



KREISBILDUNGSWERK
Mühldorf am Inn e.V.

Herbst/Winter 2024/2025

September bis Februar

kbw magazin

Veranstaltungsprogramm
Projekte und Berichte



Friede, Freude,

...

• **Achtsamkeit**
• Der Weg zum
• entspannteren
• Familienalltag
•
•
•

• **Klimafreundlich
leben**
• Der Kurs, der
• vom Reden ins
• Tun führt
•
•

• **Digitalbegleiter**
• Wohnortnahe
• Hilfe im
• Umgang mit
• neuen Medien
•
•

• **Was dir zum
Frieden dient**
• Christliche Ethik
• und Moraltheologie
• in aktuellen
• Debatten

Inhalt

Vorwort	3
Achtsamkeit – Der Weg zu einem entspannten Familienalltag	4
Das Eltern-Kind-Programm (EKP®)	6
Unsere EKP®-Gruppen-Leiterinnen vor Ort	7
Ausgewähltes für Familien aus unserem Programm	8
Klimafreundlich leben	9
Ressourcen – Persönliche Krafttankstellen für jedes Alter	10
Das Leben wird vorwärts gelebt und rückwärts verstanden	12
Pilgern bewegt	13
Erlebnis Tanz	14
Integrative Bildung – Willkommen goldener Herbst!	15
Am Anfang steht die Menschenwürde	16
Mit Technik zu mehr Lebensfreude	18
Digital begleitet: wohnortnah!	19
»Die Leute kommen immer wieder« – Fragen an Digitalbegleiter Stefan Schalk	21
Verbraucherbildung im KBW	22
Veranstaltungen zur 5. Bayerischen Demenzwoche	24
Veranstaltungen im Überblick	25
Der Zangberger Advent – Seit 50 Jahren eine ganz besondere Tradition	29
Bildung Digital KBW digital	30
Für das Erinnern – Gedenkorte im Landkreis Mühldorf	32
Veranstaltungen gemischt	33
Zum inneren Frieden finden – Einladung zur Kontemplation	34
»Lebenswert« – Mehr als nur Gedächtnistraining	35
Wie Kirche »gegenwartsfähig« wird	36
Angebote aus dem Bereich Sinn & Orientierung	37
Bestmögliche Seelsorge ist das Ziel	38
Das Dekanatsteam stellt sich vor	39
Ausgewähltes für Familien	40
Familie ist bunt!	41
Ausgewähltes aus dem Bereich Gesundheit	42
Aktuelle Informationen	44
Wir über uns – Unser KBW-Team	45
Wir sagen Danke!	46
Unsere Zuschussgeber	47

Herausgeber:

Kath. Kreisbildungswerk Mühldorf am Inn e.V.
Kirchenplatz 7, 84453 Mühldorf am Inn
info@kreisbildungswerk-mdf.de
www.kreisbildungswerk-mdf.de
Telefon +49 8631 3767-0

Verantwortlich für den Inhalt:

Dr. Tobias Grill

Redaktion:

Dr. Tobias Grill, Gabriele Röpke, Silke Auer,
Konrad Habberger

Auflage:

4.000 Stück

Produktion:

Druckerei Lanzinger GbR
Hofmark 11, 84564 Oberbergkirchen
mail@druckerei-lanzinger.de

Design, Satz und Layout:

Engelhardt Atelier für Gestaltung
Stadtplatz 47, 84453 Mühldorf am Inn
www.engelhardt-atelier.de
info@engelhardt-atelier.de

Rechte:

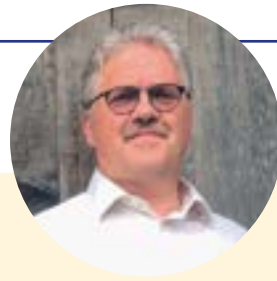
Die vorliegende Publikation ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten.

Die Verwendung der Texte und Abbildungen, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Kreisbildungswerks Mühldorf urheberrechtswidrig und daher strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

Bildnachweise:

Titelbild: KI generiert
Seite 4: Adobe Stock – Farknote Architect
Adobe Stock – Gpoint Studio
Seite 5: Adobe Stock – Lightfield Studios
Seite 10: Adobe Stock – Feodora
Seite 16: Landgericht Frankfurt, <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Landgericht-Frankfurt-2010-ffm-081.jpg>
Seite 18 + 20: Adobe Stock – wavebreak3
Seite 30: Elias Ungermann
Bayerische-Amerika-Akademie, Jasmin-Falk/
Géraud Siegenthaler
Seite 31: Henning Schlottmann
Nessi Gassmann
Seite 35: Adobe Stock – pressmaster
Seite 40: Adobe Stock – Sensay, https://stock.adobe.com/de/contributor/200870654/sensay/?load_type=author&prev_url=detail
Seite 42: Adobe Stock – Pixel shot
Rückseite: Adobe Stock – KI generiert

FRIEDE, FREUDE, ...?



Liebe Freundinnen und Freunde des Kreisbildungswerks Mühldorf!

Bei den Überlegungen zu einem Titelthema für unser neues KBW Magazin standen nach einiger Weile vor allem zwei Begriffe in der engeren Auswahl: Friede und Freude. Unweigerlich kommt einem dabei die bekannte Redensart »Friede, Freude, Eierkuchen« in den Sinn, die oberflächlich zwar Harmonie und Sorglosigkeit vermittelt, eigentlich jedoch ironisch zum Ausdruck bringt, dass bestehende Unstimmigkeiten oder Konflikte distanzierend ins Abseits gerückt werden sollen. Wir möchten uns Fragen zu Friede und Freude in diesem Magazin und dem darin vorgestellten Bildungsprogramm an verschiedenen Stellen konkret widmen und sie aus unterschiedlichen Perspektiven betrachten.

Dass Frieden, Freiheit und Demokratie keine Selbstverständlichkeiten sind, wird anhand der gegenwärtigen Kriege in der Ukraine sowie im Nahen Osten oder mit Blick auf die weltweit zu beobachtende Zunahme aggressiv rechtspopulistischer, nationalistischer und menschenfeindlicher Haltungen sehr deutlich. Unsere Online-Vortrags- und Diskussionsreihe »KBW digital« liefert fundierte Informationen zu diesbezüglich aktuellen gesellschaftlichen und politischen Ereignissen und bietet Raum zum Austausch darüber. Bei Workshops im Rahmen unseres neuen Projekts »Was Dir zum Frieden dient« haben Sie weiterhin die Möglichkeit, der Frage nachzugehen, welchen Stellenwert christliche Ethik und Moralthologie in diversen aktuellen gesellschaftlichen Debatten überhaupt (noch) haben.

Frieden, Zufriedenheit, aber auch Ruhe und Halt sind Elemente, die auch im Kontext des eigenen direkten Umfeldes, der Familie, des ganz persönlichen Befindens von essentieller Bedeutung sind. Diese zu erreichen, unterstützen wir gerne mit unseren hochwertigen Angeboten zu den Themen Achtsamkeit, Resilienz und Ressourcen, mit der Möglichkeit, seinen inneren Frieden bei einer kleinen Auszeit im Rahmen einer Pilgerwanderung oder in der Stille eines Kontemplations-Abends oder etwa durch die intensive Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie zu finden.

Innerer Frieden und Zufriedenheit führen zweifellos zu mehr Freude im Leben. Nicht zuletzt ist es daher unerlässlich, sich Zeit für Dinge zu nehmen, die Freude bereiten. In unserem Programm bieten wir Ihnen dazu an vielen Stellen Gelegenheit: etwa bei gemeinsamen Wanderungen, im Kurs »Klimafreundlich leben«, bei dem Sie spielerisch und ohne große Mühe einen kleinen Beitrag zum Klimaschutz leisten, beim gemeinsamen Tanzen, durch die musikalische Einstimmung auf Weihnachten beim Zangberger Advent sowie bei einer Vielzahl weiterer Angebote.

Wir freuen uns jedenfalls, Sie auf unseren Veranstaltungen begrüßen zu dürfen und wünschen Ihnen viel Vergnügen beim Lesen!

Georg Waldinger
1. Vorsitzender

Dr. Tobias Grill
Geschäftsführer



Achtsamkeit

Der Weg zu einem entspannten Familienalltag

Achtsamkeit im Familienleben

In unserer schnelllebigen Zeit ist es wichtig, achtsamer und respektvoller miteinander umzugehen, Gefühle und Bedürfnisse wieder sensibel wahrzunehmen, um den Blick für das Wesentliche nicht zu verlieren: das achtsame Umgehen mit mir selbst und der innige Kontakt zum Kind.

»Leben im Augenblick« von Kindern lernen

Je jünger Kinder sind, umso mehr leben sie ausschließlich im Augenblick. Bei Babys ist der Augenblick so ausschließlich, dass das, was sie nicht mehr wahrnehmen, für sie in diesem Moment nicht existiert.

Achtsamer Umgang mit ihrem Kind bedeutet auch, Kontakt miteinander zu haben, um Emotionen, Bedürfnisse und Befindlichkeiten genau wahrzunehmen. Blickkontakt signalisiert dem Kind: Ich sehe Dich, ich bin jetzt für Dich da, ich bin aufmerksam und höre zu. Ich begeben mich auf die gleiche Ebene mit dem Kind, auf Augenhöhe. Gerade



bei Kindern, die erst zu sprechen beginnen und noch etwas mehr Zeit benötigen, ihre Wörter und Sätze zu formulieren ist es wichtig, achtsam und geduldig zuzuhören.

Vertieft spielende Kinder leben in ihrer eigenen Welt. Eine in den Raum gerufene Aufforderung dringt nicht bis zu ihnen vor. Hier ist es wichtig, das Kind achtsam zu berühren, Blickkontakt aufzunehmen und dann die Wünsche zu äußern. So nimmt Sie Ihr Kind erst wahr.

Fragen stellen hilft, achtsam zu werden

Warum färben sich die Blätter der Bäume im Herbst? Warum schlafen Fledermäuse kopfüber? Wieso bellt unser Hund? Kinder haben unfassbar viele Fragen. Die Fragen eines Erwachsenen sind natürlich andere, aber der Grundsatz bleibt gleich. Die Lust daran, Neues zu lernen, hat viel mit Achtsamkeit zu tun. Um Fragen formulieren zu können, muss man den Kopf frei bekommen, müssen die Gedanken die Möglichkeit haben, zu kreisen.

Silke Auer

Referentin Gesundheitsbildung

Telefon: (08631) 3767-18

silke.auer@kreisbildungswerk-mdf.de



Achtsamkeit – was ist das?

Die wichtigste Stunde ist immer die Gegenwart, der bedeutendste Mensch ist immer der, der dir gerade gegenüber steht, das notwendigste Werk ist stets die Liebe.

Meister Eckhart, deutscher Theologe und Philosoph

Lerne die Kunst, zu sein und intensiv zu leben. Versuche es einfach. Bewusst langsamer zu gehen, beim Spaziergang jeden Schritt bewusst zu spüren, wahrzunehmen, was sich unter Deinen Füßen befindet. Versuche langsam und ganz bewusst, Deinen Tag zu erleben. Finde Zeit nur für DICH!

Anselm Grün, Dr. theol., Benediktinerpater, Autor

21273



Forget Likability

Endlich frei von Selbstzweifeln und Ängsten!

Bettina Hottner, Ressourcetrainerin

Donnerstag, 10.10.2024, 19:00–21:00 Uhr

Pfarrheim Neumarkt-St. Veit, Vituszimmer

Bist Du es leid, dich ständig mit anderen zu vergleichen und nie gut genug zu fühlen? Sehnst Du dich nach Selbstvertrauen, Akzeptanz und innerer Freiheit, egal, was andere von dir halten? In diesem Workshop lernst Du, dich von Perfektionswahn zu befreien und dein authentisches Leben zu leben. Wir erkunden die Wurzeln von Selbstzweifeln, die Kraft der Selbstliebe, praktische Übungen für mehr Selbstvertrauen, Strategien für einen achtsamen Umgang mit Gefühlen und Werkzeuge zum Schutz vor negativen Einflüssen. Melde Dich jetzt an!

9,00 EUR

21237



Go with the FLOW

Improvisationstheater – Kommunikation – Lebensfreude

Sylvia Wendlinger, Theaterpädagogin BUT

Donnerstag, 17.10.2024, 18:00–20:30 Uhr

Pfarrheim St. Nikolaus, Mühldorf am Inn

Wie wär's mit einer Portion mehr Spontaneität und Selbstbewusstsein? Vielleicht kennst du die Situation: ein Vortrag, eine Ansprache oder einfach nur der Mittelpunkt in einem Gespräch ... Du spürst die Unsicherheit und fühlst dich gar nicht wohl. Hier im Improvisations-Kurs kannst du Dein Selbstvertrauen, deine Präsenz, Kreativität und Schlagfertigkeit mit jeder Menge Spaß trainieren. Entwickle dein Potential und lerne dich selbst besser kennen, damit Du gestärkt auf die Bühne des Lebens gehen kannst!

20,00 EUR

21236



Jenseits des Klischees: Kreative Visionen für das Alter

Die Realität im Alter neu denken und verrückte Ideen entwickeln

Sylvia Wendlinger, Theaterpädagogin BUT

Freitag, 25.10.2024, 10:00–12:00 Uhr

Pfarrheim St. Nikolaus, Mühldorf am Inn

Bereit, die Klischees über Bord zu werfen und verrückte Ideen für das Alter zu erkunden? In diesem Workshop werden wir gemeinsam die gängigen Vorstellungen über das Altern herausfordern und spielerisch innovative Visionen für die Zukunft erforschen. Durch humorvolle Übungen werden wir die Realität im Alter neu gestalten.

24,00 EUR

21226



Konzentriert läuft's wie geschmiert

Wie kann ich meine Konzentration und die meines Kindes stärken?

Anna-Maria Harlander, Erzieherin, Kindheitspädagogin

Dienstag, 12.11.2024, 19:00–20:30 Uhr

Pfarrheim Neumarkt-St. Veit, Vituszimmer

Was ist Konzentration und welche Übungen aus den neuesten Erkenntnissen der Achtsamkeitsforschung kann ich in den Familienalltag gut einbauen? Diesen Fragen werden wir gemeinsam auf den Grund gehen und zusammen einige Übungen ausprobieren. Dabei orientieren sich die Praxisimpulse an Achtsamkeitsübungen, kombiniert mit Bewegungseinheiten, die beide Gehirnhälften aktivieren und verknüpfen. Sie dauern nur wenige Minuten und sind für Kinder im Alter von 5–10 Jahren geeignet.

9,00 EUR

21272



Bärenstark & Löwenmutig

Resilienztraining im Umgang mit Kindern und Jugendlichen

Bettina Hottner, Lehrerin, Bildungscoach, Expertin im interkulturellen Kontext und Ressourcetrainerin

Donnerstag, 13.02.2025, 19:00–21:00 Uhr

Pfarrheim St. Nikolaus, Mühldorf am Inn

Erziehung im Wandel: Ständig prasseln neue Informationen, Erwartungen und Anforderungen auf uns ein. Wie können wir unsere Kinder und Jugendlichen bestmöglich auf diese komplexe Welt vorbereiten? In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie die Widerstandsfähigkeit Ihrer Kinder stärken und ihnen helfen können, Krisen und Niederlagen zu meistern. Wir erkunden innere Stärken und Fähigkeiten Ihrer Kinder, erarbeiten praktische Strategien zum Umgang mit Krisen und Niederlagen und wie Sie die Ressourcen Ihrer Kinder im Alltag stärken können. Für alle Eltern und pädagogische Kräfte, die ihren Kindern das beste Rüstzeug für ein glückliches und erfolgreiches Leben mitgeben möchten!

9,00 EUR



Das Eltern-Kind-Programm (EKP®)



Bindung zueinander aufbauen

Das EKP® bietet die Möglichkeit für Eltern und ihre Kinder, schon früh eine sichere Bindung zueinander aufzubauen. Die Bindung zwischen Eltern und Kind gilt als Schutzfaktor für eine gesunde Persönlichkeitsentwicklung des Kindes. Im Rahmen des EKP® verbringen Eltern bewusst Zeit mit ihren Kindern, singen und spielen gemeinsam und können unter Anleitung qualifizierter Fachkräfte ihre Kinder beobachten und genießen.

Erziehungskompetenzen stärken

Durch diesen besonderen Austausch werden nicht nur die Bindung und Beziehung zwischen Eltern und Kind gestärkt, sondern auch die Erziehungskompetenzen der Eltern unterstützt. Das EKP® ermöglicht es den Eltern, ihre eigenen Erziehungserfahrungen und Familientraditionen zu reflektieren und auf Basis des Wissens über kindliche Entwicklung und Bedürfnisse ihren eigenen Weg in der Erziehung zu finden.

Mit Gleichgesinnten in der Gruppe

Die wertschätzende Haltung der EKP®-Leitung, die vertrauensvolle Atmosphäre in der Gruppe und die Möglichkeit, sich mit anderen Eltern auszutauschen, schaffen eine gute Grundlage für die Stärkung der elterlichen Erziehungskompetenzen. So erhalten Eltern Sicherheit und Unterstützung dabei, ihren individuellen Ansatz in der Erziehung zu entwickeln und umzusetzen.

In unseren Eltern-Kind-Gruppen (EKP®) geben wir Eltern die Möglichkeit, wertvolle gemeinsame Zeit mit Ihrem Kind zu verbringen: Mit vielen Gleichgesinnten, in schönen abwechslungsreichen Gruppenstunden unter Anleitung einer qualifizierten Gruppenleitung. EKP®-Gruppen finden Sie in vielen Orten – auch ganz in Ihrer Nähe!



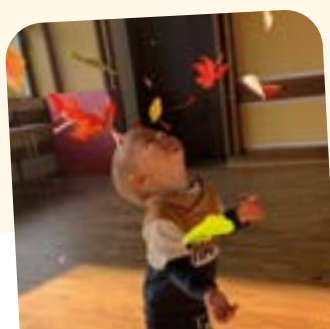
Silke Auer

Referentin für Familienbildung und EKP®

Telefon: (08631) 3767-18

silke.auer@kreisbildungswerk-mdf.de

Hier mehr
erfahren
zum EKP®:



Unsere EKP®-Gruppenleiterinnen vor Ort

Ampfing

Jennifer Hansen, (08636) 6971050

Roswitha Eisner, (08636) 6970976

Aschau

Katharina Salzeder, 01520 7222999

Buchbach

Anna Mooshofer, (08086) 9499500

Christina Spagl, 0151 25215725

Erharting

Birgit Licht, 0160 5566653

Gars am Inn

Christine Schwarzenbeck, (08073) 2450

Haag

Claudia Weindl, (08072) 1250

Can Seher, 0160 95797181

Heldenstein

Lena Baier, 0176 624 55298

Kirchdorf

Monika Sterr, (08072) 373 970

Kraiburg

Jessica Wanke, (08638) 2099054

Maitenbeth

Katharina Meier, 0176 63411951

Mettenheim

Simone Heimeldinger, 0160 96467084

Mühldorf, St. Pius

Manuela Stey, 0173 3937032 (Baby-EKP®)

Franziska Thaller, 0176 32734655

Neumarkt-St. Veit

Isabel Bichlmaier, (08639) 209306

Veronika Windhager, 0170 1846710 (Baby-EKP®)

Niederbergkirchen

Kathrin Weingartner, (08639) 9850820

Oberbergkirchen

Saskia Nowak, (08637) 9864383

Kristina Sondermeier, 0176 23544534

Oberndorf

Claudia Weindl, (08072) 1250

Obertaufkirchen

Marion Heindl, 0160 2870471

Marina Reitmayer, 0157 30894633

Rechtmehring

Eva Reiter, 0171 3592508

Reichertshaus

Michaela Laxhuber, 0176 32485903

Schwindegg

Edda Schubert, (08082) 8656 (auch Baby-EKP®)

Töging

Birgit Licht, 0160 5566653

Zangberg

Andrea Kreipl, (08636) 9865555

Aktuell gibt es leider keine EKP®-Leiterin für:

**Flossing, Lohkirchen, Mittergars,
Mühldorf St. Nikolaus, Niedertaufkirchen, Pürten,
Ramsau, Salmanskirchen, Waldkraiburg.**

Eine Eltern-Kind-Gruppe (EKP®) für Eltern mit Babys und Kleinkindern ist an jedem Ort im Landkreis Mühldorf möglich. Werden Sie EKP®-Leiterin! **Ansprechpartnerin:**

Silke Auer, Telefon (08631) 3767-18

Wir suchen neue Gruppenleitungen für Eltern-Kind-Gruppen (EKP®)

Sie haben: Erfahrung und Freude mit Kleinkindern und/oder sind selbst Mama/Papa/Oma/Opa, würden gerne Berufstätigkeit und Familie verbinden, in diesen pädagogischen Bereich hineinschnuppern und haben Interesse an Themen bezüglich Erziehung, Familie und Wertevermittlung?

Wir bieten: Austausch und Begleitung zur zertifizierten EKP®-Leiterin, vielfältige Fortbildungsmöglichkeiten, pädagogische und praktische Unterstützung, flexible Zeiteinteilung, Vernetzung mit weiteren Trägern der Familienbildung und Bezahlung auf Honorarbasis.

Interesse geweckt? Ansprechpartnerin: Silke Auer, Telefon (08631) 3767-18



Ausgewähltes für Familien aus unserem Programm



20949

Dem Alltag trotzen? So gelingt's!

Resilienz bietet Zuversicht
und Lebensstärke

Anna-Maria Harlander, Entspannungspädagogin,
Multiplikatorin für Resilienz

Donnerstag, 19.09.2024, 19:30–21:00 Uhr
Pfarrheim Grüntegernbach

Der Begriff »Resilienz« bedeutet Widerstandsfähigkeit in schwierigen Lebenssituationen ohne dauerhafte Beeinträchtigung. Referentin Anna-Maria Harlander zeigt im Seminar, wie Achtsamkeit und Resilienz zusammenwirken und durch Übungen gestärkt werden können. Stärken Sie sich für den Alltag!

