

KEB

Katholische  
Erwachsenenbildung  
im Landkreis Freyung-Grafenau e.V.



PROGRAMM

Februar – August 2019

# Inhalt

Vorwort .....	3
<b>Religion und Glaube .....</b>	<b>5</b>
<b>Lebensgestaltung und Erziehung.....</b>	<b>15</b>
<b>Gesundheit und Ernährung .....</b>	<b>27</b>
<b>Kreatives und Kultur .....</b>	<b>49</b>
<b>Länder und Völker.....</b>	<b>61</b>
<b>Gesellschaft und Politik.....</b>	<b>81</b>
<b>Natur und Technik .....</b>	<b>83</b>
<b>Fort- &amp; Weiterbildung .....</b>	<b>103</b>
<b>KEB im Bistum Passau.....</b>	<b>105</b>
Terminübersicht.....	113
Geschäftsbedingungen.....	124
Impressum.....	127

## Abkürzungen

KAB	Katholische Arbeitnehmerbewegung
KDFB	Katholischer Deutscher Frauenbund
KEB	Katholische Erwachsenenbildung
KEG	Katholische Erziehergemeinschaft
PGR	Pfarrgemeinderat
SC	Seniorenclub
VHS	Volkshochschule

Liebe Leserinnen und Leser!

Der Jahreswechsel ist gerade vorbei und die KEB startet mit einem neuen Bildungsprogramm ins Jahr 2019. Gemeinsam mit langjährigen und neuen Kooperationspartnern können wir wieder viele Veranstaltungen anbieten, von denen ich einige kurz vorstellen möchte:

Neu im Programm ist die **Baby- und Kleinkindersprechstunde**, die ab März jeden 2. Donnerstag im Monat vormittags in den Räumen der KEB in Freyung gemeinsam mit der KoKi-Stelle angeboten wird. Sie bietet Gelegenheit, Informationen rund ums Thema Baby und Kleinkind zu erhalten, sich mit Fragen an eine erfahrene Fachkraft wenden zu können und in entspannter Atmosphäre mit anderen Eltern ins Gespräch zu kommen. Für die Kinder gibt es pädagogisch wertvolle Spiele, mit denen sie sich beschäftigen können, während die Eltern dem Vortrag lauschen.

Ebenfalls neu im Programm ist das Wochenend-Seminar **„EINFACH LEBEN“** von 24.-25. Mai im Haus am Weg in Langfurth. Gemeinsam mit Andrea Parzefall (Trainerin für Biografiearbeit) und Josef Holzbauer (Umweltreferent Bistum Passau) wollen wir unsere biografische Beziehung zu Natur und Schöpfung ergründen.

Ein weiteres Veranstaltungshighlight ist der Vortrag **„Klimaschutz, Energiewende, Elektromobilität - wohin unser Land steuern muss, um die Schöpfung zu erhalten“** am 27. April in Waldkirchen. Wir freuen uns sehr, dass wir Prof. Dr.-Ing. Michael Sterner als ausgewiesenen Experten für einen Termin im Landkreis gewinnen konnten.

Großer Beliebtheit erfreuen sich nach wie vor die **Fahrten nach Tschien im Rahmen des Projektes „Gute Nachbarschaft heißt...“** unter der Leitung von Heinrich Vierlinger. Davon stehen gleich zwei auf dem Programm: am 15. Juni eine Tagesfahrt nach Budweis, am 26. Juli eine Theaterfahrt zu „Dornröschen“ nach Krumau.

Eine Veranstaltung zum Thema **„Bibel & Lebensgeschichte - Kraft aus dem Glauben schöpfen“** bieten Stefanie Krickl (Gemeindereferentin) und Andrea Parzefall (Trainerin für Biografiearbeit) am 09. April in Waldkirchen an.

Ein großer Dank gilt an dieser Stelle unseren Referenten, Kooperationspartnern und den Haupt- und ganz besonders den Ehrenamtlichen in den Pfarreien, Vereinen, Verbänden und Einrichtungen im ganzen Landkreis, die sich für Erwachsenenbildung einsetzen. Ohne Sie wäre ein so vielfältiges und umfangreiches Programm nicht zu verwirklichen.

Ich freue mich auf viele schöne Bildungs- und Begegnungsmöglichkeiten im neuen Programmhilfsjahr.

Herzlich

Ihre

Barbara Schwarzmeier

*Geschäftsführerin der KEB im Landkreis FRG*



# Religion und Glaube





## „Wir trauen uns“

### **Ein Tag zur Einstimmung auf kirchliche Trauung und Ehe**

In der Zeit hektischer Vorbereitung ist der Tag der Ehevorbereitung eine wohlthuende Unterbrechung, um sich auf das Wesentliche dieses schönen Festes zu besinnen: vor Gott das JA zueinander sprechen.

Sie werden Zeit mit Ihrer/m Partner/in verbringen - zusammen gemütlich essen gehen und sich mit anderen Paaren über die Hochzeitsvorbereitungen austauschen - Wissenswertes über das Gelingen der Ehe erfahren - die Kraft des Glaubens für Ihre Ehe spüren

Kurskosten inkl. Begleitbuch, Getränke und Kaffee werden vom Referat Ehe und Familie übernommen. Das Mittagessen ist selbst zu zahlen.

*Mitveranstalter: Referat Ehe und Familie*

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 02.02.2019  
9.00-17.00 Uhr

**Referenten**

Tilla und Volker Hartwig

---

**Ort**

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 04.05.2019  
9.00-17.00 Uhr

**Referenten**

Tilla und Volker Hartwig

---

**Gebühr**

keine Kursgebühr  
Mittagessen Selbstzahler

**Anmeldung**

bis zwei Wochen vorher in der KEB-  
Geschäftsstelle unter 08551/4581 (KEB)  
oder info@keb-freyung.de

---

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 16.03.2019  
9.00-17.00 Uhr

**Referenten**

Stefanie Krickl, Kaplan Peter Kunz

---

**Ort**

Grafenau, Pfarrheim

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 06.04.2019  
9.00-16.00 Uhr

**Referenten**

Stefanie Krickl, Alois Sauer

---

**Gebühr**

keine Kursgebühr  
Mittagessen Selbstzahler

**Anmeldung**

bis zwei Wochen vorher unter 08551/4581  
(KEB) oder 08552/1271 (Pfarrbüro)

*Mitveranstalter: Pfarrverband*

Hinweis: Im Anschluss besteht um 18.00  
Uhr die Möglichkeit, am Gottesdienst in der  
Stadtpfarrkirche teilzunehmen.

**Ort**

Waldkirchen, Pfarrheim

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 16.03.2019  
9.00-16.00 Uhr

**Referenten**

Lisa und Matthias Koller

---

**Gebühr**

keine Kursgebühr  
Mittagessen Selbstzahler

**Anmeldung**

bis zwei Wochen vorher unter 08551/4581  
(KEB)

*Mitveranstalter: Pfarrverband*



## Glaubensgesprächsabende

Was bringt mir der Glaube für mein Leben?

Bei diesen Gesprächsabenden wird die Möglichkeit eröffnet, über den eigenen Glauben, die Botschaft der Bibel, Fragen und Zweifel ins Gespräch zu kommen.

Terminänderungen werden ggf. in der Presse und auf der KEB-Homepage bekannt gegeben.

*Mitveranstalter: Pfarrei, Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

## „Brüder und Schwestern“

Eine Einführung in die revidierte Einheitsübersetzung für Lektorinnen und Lektoren und Interessierte

Seit Advent 2019 wird die neue Einheitsübersetzung auch in der Liturgie verwendet. Dr. Andrea Pichlmeier erläutert an diesem Abend, was sich für Lektorinnen und Lektoren und alle anderen Teilnehmenden an den Gottesdiensten ändert.

*Mitveranstalter: Dekanatsrat, Referat Bibelpastoral Passau*

## „Brüder und Schwestern“

Eine Einführung in die revidierte Einheitsübersetzung für Lektorinnen und Lektoren und Interessierte

Seit Advent 2019 wird die neue Einheitsübersetzung auch in der Liturgie verwendet. Dr. Andrea Pichlmeier erläutert an diesem Abend, was sich für Lektorinnen und Lektoren und alle anderen Teilnehmenden an den Gottesdiensten ändert.

*Mitveranstalter: Dekanatsrat, Referat Bibelpastoral Passau*

### Datum/Uhrzeit

Dienstag, 19.03.2019

Dienstag, 14.05.2019

Mittwoch, 26.06.2019

jeweils 19.45 Uhr

### Ort

Waldkirchen, Pfarrheim

### Referent

Msgr. Alfred Ebner

### Datum/Uhrzeit

Mittwoch, 13.02.2019

19.00 Uhr

### Ort

Grafenau, Pfarrheim

### Referentin

Dr. Andrea Pichlmeier,  
Leiterin Referat Bibelpastoral Passau

### Gebühr

kostenfrei

### Datum/Uhrzeit

Mittwoch, 20.02.2019

19.00 Uhr

### Ort

Böhmzwiesel, Pfarrheim

### Referentin

Dr. Andrea Pichlmeier,  
Leiterin Referat Bibelpastoral Passau

### Gebühr

kostenfrei

**Datum/Uhrzeit**

Montag, 11.03.2019  
15.00 Uhr

**Ort**

Waldkirchen, Pfarrsaal

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Fr, 15.03.2019, 18 Uhr  
bis So, 17.03.2019, 13 Uhr

**Ort**

Burghausen, Haus der  
Begegnung Heilig Geist

**Referent**

Ludwig Raischl

**Anmeldung**

08553/2630

**Dokumentarfilm „Ein Mal im  
Leben auf den Heiligen Berg  
Svatá Hora“**

Ein 60 min. Film über die 18. Pilger- und  
Wanderreise von Kreuzberg nach Pribram

Ca. 140 Jahre zogen Wallfahrer aus Bayern  
zum Heiligen Berg in Böhmen (1796-1930).  
Seit 2011 ist der Via-Nova-Pilgerweg Bay-  
ern-Böhmen zum Heiligen Berg eingerich-  
tet. In dem zweisprachig von der DokArtFilm  
mit Günther Rauch produzierten Dokumen-  
tarfilm wird die historische Bedeutung des  
Pilgerweges beiderseits der Grenze aufge-  
zeigt. Kultur und Spirtualität kommen zur  
Sprache. Grenzüberschreitende Begegnun-  
gen erschließen die Hindernisse, aber v.a.  
auch die Chancen, die sich in dem Projekt  
auftun.

*Mitveranstalter: Kulturkreis, Bildungswerk und  
Senioren-AG der Stadt Waldkirchen*

**„Grundkurs Gemeindlichen Glau-  
bens“**

**Studien- und Besinnungstage**

GGG - Jedes Wort beschreibt die Eigenheit  
des Kurses:

Grundkurs: Man nimmt Kurs, um auf den  
Grund des eigenen Glaubens aufmerksam  
zu werden. Gemeindlich: Der Kurs richtet  
sich an eine Gruppe.

Glauben: Ein gemeinsames Gespräch auf  
Grundlage des Glaubens findet statt.

*Mitveranstalter: Pfarrei und KDFB Spiegelau*

**„Bibel und Lebensgeschichte“****Kraft aus dem Glauben schöpfen**

An diesem Abend blicken wir auf unser Leben, wir denken nach über unsere Hoffnung auf Auferstehung und wir kommen miteinander ins Gespräch.

Referententeam:

Andrea Parzefall,  
Trainerin für Biografiearbeit

Stefanie Krickl, Gemeindereferentin

*Mitveranstalter: Pfarrei, Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

**Wegzeichen und Wegweiser****Vortrag in Wort und Bild**

Bei dieser nachösterlichen Betrachtung werden Wegkreuze, Marterl, Gebetsstätten sowie Erinnerungszeichen in Wort und Bild vorgestellt, welche in den vergangenen 20 Jahren durch den Bayerischen Waldverein, Sektion Hohenau-Schönbrunn am Lusen neu aufgestellt oder restauriert wurden.

Musikalische Umrahmung durch Michael Tanzer (Zither).

*Mitveranstalter: OCV, Altenclub, Bayerischer Waldverein Sektion Hohenau-Schönbrunn*

**Maria - Helferin im Alter**

Vortrag mit Dekan Kajetan Steinbeißer

*Mitveranstalter: Seniorenclub*

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 09.04.2019  
19.45 Uhr

**Ort**

Waldkirchen, Pfarrheim

**Referentinnen**

Andrea Parzefall,  
Stefanie Krickl

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 25.04.2019  
13.30 Uhr

**Ort**

Schönbrunn a. L.,  
Pfarrsaal

**Referenten**

Franz Einberger,  
Fritz Denk

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 09.05.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

St. Oswald, Pfarrheim

**Referent**

Dekan Kajetan Steinbeißer

**Datum/Uhrzeit**

Fr, 24.05.2019, 16 Uhr  
bis Sa, 25.05.2019, 17 Uhr

**Ort**

Langfurth, Haus am Weg

**Referenten**

Andrea Parzefall,  
Trainerin für  
Biografiearbeit

Josef Holzbauer,  
Umweltbeauftragter  
Bistum Passau

**Gebühr**

75 Euro  
(plus Übernachtungs-  
pauschale 15 Euro bei  
Verlängerung)

**Anmeldung**

bis 10.05.2019 unter  
08551/4581 (KEB) oder  
info@keb-freyung.de

**EINFACH LEBEN****... mit der Natur in der Spur**

Zwei Tage zum Ergründen meiner biografi-  
schen Beziehung zu Natur und Schöpfung.

Es geht darum, die äußere und innere Natur  
in den Blick zu nehmen.

Mit Impulsen aus der Biografiearbeit zum  
Durchleuchten der persönlichen Naturbe-  
ziehung sowie konkreten Handlungsemp-  
fehlungen zum Schutz von Natur und Um-  
welt.

Teilnehmer/-innen: max. 12 Personen

Freitag, 24. Mai 2019

- 16:00 Uhr  
Ankommen bei Kaffee und Kuchen
- 16:30 Uhr  
Annäherung ans Thema: Was bedeutet für  
mich EINFACH LEBEN?  
Meine Beziehung zur Natur:  
Biografischer Blick in die Vergangenheit
- 18:00 Uhr  
Zubereitung und Abendessen
- 19:30 Uhr  
Meine aktuelle Naturbeziehung:  
Biografischer Blick in die Gegenwart
- 21:00 Uhr  
Abschluss draußen - in die Nacht lau-  
schen, Ausklang bei Gesprächen

Samstag 25. Mai 2019

- 8:00 Uhr  
Frühstück
- 9:00 Uhr  
Morgengruß im Freien
- 9:15 Uhr  
Wanderung und Impulse zu Natur und  
Schöpfung rund um den Brotjacklriegel
  
- 12:00 Uhr  
Besuch & Mittagessen auf dem  
Erlebnisbauernhof Zeintl
- Pause und Zeit zum Ausruhen
- 14:30 Uhr  
Kaffee und Kuchen
- 15:00 Uhr  
Ich und meine Naturbeziehung:  
Biografischer Blick in die Zukunft  
Alltagökologie und Ressourcenkultur -  
Impulse zum EINFACH LEBEN  
Reflexion
- 17:00 Uhr  
Ende

Sie möchten das Seminar nachklingen lassen und bis zum Sonntag im Haus bleiben?

Bitte geben Sie das bei Ihrer Anmeldung an und genießen mit uns die wunderbare Frühlingsnatur im Lallinger Winkel.

*Mitveranstalter: Stabsstelle Umwelt Bistum  
Passau*

**Datum/Uhrzeit**

Mittwoch, 26.06.2019  
9.00 Uhr

**Ort**

Schönbrunn a. L.,  
Treffpunkt am Dorfplatz

**Anmeldung**

bis 12.06.2019 unter  
08558/9741497  
(Hans Seidl)

**Das Kloster in Thyrnau - Zisterzienserinnen von Thyrnau**

**Studienfahrt**

Neben dem Kloster, der Landwirtschaft und der Fahnenstickerei wird auch die Klosterkirche besichtigt. Gastfreundschaft ist ein Grundpfeiler benediktinischen Lebens. Die Gäste sollen bei uns Einkehr finden auf dem Weg durch ihr Leben. Sie sollen aufatmen können und zur Ruhe kommen, kann man auf der Homepage lesen.

*Mitveranstalter: OCV, Altenclub*

# Lebensgestaltung und Erziehung





### Eltern-Kind-Gruppen

In unseren Eltern-Kind-Gruppen treffen sich Eltern und Kleinkinder regelmäßig einmal in der Woche. Hier werden Freundschaften geknüpft, die Kinder machen erste Gruppen- und soziale Lernerfahrungen. Die Eltern unterstützen sich gegenseitig, tauschen Erfahrungen aus und lernen voneinander. Die Kinder erhalten in der Gruppe Gelegenheit, erste außerhäusliche Kontakte zu knüpfen, soziale Verhaltensweisen auszuprobieren, neue Erfahrungen zu sammeln und Freude am gemeinsamen Singen, Basteln und Spielen zu entwickeln. Die Gruppen werden von geschulten Eltern-Kind-Gruppen-Leiterinnen geleitet. Die Kontaktdaten der Leiterinnen erhalten Sie auf Anfrage in der KEB-Geschäftsstelle. Eine aktuelle Liste der Eltern-Kind-Gruppen finden Sie auch auf [www.keb-freyung.de](http://www.keb-freyung.de).

*Mitveranstalter: KDFB-Diözesanverband Passau*



**Datum/Uhrzeit**

jeden Donnerstag, 08.30 Uhr

**Leiterin**

Mathilde Resch-Karger

---

**Eppenschlag**

Grundschule

**Datum/Uhrzeit**

jeden Dienstag, 15.00 Uhr

**Leiterin**

Carola Dirick

---

**Freyung**

Kindergarten St. Josef

**Datum/Uhrzeit**

jeden Mittwoch, 09.30 Uhr

**Leiterin**

Nathalie Major

---

**Freyung**

Kurhaus

**Datum/Uhrzeit**

jeden Montag, 09.30 Uhr

**Leiterin**

Sandra Jungbauer

**Grafenau**

Pfarrheim

**Datum/Uhrzeit**

jeden Dienstag, 09.00 Uhr

**Leiterin**

Verena Weiß

**Datum/Uhrzeit**

14-tägig am Mittwoch, 15.00 Uhr

**Leiterin**

Michaela Liehmann-Stadler

---

**Haus im Wald**

Pfarrheim

**Datum/Uhrzeit**

jeden Dienstag, 09.00 Uhr

**Leiterin**

Kerstin Ecker

---

**Datum/Uhrzeit**

jeden Donnerstag, 15.00 Uhr

**Leiterin**

Martina Tewes

---

**Hinterschmiding**

Kindergarten

## **Innernzell**

Gemeindegebäude

### **Datum/Uhrzeit**

jeden Dienstag, 09.30 Uhr

### **Leiterin**

Stefanie Dembski

---

## **Neuschönau**

Kammerl im Rathaus

### **Datum/Uhrzeit**

jeden Dienstag, 08.30 Uhr

### **Leiterin**

Sabine Simmet

---

## **Neureichenau**

Kindergartendorf  
St. Leonhard

### **Datum/Uhrzeit**

jeden Mittwoch, 15.00 Uhr

### **Leiterin**

Stefanie Kandlbinder

### **Datum/Uhrzeit**

jeden Mittwoch, 15.00 Uhr

### **Leiterin**

Stefanie Kieninger

### **Datum/Uhrzeit**

jeden Donnerstag, 15.00 Uhr

### **Leiterin**

Anna-Maria Knaus

---

## **Perlesreut**

Haus der Kinder

### **Datum/Uhrzeit**

jeden Dienstag, 09.00 Uhr

### **Leiterin**

Sandra Pauli

### **Datum/Uhrzeit**

jeden Donnerstag, 08.30 Uhr

### **Leiterin**

Carina Niederl

---

## **Röhrnbach**

Pfarrheim

### **Datum/Uhrzeit**

jeden Mittwoch, 10.15 Uhr

### **Leiterin**

Maria Lorenz

**Datum/Uhrzeit**

jeden Donnerstag, 09.15 Uhr

**Leiterin**

Friederike Krauß

**Datum/Uhrzeit**

jeden Freitag, 09.30 Uhr

**Leiterinnen**

Johanna Schauburger

---

**Datum/Uhrzeit**

jeden Donnerstag, 15.30 Uhr

**Leiterin**

Gabriele Hörtreiter

---

**Datum/Uhrzeit**

jeden Dienstag, 09.00 Uhr

**Leiterin**

Susanne Haydn

---

**Datum/Uhrzeit**

jeden Dienstag, 09.30 Uhr

**Leiterin**

Katharina Zettl

**Datum/Uhrzeit**

jeden Mittwoch, 09.00 Uhr

**Leiterin**

Nicole Janka

---

**Datum/Uhrzeit**

jeden Dienstag, 09.15 Uhr

**Leiterin**

Martina Biebl

**Datum/Uhrzeit**

jeden Mittwoch, 09.15 Uhr

**Leiterin**

Kristina Eichinger

---

**Röhrnbach**

Pfarrheim

**Schönberg**

Pfarrheim

**Schönbrunn a.L.**

Pfarrheim

**Spiegelau**

Bildungszentrum  
Wohnheim

**St. Oswald**

Pfarrheim

**Thurmansbang**

Gemeinde

**Datum/Uhrzeit**

jeden Mittwoch, 09.30 Uhr

**Leiterin**

Claudia Röckl

---

**Waldkirchen**

Pfarrheim

**Datum/Uhrzeit**

jeden Mittwoch, 15.00

**Leiterin**

Simone Bischofer

**Datum/Uhrzeit**

jeden Donnerstag, 10.00 Uhr

**Leiterin**

Melanie Gottinger

---

**Zenting**

Pfarrheim

**Datum/Uhrzeit**

jeden Dienstag, 09.00

**Leiterinnen**

Barbara Ritzinger

---

## Baby- und Kleinkindersprechstunde

Die Baby- und Kleinkindersprechstunde ist monatlich eine Anlaufstelle für Eltern mit Babys und Kleinkindern in Freyung und Grafenau. Sie bietet Gelegenheit, Informationen rund ums Thema Baby und Kleinkind zu erhalten, sich mit Fragen an eine erfahrene Fachkraft wenden zu können und in entspannter Atmosphäre mit anderen Eltern ins Gespräch zu kommen. Verschiedene Fragen zu Ernährung, Schlafen, Tragen, Förderung, Hygiene, Sicherheit, Finanziellem, Gesundheit sowie Erziehung sind einige der Themen, für die die KoKi Freyung spezialisierte Fachkräfte gewinnen konnte. Für die Kinder gibt es pädagogisch wertvolle Spiele, mit denen sie sich beschäftigen, während die Eltern dem Vortrag lauschen sowie ins Gespräch kommen können.

