommen und durch die 4 Schritte der Gewaltfreien Kommunikation spielerisch einen Weg zu finden, hinderliche Denkmuster zu verändern. Ich gestalte eine neue Beziehung zu mir und erhöhe die Begegnungsqualität zum anderen Menschen. Das Modell der GfK wird erlebbar und durch kleine Übungen setzen wir innere Kräfte frei, die neue Begegnungsqualitäten ermöglichen.

Freitag, 26. Juni  
19.30–22 Uhr  
Kosten:  
Förderbeitrag € 10  
normal 8  
Rentner\*innen 6  
erm. 5/ bis 21 J. 2



Seminar

## Gewaltfreie Kommunikation

Ein Übungsweg vom Ich zum Du

Einführungsseminar mit **GABRIELA REINWALD**, zertifizierte GfK-Trainerin, Stuttgart/Überlingen

Mit mir und mit Anderen in guter Verbindung zu sein, gelingt, wenn ich selbst mein Denken, Fühlen, Wollen erkenne und gestalte. Wenn wir uns nicht in unserer ganzen Lebenskraft erleben, um aus ihr heraus unser Leben freudvoll zu gestalten, tragen wir vermutlich alte Glaubenssätze in uns. Durch konsequente Selbstschulung können wir frei werden für unseren Weg in Selbstbestimmung statt Fremdbestimmung. Wir können Schuld- und Schamgedanken umwandeln in verantwortliches Tun. Auf der Grundlage der 4 Schritte der GfK verändern wir Denk- und Handlungsmuster, um authentischer unser Potenzial entwickeln und leben zu können. Das Wochenende lebt durch Achtsamkeit, Spiel, Spaß und Üben!

Freitag, 26. Juni  
19.30–22 Uhr  
Samstag, 27. Juni  
9.30–19 Uhr  
Sonntag, 28. Juni  
9.30–17 Uhr  
Anmeldung bis 19.6..  
Kosten:  
Förderbeitrag € 250  
normal 220  
erm. 170/ bis 21 J. 85  
Kurs-Nr. 2625205



Vortrag & Gespräch

## Ist Mobilfunkstrahlung gesundheitsschädlich?

Was sagt die Wissenschaft, gibt es Alternativen und Tipps?

Vortrag und Gespräch mit **MATTHIAS VON HERRMANN**, Pressereferent und Campaigner »diagnose:funk«, Stuttgart

Montag, 29. Juni  
19.30–21.30 Uhr  
Kosten:  
Förderbeitrag € 10  
normal 8  
Rentner\*innen 6  
erm. 5/ bis 21 J. 2



**MATTHIAS VON HERRMANN**, M.A., Studium der Politikwissenschaft, Volkswirtschaftslehre und Chemie. Seit seiner Schulzeit für Umweltschutz und bei Greenpeace ehrenamtlich engagiert. Als Pressesprecher der Parkschützer war er ab 2010 eines der Gesichter der Bürgerbewegung gegen Stuttgart 21. Seit 2019 arbeitet er bei der Umwelt- und Verbraucherorganisation »diagnose:funk« als Pressereferent und Campaigner.

Smartphones, Tablets und WLAN sind überall präsent: zu Hause, auf dem Weg zur Arbeit, im Job und sogar in der Schule. Matthias von Herrmann, Campaigner bei der Umwelt- und Verbraucherorganisation Diagnose-Funk e.V., wird einen leicht verständlichen Überblick über die wichtigsten wissenschaftlichen Studien zu Mobilfunk- und WLAN-Strahlung geben. Wie belastbar sind deren Ergebnisse? Was bedeutet das für unsere Kinder? Auf den wissenschaftlichen Erkenntnissen basierend zeigt er Wege und Tipps, wie im Privatraum, am Arbeitsplatz und in der Schule die Belastung durch Mobilfunkstrahlung verringert werden kann. Diagnose-Funk e.V. ist eine unabhängige Umwelt- und Verbraucher-Organisation, die sich seit 2009 für den Schutz vor elektromagnetischen Feldern einsetzt. Dazu klärt diagnose:funk über die schädigenden Wirkungen u. a. von Mobilfunk- und WLAN-Strahlung auf und fordert zukunftsfähige technische Lösungen für eine gesundheitsverträgliche Telekommunikation.