8,00 EUR



20893

Mentaltraining für Kinder von 6–11 Jahre

Hauptkurs

Anna-Maria Harlander, Erzieherin, Kindheitspädagogin BA, Entspannungspädagogin,
Multiplikatorin für Resilienz in der Kita

Samstag, 28.09.2024, 9:00–10:00 Uhr, 4 Treffen
Bodenkirchen

Durch das Mentaltraining kann nachhaltig die Selbstwirksamkeit, das Selbstvertrauen in die eigenen Stärken und die Widerstandsfähigkeit in belastenden Situationen gestärkt werden. Durch bestimmte Methoden und Techniken können Kinder erkennen, dass sie selbst einen enormen Einfluss auf ihr persönliches und seelisches Wohlbefinden haben.

40,00 EUR

Tipp!

Bitte beachten Sie auch unsere
Online-Veranstaltung mit der
Autorin Nora Imlau am 03.12.2024!
Mehr dazu auf S.31

Alle Veranstaltungen
von Familie & Co.
finden Sie hier:



21234

Tik Tok, Instagram, Snapchat & Co.

Unterschiede, Möglichkeiten
und Gefahrenquellen

Elisabeth Eder-Janca, Medienpädagogin

Freitag, 15.11.2024, 17:30–19:00 Uhr
Online

Social Media Plattformen wie Tik Tok, Instagram und Snapchat sind nicht mehr nur für private Soziale Kontakte da, sondern spielen auch beruflich eine große Rolle. Influencer sind heute sehr beliebt. Aber was steckt hinter den Plattformen? Ein Online-Vortrag wird diese Fragen klären und wertvolle Tipps zum sicheren Umgang geben. Das Angebot richtet sich an Interessierte ohne viel Erfahrung mit diesen Medien.

Kostenfrei

21230

Lernen wie man lernt

Monika Meyer, Erzieherin, Lerntrainerin

Montag, 18.11.2024, 19:00–20:30 Uhr
Online

Wie lernt man eigentlich richtig? In der Literatur und im Internet finden wir viele verschiedene Vorschläge dazu. Doch was davon ist für mein Kind oder für mich das Richtige und wie kann mein Kind am besten neue Informationen aufnehmen und verarbeiten?

An diesem Abend bekommen Sie viele Informationen und praktische Tipps für zu Hause.

9,00 EUR



21232

Trotzalter – Wut im Bauch

Monika Meyer, Erzieherin, Lerntrainerin

Mittwoch, 22.01.2025, 19:00–20:30 Uhr
Online

Was steckt hinter dem trotzigem Verhalten unseres Kindes? Wie können Eltern in solchen Situationen Ruhe bewahren? Wie können wir unser Kind besser verstehen und es so durch diese schwierige Phase begleiten?

9,00 EUR



21231

Wann ist mein Kind schulreif?

Monika Meyer, Erzieherin, Lerntrainerin

Montag, 03.02.2025, 19:00–20:30 Uhr
Online

- Was braucht mein Kind für einen erfolgreichen Schulstart?
- Wichtige Grundbausteine für erfolgreiches Lernen
- Wie kann ich mein Kind bei der Entwicklung der erforderlichen Grundbausteine unterstützen?
- Viele praktische Tipps.

9,00 EUR



Klimafreundlich leben

Jetzt auch in Mühldorf

Über den Klimawandel gibt es seit Jahren hitzige Debatten. Dabei wäre das Beste, einfach zu handeln. Was wir essen, womit wir heizen, wie wir uns von A nach B bewegen: Alltäglich können wir zum Klimaschutz beitragen und unseren CO₂-Fußabdruck verkleinern.

Dazu motiviert der Kurs *Klimafreundlich Leben*. Ein halbes Jahr lang, an sechs Abenden, entwickeln die Teilnehmenden Ideen und kleine Projekte für einen nachhaltigeren Lebensstil. In der Gruppe setzen sie sich konkrete Ziele – bis zum nächsten Treffen. Das Kreisbildungswerk hat den Kurs erstmals im vergangenen Herbst und Winter in Zusammenarbeit mit der Pfarrei Aschau am Inn angeboten. Die Premiere ist offenbar gelungen, wie die Rückmeldungen von Beteiligten – hier in Auszügen – gezeigt haben:

- »Die Gruppe an sich war einfach toll!«
- »Es ging um nichts Extremes sondern um Machbares«
- »Wir haben uns gegenseitig angespornt, die Motivation potenziert sich: »Ach, das könnte ich auch machen!«
- »Gute Anregungen, Themen wurden bewusster, der Input bleibt hängen.«
- »Ein tolles Angebot, ich habe von allen Perspektiven etwas mitgenommen.«

Ein Kurs, der Freude macht!

Mir hat der Klimakurs viel Freude gemacht. Er hat mein Leben bereichert! Sich über ein halbes Jahr mit dem Thema Klimaschutz zu befassen und dies in ganz praktischen Aufgaben umzusetzen war sehr spannend. Alle Teilnehmenden hatten den Auftrag, sich zu vier Themen eine persönliche Hausaufgabe zu stellen. Diese sollte dann innerhalb eines Monats intensiv bearbeitet und umgesetzt werden. Zum Thema Ernährung habe ich beispielsweise versucht, einen Monat lang Obst und Gemüse möglichst regional, saisonal und unverpackt einzukaufen. Es war sehr interessant, welche Ideen und Erfahrungen die anderen Teilnehmenden einbrachten, etwa zum Thema Lichtverschmutzung. Man hat sich gegenseitig ein wenig angespornt! Der Kursleiterin ist es mit ihrer kompetenten, freundlichen Art gelungen, die Gruppe immer wieder zu motivieren und nötige Informationen und Fakten zu den Themen zu geben. Danke an das Kreisbildungswerk für dieses tolle Kursangebot!

Marlene Kast, Rattenkirchen



Gut begleitet und beraten von Kursleiterin Lena Koch (Mitte) entwickelte die Aschauer Gruppe kreative kleine Projekte für Klimaschutz im Alltag.

Auch anfängliche Bedenken konnten offenbar im Laufe des Kurses ausgeräumt werden, etwa die Frage ob man die Aufgaben schafft oder ob man sich in dem Kreis für sein Handeln rechtfertigen muss. Die spielerischen Elemente, die ins Kurskonzept eingeflochten sind, ließen offenbar Hemmschwellen sinken und machten die Treffen kreativ, kurzweilig und spannend.

Grund genug für das KBW, den Kurs im kommenden Herbst und Winter erneut anzubieten, und zwar in Kooperation mit den Pfarreien St. Pius in Mühldorf und St. Laurentius in Altmühldorf.

Das Konzept für den Kurs *Klimafreundlich leben* wurde vom Kreisbildungswerk Traunstein entwickelt. Viele weitere Infos und ein Erklärvideo gibt es auf der Seite www.klimafreundlich-leben.org.

Konrad Habegger, Theologischer Referent

21239

Unser neues Angebot

Lena Koch, Projektmanagerin,
Öko-Modellregion Mühldorf
Pfarrheim St. Laurentius, Altmühldorf
jeweils 18:30–21:30 Uhr

Mittwoch, 09.10.24 (Start)

Mittwoch, 06.11.24 (Thema Ernährung)

Mittwoch, 04.12.24 (Thema Energie)

Mittwoch, 08.01.25 (Thema Konsum)

Mittwoch, 05.02.25 (Thema Mobilität)

Mittwoch, 12.03.25 (Abschluss)

30,00 EUR

In Kooperation mit den Pfarreien St. Pius Mühldorf
und St. Laurentius Altmühldorf

Ressourcen

Persönliche Krafttankstellen für jedes Alter

Beim Begriff Ressourcen denken viele an unsere immer knapper werdenden Rohstoffe. Die Wirtschaft verwendet den Begriff ähnlich. Wer denkt schon an persönliche Energiequellen? Doch genauso wie das unter der Erdoberfläche schlummernde Gas oder Rohöl verbergen sich in jedem Menschen unter der Oberfläche des täglichen Denkens und Handelns vergessene Kompetenzen, Fähigkeiten und Wünsche. Da schlummern ebenfalls Energien, die meist früh in unserer Kindheit verdrängt wurden.

Grüße aus der Kindheit

Vom Bewusstsein ins Unbewusste. Sie wurden nicht mehr gebraucht, sie durften nicht angewendet werden, weil sie nicht in unser soziales Umfeld (Familie, Freundeskreis, Schule) passten. Weil sie nicht den Erwartungen unserer Umwelt entsprachen. Wir kommen auf die Welt mit einem fast unerschöpflichen Fundus an Kompetenzen. Diese werden je nach Bedürfnis gefördert oder behindert, auf jeden Fall im Laufe unseres Lebens den jeweiligen Normen angepasst.

Nutzen Sie Ihre Krafttankstellen – das ganze Leben

Und nun die gute Nachricht: Diese Ressourcen sind alle noch da! Sie können immer dann als Krafttankstellen angezapft werden, wenn wir Probleme lösen oder Hindernisse überwinden wollen. Wenn Sie also im wahrsten Sinne »auf dem Schlauch stehen«, treten Sie beiseite und spüren Sie, wie Zweifel, Anspannungen, Ängste sich lösen. Ressourcen sind kein Zaubermittel.

Die beste Definition für mich ist: neben verloren geglaubten Fähigkeiten stellen sie alles dar, was Ihnen guttut. Sie können immer (re)aktiviert werden, wenn sie für eine wichtige Aufgabe gebraucht werden, Sie etwas Neues probieren wollen oder diese einfach zur Stimmungsaufhellung benötigen. Manchmal sind es nur Gedanken (z.B. an die erste Liebe, den schönen Urlaub, die gelungene Prüfung, die erfolgreiche Verhandlung etc.), die uns kraftvoller werden lassen.

Vergrabene Energiequellen wiederentdecken – auch im Ruhestand

Je weiter unsere Kindheit zurückliegt, umso weniger erinnern wir uns an das, was wir damals gewesen sind, was wir leidenschaftlich taten, was uns Spaß gemacht hat, an unsere Wünsche, Fantasien und Sehnsüchte. Auch wenn Sie die Zeit nicht zurückdrehen können: all diese Ressourcen sind in Ihrem Kopf und Herz gespeichert. Und sie können wieder abgerufen werden, wie bei einem Computer. Nur mit einem guten kraftvollen Gefühl.



21175

Mit voller Kraft voraus zum Ziel

Mit persönlichen Ressourcen Hindernisse überwinden

Rainer Herlt, Ressourcentrainer

Mittwoch, 16.10.2024, 19:00–20:30 Uhr

Pfarrheim Mühldorf St. Pius

Bei diesem inspirierenden Impulsvortrag erfahren Sie, wie Sie Ihre bis jetzt wenig genutzten persönlichen Ressourcen und Potenziale erschließen und neu beleben können. Sie identifizieren innere Vorstellungen und Glaubenssätze, die Sie bisher in Ihrer Entfaltung eher behindert haben. Sie lernen, wie man diese verändern und sogar gegen fördernde und motivierende Denkwesen ersetzen kann. Wie heißt es so schön: Glauben versetzt Berge! Und wer sonst als Sie ist dafür verantwortlich und kann steuern, was Sie über sich glauben?

15,00 EUR



Rainer Herlt

systemischer Trainer und Coach,
Autor und Personalmanagement-Berater

21176



Ressourcen – Ihre persönliche Krafttankstelle

Mit persönlichen Ressourcen Hindernisse überwinden

Rainer Herlt, Ressourcentrainer

Samstag, 16.11.2024, 10:00–15:00 Uhr

Pfarrheim Mühldorf St. Pius

Möchten Sie an Ihren inneren Vorstellungen arbeiten und Ihre Potenziale entdecken? Dann ist dieser Workshop perfekt für Sie! Mithilfe des Ressourcenmodells (ZRM®) entdecken Sie Ihre Möglichkeiten. Sie entscheiden, was Ihnen guttut und wie Sie es in Ihr Leben integrieren, um Ihre Pläne konsequenter anzugehen oder sich für ein neues Tätigkeitsfeld zu öffnen. Mit Bildern und einfachen Worten erarbeiten Sie ein Haltungsziel, das Sie emotional motiviert und trägt. Sie spüren körperlich, ob es umsetzbar ist, was Voraussetzung für erfolgreiches Handeln ist.

40,00 EUR

21174



Rente und nun? Impulse für ein sinnerfülltes Leben jenseits der 65

Bringen Sie Bewegung in Ihren Ruhestand!

Rainer Herlt, Ressourcentrainer

Samstag, 19.10.2024, 9:00–13:00 Uhr

Pfarrheim Mühldorf St. Pius

Plötzlich hat man die Zeit, die einem bisher als Berufstätiger oft fehlte. Es scheint so, als könne man sie nicht mehr sinnvoll nutzen. In dem Workshop erfahren Sie, welche Bedeutung Arbeit in Ihrem Leben hatte und wie Sie nun mit dem Verlust dieses prägenden Lebensinhaltes umgehen können. Welche Kompetenzen und Fähigkeiten können Sie in den neuen Lebensabschnitt übertragen, was loslassen und durch Neues ersetzen? Welche Ihrer bisher vernachlässigten Eigenschaften und Wünsche können Sie nun leben? Mithilfe von kurzen Impulsreferaten, Selbstreflexionen und Übungen erhalten Sie Tipps und erarbeiten Wege, um sich selbst diese Bedürfnisse zu erfüllen.

15,00 EUR



© iStock

Unser Herz schlägt für die Region.

Informieren Sie sich über unser soziales Engagement in der Region:

www.spkam.de / Ihre Sparkasse / Pressecenter



zum Pressecenter



**Sparkasse
Altötting-Mühldorf**

MEHR MENSCH. MEHR LEISTUNG. MEHR WERT.



Das Leben wird vorwärts gelebt und rückwärts verstanden

Die heilsame Kraft der Biografiearbeit in der Erwachsenenbildung

Unser Ältester war acht oder neun, als ihn zu interessieren begann, womit sein Vater eigentlich sein Geld verdient. Ich sagte seinerzeit: »Landvolkshochschule«. Und er: »Hä?« Ich bemühte mich um Klärung. »Das ist ein Bildungshaus. Eine Schule für Erwachsene«. Er fragte, leicht konsterniert, ob denn Erwachsene auch noch in die Schule gehen müssten. Ich sagte: »Sie müssen nicht, die Leute gehen da freiwillig hin.« Wortlos gab er mir zu verstehen, dass so etwas seine Vorstellungskraft überstieg.

Erwachsenenbildung also: Menschen machen sich aus freien Stücken auf den Weg, um zu lernen. »Nicht für die Schule, sondern für das Leben«, wie man gern den Philosophen Seneca zitiert. Was der alte Römer weniger bedachte: Wir können nicht nur für das Leben, sondern auch aus dem Leben lernen. Aus unseren Erfahrungen. Aus unseren Geschichten. Erwachsen geworden, lernen wir endgültig nicht mehr für den Unterricht oder für Noten oder für sonstige Belohnungssysteme. Der Lohn ist die



Erfahrung von: Persönlichkeits-Bildung. Von Identität. Ich erlebe mich zunehmend als den Menschen, der ich sein bzw. werden kann. Und der sich weiterentwickelt. Bei Rainer Maria Rilke lesen wir die unsterblichen Verse:

*Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen,
die sich über die Dinge ziehn.
Ich werde den letzten vielleicht nicht vollbringen.
Aber versuchen will ich ihn.*

Wir nennen dieses Wachsen und dieses Versuchen, diese lernende Beschäftigung mit unseren Geschichten: Biografiearbeit. Dieser Ansatz kennt so viele Formen und Methoden, wie es Lebenswege gibt. Da treffen sich ältere Menschen unterschiedlichster Herkunft in gemütlicher Runde, schreiben Episoden aus ihrem Leben auf und lesen sie einander vor, erfahren dabei Aufmerksamkeit und Wertschätzung. Da gehen Kinder mit Behinderung und deren Eltern einen Pilgerweg, tauschen Erfahrungen aus und finden Trost und Kraft in der Gemeinschaft. Da finden sich Männer und Frauen zu einem Glaubens-Seminar zusammen, in dem sie sich in aller Freiheit ein Bild machen von der Spiritualität in ihrer Biografie – und von der Biografie ihrer Spiritualität.

Der dänische Philosoph Søren Kierkegaard kannte das Wort Biografiearbeit nicht. Aber er hat auf klassische Weise beschrieben, worum es dabei geht: »Das Leben wird vorwärts gelebt und rückwärts verstanden«. Da steckt Ermutigendes und Heilsames drin: Gebildete erwachsene Menschen leben zuversichtlich »vorwärts«. In der Reflexion ihres Daseins können sie sich über glückliche, geschenkte, bewältigte Geschichten freuen. Und sie können lernen, sich mit Scheiter-Geschichten zu versöhnen, sie einzuordnen. Vom Verstehen kann der Weg zum Ein-Verständnis führen. Und damit zum Frieden mit sich und der Welt.



21283

Was unser Leben hell macht

Biografisches Schreiben:
Anregungen und Übungen

Konrad Habegger

Freitag, 25.10.2024, 17:00–21:00 Uhr

Pfarrheim Heldenstein

Von einem Rottaler Pfarrer ist überliefert, dass er die Dienstbesprechungen mit seinem Kaplan immer mit der gleichen Frage einleitete: »Und, Kooperator, g'freit di's Lebn no?« Gute Frage! Gerade in Zeiten, da die Nachrichten überwiegend Unerfreuliches zu liefern scheinen, tun uns Ermutigungen gut. Licht-Blicke. Dieses Biografie-seminar gibt dazu Gelegenheit. Es regt an zum Erinnern und zum Schreiben unserer Lebens-Geschichte(n). Diesmal schauen wir besonders darauf, welche großen und kleinen Freuden uns das Leben bisher beschert hat. Und worauf wir uns beim Blick in unserer Zukunft freuen können. Willkommen sind alle an Biografiearbeit Interessierten, egal ob sie schon länger am Schreiben sind oder erst hineinschnuppern wollen. Bei Interesse können auch Termine für weiterführende Schreib- und Austausch-Abende vereinbart werden.

8,00 EUR

.....
Konrad Habegger

Biografietrainer
.....



Pilgern bewegt



Das Pilgern ist eine spirituelle Reise, bei der man sich auf den Weg begibt, um mit sich selbst ins Gespräch zu kommen und innezuhalten – zur Ruhe zu kommen. Es bewegt sich nicht nur der eigene Körper, sondern auch der Geist und man kann dabei neue Erkenntnisse gewinnen.

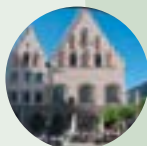
Das Pilgern ist eine ganz besondere Erfahrung, die Körper, Geist und Seele berührt, indem man sich bewusst auf den Weg macht, um eine spirituelle Reise anzutreten. Man öffnet sich für neue Erfahrungen, Gedanken und Erkenntnisse. Während des Pilgerns kann man sich selbst und seine Werte besser kennenlernen, eine innere Ruhe und Gelassenheit finden und eine tiefere Verbindung zu sich selbst und der Natur spüren. Die physische und emotionale Herausforderung des Pilgerns kann dazu beitragen, Ängste zu überwinden, Selbstvertrauen aufzubauen und die eigene Resilienz zu stärken. Pilgern kann somit einen wichtigen Beitrag zur persönlichen Entwicklung leisten, indem es Raum für Selbstreflexion, Wachstum und Spiritualität bietet. Im Herbst bieten wir zwei Tage AUSZEIT und ein Pilgerwochenende in der näheren Umgebung an. Gehen Sie mit uns los!



Stefan Durner

Pilgerbegleiter Europäische Jakobswege EJW

Pilgern heißt für mich immer ein Stück aus dem Alltag aussteigen, vom Außen zum Innen zu gehen und die Perspektive wechseln, aus der heraus ich mein Leben und die Welt um mich herum betrachte.
Stefan Durner



21126

Ein Tag AUSZEIT

Auf dem südostbayerischen Jakobsweg von Wasserburg am Inn nach Rott am Inn

Stefan Durner,
Pilgerbegleiter Europäische Jakobswege (EJW)

Samstag, 07.09.2024, 08:30–17:30 Uhr

Ab Rathaus Wasserburg

Der Pilgerweg führt uns in Fortsetzung des Pilgerweges im April 2024 auf dem südostbayerischen Jakobsweg von der Jakobskirche in der Altstadt von Wasserburg über Attelthal – Ramerberg nach Rott am Inn – ca. 16 km.

20,00 EUR, ohne Bahnfahrt und Verpflegung



21172

Miteinander gehn, zueinander stehn

Pilgerwochenende auf dem südostbayerischen Jakobsweg von Passau nach Karpfham

Stefan Durner,
Pilgerbegleiter Europäische Jakobswege (EJW)

Samstag, 21.09.2024 bis Sonntag 22.09.2024

Ab Bahnhof Mühldorf

Die Tagesetappen betragen jeweils ca. 18 und 12 km. Die Strecke ist überwiegend flach, eine grundlegende Kondition ist erforderlich.

100,00 EUR ohne Fahrtkosten, Übernachtung und Verpflegung



21173

Ein Tag AUSZEIT

Auf dem Wolfgangweg im Landkreis Altötting; Fußpilgerwanderung von Altötting nach Burghausen

Stefan Durner,
Pilgerbegleiter Europäische Jakobswege (EJW)

Samstag, 19.10.2024, 08:50–17:00 Uhr

Ab Bahnhof Altötting

Dieser Pilgerweg führt uns ein Stück auf dem Wolfgangweg von Altötting aus durch den Staatsforst nach Emmerting und Hohenwart und weiter über Mehring nach Burghausen – ca. 16 km.

