KEB

KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG
AMBERG-SULZBACH

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

KEB AMBERG-SULZBACH

... um Horizonte zu erweitern

April 2026 – September 2026

www.keb-amberg-sulzbach.de

DON BOSCO DRUCK DESIGN

Gewerbepark 21,
D-92289 Ursensollen
Tel.: 0 96 24 / 92 01-0
Fax: 0 96 24 / 92 01-23
www.donbosco-druckdesign.de

Mitglied der bvdm-Klimainitiative

- Beratung, Idee & Konzeption
- Layout, Design, Druckvorstufe
- Digital- & Offsetdruck
- Weiterverarbeitung

Wir setzen uns für Klimaschutz ein und haben die gesamten Emissionen der Wertschöpfungskette unseres Unternehmens kompensiert.
ID-Nr. 23149729 - www.klima-druck.de

kreativ. persönlich. zuverlässig.

Wir über uns 5

GLAUBE 7
Ehevorbereitungskurse 14
Angebote für Trauernde 15
Senioren-Bildungsangebote 17

Interessante Veranstaltungen 20

GESELLSCHAFT 22
UMWELT 25

FAMILIE 30
EKG – Eltern-Kind-Gruppen 31
ELTERNSCHULE 34

KULTUR 40
KREATIVITÄT 46
LITERATUR 48

GESUNDHEIT 52
LeA – Lebensqualität im Alter 59

PERSÖNLICHKEITSBILDUNG 62

Ortsregister 66

Bildnachweise 70

AGB - Datenschutz 75

Informationen zu den Symbolen / Legende

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

- Veranstaltungstermin mit Datum und Uhrzeit
- Veranstaltungsort / Start der Tour
- Teilnahmegebühren
- Anmeldeinformationen zur Veranstaltung
- Veranstalter / Kooperationspartner

Liebe Interessierte, Freundinnen und Freunde unserer KEB Amberg-Sulzbach!

2026 jährt sich der Todestag des heiligen Franziskus von Assisi zum 800. Mal – Anlass genug für ein besonderes Jubiläumsjahr für diesen berühmten Heiligen. Deshalb als „Blickfang“ auch das Foto seiner Statue vorm Franziskanerkloster am Mariahilfberg Amberg auf der Titelseite unseres Programmheftes mit der Frage: Was hat ein Heiliger aus dem 13. Jahrhundert mit Erwachsenenbildung zu tun? Der Blick auf seine Person kann uns dafür Impulsgeber sein:
Vom Wissen zum Verstehen: Franziskus hält das Buch – das Symbol für Lehre und Bildung– fest im Arm. Bildung beginnt mit Information. Doch seine andere Hand ist offen und leer. Sie zeigt: Wahrer Horizont öffnet sich dort, wo wir nicht nur beim Alten verweilen, sondern lernen los- und uns vom Leben neu berühren und ansprechen zu lassen.
Mit Mut zum Perspektivwechsel: Sein Leben war geprägt von radikalen Umbrüchen. Er verließ die Sicherheit seiner reichen Herkunft, um die Welt mit neuen Augen zu sehen. Bildung bedeutet bei Franziskus nicht nur Anhäufung von Fakten, sondern das Aufbrechen von Denkverboten und das Entdecken Gottes in der gesamten Schöpfung.
Geerdet und offen: Seine nackten Füße auf dem Stein mahnen uns zur „Bodenhaftung“. Bildung weitet zwar einerseits den Blick nach oben und in die Ferne, verliert dabei andererseits aber nie den Kontakt zur Realität und zu den Mitmenschen.
In diesem Sinne verstehen wir auch unser vielfältiges Bildungsangebot im vorliegenden Programmheft, zu dem wir Sie wieder ganz herzlich einladen. Nutzen Sie es als Impulse, um – ganz im Sinne von Franziskus – über den eigenen Tellerrand hinauszublicken, über sich hinauszuwachsen und in den verschiedenen Themenbereichen Horizonte zu entdecken, die das Leben weiten und bereichern.

Mit herzlichen Grüßen
auch im Namen des
gesamten KEB-Teams

Christian Irlbacher,
Leiter der regionalen KEB

Eine Zusammenstellung aller bistumsweiten Veranstaltungen zum Franziskusjahr finden Sie unter: https://www.keb-bistum-regensburg.de/themen/glaube-und-spiritualitaet/franziskusjahr-2026

Erwachsenenbildung für alle – auf dem Weg zur inklusiven Erwachsenenbildung

Auch nach dem Abschluss des Inklusionsprojektes „Wundernetz“ ist es weiterhin unser Anliegen, allen Menschen - vor allem auch Menschen mit Handicap - den Zugang zu Bildungsangeboten zu ermöglichen und zu erleichtern. Deshalb bieten wir in unserem Programm Veranstaltungen in Kooperation mit der OBA der Lebenshilfe Amberg-Sulzbach e.V. an, die **sowohl für Menschen mit als auch ohne Einschränkungen** zugänglich sind.

Die entsprechenden Veranstaltungen sind im Programmheft mit dem folgenden Logo gekennzeichnet:

inklusives Angebot

Es wäre schön, wenn die jeweiligen Angebote wirklich „inklusiv“, d.h. gleichzeitig von Menschen mit und ohne Handicap genutzt werden.

Assistenz bei dem Besuch von einem Kurs:
Bei manchen Kursen ist auch eine Begleitung möglich. Rufen Sie bitte in der OBA bei der Leiterin Sabine Reithmaier **(09621-30 81 266)** an. Sie kann Sie dann beraten und Ihnen helfen.

Hier sind die Zeichen erklärt.
Sie stehen im Programmheft für die wichtigsten Informationen zu den inklusiven Veranstaltungen

Termin/e	Leitung/ Referent:in
Uhrzeit	das kostet das Angebot
Treffpunkt	hier musst Du Dich anmelden
Hinweise/ das musst du mitbringen	inklusives Angebot

Newsletter

Sie interessieren sich für unsere Angebote?
Dann melden Sie sich auf unserer Website www.keb-amberg-sulzbach.de für unseren **KEB-Newsletter** an und Sie werden regelmäßig auf KEB-Veranstaltungen aufmerksam gemacht.

Wir suchen Sie!

Sie möchten sich in der Katholischen Erwachsenenbildung als Referent/in einbringen?
Mit Ihren Themen und Kompetenzen können Sie Menschen begeistern?
Dann melden Sie sich bei uns! Gerne entwickeln wir mit Ihnen ein passendes Veranstaltungsformat oder vermitteln Ihnen eine Fort-/Ausbildungsmöglichkeit zur/m Leiter/in.
Vereinbaren Sie unter Tel. 09621/9117862 oder per email: info@keb-amberg-sulzbach.de einen Termin für ein persönliches Gespräch.
Wir freuen uns stets über neue ReferentInnen mit Themen, die Menschen begeistern und weiterbringen!

Social-Media-Kanäle

Sie finden uns auch auf **Facebook** oder **Instagram** und wir würden uns sehr über ein „folgen“, „liken“ oder „teilen“ unserer Seite oder einzelner Veranstaltungen freuen!

https://www.facebook.com/keb.am.su
https://www.instagram.com/keb_amberg_sulzbach

Wir über uns

Die regionale KEB Amberg-Sulzbach ist ein staatlich und kirchlich anerkannter Akteur der Erwachsenenbildung. Sie ist ein Zusammenschluss katholischer Pfarrgemeinden, Verbände, Bildungseinrichtungen und ausgewiesener Einzelpersönlichkeiten der Erwachsenenbildung und führt in Zusammenarbeit mit den Mitgliedern und Kooperationspartnern Bildungsveranstaltungen durch.

Thematisch wird das Programm nach folgenden Themen gegliedert: Glaube, Gesellschaft, Familie, Kultur, Gesundheit und Persönlichkeitsbildung. Ihr Ziel ist es, die Erwachsenenbildung in der Stadt Amberg und im Landkreis Amberg-Sulzbach zu fördern.

Die KEB Amberg-Sulzbach ist eine Regionalstelle der KEB - Katholischen Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg e.V., diese wiederum ist Mitglied der Katholischen Landesarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung in Bayern (KEB Bayern). Als solche ist sie im eingetragenen Verein und im Sinne des BayEbFöG als gemeinnützig und spendenbegünstigt anerkannt. Sie können die Arbeit der KEB fördern und erhalten dann eine Spendenquittung.

Die von der KEB angekündigten Veranstaltungen sind allen Interessierten zugänglich. Bei allen Veranstaltungen im Bildungsprogramm ist die KEB Veranstalter, Mitveranstalter oder Kooperationspartner.

Für die Katholische Erwachsenenbildung Amberg-Sulzbach sind als Mitglieder des Bildungsrates verantwortlich:

Leiter der reg. KEB Amberg-Sulzbach:
Pastoralreferent Christian Irlbacher, Dipl.Theol.

Sekretariat: Daniela Rumpler | Melanie Sachsenhauser |

Bildungsrat:
Richard Ebner | Josef Eckert | Waltraud Frieser | Rudolf Gehr | Barbara Hernes (Schriftführerin) | Carsten Jakimowicz | Isabel Lautenschlager | Marianne Moosburger | Doris Müller

Geistl. Beirat: Pfr. Josef Irlbacher

Impressum

KEB im Bistum Regensburg e.V.
Regionale KEB Amberg-Sulzbach
Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg
Fon: 09621 / **9117862**
info@keb-amberg-sulzbach.de; www.keb-amberg-sulzbach.de

Unsere Öffnungs- und Telefonzeiten
Mo. 15 - 17 Uhr
Di. bis Do.: 9 - 11 Uhr
- sowie nach Vereinbarung –

Bankverbindung
LIGA Bank Regensburg
IBAN DE47 7509 0300 0001 1021 68
BIC: GENODEF1M05

Verantwortlich für den Inhalt:
Christian Irlbacher, Leiter der regionalen KEB Amberg-Sulzbach

Corporate Design: DESIGNGUARDS - Alexander Mühl

Auflage: 1500 St.

Hinweise für Bildungsverantwortliche in Pfarreien, Verbänden und Einrichtungen:

Bitte melden Sie alle Bildungsveranstaltungen rechtzeitig der KEB-Geschäftsstelle für den Öffentlichkeitsnachweis – gerne auch kurzfristig organisierte, die wir jederzeit auf unserer Homepage veröffentlichen können.

Programm-Meldungen für das Programmheft Halbjahr I (April – September) **bis spätestens 15. Februar.** Und für das Halbjahr II (Oktober – März) **spätestens 15. Juli.**

Nutzen Sie zudem für die Ankündigung Ihrer VA die entsprechenden Rubriken in den regionalen Zeitungen. Bitte teilen Sie uns auch kurzfristige Änderungen unbedingt mit, um Fehlankündigungen zu vermeiden!

Abrechnungen für VA mit Kosten inklusive aller Beleg bitte möglichst bald nach den jeweiligen Veranstaltungen bei der KEB-Geschäftsstelle einreichen (aktuelle Formulare dafür werden auf unserer Homepage als Download zur Verfügung gestellt. Bei VA ohne Kosten bitte ebenfalls umgehend die Statistikzahlen zurückmelden.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

GLAUBE

Kurs

„Räume öffnen“

Ausbildungskurs für ehrenamtliche Kirchenentdeckerinnen und -entdecker

Für alle, die mit dem Gedanken spielen, andere durch Kirchen zu führen bzw. diese zusammen mit ihren Teilnehmerinnen und Teilnehmern zu entdecken...

Der Kurs ist modular aufgebaut, der Einstieg jederzeit möglich!

So 01.03.2026 - So 28.02.2027
Es entstehen je nach Kurstag unterschiedliche, jedoch immer günstige Kursbeiträge.
KEB im Bistum Regensburg e.V.

Online-Reihe

WHAT THE BIBLE?!

Kuriose, irritierende und provozierende Bibelstellen unter die Lupe genommen

Entdecken Sie mit dieser Online-Reihe Seiten der Bibel, wo andere kopfschüttelnd weiterblättern oder gar nicht erst anfangen zu lesen! Finden Sie zu einem Umgang mit der Heiligen Schrift, der auch vor ihren unschönen Seiten nicht kapitulieren muss!

Referent: Tobias Maierhofer, Regensburg

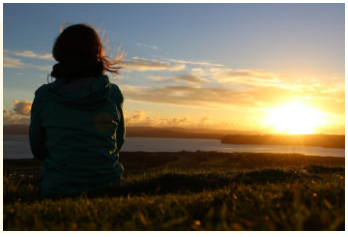
Di 17.03.2026 - Di 19.01.2027, alle zwei Monate an einem Dienstagabend, jew. 19 Uhr.
Kostenfrei
KEB im Bistum Regensburg e.V.

Glaubenskursreihe

Atemholen im Alltag

mit Anleitung zu Meditation

jeden 1. Mittwoch im Monat
Pfarrzentrum St. Michael,
Robert-Koch-Str. 62,
92224 Amberg - Werktagskirche
Infos: Pfarrbüro 09621/82383
PGR St. Michael mit KEB
Gisela Hirschmann



Themenreihe

Ökumenischer Morgenimpuls

mit religiösen Impulsen zu unterschiedlichen Themen

Moderatorinnen: Ursula Hupp-Gonschorek, Doris Müller Hinweis:

Nähere Infos bei Fr. Hupp-Gonschorek (09621/760208)

1x im Monat, donnerstags um 08:30 Uhr (Termine nach Vereinbarung)
Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit, Dreifaltigkeitsstr. 7, 92224 Amberg
PGR Hl. Dreifaltigkeit mit KEB

Vortrag mit Ausstellung

Die Amberger Bibel

Entdeckungsreise ins Oberpfälzer Hochschulleben des 19. Jahrhunderts

Vor 150 Jahren viel beachtet, heute fast vergessen: Die Amberger Hochschulprofessoren Valentin Loch und Wilhelm Reischl brachten ab 1851 eine neue Bibel-Übersetzung heraus, die im katholischen Deutschland weite Verbreitung fand. Freilich stand sie in Konkurrenz zur damals längst etablierten „Allioli-Bibel“. Ein mutiges Projekt also, alles andere als einfach.
Dr.theol. Markus Lommer, Hochschulseelsorger an der OTH Amberg-Weiden, macht sich mit dem Publikum auf Entdeckungsreise durch ein spannendes Kapitel Oberpfälzer Kirchen-, Theologie- und Hochschulgeschichte. Dazu bringt er auch einige Original-Drucke der „Amberger Bibel“ und weitere historische Materialien mit, um so direkt „in Berührung mit der Geschichte“ zu kommen.
Referent: Dr. Markus Lommer, Hochschulseelsorger an der OTH Amberg-Weiden

Mi 15.04.2026, 19:00 Uhr
Pfarrzentrum St. Georg, Malteserplatz 4, 92224 Amberg
Pfarrei St. Georg mit KEB
Eintritt frei - Spenden erbeten zugunsten "Förderverein Georgsorgel e.V."

Vortrag Nr. 2-30275

Mehr als ein Algorithmus?

„Wie Künstliche Intelligenz Christen in Familie, Gesellschaft und Glaube herausfordert“

Nutzen Ihre Kinder bereits KI für Hausaufgaben? Vertrauen Jugendliche ihre Probleme eher ChatGPT als echten Menschen an? Und was bedeutet es, wenn KI-Anbieter versprechen, „immer für Sie da zu sein“? Lassen Sie uns die Fragen, die KI für Familien aufwirft, diskutieren. Sie erfahren, wie Sie Ihre Kinder im digitalen Zeitalter begleiten können und was das auch mit dem eigenen Christ Sein zu tun hat. Gemeinsam finden wir Orientierung in einer KI-geprägten Welt und lernen, zwischen sinnvollem KI-Einsatz und gefährlicher Abhängigkeit zu unterscheiden - gerade bei (ethischen) Herausforderungen durch KI im Familienalltag. Ein Vortrag, der Medienkompetenz mit christlichen Werten verbindet. Denn KI prägt bereits heute die Zukunft unserer Kinder. Gestalten Sie diese aktiv mit!

Referentin: Tanja Köglmeier, M.A., Fachstelle Medien und Digitales

Di 14.04.2026, 19:00 Uhr
Gerhardinger Saal DJD Schulen, Deutsche Schulgasse 2, 92224 Amberg
Eintritt frei - Spenden erwünscht (Förderverein Schule)
aus organisatorischen Gründen erwünscht bei der KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage
KEB mit DJD-Schulen Amberg

Workshop Nr. 2-30198

Lieder-Tankstelle „LEBEN“

Anleitung und Einführung in Neues Geistliches Liedgut

Es klingt etwas komisch, aber es ist wirklich so: Da kommt ein „Tankwart“ und bringt Lied-Material mit. Die Kunden an der Tankstelle sind MusikerInnen und SängerInnen von Gruppen, die Neue Geistliche Lieder in der Pfarrei, bei Gottesdiensten und Konzerten einsetzen und immer wieder neue Lieder suchen. Einen Abend lang wird „live betankt“ oder es werden auch Liederbücher, CDs, Bezugsquellen,... vorgestellt. Die Leute von Musica e Vita kommen aus der Praxis und der Abend wird voll sein mit Musik, gemeinsamen Singen und kollegialem Austausch über den (E)Sprit, den diese moderne Art der Kirchenmusik in sich hat.

Referent: Jürgen Zach und Team

Mi 22.04.2026, 19:00 Uhr
Theuern
Eintritt frei, Spenden erwünscht
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage, Anmeldeschluss 22.04.2026
PfGem. Theuern-Ebermannsdorf-Pitterberg mit Musica e Vita und KEB

Führung

Geistliche Kirchenführung St. Vitus Schnaittenbach

Fr 24.04.2026, 17:00 Uhr
Pfarrkirche St. Vitus, Hauptstr. 100, 92253 Schnaittenbach
Inge Daller, Tel. 09622/3606 (vormittags), Anmeldeschluss 20.04.2026
KDFB Schnaittenbach mit KEB
Martin Bergmann

Vortrag

Hören – Handeln – Treu bleiben

Maria als Vorbild christlichen Glaubens

Maria ist weit mehr als eine stille Figur in der Krippe. Sie ist eine moderne Mutmacherin, die hinhörte, mutig handelte und auch in Krisen standhaft blieb. Was bedeutet ihr Weg für unseren Alltag heute? Entdecken wir gemeinsam Maria als kraftvolles Vorbild für einen lebendigen, entschlossenen Glauben.

Referent: Oliver Weiß, StR i.K.

Di 28.04.2026, 19:00 Uhr
Pfarrzentrum St. Georg, Malteserplatz 4, 92224 Amberg Clubraum
Infos: Kath. Pfarramt St. Georg, Tel. 09621/49350 oder E-Mail: pfarramt@amberg-st-georg.de
PGR St. Georg Amberg mit KEB

Nr. 2-30667

KEB-Mitgliederversammlung

für alle Mitglieder der KEB (Delegierte aus den Pfarreien und kirchlichen Verbänden)

Mi 29.04.2026, 18:30 Uhr
KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage
KEB
Christian Irlbacher

Geführte Pilgerwanderung

Nr. 2-30195

„Wir gehen den Jakobsweg“

Von Kastl nach Sindlbach

Ausgehend vom stillgelegten Bahnhof in Kastl führt uns der Jakobusweg zur Wallfahrtskirche auf dem Habsberg, über Natterhofen hinauf zum Dietrichstein, wo einst der Bergfried der Schweppermannsburg stand. Eine kleine Waldkapelle lädt zur Rast ein. Dann über Trautmannshofen, dem Gravenbucher Forst und Oberried am Sindelbach entlang über Langenthal bis nach Sindlbach. Gesamtstrecke: ca. 20 km.

Pilgerbegleiterin: Doris Müller
Hinweis: max. 15 Personen - Nähere Infos bzgl. Treffpunkt/Organisation Rücktransport (abh. v. Teilnehmerzahl) erhalten Sie in der Woche vorher.

Sa 02.05.2026, 8:00 - 17:00 Uhr
Etappe auf dem Oberpfälzer Jakobsweg
15 € (ohne Verpflegung), Lastschrift
KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
KEB

Vortrag

Unser Frohnberg

im Rahmen des Heimattages

Eine lange, reiche Geschichte hat der Frohnberg zu bieten. Die Hahnbacher Ortsheimatpflegerin Marianne Moosburger weiß nicht nur vom Auf und Ab der Wallfahrten mit manchen Wundern, sondern auch von hochrangigen Besuchen in einer äußerst wechselvollen Geschichte auf dem Tafelberg bei Hahnbach zu erzählen. Lassen Sie sich entführen in manche Umbruchszeit mit Fakten, Überraschungen und Verblüffendem.

Referentin: Marianne Moosburger, Ortsheimatpflegerin

So 03.05.2026, 16:00 - 17:30 Uhr
Frohnbergkirche Mariä Himmelfahrt, Frohnberg 1, 92256 Hahnbach – Kirchenvorplatz
4 €; Kinder bis 14 Jahre sind frei
während der Geschäftszeiten von Mo. bis Fr. bei AOVE, Tel. 09664 9539720, info@aove.de, Anmeldeschluss 02.05.2026
AOVE mit KEB

Information - Begegnung - Austausch

Wie geht Pfarreiengemeinschaft PLUS?

Chancen und Herausforderungen bei der Bildung von Pfarreiengemeinschaften.

Gemeinsam wollen wir uns mit den Chancen und Herausforderungen bei der Bildung von Pfarreiengemeinschaften befassen und dazu in praxisnahen Workshops miteinander arbeiten.
Workshop-Angebot:
WS 1 (ganztags): Unsere Pfarreiengemeinschaft in der Kirche von heute - Ein zukunftsfähiges Selbstverständnis finden
WS 2 (2 Std.): Unterwegs in Pfarreiengemeinschaften - Veränderung aktiv mitgestalten
WS 3 (2 Std.): Pfarrgemeinderäte und weitere Gremien
WS 4 (1 Std.): Ehrenamt verändert sich - und wir gestalten mit!
WS 5 (1 Std.): Inspirationen für die Sakramentenvorbereitung
WS 6 (1 Std.): Zusammenwirken von Kirchenstiftungen

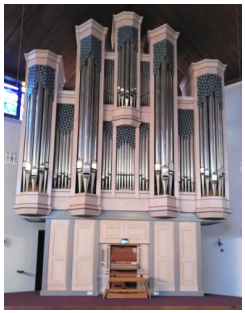
Referent: Verschiedene ReferentInnen aus den Fachstellen der HA Seelsorge

Hinweis: Sie können im Rahmen des Regionaltags entweder den ganztägigen Workshop 1 oder einzelne Workshops 2 - 6 besuchen! Die Einteilung in die Workshops wird aus organisatorischen Gründen von den Veranstaltern übernommen. Bitte geben Sie deshalb auch alternative Workshops an.

