

KEB



KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG
IM LANDKREIS CHAM E.V.

BILDUNGSPROGRAMM

KEB CHAM



Vorwort	3
GLAUBE	6
GESELLSCHAFT	10
FAMILIE	20
Eltern-Kind-Gruppen	21
Ehevorbereitungseminare	24
KULTUR	27
GESUNDHEIT	37
PERSÖNLICHKEITSBILDUNG	45
Ortsregister	50
Geschäftsbedingungen	54
Wir über uns	55

In diesem Programmheft sind nur die bei Drucklegung gemeldeten Bildungsveranstaltungen erfasst. Das jeweils aktuelle Programm finden Sie unter **www.keb-cham.de**



Liebe Interessierte, Freunde und Freundinnen der KEB Cham



„Wir sagen daaaan-ke schön – 50 Jahre KEBe-e!“

– so können wir im Sommer 2023 in Anlehnung an den bekannten Schlager der Band „Die Flippers“ singen.

Am 26. Juni 1973 wurde im damaligen Exerzitienhaus Cham – heute Geistliches Zentrum der Redemptoristen – in einer vierstündigen Versammlung das Katholische Kreisbildungswerk im Landkreis Cham durch 40 Stimmberechtigte aus den Pfarrgemeinden und kirchlichen Verbänden gegründet. Der damalige Bischöfliche Beauftragte für Katholische Erwachsenenbildung Monsignore Anton Meier sagte damals, dass ein Bildungswerk nicht der verlängerte Arm der Amtskirche sein dürfe. Er solle vielmehr zu kritischem Denken anregen und einen mündigen Christen formen.

Sprache und Themen haben sich sei den 70er Jahren stark verändert und gerade in den letzten Jahren befinden sich die Kirchen in Deutschland in einem massiven Veränderungsprozess. Und so will dieses 50-jährige Jubiläum beides sein: dankbarer Rückblick und Aufbruch!

Wir danken den Frauen und Männern, die seit 50 Jahren -freilich mit wechselnden Personen- ehrenamtlich organisieren:

- den KEB-Beauftragten in den Pfarrgemeinderäten
- den Bildungsverantwortlichen in kirchlichen Verbänden
- den Leitern*innen der Seniorenkreise
- den engagierten Eltern-Kind-Gruppen-Leiterinnen
- den drei kirchlichen Bildungshäusern – dem Apostolatshaus Hofstetten, dem Haus der Begegnung Kloster Strahlfeld und dem Geistlichen Zentrum der Redemptoristen Cham.

In unserer Geburtstagsfeier am 06. Oktober am Gründungsort unseres Vereins wollen wir mit Vertreter*innen dieser verschiedenen Gruppierungen feiern. Gleichzeitig begeben wir uns in diesem fünfzigsten Jahr auf einen einschneidenden Neuaufbruch. Wir verschmelzen zusammen mit den anderen 10 regionalen KEBs zu einem Verein auf Bistumsebene: der neuen KEB im Bistum Regensburg e.V.

Im Jubiläumsjahr und darüber hinaus erwartet Sie ein attraktives Programm, mit dem wir uns Themen und den Bedürfnissen der Gegenwart und stellen.

Wir freuen uns, Ihnen bei der ein oder anderen Veranstaltung zu begegnen.

Sandra Ederer
1. Vorsitzende

Michael Neuberger
Geschäftsführer/Bildungsreferent

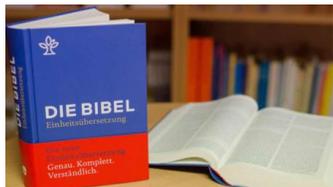


GLAUBE

GLAUBE

Ein Wort wie Feuer

Angeleitete Bibelgespräche zu den Lesungstexten des Sonntags



Einmal im Monat bietet verschiedene Pfarrgemeinden für alle Interessierten ein Bibelgespräch an. Es geht hierbei nicht um Bibelkunde, sondern in erster Linie um einen geistlichen Austausch. Jeder und jede Teilnehmende darf seine Eindrücke oder

Fragen zur jeweiligen Bibelstelle äußern und darüber in Austausch mit den anderen treten.

Nr. 3-29921

ab 26.09. monatliche Treffen, jew. 19.30 Uhr

Lohberg, Pfarrsaal
 PGR Lohberg

Nr. 3-29798

09.10. | 13.11. | 11.12.2023
monatlich am zweiten Montag, jew. 19 Uhr

Walmünchen, Gaubaldhaus
 Pfarrei Walmünchen



Nr. 3-29428

Di 03.10.2023, 14.30 Uhr

€ 3,00 €
 Pfarrei Roding, KEB Cham

Bibelgespräche der Pfarrei Lohberg

Organisation: Rainer Wöllisch
Leitung: Elisabeth Clases

Bibelgespräche der Pfarrei Waldmünchen

Leitung: Martin Kowalski, Pastoralreferent

Führung

Die Pfarrkirche St. Pankratius Roding

Mit der im Jahr 1964 geweihten Kirche St. Pankratius steht in Roding eine der modernsten Kirchen Ostbayerns in einer der ältesten Pfarreien des Bistums Regensburg. Wie vertragen sich hier Moderne und Mittelalter, mitten in Roding?



Führung: Michael Fleck,
zertifizierter Kirchenentdecker und
Bibelerzähler



Nr. 3-29441

Sa 07.10.2023, 9.00 – 16.00 Uhr

€ 20,00 €
(inkl. Taxitransport)

www.keb-cham.de
info@keb-cham.de
Tel. 09971-7138

Katholische
Erwachsenenbildung im
Landkreis Cham e.V.

Pilgerwanderung

Geführte Pilgerwanderung auf dem ostbayerischen Jakobsweg

Etappe: Weissenregen - Neurandsberg

Nach dem Treffen bei der Wallfahrtskirche Weissenregen um 9 Uhr führt die Etappe vorbei am Blaibacher See und Heitzelsberg nach Voggenzell. Über den sogenannten Pfahl und einen 700 m langen, beeindruckenden Kreuzweg, gelangt man zur barocken Pfarrkirche von Moosbach. Schließlich wird man das Pilgerziel Neurandsberg erreichen, wo die Pilgerwanderung mit einer Pilgerbrotzeit abgeschlossen wird. Gegen 16 Uhr erfolgt ein Transfer mit Taxis zurück nach Weissenregen.



Leitung: Jakob Pellkofer,
zertifizierter Jakobswegbegleiter



Nr. 3-29761

Sa 04.11.2023, 9.30 – 17.00 Uhr

Cham, Geistliches Zentrum der Redemptoristen
€ 59,00 € (incl. 30,00 € Kursgebühr)

Geistliches Zentrum Cham,
Tel. 09971-2000-0

Geistliches Zentrum Cham, KEB Cham

Seminar

Tanz hilft immer !

Einführung in den sakralen Tanz

Im Tanz werden wir eins mit uns selbst und mit Gott. Singen und Tanzen tun unserer Seele gut. In angeleiteter Meditation erfahren wir Stille. Br. Georg unterrichtet seit vielen Jahren sakrale Tänze zu Liedern verschiedener Länder und zu klassischer Musik.



Referent: Bruder Georg Schmauß
OFM

Nr. 3-29823

 **Di 07.11.2023,**
14.30 Uhr

 Cham, Pfarrheim
St. Josef

 Senioren Cham St.
Josef

Nr. 3-29192

 **Mi 08.11.2023,**
14.30 Uhr – Fr
10.11.2023, 13.00 Uhr

 Strahlfeld, Haus der
Begegnung

€ Kursgebühren inkl.
Pension/EZ: 183,00 €

 Haus der Begegnung
Strahlfeld
Tel. 09461-91120

 Haus der Begegnung/
Kloster Strahlfeld

Nr. 3-29825

 **Di 09.01.2024,**
14.30 Uhr

 Cham, Pfarrheim
St. Josef

 Senioren Cham St.
Josef

Nr. 3-29764

 **Mo. 22.01.24 – Mo.**
29.01.24 – Mo.
05.02.24 (jeweils ab
19.30 Uhr)

 Cham, Geistliches
Zentrum der
Redemptoristen

€ 18,00 €

 Geistliches Zentrum
Cham,
Tel. 09971/ 2000-0

 Geistliches Zentrum
Cham, KEB Cham

Die Bibel – das Buch der Bücher

Schlüssel zur Urkunde unseres Glaubens



Referent: Pfarrer Dr. Kazimierz Pajor

Seminar

Meditativ-Kreativtage im Kloster

Thema: „Türen“



Referentin: Sr. Flavia Büglmeier OP

Die Wallfahrt auf dem Lamberg

Entstehung - Hintergründe

Referent: Hans Wrba, Kreisheimatpfleger

Aus der Kraft des Glaubens leben

Glaubensabende

1. Abend: „Im Gebet neue Kraft erfahren“ - Formen des Gebetes
2. Abend: „Die Heilige Schrift gibt Orientierung“ - Bibel im Alltag
3. Abend: „Sich gegenseitig im Glauben bestärken“ - Leben als Kirche und Gemeinde



Referent: Pater Peter Renju CSSR

Nr. 3-29673

 **Do 14.03.2024,**
19.00 Uhr

 Cham, Geistliches
Zentrum der
Redemptoristen

€ noch offen

 KEB Cham ,
Tel. 09971-7138
info@keb-cham.de

 KEB Cham, Geistliches
Zentrum der
Redemptoristen

Geistlicher Filmabend mit Dr. Thomas Kroll



Referent: Dr. Thomas Kroll Mitglied der Kath. Filmkommission und Leiter der Stabsstelle "Experimentelle Wege der Pastoral" im Erzbistum Hamburg

Vortrag

Ist der Glaube für Sie fragwürdig?

Worn glaube, woran zweifle ich? Traue ich mich, Fragen zu stellen, die mich wirklich bewegen? Wo kann ich meine Fragen und Anfragen loswerden?



Nr. 3-29978

 **ab Januar 2024**

 Ort wird noch
bekanntgegeben

 KEB im Bistum
Regensburg

2024 startet wir KEB im Bistum Regensburg e. V. ein mutiges Projekt: Frag!Würdig. Nachdenkliche und provokante Postkarten in Läden, Cafés und anderswo laden Sie ein, den eigenen Fragen nach Sinn, Glaube und Leben nachzugehen und ins Nachdenken zu kommen. Online, auf dem Postweg oder über Messengerdienste können Sie uns dann Ihre Fragen zukommen lassen. Diese sammeln und veröffentlichen wir auf unserer Homepage.

Im April 2024 gestalten wir daraus regionale Veranstaltungen, die es in sich haben. Bei Snacks und guter Musik werden sich zwei Personen einen ganzen Abend Ihren Fragen stellen. Menschen, die mit beiden Beinen im Leben stehen, denen der Glaube ein Herzensanliegen ist und die sich als studierte Theologinnen und Theologen trauen, zu verschiedenen Themen ebenso informative wie persönliche Antworten zu geben.



GESELLSCHAFT

GESELLSCHAFT

Lachen ist gesund

Die Kraft des Humors



Nr. 3-29848

**Fr 29.09.2023,
19.00 Uhr**

📍 Rötz, Fürstenkasten
∞ KAB Rötz

Humor ist ein Grundwert des Menschseins. Lachen ist die beste Medizin. Tatsächlich ist es möglich, mit Humor unser Immunsystem zu stärken. Auch unsere Beziehungen können Humor gut gebrauchen. Lächeln kommt von Lachen.

Hubert Tremml lebt als professioneller Liedermacher und Komödiant nicht nur von/mit seinem Humor, er hat sich auch viel mit dem Thema „Geist und Humor“ beschäftigt. An diesem Abend wird es viel Gelegenheit zum Lachen geben. Wir fragen, welchen Platz Humor im Leben hat. Es gibt Wege, wie Humorkompetenz gefördert werden kann.



Referent und Akteur des Abends:
(Dr.theol.) Hubert Tremml
Theologe, Autor, Musiker, Künstler

Themenreihe

Bildung für alle !

Lernende Begegnungen zwischen Menschen mit und ohne Handicap

(Erwachsenen-)Bildung kennt keine Grenzen. Bei unseren inklusiven Angeboten lernen Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam !

Leitung/Organisation: Kristina Fox

Nr. 3-29415

**Fr 29.09.2023,
13.00 – 15.00 Uhr**

📍 Cham, Klosterkirche

Die Klosterkirche „Maria hilf“ Cham mit allen Sinnen erleben

Den Raum sehen - die Einrichtung fühlen - Kirchenmusik hören - Kerzenduft und Weihrauch riechen

Nr. 3-29976

**Sa 27.01.2024,
9.00 – 11.30 Uhr**

📍 Cham, Gruppenraum
der OBA

€ 10,00 €

Workshop

Tanzen hält Körper und Geist fit – ein gesunder Sport für jeden Mann und Frau ...

Referentin: Gerda Ordon

Organisation: Kristina Fox



Nr. 3-29828

**Termine:
02.10. | 13.11. | 04.12. |
15.01.2023 |
12.02. | 04.03.2024
jew. 14.30-16.30 Uhr**

📍 Cham, Pfarrheim
St.Josef

∞ Senioren Cham St.
Josef

Geschicklichkeits- und Denkspiele zum Erhalt der geistigen Leistungsfähigkeit Memory und diverse Kartenspiele

Leitung/Organisation: Carola Gleixner

Maria Kalz

Nr. 3-29840

Di 03.10.2023
Abfahrt 06.00 Uhr

€ Fahrtkosten 25,00 €;
 Führung und
 Verkostung in der
 Brauerei 14,90 €;
 (Sonderpreis für Kinder)

✉ Martin Peintinger,
 Tel. 09944-2465

📍 Pfarrei Harrling-Zandt

Bildungsfahrt

Fahrt nach Traunstein

**Besichtigung und Führung durch Bayerns größ-
 te Privatbrauerei, dem Traunsteiner Hofbräu-
 haus.**

Referent: Diakon Martin Peintinger

Themenreihe

Dämmen, Sanieren, Heizen: Wie lässt sich am besten Energie sparen?



Steigende Energiepreise, schwin-
 dende Ressourcen, Belastungen
 für das Klima und die Umwelt:
 Viele Hausbesitzer machen sich
 zur Zeit Gedanken, wie sie Ener-
 gie sparsam und effizient einset-
 zen können. Wir zeigen Ihnen
 verschiedene Möglichkeiten,
 Energie zu sparen, Ressourcen
 zu schützen. Auch über Kosten

und Förderungen bekommen Sie Informationen.

Nr. 3-29651

Mi 04.10.2023,
19.00 Uhr

📍 Cham, Hotel am
 Regenbogen

📞 VerbraucherService
 Bayern im KDFB e.V.,
 KEB Cham, BUND –
 Kreisgruppe Cham

Welche Heizung braucht mein Haus – Technik und Optimierung

Aktuelle Heizsysteme | Hybrid- bzw. Er-
 gänzungsheizung | Optimierung Hei-
 zung (Heizungsanlage bedarfsgesteuert
 einstellen, hydraulischer Abgleich, ...)