Termin- und Themenübersicht:

Do, 14.03.2019, 09.30-11.30 Uhr:

Husten, Schnupfen, Infekte

Do, 11.04.2019, 09.30-11.30 Uhr:

Beikost – Breikost

Do, 09.05.2019, 09.30-11.30 Uhr:

Trotz – das widerspenstige Kind

Do, 13.06.2019, 09.30-11.30 Uhr:

Baby-Apps, Kindertablet und Co.

Do, 11.07.2019, 09.30-11.30 Uhr:

Kinder kosten Geld – finanzielle Leistungen für Familien

Do, 08.08.2019, 09.30-11.30 Uhr:

Schlaf, Kindlein, schlaf!

Themenänderungen werden auf der Homepage des Landkreises bekannt gegeben:  
[www.freyung-grafenau.de/familienbüro](http://www.freyung-grafenau.de/familienbüro)

Mitveranstalter: Informierte Eltern, KoKi, Bildungswerk Stadt Freyung

### Datum/Uhrzeit

jeden 2. Donnerstag im Monat (ausgenommen Feiertage)

09.30 bis 11.30 Uhr

### Ort

Freyung, Abteistr. 23 (KEB)

### Gebühr

kostenfrei

### Anmeldung

nicht erforderlich

**Datum/Uhrzeit**

4 x Samstag,  
10.00-12.00 Uhr  
ca. alle 4-6 Wochen

**Ort**

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

**Referentin**

Kinderkrankenschwester  
Agathe Pöschl-Stadler

**Gebühr**

5 Euro je Termin pro  
Teilnehmer oder Paar

**Anmeldung**

08552/5151

**BIEP-Elterntreff**

Das „Bindungsorientierte Elternprogramm“ bietet Unterstützung und Hilfestellung bei allen Fragestellungen rund um Schwangerschaft, Geburt und erstes Lebensjahr. Neben der Bedeutung einer sicheren Bindung für die weitere Entwicklung des Kindes sind die psychischen Seiten des Eltern-Seins, der feinfühlig Umgang mit dem Kind, die gemeinsame Beobachtung der Babys und ihr Verhalten Thema in den Gruppen. Ergänzt wird das Programm durch die Elternwerkstatt mit Fachvorträgen von externen Referenten zu Inhalten wie Notfälle bei Säuglingen und Kleinkindern, Ernährung und Ähnliches. Idealerweise beginnen Interessierte mit der Teilnahme bereits ab der Mitte der Schwangerschaft, aber auch für frisch gebackene Eltern stehen die Kurse offen. Da es sich um eine geschlossene Gruppe handelt, ist der Start nur nach vorheriger Anmeldung möglich. Die Teilnahme ist alleine oder mit Partner möglich.

Die Starttermine werden nach Anmeldung rechtzeitig bekannt gegeben, die Folgetermine werden in Absprache mit der Gruppe vereinbart.

*Mitveranstalter: Initiative Sonnenschein, Informierte Eltern, Bildungswerk Stadt Freyung*

## Lebensreise - Seminar

Bei diesem Seminar dürfen Sie innehalten und frageud auf Ihr Leben schauu:

Wo kumm ich her? Wo steh ich grad?  
Wo will ich hin?

Beim Schnuppernachmittag am 13. März bekommen Sie einen Eindruck davon, was mit Biografiearbeit gemeint ist und können sich dann für die weiteren 4 Module anmelden:

- Mein Name, mein Leben (20.03.2019)
- Meine Kindheit, meine Träume (27.03.2019)
- Meine Heimat, mein Glaube (03.04.2019)
- Mein Leben feiern (10.04.2019)

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Freyung*

## Säuglingspflegekurs

Hilfreiche Tipps zum Umgang mit dem Baby vom ersten Tag bis zum 1. Lebensjahr

Für einen guten Start ins Familienleben empfiehlt sich die Teilnahme an einem Säuglingspflegekurs. Dieser gibt hilfreiche Tipps zum Umgang mit dem Baby vom ersten Tag bis zum 1. Lebensjahr. Der Kurs findet an 2 aufeinanderfolgenden Donnerstagen statt. Die Teilnehmer werden mit folgenden Themen vertraut gemacht:

- Ausstattung
- Optimale Schlafumgebung
- zeitgemäÙe Säuglingspflege
- Handling
- Stillen / Ernährung
- Babypflege / Babybad
- Tragehilfen
- sowie nützliche Tipps rund ums Baby

*Mitveranstalter: Informierte Eltern, Bildungswerk Stadt Freyung*

## Datum/Uhrzeit

ab Mittwoch, 13.03.2019  
jeweils 14 bis 16 Uhr

## Ort

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

## Referentin

Andrea Parzefall,  
Trainerin für Biografiearbeit

## Gebühr

10 Euro Schnupperabend,  
50 Euro für das ganze Seminar

## Anmeldung

und Information unter  
08551/4581 (KEB) oder  
info@keb-freyung.de bis  
07.03.2019

## Datum/Uhrzeit

ab Donnerstag,  
21.03.2019  
ab Donnerstag,  
18.07.2019  
jeweils 18.00-19.30 Uhr

## Ort

Freyung

## Referentin

Agathe Pöschl-Stadler,  
Kinderkrankenschwester

## Gebühr

25 Euro für Einzelpersonen,  
30 Euro für Paare

## Anmeldung

08552/5151 oder  
poeschl-stadler@t-online.de

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 21.03.2019  
19.00 Uhr

**Ort**

Ringelai, Pfarrheim

**Referent**

Josef Nußer

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Anmeldung**

nicht erforderlich

## Schützen Sie Ihr Kind vor Drogen

### Vortrag mit Kriminalhauptkommissar a.D. Josef Nußer

Gemäß der Auffassung „Das Wissen über die Droge, ist eine Macht gegen die Droge“ wird Kriminalhauptkommissar a.D. Josef Nußer in seinem Vortrag insbesondere über die einzelnen gängigen Drogenarten und deren Wirkungsweisen aufklären.

Vor allem in Ostbayern, nahe an der Grenze zu Tschechien, wo Cristal Meth leicht zu besorgen ist, müssen wir durch Aufklärung und Prävention versuchen, unsere Kinder und Jugendlichen davon abzuhalten, in den Strudel der Abhängigkeit zu geraten. Wir müssen unsere Kinder stark machen, nein zu sagen zu Drogen.

*Mitveranstalter: PGR*



## Eine gute Kommunikation - Der Schlüssel zum persönlichen Glück

Eine gesunde Kommunikation ist der Grundpfeiler jeder Beziehung. Sie ist das Mittel um Botschaften, Wünsche, Erwartungen und Gefühle auszutauschen. In diesem Grundkurs erlernen Sie erfolgreiches Kommunizieren im beruflichen und privaten Bereich. Dies stärkt das Selbstvertrauen und fördert das selbstsichere Auftreten in unserem persönlichen Umfeld.

Die Ausbildungsgebühr beinhaltet ein ausführliches Skript und Verpflegung (Mittagessen, Kaffee, Tee, Gebäck).

Sie erhalten nach Abschluss des Kurses ein Zertifikat über die Ausbildung.

Inhalte:

- Einführung in die Kommunikation
- Formen der Kommunikation
- Empfangen und Senden von Nachrichten
- Aktives Zuhören
- Die Botschaft des Schweigens
- Nähe und Distanz in der Kommunikation

### **Datum/Uhrzeit**

Samstag, 18.05.2019  
9.00-17.00 Uhr

### **Ort**

Perlesreut,  
Naturheilpraxis Pinker

### **Referentin**

Manuela Pinker,  
Heilpraktikerin

### **Gebühr**

220 Euro

### **Anmeldung**

08555/4059095



# Gesundheit und Ernährung





## Yogakurse

Yoga ist eine aus Indien stammende Philosophie. Regelmäßiges Üben strebt den Einklang von Körper, Geist und Seele an.

Die Yogaübungen (Asanas), die in Verbindung mit einem bewussten Atem ausgeführt werden, kräftigen den Körper, machen ihn beweglicher und die Zellen werden auf diese Weise besser mit Sauerstoff versorgt. Atemübungen (Pranayama) und Meditationstechniken entspannen die Seele. Alle Yogakurse, die wir anbieten, sind bei der Zentralen Prüfstelle Prävention zertifiziert und werden von den Krankenkassen bezuschusst.

**Yogakurs für Geübte****Datum/Uhrzeit**

ab Mittwoch, 20.02.2019, 19.30 Uhr  
(je 10 Termine á 90 Min.)

**Referentin**

Ulla Molz

**Gebühr**

80 Euro

**Anmeldung**

08551/4581 (KEB)

---

**Freyung**

Abteistr. 23

**Hatha Yoga - Abendkurs****Datum/Uhrzeit**

ab Dienstag, 05.02.2019, 19.00 Uhr  
ab Mittwoch, 06.02.2019, 17.30 Uhr  
ab Freitag, 08.02.2019, 19.00 Uhr  
ab Montag, 11.03.2019, 19.00 Uhr  
(je 8 Termine á 90 Min.)

**Referentin**

Elisabeth Gell

**Gebühr**

80 Euro

**Anmeldung**

08551/4581 (KEB)

---

**Neureichenau**

Schimmelbach 33

**Yoga „Entspannung für den Rücken“****Datum/Uhrzeit**

ab Donnerstag, 21.02.2019, 18.00 Uhr und  
19.30 Uhr  
(je 10 Termine á 60 Min.)

**Referentin**

Ulla Molz

**Gebühr**

60 Euro

**Anmeldung**

08551/4581 (KEB)

**Spiegelau,**

Schule



## Gymnastikkurse

Schon die „alten Griechen“ kannten Gymnastik-Übungen und bis heute sind sie ein wichtiger Teil zur Stärkung und Pflege des eigenen Körpers. An verschiedensten Orten im ganzen Landkreis können sie sich wöchentlich mit Gleichgesinnten treffen, um Ihren Körper fit zu halten oder zu machen. Die Gymnastik geht dabei sehr pfleglich mit dem Körper um, weil sie eine allgemeine und gleichmäßige Ausbildung des Körpers als Ziel hat..

## **Ausgleichssport für Damen**

### **Datum/Uhrzeit**

jeden Montag, 20.00 Uhr

### **Referent**

Gert Schmelz

### **Gebühr**

20 Euro pro Halbjahr

---

## **Freyung**

Turnhalle Realschule

## **Gesund durch Gymnastik**

### **Datum/Uhrzeit**

jeden Montag, 19.00 Uhr

### **Referentin**

Monika Moritz

---

## **Herzogsreut**

Pfarrheim

## **Gesund durch Gymnastik**

### **Datum/Uhrzeit**

jeden Montag, 18.30 Uhr

### **Referentin**

Helga Wallisch

---

## **Hintereben**

Pfarrheim

## **Gesund durch Gymnastik**

### **Datum/Uhrzeit**

jeden Montag, 19.30 Uhr

### **Referentin**

Sieglinde Friedl

---

## **Hinterschmiding**

Turnhalle

## **Fit und flott – Damen- gymnastik**

### **Datum/Uhrzeit**

jeden Mittwoch, 19.30 Uhr

### **Referentin**

Elisabeth Fastner

---

## **Kumreut**

Schule

**Waldkirchen**  
Grundschule

**Präventionsgymnastik**

**Datum/Uhrzeit**

jeden Mittwoch, 19.00 Uhr  
(nicht in den Ferien)

**Referentin**

Lydia Saiko

**Anmeldung**

08581/3485

---

**Zenting**  
Schule

**Gesund durch Gymnastik**

**Datum/Uhrzeit**

jeden Dienstag, 20.00 Uhr

**Referentin**

Karola Feichtinger

---

**Ort**

Freyung, Abteistr. 23

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 28.02.2019  
Donnerstag, 28.03.2019  
Donnerstag, 23.05.2019  
Donnerstag, 27.06.2019

**Ort**

Röhrnbach, Pfarrheim

**Datum/Uhrzeit**

Mittwoch, 27.02.2019  
Mittwoch, 27.03.2019  
Mittwoch, 29.05.2019

jeweils 19.30 Uhr

**Referentin**

Monika Gutmiedl

**Gebühr**

5 Euro pro Abend

**Freier Tanzkreis**

Bei diesen monatlichen Tanzabenden können Sie aus Ihrem Alltag aussteigen, Energie auftanken und sich in einer kleinen Tanzgruppe Gleichgesinnter wohlfühlen und sich mit einfachen Kreistänzen aus unterschiedlichen Ländern und Kulturen miteinander auf die Reise machen. Im Gehen und Kreisen, im Schwingen und Drehen findet man so Entspannung, Ruhe, Geborgenheit und inneren Frieden. Die Gemeinschaft gibt Halt und Sicherheit, in der Bewegung zur Musik findet man sich selbst. Für die Treffen sind keinerlei Vorkenntnisse und keine Anmeldung erforderlich. Alle Tanzbegeisterten sind jederzeit herzlich willkommen.



## Freies Tanzen und Entspannung

Nimm Dir Zeit für Dich: erlebe die Kraft des Tanzes und die Freude an der Bewegung! - Spür Dich selber und Deine Lebendigkeit durch lustvolle Bewegung und Körperwahrnehmung! - Mach Dich auf zu einer Reise in Dein Inneres und finde Entspannung und Ruhe! Wir treffen uns wöchentlich, um durch Tanz und Meditation mehr Gelassenheit und Lebensfreude für unseren Alltag zu tanken.

*Mitveranstalter: KDFB, Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

## Pilates-Kurs

Die 1883 von Joseph Hubert Pilates entwickelte sanfte, aber wirkungsvolle Trainingsmethode für Körper und Geist ist ein systematisches Körpertraining. Dabei werden einzelne Muskeln oder Muskelpartien gezielt aktiviert, entspannt oder gedehnt. Wer Pilates trainiert, ändert bald seine Bewegungs- und Haltungsgewohnheiten und nimmt so das Training mit in den Alltag.

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Freyung*

### Datum/Uhrzeit

jeden Donnerstag,  
17.00-19.00 Uhr

### Ort

Waldkirchen, Pfarrsaal

### Referentin

Marianne  
Ascher-Altenstrasser

### Gebühr

5 Euro pro Termin

### Anmeldung

08581/2662

### Datum/Uhrzeit

jeden Dienstag,  
18.15 – 19.15 Uhr

### Ort

Freyung, Abteistr. 23

### Referentin

Susanne Eberl

### Gebühr

40 Euro für 8 Einheiten

### Anmeldung

0160/8060710 oder  
08558/9740409

**Datum/Uhrzeit**

jeden Montag,  
19.00-20.00 Uhr  
(wöchentlich, nicht in den  
Ferien)

**Ort**

Waldkirchen,  
Eingangshalle JGG

**Referentin**

Heidrun Hohenwarter

**Gebühr**

5 Euro je Termin

**Anmeldung**

nicht erforderlich

**Datum/Uhrzeit**

jeden Mittwoch,  
19.00 – 19:45 Uhr

**Ort**

Waldkirchen,  
Eingangshalle JGG

**Referentin**

Qigong-Lehrerin  
Heidrun Hohenwarter

**Gebühr**

5 Euro je Termin

**Anmeldung**

nicht erforderlich

## Übung von Qigong 18 Bewegungen Teil I

Qigong ist eine uralte traditionelle Kunst, die in China zur Erhaltung der Gesundheit und zur Selbstheilung eingesetzt wird.

Einfache, fließende, harmonische Bewegungen bringen die Lebensenergie in Fluss und können, regelmäßig geübt, sowohl die äußere Körperhaltung wie auch die innere geistige und seelische Haltung verändern. Belastbarkeit und Leistungsfähigkeit können gesteigert werden. Bei schönem Wetter wird im Freien geübt.

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

## Übung von Qigong – unterschiedliche, den Jahreszeiten angepasste Übungsreihen

Qigong ist eine uralte traditionelle Kunst, die in China zur Erhaltung der Gesundheit und zur Selbstheilung eingesetzt wird.

Einfache, fließende, harmonische Bewegungen bringen die Lebensenergie in Fluss und können, regelmäßig geübt, sowohl die äußere Körperhaltung wie auch die innere geistige und seelische Haltung verändern. Belastbarkeit und Leistungsfähigkeit können gesteigert werden. Bei schönem Wetter wird im Freien geübt.

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

## Übung der TaijiQuan 24er Pekingform

Die TaijiQuan-Pekingform ist eine von verschiedenen Meistern entwickelte Kurzform des Taiji, bestehend aus 24 Bildern. Im Unterschied zu Qigong-Übungsreihen gehen die Bewegungen fließend ineinander über, ähnlich wie bei einem Tanz.

Bei schönem Wetter wird im Freien geübt.

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

## Qigong 18 Bewegungen

Qigong wird in der TCM (traditionelle chinesische Medizin) als Heilmethode eingesetzt. Die sanften elastischen Bewegungen des Qigong stärken das Immunsystem, fördern Konzentration und Koordination, regen den Stoffwechsel an, fördern Ruhe und Entspannung, stärken auf sanfte Weise Muskeln und erweitern die Beweglichkeit.

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

### Datum/Uhrzeit

jeden Mittwoch,  
19.45-20.30 Uhr  
(wöchentlich, außer in  
den Ferien)

### Ort

Waldkirchen,  
Eingangshalle JGG

### Referentin

Heidrun Hohenwarter

### Gebühr

5 Euro je Termin

### Anmeldung

nicht erforderlich

### Datum/Uhrzeit

jeden Dienstag, 18.30 Uhr  
(nicht in den Ferien)

### Ort

Waldkirchen, Gymnastik-  
raum Grundschule

### Referentin

Ulla Schiffler

### Anmeldung

nicht erforderlich

## **Datum/Uhrzeit**

jeden 1.&3. Donnerstag  
im Monat, 10.30 Uhr  
(NICHT in den Ferien)

## **Ort**

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

## **Referentinnen**

Karin Wohlstreicher

## **Anmeldung**

0171/1127489

## **Datum/Uhrzeit**

Montag, 04.02.2019  
Montag, 01.04.2019  
Montag, 03.06.2019  
Montag, 05.08.2019  
jeweils 19.00 Uhr

## **Ort**

Freyung, Krankenhaus  
- Veranstaltungsraum  
Station I im zweiten Stock

## **Gebühr**

kostenlos

## **Anmeldung**

nicht erforderlich

## **Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 05.02.2019  
19.30 Uhr

## **Ort**

Freyung, Krankenhaus

## **Referent**

Dr. med. Franz Maximilian  
Zwiebel

## **Stillberatung & Stilltreff**

Sie haben Probleme mit Stillen, wunden Brustwarzen, Milchstau, Nahrungsumstellung (Beikost)? Diesen Fragen wollen wir uns bei den Treffen widmen, es soll aber auch Zeit für den gegenseitigen Austausch bleiben. Es sind auch Flaschenkinder und ihre Mütter willkommen.

*Mitveranstalter: Informierte Eltern, Bildungswerk Stadt Freyung*

## **Informationsabend für werdende Eltern**

An diesem Abend stellen eine Hebamme, ein Belegarzt, ein Kinderarzt und ein Anästhesist unser erfahrenes geburtshilfliches Team vor. Dabei haben Sie die Möglichkeit, Ihre Fragen zu stellen. Im Anschluss folgt die Besichtigung der Kreißsäle und der Wochenbettstation.

*Mitveranstalter: Informierte Eltern, Bildungswerk Stadt Freyung*

## **Welches Antidiabetikum ist für mich geeignet?**

Unterschiedliche Behandlungsmethoden. Welche Therapie für wen?

Vortrag mit Dr. med. Maximilian Zwiebel

*Mitveranstalter: Diabetiker-Selbsthilfegruppe Freyung-Grafenau, Bildungswerk Stadt Freyung*

## Kurs „Wassergymnastik für Schwangere“

Wassergymnastik kann die Geburtsvorbereitung sinnvoll ergänzen: Im warmen Wasser lockert sich die Muskulatur, Gelenke und Bandscheiben werden entlastet, Rückenschmerzen lassen schnell nach. Die Durchblutung wird unterstützt und der Kreislauf angeregt. Die Gebärmutter wird ebenso wie der Beckenboden weicher. Dadurch bekommt das Baby mehr Raum. Und das alles ohne große Anstrengung. Auch Verkrampfungen im Nacken und über die Schulterpartien sind nicht mehr zu spüren.

*Mitveranstalter: Informierte Eltern, Bildungswerk Stadt Freyung*

## Kurs „Rückbildungsgymnastik im Wasser“

Nach der Entbindung gilt es, die Reserven des Körpers wieder zu mobilisieren und die Muskeln wieder aufzubauen. Die Rückbildungsgymnastik trainiert die durch Schwangerschaft und Geburt besonders belasteten Muskelgruppen des Beckenbodens, des Bauches und des Rückens. Nehmen Sie teil an einem solchen Kurs, um schwangerschaftsbedingte „Problemzonen“ zu bearbeiten. Die Kursgebühr wird von den Krankenkassen übernommen.

*Mitveranstalter: Informierte Eltern, Bildungswerk Stadt Freyung*

### Datum/Uhrzeit

ab Mittwoch, 20.02.2019  
ab Mittwoch, 27.03.2019  
ab Mittwoch, 08.05.2019  
ab Mittwoch, 26.06.2019  
jeweils 17.30 - 18.30 Uhr  
(5 Termine á 60 Min.)

### Ort

Freyung, Klinik Bavaria -  
Bewegungsbad

### Referentin

Hebamme Johanna Kopp

### Gebühr

wird von den Krankenkassen übernommen,  
40 Euro für Selbstzahler

### Anmeldung

08558/770

### Datum/Uhrzeit

ab Mittwoch, 20.02.2019  
ab Mittwoch, 27.03.2019  
ab Mittwoch, 08.05.2019  
ab Mittwoch, 26.06.2019  
jeweils 19.00 - 20.00 Uhr  
(5 Termine á 60 Min.)

### Ort

Freyung, Klinik Bavaria -  
Bewegungsbad

### Referentin

Hebamme Johanna Kopp

### Gebühr

wird von den Krankenkassen übernommen,  
40 Euro für Selbstzahler

### Anmeldung

08558/770

## **Datum/Uhrzeit**

ab Donnerstag,  
21.02.2019  
jeweils 8.30 Uhr - 10 Uhr  
(10 Termine á 90 Min.)

## **Ort**

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

## **Referentin**

Christa Mayer-Röhrs

## **Gebühr**

80 Euro

## **Anmeldung**

08551/4581 (KEB)  
(Rückfragen b. d.  
Kursleiterin 08555/4232)

## **Datum/Uhrzeit**

ab Dienstag, 26.02.2019  
ab Dienstag, 30.04.2019  
ab Dienstag, 18.06.2019  
jeweils 16.30 Uhr - 18 Uhr  
(7 Termine á 90 Min.)