Sa 09.05.2026, 9:00 - 17:00 Uhr
Kloster Ensdorf, Hauptstr. 9, 92266 Ensdorf
kostenlos
unter: www.keb-bistum-regensburg.de/regionaltage, Anmeldeschluss 25.04.2026
Bistum Regensburg – Generalvikariat
mit Fachstellen der Hauptabteilung Seelsorge:
Diözesane Räte, Ehrenamtsentwicklung (KEB im Bistum Regensburg e.V.), Gemeindekatechese, Gemeinde- und Organisationsberatung

Orgel-Workshop

Das Freiburger Orgelbuch für den Gottesdienst und das Konzert



Die zwei Bände des Freiburger Orgelbuchs bieten seit Jahren eine bewährte Auswahl von alter bis neuer Orgelmusik für das Spiel in Gottesdiensten und auch im Konzert. Im Kurs können die Teilnehmer/innen selbst gewählte Stücke aus den beiden Bänden vortragen. Fragen zur Spielttechnik, Registrierung, Interpretation und zur Verwendbarkeit in der Liturgie und im Konzert werden besprochen und Hilfestellungen dazu gegeben. Dazu gibt der Kursleiter einen Überblick über da das Repertoire in den Bänden und stellt einige Stücke daraus vor.

Referent: Rudolf Fischer

Hinweis: Eingeladen sind nebenberufliche Organisten, Teilnehmer/innen des D- und C-Kurses und Orgelinteressierte: Jeder Teilnehmer/in sollte wenigstens ein Stück aus den beiden Bänden für den Kurs vorbereiten und vortragen. Die für den Kurs ausgewählten Stücke bitte bei der Anmeldung angeben.

Sa 09.05.2026, 9:30 - 12:30 Uhr
Pfarrkirche St. Konrad, Bruder-Konrad-Weg 2, 92224 Amberg
kostenlos
unter: www.kirchenmusik-regensburg.de/aus-und-fortbildung/fortbildung - per Mail: kirchenmusik@bistum-regensburg.de, Tel. 0941/597-2295 oder rudolf.fischer@bistum-regensburg.de, Anmeldeschluss 02.05.2026
Diözesanreferat Kirchenmusik mit KEB

Vortrag

Vom Industriemanager zum Pilgerbegleiter

Mein Weg zum Glauben und die Marien-Ereignisse in Medjugorje

Erleben Sie einen Vortrag über eine radikale Lebenswende: Hubert Liebherr, einst Mitgesellschafter des Weltkonzerns Liebherr, berichtet über seinen Weg vom Industriebaron zum Botschafter des Glaubens. Nach einem einschneidenden Autounfall 1988 verzichtete der Diplom-Ingenieur auf sein Erbe, um sich ganz in den Dienst Gottes zu stellen. Geprägt durch die Ereignisse in Medjugorje, widmet er sein Leben heute der karitativen Hilfe im Osten und der Organisation von Wallfahrten. Ein authentisches Zeugnis über Umkehr, Gottvertrauen und sein Motto: „Herr, ich danke Dir, dass Du mich kennst und trotzdem liebst."

Referent: Hubert Liebherr, Dipl.-Ing., ehemaliger Mitinhaber des Liebherr-Konzerns

Mi 20.05.2026, 19:00 Uhr
Pfarrkirche St. Jakobus Ensdorf, Hauptstraße 11, 92266 Ensdorf
Eintritt frei
Spenden für den Verein Medjugorje Deutschland e.V. erwünscht
Pfarrei St. Jakob mit KEB

Glaubensimpuls-Reihe

Aus-Zeit

mit Impulsen für das Leben und Anleitung zur Meditation

Mi 10.06.2026, 19 Uhr (Pfarrheim)
So 19.07.2026, 20 Uhr (Wallfahrtskirche St. Anna)
weitere Termine werden kurzfristig bekanntgegeben
Wilhelm Baumgärtner-Pfarrheim, Pfarrgasse 3, 92237 Sulzbach-Rosenberg
Kurze Anmeldung per App, per Email an: st-marien.sul-ro@bistum-regensburg.de oder per Telefon 09661/4641
PGR St. Marien und KEB
Christiane Rösch

Vortrag

Mein Jakobsweg vor der Haustür

Di 16.06.2026, 19:00 Uhr
Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit, Dreifaltigkeitsstr. 7, 92224 Amberg
KAB Hl. Dreifaltigkeit mit KEB
Peter Seidl

Ausstellung

Träume & Visionen

700 Jahre Pfarrei Hausen

Die Pfarrei Hausen wurde vor 700 Jahren erstmals urkundlich erwähnt. Pfarrer Birnthaler und seine Helfer zeigen in dieser Ausstellung anhand einer Zeitleiste verschiedene Dokumente, Bilder & sonstige Unterlagen, die einige Träume und Visionen der Pfarrei in den letzten 700 Jahren sichtbar machen.

Hinweis: Am 12.07. werden zur Ausstellung auch Kaffee und Kuchen angeboten.

So 12.07.2026 weiterer Termin 19.07.2026 14-18 Uhr, 14:00 - 18:00 Uhr
Pfarrsaal Hausen, Georgenstraße, 92289 Hausen
Pfarrei Hausen mit KEB

Kirchenführung

Kirchenführung auf dem Frohnberg

Bei der „Kirchenführung für Jedermann" erfährt man Interessantes zur Bau- und Wallfahrtsgeschichte sowie zu den Gebetserhörungen und Wundern, von denen die Votivtafeln erzählen. Zu hören sein werden Erklärungen zur inneren Ausstattung mit den Altären und Statuen. Auch die Aufgaben der Eremiten als Kirchenwächter und die Bewirtschaftung des Berges sind Inhalt der guten Stunde.

Referentin: Marianne Moosburger, zertifizierte Kirchenführerin

So 16.08.2026, 15:00 - 16:30 Uhr
Frohnbergkirche Mariä Himmelfahrt, Frohnberg 1, 92256 Hahnbach
4 €; Kinder bis 14 Jahre sind frei
während der Geschäftszeiten von Mo. bis Fr. bei AOVE, Tel. 09664 9539720, info@aove.de, Anmeldeschluss 15.08.2026
AOVE mit KEB

Religiöses Bildungsseminar

Meine Gnade genügt Dir

angeleitete Gespräche/Vorträge/Diskussionen

Referent: Dir. Manfred Strigl

Hinweis: Abfahrt Maxplatz/Kräuterwiese

Mo 31.08.2026, 16:00 Uhr - Do 03.09.2026, 14:00 Uhr
Haus Johannisthal, Johannisthal 1, 92670 Windischeschenbach
232,50€ (EZ, Vollpension) + 40€ Kursgebühr zzgl. Busfahrt (wird vor Ort kassiert)
Hildegard Choynowski 09621/88120 ab 15 Uhr
Email: hildegardchoynowski@web.de
KDFB St. Martin/St. Georg mit KEB

Kirchenführung

Mehr als Sonntagspflicht

Tag des Offenen Denkmals

Die Führung möchte an die einstige und nach wie vor große Bedeutung der sonntäglichen Begegnungen in und um die Pfarrkirche erinnern. Neben der Geschichte der Sankt-Jakobus-Kirche und seiner Ausstattung soll übergreifend auch der soziale Aspekt eines gemeinsam gelebten Glaubens zur Sprache kommen.

Referentin: Marianne Moosburger, zertifizierte Kirchenführerin

Hinweis: Die gute Stunde wird Pfarrer Michael Birner mit einem spirituellen Beitrag und OstR Wolfgang Rau mit meditativen Orgelklängen abrunden.

So 13.09.2026, 16:00 - 17:00 Uhr
Pfarrkirche St. Jakobus, , 92256 Hahnbach
frei
während der Geschäftszeiten von Mo. bis Fr. bei AOVE, Tel. 09664 9539720, info@aove.de
AOVE mit KEB

Studienfahrt

Fatima

Hinweis: über das Bayerische Pilgerbüro München

Fr 09.10.2026 - Mi 14.10.2026
Fatima
Informationen im Pfarrbüro
Marianische Männer-Congregation Amberg mit KEB

Kreativ-Workshop

Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen…

mit Anleitung zum Gestalten von Collagekarten

Mit Blick auf diese Verszeilen von Rainer Maria Rilke und den Blick auf Bäume als Symbol des Lebens wollen wir uns an diesem Tag Zeit zum Nachdenken, Nachspüren und Kreativen Gestalten nehmen. Aus einer Fülle von bereitgestelltem Bildmaterial gestaltet jeder ganz persönliche Collagekarten. Wer möchte kann gerne ausgedruckte Bilder aus seiner Kindheit und Jugend sowie aktuelle Fotos mitbringen. Neben Bibelimpulsen und Zeiten des kreativen Gestaltens in Stille wird es auch Möglichkeiten zum Austausch geben.

Referentinnen: Christiane Rösch, Erzieherin, Gestaltpädagogin (IGB)

Gemeindereferentin Maria Witt, Klinikseelsorgerin, systemische Familienberaterin

Sa 10.10.2026, 10:00 - 16:30 Uhr
Wilhelm Baumgärtner/Pfarrheim, Pfarrgasse 3, 92237 Sulzbach-Rosenberg
30 € (inkl. Material und Getränke), Lastschrift
KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de, Anmeldeschluss 02.10.2026
PGR St. Marien und KEB

Seminar

Nr. 2-30299

Des Lebens Widersinne – versöhnt

Ein Nachmittag aus Anlass der Todestage von Franz von Assisi (800) und Rainer Maria Rilke (100)

In seinem Gedichtzyklus „Das Stundenbuch" blickt Rainer Maria Rilke auf Franziskus. Wie ein Pilger geht der Dichter der Gotteserfahrung des Heiligen nach. Seine Worte reichen jedoch nicht aus, angemessen von Gott zu sprechen. Erst das Leben und die Begegnung mit Menschen lassen Rilke die Botschaft des Franziskus in seine Zeit übertragen. Wir schauen in die Testamente des hl. Franz von Assisi und in Gedichte von R.M.Rilke. Im zweiten Teil des Nachmittags sind die Teilnehmer/innen des Kurses eingeladen, selbst Worte oder ein Gedicht zu Franziskus zu formulieren. Vielleicht sagen wir dann mit R.M.Rilke: Gott, du bist groß.

Hinweis: Das Seminar kommt erst ab 7 TN zustande.

Referentin: Dr. Gabriele Ziegler, Theologin und Altphilologin mit dem Forschungsschwerpunkt Frühe Kirche, Alte Sprachen und Spiritualität.

Sa 10.10.2026, 14:00 - 17:30 Uhr

Franziskanerkloster – Refektorium, Auf dem Mariahilfberg 3, 92224 Amberg

20 € (inkl. Kaffee, Kuchen, Getränke), Lastschrift

KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de, Anmeldeschluss 30.09.2026

KEB mit Franziskaner-Kloster am Mariahilfberg

Studienfahrten

Nr. 2-28584

„Das große Geheimnis"

80 Jahre Salzburger Adventsingen

Das Wunder der Geburt gehört zu den großen Geheimnissen dieser Welt und wird vor allem im religiösen Kontext zum universalen Zeichen von Hoffnung und Zuversicht. So auch beim alljährlichen Salzburger Adventsingen, das in diesem Jahr mit dem Stück vom „großen Geheimnis" sein 80 jähriges Jubiläum feiern darf. Auch dieses Mal werden wieder die über Jahre gelebten Traditionen rund um das Hirtenspiel und den vertrauten Liedern und Weisen mit dem Geschehen um Maria und Josef in Verbindung gebracht und einen zentralen Stellenwert einnehmen. Im Besonderen aber auch die uns allen - trotz vielfältiger religöser Ausrichtungen - innewohnende Suche nach dem „göttlichen Funken", die im Jubiläumsjahr besondere Betrachtung erfahren wird. Als musikalische Perlen werden neben den volksmusikalischen Klängen Werke von vier Komponisten erklingen, die im Laufe der Jahrzehnte das Salzburger Adventsingen wesentlich geprägt haben. So soll dieses neue szenische Oratorium dem Jubiläum würdig wiederum ein zu Herzen gehendes, aber auch zum Nachdenken anregendes Adventsingen werden, das sich harmonisch in die große Zahl der bisherigen Inszenierungen einfügt.

Busbegleitung durch die KEB

Hinweis: Es handelt sich jeweils um die Nachmittagsvorstellung um 14.00 Uhr. Die Rückfahrt ist um 18.30 Uhr geplant. Wir weisen darauf hin, dass bei dieser Fahrt - anders als in unseren AGB's beschrieben - ein kostenloser Rücktritt von der Anmeldung nur bei Ersatz durch neuen TN möglich ist. Ansonsten ist der komplette TN-Betrag fällig. Eine Fahrt kommt erst ab einer Mindest-Teilnehmerzahl von 48 Personen zustande.

Samstag, 28.11.2025 und Samstag, 12.12.2026

130 € (Fahrt und Eintrittskarte Kat. 3)

KEB, per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de

Da wir bis Ende Juni entscheiden müssen, ob wir eine oder zwei Fahrten anbieten können bitten wir um rechtzeitige Anmeldung bis spätestens !! 22.06.2026 !!

Verkehrsunternehmen Bruckner GmbH & Reichert mit KEB

Verlaan Niek

Ehevorbereitungskurse

Seminare

Ehevorbereitungs – Seminare

Einander trauen - sich trauen lassen

Wenn sie kirchlich heiraten wollen, dann entscheiden sie sich bitte frühzeitig für eine Form der Ehevorbereitung. Die Seminare wollen zum Gelingen ihrer Ehe beitragen. An einem gemeinsamen Tagesseminar haben sie genügend Freiraum: für ihr Miteinander zu investieren; die Fähigkeit auszubauen, mit Konflikten umzugehen; zu erahnen, wo in ihrer Beziehung etwas von Gott vorkommt, zu überlegen, wie sie aus dieser sakramentalen Quelle schöpfen können (Trauung vorbereiten); sich mit anderen Paaren auszutauschen. Die Ehevorbereitungskurse werden in Zusammenarbeit der KEB Amberg-Sulzbach und dem neuen gemeinsamen Dekanat Amberg-Sulzbach durchgeführt. Für die Teilnehmer entstehen keine Kosten. Max. 12 Paare pro Seminar

Seminar **Nr.** 2-29377

Ehevorbereitungs – Seminar

Sa 18.04.2026, 9:00 - 16:00 Uhr
Pfarrzentrum St. Georg, Malteserplatz 4, 92224 Amberg
€ frei
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage
Dekanat Amberg-Sulzbach mit KEB
Gabriele Papp und Marcel Papp

Seminar **Nr.** 2-29375

Ehevorbereitungs – Seminar

Sa 07.11.2026, 9:00 - 16:00 Uhr
Kettelerhaus, Kettelerstraße 21, 92237 Sulzbach-Rosenberg
€ frei
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage
Dekanat Amberg-Sulzbach mit KEB
Martin Melchner und Susanne Gradl

caritas Amberg-Sulzbach

Caritasverband für die Stadt Amberg
und den Landkreis Amberg-Sulzbach e.V.

Dreifaltigkeitsstraße 3
92224 Amberg
☎ +49 9621 / 4755-0
verband@caritas-amberg.de
www.caritas-amberg.de

Angebote für Trauernde

Themenreihe

Trauercafé – Trauertreff – Trauerstammtisch

Monatliche offene Angebote in der Stadt Amberg und im Landkreis Amberg-Sulzbach

Sie haben einen wichtigen Menschen verloren. Ihre Trauer können wir Ihnen nicht abnehmen. Aber vielleicht hilft es doch, wenn die eigene Trauer mit Menschen besprochen werden kann, die sich in ähnlicher Situation befinden. In Zusammenarbeit mit dem Hospizverein laden wir Sie herzlich dazu ein: In einem geschützten Rahmen von ihrer Trauer sprechen - anderen Menschen zuhören - Verständnis und Unterstützung erfahren und Anregungen zur Trauerbewältigung empfangen - zusammen Wege aus dem Dunkel finden - Lebendigkeit wiederentdecken.

Nähere Infos erteilt Hospizverein, Tel. 09621/124 30

Hospizverein mit KEB

Angeleitete Gesprächsreihe

Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“

Monatliches offenes Angebot mit Impuls-Gedanken und Anleitung zur Trauerbewältigung

Sie haben einen wichtigen Menschen verloren. Ihre Trauer können wir Ihnen nicht abnehmen. Aber vielleicht hilft es doch, wenn die eigene Trauer mit Menschen besprochen werden kann, die sich in ähnlicher Situation befinden. Hospizverein, KEB und EBW laden Sie herzlich dazu ein. Sie sind willkommen in Ihrer Einzigartigkeit, mit Ihren Gefühlen und Ihren Sorgen, zum Reden und Schweigen, zum Füreinander da sein. Das Trauer-Cafe bietet die Möglichkeit der Begegnung im geschützten Rahmen. Das Trauer-Cafe ist ausdrücklich offen für Menschen jeglicher weltanschaulicher Orientierung.

Referent: Trauerbegleiter Hospizverein und Ansprechpartner KEB/EBW

jeden 1. Mittwoch im Monat - 16 bis 18 Uhr,
01.04. / 06.05. /03.06. / 01.07. / 05.08. / 02.09.26
Paulaner-Gemeindezentrum, Paulanerplatz 13, 92224 Amberg
Nähere Infos erteilt Hospizverein, Tel. 09621/124 30
KEB, EBW, Hospizverein

Angeleitete Gesprächsreihe

Trauer-Café Auerbach

Monatliches offenes Angebot mit Impuls-Gedanken und Anleitung zur Trauerbewältigung

Referent: Georg Franz Fröhler

Hinweis: Einzelbegleitung im Anschluss möglich, jedoch nur nach Voranmeldung über Telefon 09621/12430

jeden 1. Donnerstag im Monat - 14 Uhr
02.04. / 07.05. / 04.06. / 02.07. / 06.08. / 03.09.26
„Arche“, Kirchstraße 2, 91275 Auerbach in der Oberpfalz
keine Anmeldung nötig!
Hospizverein, LKR AS, VDK-Ortsverband Auerbach mit KEB

Angeleitete Gesprächsreihe

Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg

Monatliches offenes Angebot mit Impuls-Gedanken und Anleitung zur Trauerbewältigung

Trauer lässt sich leichter tragen, wenn sie geteilt wird. Ausgebildete Trauerbegleiter begleiten Sie auf Ihrem Weg.

Referent: Trauerbegleiter Hospizverein

jeden 1. Montag im Monat jeweils ab 20 Uhr
06.04. / 04.05. / 01.06. / 06.07. / 03.08. / 07.09.26
Brauereigasthof Sperber-Bräu, Rosenberger Str. 14, 922337 Sulzbach-Rosenberg
Hospizverein Amberg mit KEB

Angeleitete Gesprächsreihe **Nr.** 2-28518

In der Trauer nicht allein

mit Impuls-Gedanken und Anleitung zur Trauerbewältigung

Unter Leitung von Hospiz- und Trauerbegleiter Georg Franz Fröhler vom Hospizverein und der Hospizbegleiterin Roswitha Wendl vom Frauenbund besteht die Möglichkeit, in einem geschützten Raum über die eigene Trauer zu sprechen, anderen trauernden Menschen zuzuhören, Verständnis und Unterstützung zu erfahren und Anregungen zur Trauerbewältigung zu empfangen.

Referenten: Georg Franz Fröhler, Hospiz - und Trauerbegleiter

Roswitha Wendl, Hospizbegleiterin

jeden 1. Dienstag im Monat, 15 - 17 Uhr
07.04. / 05.05. / 02.06. / 07.07. / 04.08. / 01.09.26
Pfarrheim Hirschau, Kolpingstr. 10, 92242 Hirschau
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
KDFB Hirschau und Hospizverein Amberg mit KEB

Workshop

Qi Gong

für Trauernde

Qigong ist in allen Phasen der Trauer hilfreich. Es unterstützt, gibt Trauernden Raum und hilft Gefühle zu verarbeiten. Loslassen, wieder Ruhe, Kraft und Zuversicht zu finden, ist das Ziel. Körper Geist und die Seele kommen zur Ruhe und können sich regenerieren. Das Qi (Lebenskraft) wird wieder frei und kann in Fluss kommen. Wir praktizieren an diesem Nachmittag Qigong auf verschiedenen Ebenen, teils auch als stille meditative Form. Zwischen den beiden Einheiten ist auch Zeit, für Austausch und Reflexion.

Hinweis: Der Workshop ist für alle geeignet. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte lockere bequeme Kleidung und festes Schuhwerk (Sportschuhe - oder Wanderschuhe) tragen.

Referentin: Marion Leitgeb, qualifizierte Hospiz- und Trauerbegleiterin, Masseurin, Coach Stressabbau über Körper und Energiearbeit.