Vortrag

Energetische Optimierung der Gebäudehülle

Energetische Sanierung | Außenwand-
 dämmung | Dachdämmung | Decken-

Nr. 3-29652

Mi 18.10.2023,
19.00 Uhr

📍 Cham, Hotel am
 Regenbogen

📞 VerbraucherService
 Bayern im KDFB e.V.,
 KEB Cham, BUND –
 Kreisgruppe Cham

dämmung | Kosten und Förderung

Referent: Wolfgang Kuchler,
 Energieberatung und Baubiologie

Nr. 3-29918

Do 05.10.2023,
20.00 Uhr

📍 Falkenstein, Pfarrheim

📞 PGR Falkenstein

Vortrag

Besonderheiten im deutschen Bestattungsrecht



Referent: Pater Klaus Schäfer SAC,
 Klinikseelsorger, Universitätsklinikum
 Regensburg



Nr. 3-29561

Fr 06.10.2023,
17.00 – 21.15 Uhr

📍 Cham, 93413 Cham

✉ KEB Cham,
 Tel. 09971-7138
 info@keb-cham.de

📞 Katholische
 Erwachsenenbildung im
 Landkreis Cham e.V.

Ordentliche Mitglieder- versammlung der Katholischen Erwachsenenbildung im Landkreis Cham e.V.

50 Jahre KEB Cham

Bei unserer diesjährigen Mitgliederver-
 sammlung wollen wir einerseits das 50-
 jährige Bestehen der KEB Cham feiern,
 andererseits die für die Verschmelzung
 zur neuen KEB im Bistum Regensburg
 zum 01.01.2024 notwendigen vereins-
 rechtlichen Schritte „abarbeiten“. Dies
 tun wir mit einem mobilen Format, der
 für die Geschichte der KEB Cham rele-
 vante Orte in der Kreisstadt Cham mit-
 einbezieht.

16.30 Uhr Rechtlicher Teil der MV
 im Alfonsaal des Geistlichen Zentrums
 Cham | 18.00 Uhr Geschichtlicher Gang
 zum Betsaal der ehem. israelit. Kultus-
 gemeinde Cham | 19.15 Uhr Jubiläums-
 Buffet im Kolpinghaus Cham | 20.30 Uhr
 kulturell-geistlicher Abschluss in der
 evangelischen Erlöserkirche Cham

Leitung:
Sandra Ederer, 1.Vorsitzende

Michael Neuberger,
geschäftsführender Bildungsreferent

Dr. Robert Maurer, Notar

Reihe KLOSTERGESPRÄCHE

Frieden ist möglich?

Blicke auf einen nicht enden wollenden Krieg



Nr. 3-29640
📅 **Di 10.10.2023 - Mi 15.11.2023**
📍 Cham, Geistliches Zentrum der Redemptoristen
🔗 KEB Cham, Geistliches Zentrum Cham

„Frieden ist möglich“ hieß in der 80-er Jahren ein bekanntes Buch des Pazifisten Franz Alt. Nach dem russischen Angriffskrieg auf die Ukraine gelten Pazifisten als naiv und realitätsfern. Gibt es realistische Wege zu einem dauerhaften und gerechten Frieden jenseits der Spirale von Waffenlieferungen, von Gewalt und Vergeltung? Was denkt die russische Bevölkerung über diesen Krieg inmitten von Europa? Was erfährt täglich die Bevölkerung in der Ukraine? Erleben und diskutieren Sie mir uns verschiedene Blickwinkel auf einen nicht enden wollenden Krieg.



Nr. 3-29722
📅 **Di 10.10.2023, 19.00 Uhr**
📍 Cham, Geistliches Zentrum der Redemptoristen
🔗 KEB Cham, Geistliches Zentrum Cham

Vortrag

Zwischen Hoffnung und Trauma

Zwei ukrainischen Ordensschwestern berichten über ihre Erlebnisse im Ukrainekrieg

Seit 1998 wirkt eine junge Schwestergemeinschaft der Missionsschwestern vom Heiligsten Erlöserin der Ukraine. Zur ukrainischen Provinz gehören fünf Gemeinschaften mit derzeit 27 Schwestern. Sie unterstützen Redemptoristen in den Pfarreien und arbeiten mit Jugendlichen und Kindern. Als Gemeinschaft und in ihrer pastoralen Arbeit mit den Menschen sind sie unmittelbar vom Krieg betroffen, kümmern sich um die traumatisierten Menschen und erfahren, was der Krieg und ständige Todesgefahr mit den Menschen macht. An diesem Abend werden die beiden ukrainischen Ordensschwestern darüber berichten.



Referentinnen: Sr. Oksana Pelekh MSsR,
Generalrätin und Ökonomin der Missionsschwestern vom Heiligsten Erlöser.



Sr. Theodora Shulak MSsR,
Generaloberin der Missionsschwestern vom Heiligsten Erlöser



Nr. 3-29667

Di 07.11.2023,
19.00 Uhr

Cham, Geistliches Zentrum der Redemptoristen

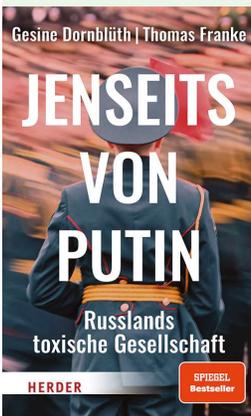
Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Cham e.V.

Vortrag**Wie geht Frieden?**

Anmerkungen nicht nur zum Krieg in der Ukraine.

Die Ukraine verteidigt zusammen mit den USA und den europäischen Verbündeten die Freiheit Europas. Daher gibt es keine Alternative zu immer mehr Waffenlieferungen und Sanktionen. Prof.Dr.Balle widerspricht in seinen Kolumnen immer wieder diesem gängigen Narrativ in den Medien über einen Krieg, der immer dreckiger und blutiger wird. Er plädiert dafür, einen Schritt zurückzutreten und innezuhalten und die Spirale der Gewalt zu verlassen.

Referent: Prof.Dr. Martin Balle,
Verleger der Zeitungsgruppe Straubinger Tagblatt/Landshuter Zeitung



Nr. 3-29669

Mi 15.11.2023,
19.00 Uhr

Cham, Geistliches Zentrum der Redemptoristen

Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Cham e.V.

Vortrag**Jenseits von Putin**

Einblicke in Russlands Gesellschaft

Als Russland am 24. Februar 2022 die Ukraine angriff, schien das großen Teilen der russischen Gesellschaft egal zu sein. Das ist nicht überraschend. Seit Jahren wird das russische Expansionstreben davon begleitet, dass gesellschaftlich das Recht des Stärkeren gilt. Gewalt wird von vielen als Mittel der Politik akzeptiert. Gesine Dornbliith und Thomas Franke erklären, wie es dazu kommen konnte. Ihre Reportagen und Analysen führen uns durch drei Jahrzehnte, in denen nationalistische Kräfte über Verfechter demokratischer Werte die Oberhand gewannen. Dabei wird deutlich: Der zukünftige Frieden in Europa hängt davon ab, ob wir Russlands Gesellschaft richtig verstehen und entsprechend handeln.



Referenten:

Dr. Gesine Dornbliith,

ist promovierte Slavistin und Hörfunkjournalistin. Von 2012 bis 2017 war sie Deutschlandfunk-Korrespondentin in Moskau. Seit Beginn der 1990er Jahre unternahm sie zahlreiche Recherchereisen nach Russland und den gesamten postsowjetischen Raum.



Thomas Franke,

ist Journalist, Autor, Regisseur und Produzent vor allem für den Deutschlandfunk. Von 2012 bis 2017 lebte er in Moskau.



Nr. 3-29980

Di 17.10.2023,
19.30 Uhr

Cham, Kino

€ 8,50 € Kinokasse

Ambulanter Hospizdienst im Caritasverband für den Landkreis Cham, KEB Cham, Kulturverein Bayerischer Wald

Filmgespräch**„Wer wir gewesen sein werden“ (D 2022)**

Filmabend zum Welthospiztag

Für den Filmmacher Erec Brehmer bricht eine Welt zusammen, als seine langjährige Lebensgefährtin Angelina Zeidler bei einem gemeinsamen Verkehrsunfall stirbt. Mithilfe von Amateuraufnahmen, Sprachnachrichten, Tagebucheinträgen und gemeinsam gehörter Musik begibt er sich auf die Suche nach Orten und Situationen, in denen er seiner verstorbenen Freundin wiederbegegnen kann. So entsteht nicht nur ein kraftvolles, authentisches Dokument einer Trauerbewältigung, sondern auch eine sinnliche Aufforderung an das Leben. Eine Geschichte über Identität nach dem Verlust eines geliebten Menschen - und eine Liebesgeschichte über den Tod hinaus.

Leitung/Organisation:

Stefanie Dötzlhofer, Hospizdienst der Caritas Cham

Filmreihe LICHTGESTALTEN

Thema: Menschen



Nr. 3-29888

Di 17.10.2023 – So 17.12.2023

Organisation: Matthias Ketterl,
Kulturverein Bayerischer Wald e.V.

Cham, Kino

€ Kinokarten zu 8,50 Euro
(je nach Kinosaal)
www.kino-cham.de bzw.
an der Kinokasse

Kulturverein Bayerischer
Wald e.V., KEB Cham

„Wer wir gewesen sein werden“ (D 2022)

Di 17.10.2023, 19.30 Uhr

„Wer wir gewesen sein werden“ (D 2022)

So 22.10.2023, 18.00 Uhr

Vandana Shiva - Ein Leben für die Erde (USA /
Australien 2021)

Di 24.10.2023, 19.30 Uhr

Vandana Shiva - Ein Leben für die Erde (USA /
Australien 2021)

So 29.10.2023, 18.00 Uhr

Sie nannten ihn Spencer (D 2017)

Di 31.10.2023, 19.30 Uhr

Sie nannten ihn Spencer (D 2017)

So 05.11.2023, 18.00 Uhr

27 Storeys - Alterlaa Forever (AT/D 2023)

Di 07.11.2023, 19.30 Uhr

27 Storeys - Alterlaa Forever (AT/D 2023)

So 12.11.2023, 18.00 Uhr

Und es geht doch - Agrarwende jetzt!!! (D 2021)

Di 21.11.2023, 18.00 Uhr

Und es geht doch - Agrarwende jetzt!!! (D 2021)

Di 21.11.2023, 19.30 Uhr

Wem gehört mein Dorf? (D 2021)

Di 28.11.2023, 19.30 Uhr

Wem gehört mein Dorf? (D 2021)

So 03.12.2023, 18.00 Uhr

Mi país imaginario - Das Land meiner Träume
(Chile / Frankreich 2022)

Di 05.12.2023, 19.30 Uhr

Mi país imaginario - Das Land meiner Träume
(Chile / Frankreich 2022)

So 10.12.2023, 18.00 Uhr

She Chef (Deutschland, Österreich 2022)

Di 12.12.2023, 19.30 Uhr

She Chef (Deutschland, Österreich 2022)

So 17.12.2023, 18.00 Uhr

Nr. 3-29815

**Do 26.10.2023,
14.00 Uhr**

Falkenstein, Pfarrheim

Senioren Falkenstein

Senioren sicher im Straßenverkehr

Vortrag über Regeln und sicheres Verhalten

Referentin: PHM Sabine Rasch

Nr. 3-29851

**Fr 27.10.2023,
14.00 Uhr**

Franz Zollner, Tel.
09971-20684

KAB Waffenbrunn

Führung durch die Polizeiinspektion Cham

Referent: Herr Illig

Nr. 3-29741

Mi 08.11.2023,
14.00 UhrUntertraubenbach,
St.MartinshausLydia Bruckmaier, Tel.
09461-5623Senioren
Untertraubenbach

Nr. 3-29913

Mo 13.11.2023,
19.00 UhrSchönthal, Pfarr- und
JugendheimMarina Schießl,
09978-801635PGR Schönthal, KEB
Cham**Powerpoint-Präsentation****Vogel- und Pflanzenwelt im
Naturschutzgebiet Regentalau**

Referent: Peter Zach

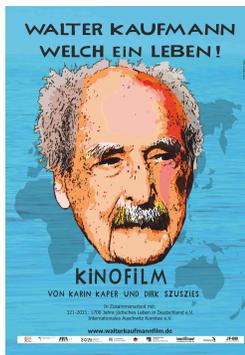
Information**Wissenswertes rund um die
Katholische
Erwachsenenbildung im
Landkreis Cham e.V.**

Das pfarrliche Leben befindet sich in einem rasanten Veränderungsprozess. Wollen wir Menschen erreichen, ist die Zusammenarbeit der immer weniger werdenden Gruppierungen vor Ort im wichtiger. Gerade die Katholische Erwachsenenbildung eröffnet hier viele Möglichkeiten. Aber: Wer oder was ist das überhaupt - KEB Cham? Welche finanzielle und organisatorische Unterstützung können die Veranstalter vor Ort von der KEB bekommen?

Über diese und andere Fragen wollen wir informieren und ins Gespräch kommen.

Organisation: Marina Schießl

Michael Neuberger,
geschäftsführender Bildungsreferent der KEB
Cham

**Filmgespräch****Walter Kaufmann – Welch ein
Leben!**

Der Film beleuchtet das Leben des jüdischen Schriftstellers Walter Kaufmann, dessen Eltern in Auschwitz ermordet wurden, und der selbst durch den Kindertransport nach England gerettet wurde. Romanautor, Seemann, Korrespondent und politischer Aktivist: im Leben des in Berlin geborenen und 2021 im Alter von 97 Jahren gestorbenen Walter Kaufmann spiegeln sich auf einzigartige Weise historisch bedeutende Ereignisse wider. Er war ein Mann, der die Welt begreifen, beschreiben, verändern wollte. Nach langen Jahren des Exils in Australien entschied er sich bewußt 1956 für ein Leben in der DDR. Dank seines australischen Passes, den er zeit seines Lebens behielt, bereiste er als wahrer Kosmopolit die ganze Welt. Der Film folgt seinen wesentlichen Lebenslinien: den katastrophalen Folgen des Nationalsozialismus, der Bürgerrechtsbewegung in den USA, der Revolution in Kuba, den Atombombenabwürfen in Japan, der unendlichen Geschichte des israelisch-palästinensischen Konfliktes, dem Zusammenbruch der DDR. Im Film wird auf imponierende Weise deutlich, wie Walter Kaufmann bis zu seinem letzten Atemzug gegen den erschreckenden Rechtsruck sowie zunehmenden Rassismus und Antisemitismus unserer Tage kämpfte.

Leitung/Organisation: Karin Kaper,
Filmregisseurin, Schauspielerin

Dirk Szuszies,
Filmregisseur, Autor, Schauspieler

Nr. 3-29670

Di 14.11.2023,
19.30 Uhr

Cham, Kino

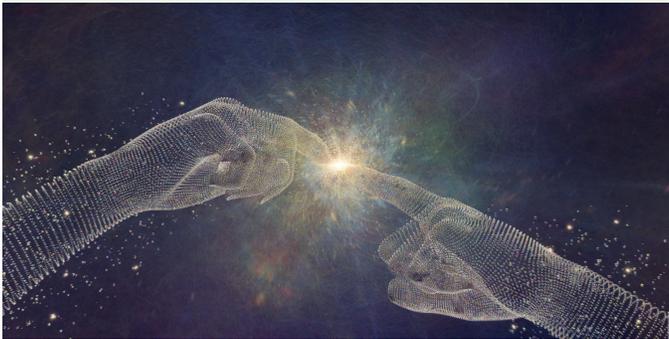
€ 8,50 € an der Kinokasse

Ticketreservierung unter
www.kino-cham.deKEB Cham, Kulturverein
Bayerischer Wald e.V.,
Bündnis für Toleranz
und Menschenrechte im
Landkreis Cham

KEB-online-Vortrag

Digital Christ sein: Geht das?