## **Ort**

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

## **Referentinnen**

Hebammenteam Freyung

## **Gebühr**

10 Euro Verwaltungspau-  
schale, Kursgebühr wird  
von den Krankenkassen  
übernommen

## **Anmeldung**

unbedingt erforderlich  
unter 08551/9771280  
(Kreißaal)

## **Qigong-Kurs für Anfänger und Geübte**

Geübt werden sanfte Bewegungen in Ruhe, die erstaunlich viel Energie freisetzen und helfen, den Körper elastisch, beweglich und gesund zu erhalten, bzw. neue Impulse für Heilung hervor zu bringen durch den Ausgleich der Kräfte im Körper.

Als eine der fünf Säulen der Traditionellen Chinesischen Medizin führt das regelmäßige Üben unter anderem zu einer verbesserten Körperhaltung und -wahrnehmung, Anhebung der Lebenskraft und -freude. Außerdem wird dieser schon von alters her bekannten Übungsmethode nachgesagt, dass aus ihr auch Schönheit, langes Leben und Wohlstand erwachsen.

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Freyung*

## **Kurs „Geburtsvorbereitung“**

Seit 2017 gibt es wieder einen Geburtsvorbereitungskurs in Freyung. Dieser findet immer dienstags von 16.30 bis 18.00 Uhr statt und erstreckt sich über 7 Termine á 90 Min. (inkl. 1 Partnerabend). Bitte Iso-Matte und Kissen mitbringen!

*Mitveranstalter: Informierte Eltern, Bildungswerk Stadt Freyung*

## Qi Gong für Einsteiger

QiGong wird in der TCM (traditionelle chinesische Medizin) als Heilmethode eingesetzt.

Die sanften elastischen Bewegungen des QiGong:

- stärken das Immunsystem
- fördern Konzentration und Koordination
- regen den Stoffwechsel an
- fördern Ruhe und Entspannung
- stärken auf sanfte Weise Muskeln
- erweitern die Beweglichkeit

Bitte bequeme Kleidung und warme rutschfeste Socken mitbringen!

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Waldkirchen, KDFB*

## Jetzt ist´s Zeit für Beikost

### Vortrag

Das Baby ist da - und mit ihm viele Fragen zur Ernährung. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt zwischen dem 5. und 7. Monat als ersten Brei einen Gemüse-Kartoffel-Brei einzuführen. Monat für Monat kommen weitere Breie dazu. Sie erhalten Informationen zum „Beikost-Schema“, wie Sie Breie selbst herstellen können und zur Auswahl von Fertigprodukten. Ein Ausblick auf den Übergang zum Familienessen wird gegeben.

Referent: Matthias Hoffmeister, Apotheker mit Zusatzausbildung in der Ernährungsberatung

*Mitveranstalter: AELF Regen*

### Datum/Uhrzeit

ab Dienstag, 26.02.2019  
jeweils 19.30-20.30 Uhr  
(8 Termine á 60 Min.)

### Ort

Waldkirchen, Gymnastikraum der Grundschule

### Referentin

Ulla Schiffler

### Gebühr

64 Euro

### Anmeldung

08581/8328

### Datum/Uhrzeit

Mittwoch, 27.02.2019  
19.00-20.30 Uhr

### Ort

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

### Referent

Apotheker Matthias Hoffmeister

### Gebühr

kostenlos

### Anmeldung

[www.weiterbildung.bayern.de](http://www.weiterbildung.bayern.de) (bis 1 Woche vorher)

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 05.03.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

Freyung, Krankenhaus

**Referent**

Antje Stuth

**Datum/Uhrzeit**

ab Mittwoch, 06.03.2019  
ab Mittwoch, 08.05.2019  
ab Mittwoch, 10.07.2019  
jeweils 8.45 -10.15 Uhr

(7 Termine á 90 Min.)

**Ort**

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

**Referent**

Lydia Graf

**Gebühr**

wird von der Krankenkasse übernommen

**Anmeldung**

08581/920490  
(Lydia Graf)

**Das Langzeit rtCGM Eversense**

Kontinuierliche Blutzuckerbestimmung im Gewebe

Funktionsweise und Besonderheiten

*Mitveranstalter: Diabetiker-Selbsthilfegruppe  
Freyung-Grafenau, Bildungswerk Stadt Freyung*

**Rückbildungskurs**

**„Endlich wieder bauchfrei“**

Der Rückbildungskurs „Endlich wieder bauchfrei“ unter der Leitung von Hebamme Lydia Graf erstreckt sich über 7 Termine á 90 Min. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen.

Weitere Termine auf Anfrage.

*Mitveranstalter: Informierte Eltern, Bildungswerk  
Stadt Freyung*



## Wie gewöhne ich meinen Säugling an die Bewegung im Wasser?

### Kurs für Eltern mit Kindern zwischen 4.-12. Lebensmonat

Zwischen dem 4. und 12. Lebensmonat können Babys gut ans Wasser gewöhnt werden. Das Wasser stimuliert das Baby, vermittelt neue Erfahrungen und hat positive Auswirkungen auf die Atmung. Alle Bewegungsabläufe sind im Wasser leichter zu vollziehen als außerhalb. Außerdem stärkt der enge körperliche Kontakt die Verbindung zwischen Eltern und Baby.

*Mitveranstalter: Informierte Eltern, Bildungswerk Stadt Freyung*

#### Datum/Uhrzeit

ab Montag, 11.03.2019  
ab Montag, 29.04.2019  
ab Montag, 15.07.2019  
jeweils 16.00 und 17.00 Uhr

(8 Termine á 45 Min.)

#### Ort

Freyung, Bäderabteilung  
im Kreiskrankenhaus

#### Referentin

Kinderkrankenschwester  
Hannelore Berger

#### Gebühr

65 Euro

#### Anmeldung

08583/425  
(16.00 -18.00 Uhr)  
FRGBerger@web.de

## Heilfasten im Frühjahr

Fasten im Frühjahr wirkt der Frühjahrsmüdigkeit entgegen, unterstützt Entgiftungsprozesse im Körper und verhilft ihm nach dem Winter wieder zu neuen Kräften. Heilfasten ist der freiwillige und bewusste Verzicht auf Ernährung, dadurch können unser Körper und unser Geist Altlasten loswerden und sich wieder regenerieren.

Programm:

Einführungsabend: Gemeinsame Einführung in die Fastenzeit und Besprechung des Verlaufes.

Einzelelement: Entschlackungsbehandlung in Form einer Honig- oder Breussmassage: ½ Stunde

Gruppentreffen: sanfte Körperübungen, Meditationen und verschiedene Themen zum Fasten und Gesundheit

#### Datum/Uhrzeit

ab Dienstag, 12.03.2019  
18.30 Uhr  
(5 Treffen)

#### Ort

Perlesreut,  
Naturheilpraxis Pinker

#### Referentin

Heilpraktikerin  
Manuela Pinker

#### Gebühr

80 Euro

#### Anmeldung

08555/4059095

**Datum/Uhrzeit**

ab Dienstag, 12.03.2019  
19.00 Uhr – 21.00 Uhr

**Ort**

Mauth, Pfarrsaal

**Referentin**

Manuela Wölfel

**Gebühr**

100 Euro

**Anmeldung**

08557/920177

**Datum/Uhrzeit**

ab Montag, 25.03.2019  
10.00 oder 11.00 Uhr  
(10 Termine á 60 Min.)

**Ort**

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

**Referentin**

Irene Nürnberger

**Gebühr**

60 Euro

**Anmeldung**

08551/4581

## Homöopathische Mittel und ihre Anwendung für den Laien

Inhalte:

Grundlagen der Homöopathie, Umgang mit den Potenzen, Anwendungen für den Laien und ihre Grenzen, Besprechung verschiedener Arzneimittelbilder

Die Teilnehmer erhalten ein Skript zum Nachschlagen für zu Hause.

Der Kurs erstreckt sich über 5 Termine und findet am 12.03., 19.03., 26.03., 09.04., und 16.04.2019 jeweils ab 19.00 Uhr statt.

## Kurs: Feldenkrais Schmerzvermeidung durch einfache Bewegungen

Die Feldenkrais-Methode ist ein körperorientiertes, pädagogisches Verfahren, welches nach seinem Begründer Moshé Feldenkrais benannt ist. Feldenkrais lehrte, dass sich durch die Schulung der Selbstwahrnehmung grundlegende menschliche Funktionen verbessern, Schmerzen reduzieren lassen und dies allgemein zu als leichter und angenehmer empfundenen Bewegungen führt.

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Freyung*

## Fitness mit Baby

Fitnessübungen für Mamas MIT KIND im Alter von 3 Monaten bis 3 Jahren

Der Kurs erstreckt sich über 8 Termine á 60 Min. und wird von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst (Präventionskurs nach §20).

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 12 Mamas mit Baby(s).

Bei schönem Wetter sind wir mit dem Kinderwagen in Erlauzwiesel am See unterwegs. Ansonsten finden die Termine im IGZ in Waldkirchen statt.

Weitere Termine/Orte auf Anfrage!

*Mitveranstalter: Informierte Eltern, Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

## Wie beuge ich vor, damit Diabetes nicht an die Nieren geht?

Was kann ich tun, wenn doch?

Vortrag mit Dr. med. Hans Kumor, Nephrologe in Freyung

*Mitveranstalter: Diabetiker-Selbsthilfegruppe Freyung-Grafenau, Bildungswerk Stadt Freyung*

### Datum/Uhrzeit

ab Montag, 25.03.2019  
ab Donnerstag, 28.03.2019  
ab Montag, 03.06.2019  
ab Donnerstag, 06.06.2019  
jeweils 10.00 – 11.00 Uhr  
(8 Termine á 60 Min.)

### Ort

Waldkirchen, IGZ

### Referent

Robert Knödseder

### Gebühr

99 Euro

### Anmeldung

unbedingt erforderlich  
unter 08581/9863836  
oder 0151/51437501

### Datum/Uhrzeit

Dienstag, 02.04.2019  
19.30 Uhr

### Ort

Freyung, Krankenhaus

### Referent

Dr. med. Hans Kumor

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 27.04.2019  
10.00-13.00 Uhr

**Ort**

Hohenau, Heilpflanzen-  
schule Millefolia

**Referentin**

Dipl.-Biol./Heilpraktikerin  
Ellen Huber

**Gebühr**

16 Euro

**Anmeldung**

bis 20.04.2019 unter  
08558/6989222 oder  
info@heilpflanzen-  
millefolia.de

**Datum/Uhrzeit**

ab Dienstag, 30.04.2019  
ab Dienstag, 02.07.2019  
jeweils 9.30 - 11.00 Uhr

(5 Termine á 90 Min.)

**Ort**

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

**Referentin**

Kinderkrankenschwester  
Hannelore Berger

**Gebühr**

65 Euro

**Anmeldung**

08583/425  
(16.00 - 18.00 Uhr)  
FRGBerger@web.de

## Heilpflanzen für die Frühjahrskur Kräuterwanderung

Auf dieser Kräuterwanderung lernen Sie zahlreiche Heilpflanzen kennen, die für eine entschlackende und entgiftende Frühjahrskur geeignet sind. Sie erweitern Ihre Pflanzenkenntnisse und erfahren, wie Sie Heil- und Wildpflanzen selbst sammeln und nutzen können. Auch auf Konservierungsmethoden wird eingegangen. Die Verwendung als Tees, Tinkturen, wie auch als Wildgemüse und gesunde Grüngetränke wird ausführlich besprochen. Zudem gibt es Rezepttipps, wie Sie Wildgemüse schmackhaft in der Küche einsetzen können.

## Baby-Massage

In diesem Kurs üben Sie Ganzkörpermassage für Ihr Baby ein. Sie erlernen Massagetechniken gegen Blähungen und Koliken. Außerdem beschäftigen Sie sich damit, wie Ihr Kind mit Ihnen kommuniziert und wie Sie den Bindungsprozess stärken können. Sie erlernen Entspannungstechniken für sich und Ihr Baby, die sicher in vielen Situationen des Lebens sehr hilfreich sein können.

*Mitveranstalter: Informierte Eltern, Bildungswerk  
Stadt Freyung*

## Abnehmkurs: Gesundes Abnehmen ohne Jojo-Effekt

In den Kursen soll den TeilnehmerInnen eine gesunde Lebensweise näher gebracht werden, d.h. mindestens jeden Tag ca. 30 Min. körperliche Bewegung an frischer Luft, viel Wasser trinken, gesunde Ernährung ohne zu hungern, Fett verbrennen und gesundes Muskelgewebe aufbauen.

Bei den wöchentlichen Treffen werden Ernährungsthemen besprochen sowie das Gewicht bestimmt. Individuelle Betreuung und Bioimpedanz-Messung (Messung des Muskelanteils, Wasserhaushalts, Kaloriengrundumsatz, ...)

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Freyung*

## Gesunde Ernährung - wie schaut sie aus?

Fette und Öle - Fett absolut und Fett i.d.Tr. - was bedeutet das?

*Mitveranstalter: Diabetiker-Selbsthilfegruppe Freyung-Grafenau, Bildungswerk Stadt Freyung*

## Seminar „Schüssler Salze“

mit Heilpraktikerin Manuela Wölfel

Die Mineralstoffe nach Dr. Schüssler sind ideal für die Gesundheitsprophylaxe und die Unterstützung der Gesundheit. Das Seminar richtet sich an alle, die mehr über die Wirkungsweise, die Wirkungsorte und die Anwendung über Biochemie erfahren wollen!

Die Teilnehmer erhalten ein Skript zum Nachschlagen für zu Hause.

Der Kurs erstreckt sich über 3 Termine und findet am 07.05., 14.05. und 21.05.2019 jeweils ab 19.00 Uhr statt.

### Datum/Uhrzeit

ab Dienstag, 07.05.2019  
jeweils 19.00-20.00 Uhr

(10 Termine á 60 Min.)

### Ort

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

### Referentin

Hildegard Otteneder

### Gebühr

99 Euro

### Anmeldung

0160/98356437 oder  
08551/914078

### Datum/Uhrzeit

Dienstag, 07.05.2019  
19.30 Uhr

### Ort

Freyung, Krankenhaus

### Referentin

Diätassistentin Carola  
Hobelsberger

### Datum/Uhrzeit

ab Dienstag, 07.05.2019  
jeweils 19.00 - 21.00 Uhr  
(3 Termine á 120 Min.)

### Ort

Mauth, Pfarrsaal

### Referentin

Manuela Wölfel

### Gebühr

60 Euro

### Anmeldung

08557/920177

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 23.05.2019  
19.00-21.00 Uhr

**Ort**

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

**Referentin**

Dipl.-Biol./Heilpraktikerin  
Ellen Huber

**Gebühr**

12 Euro

**Anmeldung**

08551/4581 (KEB) bis  
17.05.2019

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 04.06.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

Freyung, Krankenhaus

**Referent**

Chefarzt Dr. Lothar  
Lederer

## Heilkraft aus der Baumapotheke

### Vortrag

Ein virtueller Streifzug durch heimische Wälder und Fluren zeigt wertvolle Heilmittel aus der Baumheilkunde. Bäume verfügen über eine Vielzahl an heilkräftigen Inhaltsstoffen in Harzen, Rinden, Blättern und Wurzeln. Diese spielen nicht nur in der Heilpflanzenkunde, sondern auch in der Aromatherapie mit ätherischen Ölen eine wichtige Rolle. Zu diesen heilkundlichen Anwendungsbereichen werden die wichtigsten einheimischen Bäume vorgestellt. Begleitend fließen mythologische Geschichten mit ein, die Bezug nehmen auf die jahrtausendealte Verehrung der Pflanzenriesen. Zudem wird auf die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse zur Vernetzung der Lebensgemeinschaften eingegangen.

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Freyung*

## Unterzucker bis der Notarzt kommt

Vortrag mit Dr. med. Lothar Lederer,  
Grafenau

*Mitveranstalter: Diabetiker-Selbsthilfegruppe  
Freyung-Grafenau, Bildungswerk Stadt Freyung*

## **Knochen stärken - gewusst wie!**

Nachdem bereits im Jahr 2018 zum Thema Ernährung ein Seminarnachmittag durchgeführt wurde, steht nun der Bereich Bewegung auf dem Plan. Der Bewegungsparcours bietet unter fachkundiger Anleitung eine gute Möglichkeit, das Training unter Inanspruchnahme von Geräten durchzuführen.

Im Anschluss daran Treffen im Gasthaus Fisch.

*Mitveranstalter: OCV, Altenclub, AELF Regen*

## **Diabetes und Auge**

Welche Veränderungen gibt es?

Möglichkeiten der Vorbeugung u. Behandlung

Vortrag mit Savva Kolona,  
FEBO Fachärztin für Augenheilkunde und  
Akupunktur

*Mitveranstalter: Diabetiker-Selbsthilfegruppe  
Freyung-Grafenau, Bildungswerk Stadt Freyung*

### **Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 18.07.2019  
13.30 Uhr

### **Ort**

Schönbrunn a. L.,  
Treffpunkt bei der Kneip-  
panlage

### **Referent**

Robert Knödlseder,  
B.A. Fitnessökonom

### **Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 06.08.2019  
19.30 Uhr

### **Ort**

Freyung, Krankenhaus

### **Referentin**

Fachärztin für  
Augenheilkunde  
Savva Kolona





# Kreatives und Kultur



## **Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 21.02.2019  
Donnerstag, 21.03.2019  
Donnerstag, 18.04.2019  
Donnerstag, 23.05.2019  
Donnerstag, 13.06.2019  
jeweils 19.00 Uhr

## **Ort**

Freyung, BuchCafe Lang

## **Referenten**

Oberstudiendirektor  
Christian Zitzl  
Studiendirektor a.D.  
Gerhard Ruhland

## **Gebühr**

2 Euro je Zusammenkunft

## **Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 21.02.2019  
Donnerstag, 28.03.2019  
Donnerstag, 25.04.2019  
Donnerstag, 23.05.2019  
Donnerstag, 27.06.2019  
Donnerstag, 25.07.2019  
jeweils 19.30 Uhr

## **Ort**

Waldkirchen, Gymnasium

## **Referent**

Studiendirektor  
Dr. Claus Kappl

## **Gebühr**

2 Euro pro Treffen

## **Literarische Runde**

Einfach nur alleine zu Hause ein Buch lesen, reicht Ihnen nicht? Lieber verschiedene Werke aus verschiedenen Epochen und verschiedenster Autoren erst lesen, dann sich mit anderen austauschen? – Dann sind Sie bei der „Literarischen Runde“ genau richtig. Monatlich treffen wir uns zu einem zwanglosen und sicher spannenden Austausch über verschiedenste Literatur.

*Mitveranstalter: Kulturkreis, Bildungswerk Stadt Freyung*

## **Literarisches Café**

Wie bei der „Literarischen Runde“ in Freyung soll auch im „Literarischen Cafe“ in Waldkirchen Raum und Möglichkeit sein, zuvor gelesene Bücher gemeinsam zu besprechen.

*Mitveranstalter: Kulturkreis Freyung-Grafenau, Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

## Neue Geschichten vom Weihrazen

### Vortrag mit Kreisheimatpfleger Karl-Heinz Reimeier

„Genau a so is` gwen!“ - „De Gschicht is wirkle woah!“ So oder ähnlich enden die meisten der Geschichten, welche den Gewährsleuten entweder durch Erzählungen bekannt sind oder die sie vielleicht sogar selbst erlebt haben. Nur - und das ist das Rätselhafte an diesen „Weihrazgeschichten“, eine schlüssige Erklärung hat noch keiner gefunden.

*Mitveranstalter: Altenclub*

## Altes Handwerk neu entdeckt: Einführung in die Kunst des Töpferns

Machen Sie in diesem Kurs über 4 Abende erste oder erneuerte Erfahrungen im Umgang mit dem Werkstoff Ton. Sie können erste keramische Objekte herstellen. Diese können als schöne selbst gefertigte Geschenke für Geburtstage oder andere Jubiläen dienen oder als Dekoration für die beginnende Gartensaison. Der Kurs erstreckt sich über 4 Abende und wird am 19.02., 26.02. und 19.03. (Glasieren) fortgesetzt.

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Freyung*

## Faschingsbräuche

Darstellungen und Erläuterungen durch den Kreisheimatpfleger Karl-Heinz Reimeier

Mitwirkende:

Heimatsänger Jakob Hobelsberger und Max Schuster, Musiker Hans Seidl

Masken (vor allem aus der früheren Zeit) sind erwünscht.

*Mitveranstalter: OCV, Altenclub*

### Datum/Uhrzeit

Mittwoch, 06.02.2019  
14.00 Uhr

### Ort

Hinterschmiding,  
Sepp-Stadler-Haus

### Referent

Karl-Heinz Reimeier

### Datum/Uhrzeit

ab Dienstag, 12.02.2019  
jeweils 18.00-21.00 Uhr  
(4 Termine)

### Ort

Freyung, bei Fam. Gawlik  
in Speltenbach 13

### Referentin

Anita Springer

### Gebühr

40 Euro zzgl. Materialkosten

### Anmeldung

08551/4581

### Datum/Uhrzeit

Donnerstag, 21.02.2019  
13.30 Uhr

### Ort

Schönbrunn a. L.,  
Pfarrsaal

### Referent

Karl-Heinz Reimeier

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 23.03.2019

**Reiseleitung**

Heinrich Vierlinger

**Gebühr**

32 Euro

**Anmeldung**

08551/3528742 oder  
info@kulturkreis-freyung.  
de

**36. Kulturkreis-Einkehr:  
„Zeugnisse römischer Geschichte  
in Niederbayern“**

Tagesfahrt zum Museum Quintana nach  
Künzing und zum Römermuseum Kastell  
Boiotro nach Passau

Programm:

08.30 Uhr Abfahrt Schönberg, Oberer Markt-  
platz

08.45 Uhr Abfahrt Grafenau, Busbahnhof

09.00 Uhr Abfahrt Freyung, Brücke

09.10 Uhr Abfahrt Freyung, Busbahnhof

09.30 Uhr Abfahrt Waldkirchen, Busbahnhof

10.00 Uhr Führung im Museum Quintana in  
Künzing

12.00 Uhr Mittagessen im „Mühlhammer  
Keller“ in Osterhofen

13.30 Uhr Weiterfahrt nach Passau

14.30 Uhr Führung im Museum Boiotro in  
Passau

anschl. Zeit zur freien Verfügung

17.30 Uhr Rückfahrt nach Schönberg über  
Waldkirchen-Freyung-Grafenau

Museumsführer: Werner Friedenberger  
(stellvert. Chefredakteur beim Passauer  
Bistumsblatt) und Jakob Wunsch (Mythen-  
forscher)

*Mitveranstalter: Kulturkreis*

## Am Ende ist Licht

Gedanken zur Passion in Wort und Bild mit  
Kunstmaler Rudi Ranzinger

Gesangliche und musikalische Umrahmung  
durch den Kirchenchor Schönbrunn am Lu-  
sen unter der Leitung von Frau Silvia Pichler

*Mitveranstalter: OCV, Altenclub, PGR, Kirchen-  
verwaltung, Bayerischer Waldverein Sektion  
Hohenau-Schönbrunn*

### Datum/Uhrzeit

Samstag, 23.03.2019  
14.00 Uhr

### Ort

Schönbrunn a. L.,  
Pfarrkirche

### Referent

Rudolf Ranzinger

### Gebühr

Eintritt frei, Spenden zu  
Gunsten der Renovierung  
der Kirche erwünscht

## Seminar „Auf den Spuren unserer Ahnen ... bundesweit und grenz- übergreifend“ - für Einsteiger und Fortgeschrittene

Es sind alle Interessierten eingeladen, die  
gerne ihre eigenen Wurzeln entdecken  
möchten. Auf diesem Weg erkunden die  
Teilnehmer die Geschichte der angestamm-  
ten Familie und Herkunft. Nicht selten ent-  
deckt man auf dieser Reise in die Vergan-  
genheit großartige Überraschungen. Es ist  
eine erhabene Zielsetzung, sich in die Ah-  
nen- und Familiengeschichte hineinzu-  
denken, diese aufzuschreiben und einen  
Stammbaum zu erstellen. Hilfreich und un-  
terstützend ist dabei „altes“ Material, wie  
Fotos, Urkunden, Schriftstücke, Dokumente,  
Sterbebilder und ähnliches, welches fast in  
jeder Familie „dahinschlummert“. Der Kurs  
wird am 08./15./29.04.2019 fortgesetzt.