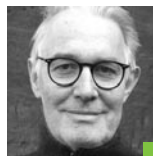
Vortrag & Gespräch

## Stimmen aus den unzähligen Kammern des Herzens

Von den Spuren der Wesen und dem inneren Hören

Vortrag, Gedichte und Gespräch mit **KARSTEN MASSEI**,\* Wesensforscher, Autor und Dozent, Zürich

Freitag, 3. Juli  
19–20.30 Uhr  
Kosten:  
Förderbeitrag € 12  
normal 10  
Rentner\*innen 8  
erm. 6/ bis 21 J. 2



\***KARSTEN MASSEI**, »Stimmen aus den unzähligen Kammern des Herzens«, Books on Demand

In seinen Gedichten und Betrachtungen führt Karsten Massei in jene Sphäre, in der Sprache selbst zu einem Tor wird: zum Unsichtbaren, zum Wesenhaften hinter der äußeren Gestalt. »Stimmen aus den unzähligen Kammern des Herzens« lädt dazu ein, das Lauschen als geistige Übung zu erfahren – als Weg, die Welt in ihren stillen Mitteilungen wiederzuerkennen. Im anschließenden Gespräch wird der Autor seine Erfahrungen des Hörens und Wahrnehmens geistiger Wirklichkeiten teilen.

## Seminar

# Aus der Stille hören

Ein Erfahrungsweg zur Wesenswelt

Seminar mit **KARSTEN MASSEI**, Autor und Dozent, Zürich

Ausgehend von ausgewählten »Protokollen der Wesensbegegnung« aus seinem Buch *Stimmen aus den unzähligen Kammern des Herzens* üben wir, wie sich feine innere Regungen, Bilder und Worte wahrnehmen und unterscheiden lassen. Der Tag bietet Raum, solche Eindrücke nicht nur zu empfangen, sondern sie – im eigenen Ton, mit eigenen Mitteln – weiterzuführen: in kurzen Texten, Skizzen, Gesten oder stillen Gebärden. So entsteht ein Erfahrungsweg, auf dem man die unendliche Innenwelt des Menschen und seine Verbundenheit mit den Wesenheiten der geistigen Welt tastend und vertrauensvoll erkunden kann.



Freitag, 3. Juli  
19.30–21.30 Uhr

Samstag, 4. Juli  
9.30–18.30 Uhr

Anmeldung bis 26.6..

Kosten:  
Förderbeitrag € 150  
normal 120  
erm. 100/bis 21 J.40

Kurs-Nr. 2625206



## Jugend im Gespräch

# Plaudern & Politik

Von Jungen Leuten für Junge Leute

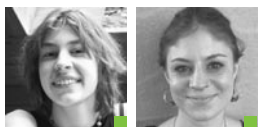
Ein Abend für junge Menschen, organisiert und geleitet von den FSJler\*innen des Forum 3: **L. L. HARTENBURG, F. KOHLER, R. LEIBFAHRT, J. MICHL, F. PARR, E. RIEBARTSCH, M. SCHAMAL, L. TATAS**

Dieser Abend soll einen offenen Raum bieten, um sich auszutauschen und einander zuzuhören. Dabei gelten Regeln, wie respektvoller Umgang miteinander. Dabei geht es nicht darum, andere von der eigenen Meinung zu überzeugen oder recht zu haben – sondern darum, neue Perspektiven und Sichtweisen kennenzulernen. Wir setzen uns in kleinen Gruppen zusammen und sprechen über politische Themen, die uns beschäftigen und interessieren. Der Abend ist offen gestaltet: Man kann kommen und gehen, wann man mag, es gibt Getränke und Snacks. Wir freuen uns auf euch.

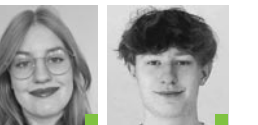


Montag, 6. Juli  
19.30–21.30 Uhr

Beitrag erbeten



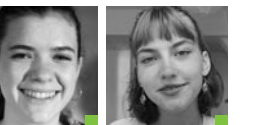
Liese L. Hartenburg Frida Kohler



Rosa Leibfahrt Joscha Michl



Franka Parr Elena Riebartsch



Meret Schamal Lara Tatas

## Vortrag & Seminar

# Wege zur sozialen Heilung

Praktische Einführungen in verschiedene Methoden »Wege zur Sozialen Heilung«

Mit **MARION FLEMMING**, Stuttgart, Biel/Linz, und **BENJAMIN SCHMIDT**, Kassel



**MARION FLEMMING** und **BENJAMIN SCHMIDT** sind vertraut mit allen 7 Kursen der »Wege zur sozialen Heilung« und vermitteln sie vielen Orten im In- und Ausland. Sie sehen ihre Aufgabe darin, Menschen bei der Suche nach ihren Fähigkeiten und deren gerechten Anwendung in der Welt zu unterstützen.