Wie Kirche und Glaube ins Internet kommen



Nr. 3-29746

**Do 23.11.2023,
19.00 Uhr**

online-Kursraum der
KEB im Bistum
Regensburg

KEB Cham,
Tel. 09971-7138
info@keb-cham.de

KEB Cham, Fachstelle
Medien und Digitales

Rund um den Begriff #digitaleKirche versammeln sich in den sozialen Medien, vor allem auf Instagram und TikTok, inzwischen konfessionübergreifend tausende Menschen um authentische Personen, die ihren Glauben digital kommunizieren, mit ihren Fans in den Dialog treten und so den Glauben digital greifbar und erlebbar machen.

Der Begriff #digitaleKirche bezieht sich aber nicht nur auf dieses Phänomen, sondern auf alle Aspekte von Glaube und Kirche, die digital stattfinden: Insbesondere die Kommunikation über Kirche und Glaube ist davon betroffen. Wo ist der Platz in der #digitalenKirche unserer Kirchengemeinden, unserer Verbände, Gruppierungen und auch von mir selbst? Wie kann ich mich als Christin oder Christ in der #digitalenKirche einbringen und welchen Raum haben Institutionen in diesem Gefüge? Wie kann eine Gemeinde oder Pfarrei in der #digitalenKirche ankommen und welche Logiken der Digitalisierung sind da-

bei zu beachten?

Tanja Köglmeier, Leiterin der Fachstelle Medien und Digitales im Bistum Regensburg, gibt theoretische Tipps rund um das Christ Sein im Internet. Auch ein Blick auf die pastorale Reflexion des Vatikans zum Thema soziale Medien und Best Practices aus der #digitalenKirche kommen nicht zu kurz.



Referentin: Tanja Köglmeier,
Leiterin der Fachstelle Medien und Digitales im Bistum Regensburg



Workshop

Handy-Workshop: Alles rund um WhatsApp

„Du bist wie ein Depp, hast du kein WhatsApp!“

Der Nachrichtendienst WhatsApp ist für viele ein absolutes Muss. Er verbindet uns mit Freunden, Familie und der Welt. Wir beschäftigen uns mit wichtigen Grund- und Sicherheitseinstellungen, dem Versenden von Nachrichten in Textform oder als Sprachnachricht, Fotos, Videos und Dateien. Zudem erfahren wir Hilfreiches, um nicht auf Betrüger hereinzufallen.

Nr. 3-29909

**Di 16.01.2024,
15.30 – 17.00 Uhr**

Cham, Geistliches
Zentrum der
Redemptoristen

€ 10,00 Euro
Bar

Katholische
Erwachsenenbildung im
Landkreis Cham e.V.



Referentin: Birgit Zwicknagel,
Referentin für Jugendmedienschutz,
Computermäuse Stamsried



KEB-online-Vortrag

Mit dem Übergabevertrag Immobilien sicher übertragen

Nr. 3-29736

**Di 16.01.2024,
19.00 Uhr**

📍 online-Kursraum der KEB im Bistum Regensburg

✉ KEB Cham, Tel. 09971-7138
info@keb-cham.de

Jeder Hauseigentümer stellt sich irgendwann die Frage, wie er seine Immobilien sicher an die nächste Generation weitergeben kann - mit dem Übergabevertrag kann dies zu Lebzeiten geregelt werden. Die Gründe hierfür sind vielfältig: Verantwortung abgeben, Steuern einsparen, Vermögen vor dem Zugriff des Staates im Pflegefall sichern, und vieles mehr. Wie geht eine Übergabe überhaupt vonstatten? Wann ist der richtige Zeitpunkt? An wen sollen Sie übergeben? Wie beziehen Sie weichende Geschwister mit ein? Welche Vertragsklauseln sind für Sie sinnvoll oder gar notwendig?

Die Referentin klärt auf und beantwortet all diese und noch viel mehr Fragen für Sie verständlich und praxisnah. So schaffen Sie sich eine Grundlage für Ihre Entscheidung, wie und wann Sie Ihr Haus an die nächste Generation übergeben.



Referentin: Elke Nicole Kestler,
Fachanwältin für Erbrecht

Das Technische Hilfswerk – THW Cham – Auftrag und Aufgaben

Informationsvortrag und Betriebsführung

Nr. 3-29853

**Fr 19.01.2024,
19.00 Uhr**

📍 THW Cham, Osserstr. 1,
93413 Cham

✉ Franz Zollner, Tel.
09971-20684

📞 KAB Waffenbrunn

Referent: Roland Frommhold



Nr. 3-29809

**Do 01.02.2024,
19.30 Uhr**

📍 Neukirchen b.Hl.Blut,
Haus zur Aussaat

📞 KDFB/PGR Neukirchen
b.Hl.Blut

Vortrag

Erbrecht

Referent: Notar Fabian Vilgertshofer



Nr. 3-29910

**Di 30.01.2024,
15.30 – 17.00 Uhr**

📍 Cham, Geistliches Zentrum der Redemptoristen

€ 10,00 €

✉ KEB Cham, Tel. 09971-7138
info@keb-cham.de

📞 Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Cham e.V.

Workshop

Handy-Workshop: Alles rund um Apps

„App“ ist die Abkürzung für das englische Wort „application“. Das bedeutet Anwendung. Mittlerweile gibts eine unüberschaubare Zahl von Apps: fürs Spielen, Lesen, Chatten, zum Üben von Vokabeln, für die Wettervorhersage, etc.. Wie finde ich Apps? Welche sind sinnvoll? Wie bekomme ich Apps auf mein Handy? Welche Sicherheitseinstellungen sollte ich unbedingt beachten? Damit beschäftigen wir uns in diesem Workshop.



Referentin: Birgit Zwicknagel,
Referentin für Jugendmedienschutz,
Computermäuse Stamsried



Eltern-Kind-Gruppen21
Ehevorbereitungsseminare24

FAMILIE

Ans Herz gelegt

Kinder besser verstehen lernen



Nr. 3-29960

**Do 28.09.2023
– Do 12.10.2023**

Cham, Hebammerei

ANS HERZ GELEGT
Private Praxis für Eltern-
& Familienberatung
Annemarie Ederer
Schuegrafstraße 5
93413 Cham
0159-06781220

Katholische
Erwachsenenbildung im
Landkreis Cham e.V.,
ANS HERZ GELEGT

Annemarie Ederer berät und begleitet Eltern und Familien bindungs- und beziehungsorientiert. Sie sieht das Verhalten von Kindern als wertvolles Signal auf dahinterliegende emotionale Bedürfnisse. Mit Ihren Angeboten möchte Sie Eltern eine Stütze sein bei Fragen und Anliegen rund um den Familienalltag. Der bindungs- und beziehungsorientierte Erziehungsansatz ist die Basis für eine gesunde emotionale Entwicklung unserer Kinder. Daher möchte ich sie Eltern diesen Weg ans Herz legen und zusammen mit ihnen gehen. Für eine glückliche Kindheit und entspannte Elternschaft.



Referentin: Annemarie Ederer,
Bindungs- und beziehungsorientierte
Eltern- und Familienberaterin.

Nr. 3-29907

**Do 28.09.2023,
19.30 Uhr**

€ 20,00 € | 35,00 €
(Paarpreis)

Nr. 3-29401

**Do. 12.10. | 19.10. |
26.10. | 9.11. | 16.11. |
23.11.2023, jew. 19-21
Uhr**

€ 119,- Euro p.P. | 189,-
Euro (Paarpreis)
bezuschusst durch die
KEB Cham

Filmgespräch

Filmabend

„Liebe, Wut & Milchzähne“

Kurs

Kinder besser verstehen

**Abend-Kurs für Eltern von Kindern zwischen 1
und 5 Jahren.**

Im 6-wöchigen Kurs „Kinder Besser Verstehen“ schauen wir uns zusammen die Grundlagen der frühkindlichen Entwicklung an. Die aktuellsten Erkenntnisse aus der Entwicklungspsychologie, Säuglings- und Bindungsforschung und Evolutions- und Neurobiologie bilden hierbei die Basis und helfen uns die kindliche Entwicklung zu verstehen. Die Referentin zeigt den Teilnehmenden einen konstruktiven Weg zu einer bindungs- und beziehungsorientierten Elternschaft.

www.ansherzgelegt.de





Eltern-Kind-Gruppen



Die Eltern-Kind-Gruppen der KEB ...

... sind ein Treffpunkt für alle Mütter und Väter mit ihren Kindern von 0 - 3 Jahren (bis sie in Kitas oder den Kindergarten kommen)

... heißen alle Familien willkommen - egal welche Lebensentwürfe, Konfession oder Nationalität sie haben

... werden geleitet von ausgebildeten Leiterinnen

Im gemeinsamen Spielen, Basteln, Singen etc. lernen Kinder, Kontakt untereinander aufzunehmen und soziales Verhalten einzuüben. Mütter und Väter erhalten Anregungen für kindgerechte Beschäftigungen. Im Gruppengespräch können Mütter und Väter ihre Erfahrungen als Eltern, als Frauen/Männer austauschen, sich mit der eigenen Lebenssituation auseinandersetzen oder sich über interessante Fragen (z.B. der Erziehung, der Ernährung, Gesundheit, Umwelt, der religiösen Erziehung etc.) informieren. Eigene Elternabende bieten dazu eine zusätzliche Gelegenheit. Schließlich erleichtern die regelmäßigen Gruppentreffen den Eltern das Knüpfen von Kontakten zu anderen Familien und das Hineinwachsen und Aktiv-Werden an ihrem Ort.

Kommen Sie vorbei. Wir freuen uns auf Sie!

Regelmäßige Gruppentreffen (1x pro Woche 2 Stunden). Die Anmeldung erfolgt jeweils für 10 Treffen und kostet 35,00 € für die Erwachsenen, Kinder sind frei. Jeder 10er Block umfasst 9 Gruppentreffen und ein Elterntreffen, bei dem unterschiedliche Themen intensiver besprochen werden können.

Nr. 3-29474

ab September 2023
wöchentliche Treffen

📍 Sattlberg, Pfarrheim

€ 35,00 € für 10 Treffen

✉ Krieger Simone,
Tel. 09974-9048797

🚗 KDFB Sattlberg

Kurs | 10 Treffen

Eltern-Kind-Gruppen

Nach dem Regensburger Modell - thematische Treffen unter pädagogischer Leitung

Di 08.30-10.30 Uhr

Leitung: Simone Krieger

Nr. 3-29789

ab September 2023
wöchentliche Treffen

📍 Windischbergdort, Altes Schulhaus

€ 35,00 € für 10 Treffen

✉ Elisabeth Groß,
Tel. 09971-994832
Stefanie Müller
Tel. 09971-7687088

🚗 Pfarrei
Windischbergdort

Kurs | 10 Treffen

Eltern-Kind-Gruppen

Nach dem Regensburger Modell - thematische Treffen unter pädagogischer Leitung

Di oder Mi 08.30-10.30 Uhr

Do und Fr. 09.00-11.00 Uhr

Leitung: Elisabeth Groß, Stefanie Müller

Nr. 3-29779

ab September
wöchentliche Treffen

📍 Cham, Pfarrheim
St. Jakob

€ 35,00 € für 10 Treffen

✉ Michaela Eberlein,
Tel. 09971-31730
Sabrina Hamperl
Tel. 09971-801449

🚗 KDFB Cham St. Jakob

Kurs | 10 Treffen

Eltern-Kind-Gruppen

Nach dem Regensburger Modell - thematische Treffen unter pädagogischer Leitung

Mo u. Mi 8.45-10.45 Uhr

Leitung: Michaela Eberlein, Sabrina Hamperl

Nr. 3-29482

ab September 2023
wöchentliche Treffen

📍 Cham, Pfarrheim
St. Josef

€ 35,00 € für 10 Treffen

✉ Sabrina Hamperl,
Tel. 09971-801449

🚗 Pfarrei Cham St. Josef

Kurs | 10 Treffen

Eltern-Kind-Gruppe

Nach dem Regensburger Modell - thematische Treffen unter pädagogischer Leitung

Do 09.00-11.00 Uhr

Leitung: Sabrina Hamperl

Nr. 3-29712

ab September 2023
wöchentliche Treffen

📍 Falkenstein, Pfarrheim

€ 35,00 € für 10 Treffen

✍️ Julia Eder,
Tel. 09462-9118373;
Sophie Hofer,
Tel. 0176-51 855 119

∞ KDFB Falkenstein

Nr. 3-29719

ab September 2023
wöchentliche Treffen

📍 Schorndorf, Pfarrheim

€ 35,00 € für 10 Treffen

✍️ Christiane Gruber,
Tel. 09467-711340

∞ KDFB Schorndorf

Nr. 3-29721

ab September 2023
wöchentliche Treffen

📍 Eschlkam, Pfarrheim

€ 35,00 € für 10 Treffen

✍️ Alle Gruppen über
Christina Ascherl,
Tel. 09973-8054110

∞ Pfarrei Eschlkam

Nr. 3-29752

ab September 2023
wöchentliche Treffen

📍 Roding, Pfarrheim

€ 35,00 € für 10 Treffen

✍️ Sylvia Aumer,
Tel. 0171-6912908;
Julia Bräu,
Tel. 0151-15528276;
Susanne Heuberger
Tel. 09461-9133191;
Kerstin Laußer
Tel. 09461-9145432;
Marion Maier
Tel. 0151-12787540;

∞ KDFB Roding

Kurs**Eltern-Kind-Gruppe****Nach dem Regensburger Modell - thematische
Treffen unter pädagogischer Leitung**Mi 09.00-11.00 Uhr Frau Eder
Do 09.00-11.00 Uhr Frau Hofer
Fr 10.00-11.30 Uhr Frau Hofer

Leitung: Julia Eder, Sophie Hofer

Kurs | 10 Treffen**Eltern-Kind-Gruppen****Nach dem Regensburger Modell - thematische
Treffen unter pädagogischer Leitung**

Mi und Fr jeweils 09.00-11.00 Uhr

Leitung: Christiane Gruber

Kurs | 10 Treffen**Eltern-Kind-Gruppen****Nach dem Regensburger Modell - thematische
Treffen unter pädagogischer Leitung**

Mo, Di, Mi 9.00-11.00 Uhr

Leitung: Nathalie Pongratz, Stefanie Stoiber,
Christina Ascherl**Kurs****Eltern-Kind-Gruppen****Nach dem Regensburger Modell - thematische
Treffen unter pädagogischer Leitung**Mo - Fr jeweils 09.00-11.00 Uhr
Mi 14.30-16.30 UhrLeitung:
Sylvia Aumer, Susanne Heuberger, Marion Maier,
Kerstin Laußer

Nr. 3-29776

ab September 2023
wöchentliche Treffen

📍 Ast, Pfarrheim

€ 35,00 € für 10 Treffen

✍️ Hertlein Julia,
Tel. 09972-3001813;
Roßmann Anna,
Tel. 09972-9038302

∞ Pfarrei Ast

Nr. 3-29777

ab September
wöchentliche Treffen

📍 Blaibach, Pfarrheim

€ 35,00 € für 10 Treffen

✍️ Ramona Lang
Tel. 0170-3817855
Carina Hollmeier
Tel. 09941-4053306

∞ KDFB Blaibach

Nr. 3-29778

ab September 2023
wöchentliche Treffen📍 Furth im Wald,
Pfarrheim

€ 35,00 € für 10 Treffen

✍️ Christina Ascherl,
Tel. 0170-2855429
Antonia Kellberger,
Tel. über Christina
Ascherl
Stefanie Reinhardt,
steffi-franz@gmx.de

∞ Pfarrei Furth i.W.