Mi 29.04.2026, 14:00 - 16:00 Uhr

Im Bereich des Waldgebietes bei der Burgruine Rammertshof. Anfahrt über Amberg, Lengenloh/Atzlricht. Treffpunkt: Parkplatz an der Zufahrtsstraße zum ehem. Munitionslager Atzlricht

€ kostenlos

Wegen begrenzter Teilnehmerzahl bitten wir um Anmeldung unter Tel. 09621/12430, hospizverein-amberg@t-online.de

Hospizverein mit KEB, EBW, LKr. AS

Themenreihe

Seniorenaktivtreff Schnaittenbach

mit Aktivierungs- und Informationsangebot

jeden 1. Dienstag im Monat 10 bis 12 Uhr

Vitusheim, Hauptstr. 100, 92253 Schnaittenbach

Infos bei Weigert Ingrid 09622/1605

PGR Schnaittenbach – Sachausschuss Senioren

Lydia Enderer

Themenreihe

Seniorentreff Pfarrei Vilseck

Vorträge, Informationen, Aktionen

monatliches Treffen, mittwochs 14 Uhr

Pfarrheim St. Ägidius Vilseck, Kirchgasse, 92249 Vilseck

PGR Vilseck mit KEB

Themenreihe

Seniorenkreis Pfarrei Hahnbach

aktuelle Vorträge, Impulse und Aktionen

monatliches Treffen, dienstags 14:30 Uhr
Pfarrsaal Hahnbach, Max-Prechtl-Str. 1 / 1. OG, 92248 Hahnbach
Infos bei Diakon Dieter Gerstacker
PGR mit KEB
Diakon Dieter Gerstacker

Bildungsfahrten

Ü60 unterwegs

Seniorenfahrten mit Führungen in verschiedenen Kirchen

in der Regel jeden 2. Donnerstagnachmittag im Monat von April bis November
über das Pfarrbüro: 09622 / 71414
Pfarrei Schnaittenbach
Elisabeth Kraus

Osterbrunnen-Tour
Do 09.04.2026, 13:30 - 20:00 Uhr

St. Barbara Amberg - Luitpoldhöhe
Mi 13.05.2026, 13:30 - 20:00 Uhr

Pfarrkirche Hl. Dreifaltigkeit Amberg
Do 11.06.2026, 13:30 - 20:00 Uhr

Bergkirche „Maria Hilf“ Amberg
Mi 01.07.2026, 14:00 - 20:00 Uhr

Pfarrkirche „Maria Immaculata“ Vohenstrauß
Do 13.08.2026, 13:30 - 20:00 Uhr

St. Michael Königstein
Do 10.09.2026, 13:30 - 20:00 Uhr

Themenreihe

Seniorenkreis St. Michael Poppenricht

mit Vorträgen, Impulsen, Singen und gemütlichem Beisammensein

monatliches Treffen, samstags von 15 - 17:30 Uhr
Schützenheim Poppenricht, Johannes-Stark-Straße 8, 92284 Poppenricht
bei weiteren Fragen ist die Ansprechpartnerin Fr. Annemarie Pirkl (09621 61097 oder 01726220362)
PGR Poppenricht mit KEB
Annemarie Pirkl

Themenreihe

Seniorenkreis Dreifaltigkeit

mit Aktivierungs- und Informationsangebot

jeden Montag von 14:30 bis 17 Uhr
Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit, Dreifaltigkeitsstr. 7, 92224 Amberg
Seniorenkreis der Pfarrei Hl. Dreifaltigkeit mit KEB
Monika Deubzer, Hildegard Legat, Marielle Lippert, Elisabeth Schlingmann, Dorothea Stanzl-Bauer, Martin Mehringer und Anton Rauch

Thema: „Beschwingt und heiter“ - Sitzgymnastik mit Musik - Motorisches Training
Mo 13.04.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema: Märchen - Erinnerungen an fabelhafte Welten
Mo 20.04.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema „Das Wandern ist des Müllers Lust“ - Stuhltanz nach Musik - Motorisches Training
Mo 27.04.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema: Generationen - Jung und Alt mit Besuch vom Kindergarten
Mo 04.05.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema: Marienmonat Mai
Mo 11.05.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema: „Geschichten vom Heiligen Geist“ - Einstimmung auf Pfingsten
Mo 18.05.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema: Suche nach Zahlen - Konzentrationstraining (Bingo)
Mo 08.06.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema: Ganz schön kniffelig... Konzentration- und Gedächtnis fordern
Mo 15.06.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema: „Hallo Herr Doktor“ - Medizinische Geschichten
Mo 22.06.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema: Bergfest
Mo 29.06.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema: Spiele im Kreis - motorisches Training
Mo 06.07.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema: „Lust auf ein neues Brettspiel?“ - mit Vorstellung und Anleitung
Mo 13.07.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema: Vortrag: Sommer 2026 im Südsudan
Mo 20.07.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema: Sommertheater - Die Kunst der Freude an der Improvisation
Mo 27.07.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema: Herbstzeit - Bedeutung für den Jahresablauf und unser Leben
Mo 21.09.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Thema: Geburtstage
Mo 28.09.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Themenreihe

Seniorenkreis St. Vitus Schnaittenbach

Vorträge - Singen - Impulse
mit gemütlichem Beisammensein

jeder 3. Dienstag im Monat 14:30 bis 17:15 Uhr
Pfarrheim St. Vitus Schnaittenbach, Bischof-Rosner-Platz 1, 92253 Schnaittenbach
bei weiteren Fragen ist die Ansprechpartnerin Fr. Meiser Gabriele 09622/6222
PGR Schnaittenbach mit KEB

Vortrag

Sicherheitstipps im Alltag

im Rahmen Seniorenkreis St. Vitus Schnaittenbach

Di 21.04.2026, 14:30 - 17:15 Uhr
Pfarrheim St. Vitus Schnaittenbach, Bischof-Rosner-Platz 1, 92253 Schnaittenbach
bei weiteren Fragen ist die Ansprechpartnerin Fr. Meiser Gabriele 09622/6222
PGR Schnaittenbach mit KEB
Graf

Themenreihe

Seniorenkreis Pfarrei Utzenhofen

mit Vorträgen, Informationen und Aktionen

monatliches Treffen, mittwochs in der Regel um 14 Uhr
Pfarrheim Utzenhofen, Kastler Str. 3, 92280 Kastl/Utzenhofen
PGR Utzenhofen mit KEB
Irmgard Scharl

Vortrag

Fachvortrag des Seniorenmosaik im Naturpark Hirschwald

im Rahmen des Seniorenkreises Pfarrei Utzenhofen

Mi 22.04.2026, 14:00 - 16:30 Uhr
Pfarrheim Utzenhofen, Kastler Str. 3, 92280 Kastl/Utzenhofen
PGR Utzenhofen mit KEB
Jennifer Nelhiebel und Irmgard Scharl

Filmgespräch

Lachen mit Oma & Opa

Nachmittag für Menschen mit Demenz, Angehörige, Helfer und Interessierte

Zunächst wird ein Klassiker/Kinoschlager vorgeführt. Im Anschluss steht das SEGA e.V. Team für einen Austausch, Fragen und Antworten allen Teilnehmern zur Verfügung.

Hinweis: Zur besseren Planung Anmeldung erwünscht unter info@sega-ev.de oder 09661 3048616

Referent: SEGA-Team

Mo 11.05.2026, Einlass um 14 Uhr, Start um 15 Uhr
Ring-Theater, Spitalgraben 2, 92224 Amberg
Eintritt frei
SEGA e.V., E-Mail Apotheke, RoundTable und KEB

Diakonie caritas
Ökumenische Sozialstation
Sulzbach-Rosenberg gGmbH
Hofgartenstraße 10
92237 Sulzbach-Rosenberg

Ihr Partner in der häuslichen Pflege

Telefon: 09661 – 876000
Telefax: 09661 – 876009
E-Mail: info@sozialstation-sulzbach.de
www.sozialstation-sulzbach.de

Regensburger Domspatzen
zu Gast in St. Vitus / Schnaittenbach

Mit ihrem A-Cappella-Programm **„himmelwärts“** gastiert der berühmte und wohl älteste Knabenchor der Welt am **20. Juni 2026 um 19 Uhr** in der Stadtpfarrkirche und verspricht Chormusik der Extraklasse.
Zur Aufgabe der Regensburger Domspatzen gehört es seit jeher, zum Lobe Gottes und zur Freude der Menschen zu singen. Chorleiterin Kathrin Giehl hat deshalb das diesjährige Konzertprogramm ihres Chores mit dem Titel „himmelwärts“ überschrieben. Die Domspatzen singen geistliche Motetten und Lieder von Komponisten durch alle Musikepochen, von der Renaissance über die Romantik bis hin zur Moderne.
Tickets dafür sind ab sofort in den Vorverkaufsstellen vor Ort und digital von NT–Ticket und OK-Ticket zum Preis von **20,00 €** käuflich zu erwerben.

NT–Ticket: QR–Code

INFOS & TICKETS

OK-Ticket: QR–Code

Internationale Konferenz zur Gemeinwohl-Ökonomie
auch für die breite Öffentlichkeit - alle Vorträge auf Englisch

GESELLSCHAFT

Inklusives Filmgesprächsreihe

Kino-Club

Während der kühlen Jahreszeit gehen wir gemeinsam ins Kino. Anschließend gehen wir noch etwas trinken. Wir reden über den Film: Was war gut am Film, wie waren die Schauspieler, hat die Musik zum Film gepasst? Menschen ohne e-hinderung sind willkommen ie bezahlen den Grundbetrag

12.04.2026/
14.06.2026

Ferstl Carina
Ferstl Alex

jew. 13 - 19 Uhr

40 € (Eintritt Kino und Lokalbesuch)

TreffpunktHintereingang Cineplex

OBA Tel. 09621/3081266
sabine.reithmaier@lebenshilfe-amberg.de)

Behindertenausweis!

inklusives Angebot

Workshop

Smart-Club

inklusives Angebot

Anleitung an Smartphone und Laptop

Mit einem Smartphone / Laptop kann man viele Dinge tun:
Fotos machen, Spiele spielen, Nachrichten schreiben, Musik hören, Informationen einholen...
Das wollen wir zusammen üben.
Besonders auch, worauf man gut aufpassen muss

19.07.2026/
20.09.2026

Koll Michael

14 - 17 Uhr

16 € pro Termin

OBA Lebenshilfe
Friedrich-Ebert-Str. 2a

OBA Tel. 09621/3081266
sabine.reithmaier@lebenshilfe-amberg.de)

Smartphone, Laptop, Ladekabel mitbringen!

inklusives Angebot

Vortragsreihe

Vorträge im Energiekompetenzzentrum der Stadtwerke Amberg

Hinweise: Maximal 50 Personen - Anmeldefrist endet spätestens eine Woche vor Beginn der betreffenden Veranstaltung

- Energiekompetenzzentrum der Stadtwerke Amberg, Marktplatz 10, 92224 Amberg
- & nähere Informationen unter dem Link - Fachvorträge im EKZ - Stadtwerke Amberg
- Stadtwerke Amberg mit KEB

Steuerbare Verbrauchseinrichtungen §4a - Was bringt mir das?
Nr. 2-29731
Mi 01.04.2026, 17:00 Uhr

Vorstellung Wärmepumpen - zu Hause nachhaltig heizen
Nr. 2-29732
Mi 06.05.2026, 17:00 Uhr

Aktueller Stand der Energiewende bei den Stadtwerken Amberg
Nr. 2-29733
Mi 03.06.2026, 17:00 Uhr

Zusammenspiel Photovoltaik und Elektromobilität - Energiemanagementsystem
Nr. 2-29734
Mi 01.07.2026, 17:00 Uhr

LoRaWAN - die smarte Infrastruktur
Nr. 2-29735
Mi 02.09.2026, 17:00 Uhr

Vortrag

Vorstellung der Schulden- und Insolvenzberatung

Referent: Matthias Köstler, Diplom Betriebswirt, Schuldner- und Insolvenzberater

- **Mi 15.04.2026, 16:00 - 19:00 Uhr**
- SKF Amberg, Haager Weg 15, 92224 Amberg
- Anmeldung unter 09621/4872-0 oder sozialdienst-kf@skf-amberg.de
- SKF mit KEB

Kurs

IT-Cafe

mit praktischen Anleitungen rund ums Smartphone

Der Malteser Hilfsdienst (MHD) betreibt das sog. „IT-Café“: Bei diesem Seniorentreff bieten die Malteser der älteren Generation Unterstützung beim Umgang mit Smartphone, Internet, Facebook und Co.

Referentin: Kathleen Busse

jeden dritten Donnerstag im Monat von 10:00 -11:30 Uhr
Elternschule Amberg – Mehrgenerationenhaus, Amselweg 7a, 92224 Amberg
Anmeldung und weitere Auskünfte sowohl für Teilnehmende als auch für Interessenten am Ehrenamt bei Kathleen Busse (09621/4933-57 oder per E-Mail, kathleen.busse@malteser.org).
Malteser, Elternschule mit KEB

Vortragsreihe **Nr.** 2-26568

Der „Club der Nachdenklichen“ in Amberg

Der Amberger „Club der Nachdenklichen“ ist eine offene, politisch und weltanschaulich ungebundene Gruppe. Man trifft sich in lockerer Folge zu einem Vortrag mit anschließender Diskussion. Die Palette der Themen ist breit gefächert. Neue „Nachdenkliche“ sind stets willkommen. Treffpunkt in der Regel einmal monatlich montags um 19 Uhr im Café Zentral in Amberg am Marktplatz.

Hinweis: Änderungen vorbehalten. Maßgeblich ist die Vorankündigung in der Tagespresse

monatl. montags um 19 Uhr
Cafe Zentral, Marktplatz 6, 92224 Amberg
€ frei
Voranmeldung erwünscht bei Cornelia Platz: conni.platz@gmail.com oder über die KEB-Geschäftsstelle per Online-Anmeldung auf der Homepage.
Club der Nachdenklichen mit KEB

„Walter Gropius, das Bauhaus und die zwanziger Jahre“
Mo 20.04.2026, 19:00 Uhr

Die tschechoslowakischen Legionen - Freiwillige, Deserteure, Kriegsgefangene, Räuber, Helden, Staatsmänner
Mo 18.05.2026, 19 Uhr,

weitere Termine: 15.06. / 20.07.2026

Seminar

Erfahrungsaustausch für ehrenamtliche BetreuerInnen

Ehrenamtliche gesetzliche Betreuer arbeiten im Auftrag eines Betreuungsgerichtes, wenn ein erwachsener Mensch seine Rechtsgeschäfte nicht mehr alleine bewältigen kann, weil Krankheit oder Behinderung dies verhindern. Unterschiedliche Aufgabenbereiche können dann übertragen werden. Die Gesprächsinhalte orientieren sich an den von den Teilnehmern mitgebrachten Themen. Eine Fachkraft vor Ort wird den Austausch begleiten.

Referent: Fachkraft vor Ort

Mo 27.04.2026, 18:00 - 19:45 Uhr
weiterer Termin am 15.06.2026
SKF Amberg, Haager Weg 15, 92224 Amberg
+ Infos SKF, Tel. 09621/48720 oder sozialdienst-kf@skf-amberg.de
SkF mit KEB

Kurs

Kulturdolmetscher Plus – Sharing Empowerment

Sie haben Interesse am Thema Kultur und möchten noch besser verstehen, wie diese Menschen prägt? Sie möchten anderen Menschen helfen und sich für ein kultursensibles Miteinander einsetzen? Dann werden Sie Kulturdolmetscher:in.
Die Qualifizierung umfasst 42 Unterrichtseinheiten und eine Praxiserfahrung. Grundlage für die thematische Arbeit sind eigene biografische Erfahrungen, welche die Kursteilnehmenden in ihren Herkunftsländern und dem Leben in Deutschland selbst gemacht haben.

Referentinnen: Patrycja Sobczyk

Roula Ayoub

Do./Fr./Sa. 11.-13.06.2026
Do./Fr./Sa. 18.-20.06.2026
Do./Fr./Sa. 25.-27.06.2026
Do./Fr./Sa. 02.-04.07.2026
Nachholtermin: 10.07.2026
Fr.24.07.2026 um 17.30 Uhr mit Zertifikatsübergabe
Jeweils Donnerstag / Freitag 18 - 20.30 Uhr und Samstag 9 - 12 Uhr
Kolping-Bildungswerk, Kochkellerstr. 1A, 92224 Amberg
kostenfrei
EBW Oberpfalz, Bettina Hahn, ebw.oberpfalz@elkb.de oder 09622/6079426
EBW Oberpfalz

AutorInnengespräch **Nr.** 2-30614

Kampf um Freiheit

Georgien und der lange Arm des Kreml

im ahmen der angen acht der emokratie

Weltweit bedroht und zerstört Russland Demokratie und Freiheit. Die Machthaber um Putin fördern populistische und kriminelle Gruppen, unterwandern Medien, manipulieren Geschichte. Nirgendwo ist das erfolgreicher als in Georgien. Das Land vom europäischen Pfad abzubringen und erneut in den Machtbereich Russlands zu integrieren, ist eines der nächsten Ziele Putins. Gesine Dornblüth und Thomas Franke bereisen Georgien seit Jahrzehnten und erzählen von den Menschen und der politischen Lage. Sie nehmen uns mit in ein Land, dass seit Jahrhunderten um Freiheit kämpft und neuerdings wieder um seine Unabhängigkeit bangt. Wie in einem Brennglas wird in Georgien deutlich, was auch gefestigte Demokratien ernsthaft gefährden kann. Der Kampf um die Freiheit läuft auf vollen Touren.

Referenten: Dr. Gesine Dornblüth, promovierte Slawistin und Hörfunkjournalistin, Von 2012 bis 2017 war sie Deutschlandfunk-Korrespondentin in Moskau.

Thomas Franke, Journalist, Autor, Regisseur und Produzent vor allem für den Deutschlandfunk

Do 01.10.2026, 19:00 Uhr
Stadtbibliothek Amberg (Raseliushaus), Zeughausstrasse 1a, 92224 Amberg
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage
KEB mit Stadtbibliothek, Bündnis Migration/Integration

UMWELT

Geführte Wanderungen

Mit dem Ranger unterwegs im Naturpark Hirschwald – das grüne Herz der Oberpfalz!

Mächtige Wälder, sanfte Hügel, duftende Wacholderheiden, kühle Jurabäche und steile Felsen sind Lebensraum zahlreicher seltener Pflanzen und Tiere und bilden eine ökologisch wertvolle Landschaft in Deutschland. Die besondere Anziehungskraft des Naturparks Hirschwald liegt in seiner kleinräumigen Vielfalt. Dieser Reichtum an Lebensräumen spiegelt sich im Artenspektrum von Flora und Fauna wider. Um diesen Reichtum an Lebensräumen im Naturpark Hirschwald hautnah erleben und erkunden zu können, laden wir ein zu den geführten Wanderungen „Mit dem Ranger unterwegs", bei denen Sie gleichzeitig unter kompetenter Anleitung Ihr Natur- und Umweltbewusstsein mit fundierten Hintergrundinformationen schulen und fördern.

Hinweis: Auf festes Schuhwerk und wetterangepasste Kleidung achten. Den Treffpunkt zu den einzelnen Terminen erfahren Sie bei der Anmeldung oder auf der Homepage.

auf der Homepage Naturpark Hirschwald unter der Rubrik Führungen.
Naturpark Hirschwald e.V. und KEB

Auwälder - bedrohte Lebensräume
Di 14.04.2026, 15:00 Uhr

Vogelstimmenwanderung auf dem Wacholderwanderweg
So 26.04.2026, 8:00 - 11:00 Uhr

Kanuführung - Lebensader Vils
Sa 09.05.2026, 9:00 - 14:00 Uhr

Frühlingswanderung zum Scharfenberg
So 17.05.2026, 8:00 - 11:00 Uhr

Lebensraum Lauterach
Sa 06.06.2026, 16:00 Uhr

Der Warzenbeißer und sein Lebensraum
Sa 06.06.2026, 8:00 - 11:00 Uhr

Sommernachtswanderung im Lauterachtal
So 21.06.2026, 18:00 - 21:30 Uhr

Kanuführung - Lebensader Vils
Sa 27.06.2026, 9:00 - 14:00 Uhr

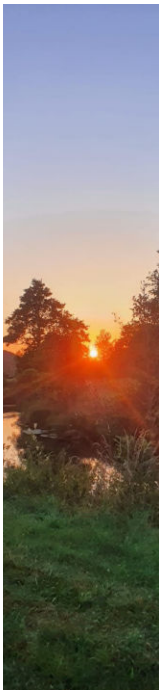
Kanuführung - Lebensader Vils
So 28.06.2026, 9:00 - 14:00 Uhr

Kanutour
Sa 18.07.2026, 9:00 Uhr - So 19.07.2026, 17:00 Uhr

Wilde Flusstäler und Steppen-Kiefernwälder
Fr 24.07.2026, 18:00 - 21:30 Uhr

Artenreiche Kulturlandschaft bei Schmidmühlen
Sa 22.08.2026, 14:00 - 18:00 Uhr

Eltern-Kind-Wochenende
Fr 18.09.2026, 17:00 Uhr - So 20.09.2026, 16:00 Uhr



Inklusive geführte Wanderungen - Reihe

inklusives Angebot

Die Kraft der Natur erleben

Wandern ist gesund für Körper, Geist und Seele. Die Natur hilft uns wieder Kräfte zu sammeln. Es gibt vier neue und schöne Touren zu erkunden. Eine gute Trittsicherheit wird dazu vorausgesetzt. Zur Erholung ist eine Einkehr geplant.

31.05. / 28.06. / 02.08. / 30.08.2026

Brigitte Prätori/ Alexander Ferstl

13 - 18 Uhr

26 € pro Termin

Treffpunkt bei Anmeldung erfragen

OBA Tel. 09621/3081266
sabine.reithmaier@lebenshilfe-amberg.de)

Taschengeld, feste Schuhe, Wanderkleidung, Brotzeit, Getränke

inklusives Angebot

Workshop

TierischGut Club

ein Angebot rund um Tiere

An Samstag-Nachmittagen unternehmen wir tiergestützte Ausflüge. Das heißt, wir sind mit Tieren zusammen und lernen etwas über Tiere. Tiere nehmen die Menschen so an, wie sie sind. Das tut uns gut!

16.05.2026/
19.09.2026

Stauber Verena

13 - 18 Uhr

26 € pro Termin

Treffpunkt wird telefonisch bekannt gegeben

OBA Tel. 09621/3081266
sabine.reithmaier@lebenshilfe-amberg.de)

Witterungsbedingte Kleidung, Taschengeld, Brotzeit, Getränke und Behindertenausweis!

inklusives Angebot

Vortrag

Nr. 2-30378

Entwicklung des Ökolandbaus in unserer Region

„Den" Ökolandbau gibt es nicht, er wurde durch viele verschiedene Einflüsse seit Beginn des 20. Jahrhunderts geprägt und hat sich seitdem stark weiterentwickelt und geformt. Wie diese Entwicklung aussieht und wie der Ökolandbau sich in Deutschland und regional entwickelt hat, möchte Öko-Modellregionsmanagerin Annika Reich in ihrem Vortrag vorstellen.

Referentin: Annika Reich, Öko-Modellregion Amberg-Sulzbach und Stadt Amberg

Di 14.04.2026, 19:00 Uhr
KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg
frei, Spenden erbeten
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage, Anmeldeschluss 14.04.2026
Historischer Verein (Reg.gr. AM) mit KEB

Geführte Naturwanderung

Auf den Spuren unserer tierischen Nachbarn

mit Anleitung zur Spurensuche

Tierspuren entdecken - kleine und große Wildtiere - tierische Nachbarn - Sie sind da, aber wo? Und sie hinterlassen mehr Spuren, als wir denken. Gemeinsam machen wir einen kleinen Spaziergang und lernen die verschiedenen Spurenarten kennen und erkennen.

Referentin: Elsa Hameury, Umweltstation

Zum Mitbringen: Festes Schuhwerk, wetterangepasste Kleidung, kleiner Rucksack mit Brotzeit und Getränk. Mind. 10, max. 15 TN. Ab 5 Jahren (in Begleitung eines Erwachsenen) geeignet.

Fr 17.04.2026, 17:00 - 19:30 Uhr
Bildungshaus Don Bosco Ensdorf, Hauptstr. 9, 92266 Ensdorf
10 €/Erw. 5 €/Kind
www.kloster-ensdorf.de/Veranstaltungen
Umweltstation Ensdorf mit KEB

Geführte Kräuterwanderung

Vier Jahreszeiten – vier Kräuterwelten

Angeleiteter Kräuterspaziergang mit Erklärungen zu Wild- und Heilpflanzen

Lassen Sie uns diese Pflanzen entdecken, ihre Heilkraft erfassen und ihre Geheimnisse kennenlernen. Viele von ihnen, die im Garten oft als lästige Unkräuter betrachtet und bekämpft werden, sind wahre Schatzkammern der Natur, die uns schon früh im Jahr und bis weit in den Sommer hinein mit wertvollen Vitaminen und Mineralstoffen versorgen. Erleben Sie mit uns eine Reise in eine Welt voller Mythen, Magie und heilender Kräfte.