Die turbulenten Zeiterscheinungen fordern uns Menschen heraus. Es geht nicht darum, ihnen immer das gleiche und meist oberflächliche Hin und Her von Meinungen, Interessen und Emotionen entgegenzubringen, sondern Entwicklungslinien in den tieferen Strömen der Menschheitsentwicklung zu gründen. Die von Armen Töugu in 7 Kursen vorgestellten »Wege zur sozialen Heilung« sind eine methodische Antwort auf die aktuelle Zeitlage und eine praxisbezogene Konkretisierung des von Rudolf Steiner entwickelten anthroposophischen Schulungsweges. Diese Wege vermitteln praktische Erkenntnismethoden, mit denen jeder für seine persönlichen Lebensziele, wie auch für die gesellschaftlichen Krisen, ordnende Impulse finden kann.

## Vortrag & Gespräch

Freitag, 10. Juli  
19.30–21.30 Uhr

Kosten:  
Förderbeitrag € 10  
normal 8  
Rentner\*innen 6  
erm. 5/bis 21 J.2

Dieser **Einführungsvortrag** vermittelt ein Grundverständnis, wie Menschen heute lernen, die eigenen Gefühle von fremdbestimmten zu unterscheiden, die eigenen Willenskräfte von unterbewussten zu trennen, sowie die seelischen und geistig darin wirkenden Wesen bei ihrem wahren Namen zu nennen. Das Ziel ist das Finden der Inneren Ruhe.

## Seminar

Freitag, 10. Juli  
19.30–21.30 Uhr

Samstag, 11. Juli  
9.30–17 Uhr

Sonntag, 12. Juli  
9.30–17 Uhr

Anmeldung bis 3.7.

Kosten:  
Förderbeitrag € 200  
normal 170  
erm. 140/bis 21 J.70  
Kurs-Nr. 2625207

In diesem **Seminar** werden die ersten Schritte der »Wege der sozialen Heilung« angeleitet und meditativ miteinander geübt. Das Erlernen dieser Methoden ist voraussetzungslos. Es erfolgt nach dem Prinzip, dass in jedem Menschen die Kräfte und Fähigkeiten schlummern, die erweckt und erarbeitet werden wollen.



## Der ätherische Mensch

Die Aufgabe des ätherischen Menschen im 21. Jahrhundert

Donnerstag,  
24. September bis  
Mittwoch,  
30. September

jeweils  
19.30–21.30 Uhr,  
außer Mittwoch,  
30.09.: 11–13 Uhr

Kosten je Vortrag:  
Förderbeitrag € 15  
normal 12  
Rentner\*innen 10  
erm. 8 / bis 21 J. 3

Gesamtkarte  
für alle Vorträge:  
Förderbeitrag € 90  
normal 75  
Rentner\*innen 65  
erm. 50 / bis 21 J. 15

7 Vorträge mit DR. BEN-AHARON, Leiter der Globalen Schule für Geisteswissenschaft (Global School), Israel; Englisch mit konsekutiver deutscher Übersetzung

Der ätherische Mensch ist der Mensch, der sich der lebensformenden Kräfte bewusst wird, die Inkarnation tragen, Biografie gestalten, Gemeinschaft ermöglichen, moralische Verantwortung wecken, Gesundheit wiederherstellen, Kunst inspirieren und nun zunehmend hinter der Technologie selbst stehen. Der Ätherleib war schon immer der Träger des Lebens, aber heute ist die Menschheit gezwungen, bewusste Verantwortung für die ätherische Sphäre zu übernehmen. Lebenskräfte sind nicht mehr nur



innerlich formend; sie werden durch Technologie und künstliche Umgebungen veräußert. Der physiologisch-ätherische Kern dieser Wandlung ist die Ätherisation des Blutes, aus der moralische Intuition, Verantwortungsfähigkeit, Beziehung zum Leben und innere Freiheit erwachsen. Wo ihr nicht bewusst begegnet wird, werden ätherische Kräfte manipuliert, erschöpft oder mechanisiert. Was es bedeutet ein ätherischer Mensch zu werden und welche Brisanz dies heute hat, ist Thema der 7 Vorträge.

Yeshayahu Ben-Aharon:  
»Die Grundsteinlegung der Michael-Bewegung im 21. Jahrhundert«, Ereignis Verlag

## Vorschau Seminare 10–12/2026

Fr. 09.10. / Sa. 10.10.

Stufen und Formen der Inspiration

DIRK KRUSE



Sa. 27.11. / Sa. 28.11.

Michaelisches Yoga

ULRICH MORGENTHALER



Sa. 10.10.

Michaeli 2026  
Inspirationswanderung zur  
Wurminger Kapelle  
DIRK KRUSE



Fr. 04.12. / Sa. 05.12.

Das Horoskop als ein Weg zur Freiheit

KLAUS SCHÄFER-BLANKENHORN



Fr. 23.10. – So. 25.10.

Gewaltfreie Kommunikation  
nach Marshall Rosenberg  
GABRIELA REINWALD



Fr. 11.12. / Sa. 12.12.