Nr. 3-29780

ab September
wöchentliche Treffen

📍 Geigant, Pfarrsaal

€ 35,00 € für 10 Treffen

✍️ Kristin Huber,
Tel. 09975-9040197

∞ Pfarrei Geigant

Kurs | 10 Treffen**Eltern-Kind-Gruppe****Nach dem Regensburger Modell - thematische
Treffen unter pädagogischer Leitung**

Mo 09.00-11.00 Uhr (geplant)

Leitung: Julia Hertlein, Anna Roßmann

Kurs | 10 Treffen**Eltern-Kind-Gruppen****Nach dem Regensburger Modell - thematische
Treffen unter pädagogischer Leitung**

Di und Do 09.00-11.00 Uhr

Leitung: Ramona Lang, Carina Hollmeier

Kurs | 10 Treffen**Eltern-Kind-Gruppen****Nach dem Regensburger Modell - thematische
Treffen unter pädagogischer Leitung**Di und Do 09.00-11.00 Uhr, Mi 08.30-10.30
UhrLeitung: Christina Ascherl, Antonia Kellberger,
Stefanie Reinhardt**Kurs | 10 Treffen****Eltern-Kind-Gruppen****Nach dem Regensburger Modell - thematische
Treffen unter pädagogischer Leitung**

Di und Mi 09.00-11.00 Uhr

Leitung: Kristin Huber

Nr. 3-29781
 ab September 2023
wöchentliche Treffen
 Neukirchen b. Hl.Blut.,
 Grundschule
 € 35,00 € für 10 Treffen
 Julia Münch,
 Tel. 0171-8576822
 KDFB Neukirchen
 b.Hl.Bl.

Nr. 3-29782
 So 01.10.2023,
9.00 – 11.00 Uhr
 Pemfling, Pfarrheim
 € 35,00 € für 10 Treffen
 Sandra Hierstetter,
 Tel. 09971-4673
 KDFB Pemfling

Nr. 3-29783
 So 01.10.2023,
9.00 – 11.00 Uhr
 Pösing, Pfarrheim
 € 35,00 € für 10 Treffen
 Monika Gibas,
 Tel. 09461-8769708
 Pfarrei Pösing

Nr. 3-29784
 ab September 2023
wöchentliche Treffen
 Rötz, Fürstenkasten
 € 35,00 € für 10 Treffen
 Michaela Hettler,
 Tel. 0175-4165654
 Kolpingfamilie Rötz

Kurs | 10 Treffen
Eltern-Kind-Gruppen
**Nach dem Regensburger Modell - thematische
 Treffen unter pädagogischer Leitung**
 Di und Mi 09.00.11.00 Uhr
 Leitung: Julia Münch

Kurs | 10 Treffen
Eltern-Kind-Gruppe
**Nach dem Regensburger Modell - thematische
 Treffen unter pädagogischer Leitung**
 Di 09.00-11.00 Uhr
 Mi 09.00-11.00 Uhr
 Leitung: Sandra Hierstetter

Kurs | 10 Treffen
Eltern-Kind-Gruppen
**Nach dem Regensburger Modell - thematische
 Treffen unter pädagogischer Leitung**
 Di 09.00-11.00 Uhr
 Mi 08.00-10.00 Uhr
 Leitung: Monika Gibas

Kurs | 10 Treffen
Eltern-Kind-Gruppe
**Nach dem Regensburger Modell - thematische
 Treffen unter pädagogischer Leitung**
 Di 09-11.00 Uhr
 Leitung: Michaela Hettler

Nr. 3-29785
 ab September
wöchentliche Treffen
 Waffnbrunn,
 Pfarrzentrum
 € 35,00 € für 10 Treffen
 Alexandra Ebert,
 Tel. 09971-40573
 KDFB Waffnbrunn

Nr. 3-29786
 ab September
wöchentliche Treffen
 Walderbach, Pfarrheim
 € 35,00 € für 10 Treffen
 Joanna Janke
 Daniela Hierl
 Tel. 09464-9113468
 Tel. 09464-951985
 Pfarrei Walderbach

Nr. 3-29787
 ab September 2023
wöchentliche Treffen
 Walmünchen,
 Gaubaldhaus
 € 35,00 € für 10 Treffen
 Christiane Dirscherl,
 Tel. 0173-6956250
 KDFB Waldmünchen

Nr. 3-29790
 ab September 2023
wöchentliche Treffen
 Wilting, Pfarrheim
 € 35,00 € für 10 Treffen
 Margit Heller,
 Tel. 09971-9966396
 Pfarrei Wilting

Kurs | 10 Treffen
Eltern-Kind-Gruppe
**Nach dem Regensburger Modell - thematische
 Treffen unter pädagogischer Leitung**
 Di und Mi 08.30-10.30 Uhr
 Leitung: Alexandra Ebert

Kurs | 10 Treffen
Eltern-Kind-Gruppen
**Nach dem Regensburger Modell - thematische
 Treffen unter pädagogischer Leitung**
 Di und Do 09.00-11.00 Uhr
 bei Bedarf Mi-Gruppe möglich
 Leitung: Daniela Hierl, Joanna Janke

Kurs | 10 Treffen
Eltern-Kind-Gruppen
**Nach dem Regensburger Modell - thematische
 Treffen unter pädagogischer Leitung**
 Mi 09.00-11.00 Uhr
 Leitung: Christiane Dirscherl

Kurs | 10 Treffen
Eltern-Kind-Gruppen
**Nach dem Regensburger Modell - thematische
 Treffen unter pädagogischer Leitung**
 Mo 09.00-11.00 Uhr
 eine weitere ist Gruppe geplant
 Leitung: Margit Heller

Nr. 3-29757

ab September 2023
wöchentliche Treffen

Chammünster,
Pfarrheim

€ 35,00 € für 10 Treffen

Stephanie Breu,
Tel. 09971-769988

Pfarrei Chammünster

Nr. 3-29788

ab September
wöchentliche Treffen

Wetzell, Pfarrheim,
Wiesinger Str. 14, 93444
Bad Kötzting-Wetzell

€ 35,00 € für 10 Treffen

Susanne Bergbauer,
Tel. 09941-906950

Pfarrei Wetzell

Kurs**Eltern-Kind-Gruppe**

**Nach dem Regensburger Modell - thematische
Treffen unter pädagogischer Leitung**

Fr 9.30-11.30 Uhr (anderer Tag möglich)

Leitung: Stephanie Breu

Kurs**Eltern-Kind-Gruppe**

**Nach dem Regensburger Modell - thematische
Treffen unter pädagogischer Leitung**

Mi 09.30.-11.30 Uhr

Leitung: Susanne Bergbauer

Nr. 3-29104

Sa 21.10.2023,
9.00 – 16.00 Uhr

Roding, Haus der
Pfarrgemeinde „Sankt
Gallus“

Kath.Pfarramt Roding,
Tel. 09461-1302;
info@pfarramt-
roding.de

Dekanat Cham

Nr. 3-29839

03.11.|10.11.2023,
jew. 18.00-21.30 Uhr

Harrling, Max-Kolbe-
Haus (Pfarrheim)

Diakon Martin
Peintinger, Tel.
09944-2465 | martin-
peintinger@gmx.de

Dekanat Cham

Nr. 3-29494

Sa 09.03.2024,
9.00 – 14.00 Uhr

Waldmünchen,
Gaubaldhaus

Kath. Pfarramt
Waldmünchen
Tel. 09972-1326

Dekanat Cham

Seminar**Ehevorbereitungsseminar**

Referent: Pfr. Holger Kruschina

**Ehevorbereitungsseminar an
zwei Abenden**

Referententeam:

Diakon Martin Peintinger, Claudia Lex

Ehevorbereitungsseminar

Referententeam:

Martin Kowalski, Julia Salzberger,
Christian Lommer



Ehevorbereitungsseminare



KULTUR

KULTUR



Nr. 3-29794

📅 **Do 28.09.2023,
12.00 Uhr**

🚗 KDFB Bad Kötzing

Bildungsfahrt zum oberpfälzer Handwerksmuseum in Hillstett mit Kirchenführung in Seebarn

Leitung/Organisation: Anna Deml

Nr. 3-29951

📅 **ab 29.09.2023 5
Treffen, jew. 17-18 Uhr**📍 Falkenstein,
Krankenhausstr. 7€ 50,- Euro/Person incl.
Leihharfe, excl.
Notenmaterial

🚗 KDFB Falkenstein

Kurs

Tischharfe lernen

Referentin: Claudia Griesbeck

Nr. 3-29924

📅 **So 01.10.2023,
Abfahrt 13.30 Uhr am
Gemeindeparkplatz**

📍 Kreut bei Konzell

€ 16,00 €

✍️ Cäcilia Piendl,
Tel. 09467-15 38
Monika Hornauer,
Tel.
09467-711826🚗 KDFB
Michelsneukirchen**Betriebserkundung**

Käsereibesichtigung der privaten Käseerei „Käsehandwerk“

Neben der Führung durch die Käseerei und wertvollen Informationen zur Käseherstellung wird natürlich auch eine Verkostung des Käses in den schönen Räumlichkeiten der Käseerei geboten.

Führung: Nicola Nagels

Nr. 3-29908

📅 **Di 03.10.2023
Abfahrt 07.00 Uhr**

€ 30,00 €

✍️ Irene Kolbeck,
Tel. 09977-674

🚗 Pfarrei Arnschwang

Bildungsfahrt

Bildungsfahrt nach Prag

Nach einem Gottesdienst in der Kirche Panny Marie Vitezne erleben wir die tschechische Hauptstadt durch verschiedene Führungen.

Organisation: Karin Bücherl

Nr. 3-29849

📅 **Di 03.10.2023,
10.00 Uhr**

📍 Rötz

🚗 KAB Kreisverband
Cham/KAB Rötz

Geführte Wanderung zum Heimatmuseum Hillstett

Mit Vorstellung des Gemeinwohlökonomie-
Wanderweges

Leitung/Organisation:
Brigitte Wagner, Günther Hofmann

Nr. 3-29874

📅 **Sa 07.10.2023
Abfahrt 06.30 Uhr**✍️ Renate Heumann, Tel.
09673-1787

🚗 KDFB Treffelstein

Bildungsfahrt

Fahrt nach Altötting und zum Bogenberg

Kirchenführung und Informationen zur Entstehung der Wallfahrt zum Bogenberg

Leitung/Organisation:
Pfarrer Albert Hölzl, Renate Heumann

Nr. 3-29706

📅 **Sa 07.10.2023
Abfahrt 07.00 Uhr**

€ 55,00 €

✍️ Brigitte Mauerer,
Tel.09947-2200🚗 KDFB Neukirchen b. Hl.
Blut**Bildungsfahrt**

Bildungsfahrt nach Prag mit Führungen

Führungen: Josef Altmann,
ehem. Tourismusbeauftragter des Marktes
Eschlkam

Leitung/Organisation: Brigitte Mauerer



Kulinarischer Liederabend



Nr. 3-29926

**Sa 07.10.2023,
18.00 Uhr**

Cham, Hotel am Regenbogen

€ 39,00 Euro (Menü, Musik, Spende an die OBA)

Hotel am Regenbogen Cham, Tel. 09971-8493

Hotel am Regenbogen Cham, KEB Cham

„Es ist eine große Kunst, wie an diesem Abend Witz, Leichtigkeit, Ernst und Nachdenklichkeit miteinander verbunden wurden.“

So umschrieb treffend die Presse vergangene Liederabende der fünf. Eingebettet in ein dreigängiges Herbstmenü gibt es dabei Lieder in Mundart und in hochdeutscher Sprache. Der Wiesenter Liedermacher Ali Stadler schreibt und singt humorvolle, hintergründige, nachdenkliche, kritische und lyrischer Lieder. An dem Abend tritt er gemeinsam mit Monika Bückert, Markus Niemeier und Hanni Stadler auf. Im Gepäck haben sie eine bunte Auswahl alter und neuer Lieder. Markus Niemeier und Jockl Schwarz werden an dem Abend originale und originelle Wirtshausmusik auf ihre ganz besondere, unverkennbare Art präsentieren. Zwei Gruppen mit sehr unterschiedlichen Stilen begegnen sich da - und harmonieren wunderbar mit-

einander. Von jeder Eintrittskarte geht ein Teilbetrag an die Offene Behindertenarbeit im Landkreis Cham. Schöne Musik, inspirierende Texte, gutes Essen und eine Unterstützung für die wertvollen Aktivitäten der OBA - beste Voraussetzungen für einen rundum gelungenen Abend.

Akteuren*innen des Abends:
Ali Stadler, Monika Bückert, Markus Niemeier, Jockl Schwarz und Hanni Stadler

Nr. 3-29966

**Mi 11.10.2023
Abfahrt 13.00 Uhr**

Waffenbrunn, , 93494
Waffenbrunn

€ auf Anfrage

Brigitte Zwicknagl, Tel.
09971-6681

Senioren Waffenbrunn

Betriebserkundung

**Führung durch die
Teppichweberei Hutter in
Tiefenbach mit Besichtigung
des Skulpturenweges des
Künstlers Ludwig Gerhard**

Nr. 3-29805

**Mi 11.10.2023,
14.00 Uhr**

Chamerau, Pfarrheim

Martha Weindl, Tel.
09944/9731

Senioren Chamerau

AutorInnengespräch und Vortrag

**Gedichte und Geschichten aus
dem Leben
Nachdenklich und lustig**

Die Autorin liest aus Ihren Büchern und erzählt von Begebenheiten, die zum Entstehen des jeweiligen Buches beitragen.



Referentin: Lisa Stögbauer,
Autorin



Nr. 3-29923

Kurstermine:
11.10., 31.10., 21.11.,
13.12.2023
jew. 18.00-19.30 Uhr

📍 Cham, Geistliches Zentrum der Redemptoristen

€ 10,00 € pro Treffen

📧 KEB Cham, Tel. 09971-7138 info@keb-cham.de

∞ Geistliches Zentrum Cham, KEB Cham

Nr. 3-29842

So 15.10.2023, 13.00 Uhr
Abfahrt

📍 Chammünster-Schwandorf

📧 Maria Schneider, Tel. 09971-32803

∞ KAB Chammünster

Workshop

Trommelworkshop

„Wer vergessen hat, wie man trommelt, hat vergessen wie man fühlt“, sagt ein Sprichwort aus Burkina Faso.

Afrikanische Trommelrhythmen sind pure Lebensfreude. Sie berühren durch ihre Ursprünglichkeit, ihr Temperament und ihre Leidenschaftlichkeit, sie erfüllen den Menschen mit intensiver Energie und Dynamik. Afrikanische Rhythmen kennenlernen und spielen, das können Interessierte bei diesem vierteiligen Trommelworkshop.