20,00 EUR ohne Bahnfahrt und Verpflegung



ErlebnisTanz

Jeder kann tanzen – Jeder kann mitmachen

*Tanzen ist ein Ausdruck von Kreativität und Lebensfreude.
Es hält den Körper gesund und erfrischt den Geist.*

Tanzen hält fit

- Training für den ganzen Körper
- Aktive Gesundheitsvorsorge und moderates Ausdauertraining
- Sinnvolle Sturzprophylaxe

Tanzen macht schlau

- Konzentration und Reaktion
- Koordination und Orientierung
- Merk- und Denkfähigkeit wird trainiert

Tanzen macht Spaß

- Freude an der Bewegung
- Man trifft Gleichgesinnte und kommt schnell in Kontakt
- Jeder kann mitmachen, ob mit oder ohne Partner

Einfache Tänze aus Bayern stehen bei unseren Tanznachmittagen ebenso auf dem Programm wie Tänze aus Italien, Griechenland, Israel, Amerika und Russland. Mit viel Spaß wird eine Vielfalt an Tänzen aus aller Welt und verschiedener Epochen einstudiert, von Volkstänzen, Kreistänzen und Squares bis zu Gesellschaftstänzen. Im Vordergrund steht die Freude am Tanzen und an der Geselligkeit – nicht die Perfektion. Also keine Angst vor Fehlern: Toleranz beginnt mit der Erkenntnis, selbst nicht fehlerfrei zu sein!

Die Teilnehmenden müssen keinen Tanzpartner mitbringen. Es wird in der Gruppe getanzt. Die Tanzleiterin Christa Niggel erklärt die Schritte genau und übt sie mit den Teilnehmenden ein.

Sie haben Interesse? Melden Sie sich gerne bei uns an!

.....
Christa Niggel

Tanzleiterin
.....



21255

Tänze aus aller Welt

Gemeinsam mit Musik in Bewegung

**Donnerstag, 12.09.2024, 14:00–15:30 Uhr,
7 Treffen**

**Weitere Termine: 26.09., 10.10., 24.10., 14.11.,
28.11., 12.12.**

*Pfarrheim St. Nikolaus, Mühldorf am Inn
56,00 EUR*



21256

Tänze aus aller Welt

Gemeinsam mit Musik in Bewegung

**Donnerstag, 09.01.2025, 14:00–15:30 Uhr,
6 Treffen**

**Weitere Termine: 23.01., 06.02., 20.02.,
13.03., 27.03.**

*Pfarrheim St. Nikolaus, Mühldorf am Inn
48,00 EUR*

Integrative Bildung – Willkommen goldener Herbst!

Neues Programm Herbst/Winter 2024/25

Bildung erweitert den Horizont, es bringt Menschen zusammen, weil sie an einem gemeinsamen Ziel interessiert sind. Man stärkt dadurch das Selbstwertgefühl, die Lebensfreude und somit die eigene Lebensqualität.

Integrative Erwachsenenbildung bezieht sich auf Bildungsansätze, die darauf abzielen, Menschen unabhängig von ihrer Herkunft, ihrem Bildungsstand oder ihren persönlichen Voraussetzungen zu unterstützen. Dabei steht die Förderung von Vielfalt und Inklusion im Mittelpunkt, um allen Menschen die gleichen Chancen auf Weiterbildung und persönliche Entwicklung zu ermöglichen. Durch die Integration unterschiedlicher Lernansätze, Methoden und Zielgruppen soll eine ganzheitliche, lebenslange Bildungsförderung gewährleistet werden, die individuelle Stärken und Bedürfnisse berücksichtigt. Integrative Erwachsenenbildung trägt somit dazu bei, eine inklusive Gesellschaft zu schaffen, in der jeder Mensch die Möglichkeit hat, sein volles Potenzial zu entfalten.

Integration und Inklusion sind Ziele, die wir mit diesem Programm im Auge haben. Viele der Angebote sind auch für Menschen ohne Beeinträchtigung interessant und können gebucht werden.



**Unser integratives
Programm in Kooperation
mit der Stiftung Ecksberg
finden Sie hier**



Lena Feichtner

Heilerziehungs- & Altenpflegerin OBA Ecksberg



Sabine Steutzger

Heilerziehungspflegerin
Kreisbildungswerk Mühldorf

21096



Bastelkurs – Upcycling

Kreativwerkstatt

Christl Schwarzenbeck

Samstag, 19.10.2024, 14:00–17:00 Uhr

Stiftung Ecksberg, Werkraum Therapiezentrum

Man kann viele Materialien, die eigentlich in den Müll wandern, wiederverwenden. Lass dich von meinen vielen Ideen und Anleitungen inspirieren und stelle eigene tolle Dinge her. Wir sind gegen Verschwendung und für Kreativität. Gebastelt werden kann eine Geldbörse aus Tetrapack, ein kunterbunter Behälter aus einer Weißblechdose und noch einiges mehr.

6,00 EUR

21168



Weihnachtsbäckerei

Kathrin Emmerling

Freitag, 22.11.2024, 15:15–19:15 Uhr

Stiftung Ecksberg, Förderstätte Ost, Gruppe 1

Traditionell beginnt in der Vorweihnachtszeit die »Weihnachtsbäckerei«. Wir möchten mit euch ausgewählte Plätzchen backen, verzieren und sie natürlich auch zusammen kosten.

8,00 EUR

21086



Singletreff

Kennenlernnachmittag

Sabine Steutzger, Heilerziehungspflegerin

Samstag, 14.12.2024, 14:00–16:30 Uhr

Stiftung Ecksberg, Werkraum im Therapiezentrum

Wir treffen uns im Kaffee Innleit'n in gemütlicher Runde. Mit lustigen Kennenlernspielen werden wir gemeinsam ins Gespräch kommen.

5,00 EUR

21083



Englisch macht Spaß

Kurs für Anfänger

Sabine Steutzger, Heilerziehungspflegerin

**Donnerstag, 16.01.2025, 16:00–17:00 Uhr,
4 Treffen**

Stiftung Ecksberg, Werkraum im Therapiezentrum

Ihr müsst keine Englischvorkenntnisse haben, um am Kurs teilzunehmen. Wir starten mit ganz einfachen Sätzen wie man sich z.B. selber vorstellen kann, wie bestimmte Tiere heißen und vieles mehr! Englisch macht Spaß!

8,00 EUR



Am Anfang steht die Menschenwürde

Unsere Workshop-Reihe zu exemplarischen Feldern christlicher Ethik



»Vor 75 Jahren hat Deutschland die Würde des Menschen an den Anfang seines Grundgesetzes gestellt, als einen Wert und als einen Auftrag.« So begann der Schriftsteller Navid Kermani vor kurzem eine viel beachtete Rede in Berlin. Und fuhr fort: »Würde, das ist ein seltsames Wort. Tatsächlich erschließt es sich wie alle großen Wörter – wie Liebe, Seele, Gott – kaum abstrakt, sondern in der Erfahrung. Mir selbst wurde erst klar, was Würde bedeutet, als ich 50 Jahre alt war und die Leiche meines Vaters wusch.«

Kermani beschreibt dieses muslimische Ritual in seinen bewegenden Einzelheiten und kommt zu dem Schluss: »Das unterscheidet uns eben von Tieren – dass wir den Menschen auch dann ehren, wenn der Körper nutzlos und sogar unangenehm geworden ist. Ist der Mensch selbst im Tod jemand, wird er es auch im Leben sein.« Dass kein Mensch ein Niemand, sondern jeder Mensch ein *Jemand* ist, diese Mahnung stehe aus gutem Grund auf der ersten Seite unserer Verfassungsordnung.

Um die Menschenwürde zu schützen, braucht es aber nicht nur das Recht, sondern auch die Ethik. Die wiederum kann nicht einfach per Gesetz verordnet, sondern muss gelebt werden. »Der freiheitliche, säkularisierte Staat lebt von Voraussetzungen, die er selbst nicht garantieren kann«: Der berühmte Ausspruch des früheren Verfassungsrichters Ernst-Wolfgang Böckenförde erinnert daran, dass es moralische Kategorien gibt, die universal gültig sind. In der westlichen Welt zählen dazu zweifellos die Normen und Gebote der jüdisch-christlichen Tradition.

Daran erinnern wir im Jubiläumsjahr des Grundgesetzes mit der Veranstaltungsreihe *Was dir zum Frieden dient*. In drei exemplarischen Themenfeldern gehen wir der Frage nach, welchen Stellenwert christliche Ethik und Moralthologie in aktuellen gesellschaftlichen Debatten überhaupt (noch) haben. Und was sie inhaltlich, wenn es um die Würde des Menschen geht, zu sagen haben: Zum Beispiel zu Krieg und Frieden. Oder zu Sexualität, Identität und Selbstbestimmung. Oder zur Begleitung im und Beihilfe zum Sterben.

Die Reihe besteht aus drei Workshops. Darin gibt es jeweils einen Impulsvortrag, Austausch in Kleingruppen und ein moderiertes Plenum. Daraus können Ideen bzw. Vereinbarungen zur Weiterarbeit am jeweiligen Thema vor Ort in den Pfarreien oder Verbänden erwachsen.

Durch eine Förderung der KEB können die Workshops kostenfrei angeboten werden.

.....
Konrad Habberger

Theologischer Referent

Telefon (08631) 3767-14 (dienstags)

theologie@kreisbildungswerk-mdf.de
.....





Workshop 1

21243

Du sollst nicht töten lassen!

Eine Zeitenwende für die Friedensethik?

*Prof. Dr. Markus Vogt, Lehrstuhl für
Christliche Sozialethik LMU München*

Mittwoch, 11.09.2024, 19:30–21:00 Uhr

Pfarrheim St. Nikolaus Mühldorf

Ein Ende des Krieges in der Ukraine ist nicht in Sicht. In diesem Workshop geht es um sehr aktuelle und ernste Fragen: Wie kann man mit einem Diktator verhandeln, den die vermeintliche Schwäche des Westens möglicherweise zu weiterer Aggression ermutigt? Wie weit reicht die moralische Pflicht Deutschlands zu einer »Schutzverantwortung«? Wie können wir Freiheit und Demokratie in Europa verteidigen? Und kann die christliche Friedensethik hier Orientierung bieten?

Kostenfrei

Workshop 2

21244

Würde, Sexualität und Geschlecht

Über katholische Morallehren und ihre Grenzen

*Dr. Michael Brinkschröder, Projektleiter
Regebogenpastoral EB München-Freising*

Montag, 14.10.2024, 19:30–21:00 Uhr

Pfarrheim St. Nikolaus Mühldorf

Nirgends ist der Mensch verletzlich als in der Sexualität. Deshalb geht es gerade hier darum, die Würde des Menschen zu achten und vor sozialer Missachtung, psychischer Demütigung und physischer Erniedrigung zu schützen. Doch im Umgang mit Sexualität und Geschlechtlichkeit hat die katholische Tradition gravierende Schwachstellen, die bis heute nicht überwunden sind. Diese werden aus der Sicht von LSBTI-Personen beleuchtet und mit dem ethischen Potential von Menschenwürde und Menschenrechten konfrontiert.

Kostenfrei



- (1) *Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt.*
- (2) *Das Deutsche Volk bekennt sich darum zu unverletzlichen und unveräußerlichen Menschenrechten als Grundlage jeder menschlichen Gemeinschaft, des Friedens und der Gerechtigkeit in der Welt.*

Workshop 3

21245

Die Freiheit zu gehen

Zur Diskussion um assistierten Suizid

Dr. Martina Eschenweck, Leiterin der Seniorenpastoral im Dekanat München-Südwest

Donnerstag, 07.11.2024, 19:30–21:00 Uhr

Pfarrheim St. Nikolaus Mühldorf

Im Jahr 2020 hat das Bundesverfassungsgericht den § 217 des Strafgesetzbuchs als mit dem Grundgesetz unvereinbar und nichtig erklärt. Darin wurde die geschäftsmäßige Assistenz bei einem Suizid unter Strafe gestellt. Eine neue gesetzliche Regelung gibt es noch nicht. Im Mittelpunkt steht die Frage, ob es Grenzen gibt für die Selbstbestimmung des Menschen und wie sie ggf. begründet werden. Recht, Ethik und Theologie geben darauf unterschiedliche Antworten, die wir miteinander diskutieren.

Kostenfrei



Mit Technik zu mehr Lebensfreude

Wie neue Technologien die Lebensqualität verbessern

Wir leben in einer immer stärker digitalisierten Welt. Gerade für die ältere Generation stellt dies eine besondere Herausforderung dar. Immer wieder erzählen mir Seniorinnen und Senioren, dass sie im Umgang mit Smartphone und Co. noch sehr unsicher sind. Sie sind mit diesen neuen Medien nicht aufgewachsen und vieles ist ihnen fremd. Doch die meisten von Ihnen möchten auch im Alter aktiv am gesellschaftlichen und kulturellen Leben teilhaben und sich hier einbringen.

Smartphone, Tablet und Co. bieten hervorragende Möglichkeiten, diese Wünsche zu erfüllen und erleichtern sogar oftmals den Alltag. Ganz gleich, ob es um den Kontakt zu Familie und Freunden geht, um gemeinsame Hobbies, kulturelle oder informative Interaktion. Online zu sein bietet uns allen bis ins hohe Alter viele Vorteile und ist mittlerweile ein generationsübergreifendes Thema.

Wir möchten Sie unterstützen, wenn Sie Hilfe im Umgang mit den neuen Medien benötigen.

Das Kreisbildungswerk Mühldorf hat 30 Digitalbegleiterinnen und Digitalbegleiter ausgebildet und qualifiziert,



um Veranstaltungen zu den Themen Smartphone, Tablet und Co. für Sie gut aufbereitet und wohnortnah im gesamten Landkreis anbieten zu können.

Auch Kommunen, Städte, Pfarreien, Vereine und Einrichtungen sind herzlich eingeladen, auf uns zuzukommen. Wir helfen Ihnen gerne weiter und gestalten ein für Ihren Bedarf passendes Angebot. Rufen Sie uns einfach an!

Ab 05.11.2024 bieten wir den nächsten kostenlosen Ausbildungskurs Digitalbegleiter:in online an.

Anmeldungen beim KBW unter (08631) 3767-0 oder auf unserer Homepage www.kreisbildungswerk-mdf.de.

Weitere Informationen
zur Digitalbegleitung
finden Sie hier:



.....
Silke Auer

Projektleitung Digitalbegleitung
.....



Aktionswoche 19.10.–26.10.2024



21347

Auftakt-Veranstaltung angehender Digitalbegleitungen

Silke Auer, Referentin für Seniorenbildung,
Projektbegleitung

Dienstag, 22.10.2024, 18:00–19:30 Uhr
Online

Sie sind gerne digital unterwegs und haben keine Berührungsängste mit Computern oder Smartphones? Würden Sie gerne dazu beitragen, dass mehr Senioren und Seniorinnen Zugang dazu finden und so an gesellschaftlicher Entwicklung teilhaben? Genau das wird Thema unseres Abends sein, mit Hinblick auf den Qualifizierungskurs zur Digitalbegleitung und die Inhalte der betreffenden Module.

Kostenfrei

Digital begleitet: wohnnah!

Sie haben ein Smartphone, ein Tablet oder einen Laptop und sind noch unsicher in der Bedienung? Kein Problem!

Unsere Digitalbegleiter stehen Ihnen wohnortnah an verschiedenen Orten im ganzen Landkreis zu Seite. Mit einfachen Anweisungen und in verständlicher Sprache erklären sie, wie Sie Ihr »Wisch-Handy« und Co. selbstsicher bedienen können.



In einer Gruppe mit Gleichgesinnten und praxisnaher Unterstützung bleibt auch genügend Zeit, Ihre Fragen zu beantworten. Gemeinsam lernen Sie, die digitale Welt besser zu verstehen. Entdecken Sie mit uns die vielfältigen Möglichkeiten dieser Welt und wie sie Ihren Alltag bereichern kann.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig, jeder ist herzlich willkommen! Die Teilnahme an den Digitalbegleiter-Veranstaltungen ist, soweit nicht anders angegeben, kostenfrei möglich.

Egglkofen

21301



Smartphone-Nachmittag

Christa Seidl

Dienstag, 17.09.2024, 15:30–17:00 Uhr

Weitere Veranstaltungen:

Dienstag, 08.10.2024, 15:30–17:00 Uhr,

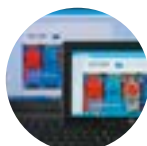
Dienstag, 22.10.2024, 15:30–17:00 Uhr

Grundschule Egglkofen

Bei diesen Smartphone-Nachmittagen in Egglkofen unterstützt unsere Digitalbegleiterin Christa Seidl bei allen Fragen zu Smartphone, Tablet & Co.

Mettenheim

21200



PC-Workshop

Thema: Update, Upgrade, Backup

Stefan Schalk

Montag, 02.09.2024, 19:00–20:30 Uhr

Weitere Veranstaltungen:

Montag, 14.10.2024, 19:00–20:30 Uhr,

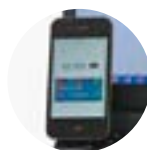
Montag, 21.10.2024, 19:00–20:30 Uhr,

Montag, 09.12.2024, 19:00–20:30 Uhr

Kulturhof Mettenheim

Ob Sie neu im Umgang mit Computern sind oder bereits Erfahrung haben und Ihr Wissen im Bereich IT vertiefen möchten – dieser Abend-Treff in Mettenheim ist offen für alle. Folgende Themen werden u. a. aufgegriffen und bei den verschiedenen Terminen besprochen.

- Antivirenssoftware: Schutz vor Angreifern
- Sicherheitsupdates: So bleiben PC und Handy auf dem neuesten Stand
- Passwörter: Wie Sie starke Kennwörter erstellen
- Passwortmanager: Bequem und sicher zugleich
- Router: So schützen Sie Ihr Heimnetz
- Fernzugriff auf Daten: Vertrauen oder Kontrolle
- Phishing: Abfischen von Daten verhindern
- Smart Home: Vor lauter »smart« das »sicher« nicht vergessen
- Offenes WLAN: Setzen Sie im Hotel und Café die Tarnkappe auf
- Hack-Check: Klarheit in einer Minute



Mühldorf

21247

Handy-Sprechstunde

Nina Krapf

Dienstag, 08.10.2024, 16:00–17:30 Uhr

Weitere Veranstaltungen:

Dienstag, 22.10.2024, 16:00–17:30 Uhr

Pfarrsaal St. Nikolaus, Mühldorf

Sie haben ein neues Handy, Smartphone oder Tablet? Wie es funktioniert, welche Einstellungen Ihr Handy sicher machen und wie Sie Dinge wie WhatsApp, einen Online-Einkauf oder sogar Online-Banking sicher bedienen, können wir in der Handy-Sprechstunde klären und ausprobieren. Der Umgang mit den Geräten wird geübt und viel Wissenswertes vermittelt, z.B. über Funktionen, die Sie bis jetzt vielleicht noch gar nicht entdeckt haben.

Neumarkt-St. Veit

21179

Smartphone-Stammtisch

Henriette Beck & Ulrike Hackenthal

Montag, 02.09.2024, 16:30–18:00 Uhr

Weitere Veranstaltungen:

Montag, 07.10.2024, 16:30–18:00 Uhr

Montag, 04.11.2024, 16:30–18:00 Uhr

Montag, 02.12.2024, 16:30–18:00 Uhr

Montag, 13.01.2025, 16:30–18:00 Uhr

Montag, 03.02.2025, 16:30–18:00 Uhr

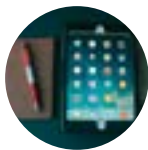
Gasthaus zur Post, Neumarkt-St. Veit

Bei unserem Smartphone-Stammtisch in Neumarkt unterstützen unsere Digitalbegleiterinnen Henriette Beck und Ulrike Hackenthal bei allen Fragen zu Smartphone, Tablet und Co.



Neumarkt-St. Veit

21286



Smartphone-Nachmittag

Josefine Putz

Donnerstag, 10.10.2024, 14:30–16:00 Uhr

Mittelschule Neumarkt-St. Veit

Bei einem weiteren Smartphone-Nachmittag in Neumarkt steht unsere Digitalbegleiterin Josefine Putz bei allen Fragen zu Smartphone, Tablet und Co. zur Seite.

Niedertaufkirchen

21123



Smartphone-Nachmittag

Brigitte Sedlacek & Anneliese Schaber

Donnerstag, 24.10.2024, 15:00–16:30 UhrMehrzweckhalle -Feuerwehr Ausbildungsraum,
Niedertaufkirchen

In Niedertaufkirchen beraten und assistieren Ihnen beim Smartphone-Nachmittag unsere Digitalbegleiterinnen Brigitte Sedlacek und Anneliese Schaber bei allen Fragen zu Smartphone, Tablet und Co.

Oberbergkirchen

21258



Hilfe bei Tablet und Smartphone

Manuela Brenninger & Henriette Beck

Dienstag, 22.10.2024, 15:00–16:30 Uhr

Alter Kindergarten Oberbergkirchen

Die beiden Digitalbegleiterinnen Henriette Beck und Manuela Brenninger geben in Oberbergkirchen Hilfestellung bei allen Fragen rund um die Themen Smartphone, Tablet und Co.

