



© Free-Photo/pixabay.com

# KEB *online*

## „Komm, lieber Mai ...“

Liebe Bildungsinteressierte,

ja, tatsächlich, schon kommt der Mai und macht – wie es in dem bekannten Volkslied heißt – die Bäume wieder grün.

Das Leben verlagert sich noch mehr nach draußen, die Menschen zieht es in die Natur.

Auf Grund der positiven Erfahrungen aus den Zeiten der Lock-Downs wollen wir als katholische Erwachsenenbildung aber auch weiterhin an Online-Angeboten festhalten, wenn auch in deutlich geringerem Umfang und begrenzt auf einige wenige Themenbereiche.

Mit dieser Zusammenstellung wollen wir Sie zu den Online-Veranstaltungen der KEBs im Mai herzlich einladen – wir freuen uns aber natürlich auch, wenn wir sie bei den wieder vermehrt angebotenen Präsenz-Bildungsveranstaltungen sehen!

Veronika Emmer  
Geschäftsführerin der KEB im Bistum Passau





# ONLINE-ANGEBOTE DER KATHOLISCHEN ERWACHSENENBILDUNG IN DER DIÖZESE PASSAU

## MAI 2022

---

### Inhalt

Kontaktdaten .....	1
Themenbereich Lebensgestaltung und Erziehung.....	2
Themenbereich Gesundheit und Ernährung .....	4
Themenbereich Fort- und Weiterbildung.....	5

### Kontaktdaten

KEB im Landkreis Deggendorf e.V.

Gundelauer Str. 7 – 94 557 Niederalteich – 09901/6228 – [www.keb-deggendorf.de](http://www.keb-deggendorf.de)

KEB im Landkreis Freyung-Grafenau e.V.

Abteistr. 23 – 94078 Freyung – 08551/4581 – [www.keb-freyung.de](http://www.keb-freyung.de)

KEB in Stadt und Landkreis Passau e.V.

Große Messergasse 1 – 94032 Passau – 0851/393-4501 – [www.keb-passau.de](http://www.keb-passau.de)

KEB im Landkreis Regen e.V.

Kirchplatz 18 – 94209 Regen – 09921/7814 – [www.keb-regen.de](http://www.keb-regen.de)

KEB Rottal-Inn-Salzach e.V.

Kapellplatz 8 – 84503 Altötting – 08671/4144 – [www.keb-ris.de](http://www.keb-ris.de)

KEB im Bistum Passau e.V.

Große Messergasse 1 – 94032 Passau – 0851/393-4501 – [www.keb-bistum-passau.de](http://www.keb-bistum-passau.de)

## Themenbereich Lebensgestaltung und Erziehung

### Natürliche Empfängnisregelung nach der Entbindung und in der Stillzeit

Bei diesem Seminar wollen wir folgende Themen besprechen: Einführung in die Natürliche Empfängnisregelung; Rückkehr der Fruchtbarkeit nach einer Entbindung und in der Stillzeit erkennen; Zeichen kennenlernen, um fruchtbare Tage zu bestimmen; Einführung in die "Stillmappe" zum Aufzeichnen des Stillzyklus; Ein Seminar für Frauen und Paare

<b>Termin(e)</b>	Montag, 02. Mai 2022, 20-22.15 Uhr
<b>Referent(in)</b>	Doris Kittelmann
<b>Veranstalter</b>	KEB im Landkreis Regen e. V., Perle e.V.
<b>Anmeldung</b>	<a href="mailto:Doris.kittelmann@perle-ev.de">Doris.kittelmann@perle-ev.de</a>
<b>Hinweise</b>	Online via Microsoft Teams

### Stark für die Zukunft – entspannte Eltern, starke Kinder

Starke, selbstbewusste und gesunde Kinder – das wünschen sich alle Eltern und sehnen sich danach, dass es ihnen gelingt, den Kindern das mitzugeben, was sie für ein selbstständiges, glückliches Leben brauchen.

Im Elternhaus erfährt das Kind die erste und wichtigste Bindung, die es später im Leben braucht, um sich sicher und kompetent zu fühlen. Das Elternhaus sollte für das Kind ein sicheres Fundament bieten, auf dem es sein eigenes Lebenshaus bauen kann.