Hinweis: Sowohl Einzeltermine als auch Kurs mit 4 Treffen buchbar. Bitte eine eigene Djembe oder Trommel mitbringen! Nach Absprache ist das Ausleihen eines Instrumentes möglich.

Referentin: Rita Bücherl,

Diplom-Sozialpädagogin mit Schwerpunkt Musik- und Bewegungserziehung

Bildungsfahrt

Bildungsfahrt nach Schwandorf/Kreuzberg

Führung in der Wallfahrtskirche Kreuzberg
 anschließend Einkehr in Bodenwöhr

Referent: Franz Kreuzinger

Leitung/Organisation: Maria Schneider

Literaturgespräche

Wir lieben Bücher. Und gute Gespräche

Offener Lesekreis der KEB



Nr. 3-29927

monatlich am vorletzten Montag jeweils um 19.30 Uhr

📍 Cham, Klostermühle Altenmarkt

∞ Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Cham e.V.

Sind sie auch neugierig darauf, was andere in einem Buch entdecken? Offen dafür, auch mal „was ganz anderes“ zu lesen? Interessiert am Austausch mit BücherfreundInnen?

Herzlich willkommen im offenen Lesekreis der KEB Cham! Wir freuen uns auf ihre Ideen und Anregungen.

Organisation: Julia Salzberger

E.T.A. Hoffmann: Das Fräulein von Scuderi
 Mo 16.10.2023, 19.30 Uhr

Fjodor Dostojewski: Schuld oder Sühne?
 Mo 20.11.2023, 19.30 Uhr

Erich Kästner: Drei Männer im Schnee
 Mo 18.12.2023, 19.30 Uhr

Pilgerwanderung

Deutsch-tschechische Pilgerwanderung von Klatovy nach Všeruby

Mit Baumplanzaktion und Pilgertreffen in Dlačov



Nr. 3-29358

**Sa 21.10.2023,
7.45 Uhr – So
22.10.2023, 14.00 Uhr**

€ ca. 20,00 Euro

✉ KEB Cham, Tel.
09971-7138 | info@keb-
cham.de

∞ Ultraia.cz, KEB Cham

10 Jahre ist es her, dass sich im Oktober 2013 im Vorfeld des Katholikentages in Regensburg bei einer Pilgerwanderung Tschechen und Deutsche gemeinsam auf den Jakobsweg von Prag nach Neukirchen b.Hl.Blut begaben. Daran wollen wir anknüpfen bei einer Pilgerwanderung im böhmischen Grenzland von Klatovy nach Vseruby. Nach dem Treffen mit den tschechischen Pilgern am Bahnhof in Klatovy pilgern wir 12,5 Kilometer zum Dorf Dlačov. Dort lassen wir unsere Rucksäcke in der örtlichen Schule und gehen zu dem Dorf Nova Viska. Dort pflanzen wir 60 Bäume. Nach einem geselligen Pilgertreffen abends, übernachteten wir im Kindergarten von Dlačov. Nach dem Frühstück pilgern wir nach Kdyně, wo sich am Bahnhof die Wege der tschechischen und deutschen Pilger wieder trennen.

Leitung/Organisation: Tomáš
Jindřichschechische Jakobusgesellschaft "ultraia"
Leitung: Michael Neuberger,
geschäftsführender Bildungsreferent der KEB
Cham

Kurs

Aquarell und Zeichnung – Komposition und Reduktion

Das Seminar ist für alle Interessierte - Anfänger wie auch Fortgeschrittene geeignet. Die Referentin legt Wert darauf, bei jedem Teilnehmer die persönlichen Stärken zu fördern und jeden zu motivieren auch mal etwas Neues auszuprobieren, damit jeder seinen eigenen Stil entwickeln bzw. ausbauen kann. Ganz nach dem Motto: alles 'Kann' und nichts muss'. Hierzu wird zu Beginn eines jeden Seminartages auf das Thema eingestimmt, Anregungen für die Umsetzung gegeben und die Bilder individuell besprochen.

Referent: Sylvia Dörfler,
Malerin für Aquarell und Mischtechnik



Nr. 3-29169

**Mo 23.10.2023,
14.00 Uhr – Do
26.10.2023, 14.30 Uhr**

📍 Strahlfeld, Haus der
Begegnung

€ Kursgebühr :120,00 €
Pension/EZ: 222,00 €
als Tagesgast 29,00 €
pro Tag

✉ Sylvia Dörfler, Tel.
09471/807311,
Mobil 0175/2918300 ,
sd.private@gmx.net

∞ Haus der Begegnung/
Kloster Strahlfeld

Sing mit!

Angeleitetes offenes Singen



Nr. 3-29730

Termine:
Mo 23.10.2023,
Mo, 27.11. 2023
Di 23.01.2024,
 jew. 18.00-19.30 Uhr

📍 Cham, Geistliches Zentrum der Redemptoristen

€ freiwilliger Unkostenbeitrag erbeten

📞 KEB Cham, Tel. 09971-7138
 info@keb-cham.de

📍 KEB Cham, Geistliches Zentrum Cham

Singen ist gesund und macht glücklich...es schafft Verbindung und Begegnung, läßt uns abschalten vom Alltag und Kraft tanken. „Sing mit !“ im Geistlichen Zentrum Cham ist entspanntes Feierabendsingen - im Mittelpunkt steht die Freude und der Spaß am gemeinsamen Gesang!



Leitung: Margarete Hetzelein

Mo 23.10.2023,
 18.00 – 19.30 Uhr

Woher die „Tochter Zion“ und der „Dornwald“ kommen

Offenes Singen mit Adventsliedern aus dem Gotteslob und deren Hintergründen

Singen gehört zu Advent und Weihnachten wie Plätzchen, Krippe und Adventskranz. Die Lieder, die wir in dieser Zeit singen, sind voll von Bildern und Symbolen, die uns zunehmend fremd sind. Ebenso enthält gerade das 2016 neu herausgegebene Gotteslob Liedschätze, die wir an diesem Abend ge-

meinsam heben wollen.

Leitung: Margarete Hetzelein

Erläuterungen zu den Adventsliedern:
 Michael Neuberger

Di 23.01.2024,
 18.00 – 19.30 Uhr

Vortrag

Totenbrauchtum früher – heute – morgen



Nr. 3-29614

Di 24.10.2023,
20.00 Uhr

📍 Schorndorf, Pfarrheim
 📍 PGR Schorndorf

Im Vortrag wird aufgezeigt, wie selbstverständlich für die Menschen früher der Umgang mit Tod und Sterben war - ebenso wie der Glaube an die Gegenwart der Armen Seelen. Bräuche rund um Sterben und Beerdigung werden vorgestellt.

Referentin: Elfriede Dirschedl,
 Autorin und Heimatforscherin; 2. Vorstand der Familienforscher in der Oberpfalz



Nr. 3-29604

Kurstermine:
25.10., 02.11., 08.11.,
15.11., 22.11.,
29.11.2023,
jew. 17.30-19.00 Uhr

📍 Cham, Geistliches Zentrum der Redemptoristen

€ 70,00 €

Lastschrift

Verwendungszweck:
 3-29604 + Name der Teilnehmenden

✉ KEB Cham,
 Tel. 09971-7138
 info@keb-cham.de

Nr. 3-29870

Do 26.10.2023,
19.00 Uhr

📍 Zell, Gasthaus Fuchs

∞ Frauenrunde Zell

Nr. 3-29858

Do 09.11.2023,
14.00 Uhr

📍 Döfering, Pfarrheim

∞ Senioren Döfering

Kurs

Gitarre am Lagerfeuer

Gitarrenkurs für Fortgeschrittene

Der Kurs wendet sich an Anfänger mit ersten Akkordkenntnissen und Wiedereinsteiger. Die Teilnehmenden sollten die gängigsten Akkorde (G, D, Em Am, C) einigermaßen flüssig wechseln können. Vermittelt und geübt wird das begleiten einfacher, populärer Lieder mittels verschiedener Schlagrhythmen und Zupfmuster. Eingestreut werden weiterführende Konzepte wie Akkordverzierungen, perkussive Elemente, Tabulatur oder Power-Akkorde.



Leitung: Christian Liegl

Gedichte mit Geschichten aus dem Leben – nachdenklich und heiter

Autorenlesung mit Gespräch



Autorin: Lisa Stögbauer

Vortrag

Totenbräuche in früheren Zeiten, Totenbretter mit Schriften im Bayerischen Wald

Referentin: Maria Schneider

Nr. 3-29796

Do 09.11.2023,
16.00 Uhr

📍 Grub bei Bad Kötzing, Gasthaus Fechter

∞ KDFB Bad Kötzing

Nr. 3-29694

Fr 10.11.2023,
19.00 Uhr

📍 Ränkam, Pfarrheim

∞ KDFB Ränkam

Nr. 3-29852

Fr 17.11.2023,
19.30 Uhr

📍 Waffenbrunn, Pfarrkirche

∞ KAB Waffenbrunn



Nr. 3-29933

Fr 24.11.2023,
18.00 Uhr – So
26.11.2023, 13.00 Uhr

📍 Hofstetten, Apostolatshaus der Pallottiner

∞ Apostolatshaus Hofstetten

Dia-Vortrag

Bilder aus der Vergangenheit Kötzing

Referent: Haymo Richter

Vortrag

Beinahe 800 Jahre Ränkam

Überblick über die wechselvolle Geschichte des Bayerwaldorfes

Referent: Johann Ziesler

Vortrag

Geschichte der Pfarrei Mariä Himmelfahrt Waffenbrunn und der Pfarrkirche Waffenbrunn

Referentin: Lydia Preischl, Religionslehrerin i.K.

Kurs

Kalligraphie – am Beispiel der gotischen Schrift

Einführung in die Kalligraphie

Der Regensburger Kalligraf Johann Maierhofer führt Sie an diesem Wochenende in die Grundlagen der Kalligrafie ein. Am Beispiel der gotischen Schrift machen Sie sich mit einem kontemplativen Alphabet vertraut und erlernen den Umgang mit Bandzugfeder und Tinte

Referent: Johann Maierhofer

Nr. 3-29954

📅 **Sa 25.11.2023 – So
26.11.2023**

📍 Falkenstein

🔖 noch offen

📧 Claudia Griesbeck

🚗 KDFB Falkenstein

Nr. 3-29726

📅 **Mo 27.11.2023,
14.30 Uhr**

📍 Furth i. Wald, Pfarrsaal

📧 Christine Schmidberger,
Tel. 09973-3373

🚗 KDFB Furth i. W.

Nr. 3-29824

📅 **Do 14.12.2023,
14.00 Uhr**

📍 Cham, Cordonhaus

🚗 Senioren Cham St.
Josef

Nr. 3-29571

📅 **So 07.01.2024 – Sa
20.01.2024**€ 2.600,00 € (DZ)
3.100,00 (EZ)📧 Pater Josephkuty
Thomas Kizhakepurathu
MCBS, Tel.
09971-7644715 |
0152-06667574🚗 Pfarreiengemeinschaft
Pemfling-Grafenkirchen-
Waffenbrunn

Musicalfahrt nach Wien

Führung durch die Prunkräume von Schloß
Schönbrunn

Organisation: Claudia Griesbeck

AutorInnengespräch und Vortrag

„mei staade Zeit“

Lesung zum Advent
(mit musikalischer Begleitung)



Autorin: Lisa Stögbauer

Führung durch die Krippen- Ausstellung im Cordonhaus

Führung: Timo Bullemer, Stadtarchivar

Leitung: Maria Kalz

Bildungsfahrt

Studienreise nach Indien

mit Führungen vor Ort

Die Reise führt in den Norden Indiens mit dem Goldenen Dreieck Delhi, Agra und Jaipur. Per Inlandflug geht es weiter in den Süden Indiens - nach Cochin in Kerala, die Heimat von Pater Joseph. Im Programm ist der Besuch einer Tee-Plantage im Gebiet von Munnar vorge-sehen. Bei einer Fahrt im Hausboot auf Keralas Backwaters - ein verzweigtes Wasserstraßennetz mit 1900 Quadratki-lometern Fläche - kann man Einblicke in das Leben der einheimischen Bauern und Fischer hautnah gewinnen. Ein Highlight der Reise ist zum Abschluss der Aufenthalt am Marari-Strand.

Leitung:

Pater Josephkuty Thomas Kizhakepurathu
MCBS

Kulinarischer Filmabend unterm Ödenturm

Kino, Kunst, Genuss



Nr. 3-29675

📅 **Fr 26.01.2024,
18.30 Uhr**📍 Chammünster,
Gasthaus Ödenturm€ Preis für Aperitif, Menü
ist wegen der geplanten
Mehrwertssteuererhöhu-
ng noch offen📧 KEB Cham,
Tel. 09971-7138
info@keb-cham.de🚗 Katholische
Erwachsenenbildung im
Landkreis Cham e.V.

Gute Filme machen aufmerksam auf die spirituelle Dimension des Lebens, laden ein zum Betrachten und Nachdenken. Ähnliches gilt für ein gutes Essen. Es geht um weit mehr als um Nahrungs-aufnahme. Beim Filmabend sind Aperitif, Vor- und Hauptspeise sowie Dessert mit dem abgestimmt, was zuvor an schmackhaften Zutaten und erlesenen Speisen auf der Leinwand zu sehen ist. Familie Hunger und ihr Team sorgen für den kulinarischen, Dr. Thomas Kroll für den cineastischen Teil des Abends.

Hinweis: Ein ideales Weihnachtsgeschenk, nicht nur für Paare! Gutscheine gibt es im Gasthaus Ödenturm.



Referent: Dr. Thomas Kroll,
Mitglied der Kath. Filmkommission und
Leiter der Stabsstelle „Experimentelle
Wege der Pastoral“ im Erzbistum Ham-
burg

Nr. 3-29915

**28.01. | 03., 10., 11.,
17.02. 2024**
jew. 09.00-16.30 Uhr

Sattelpelinstein,
Pfarrsaal

Birgit Seidl,
Tel. 09974-903633

Kath. Frauen- &
Mädelsgruppe Beistoi
e.V.

Nr. 3-29916

**18.02., 2., 3., 17., 23.
03. 2024**
jew. 09.00-16.30 Uhr

Sattelpelinstein,
Pfarrsaal

Birgit Seidl,
Tel. 09974-903633

Kath. Frauen- &
Mädelsgruppe Beistoi
e.V.

Kurs 1

Dirndl-Nähkurs

Anleitung zum Nähen eines Dirndl-Kleides

Leitung: Ingrid Roider

Kurs 2

Dirndl-Nähkurs

Anleitung zum Nähen eines Dirndl-Kleides

Leitung: Ingrid Roider

GESUNDHEIT

GESUNDHEIT





Nr. 3-29738

Infovortrag
Mo, 25.09.2023
18:30 Uhr

Seminartag
Sa, 28.10.2023
10:00 – 18:00 Uhr

📍 Cham, Klostermühle
Altenmarkt

€ 10,00 €

✉ Gabriele Zobel,
Tel. 09461 9124779
Handy 0173-2317144

Info-Vortrag

Öffne Dich für alternatives Heilen und belebe Deine Schönheit durch Naturrezepte

Erfahren Sie mehr über ... ganzheitlichen Heilmethoden, um Körper und Geist wieder in Einklang zu bringen

... die Aktivierung der Selbstheilungskräfte, Gesundheit und positive Lebensenergie

... ganzheitliche Lösungsansätze zu Problemen mit Stoffwechsel, Übergewicht, Gelenk- und Muskelbeschwerden u.a.