Waldkraiburg

20580



PC-Treff für Jung und Alt

Susanne Vogt-Höfer & Hartmut Schüder

Dienstag, 10.09.2024, 15:00–17:00 Uhr**Weitere Veranstaltungen:****Dienstag, 24.09.2024, 15:00–17:00 Uhr****Dienstag, 08.10.2024, 15:00–17:00 Uhr****Dienstag, 22.10.2024, 15:00–17:00 Uhr****Dienstag, 12.11.2024, 15:00–17:00 Uhr****Dienstag, 26.11.2024, 15:00–17:00 Uhr****Dienstag, 10.12.2024, 15:00–17:00 Uhr**

AWO Projekthaus JAGUS

In Waldkraiburg haben Sie beim PC-Treff für Jung und Alt die Möglichkeit, bei allen Fragen zu Smartphone, Tablet und Co. Hilfestellung von unseren Digitalbegleitern Susanne Vogt-Höfer und Hartmut Schüder zu erhalten. Im PC-Treff werden zudem Themen besprochen, wie E-Mails schreiben, Fotos bearbeiten, Einkaufen/Verkaufen im Internet, Nutzung der Suchfunktion, Online-Anmeldungen usw.

Waldkraiburg

21044



Grundlagen Smartphone, Tablet & Internet

Mark Kenstler

Montag, 16.09.2024, 19:00–20:30 Uhr**Weitere Veranstaltungen:****Montag, 30.09.2024, 19:00–20:30 Uhr****Montag, 14.10.2024, 19:00–20:30 Uhr****Montag, 28.10.2024, 19:00–20:30 Uhr****Montag, 11.11.2024, 19:00–20:30 Uhr****Montag, 25.11.2024, 19:00–20:30 Uhr****Montag, 09.12.2024, 19:00–20:30 Uhr**

AWO Projekthaus JAGUS

Ebenfalls in Waldkraiburg unterstützt Digitalbegleiter Mark Kenstler bei allen grundlegenden Fragen zu Smartphone, Tablet und Internet, wie z.B.

- Vorstellung der Gerätehardware
- Der App-Store
- Die wichtigsten Standard-Apps
- Informationen aus dem Internet sicher verwenden
- Offene Fragen und Anliegen

21121



Smartphone-/Tablet-Kurs 60plus

Franz Haider, Medienpädagoge

**Mittwoch, 09.10.2024, 13:30–15:00 Uhr,
4 Treffen**

Gymnasium Waldkraiburg

Mit Unterstützung von Schülerpaten und unter Anleitung des Medienpädagogen Franz Haider werden Menschen ab der Lebensmitte (60plus) hier Grundkenntnisse vermittelt, die helfen, digitale Medien im Alltag nutzen zu können. Gemeinsam lernen Sie, die digitale Welt zu verstehen. Sie werden begeistert sein, welche Möglichkeiten sie ihnen bietet und wie sie den Alltag erleichtert. An jedem Kurstag ist genügend Zeit für Fragen.
28,00 EUR

»Die Leute kommen immer wieder: Das ist die beste Rückmeldung!«

Fragen an Stefan Schalk zu seinen Erfahrungen als Digitalbegleiter beim KBW

Sie sind einer von mittlerweile 30 Digitalbegleitern beim Kreisbildungswerk Mühldorf. Wie sind Sie dazu gekommen?

Ich war in meinem Berufsleben beim Bayerischen Roten Kreuz beschäftigt und dort seit 1981 in der EDV tätig – heute würde man sagen: in der IT-Abteilung. Als ehrenamtlicher Bürgermeister übernahm ich auch die IT-Betreuung der Gemeindeverwaltung Mettenheim. Irgendwann wurde ich angesprochen, ob ich in Mettenheim eine Art Anfängerkurs für Computer-Interessierte machen würde. Das habe ich dann gemacht. Und vor zwei Jahren hat mich Silke Auer gefragt, ob ich ehrenamtlicher Digitalbegleiter fürs Kreisbildungswerk werden will.

Mittlerweile haben Sie in dieser Eigenschaft schon rund 30 Kurse angeboten. Wo finden die statt und zu welchen Themen?

Meine Kurse sind in Mettenheim, meistens im Kulturhof, manchmal auch beim Kreuzer-Wirt. Es gehört zum Konzept, dass diese Angebote wohnortnah sind, also dass die Teilnehmenden nicht weit fahren müssen. Die Inhalte sind breit gefächert, von der allgemeinen Einführung ins Internet über Betriebssysteme, E-Mail und WhatsApp bis zu Online-Banking und Datensicherung. Die Themen richten sich nach dem, was bei den Teilnehmenden gerade von Interesse ist, wir vereinbaren sie von Treffen zu Treffen.

Was ist Ihnen als Digitalbegleiter wichtig, was wollen Sie vermitteln?

Im Gegensatz zu den jungen Leuten, die mit dem Smartphone aufgewachsen sind, haben viele ältere Menschen immer noch Berührungsängste mit der modernen Kommunikationstechnik. Denen möchte ich vermitteln: Hab keine Angst, dass du etwas kaputt machst oder falsch machst! Ich ermutige zum Ausprobieren und zum Fragen. In der Kursgruppe können wir uns gegenseitig weiterhelfen. Und: ich bin nicht der allwissende Dozent, sondern eben ein Begleiter. Es ist dann immer schön zu erleben, wenn die Leute selbstsicherer werden und sehen, dass Computer, Internet und Co. tatsächlich auch Möglichkeiten sind, das Leben zu erleichtern und mit anderen Menschen in Kontakt zu bleiben.



Wie ist die Resonanz auf Ihre Kurse, welche Rückmeldungen bekommen Sie?

In den Kursgruppen ist immer eine lockere, angenehme Atmosphäre und die Teilnehmenden sind offenbar sehr zufrieden. Sie kommen jedenfalls immer wieder – das ist die beste Rückmeldung!

Und was hat man selber davon, wenn man sich als Digitalbegleiter engagiert?

Wie gesagt, die Erfahrung, dass man etwas Sinnvolles für andere Menschen tut. Und dazu die Möglichkeit, mit ihnen gemeinsam immer noch was dazuzulernen. Ich bin jetzt 75 und ich habe mir vorgenommen, ich möchte geistig nicht abbauen. Denn für den Geist wie für den Körper gilt: Was nicht trainiert wird, baut ab.

atelier für gestaltung

engelhardt
inh. tina maier

corporate design
corporate publishing
editorial design
information design

www.engelhardt-atelier.de

[f/engelhardt.atelier](https://www.facebook.com/engelhardt.atelier)

Verbraucherbildung im KBW

Seit dem 01.06.2019 ist das KBW Mühldorf am Inn anerkannter Stützpunkt für Verbraucherbildung. In dieser Funktion bieten wir Vorträge und Kurse zu aktuellen Verbraucherthemen an. Das Siegel Verbraucherbildung Bayern stellt die Qualität sowie die Produkt- und Anbieterneutralität der Kursleitungen und ihrer Bildungsangebote sicher.

Mit unserer Reihe **Das Einmaleins der Geldanlage** haben Sie im November 2024 wieder die Möglichkeit, sich intensiv zum Thema Geldanlage zu informieren. Das Ersparnis gewinnbringend und mit kalkulierte Risiko anzulegen ist eine komplizierte Angelegenheit.

Der Diplom-Kaufmann und Steuerberater Dr. Christian Mayerlechner wird in drei Modulen über die Vor- und Nachteile von Anlagemöglichkeiten wie Zinsanlagen, ETFs oder Aktien sprechen, aber auch wie Geld gewinnbringend und mit kalkulierte Risiko anzulegen ist.

Er wird darüber informieren, wie man sein Vermögen bei der Anlage durch Diversifikation schützen kann, wie die Risiken gehandhabt oder die Kosten und Provisionen minimiert werden können. Sie lernen, in Anlageberatungen die richtigen Fragen zu stellen und Fallen zu erkennen. Ziel dieser Reihe ist es, dass die Teilnehmenden ihre Geldanlage selbstständig handhaben können.



21133

Das Einmaleins der Geldanlage in drei Modulen

Pfarrheim St. Laurentius, Altmühldorf
Jeweils 19:00–21:00 Uhr

Montag, 11.11.2024

Modul 1: Grundlagen Geldanlage und
persönlicher Finanzplan

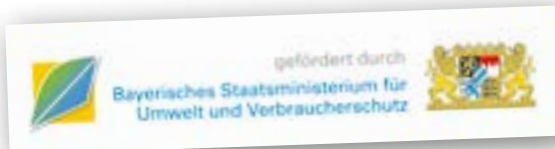
Montag, 18.11.2024

Modul 2: Zinsanlagen

Montag, 25.11.2024

Modul 3: Aktien

Alle Module sind auch einzeln buchbar. Die Teilnahme ist kostenfrei möglich, eine Anmeldung ist jedoch erforderlich.



Weitere Informationen
zur Reihe und zur
Anmeldung
finden Sie hier:



Prospekte
Broschüren
Bücher

**DRUCKEREI
LANZINGER**

Druckerei Lanzinger
Hofmark 11
84564 Oberbergkirchen

Tel.: 08637 986010
mail@druckerei-lanzinger.de
www.druckerei-lanzinger.de

Unser Tipp: Bleiben Sie auf dem Laufenden!

Informieren Sie sich zu Verbraucherbildungsthemen!

21131



Gutes tun im Internet

Markus Bartsch, IT Consultant und Trainer für ökonomische Verbraucherbildung Bayern

Dienstag, 17.09.2024, 18:30–20:00 Uhr

Haus der Wirtschaft, Mühldorf am Inn

Im Internet tätigen wir alltägliche Aktivitäten wie Suchen, Einkaufen und Filme schauen für uns selbst. Doch dabei können wir auch anderen helfen, z.B. Kindern, Tieren oder dem Klima. Wie können wir Hilfsprojekte beim Online-Einkauf unterstützen, ohne mehr zu bezahlen? Was sind »grüne« Suchmaschinen und ihre Vor- und Nachteile? Der IT-Experte Markus Bartsch erklärt, wie unsere Online-Aktivitäten wie Googlen und WhatsApps das Klima beeinflussen und welche Apps uns zu einem nachhaltigeren Lebensstil helfen können.

Kostenfrei

21132



Fake-News prüfen und erkennen

Markus Bartsch, IT Consultant und Trainer für ökonomische Verbraucherbildung Bayern

Dienstag, 03.12.2024, 18:30–20:00 Uhr

Haus der Wirtschaft, Mühldorf am Inn

In den heutigen Zeiten ist die Nachrichtendichte sehr hoch. Einige Neuigkeiten sind dabei echt und manche stellen sich im Nachhinein als sogenannte Fake-News heraus. In diesem Vortrag zeigt IT-Spezialist und Verbraucherbildungs-Trainer Markus Bartsch, wie Sie Nachrichten auf deren Wahrheitsgehalt prüfen und Fake-News erkennen können.

Kostenfrei

21249



Digitaler Nachlass

Ingrid Schmidt, Christopher Trengert, BayernLab Traunstein

Dienstag, 26.11.2024, 19:00–20:30 Uhr

Pfarrheim St. Laurentius, Altmühldorf

Viele Menschen haben Konten im Internet und nutzen Angebote digital. Wichtige Vertragsdaten und Informationen existieren deshalb nur noch virtuell. Doch was passiert mit diesen Konten und Verträgen, wenn jemand unerwartet verstirbt? Bleiben sie bestehen? Wie erhalten Hinterbliebene Zugang zu den Konten? Ingrid Schmidt vom BayernLab Traunstein klärt auf, welche Maßnahmen im Vorfeld jeder, der digitale Konten besitzt, treffen sollte. Der Vortrag richtet sich an Verbraucher jeglichen Alters, die über Online-Accounts verfügen und dafür eine Regelung treffen möchten.

Kostenfrei

Hier finden Sie alle unsere Angebote zum Thema Verbraucherbildung. Alle Veranstaltungen sind kostenfrei!



UDO KESSELGRUBER RECHTSANWALT

ausschließlich
TESTAMENTSBERATUNG

Ich durfte fast 50 Jahre in Rechtsangelegenheiten in Waldkraiburg und Umgebung tätig sein. Dafür danke ich! Altersbedingt beende ich diese Tätigkeit nunmehr. Für TESTAMENTSBERATUNGEN stehe ich jedoch weiterhin zur Verfügung! Rufen Sie an, ich rufe zurück!

LEO-FALL-STR. 14 • 84478 WALDKRAIBURG • TELEFON 08638 2259
FAX 08638 84243 • RA-KESSELGRUBER@T-ONLINE.DE

WWW.RA-KESSELGRUBER.DE

Veranstaltungen zur 5. Bayerischen Demenzwoche

20.–29. September 2024



21112

Die Münchener Straße anno dazumal

Erinnerungs- und Erzählcafé

Ingrid Fleischer

Dienstag, 24.09.2024, 14:00–16:00 Uhr

Caritas-Zentrum Mühldorf

Wir wollen herzlich dazu einladen, gemeinsam einen Blick in die Vergangenheit des Stadtteils entlang der Münchener Straße zu werfen. Wer alte Bilder, Fotografien oder Zeitungsartikel zu Hause hat oder von damals erzählen und berichten kann, ist herzlich eingeladen seine Erinnerungen mit uns und weiteren Besuchern des Cafés im neuen Caritas-Zentrum bei Kaffee und Kuchen zu teilen.

Kostenfrei



Vergiss-mein-nicht- Gottesdienste

Besonders (aber nicht nur) für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen, mit vertrauten Liedern und Texten.

Donnerstag, 26.09.2024, 17:00–18:00 Uhr

Pfarrkirche Haag

Thema »Erntedank«

Sonntag, 29.09.2024, 10:30–11:30 Uhr

Kirche St. Johann, Neumarkt -St. Veit

21225

Offener Singkreis

Lieder und Gedichte über Waldeslust und die Freude an der Natur

Marianne Kaltner, Seniorensorge

Montag, 23.09.2024, 15:30–16:30 Uhr

Ökonomiestadel, Mühldorf

Ein Nachmittag für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen: Gemeinsam singen ist gesund und weckt die Lebensgeister, es schafft Verbundenheit und schenkt Freude!

Kostenfrei



21240

Niemals gehst du so ganz

Workshop: Was Angehörigen von Demenzkranken hilft

Konrad Haberger, Theologischer Referent KBW Mühldorf

Dienstag, 01.10.2024, 17:00–19:00 Uhr

Mehrgenerationenhaus der Arbeiterwohlfahrt

Auf der Wies 18, 84453 Mühldorf

Ein vertrauter Mensch wird mir fremd. Er entschwindet in eine andere Welt. Für Angehörige ist das eine Erfahrung, die schmerzt und ein Lernprozess, der herausfordert. In diesem Workshop geht es auf zwei Ebenen um Möglichkeiten, diesen Prozess nicht nur zu erleiden, sondern zu gestalten. Der Theologe Konrad Haberger vom KBW Mühldorf stellt einfache Methoden der Biografiearbeit vor, die den kranken Menschen – wenigstens zeitweise – wieder Identität, Geborgenheit und Beziehung erleben lassen. Für ganz praktische Fragen zur Unterstützungsmöglichkeiten von Demenzerkrankten steht Jakob Umbach vom Pflegestützpunkt Mühldorf zur Verfügung. Der Mobile Familienservice (MoFa) der AWO bietet den Teilnehmenden an, ihre demenzerkrankten Angehörigen während des Workshops zu betreuen. Bedarf bitte bei der Anmeldung mitteilen!

Kostenfrei

Weiterer Kooperationspartner:
Pflegestützpunkt Mühldorf



Weitere Informationen
zur 5. Bayerischen
Demenzwoche finden
Sie hier:



Alle Veranstaltungen zur Demenzwoche in
Kooperation mit dem Caritaszentrum Mühldorf
und der Seniorensorge im Dekanat Mühldorf
und Waldkraiburg



Veranstaltungen im Überblick

Auswahl aus unserem Gesamtprogramm September 2024–Februar 2025

Kurs-Nr.	Datum	Titel	Ort/Online	Referent/innen
21179	Mo, 02.09.24	Smartphone-Stammtisch	Neumarkt-St. Veit	Henriette Beck
21200	Mo, 02.09.24	PC-Workshop Thema: Update, Upgrade, Backup	Mettenheim	Stefan Schalk
21095	Sa, 07.09.24	Wanderung im Chiemgau Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	Rosemarie Winkler
21126	Sa, 07.09.24	Ein Tag AUSZEIT auf dem südostb. Jakobsweg von Wasserburg nach Rott	Wasserburg am Inn	Stefan Durner
21262	So, 08.09.24	Bärnsee-Rundweg – gemütliche Tour bei Aschau im Chiemgau	Neumarkt-St. Veit	Thomas Obermeier
20580	Di, 10.09.24	PC-Treff für Jung und Alt	Waldkraiburg	Susanne Vogt-Höfer
21058	Di, 10.09.24	Basenfasten mit Begleitung Infoabend zum Kurs	Reichertsheim	Maria Mirz
21190	Mi, 11.09.24	Gut ernährt von Anfang an: die Muttermilch macht's	Online	Tanja Liebl-Gschwind
21243	Mi, 11.09.24	Du sollst nicht töten lassen! Eine Zeitenwende für die Friedensethik?	Mühldorf am Inn	Prof. Dr. Markus Vogt
21275	Mi, 11.09.24	Musikgarten Gemeinsam musizieren – von Anfang an!	Niederbergkirchen	Sarah Kutning
21221	Do, 12.09.24	Babymassage Kurs	Niederbergkirchen	Eva Kleinert
21255	Do, 12.09.24	Tänze aus aller Welt Volkstänze, Kreistänze und Gesellschaftstänze	Mühldorf am Inn	Christa Niggel
21298	Do, 12.09.24	Krabbelzwerge – Bewegen, Spielen, Informieren	Niederbergkirchen	Eva Kleinert
21161	Fr, 13.09.24	Aufgeklärt ist bestens geschützt ... aber wie?	Gars am Inn	Karin Mußner
20760	So, 15.09.24	Führung an der KZ-Gedenkstätte Mühldorfer Hart	Mettenheim	Günter Schodlok
21321	So, 15.09.24	Tag des Gesellschaftsspiels	Mühldorf am Inn	Mitarbeiter des Museums
21044	Mo, 16.09.24	Grundlagen Smartphone, Tablet & Internet	Waldkraiburg	Mark Kenstler
21119	Mo, 16.09.24	Babys & Zwerge in Bewegung	Gars am Inn	Daniela Schneider
21101	Di, 17.09.24	Mama Sport Flossing	Polling – Oberflossing	Daniela Schneider
21102	Di, 17.09.24	Mama Sport Flossing	Polling – Oberflossing	Daniela Schneider
21131	Di, 17.09.24	Gutes tun im Internet Verbraucherbildung	Mühldorf am Inn	Markus Bartsch
21276	Di, 17.09.24	Mutterschutz, Kindergeld, Elterngeld und mehr	Online	Angelika Kneißl
21301	Di, 17.09.24	Smartphone-Nachmittag	Eggkofen	Christa Seidl
20534	Mi, 18.09.24	Tanzen ab der Lebensmitte	Kirchdorf bei Haag	Nani Gramich
20628	Mi, 18.09.24	Studiengang KUNSTGESCHICHTE Start 2. Semester	Mühldorf am Inn	Dr. Stefan Schmitt
21192	Mi, 18.09.24	Von der Milch zum Brei	Online	Tanja Liebl-Gschwind
21294	Mi, 18.09.24	Yoga am Abend	Polling – Oberflossing	Uschi Kieslich
20949	Do, 19.09.24	Dem Alltag trotzen? – So gelingt's! Resilienz-Workshop	Grüntegernbach	Anna-Maria Harlander
21308	Do, 19.09.24	DazuGEHÖREN Begegnungskreis für Menschen mit Hörschädigung	Neumarkt-St. Veit	Margret Bock
21167	Fr, 20.09.24	Starke Eltern – starke Kinder	Ampfing	Monika Meyer
21293	Fr, 20.09.24	Gift- oder Speisepilze Wanderung mit Erklärungen	Mühldorf am Inn	Till Lohmeyer
21003	Sa, 21.09.24	Long COVID Informations- und Austauschkreis	Neumarkt-St. Veit	Elli Hellfeuer
21151	Sa, 21.09.24	Singen im Herbst Integratives Angebot	Ramsau	Maria Klein
21172	Sa, 21.09.24	Miteinander gehn, zueinander stehn Pilgern von Passau nach Karpfham	Mühldorf am Inn	Stefan Durner
21053	Mo, 23.09.24	Yoga-Kurs	Niederbergkirchen	Gabriele Eberl
21225	Mo, 23.09.24	Offener Singkreis Lieder und Gedichte über Waldeslust und Natur	Mühldorf am Inn	Marianne Kaltner
21238	Mo, 23.09.24	Kraft und Zuversicht aus der Stille Kontemplation	Mühldorf am Inn	Martin Kuhn
20581	Di, 24.09.24	PC-Treff für Jung und Alt	Waldkraiburg	Susanne Vogt-Höfer
21112	Di, 24.09.24	Die Münchener Straße anno dazumal Erinnerungs- und Erzählcafé	Mühldorf am Inn	Ingrid Fleischer
21193	Di, 24.09.24	Vom Brei zum Familientisch – den Übergang entspannt gestalten	Online	Tanja Liebl-Gschwind
21322	Do, 26.09.24	Das Ampfinger Freilichttheater 1922 im Kontext	Ampfing	Daniel Baumgartner
21060	Do, 26.09.24	Pilates I	Reichertsheim	Anita Windholz
21061	Do, 26.09.24	Pilates II	Reichertsheim	Anita Windholz
21146	Do, 26.09.24	Pilates am Vormittag	Reichertsheim	Anita Windholz
21054	Fr, 27.09.24	Yoga-Kurs	Niederbergkirchen	Gabriele Eberl
21110	Fr, 27.09.24	Nahtoderfahrung – ein Blick ins Jenseits	Aschau am Inn	Regina Stellner
20808	Sa, 28.09.24	Letzte Hilfe Kurs für Erwachsene	Polling	N. N.
20893	Sa, 28.09.24	Mentaltraining für Kinder von 6-11 Jahre	Bodenkirchen	Anna-Maria Harlander
20894	Sa, 28.09.24	Progressive Muskelentspannung für Kinder	Bodenkirchen	Anna-Maria Harlander
20895	Sa, 28.09.24	Progressive Muskelentspannung für Erwachsene	Bodenkirchen	Anna-Maria Harlander
21043	Sa, 28.09.24	Pilates – Rücken – Body & Mind & Energy	Mühldorf am Inn	Theresia Auer
21045	Mo, 30.09.24	Grundlagen Smartphone, Tablet & Internet	Waldkraiburg	Mark Kenstler
21106	Mo, 30.09.24	Denn Er hat seinen Engeln befohlen über dich ... Abendlob für Frauen	Zangberg	Claudia Stadler