Der erneuerte Grundstein der  
Michael-Bewegung  
ULRICH MORGENTHALER



Fr. 06.11. – So. 08.11.

Erschöpfung und Ressourcen  
ANNA CECILIA GRÜNN



Mo. 21.12.

Wintersonnenwende 2026  
Inspirationswanderung bei den  
Uracher Wasserfällen  
DIRK KRUSE





## Gesucht!

**Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen flexiblen, engagierten und verantwortlichen Menschen (w/d/m) mit Interesse, Angebote für Jugendliche zu machen**



## für das Team des Kurs-Bereiches in Vollzeit

Kontaktfreudigkeit, Initiativekraft und Kreativität wären von Vorteil.



### Bei Interesse und Fragen bitte melden bei

Markus Fricke  
raumvergabe@forum3.de  
Tel. 0711 4400749-74



## Dein Freiwilliges Jahr im Forum 3

- als freiwilliges soziales Jahr/FSJ
- zur Anerkennung der Fachhochschulreife
- als Bundesfreiwilligendienst

### Mitarbeiten kannst Du ...

- im Forum Theater
- im Forum 3 Café
- im Bereich Vorträge & Seminare
- im Bereich Künstlerische Kurse

### Bei Interesse und Fragen

Melde Dich bei: Forum 3 e. V.  
z. Hd. Gaby Morgenthaler  
gaby.morgenthaler@forum3.de  
Tel. 0711 4400749-66  
Gymnasiumstr. 21 / 70173 Stuttgart

**Was wir Dir bieten, was wir von Dir erwarten und weitere Informationen findest Du unter [www.forum3.de](http://www.forum3.de)**



Freiwillige 2024/25 im Forum 3

## NGO-Treffen im Forum 3



### Attac-Stuttgart

■ Kontakt, Infos und Termine

info@attac-stuttgart.de  
Mark Lawrence | T. 0174 9542298  
www.attac-stuttgart.de  
www.blog.attacstuttgart.de



Bienenschutz Stuttgart e.V.

### Bienenschutz e. V. Wesensgemäße Bienenhaltung

■ Kontakt, Infos und Termine

c/o Ingo Lau | Tel. 0711 96893682  
info@bienenschutz-stuttgart.de  
www.bienenschutz-stuttgart.de



GEMEINWOHL ÖKONOMIE Ein Wirtschaftsmodell mit Zukunft Stuttgart

### Gemeinwohl-Ökonomie Ein Wirtschaftsmodell mit Zukunft

■ Kontakt, Infos und Termine

stuttgart@econgood.org  
https://germany.econgood.org/ueber-uns/regionalgruppen/stuttgart



### Global Marshall Plan Netzwerk für eine Welt in Balance

■ Kontakt, Infos und Termine

Gerhard Schiek | T. 0171 3324139  
Uli Sihler | T. 0157 36282720  
www.globalmarshallplan.com  
gmpi-stuttgart.de



### NABU Stuttgart

■ Kontakt, Infos und Termine

Charlottenplatz 17 | 70173 Stuttgart  
T. 0711 626944  
NABU@NABU-Stuttgart.de  
www.NABUStuttgart.de

## Wohnung frei?

## Das Forum 3 sucht

**für 2 Mitarbeitende, beide Bereiche leitend, miteinander verheiratet, mit Hund, 4-Zimmer-Wohnung mit Garten in Stuttgart und Umgebung.**

Hinweise oder Angebote an:  
raumvergabe@forum3.de  
Tel. 0711 4400749-74

■ Noch bis  
Donnerstag, 16. April

## »Kolok und der Emir« Ein jüdisch-muslimisches Mythenprojekt

### Tuhama Mostafa

Malerei

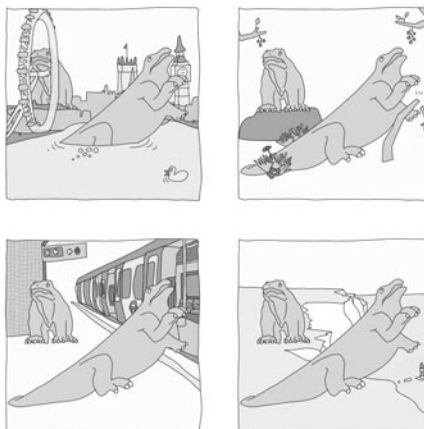
- Freitag, 17. April bis Mittwoch, 3. Juni
- Vernissage: Sonntag, 20. April 11 Uhr
- Geboren in Hama, Syrien
- Bereits in der Schulzeit erste Ausstellungen und Wettbewerbe
- Abitur, fünfjähriges Studium an der Universität in Damaskus
- Tätigkeit als Designerin bei einem Verlag; Lehrtätigkeit als Kunstlehrerin an einem Gymnasium; eigenes Atelier in Damaskus, zahlreiche Ausstellungen
- Flucht vor Bürgerkrieg und Verfolgung nach Deutschland
- Kontakt zu der Künstler\*innengruppe AMOS. Ausstellungen in Deutschland.