Referentin:
Gabriele Zobel, Energietherapeutin



Nr. 3-29686

📍 Cham, Geistliches Zentrum der Redemptoristen (Neumannsaal)

€ Infoabend kostenlos
Kursgebühr: 39,00 €

☞ Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Cham e.V.

Vortrag

BALLance® – was ist das?

Vortrag in Theorie und Praxis

Mach dich auf den Weg hin zu einem schmerzfreien Rücken! Richte deine Wirbelsäule auf und entlaste deine Bandscheiben mit der BALLance®-Methode nach Dr. Tanja Kühne. Die Übungen werden hauptsächlich in entspannter Rückenlage ausgeführt. Sie bestehen aus langsamen Roll-, Dreh- und massageähnlichen Druckbewegungen sowie Liegen auf den BALLance®-Bällen, kombiniert mit Atemübungen.

Kernziel ist die Aufrichtung der Brustwirbelsäule, was wiederum zur Entspannung in der Hals- und Lendenwirbelsäule führt. Die Übungen wirken ausgleichend auf muskuläre Verspannungen aufgrund von Fehlhaltungen, nehmen positiven Einfluss auf deine Atmung und senken dein Stress-Level. Ein wohltuender Ausgleich unter anderem für (zu) langes Sitzen am Schreibtisch. Mehr unter www.motion-for-life.com



Nr. 3-29940

ab Oktober 2023 laufende Kurse

📍 Strahlfeld, Haus der Begegnung

€ auf Anfrage

✉ Haus der Begegnung Strahlfeld,
Tel. 09461-91120

☞ Haus der Begegnung/
Kloster Strahlfeld

Besonders effektiv erweist sich die Methode u.a. bei folgenden Indikationen:

LWS-Syndrom, BWS-Syndrom, HWS-Syndrom, Ischias- und Piriformis-Syndrom, Impingement-Syndrom, Skoliose, Spinalkanalstenose, Morbus Bechterew/Morbus Scheuermann, Schmerzpatienten (muskulär bedingt), MS (Verspannungen wegen starker psychischer Belastung), Burnout und Depression, Asthma Bronchiale, etc.

Referentin: Kerstin Weinzierl,
Sportwissenschaftlerin B.A., Bewegungskoaching und Gesundheit

BALLance® - was ist das?

Unverbindlicher Informationsabend für den Kurs
Di 26.09.2023, 19.00 Uhr

BALLance® zum Kennenlernen. Eine Übung, die dein Leben verändert

Kurs an vier Abenden
10.10. | 17.10. | 24.10. | 31.10.2023
jew. 10.30-11.30 Uhr

Kurse

Einführungs- und Aufbaukurse Fußreflexzonenmassage

Ziel der Reflexzonenmassage ist es, die durch Ablagerungen teilweise blockierte Verbindung zwischen den einzelnen Organen/Körperteilen mit den entsprechenden Nerven-Endpunkten in den Füßen und Händen wieder herzustellen. Daher wird die Original Reflexzonenmassage auch Akupressur (gezielter Druck) genannt. Sie ist geeignet, um vorhandene Störungen im Körper auffindig zu machen, Beschwerden zu verbessern, Schmerzen zu lindern. Speziell zur Entfernung des Hallux valgus ohne OP, Migräne, Sodbrennen, Fersensporn. Dazu werden Einführungskurse angeboten.

Einführungskurse während der Woche:
Do, 05.10. - Fr, 06.10.2023
Di, 24.10. - Mi, 25.10.2023

Aufbaukurs während der Woche:
Fr, 20.10. - Sa, 21.10.2023



Leitung: Sr. Jubilata Marder

Vortrag

**Bewegung macht frei im Kopf,
hält gesund und erleichtert
weise Entscheidungen**



Referent: Josef Kratschmann,
Arbeitsstelle „Seniorenpastoral“

Kurs

Qi Gong und Meditation

Einführung in Theorie und Praxis

Chinesische Heilgymnastik und meditative Angebote für interessierte Frauen und Männer. Qi Gong ist leicht zu erlernen und für Menschen jeglichen Alters zu empfehlen.

Referenten: Wolfgang Burgard,
Heilpraktiker, Qi Gong-Lehrer

Sr. M. Ecclesia Gruber

**Fahrt nach Vilzing mit Führung
auf dem Milchhof Irrgang**

Referent: Familie Irrgang

Nr. 3-29857

**Do 06.10.2023,
14.00 Uhr**

Döfering, Pfarrheim
Senioren Döfering

Nr. 3-29930

**Fr 06.10.2023,
18.00 Uhr – So
08.10.2023, 13.00 Uhr**

Hofstetten,
Apostolatshaus der
Pallottiner
Pensionskosten:
136,00 €/EZ
Kursgebühr: 100,00 €
Apostolatshaus
Hofstetten,
Tel. 09462-9500
Apostolatshaus
Hofstetten

Nr. 3-29259

Sa 07.10.2023

Angelika Groß, Tel.
09978-801654
KLB Döfering



Nr. 3-29168

**Sa 07.10.2023,
9.00 – 16.00 Uhr**

Strahlfeld, Haus der
Begegnung
Verpflegung: 26,00 €
Kursgebühr: 50,00 Euro
Haus der Begegnung
Strahlfeld,
Tel. 09461-91120
Haus der Begegnung/
Kloster Strahlfeld

Kurs

**Akupressur bei Kopfschmerzen
und Migräne**

Impulse zur Therapie

Wie kann ich mir selbst bei akuten oder chronischen Kopfschmerzen ohne Tabletten helfen? Sie lernen die wichtigsten Akupressur-Punkte gegen Kopfschmerz/Migräne kennen, so manche kräuterheilkundliche Rezeptur, spezielle Übungen und vieles mehr.

Referentin: Renate Sollinger



Nr. 3-29931

**Mo 09.10.2023,
11.00 Uhr – So
15.10.2023, 13.00 Uhr**

Hofstetten,
Apostolatshaus der
Pallottiner
240,00 €/EZ
Kursgebühr: 225,00 €
Apostolatshaus
Hofstetten,
Tel. 09462-9500
Apostolatshaus
Hofstetten

Kurs

**Leichtes Fasten nach Hildegard
von Bingen**

Die heilige Hildegard von Bingen ist die große deutsche Prophetin. Ihr ganzes Leben bezeugt ihren Mut, ihren unerschütterlichen Glauben und ihre Verbindung zum Göttlichen. Durch Fasten und innere Einkehr schöpfen auch wir Kraft für den österlichen Neubeginn. Die Fastenheilmahrung nach Hildegard pflegt dabei unseren Körper. Leichtes Fasten mit Gemüsesuppe und Tee, keine Nulldiät.

Leitung: Maria Riepl



Nr. 3-29775

10 Treffen: 10.10. | 24.10. | 07.11. | 21.11. | 12.12.2023 | 09.01. | 23.01. | 06.02. | 20.02. | 27.02.2024, jeweils 14.30-16.00 Uhr

📍 Cham, Hotel am Regenbogen

€ Für 10 Treffen 41,00 €

✉ Hannelore Endrich, Tel. 09971-32150

∞ Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Cham e.V.

Nr. 3-29866

Do 12.10.2023, 19.00 Uhr

📍 Roding, Schulküche der Mittelschule

✉ Centa Weber, Tel. 09461-3955

∞ KDFB Roding

Kurs

Lass Dich bewegen !

Seniorentanzkreis zum Knüpfen sozialer Kontakte

Seniorentanz ...

... ermöglicht geselliges Tanzen für Frauen und Männer ab 50. Jüngere kommen immer mehr dazu, weil es Spaß macht.

... bietet Gemeinschaft, fördert Kommunikation, bereitet Freude und ist gesund. ... kennt keine Führungsrolle; deshalb sind Partnerwechsel fester Bestandteil der meisten Tänze.

... hat viele Quellen wie z.B. Volkstänze, Gesellschaftstänze, alte und neue Tanzformen aus aller Welt.

Leitung: Hannelore Endrich,
Tanzleiterin des Bundesverbandes Seniorentanz, LeA-Leiterin

Kochkurs: Partyküche

Anleitung / Zubereitungsmöglichkeiten erlernen

Referent: Andreas Förster



Nr. 3-29760

Termin 1:
14.10.2023
09.30-17.00 Uhr
Termin 2:
03.02.2024
09.30-17.00 Uhr

📍 Cham, Geistliches Zentrum der Redemptoristen

€ 70,00 € (incl. 40 € Kursgebühr)

✉ Geistliches Zentrum Cham, Tel. 09971-2000-0

∞ Geistliches Zentrum Cham

Seminar

Resilienz im Alltag

Resilienz als Baustein eines stabilen Lebens fördern

Resilienz ist eine Kernfähigkeit, um persönliche Stabilität und Wohlbefinden aktiv zu erhalten und selbst aus Bedrohungen und langanhaltenden Belastungen konstruktiv zu lernen. Dieser eintägige Workshop möchte wichtige Informationen zum Thema Resilienz in einer Art und Weise und auch Methodik vermitteln, dass die behandelten Themen auch nachhaltig präsent bleiben. Wie der christliche Glaube die persönliche Resilienz stützen kann, wird herausgearbeitet. Die Teilnehmer*innen lernen auf sich selbst zu schauen und trainieren in Ansätzen, ihre Resilienz zu stärken und auszubauen.



Referent: Dr. Wolfram Strack,
Theologe, Mitarbeiter im Bereich human resources der Siemens AG, zertifizierter Coach



Nr. 3-29179

Sa 14.10.2023,
10.00 - 16.00 Uhr

📍 Kloster Strahlfeld – Haus der Begegnung

€ Kursgebühr: 80,00 €
Pesnion: 24,00 €

✉ Sebastian Höcherl
Handy 0170 4305756
E-Mail:
sebastian.h8@gmx.de

∞ Haus der Begegnung/
Kloster Strahlfeld

Kurs

Hui Chun Gong – Gesundheit, Glück und Lebensfreude

Das Erlernen harmonischer Hui Chun Gong-Übungen fördert Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen; Hui Chun Gong - Harmonisches Fitnessstraining - Emotionale Blockaden lösen - Positives Denken - Das Herz öffnen - In Liebe sein - Mit Gott verbunden sein

Referent: Sebastian Höcherl



Nr. 3-29934
Sa 14.10.2023, 14.00 Uhr
 Hofstetten, Apostolatshaus der Pallottiner
 € 8,00 € Bar
 Michaela Dengler, 0151-40374462 (ab 16 Uhr)
 KDFB Apostolatshaus Hofstetten

Nr. 3-29962
Di 17.10.2023, 15.00 Uhr
 Tiefenbach, Ölmühle
 Monika Hammerlind, mhammerlind@web.de
 KDFB Waldmünchen

Nr. 3-29745
Di 17.10.2023, 19.00 Uhr
 Sattelbogen, Pfarrhaus
 Elisabeth Stelzl, Tel. 09974-902018
 KDFB Sattelbogen

Geführte meditative Waldgesundheitswanderung im Klosterwald bei Hofstetten

Sich im von bizarren Felsgebilden durchzogenen, lichtdurchfluteten Wohlfühlwald des Klosters mit spirituellen Impulsen, Atem- und Achtsamkeitsübungen (Shinrin Yoku und Qi Gong) wieder in die eigene Mitte bringen und mit allen Sinnen auf Tuchfühlung mit der Schöpfung gehen, die Seele baumeln lassen.



Referentin: Michaela Dengler, Beschäftigungs- und Entspannungstherapeutin, Qi Gong Trainerin, zertifizierte Waldgesundheitstrainerin

Vortrag Öle und ihre Bedeutung für unsere Ernährung

Referent: Anita Vogl

Vortrag Finger-Qi-Gong Chinesische Fingergymnastik



Referentin: Michaela Dengler, Beschäftigungs- und Entspannungstherapeutin, Qi Gong Trainerin, zertifizierte Waldgesundheitstrainerin

Nr. 3-29739
Sa 28.10.2023, 10.00 – 18.00 Uhr
 Cham, Klostermühle Altenmarkt
 € 40,00 €
 Gabriele Zobel, Tel. 09461 9124779
 Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Cham e.V.

Nr. 3-29886
November 2023
 Gleißenberg, Pfarrheim
 Marion Liegl, Tel. 09975-904661
 KDFB Gleißenberg

Nr. 3-29195
Sa 04.11.2023, 10.00 Uhr – So 05.11.2023, 15.00 Uhr
 Strahlfeld, Haus der Begegnung
 € 75,00 € Pension/EZ: 76,00 € Tagesgast 46,00 €
 Haus der Begegnung Strahlfeld, Tel. 09461-91120
 Haus der Begegnung/ Kloster Strahlfeld

Tagesseminar

Öffne Dich für alternatives Heilen und belebe Deine Schönheit durch Naturrezepte



Referentin: Gabriele Zobel, Energietherapeutin

Einführung in die Klangschalenmeditation

Anleitung/Begleitung

Klangschalen sind tibetanische Instrumente, die für Meditation, Entspannung und zu Heilungszwecken eingesetzt werden.

Referentin: Eva-Maria Bablick, Physiotherapeutin, Yoga-Lehrerin

Kurs

Öffne Dich für alternatives Heilen und belebe Deine Schönheit durch Naturrezepte



Referentin: Gabriele Zobel, Energietherapeutin



Nr. 3-29728

Kurs 1:
6., 9., 13. und
16.11.2023
(4 Treffen jew. Mo und
Do)
jew. 18.30-20.30 Uhr

Kurs 2:
19., 22., 26.
und 29.02.2024
jew. 18.30-20.30 Uhr

📍 Chammünster,
Pfarrheim

€ 35,00 €

📞 KEB Cham, Tel.
09971-7138 oder
info@keb-cham.de

∞ Katholische
Erwachsenenbildung im
Landkreis Cham e.V.

Nr. 3-29862

📅 **Ab 08.11.2023, jeweils
mittwochs 09.00-10.30
Uhr, 6 Treffen**

📍 Döfering, Pfarrheim

€ kostenfrei

📞 Maria Schneider Tel.
09978-252

∞ Senioren Döfering /
Sozialversicherung für
Landwirtschaft, Forsten
und Gartenbau

Kurs

Heilfastenkurs – Basenfasten mit Basensuppe

**Ist der Darm gesund - ist auch der Mensch ge-
sund**

Mit diesem Basenfasten möchten wir den Körper von der Säurelast befreien und wieder einen ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt herstellen. Beim Basenfasten werden deshalb ausschließlich basisch verstoffwechselbare Nahrungsmittel gegessen bzw. solche, die neutral reagieren. Im Kurs werden Informationen über die Funktion unseres Darms und den Stoffwechsel, über Basen- u. Säurebildner, sowie die Herstellung der Basenkost vermittelt, sowie auch eine Änderung der Gewohnheiten in der Ernährung für die Zukunft besprochen. Denn: Ist der Darm gesund - ist auch der Mensch gesund.