Veranstaltungen im Überblick

Auswahl aus unserem Gesamtprogramm September 2024–Februar 2025

Kurs-Nr.	Datum	Titel	Ort/Online	Referent/innen
21035	Di, 01.10.24	Pilates	Rattenkirchen	Theresia Auer
21074	Di, 01.10.24	Körperwahrnehmung und Entspannung Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	M. I. Oliveira Baldoino
21195	Di, 01.10.24	Gesund ernährt in der Schwangerschaft	Online	Tanja Liebl-Gschwind
21240	Di, 01.10.24	Niemals gehst du so ganz Was Angehörigen von Demenzkranken hilft	Mühldorf am Inn	Konrad Habberger
20826	Mi, 02.10.24	Cafè am Annabrunnen Thema: Notfallplan	Polling	Erika Koch
21037	Mi, 02.10.24	Qi-Gong	Rattenkirchen	Nicole Willeke
21041	Mi, 02.10.24	Pilates – Rücken – Body & Mind & Energy	Mühldorf am Inn	Theresia Auer
20761	Do, 03.10.24	Führung an der KZ-Gedenkstätte	Mettenheim	Dr. Erhard Bosch
21251	Mo, 07.10.24	Ein Jahr Krieg im Heiligen Land Vortrag von Abt Nikodemus Schnabel	Online	Abt Nikodemus Schnabel
21287	Mo, 07.10.24	Smartphone-Stammtisch	Neumarkt-St. Veit	Henriette Beck
20582	Di, 08.10.24	PC-Treff für Jung und Alt	Waldkraiburg	Susanne Vogt-Höfer
21059	Di, 08.10.24	Basenfasten mit Begleitung	Reichertshausen	Maria Mirz
21148	Di, 08.10.24	Ist das schon Demenz? Demenz erkennen und damit umgehen	Kirchdorf bei Haag	Maria Elisabeth Fischer
21196	Di, 08.10.24	Kinderlebensmittel unter der Lupe!	Online	Tanja Liebl-Gschwind
21247	Di, 08.10.24	Handy-Sprechstunde	Mühldorf am Inn	Nina Krapf
21302	Di, 08.10.24	Smartphone-Nachmittag	Egglkofen	Christa Seidl
21113	Mi, 09.10.24	Damit wir lange auf unseren Füßen laufen können Podologie Vortrag	Kraiburg	Maria Mirz
21121	Mi, 09.10.24	Smartphone-/Tablet-Kurs 60plus	Waldkraiburg	Franz Haider
21239	Mi, 09.10.24	Klimafreundlich Leben! Der Kurs, der vom Reden ins Tun führt	Mühldorf am Inn	Lena Koch
21084	Do, 10.10.24	Pinwand basteln und gestalten Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	Sabine Steutzger
21147	Do, 10.10.24	Pilates – Rücken – Body & Mind & Energy	Töging	Theresia Auer
21273	Do, 10.10.24	Forget Likability – Frei von Selbstzweifeln und Ängsten Workshop	Neumarkt-St. Veit	Bettina Hottner
21286	Do, 10.10.24	Smartphone-Nachmittag	Neumarkt-St. Veit	Josefine Putz
21304	Do, 10.10.24	Yoga trifft Qi Gong	Schwindegg	Sabine Klar
20811	Fr, 11.10.24	Spirituelle Wanderung auf dem ANNA-Weg	Polling	Erika Koch
21070	Fr, 11.10.24	Backen mit Vergnügen im Herbst 1 Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	Kathrin Emmerling
21211	Fr, 11.10.24	Familien-Café	Neumarkt-St. Veit	Petra Kagerer
21241	Fr, 11.10.24	Hans im Glück für Fortgeschrittene Humorvoller Kurs in Lebenskunst	Egglkofen	Konrad Habberger
21300	Sa, 12.10.24	Räume zum Wachsen Aufbau- und Austauschtag für Ehrenamtliche	Neumarkt-St. Veit	Konrad Habberger
21115	So, 13.10.24	LandArt – Auf der spannenden Spur der Steine Erlebniswanderung	Au am Inn	Christl Schwarzenbeck
21124	So, 13.10.24	Führung an der KZ-Gedenkstätte	Mettenheim	Günter Schodlok
21263	So, 13.10.24	Kunst mit Weitsicht – Spannende Wanderung oberhalb der Isarauen	Neumarkt-St. Veit	Thomas Obermeier
21046	Mo, 14.10.24	Grundlagen Smartphone, Tablet & Internet	Waldkraiburg	Mark Kenstler
21130	Mo, 14.10.24	lebenswert – Gedächtnistraining für Senioren	Mühldorf am Inn	Martha Miedl
21201	Mo, 14.10.24	PC-Workshop Thema: Cloud Computing, Datenspeicherung im Internet	Mettenheim	Stefan Schalk
21244	Mo, 14.10.24	Würde, Sexualität und Geschlecht	Mühldorf am Inn	Dr. Michael Brinkschröder
21129	Di, 15.10.24	lebenswert – Gedächtnistraining für Senioren	Mühldorf am Inn	Martha Miedl
21277	Di, 15.10.24	Mutterschutz, Kindergeld, Elterngeld und mehr	Online	Angelika Kneißl
21017	Mi, 16.10.24	Informationsabend der TelefonSeelsorge® Mühldorf	Mühldorf am Inn	Andrea Fürnrohr
21163	Mi, 16.10.24	Von Milch zum Brei	Gars am Inn	Tanja Liebl-Gschwind
21175	Mi, 16.10.24	Mit voller Kraft voraus zum Ziel Persönliche Ressourcen nutzen	Mühldorf am Inn	Rainer Herlt
21197	Mi, 16.10.24	Von der Milch zum Brei	Online	Tanja Liebl-Gschwind
21128	Do, 17.10.24	lebenswert – Gedächtnistraining für Senioren	Schwindegg	Martha Miedl
21162	Do, 17.10.24	Die Hausaufgaben- und Lernsituation gemeinsam leichter meistern!	Gars am Inn	Tanja Eder
21237	Do, 17.10.24	Go with the FLOW Selbstbewusster durch Improvisation	Mühldorf am Inn	Sylvia Wendlinger
21297	Do, 17.10.24	Kindern in der Trauer ein guter Anker sein	Oberbergkirchen	Rosina Lippacher
21237	Fr, 18.10.24	Pfründer und ihr Alltag im Heiliggeistspital Mühldorf 1500–1800	Mühldorf am Inn	Edwin Hamberger
20814	Fr, 18.10.24	SterbeMund tut Wahrheit kund Lesung	Polling	Petra Frey
21328	Sa, 19.10.24	Grenzsteinwanderung im Landkreis Mühldorf am Inn	Mühldorf am Inn	Dorothea Hutterer
21096	Sa, 19.10.24	Bastelkurs – Upcycling Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	Christl Schwarzenbeck
21164	Sa, 19.10.24	Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kleinkinderalter	Gars am Inn	Hannelore Linka
21173	Sa, 19.10.24	Ein Tag AUSZEIT Pilgern auf dem Wolfgangweg im Landkreis Altötting	Altötting	Stefan Durner
21174	Sa, 19.10.24	Rente und nun? Impulse für ein sinnerfülltes Leben jenseits der 65	Mühldorf am Inn	Rainer Herlt

Kurs-Nr.	Datum	Titel	Ort/Online	Referent/innen
21233	Mo, 21.10.24	PC-Workshop Thema: Datenschutz	Mettenheim	Stefan Schalk
20583	Di, 22.10.24	PC-Treff für Jung und Alt	Waldkraiburg	Susanne Vogt-Höfer
20816	Di, 22.10.24	Letzte Hilfe Professionell	Polling	Erika Koch
21029	Di, 22.10.24	lebenswert – Gedächtnistraining für Senioren	Neumarkt-St. Veit	Johanna Gebert
21180	Di, 22.10.24	Auch mit Fläschchen: Gut ernährt von Anfang an	Online	Tanja Liebl-Gschwind
21248	Di, 22.10.24	Handy-Sprechstunde	Mühldorf am Inn	Nina Krapf
21252	Di, 22.10.24	Amerika hat die Wahl Der Machtkampf ums Weiße Haus	Online	P. Winkler, Dr. C. Straub
21258	Di, 22.10.24	Hilfe bei Tablet und Smartphone	Oberbergkirchen	M. Brenninger, H. Beck
21303	Di, 22.10.24	Smartphone-Nachmittag	Eggkofen	Christa Seidl
21114	Mi, 23.10.24	Schafkopflehrgang für Anfänger	Heldenstein	Petra Mariel
21127	Mi, 23.10.24	Wohnen im Alter	Jettenbach	Hubert Forster
21220	Mi, 23.10.24	Kulturstaat Bayern, stimmt das noch? Museumstark	Waldkraiburg	Dr. Rudolf Neumaier
21123	Do, 24.10.24	Smartphone-Nachmittag	Niedertaufkirchen	B. Sedlacek, A. Schaber
21283	Fr, 25.10.24	Was unser Leben hell macht Workshop Biografisches Schreiben	Heldenstein	Konrad Habberger
21292	Fr, 25.10.24	Kinder und Jugendliche trauern anders	Polling	Rosina Lippacher
20896	Sa, 26.10.24	Mentaltraining für Kinder von 6-11 Jahre Kurs	Bodenkirchen	Anna-Maria Harlander
21047	Mo, 28.10.24	Grundlagen Smartphone, Tablet & Internet	Waldkraiburg	Mark Kenstler
21257	Di, 29.10.24	Baby- und Kleinkinderschlaf verstehen lernen Elternvortrag	Online	Eileen Weiß
21299	Mi, 30.10.24	Der Tod kommt sicher – was im Leben wirklich zählt! Dämmerschoppen	Polling	Konrad Habberger
21071	Do, 31.10.24	Kochen wie die Profis Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	Kathrin Emmerling
21116	Sa, 02.11.24	Griechenland mit allen Facetten kennenlernen GenussKreativWerkstatt	Au am Inn	Christl Schwarzenbeck
21288	Mo, 04.11.24	Smartphone-Stammtisch	Neumarkt-St. Veit	H. Beck, U. Hackethal
21104	Di, 05.11.24	Mama Sport Flossing	Polling – Oberflossing	Daniela Schneider
21138	Di, 05.11.24	Knetbeton-Kurs	Aschau am Inn	Christl Schwarzenbeck
21181	Di, 05.11.24	Vom Brei zum Familientisch – den Übergang entspannt gestalten	Online	Tanja Liebl-Gschwind
21245	Do, 07.11.24	Die Freiheit zu gehen Diskussion um assistierten Suizid	Mühldorf am Inn	Martina Eschenweck
21271	Do, 07.11.24	Bärenstark & Löwenmutig Resilienztraining	Neumarkt-St. Veit	Bettina Hottner
21088	Fr, 08.11.24	Backen mit Vergnügen im Herbst 2 Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	Kathrin Emmerling
21212	Fr, 08.11.24	Familien-Café	Neumarkt-St. Veit	Petra Kagerer
21236	Fr, 08.11.24	Jenseits des Klischees: Kreative Visionen für das Alter	Mühldorf am Inn	Sylvia Wendlinger
21337	So, 10.11.24	Die Häftlingshierarchie im Dachauer KZ-Außenlager Mühldorf	Mühldorf am Inn	Beverly Fietzek
21048	Mo, 11.11.24	Grundlagen Smartphone, Tablet & Internet	Waldkraiburg	Mark Kenstler
21134	Mo, 11.11.24	Einmaleins der Geldanlage Grundlagen und persönlicher Finanzplan	Mühldorf am Inn	Dr. C. Mayerlechner
20584	Di, 12.11.24	PC-Treff für Jung und Alt	Waldkraiburg	Susanne Vogt-Höfer
21226	Di, 12.11.24	Konzentriert läuft's wie geschmiert Kinder Konzentration fördern	Neumarkt-St. Veit	Anna-Maria Harlander
21184	Mi, 13.11.24	Von der Milch zum Brei	Online	Tanja Liebl-Gschwind
21144	Do, 14.11.24	Demenzparcours	Niederbergkirchen	Ingrid Fleischer
21222	Do, 14.11.24	Babymassage	Niederbergkirchen	Eva Kleinert
21246	Do, 14.11.24	Alltagswahn Sinn Stress und Konflikte in der Familie meistern	Mühldorf am Inn	Nina Krapf
21309	Do, 14.11.24	DazuGEHÖREN Begegnungskreis für Menschen mit Hörschädigung	Neumarkt-St. Veit	Margret Bock
21234	Fr, 15.11.24	Tik Tok, Instagram, Snapchat und Co. Infos für Einsteiger	Online	Elisabeth Eder-Janca
21087	Sa, 16.11.24	Singletreff – Bowling Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	Sabine Steutzger
21176	Sa, 16.11.24	Ressourcen – Ihre persönliche Krafttankstelle Workshop	Mühldorf am Inn	Rainer Herlt
21135	Mo, 18.11.24	Einmaleins der Geldanlage – Zinsanlagen Verbraucherbildung	Mühldorf am Inn	Dr. C. Mayerlechner
21202	Mo, 18.11.24	PC-Workshop Thema: E-Mail mit Outlook, Thunderbird oder Browser	Mettenheim	Stefan Schalk
21230	Mo, 18.11.24	Lernen wie man lernt Elternvortrag	Online	Monika Meyer
21185	Di, 19.11.24	Gut ernährt von Anfang an: die Muttermilch macht's	Online	Tanja Liebl-Gschwind
21278	Di, 19.11.24	Mutterschutz, Kindergeld, Elterngeld und mehr	Online	Angelika Kneißl
21269	Do, 21.11.24	Blutegel – kleine Sauger große Wirkung	Neumarkt-St. Veit	Brigitte Otte
21280	Do, 21.11.24	Rücken- und Wirbelsäulengymnastik für Frauen	Niederbergkirchen	Heike Maria Krzemien
21281	Do, 21.11.24	Rücken- und Wirbelsäulengymnastik für Männer	Niederbergkirchen	Heike Maria Krzemien
21168	Fr, 22.11.24	Weihnachtsbäckerei Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	Kathrin Emmerling
21049	Mo, 25.11.24	Grundlagen Smartphone, Tablet & Internet	Waldkraiburg	Mark Kenstler



Veranstaltungen im Überblick

Auswahl aus unserem Gesamtprogramm September 2024–Februar 2025

Kurs-Nr.	Datum	Titel	Ort/Online	Referent/innen
21107	Mo, 25.11.24	Kathrein stellt den Tanz und den Pflug ein Abendlob für Frauen	Zangberg	Beatrix Mailänder
21136	Mo, 25.11.24	Einmaleins der Geldanlage – Aktien Verbraucherbildung	Mühldorf am Inn	Dr. C. Mayerlechner
20585	Di, 26.11.24	PC-Treff für Jung und Alt	Waldkraiburg	Susanne Vogt-Höfer
21249	Di, 26.11.24	Digitaler Nachlass Informationen und Handlungsempfehlungen	Altmühldorf	I.Schmidt, C. Trengert
21253	Di, 26.11.24	Erinnerungskultur – Von der Notwendigkeit, Gedenken neu zu denken	Online	Mirjam Zadoff
21165	Mi, 27.11.24	Entspannt am Familientisch – so geht's!	Gars am Inn	Tanja Liebl-Gschwind
21098	Sa, 30.11.24	Himmlische Adventsweihnachtsdeko basteln Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	Christl Schwarzenbeck
21090	So, 01.12.24	Romantischer Weihnachtsmarkt Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	Rosemarie Winkler
21289	Mo, 02.12.24	Smartphone-Stammtisch	Neumarkt-St. Veit	H. Beck, U. Hackethal
21132	Di, 03.12.24	Fake-News prüfen und erkennen Verbraucherbildung	Mühldorf am Inn	Markus Bartsch
21254	Di, 03.12.24	Bindung ohne Burnout – Online-Lesung und Gespräch mit Nora Imlau	Online	Nora Imlau
20827	Mi, 04.12.24	Café am Annabrunnen Thema: Spiritual Care	Polling	Erika Koch
21186	Mi, 04.12.24	Gut ernährt durch die Stillzeit	Online	Tanja Liebl-Gschwind
21213	Fr, 06.12.24	Familien-Café	Neumarkt-St. Veit	Petra Kagerer
21085	Sa, 07.12.24	Weihnachten – besinnlicher Nachmittag Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	Sabine Steutzger
21050	Mo, 09.12.24	Grundlagen Smartphone, Tablet & Internet	Waldkraiburg	Mark Kenstler
21203	Mo, 09.12.24	PC-Workshop Thema: Digitaler Nachlass – Notfallmappe digital	Mettenheim	Stefan Schalk
20586	Di, 10.12.24	PC-Treff für Jung und Alt	Waldkraiburg	Susanne Vogt-Höfer
21187	Di, 10.12.24	Kinderlebensmittel unter der Lupe!	Online	Tanja Liebl-Gschwind
21279	Di, 10.12.24	Mutterschutz, Kindergeld, Elterngeld und mehr	Online	Angelika Kneißl
21034	Fr, 13.12.24	Führung durch das Funkhaus München des Bayerischen Rundfunks	München	Mitarbeiter des BR
21079	Fr, 13.12.24	Psychomotorische Bewegungsspiele Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	M. I. Oliveira Baldoio
21081	Fr, 13.12.24	Hallenboccia Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	M. I. Oliveira Baldoio
20488	Sa, 14.12.24	Zangberger Advent 50. Jubiläum	Zangberg	Gertraud Gaigl
21264	So, 15.12.24	Krippensammlung im Bayerischen Nationalmuseum	Neumarkt-St. Veit	Thomas Obermeier
21189	Di, 17.12.24	Vom Brei zum Familientisch – den Übergang entspannt gestalten	Online	Tanja Liebl-Gschwind
21117	Sa, 21.12.24	Auf Weihnacht'n zua – Himmelswerkstatt und Lebkuchenduft	Au am Inn	Christl Schwarzenbeck
21036	Di, 07.01.25	Pilates	Rattenkirchen	Theresia Auer
21038	Mi, 08.01.25	Qi-Gong	Rattenkirchen	Nicole Willeke
21295	Mi, 08.01.25	Yoga am Abend	Polling – Oberflossing	Uschi Kieslich
21256	Do, 09.01.25	Tänze aus aller Welt Volkstänze, Kreistänze und Gesellschaftstänze	Mühldorf am Inn	Christa Niggel
21055	Fr, 10.01.25	Yoga-Kurs	Niederbergkirchen	Gabriele Eberl
21214	Fr, 10.01.25	Familien-Café	Neumarkt-St. Veit	Petra Kagerer
21153	Sa, 11.01.25	Singen im Winter	Ramsau	Maria Klein
21056	Mo, 13.01.25	Yoga-Kurs	Niederbergkirchen	Gabriele Eberl
21057	Mo, 13.01.25	Yoga-Kurs	Niederbergkirchen	Gabriele Eberl
21290	Mo, 13.01.25	Smartphone-Stammtisch	Neumarkt-St. Veit	H. Beck, U. Hackethal
21083	Do, 16.01.25	Englisch macht Spaß – Kurs für Anfänger Integratives Angebot	Mühldorf am Inn	Sabine Steutzger
21274	Do, 16.01.25	Forget Likability – Frei von Selbstzweifeln und Ängsten Workshop	Mühldorf am Inn	Bettina Hottner
21108	Fr, 17.01.25	In das neue Jahr mit Franz von Sales Abendlob für Frauen	Zangberg	Maria Geisberger
21145	Sa, 18.01.25	Verwöhnnachmittag mit allerlei Überraschungen	Au am Inn	Christl Schwarzenbeck
21118	Mo, 20.01.25	Verwöhnnachmittag mit allerlei Überraschungen	Au am Inn	Christl Schwarzenbeck
21232	Mi, 22.01.25	Trotzalter – Wut im Bauch	Ampfing	Monika Meyer
21166	Do, 23.01.25	Aromatherapie bei Kindern	Gars am Inn	Claudia Häußler
21305	Do, 23.01.25	Yoga trifft Qi Gong	Schwindegg	Sabine Klar
21097	Sa, 25.01.25	Verwöhnnachmittag mit allerlei Überraschungen	Mühldorf am Inn	Christl Schwarzenbeck
21231	Mo, 03.02.25	Wann ist mein Kind schulreif? Elternvortrag	Online	Monika Meyer
21291	Mo, 03.02.25	Smartphone-Stammtisch	Neumarkt-St. Veit	H. Beck, U. Hackethal
21215	Fr, 07.02.25	Familien-Café	Neumarkt-St. Veit	Petra Kagerer
21125	Mi, 12.02.25	Organspende: (m)eine Entscheidung	Heldenstein	Dr. M. Kahl, K. Haberger
21139	Mi, 12.02.25	Erste Hilfe bei Notfällen	Mühldorf am Inn	Hannelore Linka
21268	Mi, 12.02.25	Unser Blut in Wallung Bluthochdruck	Neumarkt-St. Veit	Brigitte Otte
21272	Do, 13.02.25	Bärenstark & Löwenmutig Resilienztraining	Mühldorf am Inn	Bettina Hottner

Der Zangberger Advent

Seit 50 Jahren eine ganz besondere Tradition

Seit mittlerweile über fünfzig Jahren organisiert das Kreisbildungswerk Mühldorf den im ganzen Landkreis beliebten und längst zur Tradition gewordenen Zangberger Advent.