Referent: Nicole Obermeier, Kräuterpädagogin

Zum Mitbringen: Wetterangepasste Kleidung! Mind. 12, max. 15 TN. Ab 5 Jahren (in Begleitung eines Erwachsenen) geeignet.

So 19.04.2026 weiterer Termin 26.07.2026, 10:00 - 12:00 Uhr
Bildungshaus Don Bosco Ensdorf, Hauptstr. 9, 92266 Ensdorf
10 €/Erw. 5 €/Kind
www.kloster-ensdorf.de/Veranstaltungen
Umweltstation Ensdorf mit KEB

Einsteiger Workshop

Naturseife selbst gemacht

mit Anleitung zum Seifensieden

Gemeinsam rühren, gießen, duften und ganz nebenbei eigene, wunderschöne Naturseifen herstellen. Der Workshop bietet eine Einführung in die Grundlagen des Seifensiedens - Arbeiten mit natürlichen Düften & Farben. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Referentin: **Christine Seidl,** Kräuterpädagogin

Hinweis: Skript und alle Materialien sind inklusive. Seifenformen können günstig am Workshoptag direkt vor Ort erworben werden, kostenfrei werden Joghurtbecher oder Tetrapack angeboten; Zum Mitbringen: Schürze, Schutzbrille, Langarmshirt, Silikonformen für Seifen, alt. leere Joghurtbecher oder Tetrapack max. 300ml, kleiner Transportkarton, 2 Gästehandtücher, 3 - 8 Personen

Sa 16.05.2026, 13:30 - 16:00 Uhr
Bildungshaus Kloster Ensdorf, Hauptstr. 9, 92266 Ensdorf
59 €
www.kloster-ensdorf.de/VeranstaltungenAnmeldeschluss 09.05.2026
UWS Kloster Ensdorf mit KEB

Workshop

Sensenkurs

Erleben Sie die Leichtigkeit des Sensenmähens mit einer gut geschärften Sense! So macht die Pflege artenreicher Wiesen richtig Spaß: Sensen ohne Motorenlärm und Abgase.
Mit gutem Gerät, das auf Ihre Körpergröße eingestellt ist, und der richtigen Haltung wird das ein sportlich entspannendes Vergnügen.

Referent: **Markus Achhammer**

Hinweis: max. 15TN, Anmeldung erforderlich. Eigene Sensen sollen/können mitgebracht werden. Festes Schuhwerk und Arbeitshandschuhe nötig

Fr 22.05.2026, 14:00 - 17:00 Uhr
Falsche Farm, Diebis 22, 92263 Ebermannsdorf
Kostenlos - Spenden zur Unkostendeckung/für die Falsche Farm werden gerne angenommen
Familie Hofstetter 09438/310 oder eine Mail an mail@falschefarm.de
Falsche Farm, Ökomodellregion AS mit KEB

Workshop

Baumschneidekurs

für Sommerschnitt an Steinobstbäumen

Wir zeigen den Pflege- und Erziehungsschnitt an Jungbäumen und an älteren Bäumen

Referent: **Markus Fuchs,** Kreisgartenfachberater

Hinweis: Wetterfeste Kleidung und Schuhwerk, Schutzhandschuhe, evtl. eigene Baumschere

Fr 12.06.2026, 14:00 - 18:00 Uhr
Falsche Farm, Diebis 22, 92263 Ebermannsdorf
Kostenlos
Eine Anmeldung ist nicht zwingend notwendig, würde uns aber mit der Planung helfen. Dazu bitte entweder bei Reinwald & Gertraud anrufen (09438/310) oder eine Mail an mail@falschefarm.de
Falsche Farm, OGV Pittersberg mit KEB

Geführte Naturwanderung

Bunte Natur … nur um hübsch zu sein?

mit Anleitung zur Naturerkundung

Ob zu Sommerbeginn oder im Herbst, alles ist bunt, schön und duftet herrlich! Will uns die Natur einfach nur ihr schönstes Gesicht zeigen und uns glücklich machen, oder steckt vielleicht doch etwas mehr dahinter? Wir machen gemeinsam einen kleinen Spaziergang um das Kloster Ensdorf, entdecken dabei die beeindruckende Farbpalette der Natur und erleben auf spielerische Weise, welche Rolle sie spielen.

Referentin: **Elsa Hameury,** Umweltstation

Zum Mitbringen : Festes Schuhwerk, wetterangepasste Kleidung, kleiner Rucksack mit Brotzeit und Getränk. mind. 10, max. 15 Personen. Ab 5 Jahren (in Begleitung eines Erwachsenen) geeignet.

Fr 19.06.2026 weiterer Termin: 09.10.2026, 17:00 - 19:30 Uhr
Bildungshaus Don Bosco Ensdorf, Hauptstr. 9, 92266 Ensdorf
10 €/Erw. 5 €/Kind
www.kloster-ensdorf.de/VeranstaltungenAnmeldeschluss 14.06.2026
Umweltstation Ensdorf mit KEB

Führung

Der Wald im Wechsel der Jahreszeiten – Sommer

Eine Sommerwanderung im Hirschwald zeigt uns die angenehmen Wirkungen des Waldes auf unsere Gesundheit. Ergründen kann man auch den Zusammenhang mit dem Johannisfest

Referent: Werner Lang, Förster; Revierleiter am Forstrevier Amberg

Hinweis: Dauer ca. 2 Std. Die Strecke ist für alle geeignet und nicht anstrengend.

Sa 20.06.2026, 14:00 - 16:00 Uhr
Treffpunkt: Ehem.Forsthaus Palkering; Parkplatz an den Ziegelkohlenmeilern. Anfahrt von Rieden her Richtung Hirschwald.
Kostenlos - Spende für den Bund Naturschutz ist willkommen
www.naturparkHirschwald.de unter der Rubrik Führungen
Naturpark Hirschwald und KEB

Studienfahrt

Dem Fledermäusen auf der Spur!

Familien-Ausflug zur Osterhöhle mit Führung

So 21.06.2026, 13:00 Uhr
Osterhöhle Neukirchen b. Sulzbach-Rosenberg
Führung Osterhöhle Erw. 5 €; Kinder 4 €
KAB Poppenricht mit KEB

Einsteiger Workshop

Körbe binden – Alte Handwerkskunst neu belebt

Korb binden - Meditative Arbeit - aus heimischen Gräsern und Kräutern. In diesem Workshop gestaltest du aus Gräsern, Blüten und getrockneten Kräutern deinen ganz persönlichen Korb - natürlich, individuell und mit deiner eigenen Handschrift.

Referentin: Christine Seidl, Kräuterpädagogin

Hinweis: Enthalten sind: Getränke, Nadel, Garn, Gräser, Skript. Zum Mitbringen: 1 Jutebeutel voll getrockneter Gräser, Mindestlänge 20 cm; mind. 6 bis max. 8 TN.

So 13.09.2026, 12:00 - 15:30 Uhr
Bildungshaus Kloster Ensdorf
49 €
www.kloster-ensdorf.de/Veranstaltungen, Anmeldeschluss 06.09.2026
UWS Kloster Ensdorf mit KEB

Führung

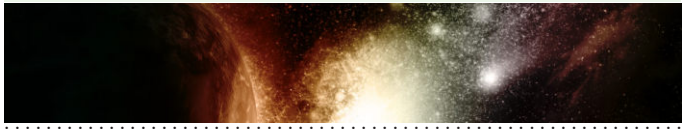
Der Wald im Wechsel der Jahreszeiten – Herbst

Der Herbstwald mit seinem Farbenspiel ist unsere Kulisse für eine kleine Wanderung im Hirschwald. Das Michaelsfest wird nicht ohne Grund zu dieser Zeit gefeiert.

Referent: Werner Lang, Förster; Revierleiter am Forstrevier Amberg

Hinweis: Dauer ca. 2 Std. Die Strecke ist für alle geeignet und nicht anstrengend.

Sa 19.09.2026, 14:00 - 16:00 Uhr
Treffpunkt: Ehem. Forsthaus Palkering; Parkplatz an den Ziegelkohlenmeilern. Anfahrt von Rieden her Richtung Hirschwald.
Kostenlos - Spende für den Bund Naturschutz ist willkommen
www.naturparkHirschwald.de unter der Rubrik Führungen
Naturpark Hirschwald und KEB



Inklusive Führung

Nr. 2-30666

Das Planetarium Ursensollen

Ein Blick zu den Sternen

Ein Planetarium ist ein Sternen-Theater. In der Mitte von dem Saal steht eine Maschine. Diese Maschine kann einen Sternen·himmel nach·machen. Wir sitzen in einem Sessel und schauen nach oben. Dann sehen wir die künstlichen Sterne an der Decke. Ein Fachmann erklärt uns viel dazu.

16.10.2026
Franz Mädler
17 - 18.30 Uhr
10 €
Planetarium Ursensollen
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
inklusives Angebot

FAMILIE

Kurs

Säuglingspflegekurs für werdende Eltern

Vor einer Geburt gibt es oft viele Fragen und Unsicherheiten in Sachen Pflege und Versorgung Ihres Babys. In unserem monatlich stattfindenden Säuglingspflegekurs erfahren Sie Wissenswertes rund um die Pflege Ihres Sprösslings und die nötigte Baby-Erstausstattung.

Referent: Pflegeteam der Geburtshilfe

Mi 01.04.2026, 18:00 Uhr
weitere Termine: 13.05. / 03.06. (XXL) / 01.07. / 05.08. / 02.09. 2026, jew. um 18 Uhr
Großer Veranstaltungsraum (4. Stock) im St. Anna Krankenhaus, Krankenhausstr. 16, 92237 Sulzbach-Rosenberg
€ kostenlos
keine Anmeldung erforderlich. Bei Fragen steht Ihnen das Pflegeteam der Geburtshilfe telefonisch unter Tel. 09661 520-420 oder per Mail an stillberaterin@kh-as.de sehr gerne zur Verfügung.
St. Anna Krankenhaus mit KEB

Vorträge

Still-Café

Großer Veranstaltungsraum (4. Stock) im St. Anna Krankenhaus, Krankenhausstr. 16, 92237 Sulzbach-Rosenberg
€ kostenlos
keine Anmeldung erforderlich. Bei Fragen steht Ihnen das Pflegeteam der Geburtshilfe telefonisch unter Tel. 09661 520-420 oder per Mail an stillberaterin@kh-as.de sehr gerne zur Verfügung.
St. Anna Krankenhaus mit KEB

Was Kinder stark macht - Resilienz von Schwangerschaft bis in die erste Lebensphase lernen & trainieren
Mo 13.04.2026, 9:30 - 11:00 Uhr

Endliche Eltern - geglückter Kinderwunsch ist nicht gleich Wunschkind!
Mo 20.04.2026, 9:30 - 11:00 Uhr

Kinderärztin - Allgemeine Informationen rund um die ärztliche Versorgung von Säuglingen
Mo 11.05.2026, 9:30 - 11:00 Uhr

Schlaf gut - Baby, Mama & Papa - Wie können Eltern ihr Kind gut in den Schlaf begleiten?
Mo 18.05.2026, 9:30 - 11:00 Uhr

Informationsabend für werdende Eltern

Das Baby ist unterwegs und damit stellt sich die Frage: WIE und WO entbinden? Im Rahmen unseres Infoabends haben Sie die Möglichkeit, alles Wissenswerte rund um Ihre Geburt im St. Anna Krankenhaus zu erfahren. Lernen Sie unseren Chefarzt Dr. med. Christian A. Eberlein und sein tolles Team aus Hebammen und Pflegefachkräften kennen. Werfen Sie (je nach Verfügbarkeit) einen Blick in unsere modernen Kreißsäle und entdecken Sie unsere familiäre Entbindungsstation! Sehr gerne gehen unsere Ärzte, Hebammen und Pflegekräfte auch auf Ihre individuellen Fragen ein!

Referent: Dr. med. Christian A. Eberlein, Chefarzt

Do 21.05.2026, 17:00 Uhr
weitere Termine: 16.07. / 17.09.2026 (Englisch), jew. 17 Uhr
Großer Veranstaltungsraum (4. Stock) im St. Anna Krankenhaus, Krankenhausstr. 16, 92237 Sulzbach-Rosenberg
€ kostenlos
keine Anmeldung erforderlich.
St. Anna Krankenhaus mit KEB

Kurs

Babymassagekurs 2026 (3 Treffen)

Modul 2

Babymassage bietet folgende Vorteile für Sie und Ihren kleinen Schatz: - Linderung von Bauchschmerzen - Vermittlung von Ruhe und Geborgenheit - Verbesserung der Schlafgewohnheiten - Stärkung des Immunsystems - Förderung der Entwicklung.

Referent: Pflegeteam der Geburtshilfe

Hinweis: Ein Kurs beinhaltet 3 Sitzungen a 60 min. Bitte beachten Sie die aktuell gültigen Zutrittsregelungen!

Termine: 27.10., 03.11. und 10.11.2026 14-15 Uhr
Großer Veranstaltungsraum (4. Stock) im St. Anna Krankenhaus, Krankenhausstr. 16, 92237 Sulzbach-Rosenberg
€ kostenlos
Verbindliche Anmeldung per E-Mail an babymassage@kh-as.de
St. Anna Krankenhaus mit KEB

EKG – Eltern-Kind-Gruppen

Eltern-Kind-Gruppen (EKG)

Was sind Eltern-Kind-Gruppen?
Eltern-Kind-Gruppen sind ein Bildungsangebot für Mütter und Väter mit Kindern bis zu 3 Jahren:

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

Wie läuft eine EKG ab?

- Regelmäßige Gruppentreffen (1x pro Woche 2 Stunden)
- Die Anmeldung erfolgt jeweils für 5 Treffen und kostet 4 € pro Treffen für die Erwachsenen, Kinder sind frei.
- Die Gruppentreffen werden durch einen Themenabend ergänzt, an dem sich nur die Eltern treffen und Themen, die sie interessieren, ausführlich besprochen werden können.
- Eine Leiterin bereitet die Treffen vor und bringt Impulse für einen Austausch ein.

Welche Themenkreise werden u. a. behandelt?

- Partnerschaft und Familie
- Erziehungsfragen
- Glaube und Kirche
- Persönlichkeitsbildung
- Gesellschaft und Politik
- Wir als Gruppe
- Lebensraum Dorf/Stadt
- Gesundheit und Ernährung

Wer nimmt das in die Hand?
Die Gruppentreffen werden von einer EKG-Leiterin vorbereitet und durchgeführt, die für diese Aufgabe durch ein spezielles Fortbildungsangebot ausgebildet wird. Sie bekommt dafür ein festgelegtes Honorar. Weitere Informationen: www.keb-regensburg.de

Haben Sie selbst Interesse daran, EKG-Leiterin zu werden und in Ihrer Pfarrei EKG-Stunden zu leiten und anzubieten?
Dann wenden Sie sich ebenfalls an Ihre regionale KEB Amberg-Sulzbach (09621/9117862) oder direkt an die o.g. EKG-Referentinnen der KEB im Bistum Regensburg, Fr. Elli Meyer oder Katrin Madl (0941/597389) oder Mail: elli.meyer@bistum-regensburg.de bzw. katrin.madl@bistum-regensburg.de und informieren Sie sich über die Voraussetzungen zur Gruppenleiter-Ausbildung.

Aktuelle EKG-Angebote bei der KEB Amberg-Sulzbach:

ELTERN-KIND-GRUPPEN

Das Eltern-Kind-Projekt im Bistum Regensburg

Kurs **Nr.** 2-30391

Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Jakob Hahnbach

laufender Kurs: mittwochs/donnerstags im Wechsel 9 bis 11 Uhr
Gemeindehaus Hahnbach, Herbert-Falk-Straße 2, 92256 Hahnbach
20 € (5er Block)
Monika Dietrich (0173-4021750)
KDFB Hahnbach mit KEB
Monika Dietrich

Kurs **Nr.** 2-30392

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Jakob Hahnbach

laufender Kurs: montags 9 bis 11 Uhr
Gemeindehaus Hahnbach, Herbert-Falk-Straße 2, 92256 Hahnbach
20 € (5er Block)
über Monika Dietrich (0173-4021750)
KDFB Hahnbach mit KEB
Bianka Mattner

Kurs **Nr.** 2-30393

Eltern-Kind-Gruppe 1 Mariä Himmelfahrt Hirschau

laufender Kurs, donnerstags von 9:30 - 11:30 Uhr
Pfarrheim Hirschau, Kolpingstr. 10, 92242 Hirschau
20 € (5er Block)
Lisamarie Schmidl, Tel. 09622/7187438
KDFB Hirschau mit KEB
Lisamarie Schmidl

Kurs **Nr.** 2-30394

Eltern-Kind-Gruppe 2 Mariä Himmelfahrt Hirschau

laufender Kurs, dienstags von 9:30 - 11:30 Uhr
Pfarrheim Hirschau, Kolpingstr. 10, 92242 Hirschau
20 € (5er Block)
Stein Ann-Kathrin 0151/21820719
KDFB Hirschau mit KEB
Ann-Kathrin Stein

Kurs **Nr.** 2-30401

Eltern-Kind-Gruppe 3 Mariä Himmelfahrt Hirschau

laufender Kurs, freitags von 10:00 - 12:00 Uhr
Pfarrheim Hirschau, Kolpingstr. 10, 92242 Hirschau
20 € (5er Block)
Fiedler Sylvia (01520-6149396)
KDFB Hirschau mit KEB
Sylvia Fiedler

Kurs **Nr.** 2-30389

Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Antonius Kümmersbruck

laufender Kurs: mittwochs 9 bis 11 Uhr
Pfarrzentrum St. Antonius, Eltern-Kind-Raum
20 € (5er Block)
Helga Löw (09621/1760064)
KDFB St. Antonius mit KEB
Helga Löw

Kurs **Nr.** 2-30390

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Antonius Kümmersbruck

laufender Kurs: mittwochs 15 bis 17 Uhr
Pfarrzentrum St. Antonius, Eltern-Kind-Raum
20 € (5er Block)
Ute Rödel (09621/761160)
KDFB St. Antonius mit KEB
Ute Rödel

Kurs **Nr.** 2-30388

Eltern-Kind-Gruppe 3 St. Antonius Kümmersbruck

laufender Kurs: dienstags 9 bis 11 Uhr
Pfarrzentrum St. Antonius, Eltern-Kind-Raum
20 € (5er Block)
Helga Löw (09621/1760064)
KDFB St. Antonius mit KEB
Helga Löw

Kurs Nr. 2-30387

Eltern-Kind-Gruppe St. Ägidius Schmidmühlen

laufender Kurs: freitags 8:30 bis 10:30 Uhr
Pfarrheim St. Ägidius, Schmidmühlen
20 € (5er Block)
Michaela Mehringer (0162-2785223)
PGR St. Ägidius mit KEB
Michaela Mehringer

Kurs Nr. 2-30399

Wald-Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Ägidius Schmidmühlen

laufender Kurs: montags 15:30 bis 17 Uhr
Treffpunkt im Waldplatz nähe Sinzenhof in 92287 Schmidmühlen
20 € (5er Block)
Tammy Pirzer (0157-56325975)
PGR St. Ägidius mit KEB
Tammy Pirzer

Kurs Nr. 2-30400

Wald-Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Ägidius Schmidmühlen

laufender Kurs: dienstags 9 bis 10:30 Uhr
Treffpunkt im Waldplatz nähe Sinzenhof in 92287 Schmidmühlen
20 € (5er Block)
Lena Deml (0171-5640284)
PGR St. Ägidius mit KEB
Lena Deml

Kurs Nr. 2-30386

Eltern-Kind-Gruppe St. Vitus Schnaittenbach

laufender Kurs, donnerstags 9:30 bis 11:30 Uhr
Vitusheim, Schnaittenbach
20 € (5er Block)
Julia Schumann (01575-4142507)
PGR St. Vitus mit KEB
Julia Schumann

Kurs Nr. 2-30398

Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Marien Sulzbach

laufender Kurs: mittwochs 9 bis 11 Uhr
Pfarrheim St. Marien, Pfarrplatz 3, 92237 Sulzbach-Rosenberg
20 € (5er Block)
Christiane Dünzen (09661/8159178)
PGR St Marien Sulzbach mit KEB
Christiane Dünzen

Kurs Nr. 2-30397

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Marien Sulzbach

laufender Kurs: donnerstags 9 bis 11 Uhr
Pfarrheim St. Marien, Pfarrplatz 3, 92237 Sulzbach-Rosenberg
20 € (5er Block)
Gabriele Papp (09661/5060490)
PGR St Marien Sulzbach mit KEB
Gabriele Papp

Kurs Nr. 2-30395

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Ägidius Vilseck

laufender Kurs: donnerstags 9 bis 11 Uhr
Pfarrheim St. Ägidius Vilseck, Kirchgasse, 92249 Vilseck
20 € (5er Block)
Angelina Draht (0160-5431301)
KDFB Vilseck mit KEB
Angelina Draht

Kurs Nr. 2-30396

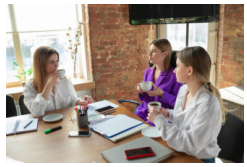
Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Ägidius Vilseck

laufender Kurs: dienstags 9 bis 11 Uhr
Pfarrheim St. Ägidius Vilseck, Kirchgasse, 92249 Vilseck
20 € (5er Block)
Angelina Draht (0160-5431301)
KDFB Vilseck mit KEB
Angelina Draht

Im Bereich der Bildungsarbeit für (junge) Familien mit Kindern arbeiten wir mit dem/r Mehrgenerationenhaus/ Elternschule Amberg e.V. zusammen. Sie ist gleichzeitig auch Mitglied bei der KEB.
Neben den hier aufgeführten Veranstaltungen finden Sie auf deren Homepage weitere verschiedene ildungs-veranstaltungen die in Koo eration mit der KE angeboten werden

Themencafé

Themenreihe



In gemütlicher Atmosphäre, bei Kaffee und einem kleinen Snack erhalten Sie von unseren Referenten viele interessante Informationen und nützliche Tipps zum jeweiligen Thema. Sie können Fragen stellen und sich mit anderen Austauschen.