*Mitveranstalter: Kulturkreis Freyung-Grafenau,  
Bildungswerk Stadt Freyung*

### Datum/Uhrzeit

ab Montag, 01.04.2019  
18.00 Uhr - 20.00 Uhr  
(4 Termine)

### Ort

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

### Referentin

Rosalinde Levers-Ortner

### Gebühr

40 Euro (zzgl. 4 Euro für  
Lehrmaterial)

### Anmeldung

08585/874

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 11.04.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

St. Oswald, Pfarrheim

**Referent**

Karl-Heinz Reimeier

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 18.04.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

Waldkirchen, HNKKJ

**Referentin**

Margit Poxleitner

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Montag, 06.05.2019  
18.00-20.00 Uhr

**Ort**

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

**Referentin**

Rosalinde Levers-Ortner

**Gebühr**

10 Euro (zzgl. 4 Euro für  
Lehrmaterial)

**Anmeldung**

und Information unter  
08585/874

**Brauchtum in der Frühlings- und Osterzeit**

Vortrag mit Kreisheimatpfleger Karl-Heinz Reimeier

*Mitveranstalter: Seniorenclub*

**Heiteres und Nachdenkliches aus dem Leben**

Autorengespräch mit Mundartdichterin Margit Poxleitner

Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Waldkirchen, HNKKJ

**„Schrazlgänge“ landkreis- und europaweit**

**Vorkommen, Altersbestimmung und Entstehungstheorien**

Die Wissenschaftler nennen sie „Erdställe“, diese geheimnisvollen unterirdischen Anlagen mit ihren niedrigen, verzweigten Gängen und Höhlen. Von ihnen gibt es in unserem Landkreis eine erstaunlich große Anzahl. „Schrazlgänge“ werden sie bei uns genannt. Ihr Geheimnis ist noch immer nicht vollständig gelüftet. Auch ihre Entstehungszeit kann nach wie vor nicht mit Sicherheit festgesetzt werden. Das liegt im

Wesentlichen daran, dass die Gänge, abgesehen von ganz wenigen Ausnahmen, in der Regel fundlos bleiben und damit eine Altersbestimmung kaum möglich ist. Verschiedene, interessante Theorien ranken sich um diese Anlagen.

*Mitveranstalter: Kulturkreis Freyung-Grafenau, Bildungswerk Stadt Freyung*

## 51. Chor- und Orchesterwoche Bayerischer Wald

Eine Woche singen und musizieren Jung und Alt zusammen.

Folgende Ateliers werden angeboten:

Plenum, Orchester, Kammerchor Frauen, Kammerchor Gemischt, Kinderchor (5-11 J), Tanz.

Gesamtleitung: Elena Mitrevska

Bitte ggf. ausführlichen Flyer mit Anmeldeformular anfordern:

[info@kulturkreis-freyung.de](mailto:info@kulturkreis-freyung.de)

Weitere Informationen [www.kulturkreis-freyung.de](http://www.kulturkreis-freyung.de)

*Mitveranstalter: AMJ-Landesverband Bayern, Kulturkreis Freyung-Grafenau, Gemeinde Hinterschmiding, Musik- u. Heimatverein Hinterschmiding - gefördert durch den Landkreis Freyung-Grafenau, die Kulturstiftung des Bezirks Niederbayern und den Rotary-Club Freyung-Grafenau*

### Datum/Uhrzeit

Samstag, 08.06.2019,  
19.30 Uhr

Bis Sonntag, 16.06.2019,  
11.00 Uhr

### Ort

Hinterschmiding, Schule

### Referenten

Maria van Eldik,  
Julia Polzer,  
Michal Kucharko,  
Elena Mitrevska,  
Michael Beck,  
Rainer Nürnberger,  
Roswitha Derschmidt,  
Meike Beyer,  
Sebastian Raffelsberger

### Kursgebühr

100-185 Euro  
(zzgl. Unterkunft)

### Anmeldung

bis 29.04.2019 unter  
08551/3528742 oder  
[info@kulturkreis-freyung.de](mailto:info@kulturkreis-freyung.de)

**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 14.06.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

Hinterschmiding,  
Turnhalle

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 15.06.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

Hinterschmiding,  
Pfarrkirche

**Datum/Uhrzeit**

Mittwoch, 19.06.2019 bis  
Sonntag, 23.06.2019

**Ort**

Freyung, Gymnasium

**Anmeldung**

0179-5262133 oder  
kontakt@musikforum-  
freyung.de

## 1. Abschlusskonzert der 51. Chor- und Orchesterwoche Bayerischer Wald

Weitere Informationen:  
[www.kulturkreis-freyung.de](http://www.kulturkreis-freyung.de)  
unter 08.06.2019!

*Mitveranstalter: AMJ-Landesverband Bayern, Kulturkreis Freyung-Grafenau, Gemeinde Hinterschmiding, Musik- u. Heimatverein Hinterschmiding - gefördert durch den Landkreis Freyung-Grafenau, die Kulturstiftung des Bezirks Niederbayern und den Rotary-Club Freyung-Grafenau*

## 2. Abschlusskonzert der 51. Chor- und Orchesterwoche Bayerischer Wald

Hinweis: Weitere Informationen:  
[www.kulturkreis-freyung.de](http://www.kulturkreis-freyung.de) unter  
08.06.2019!

*Mitveranstalter: AMJ-Landesverband Bayern, Kulturkreis Freyung-Grafenau, Gemeinde Hinterschmiding, Musik- u. Heimatverein Hinterschmiding - gefördert durch den Landkreis Freyung-Grafenau, die Kulturstiftung des Bezirks Niederbayern und den Rotary-Club Freyung-Grafenau*

## 14. Freyunger Opernwerkstatt „Figaros Hochzeit - in Kürze“

Unter der Leitung von  
Barbara Hesse-Bachmaier

Sie sind Laie oder angehender Profi? Sie möchten in Werkstatt-Projekten, die das „Musikforum Freyung“ (mff) seit 2004 mehrmals jährlich als Plattform anbietet, gemeinsam unter professioneller Anleitung Werke aus der klassischen Musik und dem Musiktheater erarbeiten?



Bei der Opernwerkstatt wird während der Ferienzeit eine Oper zusammen mit erfahrenen Berufsmusikern und Regisseuren einstudiert und an verschiedenen Orten im Bayerischen Wald und Umgebung aufgeführt. Jeder kann mitmachen, der gerne singt - ungeachtet der Vorbildung und des Alters.

Hinweise:

Komplette Teilnahme wichtig!

Fortsetzung 06.-18.08.19

Weitere Informationen unter [www.musikforum-freyung.de](http://www.musikforum-freyung.de)

Abschlusskonzerte am 16.08.19, 19.00 Uhr in Passau, Saal in St. Valentin, am 17.08.19, 19.00 Uhr in Waldkirchen, Bürgerhaus sowie am 18.08.19, 15.00 Uhr in Freyung, Kurhaus

*Mitveranstalter: Musikforum Freyung e.V., Bildungswerke Stadt Freyung und Stadt Waldkirchen, Passauer Tonkünstlerverband e.V. - mit Unterstützung durch die Kulturstiftung des Bezirks Niederbayern und den Landesverband bayerischer Tonkünstler*

## **Atelierbesuch bei Rudi Ranzinger in Kumreut**

Treffpunkt 19:30Uhr, Eingangsbereich Krankenhaus Freyung. Gemeinsame Abfahrt in Fahrgemeinschaften nach Kumreut in das Atelier von Rudi Ranzinger

Mitveranstalter: Diabetiker-Selbsthilfegruppe Freyung-Grafenau, Bildungswerk Stadt Freyung

### **Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 02.07.2019  
19.30 Uhr

### **Ort**

Freyung, Treffpunkt im Eingangsbereich Krankenhaus

### **Referent**

Rudolf Ranzinger

**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 26.07.2019

**Reiseleitung**

Heinrich Vierlinger

**Gebühr**

62 Euro (Buskosten, Theaterkarte, Reiseleitung)

**Anmeldung**

08551/3528742 oder  
info@kulturkreis-freyung.de

**Theaterfahrt nach Krumau/CZ:  
„Dornröschen“ - Ballettmärchen  
auf Spitzen, nach Musik von P. I.  
Tschaikowski**

**Im Rahmen des Projekts**

**„Gute Nachbarschaft heißt ...“**

Ausführende: Solisten des Südböhmischen Theaters, Mitgliedern des Bohemia Balletts und Studenten des Tanzkonservatoriums Prag

Einführung: Dieses in eine neue Tanzaufführung übertragene Märchen, das zu einer der schönsten Erzählungen zählt, wird nicht nur die kleinen Zuschauer, sondern auch ihre Eltern und alle Anhänger des klassischen Balletts auf Spitzen erfreuen. Neben den Solisten des Balletts des Südböhmischen Theaters werden sich in dieser Fassung von „Dornröschen“ auch die Mitglieder des Bohemia Balletts und die Studenten des Tanzkonservatoriums der Hauptstadt Prag vorstellen. Die Kostüme und das Bühnenbild werden von einem der bedeutendsten tschechischen Theaterkünstler, Josef Jelínek, gestaltet und die Choreografie wird von Jaroslav Slavický, dem Direktor des Tanzkonservatoriums Prags und dem künstlerischen Direktor des Bohemia Balletts geleitet.

Hinweis: Die Vorstellung findet im Freien statt. Es empfiehlt sich die Mitnahme von Regenschutz und einer warmen Decke!

Abfahrtszeiten:

Schönberg, oberer Marktplatz: 13.15 Uhr

Grafenau, Busbahnhof: 13.30 Uhr

Freyung, Brücke: 14.05 Uhr

Freyung, Busbahnhof: 14.00 Uhr

Waldkirchen, Busbahnhof: 13.50 Uhr

Rückkehr: ca. 01.00 Uhr

*Mitveranstalter: Kulturkreis, vhs in Zusammenarbeit mit der Europaregion Donau-Moldau*

**„Figaros Hochzeit - in Kürze“:  
Abschlussvorstellung der  
14. Freyunger Opernwerkstatt  
unter der Leitung von  
Barbara Hesse-Bachmaier**

*Mitveranstalter: Musikforum Freyung e.V.,  
Bildungswerke Stadt Freyung und Stadt Wald-  
kirchen, Passauer Tonkünstlerverband e.V. - mit  
Unterstützung durch die Kulturstiftung des  
Bezirks Niederbayern und den Landesverband  
bayerischer Tonkünstler*

**„Figaros Hochzeit - in Kürze“:  
Abschlussvorstellung der  
14. Freyunger Opernwerkstatt  
unter der Leitung von  
Barbara Hesse-Bachmaier**

*Mitveranstalter: Musikforum Freyung e.V.,  
Bildungswerke Stadt Freyung und Stadt Wald-  
kirchen, Passauer Tonkünstlerverband e.V. - mit  
Unterstützung durch die Kulturstiftung des  
Bezirks Niederbayern und den Landesverband  
bayerischer Tonkünstler*

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 17.08.2019  
19.00 Uhr

**Ort**

Waldkirchen, Bürgerhaus

**Gebühr**

Eintritt frei! Wir freuen  
uns jedoch sehr über Ihre  
Spende zur Förderung  
der Gesangstalente und  
Deckung der Kosten.

**Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 18.08.2019  
15.00 Uhr

**Ort**

Freyung, Kurhaus

**Gebühr**

Eintritt frei! Wir freuen  
uns jedoch sehr über Ihre  
Spende zur Förderung  
der Gesangstalente und  
Deckung der Kosten.



# Länder und Völker





**Waldkirchen**  
Pfarrheim

## Englisch-Kurse

Englisch hat wohl fast jede/r von uns in der Schule gelernt – Sie aber wollen aus privaten oder beruflichen Gründen Ihre Kenntnisse auffrischen oder die Sprache neu lernen?

### Englisch für Wiedereinsteiger

Wiederholung und Vertiefung vorhandener Kenntnisse

**Datum/Uhrzeit**

ab Dienstag, 05.02.2019, 15.00 Uhr  
(10 Termine á 90 Min.)

**Referentin**

Edith Lachhammer

**Gebühr**

40 Euro

**Anmeldung**

08581/3570

*Mitveranstalter: KDFB, Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

---

## Englisch für Fortgeschrittene – Lektüre (B1)

### Datum/Uhrzeit

ab Mittwoch, 06.02.2019, 9.00 Uhr  
(5 Termine á 90 Min., 14tägig)

### Referentin

Edith Lachhammer

### Gebühr

20 Euro

### Anmeldung

08581/3570

*Mitveranstalter: KDFB, Bildungswerk Stadt  
Waldkirchen*

**Waldkirchen**  
Pfarrheim

## Englisch Grundstufe (A1)

Wiederholen - Aktivieren -  
Kommunizieren

Der Kurs mit dem Lehrbuch „Intermezzo“ ist für alle, vor allem ältere Lernende geeignet, die ihre evtl. länger zurückliegenden Grundkenntnisse festigen und aktivieren wollen. Ein sanfter Wiedereinstieg in die englische Sprache.

*Mitveranstalter: KDFB, Bildungswerk Stadt  
Waldkirchen*

### Datum/Uhrzeit

ab Donnerstag, 07.02.2019, 9.30 Uhr  
(10 Termine á 90 Min.)

### Referentin

Edith Lachhammer

### Gebühr

40 Euro

### Anmeldung

08581/3570

**Waldkirchen**  
Pfarrheim

**Freyung**  
Mehrgenerationenhaus

### **Englisch 25 (B1)**

Fortgeschrittene Wieder- oder Quer-Einsteiger mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.

#### **Datum/Uhrzeit**

ab Mittwoch, 27.02.2019, 18.30 Uhr  
(10 Termine á 90 Min.)

#### **Referentin**

Margit Maier

#### **Gebühr**

80 Euro

#### **Anmeldung**

08555/1360

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Freyung*

---

**Perlesreut**  
Grund- und Mittelschule

### **Englisch 13**

Kurs für Wiedereinsteiger auf Niveau A2

#### **Datum/Uhrzeit**

ab Donnerstag, 28.02.2019, 18.00 Uhr  
(10 Termine á 90 Min.)

#### **Referentin**

Margit Maier

#### **Gebühr**

80 Euro

#### **Anmeldung**

08555/1360

---

**Freyung**  
Abteistr. 23 (KEB)

### **The early bird catches the worm**

Kurs für Anfänger und Wiedereinsteiger am Vormittag

Die Auswahl des entsprechenden Lehrwerkes wird mit den Teilnehmern beim ersten Treffen gemeinsam entschieden.

#### **Datum/Uhrzeit**

ab Donnerstag, 07.03.2019, 09.00 Uhr  
(10 Termine á 90 Min.)

#### **Referentin**

Margit Maier

#### **Gebühr**

80 Euro

#### **Anmeldung**

08555/1360





## Tschechisch-Kurse

So nahe leben wir an der Tschechischen Republik, doch nur die wenigsten von uns können sich in der Landessprache verständigen - in unseren Tschechischkursen können Sie das ändern!

### **Tschechisch 15 - Intensivkurs**

#### **Datum/Uhrzeit**

ab Montag, 11.02.2019, 19.00 Uhr  
(10 Termine á 90 Min.)

#### **Referentin**

Renata Reischl

#### **Gebühr**

80 Euro

#### **Anmeldung**

08551/4581 (KEB)

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Freyung*

### **Freyung**

Mehrgenerationenhaus

**Freyung**  
Mehrgenerationenhaus

### **Tschechisch 33**

#### **Datum/Uhrzeit**

ab Dienstag, 30.04.2019, 17.20 Uhr  
(10 Termine á 90 Min.)

#### **Referentin**

Jana Vokurkova

#### **Gebühr**

80 Euro

#### **Anmeldung**

08551/4581 (KEB)

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Freyung*

---

**Grafenau**  
Don-Bosco-Schule

### **Tschechisch 49**

#### **Datum/Uhrzeit**

ab Montag, 29.04.2019, 17.00 Uhr  
(10 Termine á 90 Min.)

#### **Referentin**

Jana Vokurkova

#### **Gebühr**

80 Euro

#### **Anmeldung**

08551/4581 (KEB)

---

**Freyung**  
Mehrgenerationenhaus

### **Tschechisch 58**

Vertiefung von Wortschatz und Grammatik - Konversation

#### **Datum/Uhrzeit**

ab Dienstag, 30.04.2019, 19.00 Uhr  
(10 Termine á 90 Min.)

#### **Referentin**

Jana Vokurkova

#### **Gebühr**

80 Euro

#### **Anmeldung**

08551/4581 (KEB)

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Freyung*

---

## Ukraine 1: Odessa - Halbinsel Krim

### Tonfilm mit Bericht

Nach der Stadtbesichtigung Odessas und einem Kurzbesuch der Festung Akkerman fahren wir mit unserem Kreuzfahrtschiff Viking Lomonosov zunächst nach Sewastopol, der größten Stadt der Krim. Im Heimathafen der russischen Schwarzmeerflotte besuchen wir abends ein Konzert dieses Chores. In Bachtschisaraj besichtigen wir das Architekturwunder „Palast der Khane“, ein Ausflug nach Balaklava bringt uns zum Panorama-Museum mit dem hervorragenden Werk der Schlachtenmalerei „Verteidigung Sewastopols“. Weiterer Bestandteil dieses Ausflugs ist der Besuch des ehemals geheimen U-Boot-Tunnels. Letzte Station unserer Krim-Reise ist der Nobel-Kurort Jalta. In Aloupka erwartet uns mit dem Woronzow-Palast die architektonische Perle der Krim, in Liwadija der vor allem durch die Konferenz von Jalta bekannt gewordene „Weiße Palast“.

*Mitveranstalter: Klinik Bavaria Freyung, Bildungswerk Stadt Freyung*

## Unter ´m Haidl

Land und Leute zwischen Dreisessel und Lusen

Charakteristisch für diesen 1165m hohen, bewaldeten Berg zwischen Freyung und Waldkirchen ist sein flacher Rücken sowie die beiden weithin sichtbaren Türme.

Erfahren Sie mehr über Land und Leute in diesem Gebiet unter dem Haidel und damit zwischen Dreisessel und Lusen.

*Mitveranstalter: Pfarrverband Mauth - Finsterau - Mitterfirmiansreut*

### Datum/Uhrzeit

Donnerstag, 14.02.2019  
Donnerstag, 08.08.2019  
jeweils 19.00 Uhr

### Ort

Freyung, Klinik Bavaria

### Referent

Wilhelm Geier

### Anmeldung

08551/990

### Datum/Uhrzeit

Samstag, 16.02.2019  
19.30 Uhr

### Ort

Mauth, Pfarrsaal

### Referent

Martin Stadler

### Gebühr

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

### Anmeldung

nicht erforderlich

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 28.02.2019  
19.00 Uhr

**Ort**

Freyung, Klinik Bavaria

**Referent**

Martin Stadler

**Anmeldung**

08551/990

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 07.03.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

Waldkirchen, HNKKJ

**Referentin**

Dipl. Biologin  
Christine Linhard

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Ent und herent****Lichtbildvortrag**

Der Referent entführt Sie bei diesem Vortrag in die Heimat Adalbert Stifters. Begleiten Sie ihn auf seinen grenzverbindenden Wanderungen auf den alten Säumerwegen und durch unberührte Naturpfade im Bayerischen Wald.

*Mitveranstalter: Klinik Bavaria Freyung,  
Bildungswerk Stadt Freyung*

**Gotland - Natur und Kultur dieser  
schönen schwedischen Ostseein-  
sel**

Powerpoint-Vortrag

*Mitveranstalter:  
Bildungswerk Stadt Waldkirchen, HNKKJ*

## Ukraine 2: Odessa-Dnjepr-Kiew

### Tonfilm mit Bericht

Nach der Einschiffung in unser Kreuzfahrtschiff Viking Lomonosov lernen wir auf einer informativen Stadtrundfahrt die Sehenswürdigkeiten Odessas mit ihren klassizistischen Prachtbauten kennen. Eine Überlandfahrt bringt uns zur mittelalterlichen Festung Akkerman. Über den Dnjepr-Bug-Liman befahren wir mit unserem Kreuzfahrtschiff den Dnjepr, Europas drittlängsten Fluss. Auf einer Gesamtstrecke von 1200 km machen wir zunächst einen Bootsausflug auf die „Fischerinsel“ und besuchen anschließend das auf einer Flussinsel gelegene kosakische Museumsreservat Chortitsa. Wir durchfahren imposante Schleusenanlagen, überwinden dabei 91,5 Höhenmeter und erreichen dann Kiew, die „Mutter“ aller russischen Städte. Die Fülle spektakulärer Sakralbauten mit dem Weltkulturerbe „Höhlenkloster“ ist weltweit einmalig und brachte Kiew den Beinamen „Jerusalem des Ostens“.