## »Drink n draw« Gruppenausstellung

- Freitag, 5. Juni bis Montag, 27. Juli
  - Vernissage: Freitag, 5. Juni, 19 Uhr
- Drink and Draw Stuttgart ist eine lebendige Gruppe leidenschaftlicher Profis und Hobbykünstler\*innen, die sich regelmäßig trifft. Was als lockeres Treffen begann, ist zu einer unterstützenden kreativen Gemeinschaft gewachsen, die von Austausch, gegenseitiger Ermutigung und der gemeinsamen Liebe zur Kunst lebt.

Die Ausstellung präsentiert Werke aus den Bereichen Illustration, Comics, Malerei und Film. Jedes Werk spiegelt sowohl individuelle Stimmen als auch die Kraft des gemeinsamen Kunstschaffens wider. In diesen seltsamen und oft einsamen Zeiten ist es wichtiger denn je, Verbundenheit und Räume für künstlerischen



Ausdruck zu fördern. Die Ausstellung zeigt lokale Kunst und ist zugleich auch eine Einladung, sich zu vernetzen, auszutauschen und inspirieren zu lassen.

Dauerausstellung

### Karin Scheffold-Mokler

Malerei

- Mitte April bis Ostern 2027
- Vorraum zum Forumsaal, 2. Stock

Wir bedanken uns sehr herzlich bei Karin Scheffold-Mokler, dass sie uns ihre Bilder als Leihgaben zur Verfügung stellt.



# Kontakt | Impressum

## Das Forum 3

- Zentrum für Jugend und Kultur
- Räume für individuelle Entwicklung und soziale Initiativen
- 1.700 m<sup>2</sup> Nutzfläche auf fünf Ebenen
- Seit 1969, mitten in der Stadt, mitten in der Zeit

Ein gemeinnütziger Verein in freier Trägerschaft mit gegliederter Mitarbeiterselbstverwaltung

## Adresse

Forum 3 Stuttgart  
Gymnasiumstraße 21 | 70173 Stuttgart-Mitte

## Trägerkreis

Richard Appel, Markus Fricke, Ingrid Lotze, Gaby Morgenthaler, Ulrich Morgenthaler, Elke Woitinas

## Weitere Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen

Gabriele Appel, Frieder Boehncke, Christof Brunner, Ursula Fricke-Foshag, Sebastian Fürst, Markus Klemenz, Dario Köster, Frida Kohler, Gabriela Kühner-Gernert, Liese Lotta Hartenburg, Johannes Lamparter, Pirmin Landmann, Rosa Leibfahrt, Anna Marion, Joscha Michl, Dieter Nelle, Karoline Opitz, Franka Parr, Nahuel Pozo, Emilia Rachwalska, Elena Riebartsch, Lydia Roknic, Meret Schamal, Lara Tatas, Simone Weise

## Allgemeine Auskunft

**Telefon 0711 4400749-77**

Montag, 13. April bis Freitag, 22. Mai  
Montag, 8. Juni bis Mittwoch, 29. Juli  
montags bis freitags von 18–20 Uhr,  
ansonsten Anrufbeantworter

## Forum Café

**Telefon 0711 4400749-85, ab 15.00 Uhr**

montags bis freitags, 15–23 Uhr;  
samstags, 12–20 Uhr  
Ursula Fricke-Foshag, Gabriele Appel, Anna Marion,  
Frida Kohler, Franka Parr, Nahuel Pozo, Meret Schamal,  
Lara Tatas

## Ausstellungen

**Telefon 0711 4400749-74** Markus Fricke

## Forum Theater

**Kartentelefon 0711 4400749-99, Büro 4400749-92**

Dieter Nelle, Markus Klemenz, Gabriela Kühner-Gernert, Frieder Boehncke, Sebastian Fürst, Pirmin Landmann, Liese Lotta Hartenburg, Elena Riebartsch

## Wochenendkurse, Regelmäßige Kurse und Seminare

**Telefon 0711 4400749-77**

Simone Weise, Markus Fricke, Gaby Morgenthaler, Lydia Roknic, Christof Brunner, Joscha Michl