Referentinnen: Melanie Baumann, Anna Wachter

- MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg
- kostenlos
- Eine Anmeldung erleichtert uns die Planung, ist aber nicht zwingend erforderlich. Per mail an: info@mgh-amberg.de, Tel. 09621/86272
- MGH/Elternschule Amberg mit KEB

„Bedürfnisorientierter Abschied vom Schnuller“
Mo 20.04.2026, 15:00 - 16:30 Uhr

„Abschied von der Windel“
Fr 22.05.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

„Eingewöhnung - KiTa Start: Muss ich mein Kind vorbereiten“
Mo 15.06.2026, 15:00 - 16:30 Uhr

„Ich brauch ne Pause! - Achtsam und entspannt durch den (Familien)alltag“
Fr 03.07.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

„Beikost“
Fr 25.09.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

Kurs

Musikgarten für Babys

für Familien mit Babys im Alter von 6 - 18 Monaten

Babys ab 6 Monate bis 1,5 Jahre. Gemeinsames Musizieren und Musikhören in dieser frühen Phase ist für das Baby „Nahrung“ für Körper, Geist und Seele.

Referentin: Gertrud Götzfried

- **fortlaufende Kurse in 11er Blöcken;**
  Montag und Mittwoch nachmittags, sowie Donnerstag vormittags. Genaue Zeiten bitte erfragen.
- MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg
- 87 € (für 11 Treffen)
- per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272
- MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Musikgarten Phase 1

Für Familien mit Kindern im Alter 1,5 bis 3 Jahren

Dieser Kurs geht auf den wachsenden Erlebnisraum der Kinder ein. Die Kleinkinder von 1,5 - 3 Jahren werden immer aktiver und beginnen weitere Ausflüge in die Umgebung zu unternehmen. Unser Musikgarten stärkt die Neigung zu Echo- und Instrumentalspielen und fördert das Sprech- sowie das Hörverhalten der Kinder.

Referentin: Gertrud Götzfried

fortlaufender Kurs in 11er Blöcken; Montag und Mittwoch nachmittags, sowie Donnerstag vormittags. Genaue Zeiten bitte erfragen.
MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg
87 € (für 11 Treffen)
per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272
MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Musikgarten Phase 2

für Familien mit Kindern im Alter von 3-4 Jahren

Im Kindergartenalter von 3-4 Jahren nehmen die Kinder den Ablauf des Jahres wahr. Die Themen orientieren sich an den Jahreszeiten und der Natur. Die Kinder lösen sich allmählich vom sicheren Schoß der Eltern und erproben ihre Unabhängigkeit. Das Gruppenerlebnis rückt in den Mittelpunkt. Unser Musikgarten reagiert mit rhythmischen und sprachlichen Echospielen, Tanz und gezieltem Einsatz von Instrumenten.

Referentin: Gertrud Götzfried

fortlaufender Kurs in 11er Blöcken;
Montag und Mittwoch nachmittags, sowie Donnerstag vormittags. Genaue Zeiten bitte erfragen
MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg
87 € (für 11 Treffen)
per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272
MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Musikalische Früherziehung

für Familien mit Kindern im Alter ab 4 Jahre

Das Konzept umfasst spielerisch folgende Lerninhalte: Singen und Sprechen, Musik hören, Bewegung und Tanz, Musikinstrumente kennenlernen, elementares Instrumentalspiel und den Einstieg in die Musiklehre. Die Eltern bekommen von der Musiklehrerin genaue Anweisungen, wie sie mit Ihren Kindern zuhause lernen können.

Referentin: Gertrud Götzfried

fortlaufender Kurs in 11er Blöcken; Montag und Mittwoch nachmittags, sowie Donnerstag vormittags. Genaue Zeiten bitte erfragen.
MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg
77 € (für 11 Einheiten)
per email: info@mgh-amberg.de
MGH, Tel. 09621/86272
MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Bewegungsbaustelle

für Mütter und Väter mit Babys und Kleinkindern bis 2 Jahre

Bewegungsbaustelle bietet Babys und Kleinkindern bis 2 Jahre die Möglichkeit in Kontakt mit Gleichaltrigen zu kommen. Mütter & Väter können sich untereinander austauschen und unsere Referentin steht Ihnen mit Rat & Tat zur Seite. Mit altersgerechten Spielen und Geräten wird der natürliche Bewegungsdrang Ihres Babys unterstützt und gefördert.

Referentin: Evi Graf

fortlaufende Kurse in 10er Blöcken, jeweils montags.
Gruppe 1 (Nicht-Läufer): 9:30-10:30 Uhr
Gruppe 2 (Läufer): 10:45-11:45 Uhr
MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg
66 € für 10 Einheiten
Elternschule/Mehrgenerationenhaus unter: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272
MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

PEKIP

Prager-Eltern-Kind-Programm

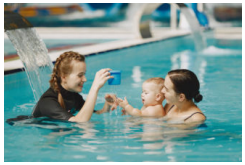
Das Prager-Eltern-Kind-Programm ist ein Angebot für Mütter oder Väter mit ihren Babys im ersten Lebensjahr. Mütter oder Väter treffen sich mit ihren Babys in einem sehr warmen Raum. Die Babys dürfen nackt sein (auch ohne Windeln) und bewegen sich deshalb spontaner und intensiver. Entwicklungsgemäße Bewegungs- und Sinnesanregungen bieten viele Möglichkeiten, sich mit seinem Nachwuchs zu beschäftigen und es bei seiner individuellen Entwicklung zu begleiten. Die gemeinsamen Spielerfahrungen stärken die Beziehungen zwischen Eltern und Kind. Mit Neugier und Freude erleben die Babys erste Kontakte zu anderen Kindern und die Mütter oder Väter haben Gelegenheit sich auszutauschen.

Referentin: Evi Graf

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken, Dienstag vormittags - bei genügend Anmeldungen auch Freitag vormittags
MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg
105,00 € für 10 Einheiten
nur direkt bei Evi Graf - 0152/28950973 oder evigraf@online.de
Eine Einheit dauert 75 min. Max. 7 TN. Folgekurse werden angeboten und ein Quereinstieg ist möglich, wenn Plätze frei werden.
MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Babyschwimmen



Mama oder Papa können zusammen mit ihrem Kind spielerisch erste Erfahrungen mit dem Element Wasser sammeln und erhalten Anleitung, die körperliche und motorische Entwicklung ihres Kindes im Wasser positiv zu beeinflussen.

Referentin: Michaela Schuhmacher

Hinweis: Dieser Kurs ist ein fortlaufender Kurs und wird immer in Blöcken angeboten. Sie können sich jeder Zeit für eine neue Kursreihe auf unsere Warteliste setzen lassen. Bitte Schwimmwindel und Badeschuhe mitbringen. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass aus Platzgründen nur ein Erwachsener pro Kind teilnehmen kann.

fortlaufender Kurs in 8er Blöcken am Dienstag:
Grp. 1: 15 - 15:30 Uhr (4-5 Monate)
Grp. 2: 15:30 - 16 Uhr (5-6 Monate)
Grp. 3: 16 - 16:30 Uhr (6-12 Monate)
Grp. 4: 16:30 -17 Uhr (Schwimmflügel 1-2 Jahre)
Hallenbad KA2, Gabelsbergerstr. 20, 92245 Kümmersbruck
72 € für 8 Kurseinheiten; Eintritt für das Bad muss von den Kursteilnehmern selbst bezahlt werden.
per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272
MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Wasserfrösche

Als Vorbereitung für's Schwimmen planschen und spielen die kleinen Wasserfrösche zusammen mit Mama oder Papa im Wasser, die eine entsprechende Anleitung zum erlernen von kindlichen Schwimmbewegungen bekommen.

Referent: Jan Schönholz, Schwimmmeister

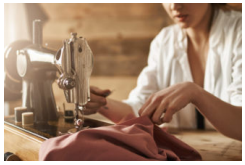
Hinweis: Eintritt für das Bad muss von den Kursteilnehmern selbst bezahlt werden und ist nicht mit in der Kursgebühr inbegriffen.Max. 10 TN

fortlaufende Kurse in 8er Blöcken am Mittwoch:
14:30-15:30 Gruppe 1 und 15:30-16:30 Uhr Gruppe 2
Kurfürstenbad Amberg, Kurfürstenring 2, 92224 Amberg
73,00 € für 8 Kurseinheiten (zzgl. Eintritt ins Kurfürstenbad)
per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272
MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nähkurs

mit Anleitung zum Schneidern und Nähen



Beine zu kurz, Taille oben zu weit, Rundungen an den falschen Stellen? Klamotten von der Stange passen auch nicht so recht? Kein Problem! In unserem Nähkurs schneidern Sie mit viel Spaß Ihre Garderobe selbst. Ergebnis: Passt genau, ist garantiert ein Einzelstück und obendrein noch günstig!
Bitte mitbringen: Stoff, Schnitt, allgemeines Nähzubehör!

Referentin: Gisela Gebhard

Hinweis: max. 6 TN - Sie können sich jeder Zeit für eine neue Kursreihe auf unsere Warteliste setzen lassen.

Dieser Kurs ist ein fortlaufender Kurs und wird immer in Blöcken angeboten. Montags oder Freitags von 8:30-11:30 Uhr oder Samstags von 10-13 Uhr
MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg
84 € (für 10 Einheiten)
per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272
MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nadelspiel

Anleitung zum Stricken

Bei diesen Treffen häkeln, stricken und sticken wir gemeinsam. Sie werden angeleitet, wenn Sie die oftmals zu komplizierten Beschreibungen nicht lesen oder umsetzen können. Falls Wolle und Anleitung nicht zusammenpassen, berechnen wir Ihnen gerne alles neu. Was kann man sonst noch mit Wolle anfangen? Anregungen gibt es bei uns genug!

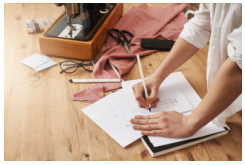
Referentin: Martina Eckl

14-tägig - montags von 19-ca.21 Uhr
MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg
3,50 € pro Treffen; max. 6 TN
per email: info@mgh-amberg.de
MGH, Tel. 09621/86272
MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nähkurs für Anfänger

mit Anleitung zum Schneidern und Nähen



Du hast Interesse am Nähen, weißt aber nicht, wie du starten sollst? Dann bist du bei uns genau richtig! In unserem Nähkurs für Anfänger begleiten wir dich bei deinen ersten Näherfahrungen und arbeiten gemeinsam an einfachen, aber kreativen Projekten, die speziell für Einsteiger geeignet sind. Gern können hier auch schon Teenager den Kurs besuchen und sich mit Erwachsenen austauschen.

Referentin: Nicole Wenning

Hinweis: max. 6 TN ab 12 Jahren - eigene Nähmaschine, ggf. Stoffe oder Stoffreste sind Voraussetzungen

mittwochs von 14:30-16:30 Uhr
MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg
67 € (für 8 Einheiten)
per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272
MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Gymnastik am Vormittag

Für alle Frauen, die einen Ausgleich für einseitige oder mangelnde Bewegung suchen. Durch sinnvolle Übungen mit und ohne Geräte werden geschwächte Muskelpartien gekräftigt und verspannte Muskeln gelockert. Auch Herz- und Kreislauftätigkeit werden sanft angeregt. Man tut sich hierbei wirklich etwas Gutes für Körper, Geist und Seele

Referentin: Michaela Schumacher

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken, donnerstags von 8:30 bis 9:30 Uhr
MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg
50 € (für 10 Einheiten); max. 8 TN
per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272
MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Fitness 60 plus – Weil Bewegung in jedem Alter Spaß macht!

Durch sanfte, aber gezielt und konsequent durchgeführte Gymnastikübungen für den ganzen Bewegungsapparat werden die Körperkräfte gestärkt und altersbedingten Problemen vorgebeugt, ohne die Gelenke, Knochen und Muskeln zu sehr zu beanspruchen. Ein Quereinstieg ist jederzeit möglich! Die Kursgebühr kann von der Krankenkasse erstattet werden!

Referentin: Barbara Hottner

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken, jeweils mittwochs 9 - 10 Uhr oder 10:15 - 11:15 Uhr
MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg
50 € (für 10 Einheiten); max. 9 TN
per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272
MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Englisch für Erwachsene

Dieser Kurs ist geeignet für alle, die einige Vorkenntnisse in Englisch haben, im Umgang mit der Sprache aber noch unsicher sind. Es gibt kein Buch! Jede Stunde wird individuell mit unterschiedlichen Texten, Quizfragen, Grammatik (-Wiederholungen), Hörverständnis- und Sprechübungen, Rollenspielen, Reiseberichten, Diskussionen etc. gestaltet.
Es geht nicht um Perfektionismus, sondern um den Spaß am Lernen einer Fremdsprache in einer netten Gruppe. Gerne dürfen Sie mal „schnuppern", ob der Kurs passend für Sie ist. Ein Quereinstieg ist jederzeit möglich!

Referentin: Anja Schmid

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken, jeweils mittwochs, 15 -16:30 Uhr (Gruppe 1) und 16:30-18 Uhr (Gruppe 2)
MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg
77 € (für 10 Einheiten); max. 8 TN
per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272
MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kreativ-Workshop-Reihe

für Familien mit Kindern unter fachlicher Anleitung

Unter fachlicher Anleitung gestalten Kinder zusammen mit Mama oder Papa Kreatives zu entsprechenden jahreszeitlich geprägten Themen.

Hinweis: max. 10 TN. Voranmeldung dringend erforderlich! Bitte alte Kleidung anziehen! Bei kurzfristigen Absagen wird eine Gebühr von 5€ berechnet

Referentin: Bianca Hellebrand

Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg
12 € pro TN
per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272
MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Glasabdeckung mit Mosaik-Technik
Nr. 2-30228
Do 16.04.2026, 15:00 - 16:30 Uhr

Wir basteln ein Geschenk für Mutter und Vatertag
Nr. 2-30229
Di 05.05.2026, 15:00 - 16:30 Uhr

Fliegende Sommermöwe
Nr. 2-30230
Di 19.05.2026, 15:00 - 16:30 Uhr

Altes chilenisches Instrument - Regenmacher
Nr. 2-30231
Do 18.06.2026, 15:00 - 16:30 Uhr

Medaillons aus Salzteig
Nr. 2-30232
Di 21.07.2026, 15:00 - 16:30 Uhr

KULTUR

Gruppenführungen in Amberg mit der KEB

Interessieren Sie sich für historisch bedeutsame Orte unserer Stadt Amberg mit ihrer je eigenen besonderen Geschichte? Gerne vermitteln wir für Ihre/n Gruppe, Verein oder Freundeskreis einen Sondertermin mit einer Gruppenführung zu einem der folgenden Themen:

Schulkirche Amberg

Dauer: ca. 1,5 Std.

Geschichte der Salesianerinnen, Schulgeschichte, Bauabschnitte, Fresken, Orgel, Oratorium

Referent: Franz Meier, Zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Termin nach Vereinbarung
Schulkirche, 92224 Amberg
Spende zu Gunsten des Orgelbauvereins
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
KEB (nur als Gruppenführung buchbar - max. 20 Personen)

Barnabas mit Resi

Eine amüsante Führung von Brauerei zu Gasthäusern mit Bierverkostung (Dauer: ca. 2 Std.).

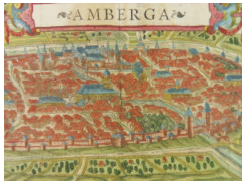
Brauerei- und Biergeschichte mit interessanter Stadtvergangenheit. Ende in einem Gasthaus nach Wahl (Winkler, Schießl, Schloderer, Bruckmüller, Casino)

Referent: Franz Meier, Zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Termin nach Vereinbarung
Amberg
25 € p.P.
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
KEB (nur als Gruppenführung buchbar - max. 20 Personen)

Altstadt Amberg (allgemein)

Dauer: je nach Vereinbarung

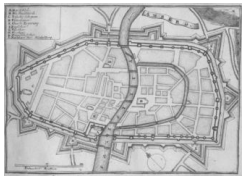


Führung kreuz und quer durch die Stadt mit einzelnen Gebäudegeschichten, Brunnen, Figuren, Märkte usw. oder einzelne alte Stadtteile (Kloster-, Spital-, Frauen- und Martinsviertel) mit den entsprechenden Besonderheiten und Gebäudlichkeiten

Termin nach Vereinbarung
Amberg
Spende zu Gunsten den Orgelbauvereins!
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
KEB (nur als Gruppenführung buchbar - max. 20 Personen)

Alte Stadtmauer Amberg

Das alte Amberg vor dem 14. Jahrhundert (Dauer: je nach Vereinbarung)



Wo verlief die alte, vorherige Stadtmauer? Spitalgraben, Alte Stadttore, Pfalzgräfinnenhaus, das alte und neue Schloss, Schlossgraben, Frauenkirche usw.

Referent: Franz Meier, Zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Termin nach Vereinbarung
Amberg, Treffpunkt am ehemaligen Ringtheater!
Spende zu Gunsten den Orgelbauvereins!
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
KEB (nur als Gruppenführung buchbar - max. 20 Personen)

Brauereiführung im Schloderer oder Winkler

Dauer: ca. 1 Std.

Erlebnisbrauereiführung mit Bierverkostung, Anekdoten, frühere Bierberufe, gewürzt mit Trinksprüchen und Trinkliedern

Referent: Franz Meier, Zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Termin nach Vereinbarung
Amberg
Spende zu Gunsten den Orgelbauvereins!
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
KEB (nur als Gruppenführung buchbar - max. 20 Personen)

Den Aufbau einer Orgel verstehen

Anleitung zum Aufbau einer MiMa-Orgel (Dauer: ca. 1,5 Std.)

Auch wenn man selber nicht darauf spielen kann, ist die Orgel ein äußerst interessantes Instrument: Um zu hören, zu sehen und - selbst zu bauen! Dafür gibt es die sog. MiMa-Orgel (=Mit-Mach-Orgel), die im Team zusammengebaut werden kann. Mit diesem Bausatz wird die Funktion einer Orgel im wahrsten Sinne des Wortes „begreifbar". Teamarbeit ist gefragt bei diesem Workshop mit Franz Meier, bei dem die Teilnehmenden auf anschauliche und praktische Weise lernen und entdecken, wie eine Orgel tatsächlich funktioniert.

Termin nach Vereinbarung; gerne vermitteln wir einen Sondertermin (max. 20 Personen)
nach Vereinbarung
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
KEB

Kirchenführung in der Basilika St. Martin

Dauer: ca. 2 Std.

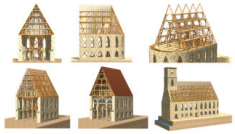
Möchten Sie Neues über die Basilika St. Martin in Amberg erfahren? Dann lassen Sie sich bei einer Kirchenführung mit Franz Meier davon erzählen. Der Vorsitzende des Vereins „Projekt Orgel St. Martin e.V." ist historisch - v.a. was die Stadtgeschichte und lokale Kirchengeschichte angeht - vielseitig bewandert. Gerne steht er für Kirchenführungen (Baugeschichte, Grabdenkmäler, Kapellen und Besonderheiten) zur Basilika St. Martin zur Verfügung.

Referent: **Franz Meier,** Zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Termin nach Vereinbarung
Basilika St. Martin, Rathausstraße 8, 92224 Amberg
Spende zu Gunsten des Orgelbauvereins
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
KEB (nur als Gruppenführung buchbar - max. 20 Personen)

Dachstuhl-Führung

Der einzigartige Dachstuhl „der vornehmsten Hallenkirche St. Martin in Amberg" (Dauer: ca. 2 Std.)



Führung durch das ehrwürdige 600 Jahre alte Gebälk des spätmittelalterlichen Bauwerks mit anschaulicher Erklärung der sensationellen Konstruktion und beeindruckenden Handwerkskunst (auch anhand des Modells).

Referent: **Franz Meier,** Zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Termin nach Vereinbarung
Basilika St. Martin, Marktplatz, 92224 Amberg
Treffpunkt: Eingang Ölbergseite
Spende für Orgelrenovierung!
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
KEB (nur als Gruppenführung buchbar - max. 20 Personen)

Ausgewählte Grabplatten und Epitaphien der Basilika St. Martin

Dauer: ca. 2 Std.

In und an der Kirche sind ca. 80 Grabplatten, Epitaphien und Gedenktafeln angebracht. In ca. 2 Stunden werden die wesentlichsten Monumente vorgestellt: Priester, Bürgermeister, Statthalter, Regierungsbeamte usw. Personen also, die in der Vergangenheit unsere Stadt mitgeprägt haben, sind hier verewigt. In einem Rundgang werden die Lebensdaten von einigen wieder in Erinnerung gebracht. Viele Geschichten und Anekdoten bereichern die Führung.

Referent: **Franz Meier,** Zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Termin nach Vereinbarung
Basilika St. Martin, Pfarrer-Meiler-Platz 1, 92224 Amberg
Spende zu Gunsten des Orgelbauvereins
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
KEB (nur als Gruppenführung buchbar - max. 10 Personen)

Folgende Gruppenführungs-Termine stehen schon fest und können gebucht werden:

Hinweis: Anmeldungen jeweils über die KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de.

Referent: Franz Meier, Zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Teilnahmegebühren: jeweils 6 € p.P. (zugunsten des Orgelbauvereins)

Führung **Nr.** 2-30653

Altstadt Amberg (allgemein)

So 08.03.2026, 14:00 - 16:00 Uhr
Treffpunkt wird nach Anmeldung bekanntgegeben

Führung **Nr.** 2-30657

Ausgewählte Grabplatten und Epitaphien der Basilika St. Martin

Dauer: ca. 2 Std.

Sa 11.04.2026, 14:00 - 16:00 Uhr
Basilika St. Martin, Pfarrer-Meiler-Platz 1, 92224 Amberg

Führung **Nr.** 2-30656

Schulkirche

Dauer: ca. 1 Std.

So 19.04.2026, 14:00 - 15:30 Uhr
Schulkirche, 92224 Amberg

Führung **Nr.** 2-30655

Altstadt Amberg (allgemein)

Sa 09.05.2026, 14:00 - 16:00 Uhr
Treffpunkt wird nach Anmeldung bekanntgegeben

Führung **Nr.** 2-30651

Kirchenführung in der Basilika St. Martin

So 10.05.2026, 14:00 - 16:00 Uhr
Basilika St. Martin, Rathausstraße 8, 92224 Amberg

Führung **Nr.** 2-30654

Schulkirche

Dauer: ca. 1 Std.

Sa 23.05.2026, 14:00 - 15:30 Uhr
Schulkirche, 92224 Amberg

Führung **Nr.** 2-30652

Kirchenführung in der Basilika St. Martin

So 31.05.2026, 14:00 - 16:00 Uhr
Basilika St. Martin, Rathausstraße 8, 92224 Amberg

Aufbaukurs

Anleitung zu „Altes Liedgut – neu interpretiert“

Referent: Christian Farnbauer

1x monatlich - freitags ab 17.04.2026
Pfarramt Hl. Dreifaltigkeit, Dreifaltigkeitsstr. 7, 92224 Amberg
KDFB Hl. Dreifaltigkeit

Studienfahrt

Die Andachtskapelle der Regens-Wagner-Stiftung Lauterhofen

mit geführter Besichtigung

Schwester Oberin Regitta Michel erläutert das Raumkonzept der 2020 fertiggestellten Kapelle, die sich im Wohnheim der Franziskaner-Schwestern befindet und rundet den Besuch mit einer kurzen Andacht ab. Anschließend Besuch des zugehörigen Hofladens. Abgerundet wird der Ausflug mit einer Einkehr im Restaurant Apollon in Lauterhofen.