Die Veranstaltung wurde 1972 durch den damaligen ersten Vorsitzenden des Kreisbildungswerks, Bernhard Baudler, begründet, der den Schulrektor und Leiter der Obertaufkirchner Volksmusikgruppe, Rudolf Müller, mit der Durchführung beauftragte. Organisation und Leitung lagen für Jahrzehnte in seinen Händen.

Der Andrang und das Interesse an der Veranstaltung, die schnell überregionale Bekanntheit und Beliebtheit erlangte, waren von Beginn an sehr groß. Eine Saalbestuhlung war anfangs noch nicht vorhanden und musste stets aus dem ganzen Kloster zusammengetragen, teilweise sogar aus Erding geholt werden. Die Liste der im Laufe der Jahrzehnte beteiligten Gesangs- und Musikgruppen ist lang und erlesen. Unter den Sprechern sind diverse namhafte Persönlichkeiten der bayerischen Kulturlandschaft zu finden. So waren unter anderem Hanns Vogel, Helmut Zöpfl, Franz Ringseis, Georg Lohmeier, Carl Oskar Renner, Fritz Strassner, Willi Grosser, Hedi Heres oder Hans Kornbiegler schon zu Gast.

Die Organisation und Leitung der Veranstaltung ging 2013 nach über vierzig Jahren an Gertraud Gaigl über, die in der Nachfolge von Müller auch den Taktstock der Obertaufkirchner Volksmusik übernahm.



Pandemiebedingt musste der Zangberger Advent zwei Jahre lang ausfallen. Umso erfreulicher ist es, dass am 14. Dezember 2024 nun endlich der 50. Zangberger Advent stattfinden und gefeiert werden kann.

Der Abend findet am traditionellen und geschichtsträchtigen Ort im barocken Ahnensaal des Klosters St. Josef in Zangberg statt. Als Sprecher wird Sigi Götze durch die Veranstaltung führen. Zur musikalischen Umrahmung hat Gertraud Gaigl für das Kreisbildungswerk wieder diverse Sänger und Musikanten aus der Region eingeladen. Neben der Volksmusik Obertaufkirchen und den Huber Dirndl stimmen die Westacher Sänger und das Bläser Ensemble Sepp Eibelsgruber an diesem Abend auf Weihnachten ein.



20488

Zangberger Advent

Samstag, 14.12.2024, 20:00–22:00 Uhr

Kloster Zangberg, Ahnensaal

25,00 EUR

Der Kartenvorverkauf startet am
01. Oktober 2024.



Bildung Digital | KBW digital

Ihr Zugang zu neuen Lernwelten



Digitale Angebote haben sich im Zuge des Erfahrungsgewinns der letzten Jahre auch im Kontext der Erwachsenenbildung fest etabliert und stellen weit mehr als nur ein Provisorium dar.

Für den Bildungssektor bietet dieses Format zahlreiche Chancen und innovative Gestaltungsmöglichkeiten. Diese Bereicherung und alle damit verbundenen Vorzüge möchten wir Ihnen in Form von spannenden und hoch-

karätigen digitalen Bildungsangeboten zu den verschiedensten Themenbereichen unseres gesamten Portfolios als Ergänzung zu unserem bewährten Programm vor Ort bieten. Hier haben wir einige Highlights aus unserem Online-Programm für Sie zusammengestellt.

Lassen Sie sich diese Gelegenheiten nicht entgehen und seien Sie dabei – ganz bequem von zuhause aus!

21251



Ein Jahr danach – Krieg im Heiligen Land

Online-Vortrag und Gespräch
mit Abt Nikodemus zur Lage in Israel

*Abt Dr. Nikodemus Schnabel OSB,
Abt des internationalen Konvents der Dormitio-
Abtei in Jerusalem*

Montag, 07.10.2024, 19:30–21:00 Uhr

Online

Mit dem terroristischen Angriff der Hamas auf Israel am 07. Oktober 2023 erlebte der Nahost-Konflikt eine neue Dimension: Israelische Geiseln, humanitäre Krise, drohende Eskalation. Auch auf deutschen Straßen bleibt der Konflikt nicht aus: Demonstrationen für und gegen eine Seite, antisemitische Übergriffe und eine große Spaltung der Gesellschaft. Ein Jahr danach blicken wir zusammen mit Abt Nikodemus auf die aktuelle Lage. Wie ist ein (dauerhafter) Frieden möglich? Welche Auswirkungen hat der Krieg auf den Rest der Welt?

8,00 EUR, 2 TN pro Haushalt 12,00 EUR

21252



Amerika hat die Wahl – wie der Machtkampf ums Weiße Haus unsere Zukunft bestimmt

Online-Gespräch von und mit
Peter Winkler und Dr. Christoph Straub

Dienstag, 22.10.2024, 19:00–20:30 Uhr

Online

Im November 2024 wird in den USA gewählt. Es wird das Schicksalsjahr für Amerikas Demokratie. Wer sind die wichtigsten politischen Köpfe und wofür stehen sie? Wird die Hoffnungsträgerin Kamala Harris den zeitlichen Nachteil durch die verspätete Nominierung aufholen können? Was haben Deutschland, Europa und die Weltpolitik von den USA nach den Wahlen zu erwarten? Die Außenpolitik, die Wirtschaftsbeziehungen und das Verhältnis zu China werden maßgeblich von der nächsten US-Regierung geprägt. Der Autor Peter Winkler und Dr. Christoph Straub von der Bayerischen Amerika-Akademie tauschen sich über diese und weitere Fragen aus und bieten auch die Möglichkeit für Rückfragen und Diskussion.

8,00 EUR, 2 TN pro Haushalt 12,00 EUR

Mo - Fr 10 –18 Uhr
Samstag 10 –14 Uhr
Tel.: 08631 1661091
www.weltladen-muehldorf.de
Stadtpl. 59
84453 Mühldorf am Inn

FAIR
Weltladen Mühldorf



**FAIR &
besonders!**

21253



Erinnerungskultur – Von der Notwendigkeit, Gedenken neu zu denken

Online-Vortrag und Gespräch
mit der Historikerin Mirjam Zadoff

Dienstag, 26.11.2024, 19:00–20:30 Uhr

Online

Erinnerungskultur verbindet die Vergangenheit mit der Gegenwart und mit Fragen, wie wir in Zukunft leben wollen. Warum diese Arbeit so wichtig ist, wie sie gestaltet werden kann und was die Herausforderungen von Erinnerung in unserem Land sind, darüber spricht die österreichische Historikerin, Direktorin des NS-Dokumentationszentrums München und Autorin des Buches »Gewalt und Gedächtnis. Globale Erinnerung im 21. Jahrhundert« Mirjam Zadoff an diesem Abend.
8,00 EUR, 2 TN pro Haushalt 12,00 EUR

21254



Bindung ohne Burnout – Kinder zugewandt begleiten ohne auszubrennen

Online-Lesung und Austausch
mit der Autorin Nora Imlau

Dienstag, 03.12.2024, 20:00–21:30 Uhr

Online

»Bindung ist nicht nur kuschlig und schön, sondern auch anstrengend« – damit spricht die vierfache Mutter, Spiegel-Bestseller-Autorin und Kolumnistin der Zeitschrift »Eltern«, Nora Imlau ein Tabu an. So ist, Schätzungen zufolge, heute jede fünfte Mutter akut ausgebrannt. Analog zu ihrem gleichnamigen Buch bietet die erfolgreiche Ratgeberautorin in diesem Vortrag nicht nur Lösungen für Eltern, die im Familienalltag am Limit sind, sondern auch für die Mütter und Väter, die gar nicht erst in Überforderung oder gar in ein Burnout hineingeraten wollen. Lieber glücklich als perfekt – lösungsorientiert und praxisnah zeigt Nora Imlau, wie es gelingt, das Leben mit Kindern sowohl bindings- und bedürfnisorientiert als auch entspannt und gelassen zu gestalten.
8,00 EUR, 2 TN pro Haushalt 12,00 EUR

Alle Online-Angebote
finden Sie hier auf unserer
Homepage in der Rubrik
»Bildung Digital«:



Hier könnte Ihre Werbung stehen!

Kontaktieren Sie uns unter (08631) 3767-0
oder info@kreisbildungswerk-mdf.de



Für das Erinnern

Gedenkort im Landkreis Mühldorf

Der Verein für das Erinnern, das Kreisbildungswerk Mühldorf und das Geschichtszentrum und Museum Mühldorf haben sich zur Aufgabe gemacht, das Gedenken an das Unrecht im Nationalsozialismus zu pflegen und daran zu erinnern, dass grauenhafte Verbrechen nicht nur in Auschwitz oder Dachau, sondern auch hier direkt vor unserer Haustür verübt wurden.

Unser Angebot umfasst qualifizierte Führungen an den verschiedenen Gedenkort im Landkreis. Diese werden in verschiedenen Kombinationen mit unterschiedlicher Dauer vor allem am ehemaligen Bunkergelände, am Waldlager und am Massengrab der 2018 eingerichteten KZ-Gedenkstätte im Mühldorfer Hart angeboten.

Außerdem gibt es die Möglichkeit, die erlangten Erkenntnisse und Eindrücke bei einem Besuch der Dauerausstellung »Alltag, Rüstung, Vernichtung – Der Landkreis Mühldorf im Nationalsozialismus« des Geschichtszentrums und Museums Mühldorf anhand einer Fülle von Informationen und Originalzeugnissen weiter einzuordnen und zu reflektieren. Ergänzend dazu werden Themenführungen oder Vorträge angeboten.

Wir möchten mit all diesen Angeboten auch die Erinnerungskultur im Rahmen der geschichtlichen und politischen Bildung sowie der Demokratie- und Werteerziehung an Schulen unterstützen und fördern.



Bereits jetzt können Sie sich für folgende, offene Führungen an den KZ-Gedenkort anmelden:

Samstag, 15.09.2024, 13:00 Uhr

(Bunkergelände)

Donnerstag, 03.10.2024, 13:00 Uhr

(Bunkergelände & Waldlager)

Sonntag, 13.10.2024, 13:30 Uhr

(Bunkergelände & Waldlager)

Darüber hinaus planen wir stetig weitere Führungen, die jeweils kurzfristig in der Presse und über unsere Homepage angekündigt werden.

Führungen für Gruppen oder Schulklassen an der KZ-Gedenkstätte im Mühldorfer Hart sowie an weiteren Gedenkort im Landkreis können jederzeit individuell vereinbart werden. Für Anfragen und Auskünfte zu den Möglichkeiten und Kosten kommen Sie gerne auf uns zu.

Velinka Rödiger

Führungen KZ-Gedenkort

Telefon (08631) 3767-0



21324



Jüdisches Schicksal im Landkreis Mühldorf

Themenführung

Sonntag, 29.09.2024, 15:00–16:30 Uhr

Haberkasten Mühldorf am Inn

Bei einem Rundgang durch die Ausstellung geht die Historikerin Angelika Wallner an mehreren Stationen auf das Schicksal der in Mühldorf ansässigen sowie der ins KZ-Außenlager verbrachten Juden ein. Sie schildert dabei den Weg von der Gleichstellung in den Verfassungen von 1871 und 1919 zur Verfolgung und schließlich der »Endlösung der Judenfrage« durch den Nationalsozialismus.

3,00 EUR, ermäßigt 1,50 EUR

21337



Die Häftlingshierarchie im Dachauer KZ-Außenlager Mühldorf

Themenführung

Sonntag, 10.11.2024, 15:00–16:30 Uhr

Haberkasten Mühldorf am Inn

Zwangsarbeit, Hunger, Krankheit, Misshandlung – Begriffe, die man sofort mit dem Thema Konzentrationslager assoziiert. Doch wie genau wirkten sie sich auf den Lageralltag im KZ-Außenlagerkomplex Mühldorf aus? Konnte sich das Handeln oder die Position eines Häftlings auf seinen Alltag auswirken? Diesen und vielen anderen Fragen geht Historikerin Beverly Fietzek in ihrer Themenführung auf den Grund.

3,00 EUR, ermäßigt 1,50 EUR

Weitere Informationen zu unseren Führungen finden Sie hier:



Für das Erinnern
KZ-Gedenkstätte
Mühldorfer Hart e.V.



Veranstaltungen gemischt

21308



DazuGEHÖRen – eine Herzensangelegenheit

Margret Bock

Donnerstag, 19.09.2024, 18:00–19:30 Uhr

Pfarrheim Neumarkt-St. Veit, Vituszimmer

Ganz egal, auf welche Art und Weise Dein Gehör beeinträchtigt ist, wir möchten mit diesem offenen Begegnungskreis alle Menschen mit Hörschädigung sowie deren Angehörige und Interessierte zusammenbringen und die Möglichkeit des Austausches bieten. Komm vorbei und erlebe in Gemeinschaft viel Verständnis und Zusammenhalt zu diesem Thema.

Kostenfrei

21293



Gift- oder Speisepilze – Bedeutung der Pilze im Öko-System

Wanderung mit Erklärungen

Till Lohmeyer, Pilzsachverständiger

Freitag, 20.09.2024, 14:00–17:00 Uhr

Treffpunkt wird nach der Anmeldung bekannt gegeben

Welche Aufgaben haben Pilze im Ökosystem? Wie sehen die Gift- und Speisepilze in unseren Wäldern aus? Der Pilzexperte Till Lohmeyer hat alle Antworten parat und nimmt Sie mit auf eine spannende Exkursion, bei der sich die Farben- und Formenvielfalt unserer heimischen Pilzflora zeigt. Unterschiede zwischen Speisepilzen und ihren giftigen Doppelgängern werden erklärt. Gerne dürfen neben leeren Körben für das Sammeln auch Pilze von anderswo mitgebracht werden, die bestimmt werden.

15,00 EUR Erwachsene, 12,00 EUR Jugendliche

21113



Damit wir lange auf unseren Füßen laufen können

Maria Mirz, Podologin und Osteopathin

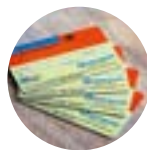
Mittwoch, 09.10.2024, 15:30–17:00 Uhr

Bischof-Bernhard-Haus (kleiner Saal), Kraiburg

Unsere Füße leisten uns täglich unschätzbare Dienste. Leider wird uns das oft erst bewusst, wenn wir nicht (mehr) gut zu Fuß sind. Wie können wir also unsere Füße behandeln, damit wir lange gesund bleiben? Was hilft bei Beschwerden und Schmerzen? Welche Fehler werden oft gemacht? Darum geht es in diesem Vortrag, auch um praktische Fragen etwa zu Diabetes und Fußgesundheit und um die Folgen von Fußbeschwerden für den ganzen Körper.

5,00 EUR

21125



Organspende: (m)eine Entscheidung

Dr. Martin Kahl, Chefarzt für Anästhesie und Intensivmedizin am Innklinikum Mühldorfa. Inn
Konrad Haberger, Theologischer Referent KBW

Freitag, 21.02.2025, 19:30 Uhr

Pfarrheim Heldenstein

Ende 2022 warteten in Bayern 1222 Menschen auf ein Spenderorgan. Von Januar bis Oktober 2022 gab es aber nur rund 100 Organspenden. Grundsätzlich wäre es für die außerordentlich wichtige Entscheidung für oder gegen eine Organspende sehr wichtig, wenn sich jeder mit der Thematik intensiv beschäftigen und den nächsten Angehörigen die getroffene Entscheidung mitteilen würde.

7,00 EUR

21220



Kulturstaat Bayern, stimmt das noch?

Museumstalk

Mittwoch, 23.10.2024, 19:00–21:00 Uhr

Sammlung Peter Schmidt, Waldkraiburg

Bayern ist ein Kulturstaat, so steht es im Artikel 3 der Bayerischen Verfassung. Im Zuge der PISA-Offensive-Bayern werden allerdings an den Grundschulen die Kreativfächer Kunst, Musik und Werken ab sofort in einen Fächerpool zusammengefasst, was vielerorts eine Reduzierung des Unterrichts im Kreativbereich zur Folge haben dürfte. Anstatt eines geplanten, großen Konzerthauses in der Landeshauptstadt und Kulturmetropole München soll nun lediglich eine abgespeckte Version in Form eines einzelnen Konzertsaals realisiert werden. Müssen wir uns angesichts solcher Signale nicht Sorgen machen um unseren Kulturstaat Bayern? Dr. Rudolf Neumaier, Geschäftsführer des Landesvereins für Heimatpflege, vorher Leitender Redakteur im Feuilleton der SZ und ehemaliger Regensburger Domspatz diskutiert beim dritten Museumstalk in der Sammlung Peter Schmidt mit folgenden Gästen aus den Bereichen Kunst, Kultur und Bildung:

- Traudi Siferlinger BR-Moderatorin, Musikpädagogin
- Martin Huber MdL, Generalsekretär der CSU
- Robert Blank Musikredakteur WDR, mit Impulsvortrag

7,00 EUR, VVK 5,00 EUR

In Kooperation mit der Sammlung Peter Schmidt und dem Bayerischen Landesverein für Heimatpflege

Zum inneren Frieden finden

Einladung zur Kontemplation

*Im Innern, im Grund des Menschen,
da hat Gott den Ort seiner Ruhe erwählt;
da findet er seine Freude.*

*Wenn einer das täte:
den Grund wahrnehmen, von innen,
und alle Dinge lassen
und sich in den Grund kehren!*

So umschreibt der Theologe und Mystiker Johannes Tauler (1300–1361), worum es in der Kontemplation geht. Ein Symbolbild für diesen Weg nach innen ist das Labyrinth – wie hier im Garten des Klosters Armstorf.

Schon zu allen Zeiten gab es Menschen, die Kontemplation übten und dies auch heute noch gerne tun. Kontemplation ist ein spiritueller Weg, der jedem Menschen, unabhängig von seiner Konfession oder Religion offensteht. Das Ziel der Kontemplation kann darin bestehen, in dieses Leben, das mich mit der Welt und mit einem größeren Sein verbindet, tiefer einzutauchen und eine Verbindung mit der Welt herzustellen.

Kontemplation geschieht in einem sitzenden und absichtslosen Verweilen in Stille: Ich brauche nichts leisten, nichts tun, einfach nur da sein und mich dem überlassen, was augenblicklich geschieht – ganz im Unterschied zu meinem sonstigen Alltag, der sich oftmals laut anhört und viel von mir abverlangen kann.

Dieses Verweilen in Stille kann es in sich haben und schon schwierig genug werden: Ich darf mich als Person so sehen und aushalten, wie ich bin, mit allen Ecken und Kanten, letztlich als geliebtes Geschöpf. Und dazu kann



ich immer wieder einen Anlauf machen, mir täglich eine Zeit der Stille zu gönnen. Aber vielleicht beginne ich erst einmal in der Gruppe mit Gleichgesinnten.

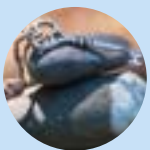
Kontemplation kommt vom lateinischen *contemplari* und meint ein zusammen-schauen wollen. Ich möchte die Welt und mich sehen und erkennen, wie sie ist und ich wirklich bin. Diese Selbsterkenntnis führt unweigerlich und untrennbar zu einer Gotteserkenntnis, auch wenn Gott sich nie fassen und festhalten lässt. Bei diesem in Stille verweilen werde ich auch meinen dunklen Seiten begegnen. Aber auch die brauchen von mir erstmal nur gesehen werden. Ich darf schauen und werde im Gesamten spüren: Durch Kontemplation wird mein Leben reicher und gleichzeitig kann auch das Leben meiner Mitmenschen durch mich bereichert werden.

Bei dem Benediktinermönch, Bede Griffiths (1906–1993), der sich für die christlich-hinduistische Verständigung und den Erfahrungsaustausch einsetzte, lässt sich eine schöne Umschreibung von Kontemplation finden: »Kontemplation ist das Erwachen zur Gegenwart Gottes im Herzen des Menschen und im uns umgebenden Universum. Kontemplation ist Erkenntnis im Zustand von Liebe.«

Kontemplation ist letztlich ein Erfahrungsweg, den Jahrhunderte lang Menschen für sich entdeckt haben und gegangen sind. Sie zu beschreiben bleibt letztlich Bruchwerk. Wer z.B. zum Schwimmen ins Wasser geht, weiß, wie das Wasser sich anfühlt und was es mit ihm macht. Deshalb bleibt am Ende die Einladung, sich einen Abend lang darauf einzulassen, Kontemplation für sich einmal auszuprobieren.

Dazu gibt es jeweils am letzten Montag im Monat Gelegenheit im Pfarrheim St. Pius in Mühldorf, Mößlinger Straße 17.

21238



Kraft und Zuversicht aus der Stille

Einübung in die Kontemplation

Montag, 23.09.2024, 19:30–21:00 Uhr, 6 Treffen

Weitere Termine: 28.10., 25.11., 16.12.2024;

27.01., 24.02.2025

Pfarrheim St. Pius Mühldorf

Kostenfrei

Eine Anmeldung ist nicht nötig, telefonische Auskunft bei Martin Kuhn: (08631) 6134774.



Martin Kuhn

Pastoralreferent, Klinikseelsorger

»Lebenswert«

Mehr als nur Gedächtnistraining



Unser Gedächtnistraining für Senioren bietet unterhaltsame und effektive Übungen, um die geistige Fitness zu fördern.

In geselliger Atmosphäre werden Gedächtnis, Konzentration und Denkfähigkeit spielerisch trainiert. Der Kurs hilft, Alltagsfähigkeiten zu erhalten und das Selbstvertrauen zu stärken. Diese Kurse richten sich vor allem an Interessierte ab der Lebensmitte/60plus. Alle sind willkommen! Aktuell in Mühldorf, Schwindegg und Neumarkt-St. Veit.