*Mitveranstalter: Klinik Bavaria Freyung, Bildungswerk Stadt Freyung*

### Datum/Uhrzeit

Donnerstag, 14.03.2019  
19.00 Uhr

### Ort

Freyung, Klinik Bavaria

### Referent

Wilhelm Geier

### Anmeldung

08551/990

## Bayern - Böhmen - Österreich

Gehen Sie im Vortrag, der mit Bildern illustriert wird, mit auf verschiedene Wanderungen am Dreisessel sowie rund um das Dreiländereck Bayern - Böhmen - Österreich und tauchen Sie ein in diese reizvolle Landschaft zwischen den drei Staaten Deutschland, Österreich und Tschechien. Die Wanderungen führen bis Budweis und ins Mühlviertel.

*Mitveranstalter: Klinik Bavaria Freyung, Bildungswerk Stadt Freyung*

### Datum/Uhrzeit

Donnerstag, 28.03.2019  
19.00 Uhr

### Ort

Freyung, Klinik Bavaria

### Referent

Alfons Hellauer

### Anmeldung

08551/990

**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 05.04.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

Waldkirchen, HNKKJ

**Referent**

Dr. Rudolf Ritt

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 11.04.2019  
Donnerstag, 11.07.2019  
jeweils 19.00 Uhr

**Ort**

Freyung, Klinik Bavaria

**Referent**

Wilhelm Geier

**Anmeldung**

08551/990

**Eine Reise durch Georgien -  
Natur und Tierwelt**

**Vortrag**

*Mitveranstalter:*

*Bildungswerk Stadt Waldkirchen, HNKKJ*

**Lago Maggiore - Luganer See -  
Piemont**

**Tonfilm und Bericht**

Von Baveno aus fahren wir mit dem Boot zu den Borromäischen Inseln „Isola Pescatore“ und „Isola Bella“ mit ihrer barocken Gartenkunst. Nach Ankunft in Stresa bringt uns der Bus zum Lago d’Orta, von dort geht es mit dem Linienschiff zur Insel „San Giulio“ und zum mittelalterlichen Dorf Orta. Ein Tagesausflug bringt uns zum Luganer See und nach Lugano mit Stadtbesichtigung und Bummel an der Seepromenade. Eine Fahrt ins Piemont zu Barolo und Trüffel sowie ein Candle-Light-Dinner bilden den Abschluss dieses Reisevideos, das vom Autor filmbegleitend erläutert wird.

*Mitveranstalter: Klinik Bavaria Freyung,  
Bildungswerk Stadt Freyung*

**7. Schlösserfahrt nach Böhmen:  
Wasserburg Svihov (Schwihau),  
Klatovy (Klattau, Ronsperk  
Studienfahrt unter Leitung von  
Heinrich Vierlinger**

*Mitveranstalter: Kulturkreis Freyung-Grafenau*

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 13.04.2019

**Reiseleitung**

Heinrich Vierlinger

**Anmeldung**

08551/9163030

**Auf Engelsspuren unterwegs  
Pilgerreise von Deutschland nach  
Spanien**

Viele Menschen fragen sich meist nach Schicksalsschlägen: worin besteht der Sinn meines Lebens? Sie machen sich dabei auf eine Reise zu sich selbst. Das Unterwegssein (sich auf den Weg begeben) ist das große Ziel von vielen Pilgern.

Die verschiedenen Wege nach Spanien, geben dem Reisenden Kraft und Energie sein Leben neu zu überdenken. Das kann dazu führen, dass „ neue Lebensfreude und neuer Mut“ dem Leben einen neuen Lebenssinn geben. Man wird sich immer deutlicher bewusst, dass es etwas Höheres geben muss, das einem das Leben wieder als „lebenswert und wertvoll“ erscheinen lässt.

*Mitveranstalter: Klinik Bavaria Freyung,  
Bildungswerk Stadt Freyung*

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 25.04.2019

Donnerstag, 25.07.2019

jeweils 19.00 Uhr

**Ort**

Freyung, Klinik Bavaria

**Referent**

Alfred Kraus

**Anmeldung**

08551/990

**Datum/Uhrzeit**

Montag, 06.05.2019,  
7.30 Uhr  
bis Samstag, 11.05.2019

**Reiseleitung**

Heinrich Vierlinger,  
Franz Uhrmann

**Gebühr**

noch nicht bekannt

**Anmeldung**

08551/9163030

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 09.05.2019  
19.00 Uhr

**Ort**

Freyung, Klinik Bavaria

**Referent**

Wilhelm Geier

**Anmeldung**

08551/990

## „Auf der Via Nova zum Heiligen Berg in Böhmen“

### 19. Pilgerwander- und Kulturreise nach Pribram zum „Heiligen Berg“ in Böhmen

Vermutlich mehr als 100 Jahre lang zogen bayerische Pilgerscharen, vor allem Wallfahrer aus dem Bayerischen Wald zum „Heiligen Berg“ nach Böhmen ca. 60 km vor Prag. Nach der „Wende“ lebte die Wallfahrt der „Waidler“ wieder als Pilgerfahrt mit dem Bus auf. Wir haben die alte Fußwallfahrtstradition aufgenommen und bieten seit 2007 eine Pilgerwanderreise zum Marienheiligtum in Pribram an.

Die Wanderreise beginnt in Freyung und ist auf 6 Tage angelegt. die Gesamtwegstrecke zu Fuß beträgt ca. 160 km.

*Mitveranstalter: Kulturkreis Freyung-Grafenau*

## Große Eismeerkreuzfahrt:18 Tage Nordatlantik & Arktis

### 90minütiger Tonfilm mit Bericht

Sehen Sie bei diesem Film einzigartige Natur-, Kultur- und Landschaftsphänomene: heiße Quellen, Geysire, spektakuläre Wasserfälle, das Weltkulturerbe „Thingvellir“, arktische Siedlungen, den Zauber „Mitternachtssonne“, die Eismeergrenze sowie Relikte aus der Eiszeit wie Gletscher und Fjorde am Weltnaturerbe Geiranger, das Nordkap, Panoramafahrten und Stadterkundungen. Sie erfahren auch Interessantes über Volks- und Landeskunde durch professionelle örtliche Reiseleiter, dazu hören Sie filmbegleitende Kommentare des Autors.

*Mitveranstalter: Klinik Bavaria Freyung, Bildungswerk Stadt Freyung*



## Tageskulturfahrt zum Heiligen Berg nach Pribram

Zugleich Abholfahrt für die Teilnehmer an der Pilgerwanderreise, mit Führung im Heiligtum. Teilnahme am feierlichen Einzug der Fußpilger, Teilnahme an der Abschlussmesse der Pilgerwanderreise.

*Mitveranstalter: Kulturkreis Freyung-Grafenau*

### Datum/Uhrzeit

Samstag, 11.05.2019  
9.00-18.00 Uhr

### Reiseleitung

Heinrich Vierlinger

### Gebühr

noch nicht bekannt

### Anmeldung

08551/9163030

## Die Donau von Passau bis zum Schwarzen Meer

### Lichtbildvortrag

*Mitveranstalter: HNKKJ, Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

### Datum/Uhrzeit

Donnerstag, 16.05.2019  
19.30 Uhr

### Ort

Waldkirchen, HNKKJ

### Referent

Ludwig Brunner

## Narzissenblüte im Ausseerland

### Bildungsfahrt

Auf dem Programm stehen u.a.:

- Führung in der Grüne Erde-Welt in Scharnstein/Almtal
- Besichtigung von Schloss Orth
- Besichtigung der Skisprunganlage Kulm
- Besichtigung Pürgg mit Führung
- Führung im Stift Admont

*Mitveranstalter: KDFB Waldkirchen*

### Datum/Uhrzeit

Donnerstag, 23.05.2019  
bis Sonntag, 26.05.2019

### Anmeldung

und Information  
unter 08581/2604 oder  
08581/8826

**Datum/Uhrzeit**

Montag, 27.05.2019  
bis Freitag, 31.05.2019

**Reiseleitung**

Heinrich Vierlinger

**Anmeldung**

08551/9163030

**Kulturreise nach Mähren:  
Brno (Brünn), Schlacht bei Slav-  
kov u Brna (Austerlitz), Weltkul-  
turlandschaft Lednice (Eisgrub),  
Valtice (Felsberg) u.v.m.**

unter Leitung von Heinrich Vierlinger

*Mitveranstalter: Kulturkreis*

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 06.06.2019  
19.00 Uhr

**Ort**

Freyung, Klinik Bavaria

**Referent**

Alfons Hellauer

**Anmeldung**

08551/990

**Der Russische Norden**

Lichtbildvortrag

Begleiten Sie den Referenten in den russischen Norden. Stationen dieses Vortrags werden sein: St. Petersburg, das Venedig des Nordens, Murmansk, die weltgrößte Stadt nördlich des Polarkreises, die Kareli-sche Hauptstadt Petrosawodsk, die Insel Ki-shi und nicht zuletzt St. Petersburg.

*Mitveranstalter: Klinik Bavaria, Bildungswerk  
Stadt Freyung*

**Tagesfahrt nach Budweis/CZ:  
Treffen mit der Bayer.-Böhm.  
Gesellschaft - Besichtigung des  
Schlosses Hluboka nad Vltavou**

**Im Rahmen des Projekts  
„Gute Nachbarschaft heißt ...“**

Die Hauptstadt des Kreises Südböhmen mit ihrer wechselvollen Geschichte entwickelt sich in den letzten Jahren in beeindruckender Weise. Modern und trotzdem traditionsbewusst steuert diese Stadt in die Zukunft. Bei einer Stadtführung mit dem versierten Budweiser Stadtführer Martin Polak und einem Treffen mit Bürgern der Stadt werden wir mehr darüber erfahren. Das Mittagessen werden wir in einem Restaurant der Stadt einnehmen. Mit einer Besichtigung des sehr sehenswerten Schlosses Hluboka (Frauenberg) runden wir das Programm ab.

Abfahrtszeiten:

Schönberg oberer Marktplatz: 07.15 Uhr

Grafenau Busbahnhof: 07.30 Uhr

Freyung Brücke: 07.45 Uhr

Freyung Busbahnhof: 07.30 Uhr

Waldkirchen Busbahnhof: 07.15 Uhr

*Mitveranstalter: Kulturkreis Freyung-Grafenau,  
vhs in Zusammenarbeit mit der Europaregion  
Donau-Moldau*

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 15.06.2019

**Reiseleitung**

Heinrich Vierlinger

**Gebühr**

37 Euro (inkl. Bordfrühstück, Führung, Reiseunterlagen und Eintritte)

**Anmeldung**

08551/4581 (KEB) oder  
info@keb-freyung.de

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 29.06.2019

**Reiseleitung**

Heinrich Vierlinger

**Gebühr**

noch nicht bekannt

**Anmeldung**

08551/9163030

**Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 30.06.2019

bis Donnerstag,

04.07.2019

**Anmeldung**

08553/6505

### **Tageskulturfahrt nach Regensburg: Museum der Bayerischen Geschichte**

Bayern ist legendär, der Freistaat ein Erfolgsmodell, seine Kulturlandschaft hoch geschätzt. Es gibt in Bayern Museen zu den vielfältigsten Themen, nicht jedoch zu unserer jüngsten Geschichte, insbesondere zur Demokratiegeschichte. Mit dem neuen Museum in Regensburg wird dafür ein Wissensspeicher gebaut. Im Mittelpunkt stehen die Menschen in Bayern, alle Stämme und auch die Zugezogenen von weither, die ihre Heimat hier gefunden haben. Voraussichtlich ab Mai 2019 lädt der Löwe, das symbolträchtige Wappentier aller Bayern, im Herzen der Stadt Regensburg zum Besuch der neuen Kulturinstitution ein.

*Mitveranstalter: Kulturkreis Freyung-Grafenau*

### **Studienfahrt Allgäu - Tirol - Zugspitze**

*Mitveranstalter: KDFB Oberkreuzberg*

## Neue/alte Wege nach Böhmen

Natur- und kulturhistorische Exkursion mit dem E-Bike über den Grenzübergang Bucina (Buchwald) zur Moldauquelle, von dort über den Breznik (Pürstling) entlang des Maderbaches nach Modrava (Mader), entlang dem Rachelbach zum Trijezerni slat (Drei-Seen-Moor), über den Chinitz-Tettauer-Schwemmkanal, dem „kleinen Bruder des Schwarzenberger Schwemmkanals“ wieder nach Modrava und über Kvilda (Außergfild) zurück nach Finsterau. Für geübte Radfahrer Teilnahme auch ohne E-Bike möglich, Fahrtstrecke ca. 55 km. Personalausweis oder Reisepass nicht vergessen.

*Mitveranstalter: HNKKJ, Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

## 8. Schlösserfahrt nach Böhmen: „Auf den Spuren der Grafen von Bogen und der Rosenberger“

Studienfahrt unter Leitung von Heinrich Vierlinger

Burg Helfenburk (Helfenberg) - Wallfahrtskirche in Albrechtice (Albrechtsdorf) und Strasín (Straschin)

*Mitveranstalter: Kulturkreis Freyung-Grafenau*

### **Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 30.06.2019  
9.00-18.00 Uhr

### **Ort**

Treffpunkt am Parkplatz Wistlberg in Finsterau

### **Referent**

Günter Obermüller

### **Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag erbeten

### **Anmeldung**

wegen begrenzter Teilnehmerzahl erforderlich unter 08581/987981 oder guenter.obermueller@gmx.de

### **Datum/Uhrzeit**

Samstag, 13.07.2019

### **Reiseleitung**

Heinrich Vierlinger

### **Anmeldung**

08551/9163030

## **Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 18.08.2019  
8.30-18.00 Uhr

## **Ort**

Treffpunkt um 08.30 Uhr  
am HNKKJ in Waldkirchen  
oder um 09.00 Uhr am  
Grenzübergang  
Haidmühle/Nove Udoli

## **Referent**

Günter Obermüller

## **Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

## **Anmeldung**

wegen begrenzter Teil-  
nehmerzahl erforderlich  
unter 08581/987981 oder  
guenter.obermueller@  
gmx.de

## **Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 22.08.2019  
19.00 Uhr

## **Ort**

Freyung, Klinik Bavaria

## **Referent**

Martin Stadler

## **Anmeldung**

08551/990

## **Neue/alte Wege nach Böhmen**

Natur- und kulturhistorische Exkursion mit dem E-Bike von Nove Udoli (Neuthal) und den Plöckensteinsee nach Jeleni (Hirschbergen) zum „Schauschwemmen am Schwarzenberger Schwemmkanal“ im Rahmen der Veranstaltungen „Kulturachse Schwemmkanal“ von dort Rückfahrt über Nova Pec entlang der Moldau und Dobra (Geburtsort der Schriftstellerin Rosa Tahedl) nach Nove Udoli. Rückkehr ca. 18.00 Uhr.

Für geübte Radfahrer Teilnahme auch ohne E-Bike möglich, Fahrtstrecke ca. 55 km.

Personalausweis oder Reisepass nicht vergessen

*Mitveranstalter: HNKKJ,  
Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

## **Unter ´m Haidl**

Land und Leute zwischen Dreisessel und Lusen

Charakteristisch für diesen 1165m hohen, bewaldeten Berg zwischen Freyung und Waldkirchen ist sein flacher Rücken sowie die beiden weithin sichtbaren Türme.

Erfahren Sie mehr über Land und Leute in diesem Gebiet unter dem Haidel und damit zwischen Dreisessel und Lusen.

*Mitveranstalter: Klinik Bavaria,  
Bildungswerk Stadt Freyung*

**9. Schlösserfahrt nach Böhmen:  
Schloss Cervená Lhota und  
Burg Choustnik**

**Studienfahrt unter Leitung von  
Heinrich Vierlinger**

*Mitveranstalter: Kulturkreis Freyung-Grafenau*

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 24.08.2019

**Reiseleitung**

Heinrich Vierlinger

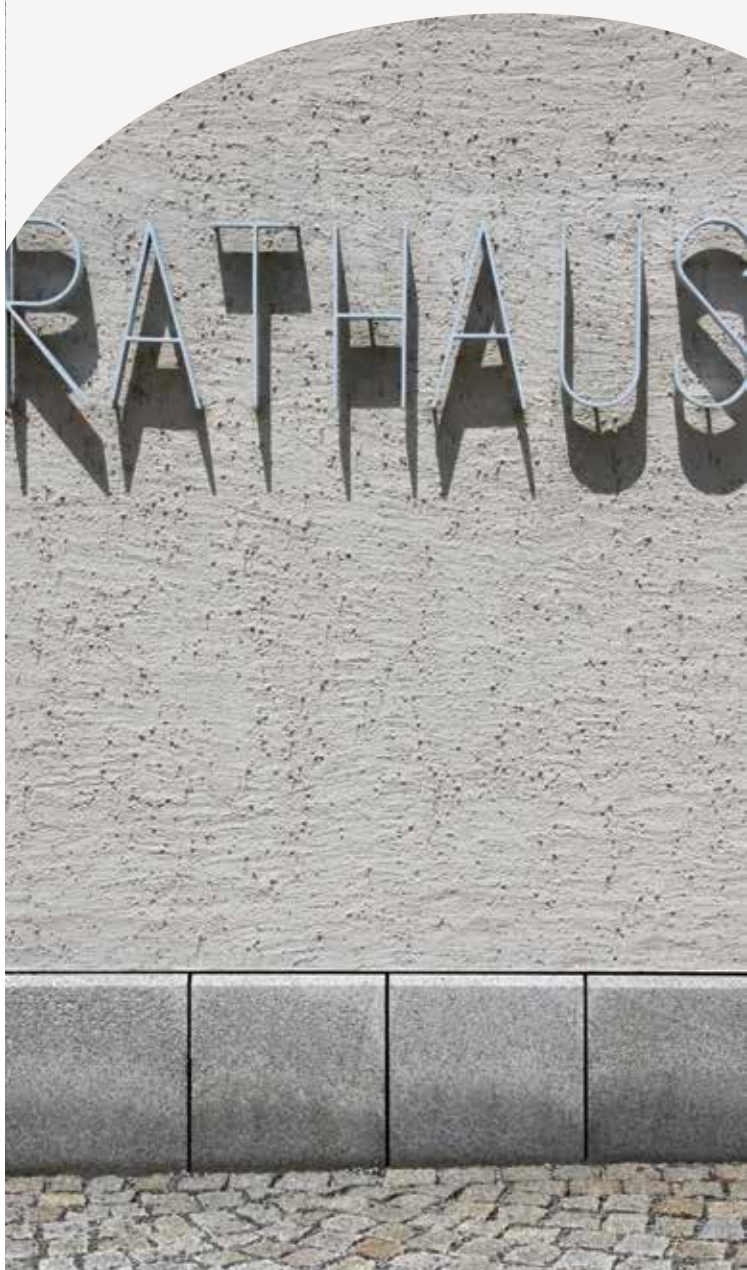
**Anmeldung**

08551/9163030





# Gesellschaft und Politik



**Datum/Uhrzeit**

Mittwoch, 27.03.2019  
13.00 Uhr

**Ort**

Schönbrunn a. L.,  
Abfahrt am Dorfplatz

**Referent**

Anton Pertler

**Anmeldung**

bis 15.03.2019 unter  
08558/91370 (Fritz Denk)

**Datum/Uhrzeit**

Mittwoch, 14.08.2019  
12.30 Uhr

**Ort**

Schönbrunn a. L.,  
Treffpunkt Dorfplatz

**Referent**

Bürgermeister  
Eduard Schmid

**Gebühr**

Die anfallenden Bus- und  
Verpflegungskosten  
tragen die Teilnehmer  
selbst.

**Besichtigung der Brauerei Lang  
in Freyung**

mit Führung durch Anton Pertler

*Mitveranstalter: OCV, Altenclub*

**Studienfahrt durch die Gemeinde  
Hohenau**

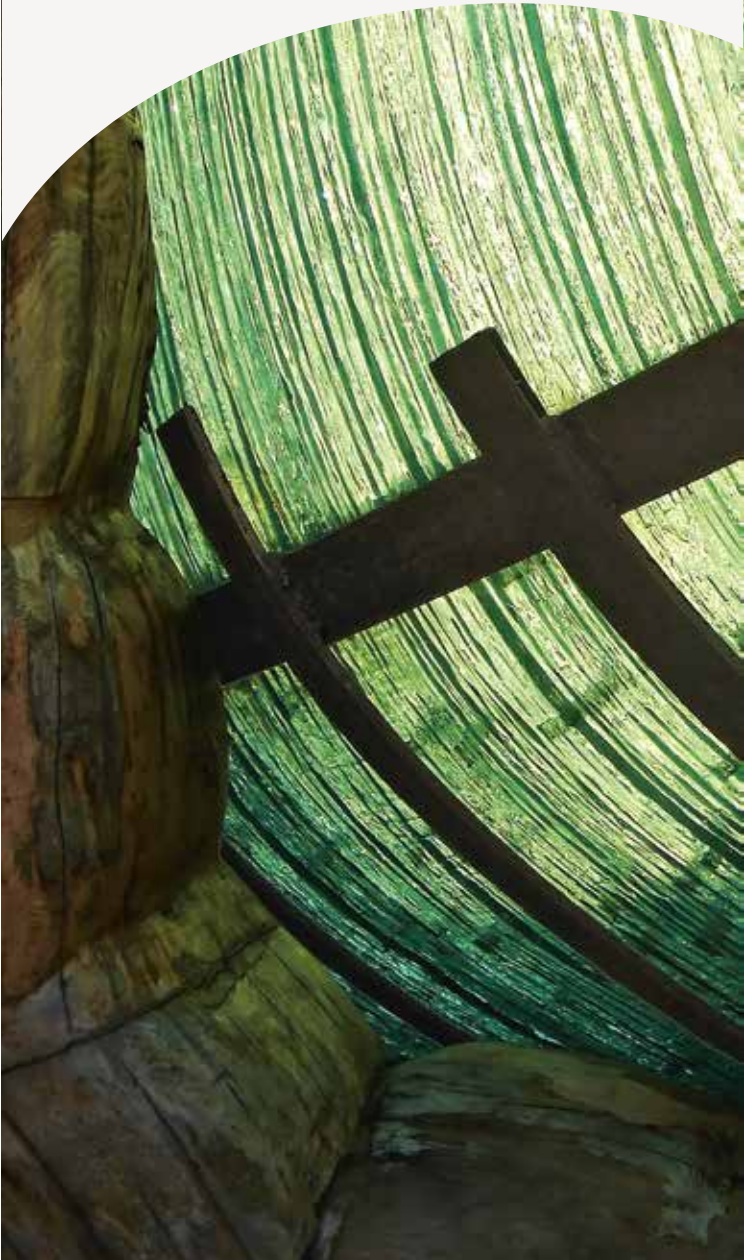
Führung und Information durch  
Bürgermeister Eduard Schmid

Programm:

- Abfahrt Dorfplatz Schönbrunn am Lusen
- Fahrt nach Reschmühle (Bebauung im südlichen Bereich, Kläranlage, Oberkashof, der Pfahl)
- Weiterfahrt zur B 12 Richtung Passau (Blick auf Buchberg, Eppenberg, etc.)
- Carbidwerk (Erläuterungen zum Betrieb früher und heute)
- Buchbergmühle, Tunnel, Felsenzeichnung
- Erasmuskapelle (Führung)
- Buchberg/Bucheck
- Saulorn Aussichtspunkt
- Evtl. Kaffeetrinken im Gasthaus Tanzer
- Pfarrerweiher
- Haslach
- Saldenau
- Kapfham
- Rückfahrt nach Schönbrunn am Lusen

*Mitveranstalter: OCV, Altenclub*

# Natur und Technik



**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 21.02.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

Waldkirchen, Pfarrheim

**Referent**

Nationalparkförster  
Rainer Simonis

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 24.02.2019  
14.00-16.00 Uhr

**Ort**

**Waldkirchen, HNKKJ**

**Referent**

Michael Haimerl

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 02.03.2019  
9.00 Uhr

**Ort**

Fürsteneck, bei Familie  
Neumeier, Voglöd 4a

**Referenten**

Johann Pauli, Max Lankl

## Auf Fotopirsch im wilden Wald

PowerPoint-Vortrag mit  
Nationalpark-Förster Rainer Simonis

Außergewöhnliche Aufnahmen und Geschichten vor allem aus der Tierwelt des Nationalparks Bayerischer Wald kann Rainer Simonis aus seiner langjährigen Tätigkeit als Revierförster im östlichen Teil des Nationalparks präsentieren.