Referent: Schwester Oberin Regitta Michel

Hinweis: Abfahrt 14.00 Uhr am Feuerwehrhaus in Hausen
Alternativ Treffpunkt um ca. 14.15 Uhr am Wohnheim der Franziskaner-Schwestern.

Do 23.04.2026, 14:00 Uhr
Regens-Wagner-Stiftung Lauterhofen
€ frei
Petra Retzer 09626-1303
KDFB Hausen mit KEB

geführte Wanderung

Maiwanderung rund um Rieden

Fr 01.05.2026, 10:30 Uhr
Rieden
Peichl Ursula 09621/82767
KAB Hl. Dreifaltigkeit mit KEB

Vortrag **Nr.** 2-30142

Vom Rennofen zum Hochofen

Die Geschichte der Maxhütte und die Praxis

Die Eisenverhüttung ist in der Stadt Sulzbach-Rosenberg bis weit ins frühe Mittelalter, sogar darüber hinaus, zu finden. Mit der Weiterverarbeitung erlangte unser Raum bereits im Mittelalter erhebliche Macht und Status. Ende des 19. Jahrhunderts prosperierte die Maxhütte erneut. Wie lief das ab? Erst loderten die Rennöfen, dann die Hochöfen. Jürgen Wolf erzählt über die Historie des Eisenerzschmelzens und von seinem persönlichen und gefährlichen Arbeitsalltag als Hochofenarbeiter.

Referent: **Jürgen Wolf,** ehem. Schichtführer in der Maxhütte

Di 05.05.2026, 19:00 - 21:00 Uhr
KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg
€ frei, Spenden erbeten
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage
Historischer Verein (Reg.gr. AM) mit KEB

Studienfahrt

Käthe-Kruse Puppenmuseum, Firma Zott und Dehner Blumenpark

mit Führung und Besichtigung

06.05.2026
Uhrzeit und weitere Infos bei Anmeldung
Donauwörth
€ 48 €
Gallitzendörfer Hildegard 09664/8136
KDFB Hahnbach mit KEB

Studienfahrt

Griesstetten/Dietfurt

mit Besichtigung der Kirche Zu den drei Elenden Heiligen und Bootsfahrt

Do 07.05.2026
Griesstetten/Dietfurt
KAB St. Georg Amberg Franz Hirmer 09621/31299
KAB St. Georg mit KEB

Vortrag **Nr.** 2-30510

Der 100jährige, der in Amberg geboren wurde und „denkmalte“.

Zum 100. Geburtstag des Malers Michael Mathias Prechtl

Kunstgeschichte braucht Geschichte. Gerade für das Werk Michael Mathias Prechtls gilt dies in hohem Maß. Bereits der Lebensweg des Künstlers, der in Amberg beginnt und endet, wird von historischen Gegebenheiten geprägt. Weit größer aber ist der Einfluss der Geschichte auf sein Werk. Die Sonderstellung, die Michael Mathias Prechtl mit seiner gegenständlichen Malweise einnahm, die sehr individuellen Bezüge und Assoziationen in seinen Blättern, die ihnen den Titel „Denkmalerei“ eingebracht haben und sein „Hausheiliger“ Albrecht Dürer, der sein Werk geprägt hat, werden im Fokus des Vortrages sein.

Referentin: **Beate Wolters,** M.A.

Di 12.05.2026, 19:00 Uhr
KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg
€ frei, Spenden erbeten
KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage
Historischer Verein (Reg.gr. AM) mit KEB

Studienfahrt

Lago Maggiore

Mi 13.05.2026, 7:00 Uhr - So 17.05.2026, 21:00 Uhr
Lago Maggiore
Frühzeitige Anmeldung bei Omnibus Bäumler, 09608/91215
KDFB Schnaittenbach mit KEB

Vortrag

„Prechtls Röhren

Historische Filme über die Amberger Luitpoldhütte“

Michael Mathias Prechtl ist den Ambergern und der Kunstwelt als Maler, Zeichner und Illustrator bestens bekannt - weniger weiß man über sein Leben in Amberg. Ein Teil dieses Lebensabschnitts soll nun näher beleuchtet werden: Von Mai bis Oktober 1950 arbeitete Prechtl als Röhrengießer bei der Luitpoldhütte in Amberg. Diese Produktion ist in zahlreichen Filmen gut dokumentiert, aus denen kommentierte Ausschnitte vorgeführt werden.

Referent: **Dr. Andreas Erb,** Leiter Stadtarchiv Amberg

Mi 03.06.2026, 18:30 Uhr
Stadtmuseum Amberg, Zeughausstraße 18, 92224 Amberg
€ frei
Historischer Verein (Reg.gr. AM), Stadtarchiv und Stadmuseum mit KEB

Vortrag

Amberg grüßt die Nachwelt

Zeitkapseln in unserer Stadt

Ob als spektakulärer Fund bei Sanierungsarbeiten am Kirchturm, beim Richtfest oder als Schülerprojekt im Geschichtsunterricht - wohl jeder hat schon von sogenannten Zeitkapseln gehört. Amberg hat Zeitkapseln in reicher Zahl zu bieten, von seinen Kirchen über die Krambrücke bis hin zu Alafbergs Rodelhütte. Der Referent, Dr. Andreas Erb, Leiter des Stadtarchivs Amberg, unternimmt so einen Streifzug der anderen Art durch Ambergs Geschichte.

Referent: **Dr. Andreas Erb,** Leiter Stadtarchiv Amberg

Di 09.06.2026, 19:00 Uhr
Stadtmuseum Amberg, Zeughausstraße 18, 92224 Amberg
€ frei
Historischer Verein (Reg.gr. AM), Stadtarchiv und Stadmuseum mit KEB

Studienfahrt

Muttertagsfahrt

mit Führung (Ort wird noch bekanntgegeben)

Sa 30.05.2026, 8:00 - 20:30 Uhr
Inge Daller, Tel. 09622/3606 (vormittags), Frühzeitige Anmeldung wird erbeten bis spätestens 05.05.2026
KDFB Schnaittenbach mit KEB

Inklusiver Workshop

Musik und Kultur Treff

Offene bayerische Singstund
mit Anleitung zu traditionellen Liedern und musikalischen Aktivitäten

Einführung in das Bayerische Liedgut. Gemeinsam wollen wir bayerische Lieder singen. Sitztänze und Körper-Percussion gehören dazu.

12.06.2026
Florian Schwemin
18 - 20 Uhr
20 €
OBA Lebenshilfe, Friedrich-Ebertstr. 2a, Amberg
OBA Tel. 09621/3081266
sabine.reithmaier@lebenshilfe-amberg.de)
Wer möchte packt Dirndl/ Lederhose aus.
Es gibt Getränke und einen kleinen Imbiss.
inklusives Angebot

Studienfahrt

Frankenholunder in Meilenbach und Geschichtsdorf in Landersdorf

mit Führungen

Frankenholunder veredelt in über 45 Produkten die Erträge ihrer Felder, die bei einer Führung vorgestellt und verkostet werden. Im Geschichtsdorf Landersdorf können wir mit einem Referenten des Geschichtsvereins Landersdorf die originalgetreuen, begehbaren Rekonstruktionen eines Steinzeit-, eines Kelten- und eines Bajuwarenhauses besichtigten

Sa 13.06.2026, Abfahrt 10:45 Uhr am Feuerwehrhaus in Hausen
Meilenbach/Landersdorf
€ KDFB Mitglieder 40€, Nicht-Mitglieder 45€
Andrea Müller 09628/914095 oder WhatsApp 0170/5564001
KDFB Hausen mit KEB

musikalischer Infoabend

Bayerische Singstund

mit Einführung in traditionelles bayerisches Liedgut (neue und unbekannte Mundartlieder)

Die Volksmusikpflegerin des Bayerischen Landesvereins für Heimatpflege, Simone Lautenschlager, wird in kompetenter und sympathischer Weise die Lieder vorstellen, kommentieren, vorsingen und einüben. Begleitet wird sie in bewährter Weise von den „Blechernen Saitn“

Referenten: Simone Lautenschlager, Volksmusikpflegerin

Blecherne Saitn

So 12.07.2026, 17:00 Uhr
Kräutergarten Schnaittenbach, Hauptstr. 13-15
€ freier Eintritt - um Spenden für den Landesverein wird gebeten!
Arbeitskreis Heimat und Kultur Schnaittenbach mit KEB

Musik-Festival

HerzBeat Festival – Musik die uns näher bringt

Ein Tag voller Musik, Begegnungen und guter Stimmung - und ihr könnt dabei sein! Beim HerzBeat Festival möchten wir Menschen zusammenbringen, einen Ort des Miteinanders schaffen und gemeinsam einen unvergesslichen Tag feiern - barrierefrei und familienfreundlich! Euch erwartet ein abwechslungsreiches Programm mit musikalischen Höhepunkten, kreativen Mitmachangeboten sowie vielfältigen Ständen und Aktionen aus unserer Region.

Sa 19.09.2026, 14:00 - 22:00 Uhr
Kloster Ensdorf, Hauptstr. 9, 92266 Ensdorf
€ frei
Umweltstation Don Bosco Ensdorf mit KEB

Geführte Wanderung

Marterlführung Schnaittenbach (OT Forst und Seblasmühle)

Die vielen Kreuze, Marterln, Bildstöcke und kleinen Kapellen als Zeichen tiefster Frömmigkeit sind ein besonderes Merkmal der bayerischen Heimat. Josef „Bebbo“ Schuller hat sich der Archivierung und Pflege dieser Flurdenkmale im Gemeindebereich von Schnaittenbach verschrieben. Mit den Teilnehmern besucht er diese Zeugen vergangener Zeiten und informiert über deren Entstehungsgeschichten.

Referent: Josef Schuller

Hinweis: Weglänge: ca. 4 km. Findet bei jedem Wetter statt.

So 20.09.2026, 14:00 - 16:00 Uhr
Treffpunkt: NETTO-Parkplatz, Wernberger Str., 92253 Schnaittenbach
€ 4 €, Ki bis 14 J. frei
während der Geschäftszeiten von Mo. bis Fr. bei AOVE, Tel. 09664 9539720, info@aove.de, Anmeldeschluss 26.09.2026
AOVE mit KEB

Kalligrafie-Seminar **Nr.** 2-29217

Kalligrafie – Hintergrund – Vordergrund

Basismöglichkeiten zur kalligrafischen Gestaltung -
Für Anfänger und Fortgeschrittene

Der Schriftzug einer Kalligrafie wird durch die Gestaltung verschiedener Ebenen lebendiger. Wie kann ich diese Wirkung erzielen, welche Methoden schlummern in meinem vorhandenen Sortiment, welche experimentellen Methoden kenne ich noch nicht?

Referentin: Brigitte Herrneder

Hinweis: Dieser Kurs ist mit der Möglichkeit einer Fortsetzung am Folgetag konzipiert. Die Ideen werden sprudeln und bei entsprechender Nachfrage haben wir Zeit, weiteren Ideen nachzugehen oder Blätter intensiver auszuarbeiten. Bitte bei der Anmeldung angeben, ob der Folgetag auch noch genutzt werden mag

Sa 18.04.2026, 9:30 - 17:00 Uhr
Möglichkeit zur Verlängerung des Kurses auf zwei Tage:
weiterer Termin: Sonntag, 19.04.2026 9:30-17 Uhr
KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg
50 €, Benötigtes Material: siehe auf der KEB-Homepage
KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
KEB

Kalligrafie-Seminar **Nr.** 2-30511

Kalligrafie – Lombarden als dekorative Schmuckbuchstaben

Diese Großbuchstaben, die in ihrer Grundform aus der Unziale abstammen, wurden nicht innerhalb des Fließtextes, sondern vorwiegend als Auszeichnungsbuchstaben am Anfang eines Kapitels verwendet. Sie sind mehr gezeichnet als geschrieben, oft reich verziert und fallen dadurch sofort ins Auge. Wir betrachten historische Beispiele und analysieren die typischen Formen. Für Geschenke und Glückwünsche ergeben sich vielfältige Verwendungsmöglichkeiten. Referentin: Brigitte Herrneder

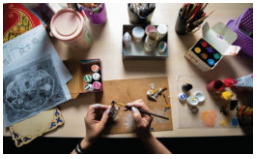
Sa 24.10.2026, 9:30 - 17:00 Uhr
KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg
50 €, Benötigtes Material: siehe auf der KEB-Homepage
KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
KEB

Workshop-Reihe

inklusives Angebot

Club der Kreativen

Raum für Gestaltungsfreiheit



Gemeinsam werden schöne Dinge gestaltet und gebastelt, die am Ende des Tages mit nach Hause genommen werden. Es macht Freude, eigene Ideen mit einzubringen. So wird jedes Stück ein persönliches Kunstwerk, auf das man stolz sein kann

26.04.2026/
27.09.2026

Sibylle Tschoepe

13 - 17 Uhr

90 €

OBA Lebenshilfe,
Friedrich-Ebertstr. 2a,
Amberg

OBA Tel. 09621/3081266
sabine.reithmaier@lebenshilfe-amberg.de)

Kleidung mitbringen, die schmutzig werden darf

inklusives Angebot

Aktivierungs-Workshop

Anleitung zum Ostereierfärben

mit Erläuterungen zur Technik und zur Tradition

Referentin: Daniela Donhauser

Do 02.04.2026, 15:00 - 16:30 Uhr
Caritas Marienheim, Zeughausstraße 4, 92224 Amberg
CV Amberg mit KEB

Kurs

Anleitung zur Handarbeit

Handarbeitstreff

Die Referentin gibt Anleitungen zum Stricken, Häkeln oder anderen Handarbeitstechniken

Referentin: Irmgard Flierl

donnerstags - alle zwei Wochen ab 16.04.2026
Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit, Dreifaltigkeitsstr. 7, 92224 Amberg – Gruppenraum
KDFB Hl. Dreifaltigkeit

Nr. 2-30 0

angeleitete Trommel-Workshops

World-Percussion

mit Koordinationsübungen, Kultur- und Hintergrundinfos rund um Trommeln und Rhythmuslehre

Referent: Helmut Kaiser

mittwochs: 22.04. / 20.05. / 17.06. / 22.07.26, jew. 18:30 bis 21:30 Uhr
KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg
€ 100 € (4 Termine)
KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung (zum 1. Termin) auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de, Anmeldeschluss 15.04.2026
KEB

Workshop-Reihe

Der Superkraft-Club

Dich gibt es nur einmal auf der Welt

Rundum Wohlfühlen steht in diesem Club auf dem Programm:
Wir geben Tipps zu gesunder Ernährung und gutem Körpergefühl. Und wir machen uns schick. An zwei Terminen veranstalten wir für euch im Anschluss einen Disco-Abend im HPZ, den wir in Bildern festhalten.

02.05.2026/ 18.07.2026
Bettina Kreil
Anna-Lena Pöpperl
16 - 19 Uhr bzw. 15 - 19 Uhr
25 € pro Termin
OBA Lebenshilfe, Friedrich-Ebertstr. 2a, Amberg
OBA Tel. 09621/3081266
sabine.reithmaier@lebenshilfe-amberg.de)
inklusives Angebot

Inklusive Kochkursreihe

Der Koch Club – keine Angst vor dem Kochlöffel

Selbstgemachtes schmeckt doch am besten! Deshalb wollen wir zusammen kochen. Wir dekorieren den Tisch schön und genießen unser Mahl. Freunde und Interessierte sind willkommen.
Mitzubringen: Kochschürze

19.09.2026
Beer Jörg, Betreuer
10 - 15 Uhr
26 €
OBA Lebenshilfe, Friedrich-Ebertstr. 2a, Amberg
OBA Tel. 09621/3081266
sabine.reithmaier@lebenshilfe-amberg.de)
Kochschürze
inklusives Angebot

Naturkunst-Workshop

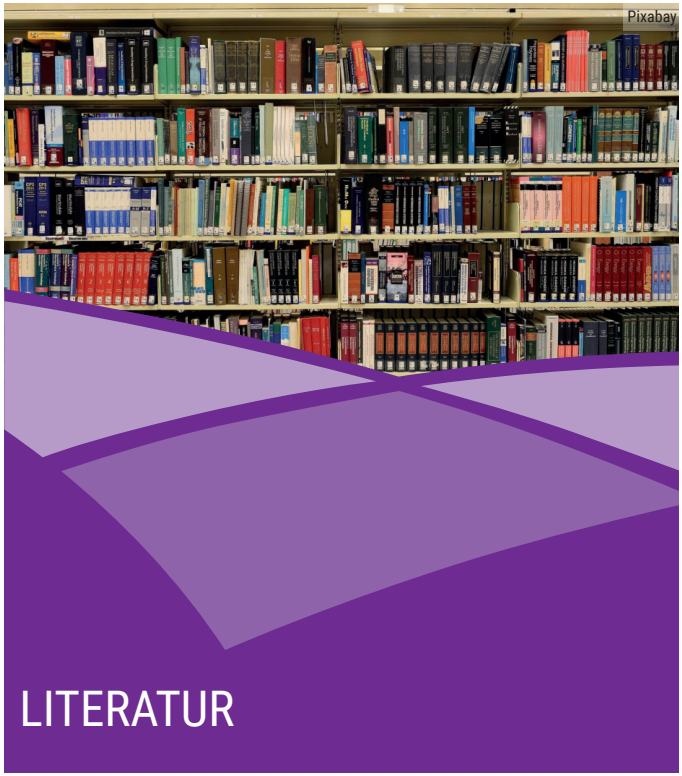
Landart – Kunst in der Natur

Landartkünstler und deren Werke - Meditatives und künstlerisches Eintauchen in die Natur- Vernissage der Kunstwerke. Nach einem Spaziergang zu unserer klostereigenen Streuobstwiese lassen wir uns inspirieren vom reichen Formenschatz der Natur, erkunden Farben, Formen und Strukturen. Mit bloßen Händen und mit dem was wir in der Natur vorfinden - Moos, Blätter, Äste, Rinden, Zapfen, Steine, Wind, Licht und Wasser - gestalten wir fantasievolle Kunstwerke. Es sind keinerlei künstlerische Vorkenntnisse nötig. Nach dem Seminar steht fest: jeder Mensch ist ein Künstler!

Referentin: Gaby Vetter-Löffert, Dipl. Geografin - Leitung UWS

Hinweis: Zum Mitbringen: Wetterangepasste Kleidung! Mind. 12, max. 15 TN. Ab 5 Jahren (in Begleitung eines Erwachsenen) geeignet.

Sa 20.06.2026 weiterer Termin: 03.10.2026, 10:00 - 12:30 Uhr
Bildungshaus Don Bosco Ensdorf, Hauptstr. 9, 92266 Ensdorf
10,00 €/Erw. 5,00€/Kind
www.kloster-ensdorf.de/Veranstaltungen
Umweltstation Ensdorf mit KEB



Informations-Reihe

„MINERVA liest“

Buchvorstellung von Klassikern und Neuvorstellungen

Das Team der Buchhandlung Dorner stellt Ihnen in gemütlicher Runde Buchtitel vor, die das Lesen zum Vergnügen machen. Währen der Lesung versorgt Sie das Team des Café MINERVA mit Getränken und Kuchen. Auch nach der Buchvorstellung bietet sich die Möglichkeit des gemütlichen Beisammenseins bei Kaffee und Kuchen.

Referent: Team der Buchhandlung Dorner

jeden 1. Dienstag im Monat 15 bis 16:15 Uhr
Buchhandlung Dorner, Luitpoldplatz 4, 92237 Sulzbach-Rosenberg
Eintritt frei (Getränke und Kuchen je nach individueller Bestellung)
nähere Infos unter Tel: 09661/9069965 oder Email: suro@buch-dorner.de
Buchhandlung Dorner mit KEB

AutorInnengespräch

Böhmische Welten

Nicht im Literaturarchiv, sondern außer Haus!

Der grenzüberschreitende Blick nach Böhmen ist eine wesentliche Konstante in den Werken des Autors Bernhard Setzwein. Das bezeugen u.a. seine Romane "Die grüne Jungfer" , "Ein seltsames Land" und "Der neue Ton". Später folgte "Der böhmische Samurai" und zuletzt "Kafkas Reise durch die Bucklige Welt". Der Autor zog 1991 von München an die bayerisch-böhmische Grenze und war Teilnehmer des bayerisch-böhmischen Projekts Zu Fuß auf der Goldenen Straße. Eine literarische Wanderung von Pilsen nach Amberg.

Moderation: Patricia Preuß; Autor: Bernhard Setzwein,

Hinweis: Die Lesung findet im Rahmen der Kulturtage BRÁNA DAS TOR im KUNSTPROJEKT in Aschach bei Amberg (Schmiedberg 13, 92272 Freudenberg) statt.

Sa 18.04.2026, 17:00 Uhr
Galerie Kunstprojekt, Schmiedberg 13 /Aschach, 92272 Freudenberg
Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V. mit KEB

AutorInnengespräch

Augenlicht

Mit dem essayistischen Text „Augenlicht“ ist Marcel Beyer für die Short List des Preises „Wortmeldungen“ der Crespo Foundation nominiert. Wer erinnert sich nicht an Olaf Scholz mit Augenklappe? Ausgehend von diesem Bild, das während einer zweiwöchigen Augenverletzung des damaligen Bundeskanzlers in den Medien kursierte, fragt Marcel Beyer nach versehrten Körpern, danach, welche Bilder sie in der Erinnerung hinterlassen und welche Problematik die mediale Vermittlung im 21. Jahrhundert mit sich bringt.

Moderation: Thomas Geiger; Autor: Marcel Beyer

Do 23.04.2026, 19:00 - 20:30 Uhr
Literaturhaus Oberpfalz, Rosenberger Str. 9, 92237 Sulzbach-Rosenberg
Infos: Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e. V. Tel. 09661/815959-0; info@literaturarchiv.de
Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V. mit KEB

Geführte Wanderung

Auf den Spuren von Walter Höllerer

Literarischer Spaziergang mit Elke Kotzbauer

Der Rundgang durch den Stadtteil Sulzbach führt zum Geburtshaus des Literaturachiv-Gründers und auch zu anderen Orten/Stationen seiner Kindheit, die auch Eingang in seine Gedichte und Texte fanden.