## Vorträge

**Telefon 0711 4400749-66**

Ulrich Morgenthaler, Gaby Morgenthaler, Rosa Leibfahrt

## Finanzen und Verwaltung

**Telefon 0711 4400749-44, Fax 0711 4400749-43**

Ingrid Lotze, Karoline Opitz, Johannes Lamparter, Gaby Morgenthaler

## Raum-Koordination

**Telefon 0711 4400749-74**

Markus Fricke,  
montags, dienstags, donnerstags, jeweils 17–19 Uhr

## Handwerk und Technik

**Telefon 0711 4400749-55**

Richard Appel, Dario Köster, Johannes Lamparter

## Hauspflege

Emilia Rachwalska

## Bankverbindung

GLS Gemeinschaftsbank  
IBAN: DE41 4306 0967 0023 9484 10  
BIC: GENODEM1GLS

## Spenden

GLS Gemeinschaftsbank  
IBAN: DE20 4306 0967 0023 9484 00  
BIC: GENODEM1GLS (**nur** für Spenden)

Bitte im Feld »Verwendungszweck« angeben:  
Ihre Adresse für Ihre Spendenbescheinigung

## Forum 3 im Internet

[www.forum3.de](http://www.forum3.de)

## Freiwilligendienst im Forum 3

**In 2026/27 können bis zu acht junge Menschen einen Freiwilligendienst als FSJ, BFD oder zur Anerkennung der Fachhochschulreife im Forum 3 absolvieren. Die Bereiche: Theater, Café, Vorträge und Seminare, Künstlerische Kurse**

## Programmheft

Titelbild: Simon Marian Hoffmann  
Gestaltung: studio m / Maren Witthoeft  
Druck: Offizin Scheufele Druck und Medien GmbH

## Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter



Ulrich Morgenthaler



Elke Woitinas



Markus Fricke



Gaby Morgenthaler



Dieter Nelle



Ingrid Lotze



Richard Appel



Karoline Opitz



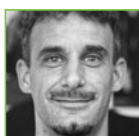
Markus Klemenz



Simone Weise



Anna Marion



Nahuel Pozo



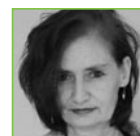
Pirmin Landmann



Ursula Fricke-Foshag



Dario Köster



Gabriele Kühner-Gernert



Johannes Lamparter



Christof Brunner



Lydia Roknic



Frieder Boehncke



Sebastian Fürst

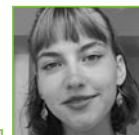
## Freiwilliges Soziales Jahr / Bundesfreiwilligendienst



Frida Kohler  
Café



Meret Schamal  
Café



Lara Tatas  
Café



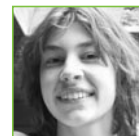
Franka Parr  
Café



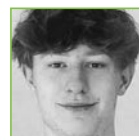
Rosa Leibfarth  
Vorträge, Seminare



Elena Riebartsch  
Theater



Liese Lotta Hartenburg  
Theater



Joscha Michl  
Kurse

# Information zur Anmeldung

## Verantwortlich

Simone Weise, Markus Fricke, Gaby Morgenthaler

## Büro- und Telefonzeiten

Montag bis Freitag von 18 bis 20 Uhr

Montag, 13. April bis Freitag, 22. Mai

Montag, 8. Juni bis Mittwoch, 29. Juli

E-Mail: [kursbuero@forum3.de](mailto:kursbuero@forum3.de)

## Anmeldung

- **Persönlich** im Kurs-Büro, 2. Stock
- **Telefonisch** unter 0711 4400749-77
- **Schriftlich** über [www.forum3.de](http://www.forum3.de) oder mit nebenstehendem Formular. Als Brief an Forum 3, Kurs-Büro, Gymnasiumstraße 21, 70173 Stuttgart

**Nur eine rechtzeitige Anmeldung bis 1 Woche vor Beginn sichert das Zustandekommen der Kurse und Seminare!**

## Bezahlung

- Mit **Bargeld** im Kurs-Büro, innerhalb von drei Werktagen, sonst behalten wir uns vor, den Platz anderweitig zu vergeben.
- Per **Überweisung** – nur in Verbindung mit einer Anmeldung (Bankverbindung siehe rechte Seite). Wird die Kursgebühr nicht innerhalb von drei Werktagen überwiesen, behalten wir uns vor, den Platz anderweitig zu vergeben.
- Durch **Bankeinzug** mit nebenstehendem Formular oder über Anmeldung auf [www.forum3.de](http://www.forum3.de)

Sollte ein Kurs ausfallen, werden die Teilnehmenden benachrichtigt und die eingezahlten Gebühren voll zurückerstattet.

## Verbindlichkeit der Anmeldung

Erst mit erfolgter Bezahlung der Kurs-/Seminargebühr ist die Anmeldung verbindlich und werden unsere Bedingungen anerkannt. Die Plätze werden in der Reihenfolge der Zahlungseingänge reserviert. Eine automatische Bestätigung unsererseits erfolgt nicht.

## Abmeldung

Bei Zurückziehen einer Anmeldung bis acht Tage vor Kurs-/Seminarbeginn behalten wir € 12 Bearbeitungsgebühr ein. Danach oder bei Nichterscheinen berechnen wir die Gebühr in voller Höhe.