*Mitveranstalter: KDFB, AK Rostfrei*

## „Gesteinssprechstunde“

mit Dipl. Geologen Michael Haimerl

Jeder kann Steine, Mineralien oder Schmuck zum Bestimmen mitbringen!

*Mitveranstalter: HNKKJ, Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

## Obstbaumschnittkurs in Theorie und Praxis

Praxiskurs

*Mitveranstalter: Gartenbauverein*

## Quer durch die einheimische Natur - meine schönsten Pflanzen-, Pilz- und Tierfotos

Powerpoint-Vortrag

Mitveranstalter: HNKKJ, Bildungswerk Stadt Waldkirchen

### Datum/Uhrzeit

Donnerstag, 21.03.2019  
19.30 Uhr

### Ort

Waldkirchen, HNKKJ

### Referent

Reinhard Baumgartner

### Gebühr

freiwilliger Kostenbeitrag erbeten

## Integrierter Pflanzenschutz an Gurken, Tomaten und Zucchini

Vortrag mit Max Lankl

Mitveranstalter: Gartenbauverein

### Datum/Uhrzeit

Donnerstag, 04.04.2019  
19.00 Uhr

### Ort

Fürsteneck,  
Schlossgaststätte

### Referent

Max Lankl

## Das Liebesleben der Spinnen

Powerpoint-Vortrag

Mitveranstalter: HNKKJ; Bildungswerk Stadt Waldkirchen

### Datum/Uhrzeit

Donnerstag, 04.04.2019  
19.30 Uhr

### Ort

Waldkirchen, HNKKJ

### Referentin

Dr. Katrin Kunz

### Gebühr

freiwilliger Kostenbeitrag erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 06.04.2019  
und Samstag, 13.04.2019  
jeweils 15.00 – 18.00 Uhr

**Ort**

Freyung, Abteistr. 23  
(KEB)

**Referent**

Markus Wachtfeil

**Gebühr**

30 Euro

**Anmeldung**

08551/4581 (KEB)

**Einsteigerkurs: Nutzung von Smartphone und Tablet**

Kursprogramm:

- Betriebssysteme im Vergleich
- Technik/ Grundlagen
- Benutzerkonto/ Apps (Anwendungen)
- Datenschutz Gerätesicherheit
- Tipps/ Tricks
- Fragen/ Probleme
- Wünsche der Teilnehmer

Je nach Situation und Wissensstand werden gerne auch weitere Themen behandelt.

Wichtig: Bitte bringen Sie zum Kurs Ihr Smartphone oder Tablet mit!

Damit der Lernerfolg gesichert werden kann, ist die Teilnehmerzahl beschränkt auf 12 Personen. Der Kurs erstreckt sich über 2 Samstage mit jeweils 3 UE und findet am 06.04.2019 und 13.04.2019 ab 15.00 Uhr statt.

Im Herbst wird ein Aufbaukurs angeboten.

**Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 07.04.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

Ringelai,  
Gasthaus Kapellenhof

**Referenten**

Hannelore Hopfer,  
Gerhard Falter,  
Dipl.-Ing. Karel Kleijn

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Mehr Mut zur Natur. Wie kann ich mein Umfeld insektenfreundlich gestalten?**

Naturkundliche Wanderung

*Mitveranstalter: Bund Naturschutz Kreisgruppe  
FRG, Ökomodellregion Ilzer Land*

## Obstbaumveredelung in Theorie und Praxis

*Mitveranstalter: Gartenbauverein*

### **Datum/Uhrzeit**

Samstag, 13.04.2019  
9.00 Uhr

### **Ort**

Fürsteneck,  
Sportheim der DJK

### **Referenten**

Johann Pauli, Max Lankl

## Besichtigung der BN-Fläche in Innernzell

Folgenden Fragen kommen bei der Führung mit Karel Kleijn zur Sprache:

- Pflege oder Prozessschutz?
- Kulturlandschaft oder Wildnis?
- Neuer Weg im Hochwasser-, Gewässer- und Artenschutz?
- Der Biber - ein willkommener Helfer mit Eigensinn!?

*Mitveranstalter: Bund Naturschutz Kreisgruppe FRG*

### **Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 14.04.2019  
14.00 Uhr

### **Ort**

Innernzell,  
Parkplatz Disco

### **Referent**

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

### **Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 27.04.2019  
19.00-21.00 Uhr

**Ort**

Waldkirchen, Bürgerhaus

**Referent**

Prof. Dr.-Ing.  
Michael Sterner

**Klimaschutz, Energiewende,  
Elektromobilität - wohin  
unser Land steuern muss,  
um die Schöpfung zu erhalten**  
**Vortrag mit Diskussion**

Wie schaffen wir es, die katastrophalen Folgen des Klimawandels abzuwenden und unser „gemeinsames Haus“, die Schöpfung zu bewahren? Welche Potenziale haben wir für die Energiewende in Bayern? Macht bei uns Windkraft und Photovoltaik überhaupt Sinn? Sind ausreichend Speicher vorhanden, um eine sichere Stromversorgung zu gewährleisten? Werden wir in Zukunft nur noch Elektroautos fahren? Ist das ganze wirtschaftlich? Was kann ich persönlich dazu beitragen? Welche Antwort können wir von unserem christlichen Hintergrund aus auf diese globalen Herausforderungen geben? Mit diesen und weiteren Fragen wird sich der Vortrag von Prof. Dr.-Ing. Michael Sterner beschäftigen.

Zum Referenten:

Prof. Dr.-Ing. Michael Sterner erforscht und lehrt an der Ostbayerischen Technischen Hochschule Regensburg in der Fakultät Elektro- und Informationstechnik die Bereiche Energiespeicher, Energiewirtschaft und Integration erneuerbarer Energien. Er leitet die Forschungsstelle Energienetze und Energiespeicher FENES.

Der Ingenieur arbeitet ehrenamtlich in der energietechnischen Gesellschaft des VDE, dem Bundeswirtschaftsministerium und dem Weltklimarat (IPCC). Er ist beratend für die Bundesregierung und die Europäische Kommission tätig und wurde in diesem Kontext als Experte in das Nationale Forum Diesel zu Fragen von alternativen Kraftstoff-



fen und Antrieben berufen. Zudem ist er im Beirat des BMBF für verschiedene Wasserstoffvorhaben und im wissenschaftlichen Beirat des gemeinsamen EU-Unternehmens FCH JU zwischen der EU Kommission und Privatunternehmen. Seit 2010 leitet Prof. Sterner die VDI Speicherkonferenz und ist im wissenschaftlichen Beirat der International Renewable Energy Storage Conference der Eurosolar sowie der Energy Storage Düsseldorf.

*Mitveranstalter: Kulturkreis Freyung-Grafenau, Bildungswerk Stadt Waldkirchen, Stabstelle Umwelt Bistum Passau, Bürgerenergie FRG, Plattform gegen Atomgefahr (Temelin), Bund Naturschutz Kreisgruppe FRG, Landkreis Freyung-Grafenau - Klimaschutzmanagement, Kath. Landvolkbewegung*

## Das Leben im Wassertropfen

Mikroskopie für jedermann, für Kinder, Jugendliche und Erwachsene,

mit Diplom-Biologin Christine Linhard, Ihlerstein

*Mitveranstalter: HNKKJ; Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

### **Datum/Uhrzeit**

Samstag, 27.04.2019  
14.00-16.00 Uhr

### **Ort**

Waldkirchen, HNKKJ

### **Referentin**

Dipl. Biologin  
Christine Linhard

### **Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

### **Anmeldung**

erforderlich bis  
20.04.2019 unter  
08581/1570

**Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 28.04.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

Thurmansbang,  
Parkplatz Neuer Friedhof

**Referenten**

Dipl.-Ing. Karel Kleijn,  
Heike Dülfer

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 04.05.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

Bischofsreut,  
Treffpunkt bei der Kirche

**Referent**

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 04.05.2019  
Samstag, 22.06.2019  
jeweils 5.00-7.00 Uhr

**Ort**

Waldkirchen, Treffpunkt  
Parkplatz am Karoli

**Referentin**

LBV-Fachreferentin  
Beate Seidel

## Besichtigung einer ehemaligen Brachfläche

Schaffung eines strukturreichen Magerbiotops für Blumen und Kleintiere - ein Beispiel für eine gelungene Zusammenarbeit mit Kommune, Bund Naturschutz, Gartenbauverein und Naturpark Bayerischer Wald.

Dauer: 2 Stunden

*Mitveranstalter:*

*Bund Naturschutz Kreisgruppe FRG*

## Wanderung zur Zeit der Orchideenblüte

Thema dieser Wanderung ist der Arten- und Lebensraumschutz im Rahmen der Bischofsreuter Waldhufen.

Dauer: 3 Stunden

*Mitveranstalter: Bund Naturschutz Kreisgruppe*

*FRG, Grünes Herz Europas, Gemeinde Haidmühle*

## Geführte Vogelstimmenwanderung

mit Beate Seidel vom Landesverband für Vogelschutz

*Mitveranstalter: HNKKJ,*

*Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

## Heilpflanzenwanderung rund um's Wostei-Häusl

Ca. 2- bis 3-stündiger Sonntags-Spaziergang zu Kälberkropf, Bärendill und Sumpflutauge und manch anderen geheimnisvollen Bewohnern der historischen Bergweiden.

*Mitveranstalter: Bund Naturschutz, Grünes Herz Europas e.V., Verein Pro-Nationalpark*

### Datum/Uhrzeit

Sonntag, 05.05.2019

Sonntag, 09.06.2019

Sonntag, 04.08.2019

jeweils 11.00 Uhr

### Ort

Neureichenau, Treffpunkt Wanderparkplatz „Adalbert-Stifter-Geh- und Radweg“ am Sonnwendberg

### Referent

Thomas Zipp

### Gebühr

freiwilliger Kostenbeitrag erbeten

### Anmeldung

nicht nötig, evtl. Rückfragen unter 08583/1847

## Wald und Wild

Bildungsprogramm für Kinder und Senioren mit Förster Herbert Weiß und Jäger Hans Seidl

*Mitveranstalter: OCV, Altenclub, Kindergarten*

### Datum/Uhrzeit

Mittwoch, 08.05.2019

11.30 Uhr

### Ort

Schönbrunn a. L., Ameiskapelle in Schönbrunnerhäuser

### Referenten

Förster Herbert Weiß, Jäger Hans Seidl

### Anmeldung

und Information unter 08558/91370

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 09.05.2019  
18.30 Uhr

**Ort**

Hohenau,  
Maibaum Eppenberg

**Referent**

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 12.05.2019  
Sonntag, 23.06.2019  
Sonntag, 11.08.2019  
jeweils 11.00 Uhr

**Ort**

Frauenberg,  
Parkplatz Dreisesselalm

**Referent**

Thomas Zipp

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Anmeldung**

nicht nötig,  
evtl. Rückfragen unter  
08583/1847

**Naturkundliche Wanderung in  
eine artenreiche Wiese auf dem  
Pfahl**

Themenkreis:

Verbrachung oder Offenhaltung

Sinn und Grenzen von Landschaftspflege

Insektensterben:

Was kann ich konkret dagegen tun?

Dauer: 2 Stunden

*Mitveranstalter:*

*und Naturschutz Kreisgruppe FRG*

**Auerhuhn und Waldweide am  
Dreisessel**

**Geführte Wanderung**

Kulturhistorisch-ökologische Wanderung  
(2-3 Stunden) zu den neuen Almweiden am  
Dreisessel im Umfeld des alten „Stierhof“.

Der Aufenthalt von Weidetieren und der  
Schutz der Lebensräume am Dreiländerberg  
schließen einander nicht aus, sondern wir-  
ken in gegenseitiger Ergänzung.

*Mitveranstalter:*

*Bund Naturschutz, Grünes Herz Europas e.V.,  
Verein Pro-Nationalpark*

## Wanderung im FFH-/Natura2000-Gebiet zur Orchideenblüte

Naturkundliche Wanderung mit Dipl.-Ing. Karel Kleijn

Dauer: 2 Stunden

*Mitveranstalter:*

*Bund Naturschutz Kreisgruppe FRG, Grünes Herz Europas, Gemeinde Philippsreut*

### **Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 12.05.2019  
14.00 Uhr

### **Ort**

Philippsreut, Rathaus

### **Referent**

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

### **Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag erbeten

## Naturkundliche Exkursion ins Revier von Elch, Luchs und Wolf

Leichte Wanderung von der bayerischen Kreuzbachklause zur Lichtwasserklause auf der tschechischen Seite des Dreisesselberges

Eine Gelegenheit zur ausführlichen Information über die derzeitigen Rückwanderbewegungen großer Beutegreifer und großer Huftiere in unsere Region. Die bereichernden Auswirkungen der beeindruckenden Rückkehrer auf die Ökosysteme des Grenzgebirges, wie auch die zu erwartenden Konflikte mit den diversen Nutzerinteressen im neu besiedelten Lebensraum werden gleichermaßen dargestellt.

Dauer: ca. 3 Stunden, ca. 8km Wegstrecke

Festes Schuhwerk und Trittsicherheit erforderlich.

Grenzüberschreitende Wanderung - bitte Ausweis nicht vergessen!

*Mitveranstalter: Bund Naturschutz, Verein Pro Nationalpark, Grünes Herz Europas e.V.*

### **Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 19.05.2019  
Sonntag, 30.06.2019  
Sonntag, 18.08.2019  
jeweils 11.00 Uhr

### **Ort**

Parkplatz an der Kreuzbachklause bei Frauenberg

### **Referent**

Thomas Zipp

**Datum/Uhrzeit**

Mittwoch, 22.05.2019  
18.30 Uhr

**Ort**

Bischofsreut, Parkplatz  
am Märchenwald

**Referent**

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 23.05.2019  
19.00 Uhr

**Ort**

Freyung, Klinik Bavaria,  
Freyung

**Referent**

Martin Stadler

**Anmeldung**

08551/990

## Abendliche Kräuterwanderung

mit Dipl.-Ing. Karel Kleijn

Dauer: 3 Stunden

*Mitveranstalter: Bund Naturschutz Kreisgruppe  
FRG, Grünes Herz Europas, Gemeinde Haidmühle*

## Da Woid is schee

### Lichtbildvortrag

Gehen Sie mit dem Referenten auf eine Reise durch den Bayerischen Wald. Anhand von zahlreichen Bildern zeigt Martin Stadler Impressionen und Stimmungen zu allen Jahreszeiten.

*Mitveranstalter: Klinik Bavaria Freyung,  
Bildungswerk Stadt Freyung*

## Reif für den Käfer ...!?

Der Dreiländerberg nach den Stürmen und Borkenkäferkalamität: Katastrophe oder Chance für einen Neubeginn?

Ca. 3- bis 4-stündige Rundwanderung über das Steinerne Meer zum Dreiländereck und zurück auf dem Grenzpfad. Tour in der Region der Auerhuhnlebensräume des Nationalparks Sumava und des Naturschutzgebietes „Hochwald“.

*Mitveranstalter: Bund Naturschutz, Grünes Herz Europas e.V., Verein Pro-Nationalpark*

### Datum/Uhrzeit

Sonntag, 26.05.2019

Sonntag, 14.07.2019

Sonntag, 25.08.2019

jeweils 11.00 Uhr

### Ort

Dreisesselparkplatz,  
Infotafel an der Auffahrt  
zum Berggasthof

### Referent

Thomas Zipp

### Gebühr

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

### Anmeldung

nicht nötig, evtl. Rückfragen unter 08583/1847

## Naturkundliche Wanderung entlang der Wolfsteiner Ohe zwischen Messerschmidtmühle und Heiblmühle

Wanderstrecke insgesamt etwa 8 km, Dauer der Wanderung ca. 3 Stunden

Besonderer Hinweis: Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung, bei Gewitter keine Wanderung!

*Mitveranstalter: HNKKJ, Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

### Datum/Uhrzeit

Sonntag, 26.05.2019

14.00-18.00 Uhr

### Ort

Waldkirchen,  
Treffpunkt am HNKKJ

### Referent

Erwin Pauli

### Gebühr

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 30.05.2019,  
10.30 Uhr  
Samstag, 06.07.2019,  
14.00 Uhr

**Ort**

Vorderfirmiansreut,  
Infotafel Naturpark

**Referent**

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 02.06.2019  
Sonntag, 21.07.2019  
jeweils 11.00 Uhr

**Ort**

Neureichenau,  
Wanderparkplatz  
„Adalbert-Stifter-Geh- u.  
Radweg“ am  
Sonnwendberg

**Referent**

Nationalparkführer  
Thomas Zipp

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Anmeldung**

nicht nötig,  
evtl. Rückfragen unter  
08583/1847

**Was hat der Schweizer Bach mit der Schweiz zu tun?**

Naturkundliche und landwirtschaftsgeschichtliche Kräuterwanderung im Tal des Schweizer Bachs

Mit Antworten auf die Fragen:

Wie kam es zur Alm in Philippsreut?

Woher kommt die Endung Reut(h)?

Dauer: 3 Stunden

*Mitveranstalter:*

*Bund Naturschutz Kreisgruppe FRG,  
Grünes Herz Europas, Gemeinde Philippsreut*

**Biber-Exkursion: „Flussmeister Bockert“**

Eine Gelegenheit zur ausführlichen Information über die gewässersanierenden Aktivitäten des großen Nagetieres und über die diversen Konflikte, die mit der Rückkehr des Bibers in seine alte Heimat verbunden sind

*Mitveranstalter: Bund Naturschutz, Verein Pro Nationalpark, Grünes Herz Europas e.V.*



## Naturkundliche Wanderung zum Thema „Moor- und Moorrandbereiche“

mit Dipl.-Ing. Karel Kleijn

Themen:

Pflege oder Naturentwicklung?

Kultur- oder Naturlandschaft?

Die Kreuzotter: Gefahr oder Qualitätssiegel hochwertiger Erholungslandschaft?

Gibt es noch Chancen für unsere Waldhühner?

Nach Fischotter, Wildschwein und Luchs nun auch noch Biber, Elch, Wisent, Wolf?

Mit Großtieren wieder Leben lernen.

Dauer: 2 Stunden

Mitveranstalter:

Bund Naturschutz Kreisgruppe FRG,  
Grünes Herz Europas, Gemeinde Philippsreut

## Moorwanderung zur Flugzeit der Schmetterlinge und zur Zeit der Wollgrasblüte

mit Dipl.-Ing. Karel Kleijn

Bei dieser Wanderung wird u.a. auch auf das Insektensterben eingegangen und es werden Möglichkeiten aufgezeigt, was man dagegen tun kann.

Dauer: 3 Stunden

Mitveranstalter: Bund Naturschutz Kreisgruppe FRG, Grünes Herz Europas, Gemeinde Haidmühle

### Datum/Uhrzeit

Samstag, 08.06.2019  
14.00 Uhr

### Ort

Hinterfirmiansreut,  
Infotafel Naturpark

### Referent

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

### Gebühr

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

### Datum/Uhrzeit

Dienstag, 18.06.2019  
18.30 Uhr

### Ort

Haidmühle, Parkplatz  
beim Grenzübergang  
Nove Udoli/Neuthal

### Referent

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

### Gebühr

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Montag, 24.06.2019  
Mittwoch, 07.08.2019  
jeweils 18.30 Uhr

**Ort**

Vorderfirmiansreut,  
Infotafel Naturpark

**Referent**

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 27.06.2019  
19.00 Uhr

**Ort**

Freyung, Klinik Bavaria

**Referent**

Wilhelm Geier

**Anmeldung**

08551/990

## Wanderung zum Thema Moor- und Klimaschutz im Tal des Wagenwassers

Mit den Themen:

Feuchtgebiete und ihre gesellschaftliche Bedeutung.

Der Biber: Helfer in der Not?!

Dauer: 2,5 Stunden

*Mitveranstalter: Bund Naturschutz Kreisgruppe FRG, Grünes Herz Europas, Gemeinde Philippsreut*

## Hochwasser Passau 2013

### Multimediaschau

Fotos und Videoclips, vom Autor aufgenommen am 3.Juni - dem Rekordwasserstand des 2013er Hochwassers in Passau - belegen die dramatische Situation der Stadtbewohner an Donau, Inn und Ilz.

Die Aufnahmen zeigen - der Reihe nach - die Hochwassersituation folgender Stadtgebiete:

Passau Anger - Untere u. Obere Donaulände  
- Am Schanzl - Fußgängerzone -  
Innpromenade u. Innstadt-Altstadt Passau

*Mitveranstalter: Klinik Bavaria Freyung, Bildungswerk Stadt Freyung*

## Moorwanderung

mit Dipl.-Ing. Karel Kleijn

Themen:

Kreuzotter- und Birkhuhnschutz

Jetzt Biber, Elch, Wisent, Fischotter, Luchs und Wolf?