Referentin: Elke Kotzbauer

Hinweis: Die Führung dauert ca. 1,5 Stunden! Treffpunkt und Endpunkt vor dem Literaturarchiv

So 26.04.2026, 14:30 - 16:00 Uhr
Literaturhaus Oberpfalz, Rosenberger Str. 9, 92237 Sulzbach-Rosenberg
Kosten 3 €, ermäßigt 2 €, inklusive Besuch der Ausstellung
weitere Infos und Reservierungen beim Literaturarchiv Sulbach-Rosenberg e. V. unter Tel. 09661/815959-0; info@literaturarchiv.de
Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V. mit KEB

AutorInnengespräch

Schreiben im Turm

Lesung und Gespräch mit Sibylla Vricic Hausmann

Im Mai 2026 wird die Lyrikerin Sibylla Vricic Hausmann als Stipendiatin im historischen Wehrturm von Sulzbach-Rosenberg an ihrem neuen Band „Unzier“ arbeiten. Das preisgekrönte Werk der Leipziger Autorin zeichnet sich durch die Verknüpfung von biografischen Porträts, Essays und gesellschaftspolitischen Diskursen wie Mutterschaft aus.

Moderation: Patricia Preuß; Autorin: Sibylla Vricic Hausmann, Stipendiatin 2026 des Sulzbach-Rosenberger Turmstipendiums

Mi 06.05.2026, 19:00 Uhr
Literaturhaus Oberpfalz, Rosenberger Str. 9, 92237 Sulzbach-Rosenberg
10€, ermäßigt 7€, VVK nt-ticket.de
nt-ticket.de - Infos: Literaturarchiv Sulbach-Rosenberg e. V. Tel. 09661/815959-0; info@literaturarchiv.de
Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V., Stadt Sulzbach-Rosenberg mit KEB

AutorInnengespräch

Weltliteratur übersetzen - Die Nobelpreisträgerin Toni Morrison.

Im Gespräch mit den Übersetzerinnen Helga Pfetsch und Tanja Handels erinnern wir an Toni Morrison (1931 - 2019), die 1993 als erste afroamerikanische Autorin den Literaturnobelpreis erhielt

Toni Morrison, die 1993 als erste afroamerikanische Autorin den Literaturnobelpreis erhielt, prägte mit Werken wie „Beloved" die Auseinandersetzung mit Rassismus und Diskriminierung. Anlässlich der Ausstellung „Welt aus Sprachen" rückt ihr Schaffen nun durch ein Gespräch mit den Übersetzerinnen Helga Pfetsch und Tanja Handels erneut in den Fokus. Im Mittelpunkt stehen dabei die Aktualität ihres Werks sowie die Notwendigkeit von Neuübersetzungen, die unserer heutigen Sprachsensibilität gerecht werden. Die Veranstaltung erinnert zudem an das Erbe der 2019 verstorbenen Schriftstellerin und würdigt ihre literarische Bedeutung.

Moderation: Patricia Preuß; Übersetzerinnen: Helga Pfetsch, Tanja Handels,

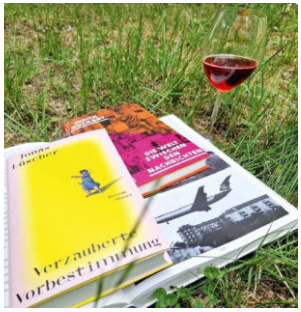
Hinweis: Die Veranstaltung findet in Kooperation und mit Unterstützung des Weltlesebühne e.V. statt.

Mi 10.06.2026, 19:00 Uhr
Literaturhaus Oberpfalz, Rosenberger Str. 9, 92237 Sulzbach-Rosenberg
Eintritt: 10 €, ermäßigt 7 €
VVK: nt-ticket.de - Infos: Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e. V. Tel. 09661/815959-0; info@literaturarchiv.de
Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V. mit KEB

Vorträge

Literatursommerfest

mit Autorengesprächen, Lesungen, Ausstellungseröffnung



Hinweis: weitere Infos beim Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V. unter Tel. 09661/815959-0; info@literaturarchiv.de

Sa 11.07.2026, 16:00 - 20:30 Uhr
Literaturhaus Oberpfalz, Rosenberger Str. 9, 92237 Sulzbach-Rosenberg
Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V. mit KEB

reichert

reisebüro reichert GmbH
Dr.-Aigner-Straße 6 • 92224 Amberg
Tel. 09621 49490 • Fax 09621 494949
info@bus-reichert.de • www.bus-reichert.de

Für Schulen, Vereine, Firmen, Behörden und Gruppen organisieren wir gerne Halbtages-, Tages- oder mehrtägige Ausflugsfahrten.

Unsere Leistungen umfassen die Organisation der Busfahrt, Buchungen von Hotels, Restaurants, Fährüberfahrten, Führungen, Museums- und Betriebsbesichtigungen.

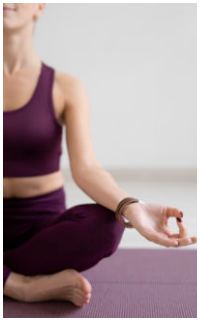
Verkehrsunternehmen Bruckner GmbH
Neustadt 1 • 92237 Sulzbach-Rosenberg
Tel. 09661/812910 • Fax 09661/8129129
info@ferien-freund.de • www.ferien-freund.de

ferien - freund
bruckner

GESUNDHEIT

Kurs

Anleitung zu Yoga



laufender Kurs: mittwochs von 17:40 bis 19:10 Uhr
Vitusheim, Hauptstr. 100, 92253 Schnaittenbach
Luke Luber, Tel. 09663/1790
KDFB Schnaittenbach mit KEB
Luke Luber

Kurs

Anleitung zu Yoga

laufender Kurs: immer mittwochs, 17:45 bis 18:45 Uhr; weiterer Kurs ebenfalls mittwochs, 19 bis 20 Uhr.
Pfarrsaal St. Konrad, Ahnherrnstr. 10, 92224 Amberg
Kontakt: Martha Renner Tel.: 09621/ 96 09 47 4
DJK mit KEB
Martha Renner

Kurs

Anleitung zum Nordic Walking

Referentin: Doris Panek

laufender Kurs: montags 9:00 Uhr
Waldbrücke, 92253 Schnaittenbach
Kontaktadresse:
Daller Inge 09622/3606
KDFB Schnaittenbach mit KEB

Kurs

Fit & beweglich

Rhythmische Bewegung und Gymnastik für aktive 60 Plus

Referentinnen: Maria Losch,
Annemarie Schafbauer,
Theresia Finger

laufender wöchentlicher Kurs, montags 16:00 - 17:30 Uhr
Pfarrsaal St. Konrad, Ahnherrnstr. 10, 92224 Amberg
KAB St. Konrad mit KEB

Kurs

Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule

Referentin: Marina Wegener

laufender Kurs immer dienstags, 10 bis 11:30 Uhr
Pfarrsaal St. Konrad, Ahnherrnstr. 10, 92224 Amberg
KDFB St. Konrad mit KEB

Vortragsreihe

Pflege und ihre Kosten

Eine Versorgung durch eine ambulante Pflege oder in einem stationären Pflegeheim wird immer öfter notwendig. Dann stellt sich die Frage: „Wer kommt für die Kosten einer Heimunterbringung auf?“ Eine rechtzeitige Beratung kann frühzeitig helfen die individuell richtige Lösung zu finden. U.a. wird in dem Vortrag auch eingegangen auf die Unterstützungsleistungen des Bezirk Oberpfalz, der Finanzierung eines stationären Pflegeplatzes und Tipps zur guten Vorbereitung gegeben.

Referent: Ekkehard Gauglitz, Berater beim Bezirk Oberpfalz

Moderation: Birgit Hübner

Di 31.03.2026 u. 21.07.2026, jew. 14 - 15:30 Uhr
KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg
€ kostenlos
Anmeldung unter 09621/49 33 50 und weitere Information bei der Referentin: Birgit Hübner, Fachstelle für pflegende Angehörige Stadt Amberg / Mal-teser Hilfsdienst e.V. birgit.huebner@malteser.org
Fachstelle für pflegende Angehörige im MHD mit KEB

Gesundheitsveranstaltungen

KneippVerein Amberg e.V.

Veranstaltungen in Kooperation mit dem Kneipp Verein Amberg e.V.

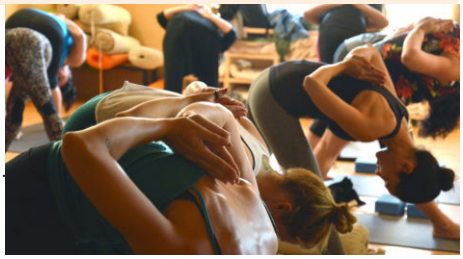
Information

Basenfasten

Entgiftung und Entsäuerung

Referentin: Manuela Zapf, Fastenleitung

Do 09.04.2026, 19:00 Uhr
Gesundheitspraxis am Berg, Bahnhofstraße 16, 92224 Amberg
Jacqueline Fuchs, 0151 17 99 14 78, schmerzfrei-fuchs@web.de
Kneipp Verein Amberg e.V. mit KEB



Kurs

Yoga

Sanfte Bewegung - neue Energie - im Einklang mit Kneipp!

Für alle Alters- und Beweglichkeitsstufen geeignet egal ob AnfängerIn oder mit Yoga-Erfahrung - diese Stunde ist nur für dich! Mit viel Herzblut und Erfahrung leitet Janina Gradl durch eine Stunde voller Achtsamkeit, sanfter Dehnungen und Kneipp-inspirierter Elemente. Bewegung trifft Kneipp - für Körper, Geist und Seele!

Referent: Janina Gradl, Zertifizierte Yogalehrerin

Hinweis: Bitte mitbringen: eigene Yogamatte, Bequeme Kleidung, optional: kleines Handtuch und Trinkflasche

Montags von 17-18 Uhr - 10 Einheiten ab dem 20.04.2026 - nicht in den Ferien
Gymnastikraum Barbaraschule, Raiffeisenstraße 2, 92224 Amberg
40€ Mitglieder / 60€ Nichtmitglieder
Jacqueline Fuchs, 0151/17991478 od. info@gesundheitspraxisamberg.de
Kneipp Verein Amberg e.V. mit KEB

Kurs

Rund um die Wirbelsäule

angeleitete Gymnastik und Fitnessmix für Erwachsene

Referentin: Irmgard Stadler, ÜL BLSV

Hinweis: Bitte eigene Matte und Getränk mitbringen!

dienstags von 18 bis 19 Uhr - ausgenommen Schulferien
Turnhalle Barbaraschule, Eingang Rembrandtstraße
1x Schnupperstunde kostenfrei - anschließend nur mit Mitgliedschaft im Verein + 2€ pro Einheit
Stadler Irmgard 09621/32542
Kneipp Verein Amberg e.V. mit KEB

geführte Wanderung

Kräuterwanderung

Fr 26.06.2026
voraussichtlich Ensdorf (Informationen folgen noch)
Susanne Werthner 0175 28 80 236 - Susanne.werthner@gmx.de
Kneipp Verein Amberg e.V. mit KEB

Studienfahrt

Abensberg

Jahresfahrt ins Hopfengebiet Abensberg.
Brauereiführung und Besuch des Kuchelbauerturms

genaue Informationen folgen

Sa 11.07.2026, 9:00 Uhr
Abensberg
und Infos bei Jacqueline Fuchs, 0151/17991478 oder schmerzfrei-fuchs@web.de
Kneipp Verein Amberg e.V. mit KEB

Führung

Biobauernhof

Erkunden eines Biobauernhofs, Einblicke in die Herkunft unserer Lebensmittel

Sa 26.09.2026
folgt noch
ca. 10€
und Infos bei Jacqueline Fuchs, 0151/17991478 oder schmerzfrei-fuchs@web.de
Kneipp Verein Amberg e.V. mit KEB

Kurs

Erste-Hilfe-in-Bildungseinrichtungen

im Rahmen der Kursreihe Erste-Hilfe

Anerkannt von den Unfallversicherungsträgern. Kombinierter Kurs für Erste Hilfe und Kindernotfälle. Inklusive Teilnahmebescheinigung und digitaler Erste-Hilfe-Broschüre

Referent: MA Malteser Hilfsdienst

Hinweis: Kursumfang: 9 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten

Mi 01.04.2026, 9:00 - 17:00 Uhr
Malteser Hilfsdienst, Sulzbacher Str. 15A, 92224 Amberg
€ 60,00 €
online: www.malteser-kurse.de, Mail: ausbildung.r-nord@malteser.org, Telefon: 09621 / 4933-0
Malteser Hilfsdienst mit KEB

Themenreihe

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

mit Austausch, Informationen und Tipps zur Pflege

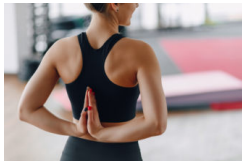
Die Fachstelle für pflegende Angehörige in der Stadt Amberg/ Malteser bietet einmal im Monat einen Angehörigen- gesprächskreis für pflegende An- und Zugehörige. Hier können Sie sich mit anderen pflegenden An- und Zugehörigen über Erfahrungen austauschen und bekommen Tipps und Informationen zum Thema Demenz. Bei unseren Treffen steht der Erfahrungsaustausch im Vordergrund. Sie sprechen über ihre Sorgen und Ängste, aber gleichzeitig finden Sie Unterstützung, Anregung und Tipps anderer Teilnehmer, um ihren Energiespeicher wieder aufzufüllen.

Referentin: Birgit Hübner, Pflegemanagement (B.A.), Leitung pflegende Angehörige, Leitung Demenzdienst Malteser Hilfsdienst Amberg

fortlaufender Kurs immer am 1. Mittwoch des Monats 14 bis 15:30 Uhr
Malteser Hilfsdienst, Sulzbacher Str. 15A, 92224 Amberg
€ kostenlos
Anmeldung und weitere Information bei der Referentin: Birgit Hübner, Fachstelle für pflegende Angehörige Stadt Amberg / Malteser Hilfsdienst e.V. Tel.: 09621 4933 50 birgit.huebner@malteser.org
Fachstelle für pflegende Angehörige in der Stadt Amberg und des Malteser Hilfsdienstes e.V. mit KEB

Inklusive Gesundheitsreihe

Inklusive Rückenschule – Aktivität und Entspannung



Wir wollen den Körper in Bewegung bringen und die Muskeln stärken. Am Schluss gibt es eine Entspannungsübung für Körper und Seele. Eltern, Freunde und Geschwister sind willkommen.
Sie zahlen den Grundbetrag.

Kurs

Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule

Referentin: Karin Donhauser

fortlaufender Kurs montags 18:30 bis 19:30 Uhr
dienstags 9:30 bis 10:30 Uhr
Pfarrheim Peter Lippert, Peter-Lippert-Straße 13, 92224 Amberg
KDFB Hl. Dreifaltigkeit mit KEB

Vorträge

Ernährung nach der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)

ganzheitlich, individuell, effektiv

Ein altes Sprichwort sagt: „Die Nahrung, die gut für den Schmied ist, zerreißt den Schneider“. Jeder Mensch ist anders und dementsprechend sollte eine „gesunde“ Ernährung an die Veranlagung und Lebenssituation eines jeden Menschen angepasst sein. In diesem Vortrag geht es um die Grundlagen der Ernährung nach der TCM, das Prinzip von Yin und Yang und die Wirkweise von Lebensmitteln.

Referentin: Vanessa Weigert, Heilpraktikerin

09.04.2026: mit Kostproben (Snacks/Getränke) Nr. 2-30277277
08.05.2026: nur Vortrag Nr. 2-302780278

KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg

9.4.26 (Termin mit Kostproben): **15 €**;
8.5.26 (Termin ohne Kostproben): **7 €**

KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de

KEB

Anmeldeschluss jew. 3 Tage vor dem Termin (6.4. / 5.5.2026)

Kurs

Nr. 2-30377

„Bewegung lockert Körper und Seele“

in Balance kommen - ein Ganzkörpertraining mit Einführung in Nordic Walking Ü 60

Einführung in Nordic Walking. Wahrnehmen - Mobilisieren - Stabilisieren - Kräftigen - Dehnen - Entspannen. In diesem ganzheitlichen Bewegungstraining wird das Körperbewusstsein geschult, die Freude an der Bewegung geweckt, Körper und Geist sanft in Balance gebracht.

Referentin: Rita Schmidt

Hinweis: Bequeme Kleidung, Sportschuhe, Stöcke. - Bei Regen entfällt der Termin und wird nachgeholt! Bitte bei der Anmeldung die Handynummer mit angeben für die Gründung einer WhatsApp Gruppe.

Mo 13.04.2026 Termine immer montags, 16:30 - 17:30 Uhr

LGS Gelände, Amberg; Treffpunkt: Kneipp Becken

40 €

KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de

KEB

Nr. 2-30169

Jungbrunnen Bewegung

gemeinsam aktiv und fit

LeA-Begegnungsnachmittag

Referentin: Barbara Hernes

Do 16.04.2026, 14:30 - 17:00 Uhr

Waldschänke am Hirschpark, Heinzhof 5, 92289 Ursensollen

8 € (inkl. Kaffee/Tee u. 1 Stk. Kuchen)

KEB, Tel. 09621/9117862
info@keb-amberg-sulzbach.de, oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage, Anmeldeschluss 27.03.2026

KEB

Vortragsreihe

Seelische Gesundheit im Alter

Hinweis: Nähere Auskünfte zur Vortragsreihe erteilt: Katrin Morcinek, Gerontopsychiatrische Koordinationsstelle Oberpfalz; Tel. 09621 372425

Steinstadel Königstein, Oberer Markt 26, 92281 Königstein
€ Eintritt frei
SEGA mit Markt Königstein, KEB, EBW, VHS u.a.

Vortrag im Rahmen der SEGA-Reihe

„Das Gedächtnis lässt nach – habe ich Alzheimer?“ – Was ist Demenz?

Die durchschnittliche Lebenserwartung in Deutschland ist in den letzten Jahrzehnten ständig angestiegen. In diesem Zusammenhang zeigen auch die sogenannten Demenzen als typische Alterserkrankungen eine deutliche Häufigkeitszunahme. Es wird auf die beiden häufigsten Demenzformen, die Alzheimer Demenz und die gefäßbedingte Demenz eingegangen. Die bestehenden Möglichkeiten der Früherkennung, die Unterschiede zwischen den beiden Demenzformen, der Verlauf und die aktuellen Behandlungsmöglichkeiten werden besprochen

Referentin: Dr. med. Sophie Gebel, Fachärztin für Neurologie

Mi 15.04.2026, 15:00 Uhr

Vortrag im Rahmen der SEGA-Reihe

„Im Alter allein?“ – Wenn Ängste und Einsamkeit das Leben bestimmen

Einsamkeit ist das Gefühl, keine tiefe Verbindung zu anderen zu haben, während Alleinsein der physische Zustand des Alleinseins ist. Diese Gefühle können sich gegenseitig verstärken und zu Angst, Stress und psychischen wie physischen Gesundheitsproblemen führen. Negative Gedanken wie „Ich bin nicht gut genug“ können dabei eine Rolle spielen. In diesem Vortrag informiere wir Sie zu Ängsten und Einsamkeit und geben wertvolle Tipps zum besseren Umgang mit an die Hand.

Referentin: Katrin Morcinek, Sozialpädagogin B.A. (FH)

Mi 22.04.2026, 15:00 Uhr

Vortrag im Rahmen der SEGA-Reihe

„Abhängig im Alter“ – Suchterkrankungen und ihre Risiken

Abhängigkeit und Sucht - unbequeme Themen, die gerne ignoriert werden. Doch ob selbst betroffen oder nicht - das Thema „Sucht im Alter“ wird in Zukunft durch die alternde Gesellschaft einen viel größeren Stellenwert in der Öffentlichkeit einnehmen (müssen). Dabei stehen Alkohol und Medikamente im Mittelpunkt. Denn auch wenn illegale Drogen und Kriminalität im Alltag der meisten Menschen zum Glück keine Rolle spielen - Suchterkrankungen sind vielschichtiger und facettenreicher als wir es wahrhaben wollen. Suchterkrankungen betreffen alle Lebensbereiche der Betroffenen UND deren Angehörigen. Dieser Vortrag möchte daher Pflegende, Angehörige und Betroffene sensibilisieren, zum Nachdenken anregen und über Risiken informieren.

Referentin: Marina Schmidt, Sozialpädagogin B.A. (FH)

Mi 29.04.2026, 15:00 Uhr

Vortrag im Rahmen der SEGA-Reihe

„Wenn die Freude verloren geht“ – Depression im Alter

Depressionen sind im höheren Lebensalter eine häufig auftretende Störung. Meist werden Depressionen nicht erkannt, da ihre Symptome sehr vielfältig sein können. Der Vortrag soll helfen, Depressionen im Alter zu erkennen und Wege der Behandlung aufzeigen.

Referent: Dr. med. Klaus Gebel, Arzt für Neurologie und Psychiatrie

Mi 06.05.2026, 15:00 Uhr

Vortrag im Rahmen der SEGA-Reihe

„Altwerden zuhause“ – Beratung für altersgerechtes Wohnen in den eigenen 4 Wänden

Wohnraumberatung ist ein kostenloses Beratungsangebot, das Menschen dabei unterstützt, ihre Wohnung an ihre Bedürfnisse an zupassen. Der Vortrag informiert über Möglichkeiten wie bauliche Veränderungen, technische Hilfen oder Wohnalternativen, das eigenständige Leben zu Hause so lange wie möglichen zu gewährleisten.

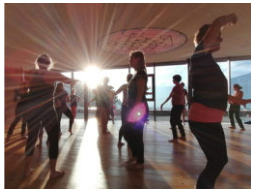
Referentin: Patricia Kleibert,
REGINA GmbH Neumarkt

Mi 13.05.2026, 15:00 Uhr

Kurs

Rio Abierto

mit Anleitung zu gesundheitsfördernder Bewegung



Vom Augenblick eingeladen - von der Musik getragen - in Gemeinschaft - präsent - bewegen - begegnen - bewusst Sein. Frischen Schwung erleben in Bewegung und in Ruhe und dabei Körper, Geist und Seele durchlüften und ins Fließen bringen. Die Verbindung mit mir selbst und der Welt da draußen erkunden. Möglichkeiten finden, wie wir uns lebendiger und einfach menschlich in einer unsicheren Welt bewegen können. Unterschiedlichste Musik, die mal in angeleitete, mal in eigenständige Bewegungen mündet. Wahrnehmung von Körper und Gedanken bei der Bewegung.

Referentin: Kerstin Klug, int. Rio Abierto Trainerin

Hinweis: Bitte bewegungsfreundlich kleiden und eine Decke, bei Bedarf ein kleines Handtuch mitbringen. Turnschuhe sind nicht nötig.