<b>Termin(e)</b>	Mittwoch, 04. Mai 2022, 19.30-21 Uhr
<b>Referent(in)</b>	Monika Veit
<b>Veranstalter</b>	KEB in Stadt und Landkreis Passau, Grundschulen Breitenberg & Schaibing
<b>Gebühr</b>	Kostenfrei
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.keb-passau.de/anmeldung/?va=39267">www.keb-passau.de/anmeldung/?va=39267</a>



### FamShip – ein Onlinekurs

Als Eltern und Erziehende sind Sie gemeinsam mit Ihren Kindern täglich unterwegs - mit Erlebnissen, Herausforderungen und Konflikten, die einen auf die Palme bringen und hilflos machen können. Das Leben in einer Familie kann man mit einer Schifffahrt vergleichen. So gerät eine gemütliche Tour auf einem ruhigen Meer schnell in einen tosenden Sturm oder in gefährliche Untiefen. Und manchmal versuchen sogar "Piraten" das Schiff zu entern und den Kurs zu bestimmen. Mit FamShip wollen wir Ihnen zeigen, wie man als Kapitän oder Kapitänin und einer guten Navigation das Schiff Familie sicher und entspannt steuern kann. Wir freuen uns, Sie dabei begleiten zu dürfen. Das Training beruht auf Erkenntnissen der Bindungsforschung und Emotionsfokussierten Therapie und bietet den Teilnehmern ein umfassendes Konzept für das erzieherische Handeln. Der Umgang mit unangenehmen Gefühlen, schwierigem Verhalten und digitalen Medien kommen zur Sprache. Lösungen für Ihre Probleme werden mit verschiedenen methodischen Schritten erarbeitet und ausprobiert.

Dieser Kurs erstreckt sich über sechs Einheiten und richtet sich an Mütter, Väter, Elternpaare, Patchwork-Eltern, Alleinerziehende, Großeltern und Erziehungsberechtigte, die Kinder im Alter von 3 - 14 Jahren betreuen oder erziehen.

**Termin(e)** 10./17./31. Mai, 28. Juni, 05./19. Juli 2022, jeweils 19- 21 Uhr

**Referent(in)** Sandra Feldschmid, Waltraud Wirthl

**Veranstalter** KEB im Bistum Passau

**Gebühr** 80 Euro (für Einzelpersonen), 120 Euro (für Paare)

**Anmeldung** <https://www.keb-bistum-passau.de/anmeldung/?va=29455>

### Natürliche Empfängnisregelung

#### Kinderwunsch – Wünschen und Planen Teil 1

An diesem Abend stehen folgende Themen im Mittelpunkt: Zyklus kennenlernen, die Rolle der Hormone verstehen, Bestimmung möglicher fruchtbarer Tage, das Hormongeschehen im Zyklus. Der Termin für das Aufbau-seminar wird in Absprache mit den Teilnehmenden festgelegt.

**Termin(e)** Montag, 19. Mai 2022, 20-22.15 Uhr

**Referent(in)** Doris Kittelmann

**Veranstalter** KEB im Landkreis Regen e.V., Perle e.V.

**Anmeldung** [Doris.kittelmann@perle-ev.de](mailto:Doris.kittelmann@perle-ev.de)

**Hinweise** Online via Microsoft Teams

## Frauenkörper – weibliche Schönheitsideale im Wandel der Zeit und wie wir uns heute davon befreien können

Allein bei der weiblichen Brust gab es über die Jahrhunderte vielerlei Bestrebungen, sie in die "richtige" Form zu bringen. Mal wurden die Brüste mit Miedern plattgedrückt wie Spiegeleier. Dann gab es BHs, durch die die Brüste wie Pyramiden nach vorne stachen. Heute geht ohne Push-Up BH gar nichts. Instagram lässt grüßen!

Lippen, Augenbrauen, Haare, Nägel, die Figur an sich... die Liste der Körperteile der Frau, die irgendwie in Form gebracht werden müssen, ist lang. Durch InfluencerInnen und Stars vorgelebt nimmt in den letzten Jahren der Trend zur "Selbstoptimierung" durch "Schönheits-OPs" zu.

Ein Vortrag für Mädchen und Frauen, der Lust macht, gängige Normen zu hinterfragen und Frauen in all ihrer Vielfalt Mut macht, selbstbewusst zum eigenen Körper zu stehen!

<b>Termin(e)</b>	Donnerstag, 21. Mai 2022, 19.30-21 Uhr
<b>Referent(in)</b>	Dr. Gwendolyn Windpassinger
<b>Veranstalter</b>	KEB in Stadt und Landkreis Passau, KDFB-Bildungswerk Passau
<b>Gebühr</b>	5 Euro auf Spendenbasis
<b>Anmeldung</b>	<a href="http://www.keb-passau.de/anmeldung/?va=38795">www.keb-passau.de/anmeldung/?va=38795</a>

## Themenbereich Gesundheit und Ernährung

### Homöopathische Hausapotheke für Klein und Groß

Eine Einführung in das Wesen der Homöopathie – Grundlegende Arzneien für die Selbstbehandlung

Eine homöopathische Hausapotheke ist ein Juwel, das in jeden Haushalt gehört und auf Reisen unentbehrlich ist. Wer die heilende Wirkung der Homöopathie erfahren hat, wird überrascht sein und mehr wissen wollen und die vielfach vorgebrachte Kritik vergessen.