Referentin: **Elfriede Schoßmaier**,
Gesundheits- und Ernährungsberaterin

Kurs mit sechs Treffen, jeweils mittwochs

„Trittsicher“ – Stolperfallen erkennen

Im Alter sich sicher bewegen

Ein Stolpern kann fatale Folgen haben. Gerade für Senioren werden die eigenen vier Wände häufig zur Gefahr. Denn viele Menschen sind mit zunehmendem Alter nicht mehr sicher auf den Beinen oder überschätzen ihre körperliche Kraft. Nicht nur Treppen können dann zu einem unüberwindbaren Hindernis werden, auch Türschwellen erweisen sich als tückische Stolperfallen.

Nr. 3-29263

📅 **Mi 08.11.2023,
19.00 Uhr**

📍 Eschlkam, Pfarrheim St.
Jakob

∞ Frauengruppe St. Jakob
Eschlkam

Nr. 3-29184

📅 **Sa 11.11.2023,
9.00 – 16.00 Uhr**

📍 Strahlfeld, Haus der
Begegnung

€ Verpflegung: 23,50 €
Kursgebühr: 50,00 €

📞 Haus der Begegnung
Strahlfeld, Tel.
09461-91120

∞ Haus der Begegnung/
Kloster Strahlfeld

Nr. 3-29181

📅 **Fr 17.11.2023,
18.00 Uhr – So
19.11.2023, 13.00 Uhr**

📍 Strahlfeld, Haus der
Begegnung

€ Kursgebühr: 90,00 €
Pension/EZ: 143,00 €

📞 Haus der Begegnung
Strahlfeld
Tel. 09461-91120

∞ Haus der Begegnung/
Kloster Strahlfeld

Hinweis: Der Kurs wird in Kooperation mit der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau angeboten und die Kosten für den Trainer übernommen.

Leitung/Organisation:
Angela Reisinger, Maria Schneider

N.N., Referentin der Berufsgenossenschaft

Vortrag

Unser Herz – Motor des Lebens

Referentin: Dr. Petra Dobler

Kurs

Immunistärkung für Herbst und Winter

Dieser Tageskurs vermittelt Einblick in die westliche Naturheilkunde und die Traditionelle Chinesische Medizin. Wissenswertes und praktische Übungen, die uns gesund durch die kalte Jahreszeit bringen sollen

Referentin: Renate Sollinger

Einführungskurs

Handauflegen – Die Heilkraft der Hände erfahren

Das Handauflegen ist in verschiedenen Traditionen zu finden. In diesem Kurs wollen wir uns an diese Kostbarkeit erinnern und uns für die göttliche Heilkraft öffnen. Wir lernen, wie sie auf den verschiedenen Ebenen in uns wirken kann.



Referentin: Ulrike Prucker-Pöllath,
Dipl. Sozialpädagogin (FH), Heilprak-
tikerin

Kurs

**Anleitung zum Binden und
Schmücken eines
Adventskranzes**

Referentin: Anna Deml

Workshop

**Heilkräfte und Kulinarik
unserer heimischen
Nadelbäume**

Christbaum-Upcycling

An diesem Wochenende werden wir uns den Nadelbäumen mit allen Sinnen nähern. Zunächst optisch und haptisch, um sie unterscheiden zu lernen. Dazu gehen wir in den Wald, um uns die Bäume in der Natur anzusehen. Schon beim Anfassen der Zweige, werden wir schnell Unterschiede bemerken. Im Seminarraum werden wir uns mit den verschiedenen Aromen und Inhaltsstoffen unserer heimischen Nadelbäume auseinander setzen.

Referentinnen: Tanja Gugau,
Kräuterpädagogin

Hedwig Weber,
Kräuterpädagogin

Nr. 3-29797

**Mi 22.11.2023,
13.00 – 15.00 Uhr**

Bad Kötzting,
Waschhalle im Bauhof
am Zeltendorfer Weg

KDFB

Nr. 3-29935

**Fr 01.12.2023,
14.00 Uhr – Sa
02.12.2023, 17.00 Uhr**

Hofstetten,
Apostolatshaus der
Pallottiner

€ Pension: 70,00 €
Kursgebühr: 100,00 €
Materialkosten: 25,00 €

Apostolatshaus
Hofstetten,
Tel. 09462-95032
exerzitenhaus-
hofstetten@pallottiner.o
rg

Apostolatshaus
Hofstetten

Nr. 3-29808

**Do 04.01.2024,
19.00 Uhr**

Neukirchen b. Hl.Blut.,
Schulküche in der
Grund- und Mittelschule

Roswitha Reitmeier, Tel.
09947-1009

KDFB Neukirchen
b.Hl.Blut

Nr. 3-29868

**Do 18.01.2024,
18.00 Uhr**

Roding, Schulküche der
Mittelschule

KDFB Roding

Nr. 3-29816

**Do 25.01.2024,
14.00 Uhr**

Falkenstein, Pfarrheim

Senioren Falkenstein

Kochkurs

**Kochabend: Lecker kochen mit
Sebastian**

Zubereitungsmöglichkeiten erlernen

Referent: Sebastian Steiger

Kurs

Küchel backen

Zubereitungsmöglichkeiten erlernen
Schritt-für-Schritt-Anleitung

Referentin: Bernadette Aschenbrenner

Humor im Alter

Geisigt fit bleiben durch Humor und Lebens-
freude

Referentin: Angelika Winter

PERSÖNLICHKEITSBILDUNG



Kurs

Durch Achtsamkeit Stress bewältigen

MBSR (mindfulness based stress reduction)
8 Wochen Übungsprogramm im Alltag



Nr. 3-29759

📅 **02.10. | 09.10. | 16.10. |
23.10. | 06.11. | 13.11. |
20.11. | 27.11.2023**
jew. **18.00-20.30 Uhr**
18.11.2023,
09.30 - 15.30 Uhr

📍 Cham, Geistliches Zentrum der Redemptoristen,

€ 380,00 €

📄 Geistliches Zentrum Cham,
Tel. 09971/ 2000-0

📍 Geistliches Zentrum Cham, KEB Cham

Unser moderner Alltag stellt uns oft auf eine harte Probe. Zeitmangel, Leistungsdruck und Fremdbestimmung erzeugen unablässigen Druck. Die Regelkreise unseres Körpers können kaum noch gegensteuern. Wie können wir uns schützen? Wie schaffen wir es, unsere innere und äußere Balance wiederzufinden? Das MBSR-Achtsamkeitstraining richtet sich an alle Menschen, die Wege suchen, mit Belastungen in Beruf und Alltag besser umzugehen, Stress und Hektik entgegenzuwirken und die ihrem Leben eine neue Quelle geben wollen.



Referentin: Ulrike Simon-Schwesinger, zertifizierte MBSR-Lehrerin, Dipl.Rel. päd. (FH), geistliche Begleiterin, Kontemplationslehrerin



Kurs

Endlich im Ruhestand?

Wie der Start in die neue Lebensphase gut gelingen kann!

Viele Menschen, die vor dem Ende der Erwerbstätigkeit stehen oder seit kurzem im „Ruhestand“ sind, erleben eine Mischung aus Freude auf den neuen Lebensabschnitt und Sorge darüber, welche Herausforderungen diese Zeit mit sich bringen wird. An diesem Wochenende geht es um die Frage, wie diese neue Phase aktiv gestaltet werden und wie der Start gut gelingen kann. Im Mittelpunkt steht dabei der Blick auf die eigene aktuelle Situation der Teilnehmenden, auf persönliche Vorlieben, Wünsche und Bedürfnisse. Sie werden darin unterstützt, eigene Ziele zu finden, Möglichkeiten im Umfeld auszuloten und erste Schritte zu planen. Dabei können Informationen aus der Altersforschung ebenso hilfreich sein wie der eine oder andere Tipp aus der Ratgeberliteratur.

Nr. 3-29174

📅 **Fr 13.10.2023,
16.00 Uhr – So
15.10.2023**

📍 Strahlfeld, Haus der Begegnung

€ Kursgebühr: 150,00 €
Pension/EZ: 143,00 €

📄 Haus der Begegnung Strahlfeld, Tel. 09461-91120

📍 Haus der Begegnung/ Kloster Strahlfeld

Referent: Gabriele Kurz,
Psychologin, Supervisorin BdP

Nr. 3-29723

**5 Module jeweils
Mittwoch bis Freitag:
25.-27.10.2023,
24.-26.01.2024,
10.-12.04.2024,
17.-19.06.2024,
25.-27.09.2024**

-  Bildungshaus
Werdenfels, Waldweg
15, 93152 Nittendorf
-  Kosten pro Modul:
472,00 € inkl. ÜN/
Verpfl.; Kosten für
Gesamtkurs: 1.995,00 €
inkl. ÜN/Verpfl.
-  KEB im Bistum
Regensburg e.V., 0941
597-2368 (Frau Mais)
christiane.mais@bistum-
regensburg.de
-  KEB im Bistum
Regensburg e.V.,
LebensMutig-
Gesellschaft f.
Biografiearbeit e.V.

Kurs

Biografiearbeit mit Menschen mit Handicap

**LebensMutig-Fortbildung 2023-2024
Lebensgeschichten mit Kopf, Herz, Hand
„be-greifbar“ machen**

Ressourcenorientierte Biografiearbeit mit Menschen mit Handicap | Theoretische Grundlagen der Biografiearbeit erwerben, erweitern oder vertiefen | Kennenlernen und Ausprobieren von vielen biografischen Methoden
Erleben, wie Biografiearbeit wirkt, sich mit der eigenen Lebensgeschichte befassen | Erfahren, wie Biografiearbeit mit Menschen mit Handicap geplant und angeleitet werden kann | Einsatz und Einsatzmöglichkeiten von ressourcenorientierter Biografiearbeit in der Praxis mit Menschen mit Handicap.

Der Kurs umfasst 5 Module:

- Modul 1: 25. - 27.10.2023 - Grundlagen der Biografiearbeit
- Modul 2: 24. - 26.01.2024 - Schatzsuche statt Fehlerfahndung - Lebens-Geschichte im Sinne einer Selbstreflexion
- Modul 3: 10. -12.04.2024 - Kommunikation & Zeitgeschichte im Kontext von Behinderung
- Modul 4: 17. - 19.07.2024 - Methodik und Didaktik der Biografiearbeit
- Modul 5: 25. - 27.09.2024 - Werkstatt Biografiearbeit und Projektreflexion / Zertifizierung

Hinweis: Anmeldung für den Gesamtkurs bis Di. 03.10.2023, für die Einzel-Module jeweils Mittwoch vier Wochen vor Modulbeginn

Referent: Karlheinz. H. Arndt

Nr. 3-29932

**Fr 10.11.2023,
18.00 Uhr – So
12.11.2023, 13.00 Uhr**

-  Hofstetten,
Apostolatshaus der
Pallottiner
-  Pensionskosten: 136,00
€/EZ
Kursgebühr: 110,00 €
-  Apostolatshaus
Hofstetten,
Tel. 09462-95032
-  Apostolatshaus
Hofstetten

Stärkendes Impulsseminar

Der Sinnsur folgen.

Dem Wesentlichen auf der Spur

Wissen schenkt noch keine Gewissheit. Wir lassen uns zu sehr vom Kopf steuern, statt unserer inneren Weisheit zu trauen. Die Tage möchten Wesentliches lebendig werden lassen, sie möchten findig machen für ein Wissen, das bereits in uns liegt. Gönnen Sie sich dieses stärkende Impulsseminar für mehr Gelassenheit und Zuversicht.



Referent: Otto Pötter,

Dozent für logotherapeutische Persönlichkeitsentwicklung nach Viktor Frankl

www.otto-poetter.de

UMM

Katholische
Erwachsenenbildung
Bayern



KEB
THEMEN
TAGE

BRÜ

21. April – 5. Mai 2024

CHE



www.thementage.de



ORTSREGISTER

ArnschwangDi **03.10.** Bildungsfahrt nach Prag 27**Ast**So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppe 22**Bad Kötzing**Do **28.09.** Bildungsfahrt zum oberpfälzer Handwerksmuseum in Hillstett 27Do **09.11.** Bilder aus der Vergangenheit Kötztings 32Mi **22.11.** Anleitung zum Binden und Schmücken eines Adventskranzes 42**Bad Kötzing-Wetzell**So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppe 24**Blaibach**So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppen 22**Cham**Mo **25.09.** Öffne Dich für alternatives Heilen und belebe Deine Schönheit durch Naturrezepte 37Di **26.09.** BALLance® – was ist das? 37Di **26.09.** BALLance® – was ist das? 37So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppen in St.Jakob und St.Josef 21Mo **02.10.** Geschicklichkeits- und Denkspiele zum Erhalt der geistigen Leistungsfähigkeit 10Mo **02.10.** Durch Achtsamkeit Stress bewältigen 45Di **03.10.** Geführte Wanderung zum Heimatmuseum Hillstett 27Mi **04.10.** Welche Heizung braucht mein Haus – Technik und Optimierung 11Fr **06.10.** Ordentliche Mitgliederversammlung der Katholischen Erwachsenenbildung im Landkreis Cham e.V. 11Sa **07.10.** Kulinarischer Liederabend 28Di **10.10.** KEB-Tanzkreis: Lass Dich bewegen ! 39Di **10.10.** BALLance® zum Kennenlernen. Eine Übung, die dein Leben verändert 37Di **10.10.** KLOSTERGESPRÄCH: Zwischen Hoffnung und Trauma 12Mi **11.10.** Trommelworkshop 29Do **12.10.** Kurs: Kinder besser verstehen 20Sa **14.10.** Resilienz im Alltag 39Mo **16.10.** KEB-Lesekreis: E.T.A. Hoffmann: Das Fräulein von Scuderi 29Di **17.10.** Filmreihe LICHTGESTALTEN:
„Wer wir gewesen sein werden“ (D 2022) 14Mi **18.10.** Energetische Optimierung der Gebäudehülle 11So **22.10.** Filmreihe LICHTGESTALTEN:
„Wer wir gewesen sein werden“ (D 2022) 14Mo 23.10.2023,
18.00 – 19.30 UhrDi **24.10.** Filmreihe LICHTGESTALTEN:
Vandana Shiva – Ein Leben für die Erde (USA / Australien 2021) 14Mi **25.10.** Gitarre am Lagerfeuer 32Sa **28.10.** Öffne Dich für alternatives Heilen und belebe Deine Schönheit durch Naturrezepte 40So **29.10.** Filmreihe LICHTGESTALTEN: Vandana Shiva – Ein Leben für die Erde (USA / Australien 2021) 14Di **31.10.** Filmreihe LICHTGESTALTEN:
Sie nannten ihn Spencer (D 2017) 14Sa **04.11.** Tanz hilft immer ! 6So **05.11.** Filmreihe LICHTGESTALTEN:
Sie nannten ihn Spencer (D 2017) 14Di **07.11.** Die Bibel – das Buch der Bücher 7Di **07.11.** KLOSTERGESPRÄCH. Unbequeme Wahrheiten 13Di **07.11.** Filmreihe LICHTGESTALTEN:
27 Storeys – Alterlaa Forever (AT/D 2023) 14So **12.11.** Filmreihe LICHTGESTALTEN:
27 Storeys – Alterlaa Forever (AT/D 2023) 14Di **14.11.** Filmreihe LICHTGESTALTEN:
Walter Kaufmann – welch ein Leben! 15Mi **15.11.** KLOSTERGESPRÄCH: Jenseits von Putin 13Mo **20.11.** KEB-Lesekreis:
Fjodor Dostojewski: Schuld oder Sühne? 29Di **21.11.** Filmreihe LICHTGESTALTEN:
Und es geht doch – Agrarwende jetzt!!! (D 2021) 14Di **21.11.** Filmreihe LICHTGESTALTEN:
Und es geht doch – Agrarwende jetzt!!! (D 2021) 14Mo **27.11.** Woher die „Tochter Zion“ und der „Dornwald“ kommen 31