21130



Lebenswert

Gedächtnistraining für Senioren

Martha Miedl, Gedächtnistrainerin

Montag, 14.10.2024, 9:30–11:00 Uhr, 5 Treffen
Pfarrheim St. Nikolaus

Das Trainingsprogramm hat das Ziel, die Selbstständigkeit im Alter möglichst lange zu erhalten bzw. den Eintritt der Pflegebedürftigkeit hinauszuschieben. Es setzt im Lebensalltag der Teilnehmenden an und nimmt den ganzen Menschen in den Blick. Dabei geht es um körperliche und geistige Beweglichkeit und um die Alltagskompetenz.

29,00 EUR

21129

Lebenswert

Gedächtnistraining für Senioren

Martha Miedl, Gedächtnistrainerin

Dienstag, 15.10.2024, 9:30–11:00 Uhr, 5 Treffen
Pfarrheim St. Nikolaus

29,00 EUR

21029



Lebenswert

Gedächtnistraining für Senioren

Johanna Gebert, Gedächtnistrainerin

Dienstag, 22.10.2024, 10:00–11:30 Uhr, 10 Treffen
Pfarrheim Neumarkt-St. Veit

Einmal wöchentlich werden mit passenden Übungen Gedächtnis und Bewegungsapparat für Wohlbefinden im alltäglichen Leben trainiert. Mit viel Freude, Musik, Kreativität und Austausch wird jedes Treffen zu etwas Besonderem.

58,00 EUR

Silke Auer

Referentin für Seniorenbildung

Telefon (08631) 3767-18

silke.auer@kreisbildungswerk-mdf.de



KREISBILDUNGSWERK
Mühldorf am Inn e.V.

Haben Sie ...

Freude am Weitergeben Ihrer Kenntnisse und Fertigkeiten?
entsprechende Fachkompetenzen in bestimmten Bereichen?
Lust auf Weiterbildung in der Erwachsenenbildung?

Wir suchen Sie auf Honorarbasis für die Bereiche:

Seniorenbildung, Gedächtnistraining, Biografiearbeit,
Familienausflüge, Exkursionen, Handarbeiten, Basteln,
Hauswirtschaft, EKP®-Gruppenleitung, Sport wie Pilates,
Yoga, Zumba uvm.

Werden Sie Kursleiter/in, Referent/in

Bei Interesse melden Sie sich am besten
telefonisch (08631) 3767-0 oder per Mail an
info@kreisbildungswerk-mdf.de



Wie Kirche »gegenwartsfähig« wird

**Pastoraltheologe Spielberg liefert Denkanstöße
zur Dekanats-Entwicklung**

Die Pfarrverbände und Dekanate werden größer, die Gläubigen aber immer weniger: Ist damit das Ende der Volkskirche in Sicht? Mit dieser Frage setzt sich Professor Bernhard Spielberg seit Jahren auseinander. Der Freiburger Pastoraltheologe war im Rahmen des KBW-Projekts »Räume zum Wachsen« in Mühldorf zu Gast und löste mit seinem Impulsvortrag ein lebhaftes Echo aus.

Es gehe nicht in erster Linie um Leitbilder für die Zukunft, stellte Spielberg klar, sondern dass die Kirche vor Ort überhaupt »gegenwartsfähig« werde. Dazu gehöre ein realistischer Blick auf die Gesellschaft. Laut neuesten Untersuchungen bezeichnet sich die Mehrheit der Bevölkerung in Deutschland als »säkular«. Kirchlich Religiöse und distanziert Religiöse bilden zusammen eine Minderheit. Der Theologe sieht drei Möglichkeiten, auf diese Herausforderung zu reagieren: Den fundamentalistischen Rückzug, ein basiskirchliches Christentum, oder einen pluriformen Katholizismus nach der Devise »gepflegt kleiner werden«. In diesem Sinne könne Kirche durchaus »wachsen«, indem sie verschiedene Stile von Christsein und »variable Intensitäten« von Mitgliedschaft und Engagement kultiviere.



Volles Haus: Professor Spielberg bei seinem Impulsvortrag im Pfarrsaal von St. Nikolaus in Mühldorf

Spielberg ermunterte sein Publikum, in den Pfarreien kreativ zu werden und »Seel-Sorge neu zu verstehen«. Es gehe nicht mehr um die Frage: »Wie steigern wir die Religiosität der Menschen?«, sondern: »Welche Ressourcen zur Lebensbewältigung brauchen sie, von denen der jüdisch-christliche Glaube ein Teil sein kann?« Kirchliche Akteure und Akteurinnen vor Ort müssten quasi »einen Markenbildungs-Prozess durchlaufen – oder anders gesagt: Wo(zu) sind wir als Kirche gut?«

In der Diskussion wurden Beispiele geschildert, wie solche Appelle bereits in die Tat umgesetzt werden – etwa in der Vernetzung und Qualifizierung von Ehrenamtlichen über Pfarreigrenzen hinweg. Der Vorsitzende des bisherigen Dekanatsrats Waldkraiburg, Klaus Schex, erinnerte daran, dass Kirchen-Entwicklung hierzulande »nicht bei null anfangen« müsse. Schon vor zehn Jahren hätten sich Pfarreien im heutigen Dekanat Mühldorf auf einen gemeinsamen Prozess eingelassen, den es nun fortzusetzen gelte. Das Motto damals wie heute: »Neue Wege, die begeistern!«



.....
Konrad Habegger

Theologischer Referent

Telefon (08631) 3767-14 (dienstags)

theologie@kreisbildungswerk-mdf.de
.....

Angebote aus dem Bereich Sinn & Orientierung

21300

Räume zum Wachsen

Aufbau- und Austauschtag für Ehrenamtliche, insbesondere Gottesdienstbeauftragte

Konrad Habberger, Theologischer Referent KBW

Samstag, 12.10.2024, 10:00–16:00 Uhr

Pfarrheim Neumarkt-St. Veit, Vituszimmer

Ohne sie sähe das Leben in unseren Pfarreien anders aus, auch das liturgische Leben: Ohne die vielen ehrenamtlichen Frauen und Männer, die sich als Lektoren, Kommunionhelfer und Gottesdienstbeauftragte engagieren. Wie erleben sie ihren Dienst aktuell? Was motiviert sie dazu, was freut sie daran? Wo sehen sie Klärungs- und Änderungsbedarf? Und was bewegt sie mit Blick auf unser Dekanat, auch vor dem Hintergrund gesamtkirchlicher Entwicklungen? Für den Austausch darüber ist Zeit und Raum beim diesjährigen Aufbau- und Austauschtag, den Konrad Habberger vom KBW Mühldorf moderiert und mit kurzen Impulsen zum Thema Räume zum Wachsen begleitet.

Kostenfrei

In Kooperation mit dem Dekanatsrat Mühldorf.

Die Veranstaltung wird durch Mittel aus den Innovativen Projekten der KEB München und Freising e.V. gefördert.



21110

Nahtoderfahrung

Ein Blick ins Jenseits

Regina Stellner, Autorin

Freitag, 27.09.2024, 19:00–21:00 Uhr

Pfarrheim Aschau am Inn

Autorin Regina Maria Stellner wird einen Vortrag über Nahtoderfahrungen halten. Grundlage des Vortrages ist das Buch »Sprosse für Sprosse dem Leben entgegen«, welches die Autorin nach dem Tod einer lieben Freundin schrieb. Damals setzte sie sich sehr mit der Frage »Was kommt nach dem Tod?« auseinander. Antworten darauf fand sie in Nahtoderfahrungen. Der Vortrag geht darauf ein, was Menschen bei einer solchen Erfahrung erleben: auf die Begegnung mit dem Licht, mit Jesus, mit Verstorbenen, auf den Lebensrückblick u. v. m. Auch die Folgen solcher Erfahrungen für das Leben jedes Einzelnen werden thematisiert. Dazu werden mehrere Fallbeispiele gebracht von Menschen, die Frau Stellner selbst interviewt hat. Jeder, der sich für dieses Thema interessiert, ist herzlich eingeladen!

Kostenfrei

21241

Hans im Glück für Fortgeschrittene

Ein humorvoller Kompaktkurs in Lebenskunst

Konrad Habberger, Theologischer Referent KBW

Freitag, 11.10.2024, 19:30–21:00 Uhr

Gasthaus Schober, Egglkofen

Der Hans im Glück ist kein Hanswurst, im Gegenteil: Er ist im besten Sinn ein Lebens-Künstler. Für Außenstehende mögen seine Tauschgeschäfte sonderbar erscheinen; für ihn selbst sind sie Entwicklungsschritte. Wie viel an Lebensweisheit in diesem einfachen Märchen steckt, das veranschaulicht der Theologe Konrad Habberger in seinem humorvollen Vortrag. Angereichert mit biblischen Zitaten und biografischen Beispielen, wird aus den kleinen Episoden ein Lehrstück über Zufriedenheit als Lebensziel.

Kostenfrei

21299

Der Tod kommt sicher. Was im Leben wirklich zählt!

Dämmerschoppen mit Vortrag und Diskussion

Konrad Habberger, Theologischer Referent KBW

Mittwoch, 30.10.2024, 19:30–21:00 Uhr

Grünbacher Hof, Polling

Die Zeit um Allerheiligen lädt ein zum Nachdenken über Leben und Tod. Dass unser Dasein endlich ist, wissen wir alle. Sich damit zu beschäftigen, ist nicht angenehm. Und doch zeigt die Erfahrung: Wer den Tod nicht verdrängt, sondern ihn beizeiten zur Sprache bringt, kann ihm etwas von seinem Schrecken nehmen, und wird bewusster leben. KBW-Bildungsreferent Konrad Habberger regt mit Impulsen aus Bibel und Literatur zum Nachdenken und zum Austausch an: Letztlich geht es darum, was im Leben wirklich zählt.

Kostenfrei

21107

Kathrein stellt den Tanz und den Pflug ein

Abendlob für Frauen

Gemeinschaft christlicher Frauen Schwindegg mit Beatrix Mailänder

Montag, 25.11.2024, 19:30–21:00 Uhr

Kloster St. Josef Zangberg, Kapelle

»Kathrein stellt den Tanz und den Pflug ein« oder: Woraufes ankommt für mich im kommenden Advent und im zu Ende gehenden Jahr! Das Abendlob für Frauen bietet in ruhiger Atmosphäre die Gelegenheit zum Innehalten, zur Ruhe zu kommen, zum gemeinsamen Gebet.

Kostenfrei





»Bestmögliche Seelsorge ist das Ziel«

Am 5. Juli wurde das neue Dekanat Mühldorf feierlich errichtet. Das Leitungsteam hat bereits im April seine Arbeit aufgenommen. Fragen an Dekan Klaus Vogl über seine Ziele und Vorhaben und wie er die Rolle des Kreisbildungswerks sieht.

Sie sind jetzt seit neun Monaten Dekan des Dekanats Mühldorf. Wie war der Start für Sie persönlich?

Da ich erst seit Oktober 2023 in Mühldorf bin, war es ein zweiter kompletter Neustart innerhalb weniger Monate. Ich habe mich aber von allen Seiten gut aufgenommen gefühlt. Meine beiden neuen Ämter als Leiter der Stadtkirche Mühldorf und Dekan des Dekanats Mühldorf sind für mich große Herausforderungen, aber ich bin nicht allein. Ich habe viele wohlwollende Mitstreiter und Lastenträger an meiner Seite und den Herrgott, der es letztlich in der Hand hat.

Was sind in diesem Amt Ihre wichtigsten Ziele?

Mein oberstes Ziel ist die bestmögliche Seelsorge trotz finanzieller und personeller Einschränkungen. Dazu gehört für mich vor allem eine stärkere Vernetzung unter den Hauptamtlichen und die Befähigung und Begleitung Ehrenamtlicher. Die Sozialgestalt von Kirche wird sich rasant ändern. Mir ist es wichtig, dass Hauptamtliche und Ehrenamtliche mit Freude Kirche sein können, dass es auch in 10 Jahren im Raum des Dekanats ein vielfältiges kirchliches Angebot gibt und Menschen in dieser Kirche Stärkung im Glauben erfahren. Wir werden Seelsorge in größeren Räumen denken müssen, weil alles andere alle überfordern würde. Menschen sollen in schwierigen Situationen und zu besonderen Anlässen gute Seelsorge erfahren und darin einen Gott erfahren, der mit ihnen ist. Neben der Organisation und der bestmöglichen Seelsorge ist mir auch die Einheit ein

großes Anliegen. Wir haben ganz verschiedene Vorstellungen von Gott und Kirche. Das Patentrezept hat kein Mensch aus sich. Ich wünsche mir ein betendes Fragen, Ringen und Suchen nach dem Weg von Kirche durch unsere Zeit, eine Kirche die weder weltfremd noch verweltlicht ist, sondern die Frage nach Gott wachhält und Begegnung mit ihm und untereinander ermöglicht.

Welche Aufgabe hat das Dekanatsteam, und wie sehen Sie das Zusammenspiel mit den Diözesanräten und dem Kreisbildungswerk?

Das Dekanatsteam hat die Aufgabe, die Konferenz der Leitenden sowie die große Dekanatskonferenz vorzubereiten und durchzuführen. Hinzu kommen Entwicklungskonzepte für die Seelsorge und die Immobiliennutzung, die Überprüfung der Wirksamkeit der Pastoral, die Begleitung und Beratung der pastoral Tätigen, die Förderung der Ökumene, Fortbildungs- und Einkehrtage, Vernetzung mit kirchlichen Institutionen wie z.B. der Caritas sowie kommunalen Stellen sowie die Zusammenarbeit von Dekanatskonferenz und Dekanatsrat. Im Kreisbildungswerk sehe ich einen entscheidenden Player, wenn es darum geht, Ehrenamtliche regional für verschiedene Dienste zu befähigen und so die Pfarreien zu unterstützen. Ich würde mir wünschen, dass manche Fortbildungen in Sachen Arbeitssicherheit, Prävention sexualisierter Gewalt oder Erste-Hilfe-Kurse über das Kreisbildungswerk laufen. Auch eine engere Verzahnung in der Sakramentenvorbereitung könnte ich mir vorstellen. Dankbar bin ich für das Angebot, das Zusammenwachsen im Dekanat durch Wanderungen, Gespräche und anregende Impulsvorträge zu fördern.



Theologie im Fernkurs
studieren
individuell
flexibel
ortsungebunden

Informationen unter www.thif-muenchen.de oder bei
Dr. Elisabeth von Lochner, Fachreferentin f. Theologie im Fernkurs
Erzbischöfliches Ordinariat München, Kapellenstraße 4,
80333 München, Tel.: 089/2137 2019, E-Mail: thif@eomuc.de

Das Dekanatsteam stellt sich vor



Ich möchte den gemeinsamen Weg unserer bisherigen Dekanate, den wir schon gegangen sind, weiter begleiten und das Miteinander, das sich Unterstützen und Suchen nach neuen Möglichkeiten und Chancen in der Zusammenarbeit ausbauen. Wir sollen die neuen Möglichkeiten, die sich uns mit der neuen Dekanatsstruktur geben, gut nutzen und – haupt- und ehrenamtliche zusammen – weiter lebendige Akzente im Glaubensleben setzen.

Pfr. Franz Eisenmann, Leiter der Pfarrverbände Neumarkt-St. Veit und Schönberg, als gewählter stellvertretender Dekan im Dekanatsteam.



Ich möchte dazu beitragen, dass die kranken Menschen und deren Angehörige in unserem Dekanat im Blick bleiben und mitsorgen, dass sie in ihren religiösen und spirituellen Bedürfnissen Unterstützung erfahren.

Martin Kuhn, als Leiter der Krankenpastoral im Team



Da die Aufgaben des Dekanatsteams ganz neu sind, muss auch die Arbeit des Teams ganz neu aufgestellt werden. Als Vorsitzende des Dekanatsrats vertrete ich die Interessen der ehrenamtlichen Mitarbeitenden der Pfarreien. Ich möchte sie weiterhin in ihrer ehrenamtlichen Arbeit unterstützen, für ihre Arbeit in den Pfarreien, aber auch für die gemeinsamen Aufgaben im neuen Dekanat Mühldorf.

Christine Schmid, für den Dekanatsrat im Team



Ich bin Diakon Alfred Stadler und seit Mai 2024 als Dekanatsreferent Mitglied im neu installierten Dekanatsteam.

Der Glaube wird im ganzen Dekanat von vielen verschiedenen Charismen getragen und gelebt. Ich freue mich, Teil dieser lebendigen Glaubensgemeinschaft zu sein.

Diakon Alfred Stadler, als Dekanatsreferent im Team



Ich möchte als Dekanatsbeauftragte mit offenen Augen, Ohren und einem offenen Herzen die Sorgen und Nöte, aber auch die Freuden, Hoffnungen und Ideen der Menschen in den Pfarreien unseres Dekanats wahrnehmen und so zu einem guten Miteinander beitragen, das haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitenden ein fruchtbares Arbeiten für lebendige, menschnahe und zukunftsorientierte Pastoral ermöglicht.

Ruth Pitz-Schmidhuber, als Dekanatsbeauftragte im Team



Die Zusammenarbeit in den neuen Strukturen im Dekanat sehe ich als Chance, dass wir einander in den einzelnen Pfarrverbänden und Seelsorgebereichen noch mehr ergänzen: Miteinander Ideen teilen und Dinge ausprobieren, für die wir bei den Menschen hier vor Ort einen Bedarf erkennen, die wir aber alleine nicht schultern können und wollen.

Marianne Kaltner, als Themenfeldverantwortliche für die Seniorensorge im Dekanat mit im Team

Ausgewähltes für Familien

21101



Mama Sport Flossing

Sport für Mütter in Begleitung ihrer Babys/Kleinkinder

Daniela Schneider, Lizenzierte Kangatrainerin, Pre- und Postnataltrainerin, zertifizierte Trageberaterin

Dienstag, 17.09.2024, 9:00–10:00 Uhr, 6 Treffen

Pfarrstadl Oberflossing, Annabrunner Straße 7

Mobilisation und kräftigende Ganzkörperübungen auf die Bedürfnisse von Müttern angepasst machen Spaß und bringen Kraft in deinen Alltag. Dein Baby oder Kleinkind begleiten dich und nutzt die wechselnden Spiel- und Turnangebote die vorher aufgebaut werden. Die Teilnahme mit Baby in der Tragehilfe/Tuch ist auch gut möglich. Du wirst fit und dein Baby macht mit!

75,00 EUR

21115



LandArt – Auf der spannenden Spur der Steine

Erlebniswanderung

Christl Schwarzenbeck

Sonntag, 13.10.2024, 13:00–16:00 Uhr

Pfarrheim Au am Inn

Kein Stein gleicht dem anderen und jeder ist einzigartig. Es gibt Glückssteine, Schatzsteine, Steine die Geschichten erzählen, Steine die musizieren, Bastelsteine und Steine die vom Leben flüstern. Man kann auch mit Steinen spielen, sie stapeln und noch viel Faszinierendes mehr gestalten. Wir gehen gemeinsam auf Streifzug zum Inn. Kommt mit und lasst Euch überraschen!

4,00 EUR

21214



Familien-Café

Treffen für Eltern mit Babys und Kleinkindern

Petra Kagerer

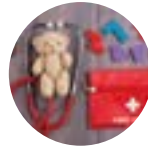
Freitag, 10.01.2025, 09:30–11:30 Uhr

Pfarrheim Neumarkt-St. Veit

Manchmal brauchen Mütter und Väter eine Auszeit oder Austausch mit anderen Eltern. Bei einem Frühstück sind kleine Sorgen schnell vergessen. Babys und Kinder können in entspannter Umgebung Zeit mit den Eltern verbringen, spielen oder mit anderen Kindern in Kontakt kommen. Bei Fragen rund um das Kind steht eine qualifizierte Ansprechpartnerin zur Verfügung.

Kostenfrei

21139



Erste Hilfe bei Notfällen

vom Säuglings- bis zum Grundschulalter

Hannelore Linka, Malteser Hilfsdienst

Mittwoch, 12.02.2025, 18:30–21:30 Uhr

Malteser Hilfsdienst, Mühldorf

Das Angebot richtet sich an Eltern, Großeltern, Gruppenleitungen und Interessierte. In diesem Workshop werden Sie über Notfälle, Unfälle, Vergiftungen und Erkrankungen vom Säuglings- bis zum Grundschulalter der Kinder unterrichtet. Sie lernen lebensbedrohliche Zustände zu erkennen, Gefahren richtig einzuschätzen und im Ernstfall schnell und umsichtig zu reagieren. Des Weiteren bekommen Sie einen Einblick, Gefahrenquellen in der Umgebung des Kindes frühzeitig zu erkennen und zu beseitigen.

18,00 EUR

Baby- und Kleinkindschwimmkurse

Für Mütter und Väter mit ihren Säuglingen ab drei bis zwölf Monaten und Kleinkinder von ein bis zu etwa zwei Jahren – mit Manuela Hefter

Das Element Wasser ist dem Baby bereits aus dem Mutterleib bekannt. In dieser vertrauten Atmosphäre steht neben dem gemeinsamen Spaß im Wasser die gleichzeitige Förderung des Bewegungsapparates – Motorik, Koordination und angeborene Schutzreflexe des Kindes – im Fokus. Das gemeinsame Erleben und der intensive Körperkontakt fördern die innige Beziehung zwischen Kind und Eltern.

Ein- bis zweijährige Kleinkinder können sich den Lebensraum Wasser gemeinsam mit ihren Eltern erobern. Durch die Bewegungs- und Reizvielfalt, die im Wasser möglich ist, werden die Kinder sowohl in ihrer körperlichen als auch in ihrer geistigen Entwicklung gefördert. Jedes Kind muss von einem Elternteil begleitet werden.