Möglichkeiten und Grenzen im Arten-, Lebensraum- oder Prozessschutz

Kulturlandschaftspflege oder Naturentwicklung?

Gesellschaftliche Bedeutung von Feuchtgebieten.

Dauer: ca. 3 Stunden, bitte wasserfestes Schuhwerk anziehen

*Mitveranstalter: Bund Naturschutz Kreisgruppe FRG, Grünes Herz Europas, Gemeinde Haidmühle*

## Naturkundliche Abendwanderung

mit den Themen:

Orchideen-, Birkhuhn- und Kreuzotterenschutz

Allmendweide, Egartenbetrieb, Wiesenwässerung: Naturschutz durch Erhalt der Kulturlandschaft?

Welche alte Kulturlandschaft wollen wir?

*Mitveranstalter: Bund Naturschutz Kreisgruppe FRG, Grünes Herz Europas, Gemeinde Haidmühle*

### Datum/Uhrzeit

Samstag, 29.06.2019  
14.00 Uhr

### Ort

Bischofsreut, Marchhäuser, Parkplatz oberhalb der Säumerbrücke

### Referent

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

### Gebühr

freiwilliger Kostenbeitrag erbeten

### Datum/Uhrzeit

Donnerstag, 04.07.2019  
18.30 Uhr

### Ort

Bischofsreut, Parkplatz am Märchenwald

### Referent

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

### Gebühr

freiwilliger Kostenbeitrag erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 07.07.2019

14.00-19.00 Uhr

**Ort**

Waldkirchen,  
Treffpunkt HNKKJ

**Referenten**

Dr. Claus Bässler,  
Dr. Helmut Linhard

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Anmeldung**

wegen begrenzter Teil-  
nehmerzahl erforderlich  
bis 30.06.2019 unter  
08581/1570

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 20.07.2019

21.00 Uhr

**Ort**

Fürsteneck, Treffpunkt  
Parkplatz an der  
Schrottenbaumühle

**Referenten**

Susanne Morgenroth,  
Ilzbeauftragter  
Stefan Poost

## Neuhütten und Rachelsee

Exkursion in den Nationalpark Bayerischer Wald mit Dr. Claus Bässler und Dr. Helmut Linhard

Fahrtmöglichkeit über die Neuhüttenwiese bis Furt in etwa 980 m Höhe, unterhalb des Rachelsees gelegen, von dort eine Wanderung von 2 bis 3 km Länge in das Gebiet des Rachelsees (etwa 1070 m Höhe), zu überwindender Höhenunterschied knapp 100 m

Die Exkursion findet nur bei gutem Wetter statt, keinesfalls bei Dauerregen oder Gewitter! Bei unklaren Wetterverhältnissen Entscheidung bis Sonntag, 07.07.2019, 13.00 Uhr!

*Mitveranstalter: HNKKJ, Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

## Fledermäuse - Schatten in der Nacht

Naturkundliche Abendwanderung an der Ilz

*Mitveranstalter: Gartenbauverein, Naturpark Bayerischer Wald*

## Naturkundliche Wanderung am Grünen Band nach Krasna Hora/Schönberg (CZ) und Auerspergsreut

Mit folgenden Themen:

Naturentwicklung oder Kulturlandschaftspflege?

Unterschiedliche Wege im Naturschutz.

Dauer: 2,5 Stunden,  
Ausweis bitte nicht vergessen!

*Mitveranstalter: Bund Naturschutz Kreisgruppe FRG, Grünes Herz Europas, Gemeinde Haidmühle*

## Wanderung auf dem Industrie- steig

des KulturLandschaftsMuseums  
Grenzerfahrung (KuLaMu)

Themen dabei:

FFH-, Natura2000-, Naturschutz-, Landschaftsschutzgebiet, Grünes Band und Bischofsreuter Waldhufen.

Eine kleine Hilfe im Dschungel der Begriffe im Arten- und Naturschutz.

„Durch die Bäume den Wald noch sehen!“

Dauer: 3 Stunden

*Mitveranstalter: Bund Naturschutz Kreisgruppe FRG, Grünes Herz Europas, Gemeinde Haidmühle*

### Datum/Uhrzeit

Sonntag, 21.07.2019  
14.00 Uhr

### Ort

Haidmühle, Parkplatz  
beim Grenzübergang  
Nove Udoli/Neuthal

### Referent

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

### Gebühr

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

### Datum/Uhrzeit

Sonntag, 11.08.2019  
14.00 Uhr

### Ort

Haidmühle, Parkplatz  
unterhalb Bettenhaus  
Mühldorfer

### Referent

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

### Gebühr

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 18.08.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

Haidmühle, Parkplatz an  
der Zufahrt zur Kneipp-  
anlage

**Referent**

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 18.08.2019  
14.00-17.00 Uhr

**Ort**

Waldkirchen, Treffpunkt  
am HNKKJ

**Referenten**

Dr. Helmut Linhard,  
Hans Liebl

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 25.08.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

Philippsreut,  
Parkplatz Tusset Kapelle

**Referent**

Dipl.-Ing. Karel Kleijn

**Gebühr**

freiwilliger Kostenbeitrag  
erbeten

**Naturkundliche und siedlungsge-  
schichtliche Wanderung: Auf den  
Spuren unserer Vorfahren**

Themen: Goldwäschehügel, Raumreuten,  
Haidweg, Wanderglashütte, Ochsentrieb.

Dauer: 3,5 bis 4 Stunden,

Länge: 15 Kilometer

*Mitveranstalter: Bund Naturschutz Kreisgruppe  
FRG, Grünes Herz Europas, Gemeinde Haidmühle*

**Buchberger Leite von Freyung bis  
zum Karbidwerk**

**Naturkundlich-kulturhistorische  
Wanderung mit Hans Liebl**

botanische Erläuterungen durch Dr. Helmut  
Linhard

Die Exkursion findet nur bei dauerndem  
Starkregen oder bei Gewitter nicht statt!

*Mitveranstalter: HNKKJ, Bildungswerk Stadt  
Waldkirchen*

**Auf den Spuren der Vorfahren  
- Naturkundliche und geschicht-  
liche Wanderung nach Schnellen-  
zipf/Schwarzenthal**

Themen:

Goldener Steig, Ochsenweg, Wanderglas-  
hütten, Goldwäschehügel.

Was ist ein Raumreut?

Waren die Säumer die ersten Raumnutzer?

Dauer: 3,5 -4 Stunden,

Länge: ca. 12 Kilometer

*Mitveranstalter:*

*Bund Naturschutz Kreisgruppe FRG,  
Grünes Herz Europas, Gemeinde Philippsreut*

# Fort- und Weiterbildung



## **Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 28.03.2019  
19.00 Uhr

## **Ort**

Waldkirchen, Bürgerhaus

## **Referent**

Alexander Filip

## **Gebühr**

kostenfrei

## **Anmeldung**

vereinsbeauftragter@  
waldkirchen.de

## **Datum/Uhrzeit**

Samstag, 06.04.2019  
9.00-12.00 Uhr

## **Ort**

Freyung, Abteistraße 23

## **Referenten**

Andrea Parzefall,  
Barbara Schwarzmeier,  
Josef Holzbauer

## **Gebühr**

kostenfrei

## **Anmeldung**

08551/4581 bis  
29.03.2019

## **Datenschutzgrundverordnung**

Darf ich Bilder von Personen auf der Homepage veröffentlichen? Benötigen wir einen Datenschutzbeauftragten? Wie muss ich mit Mitgliederlisten umgehen? Was muss ich tun, um personenbezogene Daten im Verein zu schützen? Welche Daten darf ich überhaupt speichern und wie lange? Welche Informationspflichten (Homepage) muss ich erfüllen?

Diese und viele weitere Fragen beschäftigen die Vereine in und um Waldkirchen aktuell. Hr. Filip, Referatsleiter beim Bayerischen Landesamt für Datenschutzaufsicht in Ansbach, steht den Vereinsverantwortlichen dazu Rede und Antwort.

Neben einem allgemeinen Vortrag und Informationen, im speziellen für Vereine, besteht die Möglichkeit, konkrete Fragen vorab per Email an [vereinsbeauftragter@waldkirchen.de](mailto:vereinsbeauftragter@waldkirchen.de) zu schicken. Diese können dann individuell beantwortet werden.

Es wird um frühzeitige Anmeldung (mit Angabe des Vereins und Anzahl der Teilnehmer) gebeten, da die Veranstaltung nur stattfinden kann, wenn genügend Interessierte sich anmelden.

*Mitveranstalter: Bildungswerk Stadt Waldkirchen*

## **Bildungsfrühstück**

Schulungsvormittag für  
Bildungsbeauftragte

An diesem Vormittag stehen folgende Themen auf dem Programm:

Frühstück und Begegnung

Tops und Flops in der Bildungsarbeit mit  
Barbara Schwarzmeier

Biografiearbeit mit Andrea Parzefall

Umweltarbeit in der Pfarrei mit  
Josef Holzbauer

*Mitveranstalter: Stabsstelle Umwelt Bistum  
Passau*



# KEB im Bistum Passau



**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 01.02.2019,  
15.00 Uhr  
bis Samstag, 02.02.2019,  
17.00 Uhr

**Ort**

Niederalteich,  
Landvolkshochschule

**Referentinnen**

Andrea Parzefall,  
Lehrtrainerin für  
Biografiearbeit  
Agnes Stimmelmayer,  
Trainerin für  
Biografiearbeit

**Gebühr**

130 Euro Kursgebühr,  
Unterkunft/Verpflegung  
63,50 Euro im EZ oder  
59,50 im DZ

**Anmeldung**

0851/3937411 oder  
keb@bistum-passau.de

**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 08.03.2019,  
17.00 Uhr  
bis Sonntag, 10.03.2019,  
13.00 Uhr

**Ort**

Passau, Spectrum Kirche

**Referentin**

Ingeborg Lenz-Schikore

**Gebühr**

156 Euro  
(inkl. Verpflegung und ÜN  
im DZ, EZZ 10 Euro)  
116 Euro (ohne ÜN und  
Frühstück)

**„GesundheitsWeg“**

Gesundheit und Lebensfreude durch  
Biografiearbeit

„Endlich mal Zeit für mich. Endlich mal...“  
Denken Sie das auch?

Dann sind Sie hier genau richtig:

Zeit zum Erinnern, Spüren, Entdecken,  
Lernen, Gestalten, Tanzen, Wünschen...

Wir begleiten Sie gern dabei.

Sie können mit kreativen Methoden der  
Biografiearbeit tatsächlich spüren, was Ihnen  
GUT TUT, was Sie auf Ihrem GesundheitsWeg  
unterstützt und stärkt - und wie Sie das alles  
in Ihrem Alltag umsetzen können.

Mit ausgewählten gesundheitsfördernden  
Methoden der Biografiearbeit entdecken Sie Ihre  
persönlichen Stärken, die Sie als Ressource für  
Ihre eigene Gesundheit aktiv nutzbar machen  
können.

*Mitveranstalter: „Lebensmutig“ Gesellschaft für  
Biografiearbeit e.V.*

**Und es ward Abend, es ward  
Morgen, ein neuer Tag -  
„Die Schöpfung“ - getanzt!!**

Kreistänze & Harmonien - Meditation der  
Gebärde

Das Thema: „Die Schöpfung“ erschließen wir  
uns mit meditativen Kreistänzen und Gebärden.  
Wir tasten uns Schritt für Schritt in den  
Schöpfungsbogen und in die Geschichte hinein.  
Inhalte: Kreistänze, Gebärden, Harmonieübungen  
und Körperarbeit nach Impulsen von Nanni Kloke;  
sowie die Texte des Schöpfungsberichtes.

**„Es war einmal...“****Märchen bei Menschen mit Demenz  
Raum geben**

Die Arbeit mit Märchen bei älteren Menschen, insbesondere bei demenziell veränderten Menschen, ist besonders sinnvoll, verbinden sich doch mit Märchen frühe Kindheitserinnerungen und bilden eine Brücke zum emotionalen Gedächtnis.

Eine erfahrene Märchenerzählerin erzählt bei diesem Seminar nicht nur, sie gibt Anleitung zum freien Erzählen der Märchen. Auch werden Übungen aus dem Gedächtnistraining vorgestellt, die demenziell veränderten Menschen Unterhaltung und Abwechslung geben und die Arbeit der Pflegenden unterstützen.

**Hinweis:** Bei diesem Kurs kann das Zertifikat des Bundesverbandes Gedächtnistraining e.V. verlängert werden.

**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 15.03.2019,  
18.00 Uhr  
Bis Sonntag, 17.03.2019,  
13.00 Uhr

**Ort**

Schweiklberg, Gäste- und  
Tagungshaus  
„St. Benedikt“

**Referentin**

Susanne Blach,  
Ausbildungsreferentin  
BVGT e.V.

**Gebühr**

140 Euro (inkl. Unterkunft  
und Verpflegung)

**Anmeldung**

0851/3937411 oder  
keb@bistum-passau.de

**Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 17.03.2019,  
14.30 Uhr  
bis Donnerstag,  
21.03.2019, 13.00 Uhr

**Ort**

Passau, Spectrum Kirche

**Referentinnen**

Renate Tappe,  
Ausbildungsreferentin  
des BVST e.V.  
Dagmar Stadelmayer,  
Ausbildungsreferentin  
des BVST e.V.

**Gebühr**

500 Euro im DZ,  
520 Euro im EZ  
(Unterkunft, Verpflegung,  
Materialkosten und  
Kursgebühr)  
370 Euro ohne ÜN

**Anmeldung**

0851/3937411 oder  
keb@bistum-passau.de

**Ausbildung zur Seniorentanz-  
leiterin/ zum Seniorentanzleiter  
des BVST e.V.**

Grundlehrgang (40 LE) Seniorentanz

Die KEB im Bistum Passau e.V. führt in Kooperation mit dem Bundesverband Seniorentanz e.V. (BVST), Landesverband Bayern, einen Grundlehrgang Seniorentanz durch. Er ist der erste Abschnitt der mehrstufigen Ausbildung des BVST. Sie basiert auf den vom DOSB anerkannten Rahmenrichtlinien zur Qualifizierung von Trainer/innen C - Breitensport Seniorentanz. Die Ausbildung schließt mit einem Zertifikat ab (Lizenzausstellung erfolgt in einem gesonderten Verfahren).

Schwerpunkte des Grundlehrgangs

- Exemplarische Tänze und Tänze im Sitzen
- Didaktik und Methodik
- Musikalische Grundlagen
- Physiologische Prozesse des Alterns

Der Lehrgang umfasst 40 Lerneinheiten, die auch in den Abendstunden stattfinden.

*Mitveranstalter: Bundesverband Seniorentanz*

**„Das Herz wird nicht dement!“**

Fortbildung für Betreuungsassistenten/-assistentinnen, Ehrenamtliche in der Seniorenbildung, Angehörige und LeA-Gruppenleiter, die mit Demenzkranken arbeiten

Kursinhalte:

- Informationen zum Thema „Demenz“
- wertschätzende Kommunikation und
- Einführung in die validierende Gesprächsführung
- Tipps zum Umgang mit herausfordernden Verhalten
- Selbsterfahrungsmöglichkeit mit dem „Demenz-Balance-Modell“ - eine Methode, um sich der Erlebenswelt demenzkranker Menschen anzunähern und deren Ängste und Bedürfnisse besser zu verstehen.

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 06.04.2019  
9.30-16.30 Uhr

**Ort**

Passau, Spectrum Kirche

**Referentin**

Ulrike Hofstädter-Brauner,  
Heilpädagogin, LeA-  
Ausbildungsreferentin,  
Lehrerin für Pflegeberufe

**Gebühr**

40 Euro (25 Euro für Ehrenamtliche), zzgl. 4 Euro für Materialmappe

**Anmeldung**

0851/3937411oder  
keb@bistum-passau.de

**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 03.05.2019,  
14.00 Uhr  
bis Samstag,  
23.11.2019,17.00 Uhr

**Ort**

Niederalteich,  
Landvolkshochschule

**Referenten**

Brigitte Krecan-  
Kirchbichler,  
Karin Wimmer-Billeter,  
Prof. Irmgard Schroll-  
Decker,  
Lioba Scherer

**Gebühr**

Grundkurs:150 Euro  
(inkl. Verpflegung); 100  
Euro für Ehrenamtliche

Aufbaukurs: 100 Euro,  
60 Euro für Ehrenamtliche

**Anmeldung**

0851/3937411 oder  
keb@bistum-passau.de

**Generationen miteinander in  
Kontakt bringen, ein Miteinander  
schaffen**

Qualifizierungskurs Generationen-Mentorin,  
Generationenmentor

Grundkurs

1. Tag: Lebenswelten der Generationen - in-  
dividueller Blick

Freitag 03.05.2019, 14.00 -21.00 Uhr

Referentinnen:

Prof. Dr. Irmgard Schroll-Decker,  
Lioba Scherer

2. Tag: Generationenfreundlicher Ort -  
gesellschaftlicher Blick

Samstag 08.06.2019, 10.00 -17.00 Uhr

Referentin: Brigitte Krecan-Kirchbichler

3. Tag: Als Generationen-Mentor/in unter-  
wegs

Freitag 28.06.2019, 14.00 -21.00 Uhr

Referentin: Brigitte Krecan-Kirchbichler

Aufbaukurs mit Praxisprojekt -  
Generationen-Mentoren konkret

4. Tag: Praxisprojekte konkret

Samstag 14.09.2019, 10.00 - 17.00 Uhr

Referentin: Karin Wimmer-Billeter

5. Tag: Vorstellung der Praxisprojekte und  
Reflexion, Zertifikatsverleihung

Samstag 23.11.2019, 10.00 -17.00 Uhr

Referentin: Karin Wimmer-Billeter

*Mitveranstalter: KEB im Bistum Regensburg e.V.*

## Welterbe-Weingenuss- Wohlgefühl

### 2. Tagesfahrt von KEB und EBP nach Würzburg

Die evangelische und katholische Erwachsenenbildung bieten eine 2 tägige Studienfahrt nach Würzburg an. Dabei lernen Sie die wichtigsten Sehenswürdigkeiten (Altstadt, Dom, Marienberg, Käppele) der Stadt am Main kennen. Außerdem ist eine Begegnung mit der ehemaligen Passauer Dekanin Dr. Edda Weise vorgesehen. Auf der Rückfahrt machen wir Station im Schloss Weissenstein (Pommersfelden).

*Mitveranstalter: Evangelisches Bildungswerk im Dekanatsbezirk Passau e.V.*

## Denk-Bar, Hör-Bar, Fühl-Bar

12 Trainingsziele bieten die Möglichkeit, immer einen passenden Übungsmix zum ganzheitlichen Gedächtnistraining zusammenzustellen. Kommen Sie doch einfach in meine Gedächtnis-Bar und lassen Sie sich einen neuen Übungscocktail servieren, mit dem Sie das Gedächtnis ihrer Kursteilnehmer trainieren können.

### Datum/Uhrzeit

Samstag, 04.05.2019,  
6.30 Uhr  
bis Sonntag, 05.05.2019,  
22.00 Uhr

### Leitung

Gerhard Mager,  
Pfr. Norbert Stapfer

### Gebühr

180 Euro  
(EZ mit Dusche/WC)

### Anmeldung

0851/3937411 oder  
keb@bistum-passau.de

### Datum/Uhrzeit

Freitag, 17.05.2019,  
14.00 Uhr  
bis Samstag, 18.05.2019,  
14.00 Uhr

### Ort

Passau, Spectrum Kirche

### Referentin

Agnes Boos, Gedächtnis-  
trainerin BVGT

### Gebühr

80 Euro (inkl. ÜN und  
Verpflegung)  
65 Euro (ohne ÜN und  
Frühstück)

### Anmeldung

0851/3937411 oder  
keb@bistum-passau.de

**Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 16.06.2019,  
18.00 Uhr  
bis Mittwoch, 19.06.2019,  
13.00 Uhr

**Ort**

Niederalteich,  
Landvolkshochschule

**Referenten**

Konrad Haberberger,  
Diplom-Theologe,  
Sophia Schützeneder,  
staatlich anerkannte  
Erzieherin

**Gebühr**

160 Euro

**Anmeldung**

0851/3937411 oder  
keb@bistum-passau.de

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 06.07.2019  
9.30-16.30 Uhr

**Ort**

Passau, Spectrum Kirche

**Referentin**

Sybille Lichti,  
Gedächtnistrainerin BVGT  
und Gartentherapeutin

**Gebühr**

50 Euro (inkl. Verpfle-  
gung), 30 Euro für Ehren-  
amtliche

**Anmeldung**

0851/3937411 oder  
keb@bistum-passau.de

## Von guten Mächten wunderbar geborgen

### Bildungstage für Menschen mit Behinderung

Die Begegnungstage für behinderte Menschen und ihre Eltern ermöglichen Begegnung und Erfahrungsaustausch; dazwischen ist viel Zeit für Bewegung, Erholung und Geselligkeit.

Für die Teilnehmenden mit Behinderung werden sowohl kreative als auch erholsame Einheiten zum Thema „Lebensfreude, Lebenssinn“ angeboten.