## Ermäßigung

Schüler\*innen, Studierende, Auszubildende, BFD, FSJ, FÖJ, Au-Pair, Bonuscard-Inhaber\*innen und ALG II-Empfänger\*innen erhalten gegen Vorlage eines gültigen Ausweises eine Ermäßigung. Rentner\*innen sind ausgenommen. Bei einigen Kursen gibt es eine zusätzliche Vergünstigung für Schüler\*innen bis 21 Jahre, siehe jeweiliger Text.

Außerdem ist der Kurs-Bereich des Forum 3 e.V. Teilnehmer des **Familien Card**-Verfahrens der Landeshauptstadt Stuttgart.

## Schnuppern

Bei einigen regelmäßigen Kursen kann nach voriger Absprache am ersten Abend »geschnuppert« werden. Der entsprechende Kostenbeitrag wird bei einer endgültigen Anmeldung mit der Kursgebühr verrechnet.

## Pausen und Ferien

Bei den Wochenendkursen und -seminaren sind in den angegebenen Zeiten Pausen enthalten.

Die regelmäßigen Kurse pausieren in der Regel in den Pfingstferien.

## Jugend- und Erwachsenenarbeit

Die Wochenendseminare »Biografie Bewusstsein Soziales« stehen allen Altersgruppen offen.

Die Wochenendkurse »Kunst Sport Handwerk« sowie die Regelmäßigen Kurse bieten wir, mit Ausnahmen, im Rahmen unserer Jugendarbeit an. Daher ist bei diesen Kursen ein Kontingent an Plätzen für Menschen bis ca. 25 Jahre reserviert.

## Datenschutzerklärung

[www.forum3.de/datenschutzerklaerung/](http://www.forum3.de/datenschutzerklaerung/)

# Räume im Forum 3

für Initiativen, Fortbildungen, Tagungen, berufliche Seminare [raumvergabe@forum3.de](mailto:raumvergabe@forum3.de)

- vorzugsweise tagsüber
- mitten im Stuttgarter Zentrum
- zu günstigen Konditionen

## Anfragen an

- Markus Fricke, Kurs-Büro, 2. Stock oder Telefon 0711 4400749-74 (sonst 4400749-77)
- montags, dienstags, donnerstags – jeweils 17–19 Uhr
- Donnerstag, 13. April bis Dienstag, 28. Juli (nicht in den Pfingstferien 25. Mai bis 4. Juni)



Anmeldung auch online möglich: [www.forum3.de](http://www.forum3.de)

## Hiermit melde ich mich an

\_\_\_\_\_  
 Titel des Kurses / Seminars Kursnummer

\_\_\_\_\_  
 Termine Kurs-/Seminargebühr

\_\_\_\_\_  
 Titel des Kurses / Seminars Kursnummer

\_\_\_\_\_  
 Termine Kurs-/Seminargebühr

\_\_\_\_\_  
 Vorname Name Alter

\_\_\_\_\_  
 Straße PLZ / Wohnort

\_\_\_\_\_  
 Telefon: Festnetz (privat) Mobil

\_\_\_\_\_  
 E-Mail

Ich akzeptiere die Geschäftsbedingungen des Forum 3 e.V. (s. linke Seite)



\_\_\_\_\_  
 Datum Unterschrift

Ja, ich erkläre mich damit einverstanden, dass meine personenbezogenen Daten zur Kursdurchführung und -abrechnung gemäß der Datenschutzerklärung erhoben, verarbeitet und genutzt werden dürfen. Meine datenschutzrechtlichen Belange werden ohne Einschränkung gewährleistet. Es erfolgt keine Übermittlung meiner Daten an Dritte, außer im Rahmen der Kursdurchführung z. B. an Dozent\*innen.  
 Siehe: [www.forum3.de/datenschutzerklaerung/](http://www.forum3.de/datenschutzerklaerung/)



\_\_\_\_\_  
 Datum Unterschrift

Die Anmeldung ist nur gültig mit dieser Einwilligung!

Bitte schicken Sie mir in Zukunft das Programmheft regelmäßig zu (kostenfrei):  per Post  per Mail  beides

## Zahlung per Überweisung

(Die Anmeldung ist gültig ab Eingang der Zahlung.)

An Forum 3 e.V.

GLS Gemeinschaftsbank

IBAN: DE41 4306 0967 0023 9484 10

BIC: GENODEM1GLS

Verwendungszweck: Name des Teilnehmenden und genaue Bezeichnung des Kurses/Seminars

## Wichtig bei Überweisung!

- Nur in Verbindung mit schriftlicher oder telefonischer Anmeldung.
- Die Anmeldung ist erst gültig mit Eingang der Zahlung.
- Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge der Zahlungseingänge berücksichtigt.
- Bitte die Überweisung innerhalb von 3 Werktagen nach der Anmeldung tätigen. Danach behalten wir uns vor, den Platz anderweitig zu vergeben.