Neue Kurse starten im Herbst 2024. Probieren Sie es aus!



*Ihre Ansprechpartnerin
im Kreisbildungswerk:
Silke Auer, Referentin für
Familienbildung*

Familie ist bunt!

Tag der Familie im Pfarrgarten Niederbergkirchen – ein voller Erfolg!

Das Kreisbildungswerk versteht sich als Kompetenzzentrum für Bildung hinsichtlich jeglicher Belange von Familien aller Art. Unser Familienprogramm bietet im gesamten Landkreis verlässliche Orte für gemeinsame Begegnung, Austausch und kreatives Tun. Wir wollten daher das Thema Familienbildung für einen Tag besonders in den Fokus rücken, alle Familien im Landkreis herzlich einladen und Ihnen Gelegenheit bieten, die Vielfalt unseres Angebots kennenzulernen und in entspannter Atmosphäre zu genießen. Eingeladen waren überdies auch Kooperationspartner und Unterstützer des Kreisbildungswerks.

Nach vielen Jahren, seit dem letzten Kreisbildungswerk-Familienfest, nach vielen Monaten der intensiven Planung und Vorbereitung, nach vielen Wochen und Tagen des stetigen Bangens, ob der Termin möglicherweise ins Wasser fällt, konnte unter dem Motto **Familie ist bunt** am Sonntag, den 16. Juni 2024 endlich unser großer **Tag der Familie** bei bestem Wetter im wundervollen Pfarrgarten in Niederbergkirchen stattfinden.

Neben der Möglichkeit zum Austausch, einer Ressourcenstärkung für den Alltag und der Förderung von Familienkompetenz sollte der Nachmittag vor allem Spaß und Freude bereiten! Dass der Nachmittag in diesem Sinne ein voller Erfolg war, wurde schnell deutlich. Zahlreiche interessierte Familien nahmen die Einladung gerne an. Über 200 Kinder, Eltern und Großeltern füllten den Pfarrgarten und sorgten für gesellige und gleichermaßen emsige Stimmung.

Bei diversen durch EKP®-Leiterinnen des Kreisbildungswerks pädagogisch fachkundig aufbereiteten und betreuten Experimentier- und Spielstationen wurde fleißig gebastelt, gemalt, ertastet oder geschminkt. Allen Eltern bot die Märchenpädagogin Ulrike Ott einen Vortrag, der darlegte, wie wichtig Märchen und Geschichten im Kindesalter sind. Für Unterhaltung sorgte weiterhin eine Akrobatik- und Zaubershow des Kinderanimateurs Markus Königseder sowie ein abschließender Luftballon-Wettbewerb.

Auch an dieser Stelle sei nochmals herzlich allen gedankt, die diesen wundervollen Tag möglich gemacht und durch ihre tatkräftige Unterstützung zum Gelingen beigetragen haben – nicht zuletzt der Pfarrei Niederbergkirchen für die Möglichkeit, den Pfarrgarten dafür zu nutzen sowie der KEB München & Freising, die diesen Tag finanziell unterstützt hat.

Es wird bestimmt nicht das letzte Familienfest des Kreisbildungswerks gewesen sein!



Ausgewähltes aus dem Bereich Gesundheit

21058



Basenfasten mit Begleitung

Infoabend zum Kurs

Maria Mirz

Dienstag, 10.09.2024, 19:30–21:00 Uhr

Pfarrheim Reichertsheim

6,00 EUR

21059

Dienstag, 08.10.2024, 19:30–21:00 Uhr, 3 Abende

Fastenwoche 18.10.–24.10.2024

32,00 EUR

Basenfasten ist eine eigene Art des Fastens. Man verzichtet nicht vollständig auf Nahrung, sondern »fastet Säure«. Das bedeutet, man ernährt sich nur von basischen Nahrungsmitteln und lässt alles weg, was im Körper sauer verstoffwechselt wird. Aber nicht nur auf die Nahrungsmittel und Getränke sollte man achten, sondern auch auf die Lebensweise. Sauer macht uns auch Ärger, Stress, Schlafmangel, Bewegungsmangel, Wut, Eifersucht, Neid, Überlastung, pessimistische Grundeinstellung ... Basisch tut dem Körper gut!

21146



Pilates am Vormittag

Anita Windholz, Pilates-Trainerin

**Donnerstag, 26.09.2024, 9:00–10:00 Uhr,
10 Treffen**

21060

**Donnerstag, 26.09.2024, 18:45–19:45 Uhr,
10 Treffen**

21061

**Donnerstag, 26.09.2024, 20:00–21:00 Uhr,
10 Treffen**

Pfarrheim Reichertsheim

Pilates ist ein ganzheitliches Training, das die Kernmuskulatur stärkt, die Flexibilität erhöht und die Körperhaltung verbessert. Es kombiniert kontrollierte Bewegungen mit bewusster Atmung und fördert Gleichgewicht und Koordination. Geeignet für alle Fitnesslevels, hilft Pilates, Stress abzubauen und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern.

65,00 EUR

21043



Pilates – Rücken – Body & Mind & Energy

Workshop

Theresia Auer

Samstag, 28.09.2024, 10:00–12:00 Uhr

Pfarrheim St. Pius, Mühldorf am Inn

Hast Du Lust auf ein neues Körper- und Wahrnehmungsgefühl? Lerne dich und deinen Körper neu kennen! Willst Du dein Aussehen zum Positiven verändern, Deinem Körper mehr Kraft, Beweglichkeit und Ausstrahlung geben, Deine Haltung somit verbessern und dein inneres Gleichgewicht finden? Pilates ist ein Training, das Körper, Seele und Geist in Einklang bringt und dich in deine Mitte. Ein intensives und trotzdem geschmeidiges, fließendes Training. Im Einklang mit einer tiefen bewussten Atmung und hoher Konzentration werden die Übungen präzise durchgeführt. Dieses Training bezieht den ganzen Körper mit ein, somit werden alle Muskeln trainiert. Indem Du dich auf den Ablauf des Trainings konzentrierst, bist Du absolut präsent und vollkommen bei dir.

15,00 EUR

20894



Progressive Muskelentspannung für Kinder

von 6–9 Jahre, bzw. 10–12 Jahre

Anna-Maria Harlander, Erzieherin, Kindheitspädagogin BA, Entspannungspädagogin, Multiplikatorin für Resilienz in der Kita

**Samstag, 28.09.2024, 14:00–15:00 Uhr,
8 Treffen**

Bodenkirchen

Bei der Progressiven Muskelentspannung nach Edmund Jacobson handelt es sich um eine wissenschaftlich fundierte Entspannungstechnik. Nach dem Erlernen der Methode kann durch bewusste An- und Entspannung bestimmter Muskelgruppen ein Zustand tiefer Entspannung des ganzen Körpers erreicht werden. Ein Ziel des Acht-Wochen-Trainings ist, dass die Kinder die muskuläre Entspannung herbeiführen können, wann immer sie dies möchten.

80,00 EUR

21035



Pilates für Anfänger & Fortgeschrittene

Theresia Auer

**Dienstag, 01.10.2024, 18:00–19:00 Uhr,
10 Treffen**

Bürgerhaus Rattenkirchen

65,00 EUR

21036

**Dienstag, 07.01.2025, 18:00–19:00 Uhr,
13 Treffen**

85,00 EUR

21041



Pilates – Rücken – Body & Mind & Energy

Theresia Auer

**Mittwoch, 02.10.2024, 19:45–20:45 Uhr,
10 Treffen**

Pfarrheim St. Pius, Mühldorf am Inn

65,00 EUR

21147

**Donnerstag, 10.10.2024, 18:15–19:15 Uhr,
10 Treffen**

Carl-Orff-Saal (Rettungszentrum), Töging

65,00 EUR

21269



Blutegel

Kleine Sauger – große Wirkung

Brigitte Otte

Donnerstag, 21.11.2024, 15:00–16:30 Uhr

Pfarrheim Neumarkt-St. Veit, Vituszimmer

Fast in Vergessenheit geraten, erfreut sich die Blutegeltherapie derzeit immer größerer Beliebtheit. Und das nicht ohne Grund, denn der Speichel der kleinen Blutegel ist prall gefüllt mit genialen Wirkstoffen. Sie weiten die Gefäße und wirken entzündungshemmend, entgiftend sowie schmerzstillend. Da wird schnell klar, dass die Blutegeltherapie bei vielen Erkrankungen erfolgversprechend eingesetzt werden kann.

8,00 EUR

21280



Rücken- und Wirbelsäulengymnastik für Frauen

Heike Maria Krzemien, Rückenschultrainerin,
Sportrehabilitationstrainerin, Fitnesstrainerin
B-Lizenz

**Donnerstag, 21.11.2024, 18:30–19:30 Uhr,
8 Treffen**

Haus der Familie, Pfarrheim, Niederbergkirchen
Gebührenstaffelung nach TN-Zahl

21281



Rücken- und Wirbelsäulengymnastik für Männer

Heike Maria Krzemien, Rückenschultrainerin,
Sportrehabilitationstrainerin, Fitnesstrainerin
B-Lizenz

**Donnerstag, 21.11.2024, 19:45–20:45 Uhr,
8 Treffen**

Haus der Familie, Pfarrheim, Niederbergkirchen

Frauen haben ein anderes Rückenschmerzempfinden als Männer und umgekehrt. Ziel der Kurse ist es, Fehlhaltungen zu verbessern, Rückenschmerzen zu lindern, den Fluss der Meridianbahnen im Körper zu fördern, unsere Rücken- und Bauchmuskulatur zu stärken, die Beweglichkeit der Wirbelsäule zu trainieren sowie unser Wohlbefinden und unsere körperliche Fitness zu steigern. Nach einer Aufwärmphase geht es weiter mit den verschiedensten Kräftigungsübungen für Muskulatur, Sehnen und Bänder, Bewegungsübungen für die gesamte Wirbelsäule, Wechsel-Druckbelastungsübungen für die Bandscheiben sowie Dehn- und Entspannungsübungen für den ganzen Körper. Durch einen Mix aus traditioneller Rückenschule, Übungen aus der ZEN-Gymnastik und dem Meridian-Stretching wird diese Stunde besonders effektiv.

Gebühr gestaffelt nach Teilnehmerzahl

21038



Qi-Gong

Nicole Willeke

**Mittwoch, 08.01.2025, 19:00–20:00 Uhr,
10 Treffen**

Bürgerhaus Rattenkirchen

Qi Gong kombiniert Bewegung, Atmung und Meditation, um die Lebensenergie (Qi) zu stärken. Es fördert Entspannung, verbessert die Gesundheit und kann Stress abbauen. Qi Gong erhöht die Beweglichkeit und steigert das allgemeine Wohlbefinden.

65,00 EUR

21305



Yoga trifft Qi Gong

Sabine Klar

**Donnerstag, 23.01.2025, 19:00–20:30 Uhr,
8 Treffen**

Alte Schule, Walkersaich

In diesem Kurs gehen Dehnungs-Lockerungs- und Atemübungen aus dem Yoga Bereich sanft in die fließenden Übungen des QiGongs über und schliessen mit einer Entspannungsübung ab.

72,00 EUR

Unsere neue Kollegin Cornelia Drinhaus

Wir freuen uns, dass Cornelia Drinhaus aus Obertaufkirchen seit 1. Juli 2024 unser Verwaltungsteam unterstützt. Herzlich willkommen und auf eine gute Zusammenarbeit!



Wahlen bei der Mitgliederversammlung 2024



Im aktuellen Jahr standen wieder Wahlen auf der Tagesordnung der Mitgliederversammlung des Kreisbildungswerks, die am 25. Juli 2024 im Pfarrheim St. Nikolaus in Mühldorf stattfand. Wir freuen uns, dass mit Georg Waldinger und Daniel Baumgartner, die beide in ihren Ämtern bestätigt wurden, unser bisheriges Vorstandsteam seine Arbeit fortsetzen wird. Aus dem Geschäftsführenden Ausschuss verabschiedet wurden nach langjähriger Tätigkeit der vormalige Landkreisdekan P. Ulrich Bednara und Christl Schwarzenbeck aus Gars. Vielen Dank auch an dieser Stelle noch einmal für die gute Zusammenarbeit und das Engagement! Neu im Geschäftsführenden Ausschuss begrüßen dürfen wir Pfarrer Klaus Vogl, der als neuer Dekan des Dekanats Mühldorf satzungsgemäß geborenes Mitglied ist. Auch Christine Schmid ist als Vorsitzende des Kreiskatholikenrats und geborenes Mitglied weiterhin im Ausschuss vertreten. Als weitere Mitglieder wurden von der Versammlung Otto Wagner aus Niederbergkirchen im Amt bestätigt sowie Monika Meyer aus Kraiburg und Stefan Schalk aus Mettenheim neu in das Gremium gewählt. Ebenfalls bestätigt wurden die bisherigen Kassenprüfer Otto Ruhland und Franz-Joseph Gruber. Herzlich willkommen an alle, wir wünschen eine gute und fruchtbare Zusammenarbeit!

20 Jahre Georg Waldinger



Erst vor kurzem im Jahr 2022 konnte das Kreisbildungswerk Mühldorf sein 50-jähriges Bestehen feiern. Eine lange und gleichermaßen erfolgreiche Entwicklung, die nur möglich ist, weil sich verschiedenste Menschen aus tiefer Überzeugung, mit großer Leidenschaft und unentwegtem Engagement für die Bildungsarbeit einsetzen – oft auch über Jahre hinweg. Dass sich Georg Waldinger nun seit 2004 schon zwei Dekaden, also nahezu die gesamte zweite Hälfte dieser Zeit seit der Gründung in eben dieser Weise für die Belange des Bildungswerks und die Erwachsenenbildung im Landkreis einsetzt, ist außerordentlich und keine Selbstverständlichkeit. Dass er die freudvollen und vielfach gleichermaßen herausfordernden Geschicke der Einrichtung dabei all die Jahre auch noch ehrenamtlich als erster Vorsitzender leitet, verdient größten Respekt und Anerkennung. Neben seinen zahlreichen weiteren ehrenamtlichen Aktivitäten ist er seit 2009 überdies als Vertreter und Sprecher der Bildungswerke in Stadt und Landkreisen im Vorstand des diözesanen Dachverbandes, der Arbeitsgemeinschaft Katholische Erwachsenenbildung in der Erzdiözese München und Freising (KEB). Vielen Dank für dieses herausragende und beispielhafte Engagement!

Wir über uns

Kreisbildungswerk

Mühldorf am Inn e.V.

Kirchenplatz 7

84453 Mühldorf am Inn

Telefon: (08631) 3767-0

info@kreisbildungswerk-mdf.de

Geschäftszeiten

Montag bis Donnerstag: 8:30–13:00 Uhr

Freitag: 8:30–12:30 Uhr

Folgen Sie uns auf facebook und Instagram!

 /KreisbildungswerkMuehldorf

 /FamilienbildungEKPLandkreisMuehldorf

 @kreisbildungswerk.muehldorf

Abonnieren Sie unseren Newsletter!

www.kreisbildungswerk-mdf.de/
newsletter/anmeldung-newsletter



Unsere Mitglieder

Alle Pfarreien im Landkreis Mühldorf am Inn

Bund Deutscher Kath. Jugend (BDKJ)

Berufsbildungswerk Waldwinkel (BBW)

Kath. Arbeitnehmerbewegung (KAB)

Kath. Deutscher Frauenbund (KDFFB)

Kath. Frauengemeinschaft (KFD)

Kath. Jugendstelle

Kolpingfamilie (KF)

Kath. Landvolkbewegung (KLB)

Kloster der Redemptoristen Gars am Inn

Kloster St. Theresia, Stadl

Stiftung Ecksberg

Bildungshaus Kloster Zangberg

Unser KBW-Team

Vorstand



Georg Waldinger
Erster Vorsitzender



Daniel Baumgartner
Zweiter Vorsitzender

Geschäftsführender Ausschuss

Dekan Klaus Vogl

Christine Schmid

Otto Wagner

Monika Meyer

Stefan Schalk

Dr. Tobias Grill, beratend

Geschäftsstelle



Dr. Tobias Grill
Geschäftsführer
Telefon (08631) 3767-0
tobias.grill@kreisbildungswerk-mdf.de



Nicole Reichl
Allgemeine Verwaltung
Plakate und Handzettel, Programmeingabe,
Zahlungsverkehr, Statistik
Telefon (08631) 3767-15
nicole.reichl@kreisbildungswerk-mdf.de



Velinka Rödiger
Empfang, Allgemeine Verwaltung
Programmeingabe, Fortbildung für
Mitarbeiter/innen in Kindertages-
einrichtungen, KZ-Führungen
Telefon (08631) 3767-0
velinka.roediger@kreisbildungswerk-mdf.de



Gabriele Röpke
Buchhaltung und Finanzwesen,
Öffentlichkeitsarbeit, Homepage,
Sonderprospekte
Telefon (08631) 3767-12
gabi.roepke@kreisbildungswerk-mdf.de



Sabine Steutzger
Integrative Erwachsenenbildung
Telefon (08631) 3767-0
sabine.steutzger@kreisbildungswerk-mdf.de



Silke Auer
Referentin für EKP®, Familienbildung,
Seniorenbildung und Gesundheitsbildung
Telefon (08631) 3767-18
silke.auer@kreisbildungswerk-mdf.de



Konrad Habberger
Theologischer Referent
Betreuung Bildungsbeauftragte
Telefon (08631) 3767-14
theologie@kreisbildungswerk-mdf.de



Cornelia Drinhaus
Allgemeine Verwaltung
Telefon: (08631) 3767-11
cornelia.drinhaus@
kreisbildungswerk-mdf.de

Wir sagen Danke!

für die freundliche finanzielle Unterstützung und die gute Projekt-Kooperation



engelhardt



Für das Erinner
KZ-Gedenkstätte
Mühldorfer Hart e.



Der Kinderschutzbund
Kreisverband Mühldorf



haus
der **familie**
st.elisabeth



KASTERL KUNTERBUNT



Unsere Zuschussgeber

Erzdiözese München und Freising

www.erzbistum-muenchen.de

KEB München und Freising

www.keb-muenchen.de

KEB Bayern

www.keb-bayern.de

Hier erfahren Sie
mehr über unsere
Zuschussgeber:



Pfarreien, Kommunen und Landkreis

Neben diesen »großen« Zuschussgebern hat die große Zahl von Unterstützern aus der Region entscheidenden Anteil daran, dass wir unsere Arbeit leisten können. So tragen die freiwilligen Zuschüsse von Pfarreien und Kommunen sowie vom Landkreis ebenso wie Ihre Spenden dazu bei, den kirchlichen und öffentlichen Bildungsauftrag des Bildungswerkes zu erfüllen.

*Wir danken allen Zuschussgebern und Spendern, ohne deren Unterstützung unsere Arbeit nicht möglich wäre!
Wenn Sie die Arbeit des Kreisbildungswerks mit einer Spende unterstützen möchten, sprechen Sie uns gerne an!*



BFD BEWIRB DICH JETZT!
Der Bundesfreiwilligendienst
Zeit, das Richtige zu tun.

Wir suchen zum 1. September für ein Jahr eine/n Mitarbeiter/in (m/w/d) im Freiwilligendienst zur Unterstützung in den Bereichen Verwaltung, Veranstaltungsmanagement und Öffentlichkeitsarbeit.

Wir bieten:

Erste Berufserfahrung im Bereich Erwachsenenbildung
Einen lebendigen Büroalltag und Einbindung
in ein professionelles Team
Anerkennung als Praktikum für ein späteres
Studium/Ausbildung möglich
Einblick in die Leitung eines gemeinnützigen
Vereins mit zahlreichen Schnittstellen zu Partnern
im politischen und kirchlichen Umfeld
Freistellung und finanzielle Unterstützung
für Fortbildungen

Wir erwarten:

Freude am Umgang mit Menschen, gute
Umgangsformen und Kooperationsfähigkeit
Die Bereitschaft zur Arbeit im Team
Gute PC-Kenntnisse und Interesse bzw.
Erfahrungen im Bereich digitale Medien
Da Veranstaltungen im ganzen Landkreis stattfinden,
ist ein Führerschein von Vorteil

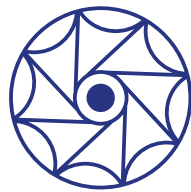
Organisatorisches:

Die Arbeitszeit beträgt 39 Stunden pro Woche
nach Absprache
Monatliches Taschengeld und Übernahme aller
Sozialversicherungsleistungen
30 Urlaubstage
Weiterzahlung von Kindergeld
25 Bildungstage

Haben wir Dein Interesse geweckt? Dann melde Dich bei uns!

Kreisbildungswerk Mühldorf am Inn e.V., Kirchenplatz 7,
84453 Mühldorf am Inn, Telefon: (08631) 3767-0,
info@kreisbildungswerk-mdf.de, www.kreisbildungswerk-mdf.de

Wir freuen uns auf DICH!



KREISBILDUNGSWERK
Mühldorf am Inn e.V.



Hier geht's
zu unserer
Homepage



Lebenslang lernen

- › Gesundheit & Bewegung
- › Digitales & Medienbildung
- › Thematische Studiengänge
- › Spiritualität & Werte
- › Geschichte & Biografie
- › Heimat & Kultur
- › Kreativität

Kreisbildungswerk
Mühldorf am Inn e.V.
Kirchenplatz 7
84453 Mühldorf am Inn

Telefon 08631 3767-0
info@kreisbildungswerk-mdf.de
www.kreisbildungswerk-mdf.de



KREISBILDUNGSWERK
Mühldorf am Inn e.V.

Kreisbildungswerk Mühldorf am Inn e.V. | Kirchenplatz 7 | 84453 Mühldorf am Inn | www.kreisbildungswerk-mdf.de