Di	28.11.	Filmreihe LICHTGESTALTEN: Wem gehört mein Dorf? (D 2021)	14
So	03.12.	Filmreihe LICHTGESTALTEN: Wem gehört mein Dorf? (D 2021)	14
Di	05.12.	Filmreihe LICHTGESTALTEN: Mi país imaginario – Das Land meiner Träume (Chile / Frankreich 2022)	14
So	10.12.	Filmreihe LICHTGESTALTEN: Mi país imaginario – Das Land meiner Träume (Chile / Frankreich 2022)	14
Di	12.12.	Filmreihe LICHTGESTALTEN: She Chef (Deutschland, Österreich 2022)	14
Do	14.12.	Führung durch die Krippen-Ausstellung im Cordonhaus	33
So	17.12.	Filmreihe LICHTGESTALTEN: She Chef (Deutschland, Österreich 2022)	14
Di	09.01.	Die Wallfahrt auf dem Lamberg	7
Di	16.01.	Handy-Workshop: Alles rund um WhatsApp	16
Mo	22.01.	„Aus der Kraft des Glaubens leben“ Di 23.01.2024, 18.00 – 19.30 Uhr	7
Sa	27.01.	Tanzen hält Körper und Geist fit – ein gesunder Sport für jeden Mann und Frau ...	10
Di	30.01.	Handy-Workshop: Alles rund um Apps	17
Do	14.03.	Geistlicher Filmabend mit Dr.Thomas Kroll	7

Chamerau

Mi	11.10.	Gedichte und Geschichten aus dem Leben Nachdenklich und lustig	28
----	---------------	---	----

Chammünster

So	01.10.	Eltern-Kind-Gruppe	24
So	15.10.	Bildungsfahrt nach Schwandorf/Kreuzberg	29
Mo	06.11.	Heilfastenkurs – Basenfasten mit Basensuppe	41
Fr	26.01.	Kulinarischer Filmabend unterm Ödenturm	33
Mo	19.02.	Heilfastenkurs – Basenfasten mit Basensuppe	39

Döfering

Do	05.10.	Bewegung macht frei im Kopf, hält gesund und erleichtert weise Entscheidungen	38
Mi	08.11.	„Trittsicher“ – Stolperfallen erkennen	41
Do	09.11.	Totenbräuche in früheren Zeiten, Totenbretter mit Schriften im Bayerischen Wald	32

Eschlkam

So	01.10.	Eltern-Kind-Gruppen	22
Mi	08.11.	Unser Herz – Motor des Lebens	41

Falkenstein

Di	26.09.	Fahrt nach Vilshofen mit Führung im Kloster Schweiklberg	24
Fr	29.09.	Tischharfe lernen	27
So	01.10.	Eltern-Kind-Gruppe	22
Do	05.10.	Besonderheiten im deutschen Bestattungsrecht	11
Do	26.10.	Senioren sicher im Straßenverkehr	14
Sa	25.11.	Musicalfahrt nach Wien	33
Do	25.01.	Humor im Alter	42

Furth im Wald

So	01.10.	Eltern-Kind-Gruppen	22
Mo	27.11.	„mei staaede Zeit“	33
Mo	11.03.	Der Weg zum Supergedächtnis	38

Geigant

So	01.10.	Eltern-Kind-Gruppen	22
----	---------------	---------------------	----

Gleißenberg

Mi	01.11.	Einführung in die Klangschalenmeditation	40
----	---------------	--	----

Hofstetten

Fr	06.10.	Qi Gong und Meditation	38
Mo	09.10.	Leichtes Fasten nach Hildegard von Bingen	38
Sa	14.10.	Geführte meditative Waldgesundheitswanderung im Klosterwald bei Hofstetten	40
Fr	10.11.	Der Sinnspur folgen.	46
Fr	24.11.	Kalligraphie – am Beispiel der gotischen Schrift	32
Fr	01.12.	Heilkräfte und Kulinarik unserer heimischen Nadelbäume	42

Lohberg

Di **26.09.** Bibelgespräche der Pfarrei Lohberg zum Evangelium des Sonntags 6

Neukirchen b. Hl. Blut

So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppen 23
 Sa **07.10.** Bildungsfahrt nach Prag 27
 Do **04.01.** Kochabend: Lecker kochen mit Sebastian 42
 Do **01.02.** Erbrecht 17

Pemfling

So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppe 23
 So **07.01.** Studienreise nach Indien 33

Pösing

So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppen 23

Ränkam

Fr **10.11.** Beinahe 800 Jahre Ränkam 32

Roding

So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppen 22
 Di **03.10.** Die Pfarrkirche St.Pankratius Roding 6
 Do **12.10.** Kochkurs: Partyküche 39
 Sa **21.10.** Ehevorbereitungsseminar 24
 Do **18.01.** Küchel backen 42

Rötz

Fr **29.09.** Lachen ist gesund 10
 So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppe 23

Sattelbogen

So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppen 21
 Di **17.10.** Finger-Qi-Gong 40

Sattelpeilstein

So **28.01.** Dirndl-Nähkurs 34
 So **18.02.** Dirndl-Nähkurs 34

Schönthal

Mo **13.11.** Wissenswertes rund um die Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Cham e.V. 15

Schorndorf

So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppen 22
 Di **24.10.** Totenbrauchtum früher – heute – morgen 31

Strahlfeld

Do **05.10.** Einführungs- und Aufbaukurse Fußreflexzonenmassage 37
 Sa **07.10.** Akupressur bei Kopfschmerzen und Migräne 38
 Fr **13.10.** Endlich im Ruhestand? 45
 Sa **14.10.** Hui Chun Gong – Gesundheit, Glück und Lebensfreude 39
 Mo **23.10.** Aquarell und Zeichnung – Komposition und Reduktion 30
 Sa **04.11.** Öffne Dich für alternatives Heilen und belebe Deine Schönheit durch Naturrezepte 40
 Mi **08.11.** Meditativ-Kreativtage im Kloster 7
 Sa **11.11.** Immunstärkung für Herbst und Winter 41
 Fr **17.11.** Handauflegen – Die Heilkraft der Hände erfahren 41

Treffelstein

Sa **07.10.** Fahrt nach Altötting und zum Bogenberg 27

Untertraubenbach

Mi **08.11.** Vogel- und Pflanzenwelt im Naturschutzgebiet Regentaläue 15

Waffenbrunn

So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppe 23
 Mi **11.10.** Führung durch die Teppichweberei Hutter in Tiefenbach mit Besichtigung des Skulpturenweges des Künstlers Ludwig Gerhard 28
 Fr **27.10.** Führung durch die Polizeiinspektion Cham 14
 Fr **17.11.** Geschichte der Pfarrei Mariä Himmelfahrt Waffenbrunn und der Pfarrkirche Waffenbrunn 32
 Fr **19.01.** Das Technische Hilfswerk – THW Cham – Auftrag und Aufgaben 17

Walderbach

So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppen 23

Waldmünchen

So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppen 23

Mo **09.10.** Bibelgespräche der Pfarrei Waldmünchen zu den
Lesungstexten des Sonntags 6

Sa **09.03.** Ehevorbereitungsseminar 24

Wilting

So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppen 23

Windischbergdorf

So **01.10.** Eltern-Kind-Gruppen 21

Zandt

Fr **03.11.** Ehevorbereitungsseminar an zwei Abenden 24

Zell

Do **26.10.** Gedichte mit Geschichten aus dem Leben – nachdenklich
und heiter 32



Die Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Cham e.V. (KEB Cham) besteht seit 1973 und betreibt offene Bildungsarbeit im Sinne des „Gesetzes zur Förderung der Erwachsenenbildung in Bayern“ (EbFöG). Sie ist ein eingetragener und gemeinnütziger Verein, mit dem Ziel, die Erwachsenenbildung im Landkreis Cham zu fördern. Mitglieder der KEB Cham sind die Pfarrgemeinden und überörtlichen Katholischen Verbände des Landkreises Cham sowie das Geistliche Zentrum der Redemptoristen Cham, das Apostolatshaus Hofstetten und das Haus der Begegnung Kloster Strahlfeld.

Geschäftsbedingungen

- Öffentlichkeit** Die Teilnahme an den Veranstaltungen der KEB Cham steht grundsätzlich allen Interessenten offen.
- Anmeldung** Zu Veranstaltungen des zentralen Programms nimmt die Geschäftsstelle Ihre Anmeldung entgegen. Einzelvorträge können ohne vorherige Anmeldung besucht werden. Persönliche und telefonische Anmeldung ist zu unseren Geschäftszeiten möglich. Außerhalb dieser Zeiten können Sie sich telefonisch (09971-7138), auf Anrufbeantworter, schriftlich, per Fax (09971-801671) oder per E-Mail (info@keb-cham.de) und über unsere Homepage www.keb-cham.de anmelden. Mit dem Eingang Ihrer Anmeldung sind Sie verbindlich angemeldet. Die Anmeldungen werden in der zeitlichen Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. In der Regel wird die Anmeldung nicht mehr bestätigt, es sei denn, es gibt keine freien Plätze mehr. Mit der Anmeldung werden die nachfolgenden Teilnahmebedingungen anerkannt:
- Teilnehmerbeiträge** Der Teilnehmerbeitrag für Einzelveranstaltungen wird bei Veranstaltungsbeginn in bar erhoben. Die TN-Beiträge ab 10,00 € aufwärts werden in der Regel per Rechnung oder per Bankeinzug erhoben. Bei Rücklastschriften aufgrund fehlerhafter Angaben, die die KEB nicht zu verantworten hat, geht die Bankgebühr zu Ihren Lasten. Es können nur ganze Kurse belegt werden, d.h. es ist die volle Kursgebühr zu zahlen, auch wenn Teilnehmende vorzeitig ausscheiden. Die Kursgebühr wird erst nach Beginn der betreffenden Veranstaltung abgebucht.

Rücktritt

Abmeldungen bzw. Stornierungen müssen spätestens zwei Tage vor Veranstaltungsbeginn bei der KEB Cham vorliegen. Wird diese Rücktrittsfrist nicht gewahrt und übernimmt keine Ersatzperson die vollen Verpflichtungen des abgemeldeten Teilnehmenden, wird der gesamte TN-Beitrag fällig. Ausnahmen z. B. bei Krankheit sind nach Rücksprache mit der Geschäftsstelle der KEB Cham möglich. Wir behalten uns vor, in solchen Fällen eine Stornogebühr von max.10% der Kursgebühr zu erheben. Bei Reisen gelten gesonderte Stornobedingungen.

Veranstaltungsabsage

Die KEB Cham kann aufgrund von ungenügender Teilnehmerzahl, Ausfall eines Kursleiters oder Referenten oder bei anderen, nicht von der KEB Cham zu verantwortenden Umständen, eine Veranstaltung absagen oder einen gleichwertigen Ersatzreferenten stellen. Bei Ausfall der Veranstaltung werden unter Ausschluss weitergehender Ansprüche bereits an die KEB Cham geleistete Zahlungen voll zurückerstattet.

Haftung

Die KEB Cham übernimmt keinerlei Haftung für Diebstähle, Sachschäden und Verluste. Ebenso wird für Unfälle auf dem Weg zur und von der Veranstaltung keine Haftung übernommen. Die Teilnahme an Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr.

Datenschutz und Urheberschutz

Das Fotografieren oder Filmen sowie Tonaufzeichnungen sind ohne Rücksprache nicht gestattet. Ausgeteiltes Lehrmaterial darf ohne Genehmigung der KEB Cham nicht vervielfältigt werden. Persönliche Angaben von Teilnehmenden und Referenten*innen unterliegen den Bestimmungen des Datenschutzgesetzes.

Hygiene - und Schutzkonzept

Für alle Veranstaltungen der KEB Cham gilt das Hygienekonzept der KEB im Bistum Regensburg ergänzend zum Hygienekonzept der Veranstaltungsortes. Veröffentlicht unter: www.keb-cham.de

Zertifizierung



Mit dem Zertifikat vom 26.07.2023 ist die Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Cham e.V. von der CERQUA GmbH für drei Jahre nach dem Qualitätssystem QES^{plus} rezertifiziert und wendet es an.

Hinweise für Bildungsverantwortliche in den Pfarrgemeinden und kirchlichen Verbänden:

Sollten Sie kurzfristig Bildungsveranstaltungen organisieren, melden Sie diese bitte uns umgehend!

Abrechnungen bitte bald nach den jeweiligen Veranstaltungen und allen Belegen an die KEB-Geschäftsstelle einreichen:

Programm-Meldungen:

Halbjahr II (September – Februar): Abgabetermin: ca. 05. Juli d.J

Halbjahr I (März – August): Abgabetermin: ca. 15. Januar d.J.

Teilen Sie Änderungen unbedingt jederzeit der KEB-Geschäftsstelle mit.

Vielen Dank für Ihre Mühe!

Informationen zu den Symbolen / Legende

Wichtige Informationen sind im Veranstaltungsprogramm und auch in den Veranstaltungsflyern mit einfachen Symbolen gekennzeichnet.

-  Veranstaltungstermin mit Datum und Uhrzeit
-  Veranstaltungsort / Treffpunkt
-  Teilnahmegebühren
-  Anmeldeinformationen zur Veranstaltung
-  Veranstalter / Kooperationspartner

Herausgeber:

Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Cham e.V.
Schützenstr.14 | 93413 Cham

Unsere Öffnungs- und Telefonzeiten:

Montag – Freitag 08.00 – 16.30 Uhr
FON: 0 99 71 – 71 38 | FAX: 0 99 71 – 80 16 71
E-Mail: info@keb-cham.de

Vorstand:



Sandra Ederer
1. Vorsitzende
sandra.ederer@gmx.de



Julia Salzberger
2. Vorsitzende
julia.salzberger@web.de

Ansprechpartner*in an der KEB-Geschäftsstelle



Rosemarie Hofstetter (Mo, Di, Do, Fr)
Sekretariat
rhofstetter@keb-cham.de



Michael Neuberger (Mo – Fr)
Geschäftsführender Bildungsreferent
mneuberger@keb-cham.de

Hauptausschuss:

Monika Urban (geistliche Beirätin) | Jolande Rappert
Monika Bückert | Thomas Winderl | Andreas Jordan |

Rechnungsprüfer:

Helga Schuhbauer | Hermann Bauer



*... wir saagen Daaanke-schöön
50 Jahre KEBe-e*



Katholische Erwachsenenbildung
im Landkreis Cham e.V.
Schützenstr.14 | 93413 Cham
Tel. 09971 – 7138 | info@keb-cham.de

Homepage



Facebook



QES^{plus}
2017

www.keb-cham.de