## Zahlung per SEPA-Lastschrift + Vorabinformation

(Die Anmeldung ist gültig ab Eingang des Lastschriftauftrags.)

Ihre Mandatsreferenz besteht aus dem Namen der bzw. des Zahlenden und der Kursnummer wie folgt:

**NameKommaVornameKommaKursnummer**

### Bitte ankreuzen:

- Mandat für einmalige Zahlung
- Mandat für wiederkehrende Zahlungen (z. B. weitere Kurse/Seminare)  
 Bei allen weiteren Zahlungen besteht Ihre Mandatsreferenz aus Ihrem Namen, Vornamen und der jeweiligen Kursnummer (siehe Muster oben)
- Mandat für wiederkehrende Zahlungen wurde bereits erteilt

Gläubiger-Identifikationsnummer des Forum 3 e.V.:

DE16ZZZ00000590217

Ich ermächtige den Forum 3 e.V., die Kurs- bzw. Seminargebühren von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein unten genanntes Bankinstitut an, die vom Forum 3 e.V. auf mein Konto gezogene(n) Lastschrift(en) einzulösen.

Ich erteile mein Einverständnis, dass die Belastung meines Kontos innerhalb eines Tages nach meiner Anmeldung erfolgen kann, wenn diese weniger als drei Wochen vor Beginn des Kurses/Seminars erfolgt. Der Einzug der Gebühren erfolgt frühestens drei Wochen vor Beginn des Kurses/Seminars. Mir ist bekannt, dass die Höhe der Kurs- bzw. Seminargebühren im Programmheft des Forum 3 e.V. bzw. auf dessen Website: [www.forum3.de](http://www.forum3.de) zu finden sind.

Mit der Anmeldung erkenne ich die allgemeinen Geschäftsbedingungen des Forum 3 an.

\_\_\_\_\_  
 Bank

\_\_\_\_\_  
 IBAN

\_\_\_\_\_  
 BIC

\_\_\_\_\_  
 Nach- und Vorname der Kontoinhaberin / des Kontoinhabers

\_\_\_\_\_  
 Anschrift der Kontoinhaberin / des Kontoinhabers (falls abweichend vom Teilnehmenden)

\_\_\_\_\_  
 Ort / Datum Unterschrift

Hinweis: **Wir bitten Sie, rechtzeitig für Kontodeckung zu sorgen.**

Sie können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit Ihrem Zahlungsdienstleister vereinbarten Bedingungen.

# Forum 3 Café

## Öffnungszeiten

Montag bis Freitag | 15–23 Uhr

Samstag | 12–20 Uhr

Sonntag und an Feiertagen geschlossen.

Bei schönem Wetter ist unser begrünter ruhiger Innenhof geöffnet.

### Kontakt

Telefon 0711 4400749-85

### Tischreservierung

T. 0711 4400749-85 / [cafe@forum3.de](mailto:cafe@forum3.de)

### Schließzeiten Ostern 2026

Vom 3. April bis 6. April bleibt das Forum 3 Café geschlossen.

Ab Dienstag, 7. April haben wir wieder geöffnet.

Am Montag, den 4. Mai ist das Café geschlossen.

### Sommerpause 2026

Vom 27. Juli bis 12. September machen wir eine Sommerpause.

Ab Montag, den 14. September haben wir wieder geöffnet.

### Verantwortlich

Ursula Fricke-Foshag

Anna-Luise Marion

Nahuel Pozo

Aktuelles  
zum Forum Café  
findet ihr auf  
der Homepage  
des Forum 3!



- Raum für Begegnung
- Treffpunkt für Gruppen
- Kunstausstellungen
- Herzliche, gemütliche Atmosphäre
- Regionale und nachhaltige Gerichte
- Ruhe-Oase im Innenhof

## Kleidertausch & Open Stage 09.05.

→ Kleidertausch ab 15 Uhr  
Kleider mitbringen  
und im Tausch Kleider  
mitnehmen

→ Open Stage 17–19:30 Uhr  
im Hof, bei Interesse an  
Teilnahme Mail an:  
[openstage@forum3.de](mailto:openstage@forum3.de)



Du  
hast  
Erfahrung  
und  
Freude an  
Gastronomie?

Wir suchen ab sofort  
eine/n verantwortliche/n  
Mitarbeiter\*in (m/w/d)  
(Umfang: 40 Std.) mit  
Gastronomiekompetenz  
für das Forum 3 Café.  
Info auf der Homepage  
[www.forum3.de/jobs](http://www.forum3.de/jobs)