Sie werden in dem Kurs einen Grundstock homöopathischer Arzneien kennenlernen, mit dem sie einfache Krankheiten und gesundheitliche Probleme des Alltags selbst behandeln können.

Wichtig für eine homöopathische Hausapotheke sind Grundkenntnisse zur Behandlung von Infekten bei Kindern und Erwachsenen, Erste Hilfe mit Homöopathie bei Verletzungen und Vieles mehr.

Anwendung und Dosierung der Homöopathie werden sie in diesem Kurs ebenfalls erlernen. Möglichkeiten und Grenzen der Homöopathie, wie auch der Selbstbehandlung werden selbstverständlich aufgezeigt.

**Termin(e)** Jeweils Montag, 02./09./16. Mai 2022, 19-21 Uhr

**Referent(in)** Friedrich Ritzer

**Veranstalter** KEB in Stadt und Landkreis Passau

**Gebühr** 50 Euro

**Anmeldung** [www.keb-passau.de/anmeldung/?va=39100](http://www.keb-passau.de/anmeldung/?va=39100)

### Bewegung macht schlau – Online-Vortrag

Sinnes-, Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung

Anregungen für Spiele und Bewegungen mit Alltagsmaterialien für Kinder zwischen 12 und 36 Monaten

**Termin(e)** Mittwoch, 04. Mai 2022, 11-12.30 Uhr

**Referent(in)** Cindy Daka

**Veranstalter** KEB Rottal-Inn-Salzach, Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten

**Anmeldung** [www.aelf.to.bayern.de/ernaehrung/familie](http://www.aelf.to.bayern.de/ernaehrung/familie)

### Der erste Brei – selbstgemacht

Wann ist der richtige Zeitpunkt mit der Beikost für Ihr Baby zu beginnen? Für die Einführung der Beikost werden geeignete Lebensmittel vorgestellt. Die Unterschiede zwischen selbst gekocht und fertig gekauft werden diskutiert.

**Termin(e)** Dienstag, 17. Mai 2022, 14-16 Uhr

**Referent(in)** Tanja Liebl-Gschwind

**Veranstalter** KEB Rottal-Inn-Salzach

**Anmeldung** [www.weiterbildung.bayern.de](http://www.weiterbildung.bayern.de)



### Auf geht's zum Familientisch

Sie erhalten in diesem Vortrag die Basics für die Ernährung Ihres Kindes ab dem 10. Lebensmonat und lernen die Ernährungspyramide als hilfreiches und praxistaugliches Modell kennen. Sie erfahren wie Sie den Übergang zu einer ausgewogenen Familienkost gestalten können und was es mit dem Thema „Essbiographie“ auf sich hat.

**Termin(e)** Mittwoch, 25. Mai 2022, 15-16.30 Uhr

**Referent(in)** Tanja Liebl-Gschwind

**Veranstalter** KEB Rottal-Inn-Salzach

**Anmeldung** [www.weiterbildung.bayern.de](http://www.weiterbildung.bayern.de)

### Kleine Entdecker in Bewegung: 24-36 Monate

Vermittlung theoretischer Grundlagen zu den einzelnen Entwicklungsphasen

Sinnes-, Wahrnehmungs- und Bewegungsförderung in den Monaten 24-36

Anregungen für Spiele und Bewegungen mit Alltagsmaterialien

Anregungen für Bewegungsmöglichkeiten auf kleinstem Raum

**Termin(e)** Mittwoch, 04. Mai 2022, 11-12.30 Uhr

**Referent(in)** Cindy Daka

**Veranstalter** KEB Rottal-Inn-Salzach, Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten

**Anmeldung** [www.aelf.to.bayern.de/ernaehrung/familie](http://www.aelf.to.bayern.de/ernaehrung/familie)

## Themenbereich Fort- und Weiterbildung

### Der assistierte Suizid – Auswirkungen auf die Hospizarbeit und Palliativversorgung

Online-Fachtag

Die online-Fachtagung hat zum Ziel, das Thema „Beihilfe zur Selbsttötung achtsam und angemessen aufzugreifen und zu thematisieren. Dabei steht die Frage im Vordergrund, welche Auswirkungen diese auf die Hospizarbeit und die Palliativversorgung hat.

**Termin(e)** Freitag, 20. Mai 2022, 12.30-17.30 Uhr

**Gebühr** 95 Euro Tagungsgebühr

**Veranstalter** KEB Rottal-Inn-Salzach

**Anmeldung** <https://www.goldenerbildungsweg.de/anfrage-anmeldung-01.html>

Sie erhalten nach Überweisung der Tagungsgebühr zeitnah vor Veranstaltungsbeginn einen Einladungslink. Dieser berechtigt Sie dann bei der Tagung dabei zu sein. Bitte geben Sie eine gültige Emailadresse bei der Anmeldung an.