## „Die Hand - ein Meisterwerk der Natur und von besonderer Bedeutung für das Gehirn“

Die Hände nehmen einen Großteil des Gehirns in Anspruch. In diesem Tagesseminar lernen Sie, wie Sie Ihre Hände in der Arbeit mit Hochbetagten, bettlägerigen und demenziell erkrankten Menschen gezielt nutzen können. Das Seminar schafft darüber hinaus ein Bewusstsein für die „Sprache der Hände“



# Terminübersicht

## Allgemeines



## ZENTRALE VERANSTALTUNGEN

02.02.	"Wir trauen uns"	S. 7
13.02.	Einführung in die revidierte Einheitsübersetzung	S. 9
20.02.	Einführung in die revidierte Einheitsübersetzung	S. 9
13.03. - 10.04.	Lebensreise - Seminar	S. 23
16.03.	"Wir trauen uns"	S. 7
16.03.	"Wir trauen uns"	S. 8
06.04.	Bildungsfrühstück	S. 104
06.04.	"Wir trauen uns"	S. 7
06.04. - 13.04.	Einsteigerkurs: Nutzung von Smartphone und Tablet	S. 86
09.04.	Bibel und Lebensgeschichte	S. 11
27.04.	Klimaschutz, Energiewende, Elektromobilität	S. 88
04.05.	"Wir trauen uns"	S. 7
24.05. - 25.05.	EINFACH LEBEN	S. 12
08.06. - 16.06.	51. Chor- und Orchesterwoche Bayerischer Wald	S. 55
14.06.	1. Abschlusskonzert der 51. Chor- und Orchesterwoche Bayerischer Wald	S. 56
15.06.	2. Abschlusskonzert der 51. Chor- und Orchesterwoche Bayerischer Wald	S. 56
15.06.	Tagesfahrt nach Budweis/CZ	S. 75
26.07.	Theaterfahrt nach Krumau/CZ: "Dornröschen"	S. 58

## KEB IM BISTUM PASSAU E.V.

01.02. – 02.02.	"GesundheitsWeg"	S. 106
08.03. – 10.03.	Die Schöpfung - getanz	S. 106
15.03. – 17.03.	Märchen bei Menschen mit Demenz	S. 107
17.03. – 21.03.	Ausbildungskurs Seniorentanz	S. 108
06.04.	Das Herz wird nicht dement	S. 109

03.05. . 23.11.	Generationen miteinander in Kontakt bringen	S. 110
04.05. – 05.05.	2. Tagesfahrt nach Würzburg	S. 111
17.05.-18.05.	Denk-Bar, Hör-Bar, Fühl-Bar	S. 111
16.06. – 19.06.	Bildungstage für Menschen mit Behinderung	S. 112
06.07.	Die Hand - ein Meisterwerk der Natur	S. 112

## **FORTLAUFENDE VERANSTALTUNGEN**

	Eltern-Kind-Gruppen	S. 16
	Gymnastikkurse	S. 30

## **BISCHOFBREIT**

04.05.	Wanderung zur Zeit der Orchideenblüte	S. 90
22.05.	Abendliche Kräuterwanderung	S. 94
29.06.	Moorwanderung	S. 99
04.07.	Naturkundliche Abendwanderung	S. 99

## **BÖHMZWIESEL**

20.02.	Einführung in die revidierte Einheitsübersetzung	S. 9
--------	--	------

## **FREYUNG**

	Baby- und Kleinkindersprechstunde	S. 21
	BIEP- Elterntreff	S. 22
	Stillberatung	S. 36
	Freier Tanzkreis	S. 32
	Pilateskurs	S. 33
	Literarische Runde	S. 50
02.02.	"Wir trauen uns"	S. 7
04.02.	Informationsabend für werdende Eltern	S. 36
05.02.	Welches Antidiabetikum ist für mich geeignet?	S. 36
11.02.	Tschechisch 15 - Intensivkurs	S. 65

12.02.	Altes Handwerk neu entdeckt: Einführung in die Kunst des Töpfern	S. 51
14.02.	Ukraine 1: Odessa - Halbinsel Krim	S. 67
20.02.	Kurs "Wassergymnastik für Schwangere"	S. 37
20.02.	Kurs "Rückbildungsgymnastik im Wasser"	S. 37
20.02.	Yogakurs für Geübte	S. 29
21.02.	Qigong-Kurs für Anfänger und Geübte	S. 38
26.02.	Kurs "Geburtsvorbereitung"	S. 38
27.02.	Englisch 25	S. 64
27.02.	Jetzt ist ´s Zeit für Beikost	S. 39
28.02.	Ent und herent	S. 68
05.03.	Das Langzeit rtCGM Eversense	S. 40
06.03.	Rückbildungskurs "Endlich wieder bauchfrei"	S. 40
07.03.	Englisch für Anfänger	S. 64
11.03.	Wie gewöhne ich meinen Säugling an die Bewegung im Wasser?	S. 41
13.03.	Lebensreise - Seminar	S. 23
14.03.	Ukraine 2: Odessa-Dnjepr-Kiew	S. 69
21.03.	Säuglingspflegekurs	S. 23
23.03.	36. Kulturkreis-Einkehr: "Zeugnisse römischer Geschichte in Niederbayern"	S. 52
25.03.	Kurs: Feldenkrais - Schmerzvermeidung durch einfache Bewegungen	S. 42
27.03.	Kurs "Wassergymnastik für Schwangere"	S. 37
27.03.	Kurs "Rückbildungsgymnastik im Wasser"	S. 37
28.03.	Bayern - Böhmen - Österreich	S. 69
01.04.	Seminar "Auf den Spuren unserer Ahnen"	S. 53
01.04.	Informationsabend für werdende Eltern	S. 36
02.04.	Wie beuge ich vor, damit Diabetes nicht an die Nieren geht?	S. 43
06.04.	Bildungsfrühstück	S. 104

06.04.	Einsteigerkurs: Nutzung von Smartphone und Tablet	S. 86
11.04.	Lago Maggiore - Luganer See - Piemont	S. 70
13.04.	7. Schlösserfahrt nach Böhmen	S. 71
25.04.	Auf Engelsspuren unterwegs	S. 71
29.04.	Wie gewöhne ich meinen Säugling an die Bewegung im Wasser?	S. 41
30.04.	Kurs: Baby-Massage	S. 44
30.04.	Kurs "Geburtsvorbereitung"	S. 38
30.04.	Tschechisch 33 - Aufbaukurs	S. 66
30.04.	Tschechisch 58	S. 66
04.05.	"Wir trauen uns"	S. 7
06.05. - 11.05.	"Auf der Via Nova zum Heiligen Berg in Böhmen"	S. 72
06.05.	"Schrauzgänge" landkreis- und europaweit	S. 54
07.05.	Abnehmkurs: Gesundes Abnehmen ohne Jojo-Effekt	S. 45
07.05.	Gesunde Ernährung	S. 45
08.05.	Rückbildungskurs "Endlich wieder bauchfrei"	S. 40
08.05.	Kurs "Wassergymnastik für Schwangere"	S. 37
08.05.	Kurs "Rückbildungsgymnastik im Wasser"	S. 37
09.05.	Große Eismeerkreuzfahrt: 18 Tage Nordatlantik & Arktis	S. 72
11.05.	Tageskulturfahrt zum Heiligen Berg nach Pribram	S. 73
23.05.	Heilkraft aus der Baumapotheke	S. 46
23.05.	Da Woid is schee	S. 94
27.05. - 31.05.	Kulturreise nach Mähren	S. 74
03.06.	Informationsabend für werdende Eltern	S. 36
04.06.	Unterzucker bis der Notarzt kommt	S. 46
06.06.	Der Russische Norden	S. 74
15.06.	Tagesfahrt nach Budweis/CZ	S. 75

18.06.	Kurs "Geburtsvorbereitung"	S. 38
19.06. - 23.06.	14. Freyunger Opernwerkstatt "Figaros Hochzeit - in Kürze"	S. 56
26.06.	Kurs "Wassergymnastik für Schwangere"	S. 37
26.06.	Kurs "Rückbildungsgymnastik im Wasser"	S. 37
27.06.	Hochwasser Passau 2013	S. 98
29.06.	Tageskulturfahrt nach Regensburg: Museum der Bayerischen Geschichte	S. 76
02.07.	Kurs: Baby-Massage	S. 44
02.07.	Atelierbesuch bei Rudi Ranzinger	S. 57
10.07.	Rückbildungskurs "Endlich wieder bauchfrei"	S. 40
11.07.	Lago Maggiore - Luganer See - Piemont	S. 70
13.07.	8. Schlösserfahrt nach Böhmen	S. 77
15.07.	Wie gewöhne ich meinen Säugling an die Bewegung im Wasser?	S. 41
18.07.	Säuglingspflegekurs	S. 23
25.07.	Auf Engelsspuren unterwegs	S. 71
26.07.	Theaterfahrt nach Krumau/CZ: "Dornröschen"	S. 58
05.08.	Informationsabend für werdende Eltern	S. 36
06.08.	Diabetes und Auge	S. 47
08.08.	Ukraine 1: Odessa - Halbinsel Krim	S. 67
18.08.	Abschlussvorstellung der 14. Freyunger Opernwerkstatt	S. 59
22.08.	Unter'm Haidl	S. 78
24.08.	9. Schlösserfahrt nach Böhmen	S. 79

## FÜRSTENECK

02.03.	Obstbaumschnittkurs in Theorie und Praxis	S. 84
04.04.	Integrierter Pflanzenschutz an Gurken, Tomaten und Zucchini	S. 85

13.04.	Obstbaumveredelung in Theorie und Praxis	S. 87
20.07.	Fledermäuse - Schatten in der Nacht	S. 100

## **GRAFENAU**

13.02.	"Einführung in die revidierte Einheitsübersetzung	S. 9
16.03.	"Wir trauen uns"	S. 6
06.04.	"Wir trauen uns"	S. 6
29.04.	Tschechisch 49 - Konversation	S. 66

## **HAIDMÜHLE**

18.06.	Moorwanderung zur Flugzeit der Schmetterlinge und zur Zeit der Wollgrasblüte	S. 67
21.07.	Naturkundliche Wanderung am Grünen Band	S. 101
11.08.	Wanderung auf dem Industriesteig des KuLaMU	S. 101
18.08.	Naturkundliche und siedlungsgeschichtliche Wanderung: Auf den Spuren unserer Vorfahren	S. 102

## **HINTERSCHMIDING**

06.02.	Neue Geschichten vom Weihrazen	S. 51
08.06. - 16.06.	51. Chor- und Orchesterwoche Bayerischer Wald	S. 55
14.06.	1. Abschlusskonzert der 51. Chor- und Orchesterwoche Bayerischer Wald	S. 56
15.06.	2. Abschlusskonzert der 51. Chor- und Orchesterwoche Bayerischer Wald	S. 56

## **HOHENAU**

27.04.	Heilpflanzen für die Frühjahrskur	S. 44
09.05.	Naturkundliche Wanderung in eine artenreiche Wiese auf dem Pfahl	S. 92

## **INNERNZELL**

14.04.	Besichtigung der BN-Fläche in Innernzell	S. 87
--------	--	-------

## **LANGFURTH**

24.05. - 25.05.	EINFACH LEBEN	S. 12
-----------------	---------------	-------

## **MAUTH**

16.02.	Unter ´m Haidl	S. 67
--------	----------------	-------

12.03.	Seminar Homöopathische Mittel und ihre Anwendung für den Laien	S. 42
--------	--	-------

07.05. - 21.05.	Seminar "Schüssler Salze"	S. 45
-----------------	---------------------------	-------

## **NEUREICHENAU**

05.02.	Hatha Yoga-Abendkurs	S. 29
--------	----------------------	-------

06.02.	Hatha Yoga-Abendkurs	S. 29
--------	----------------------	-------

08.02.	Hatha Yoga-Abendkurs	S. 29
--------	----------------------	-------

11.03.	Hatha Yoga-Abendkurs	S. 29
--------	----------------------	-------

05.05.	Heilpflanzenwanderung rund um's Wostei-Häusl	S. 91
--------	--	-------

12.05.	Auerhuhn und Waldweide am Dreisessel	S. 92
--------	--------------------------------------	-------

19.05.	Naturkundliche Exkursion ins Revier von Elch, Luchs und Wolf	S. 93
--------	--	-------

26.05.	Reif für den Käfer ...!?	S. 95
--------	--------------------------	-------

02.06.	Biber-Exkursion: "Flussmeister Bockert"	S. 96
--------	---	-------

09.06.	Heilpflanzenwanderung rund um's Wostei-Häusl	S. 91
--------	--	-------

23.06.	Auerhuhn und Waldweide am Dreisessel	S. 92
--------	--------------------------------------	-------

30.06.	Naturkundliche Exkursion ins Revier von Elch, Luchs und Wolf	S. 93
--------	--	-------

14.07.	Reif für den Käfer ...!?	S. 95
--------	--------------------------	-------

21.07.	Biber-Exkursion: "Flussmeister Bockert"	S. 96
--------	---	-------

04.08.	Heilpflanzenwanderung rund um's Wostei-Häusl	S. 91
--------	--	-------

11.08.	Auerhuhn und Waldweide am Dreisessel	S. 92
--------	--------------------------------------	-------

18.08.	Naturkundliche Exkursion ins Revier von Elch, Luchs und Wolf	S. 93
--------	--	-------

25.08.	Reif für den Käfer ...!?	S. 95
--------	--------------------------	-------



## **OBERKREUZBERG**

30.06. - 04.07.	Studienfahrt Allgäu - Tirol - Zugspitze	S. 76
-----------------	---	-------

## **PERLESREUT**

28.02.	Englisch 13	S. 64
--------	-------------	-------

12.03.	Heilfasten im Frühjahr	S. 41
--------	------------------------	-------

18.05.	Eine gute Kommunikation - Der Schlüssel zum persönlichen Glück	S. 25
--------	--	-------

## **PHILIPPSREUT**

12.05.	Wanderung im FFH-/Natura2000-Gebiet zur Orchideenblüte	S. 93
--------	--	-------

30.05.	Was hat der Schweizer Bach mit der Schweiz zu tun?	S. 96
--------	--	-------

08.06.	Naturkundliche Wanderung zum Thema "Moor- und Moorrandbereiche"	S. 97
--------	---	-------

24.06.	Wanderung zum Thema Moor- und Klimaschutz im Tal des Wagenwassers	S. 98
--------	---	-------

06.07.	Was hat der Schweizer Bach mit der Schweiz zu tun?	S. 96
--------	--	-------

07.08.	Wanderung zum Thema Moor- und Klimaschutz im Tal des Wagenwassers	S. 98
--------	---	-------

25.08.	Auf den Spuren der Vorfahren - Naturkundliche und geschichtliche Wanderung	S. 102
--------	--	--------

## **RINGELAI**

21.03.	Schützen Sie Ihr Kind vor Drogen	S. 24
--------	----------------------------------	-------

07.04.	Mehr Mut zur Natur. Wie kann ich mein Umfeld insektenfreundlich gestalten?	S. 86
--------	--	-------

## **RÖHRNBACH**

	Freier Tanzkreis	S. 32
--	------------------	-------

## **SCHÖNBRUNN A. L.**

21.02.	Faschingsbräuche	S. 51
--------	------------------	-------

23.03.	Am Ende ist Licht	S. 53
--------	-------------------	-------

27.03.	Besichtigung der Brauerei Lang in Freyung	S. 82
--------	---	-------

25.04.	Wegzeichen und Wegweiser	S. 11
08.05.	Wald und Wild	S. 91
26.06.	Studienfahrt zum Kloster in Thyrnau	S. 14
18.07.	Knochen stärken - gewusst wie!	S. 47
14.08.	Studienfahrt durch die Gemeinde Hohenau	S. 82

## **SPIEGELAU**

21.02.	Yoga - Entspannung für den Rücken	S. 29
15.03. - 17.03.	"Grundkurs Gemeindlichen Glaubens"	S. 10

## **ST. OSWALD**

11.04.	Brauchtum in der Frühlings- und Osterzeit	S. 54
09.05.	Maria - Helferin im Alter	S. 11

## **THURMANSBANG**

28.04.	Besichtigung einer ehemaligen Brachfläche	S. 90
--------	---	-------

## **WALDKIRCHEN**

	Freies Tanzen und Entspannung	S. 33
	Glaubensgesprächsabende	S. 9
	Literarisches Café	S. 50
	Qigong-Kurse	S. 34
05.02.	Englisch für Wiedereinsteiger	S. 62
06.02.	Englisch für Fortgeschrittene	S. 63
07.02.	Englisch Grundstufe	S. 63
21.02.	Auf Fotopirsch im wilden Wald	S. 84
24.02.	"Gesteinssprechstunde"	S. 84
26.02.	QiGong für Einsteiger	S. 39
07.03.	Gotland - Natur und Kultur dieser schönen schwedischen Ostseeinsel	S. 68

11.03.	Dokumentarfilm „Ein Mal im Leben auf den Hl. Berg Svartá Hora“	S. 10
16.03.	"Wir trauen uns"	S. 8
21.03.	Quer durch die einheimische Natur	S. 85
25.03.	Fitness mit Baby	S. 43
28.03.	Fitness mit Baby	S. 43
28.03.	Datenschutzgrundverordnung	S. 104
04.04.	Das Liebesleben der Spinnen	S. 85
05.04.	Eine Reise durch Georgien - Natur und Tierwelt	S. 70
09.04.	Bibel und Lebensgeschichte	S. 11
18.04.	Heiteres und Nachdenkliches aus dem Leben	S. 54
27.04.	Das Leben im Wassertropfen	S. 89
27.04.	Klimaschutz, Energiewende, Elektromobilität	S. 88
04.05.	Geführte Vogelstimmenwanderung	S. 90
16.05.	Die Donau von Passau bis zum Schwarzen Meer	S. 73
23.05. - 26.05.	Narzissenblüte im Ausseerland	S. 73
26.05.	Naturkundliche Wanderung entlang der Wolfsteiner Ohe	S. 95
03.06.	Fitness mit Baby	S. 43
06.06.	Fitness mit Baby	S. 43
22.06.	Geführte Vogelstimmenwanderung	S. 90
30.06.	Neue/alte Wege nach Böhmen	S. 77
07.07.	Neuhütten und Rachelsee	S. 100
17.08.	Abschlussvorstellung der 14. Freyunger Opernwerkstatt	S. 59
18.08.	Neue/alte Wege nach Böhmen	S. 78
18.08.	Buchberger Leite von Freyung bis zum Karbidwerk	S. 102

## **Geschäftsbedingungen**

### **Anmeldung**

Die Veranstaltungen der KEB sind für jedermann offen. Veranstaltungen, bei denen Anmeldung erforderlich ist, sind mit dem entsprechenden Hinweis versehen.

Sie erleichtern unsere Planung erheblich bei frühzeitiger Anmeldung, spätestens jedoch bis 1 Woche vor Maßnahmebeginn. Sie können sich schriftlich, per Fax, per E-Mail, telefonisch, persönlich in der Geschäftsstelle bzw. bei der angegebenen Anmeldestelle und bei einigen Angeboten auch online (sofern diese Möglichkeit auf der Homepage angeboten wird) anmelden. Ihre Anmeldung ist ab diesem Zeitpunkt verbindlich.

Angemeldete Interessierte werden rechtzeitig über Beginn bzw. Absage einer Maßnahme schriftlich oder telefonisch in Kenntnis gesetzt.

### **Teilnahmebeiträge**

- Teilnahmebeiträge für Kursveranstaltungen und Studienfahrten werden nach den zu erwartenden Kosten berechnet und sind bei der jeweiligen Veranstaltung ausgewiesen.
- Die Kursbeiträge verstehen sich grundsätzlich ausschließlich der Material- und Lehrbuch-Gebühren. Anderes wird entsprechend vermerkt.
- Die Zahlung erfolgt per Überweisung oder Bankeinzug, Bargeld wird nur bei Abendvorträgen entgegengenommen.

### **Veranstaltungsabsage**

Die KEB kann aufgrund ungenügender Teilnehmezahlen oder Ausfalls der Kursleitung eine Veranstaltung absagen. In diesen Fällen werden unter Ausschluss weitergehender Ansprüche bereits geleistete Zahlungen voll zurückerstattet.

Kurse mit weniger Anmeldungen als der erforderlichen Mindestzahl können durchgeführt werden, wenn die Teilnehmer und Teilnehmerinnen bereit sind, eine entsprechend höhere Gebühr zu bezahlen.

Bei kurzfristiger Absage einer Veranstaltung durch den Veranstalter ist es dem Veranstalter freigestellt, diese nachzuholen oder Gebühren zurückzuerstatten.

## **Kündigung**

Bei nachhaltigen Verstößen gegen die Hausordnung einer Einrichtung oder Störung der Veranstaltung kann die betreffende Person durch den Veranstalter oder die jeweilige Kursleitung von der Veranstaltung ausgeschlossen werden. Eine Rückerstattung der Gebühren erfolgt nicht.

## **Rücktritt**

- Bei Rücktritt von der Kursanmeldung vor dem Datum des Anmelde-schlusses entstehen keine Kosten.
- Bei Rücktritt nach dem Anmeldeschluss werden 50% der Kursgebühr, mindestens jedoch € 5,- als Verwaltungsgebühr erhoben.
- Wird ein begonnener Kurs von einem Teilnehmenden abgebrochen, gibt es keine Erstattung.
- Wird ein begonnener Kurs aus nachgewiesenem triftigem Grund (längere Erkrankung, berufliche Verpflichtungen u. ä.) abgebrochen, ist auf Antrag eine anteilige Erstattung von Gebühren möglich.
- Ein Anspruch auf ein Zertifikat besteht nur bei regelmäßiger Teilnahme und vollständiger Bezahlung der Gebühren.

## **Haftung**

- Die Haftung der KEB beschränkt sich auf Schäden jeglicher Art, die durch schuldhaftes Verhalten einem Dritten gegenüber verursacht wurden.
- Bei Studienfahrten tritt die KEB nur als Vermittler auf. Es gelten dort die besonderen Reiserechtsbedingungen des jeweiligen Veranstalters.

## **Datenschutz**

Für die Verwaltung von Veranstaltungen werden Teilnahmedaten gespeichert. Ihre weitergehende Verwendung ist ausgeschlossen.



## **Vorstand**

Sebastian Gruber, 1. Vorsitzender  
Dr. Hanna Seidl, 2. Vorsitzende  
Kajetan Steinbeißer, 3. Vorsitzender

## **Beratendes Mitglied**

Barbara Schwarzmeier, Geschäftsführerin



## **Geschäftsstelle**

Katholische Erwachsenenbildung (KEB)  
im Landkreis Freyung-Grafenau  
Abteistr. 23, 94078 Freyung  
Telefon 08551 4581  
Telefax 08551 6963  
Mobil 0176/96862897  
info@keb-freyung.de  
www.keb-freyung.de  
www.facebook.com/KEB.FRG

## **Bankverbindungen**

Sparkasse Freyung-Grafenau  
BLZ 740 512 30, Kto.Nr. 441816  
IBAN: DE62 7405 1230 0000 4418 16, BIC: BYLADEM1FRG

VR-Bank Freyung  
BLZ 740 900 00, Kto.Nr. 430030  
IBAN: DE44 7409 0000 0000 4300 30, BIC: GENODEF1PA1

## **Herausgeber**

KEB im Landkreis Freyung-Grafenau e. V.

## **Inhalt**

Barbara Schwarzmeier, Freyung

## **Fotos**

Andrea Parzefall: Titelfoto  
Karl-Heinz Paulus: S. 5, 15, 30, 55, 61, 81, 83, 113  
Clipdealer: S. 16, 28, 62, 65  
Fotolia©momanuma: S. 27  
Barbara Osdarty: S. 49  
Pixabay: S. 6, 105  
Peter Apart: S. 103

## **Satz & Layout**

Stephanie Kössler

## **Druck**

Fuchs GmbH, Freyung

## **Auflage**

2.400 Stück



[www.keb-freyung.de](http://www.keb-freyung.de)



Katholische Erwachsenenbildung (KEB) im Landkreis Freyung-Grafenau  
Abteistr. 23 • 94078 Freyung • Telefon 08551 4581 • [info@keb-freyung.de](mailto:info@keb-freyung.de)