Kurstermine Frühjahr: 14.04. / 22.04. / 29.04. / 06.05. / 13.05. / 20.05.2026
Kurstermine Sommer: 10.06. / 17.06. / 24.06. / 01.07. / 08.07. / 15.07.2026
jeweils 19:30 - 20:30 Uhr
Relax und move, Marienstraße 8, 92224 Amberg
Paketpreis: 84 €; Einzelbuchung (nach Rücksprache) 15 €
Kerstin Klug, Tel. 0157 / 7175 6806 oder unter kerstin.klug@posteo.de; Infos www.rioabierto.de oder Instagram (@rio_abierto_dachs)
KEB

Vortrag für Senioren

Gut versorgt zu Hause

Erfahren Sie, wie Sie auch im Alter weiterhin gut zu Hause leben und Ihren Alltag gestalten können. Der Vortrag zeigt vielfältige Unterstützungsmöglichkeiten und Alternativen zum Heimaufenthalt auf, die Orientierung geben und passende Lösungen zeigen. Außerdem wir auch vorgestellt, wie die Tagespflege dabei unterstützen kann und wie sie den SeniorInnen Freude, Struktur und soziale Kontakte ermöglicht, sowie den Angehörigen Entlastung bietet.

Referentinnen: Jennifer Nelhiebel, Gerontropsychiatrische Fachkraft und Kräuter-pädagogin

Kaste Andrea, Pflegedienstleitung von der Tagespflege am Nussbaumpark

Fr 17.04.2026, 18:00 - 19:30 Uhr
Rathaus Ursensollen/Sitzungssaal, Rathausstraße 1, 92289 Ursensollen
kostenlos
Anmeldung erbeten beim Seniorenmosaik im Naturpark Hirschwald: Jennifer Nelhiebel 0170/5886351 oder akitv@seniorenmosaik.de
Seniorenmosaik mit Gde. Ursensollen und KEB

Kräuter-Workshop unterwegs **Nr.** 2-30550

Heilsame Pflanzenöle

Berührt von der biblischen Kraft der Pflanzen

Salbungen mit Ölen aus heilsamen Pflanzen spielen schon in der Bibel eine wichtige Rolle. Die Kräuterexpertin Daniela Reisch weiß, welche Bibelpflanzen bei welchem Leiden eingesetzt wurden. Bei einem Streifzug entlang der Vils sammeln wir adäquate heimische Pflanzen und setzen daraus ein eigenes Heil- und Massageöl an.

Referentin: Daniela Reisch, Zert. Kräuterpädagogin

Hinweis: mind. 6 TN; erforderliche Ausrüstung der Teilnehmer: festes Schuhwerk, Schere, Messer, Schraubdeckelglas 200 ml, ggf. Schreibzeug.

Fr 15.05.2026, 15:00 - 17:00 Uhr
Treffpunkt KEB-Eingang, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg
10 € (+ 4 € Materialkosten), Lastschrift
KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de, Anmeldeschluss 12.05.2026
KEB

Vortrag **Nr.** 2-30687

Im Inneren erkenne ich meine Musik

Individualisierte Musik für Menschen mit Demenz

Was Lieblingsmusik, die „Musik des Herzens" bewirken kann, kennen wir aus eigener Erfahrung: sie beeinflusst unsere Stimmungen, motiviert, weckt Erinnerungen und die Lust auf Bewegung und Unterhaltung, sie beruhigt das Nervensystem und belebt gleichzeitig Geist und Emotionen. Für Menschen mit Demenz ist biografisch bedeutsame Musik besonders wichtig, weil sie einen effektiven Zugang zu sich selbst darstellt. Eine Musikliste, die die eigene Lieblingsmusik beinhaltet, die allein und gemeinsam gehört wird, bringt den Menschen wieder in Verbindung mit der eigenen Geschichte und Identität, mit der innewohnenden Freude und Lebendigkeit. Sie erfahren mehr über diese Zugangsweise sowie Beispiele aus der Praxis. Erste Ideen für die Anwendung helfen, dem Betroffenen den Weg zurück ins eigene Leben zu öffnen, in die Erinnerung, ja zu verloren geglaubten Teilen der Identität.

Referentin: Agnes Sitzberger, Dipl. Sozialpädagogin (FH); M.A. European Adult Education (Uni),

Mo 04.05.2026, 18:00 Uhr (Einlass: 17:30)
weiterer Termin am 10.06.2026 bei der KEB

KEB-Saal, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

frei - Spenden erbeten

Für eine erleichterte Organisation bitten wir um Ihre Anmeldung bei der KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de; bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage.

SEGA e.V. mit KEB

Rio Abierto Workshop

Der Wind, der meine Segel füllt

Workshop-Sequenz mit Anleitung zu gesundheitsfördernder Bewegung

Psychologisches Wohlbefinden fällt uns selten in den Schoß. Und wir können es nicht erzwingen. Wie können wir uns bereit machen, um es in unser Leben einzuladen? Wie kommen wir von der Blockade in Wohlfühlmomente? Wie weht der Wind in unser Leben hinein, der unsere Segel füllt? Bewegung zu unterschiedlichster Musik und Stille Erkundung von Vermeidung - Entspannung - Fülle Reflexion mittels des erweiterten Emotionsmodells des Fritz-Schubert-Instituts für Persönlichkeitsentwicklung Zum Mitnehmen: Werkzeuge für die tägliche Regulation

Referentin: Kerstin Klug, int. Rio Abierto Trainerin

Hinweis: Bitte bewegungsfreundlich kleiden und eine Decke, bei Bedarf ein kleines Handtuch mitbringen. Turnschuhe sind nicht nötig.

Sa 09.05.2026, 11:00 - 14:00 Uhr
weitere Termine: 13.06. + 04.07.2026

Relax und move, Marienstraße 8, 92224 Amberg

Paketpreis: 110€; Einzelbuchung nur nach Rücksprache

Kerstin Klug, Tel. 0157 / 7175 6806 oder unter kerstin.klug@posteo.de; Infos www.rioabierto.de oder Instagram (@rio_abierto_dachs)

KEB

LeA – Lebensqualität im Alter

Mehr Lebensqualität fürs Alter (LeA)

Senioren-Trainingsprogramm

Die Selbstständigkeit erhalten und körperliche und seelische Gesundheit im Alter zu fördern, sind die Ziele des wissenschaftlich fundierten und in der Praxis bewährten LeA-Trainingsprogramms für SeniorInnen.
Ein LeA-Kurs umfasst 5 Treffen mit jeweils 90 Minuten Dauer für eine Gruppe von etwa 8 bis 12 Personen. Die Zielgruppe sind Menschen ab 60 Jahren, die sich mit ihrem Älterwerden aktiv und mit anderen auseinandersetzen wollen. In der Regel wird im Herbst und im Frühjahr ein Kurs angeboten. Er wird von einer ausgebildeten Referentin - meist in Zusammenarbeit mit einer Pfarrei - angeboten. Die Kurs-Gebühr beträgt 20 € für 5 Treffen (4 € pro Treffen).
Die Schwerpunkte des Trainingsprogramms sind:

- Psycho-Motorik (spielerische Beweglichkeit)
- Gedächtnistraining (versch. Denkübungen)
- Kompetenztraining (Alters- u. Alltagsprobleme)
- Sinn und Glaube (existentielle Fragen)

Die von der Referentin angewandten Methoden sind teilnehmerorientiert, dialogisch und praktisch (keine langen Vorträge).
Nähere Informationen erhalten Sie bei den Kursleiterinnen und bei der reg. KEB Amberg-Sulzbach: Tel. 09621/9117862

Aktuelle LeA-Kurse bei der KEB Amberg-Sulzbach:

Kurs — **Nr.** 2-30402

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Ehenfeld

laufender Kurs: donnerstags 9 bis 10:30 Uhr
Pfarrheim Ehenfeld, Ehenfeld 204, 92242 Hirschau
20 € pro 5er Block
Hildegard Kohl (09608/91230)
PGR Ehenfeld mit KEB
Hildegard Kohl

Kurs — **Nr.** 2-30403

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Ensdorf

laufender Kurs: mittwochs 14 bis 15:30 Uhr
Pfarrheim Ensdorf, Hauptstraße 11, 92266 Ensdorf
20 € pro 5er Block
Ursula Kass (09438/4404)
PGR Ensdorf mit KEB
Ursula Kass

Kurs — **Nr.** 2-30404

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Freihung

laufender Kurs: dienstags 9 bis 10:30 Uhr
Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit Freihung, Am Harranger 1, 92271 Freihung
20 € pro 5er Block
Hildegard Kohl (09608/91230)
PGR Freihung mit KEB
Hildegard Kohl

Kurs — **Nr.** 2-30407

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Gebenbach

laufender Kurs: montags 9:30 bis 11 Uhr
Pfarrsaal Gebenbach, Hauptstr. 10, 922274 Gebenbach
20 € pro 5er Block
Ließmann Rosi: 09641-8209
PGR mit KEB
Rosi Ließmann

Kurs **Nr.** 2-30609

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Hahnbach

laufender Kurs: mittwochs 9 bis 10:30 Uhr
Klostergewölbe, Mühlstraße, 92248 Hahnbach
20 € pro 5er Block
Brigitte Englhard (09628/1396)
KDFB Hahnbach mit KEB
Brigitte Englhard

Kurs **Nr.** 2-30409

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Kümmersbruck 1

laufender Kurs: dienstags 9:15 bis 10:45 Uhr
Pfarrzentrum St. Antonius, Kümmersbruck
20 € pro 5er Block
Annegret Biehler (09621/75604)
PGR St. Antonius mit KEB
Annegret Biehler

Kurs **Nr.** 2-30410

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Kümmersbruck 2

laufender Kurs: dienstags 11 bis 12:30 Uhr
Pfarrzentrum St. Antonius, Kümmersbruck
20 € pro 5er Block
Annegret Biehler (09621/75604)
PGR St. Antonius mit KEB
Annegret Biehler

Kurs **Nr.** 2-30406

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Rieden

laufender Kurs: donnerstags 9 bis 10.30 Uhr
Pfarrheim St. Josef, 92286 Rieden
20 € pro 5er Block
Sabine Baumeister-Kiener (09621/470171)
PGR Mariä Himmelfahrt Rieden mit KEB
Sabine Baumeister-Kiener

PERSÖNLICHKEITS-BILDUNG

Sprachkurs

Café Communio

Sprachcafé für geflüchtete Menschen

Cafe Communio bietet die Möglichkeit, ins Gespräch zu kommen und Deutsch zu üben - anhand einer „Unterrichtseinheit" mit professioneller Anleitung, konkreten Dialogen oder Antworten zu speziellen Fragen zur Sprache oder einer kleinen Diskussion - ganz nach Bedarf. Die Gruppen erarbeiten sich im Austausch gemeinsam einen Wortschatz zu einem bestimmten Themenfeld, wobei das Sprechen im Vordergrund steht.

Hinweis: gefördert durch den Flüchtlingsfond des Bistums Regensburg

laufender Kurs, immer montags 15 bis 18 Uhr.
Gruppenraum Gemeinschaftsunterkunft, Schlachthausstr. 36, 92224 Amberg
kostenlos; max. 15 Teilnehmende
Nähere Infos und Anmeldung bei Astrid Knab, Tel. 0151-18538698; mail: astrid.knab@malteser.org
Malteser im Bistum Regensburg und Flüchtlingsberatung des Caritasverbandes Amberg-Sulzbach e.V. mit KEB

Vortrag

Die Kunst, auf sich selbst zu achten

Anregungen zur Selbstfürsorge

Begeben Sie sich bei diesem Vortrag auf die Spur der eigenen Entwicklung, erkennen Sie die Automatismen Ihres Alltags und geben Sie sich selbst die Erlaubnis, sich etwas Gutes zu tun. Mit praktischen Tipps, kleinen Tricks und konkreten Übungsaufgaben werden Sie eine Idee entwickeln, was Sie nach und nach im Alltag ändern möchten. Immer wieder dürfen Sie sich selbst in den Mittelpunkt stellen. So werden Sie Schritt für Schritt mehr Lebensfreude spüren und sich selbst zur wohlwollenden Freundin.

Referentin: Michaela Blattnig

Di 21.04.2026, 19:00 Uhr
KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg
Informationen bei Peichl Ursula 09621/82767
KDFB Hl. Dreifaltigkeit mit KEB

Autorenvortrag **Nr.** 2-29568

„Reden wir übers Sterben"

Was ich auf dem Münchner Jakobsweg über Leben und Tod gelernt habe

Tod und Sterben gehören zu den wenigen Tabuthemen unserer so sehr auf Jugend und Unvergänglichkeit fokussierten Gesellschaft. Als vor einigen Jahren Petra Bartolis Vater starb, hat auch sie das Thema Tod kalt erwischt. Und sie beschloss: Wir müssen reden! Über das Sterben, über den Tod und unseren Umgang damit. Sie hat sich dafür zu Fuß auf den Weg gemacht - von München bis St. Gallen. Und sie ist mit Menschen ins Gespräch gekommen, die ihre ganz eigene Beziehung zum Sterben haben: mit einer Totengräberin, einem Sargmaler, einem Freitodbegleiter, mit dem Kabarettisten Gerhard Polt und vielen mehr. Am Ende ihres Weges stand fest: Reden über den Tod nimmt die Angst, den Schrecken. Und es holt den Tod ins Leben - wo er wieder hingehört.

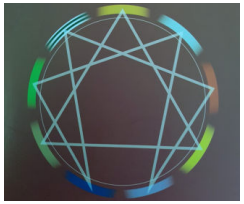
Referentin: Petra Bartoli y Eckert, Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Coach und zertifizierte Mediatorin, Autorin und Schriftstellerin im Bereich Kinder- und Jugendliteratur und pädagogischer Fachliteratur

Fr 24.04.2026, 19:00 Uhr
Stadtbibliothek Amberg (Raseliushaus), Zeughausstrasse 1a, 92224 Amberg
5 €, Lastschrift
Kartenvorverkauf möglich bei KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de. Bevorzugt via Online-Anmeldung und Lastschrift, Anmeldeschluss 23.04.2026
KEB mit Hospizverein und Stadtbibliothek

Gesprächskreis

Nr. 2-28876

Enneagramm Gesprächskreis



Im Gesprächskreis werden Alltag und Erfahrungen in Beziehung zum Enneagramm-Wissen gesetzt.

Hinweis: Der Gesprächskreis triff sich nach Absprache in zweimonatigem Abstand.
Er ist offen für all diejenigen, die sich schon mit dem Enneagramm beschäftigt haben.
(siehe: Richard Rohr: Das Enneagramm)

Referent: Thomas Peter

21.05., 23.07., 24.09.2026 - 19 bis 21 Uhr
KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg
3 € (wird vor Ort bezahlt)
KEB, Tel. 09621/475520
info@keb-amberg-sulzbach.de
KEB

Online-Schulung

Helferkreis-Schulung

im Rahmen des Pflegeleistungs-Ergänzungsgesetzes

. Betreuung Pflegebedürftiger (15 UE)
. Kommunikation und Begleitung (15 UE)
. Unterstützung der Haushaltsführung (10 UE)

Referent: Referententeam SEGA e.V.

Hinweis: Max. 15 Teilnehmer; Alle TeilnehmerInnen erhalten eine Teilnahmebescheinigung mit Angabe von Inhalt und Umfang der Fortbildungsmaßnahme, sofern sie eine maximale Fehlzeit von 4 Unterrichtseinheiten nicht überschritten haben. Online - Link zur Schulung erfolgt nach Anmeldung

Termine: 29.06. / 06.07. / 07.07. / 10.07.2026, jeweils 8 - ca. 15 Uhr
via Online-Konferenz
70€/SEGA-Mitglieder 50€ (25€ erhalten Sie zurückerstattet, wenn Sie für die SEGA ehrenamtlich tätig sind, oder werden)
Zahlungsbedingungen 8 Tage, netto
SEGA e.V. unter service@sega-ev.de oder Tel: 09661/3048616
SEGA-Akademie mit KEB

Film und Podiumsgespräch

Nr. 2-30273

We Live in time

Über die Kostbarkeit der Augenblicke

Was macht ein Leben lebenswert? Ist es die Dauer unserer Zeit oder die Intensität, mit der wir sie füllen? Der Film erzählt die berührende Geschichte von Almut und Tobias, deren Leben durch eine zufällige Begegnung und eine spätere Schicksalsdiagnose unwiderruflich miteinander verknüpft werden. Regisseur John Crowley nutzt eine nicht-lineare Erzählweise, um zu zeigen, dass Liebe und Erinnerung nicht chronologisch funktionieren, sondern in Momenten existieren. In einem anschließenden Gespräch mit Betroffenen/Experten sollen die ethischen und existenziellen Fragen aufgegriffen und vertieft werden, die der Film aufwirft.

Moderation: Georg Franz Fröhler

Sa 26.09.2026, 19:00 Uhr
Capitol, Bayreuther Str. 4, 92237 Sulzbach-Rosenberg
Eintritt frei - Spende für den Hospizverein
KEB mit Hospizverein Amberg e.V. , EBW

Gespräch mit Musik

Nr. 2-30197

„Leiden – kann ich nicht leiden!“

Gute Unterhaltung: Hubert Treml im Gespräch mit Pfarrer Dr. Christoph Seidl über Lebensbrüche und Lebensbrücken

Ein Thema, dem wir in unserem Leben immer wieder unausweichlich begegnen: Leiden - in seinen unterschiedlichsten Formen. Unter dem Format: „Gute Unterhaltung“ wird der bekannte Oberpfälzer Singer-Songwriter und Autor Hubert Treml ins Gespräch kommen mit Pfarrer Dr. Christoph Seidl, der aus seiner Erfahrung als Krankenhaus- und Gemeindeseelsorger heraus viel als Referent für Fragen nach dem Umgang mit Krankheit, Krisen, Vergänglichkeit und Tod unterwegs ist. In kurzweiliger und zugewandter Manier möchte Treml sich mit dem erfahrenen Lebensbegleiter über den Umgang mit den oft schmerzhaft erfahrenen Lebensbrüchen unterhalten. Dazwischen gibt es natürlich auch das eine oder andere Lied von ihm.

Hinweis: Karten erhältlich in der Geschäftsstelle der KEB oder ganz bequem per Online-Anmeldung (Homepage KEB) mit Lastschriftmandat.
Nur bereits be-zahlte Karten werden am Eingang hinterlegt.

Gesprächspartner:
Hubert Treml, Singer-Songwriter, Autor, Darsteller

Pfarrer Dr. Christoph Seidl, Leiter der Dienststelle „Seelsorge für Berufe im Gesundheits- und Sozialwesen“ im Bistum Regensburg

Di 13.10.2026, 19:00 Uhr

Stadtbibliothek Amberg, Zeughausstr. 1a, 92224 Amberg

€ VVK: 10 €; Abendkasse: 12 €, Lastschrift

KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de, Anmeldeschluss 12.10.2026

KEB mit Hospizverein AM-AS und Stadtbibliothek

ORTSREGISTER

Amberg

Do	**15.01.**	Angebote der Elternschule	35
Di	**31.03.**	Pflege und ihre Kosten	52
Mi	**01.04.**	Erste-Hilfe-Bildungseinrichtungen	53
Mi	**01.04.**	Club der Kreativen	46
Mi	**01.04.**	Kino-Club	22
Mi	**01.04.**	Die Kraft der Natur erleben	25
Mi	**01.04.**	TierischGut Club	25
Mi	**01.04.**	Smart-Club	22
Mi	**01.04.**	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben"	16
Mi	**01.04.**	Der Trauer Raum geben	13
Mi	**01.04.**	Vorträge im Energiekompetenzzentrum der Stadtwerke Amberg	22
Mi	**01.04.**	Steuerbare Verbrauchseinrichtungen §4a – Was bringt mir das?	22
Mi	**01.04.**	Inklusive Rückenschule – Aktivität und Entspannung	54
Mi	**01.04.**	Atemholen im Alltag	5
Do	**02.04.**	Anleitung zum Ostereierfärben	46
Fr	**03.04.**	Ökumenischer Morgenimpuls	7
Mo	**06.04.**	Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule – Sommer	54
Do	**09.04.**	Ernährung nach der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) – mit Kostproben	55
Do	**09.04.**	Basenfasten	53
Sa	**11.04.**	Ausgewählte Grabplatten und Epitaphien der Basilika St. Martin	42
Mo	**13.04.**	Seniorenkreis Dreifaltigkeit	18
Mo	**13.04.**	Thema: „Beschwingt und heiter" – Sitzgymnastik mit Musik – Motorisches Training	18
Di	**14.04.**	Ausdruckstanz	57
Di	**14.04.**	Mehr als ein Algorithmus?	8
Di	**14.04.**	Entwicklung des Ökolandbaus in unserer Region	26
Mi	**15.04.**	Vorstellung der Schulden- und Insolvenzberatung	22
Mi	**15.04.**	Die Amberger Bibel	7
Mi	**15.04.**	Rio Abierto	57
Do	**16.04.**	IT-Cafe	23
Do	**16.04.**	Anleitung zur Handarbeit	47
Do	**16.04.**	Glasabdeckung mit Mosaik-Technik	38
Do	**16.04.**	Kreativ-Workshop-Reihe	38
Do	**16.04.**	Inklusive Rückenschule –	54
Fr	**17.04.**	Anleitung zu „Altes Liedgut – neu interpretiert"	42
Sa	**18.04.**	Ehevorbereitungs – Seminar	14
Sa	**18.04.**	Kalligrafie – Hintergrund – Vordergrund	46
So	**19.04.**	Schulkirche	42
Mo	**20.04.**	Der „Club der Nachdenklichen" in Amberg	23
Mo	**20.04.**	Thema: Märchen – Erinnerungen an fabelhafte Welten	18
Mo	**20.04.**	„Bedürfnisorientierter Abschied vom Schnuller"	34
Mo	**20.04.**	Yoga	53
Mo	**20.04.**	„Walter Gropius, das Bauhaus und die zwanziger Jahre"	23
Di	**21.04.**	Die Kunst, auf sich selbst zu achten	62
Mi	**22.04.**	World-Percussion	47
Do	**23.04.**	Inklusive Rückenschule –	54
Fr	**24.04.**	„Reden wir übers Sterben"	62
So	**26.04.**	Club der Kreativen	45
Mo	**27.04.**	Thema „Das Wandern ist des Müllers Lust" – Stuhltanz nach Musik – Motorisches Training	18
Mo	**27.04.**	Erfahrungsaustausch für ehrenamtliche BetreuerInnen	23
Di	**28.04.**	Hören – Handeln – Treu bleiben	9
Mi	**29.04.**	KEB-Mitgliederversammlung	9
Mi	**29.04.**	Im Inneren erkenne ich meine Musik	58
Do	**30.04.**	Inklusive Rückenschule –	54
Sa	**02.05.**	Der Superkraft-Club	47
Mo	**04.05.**	Thema: Generationen – Jung und Alt mit Besuch vom Kindergarten	18
Mo	**04.05.**	Café Communio	62
Di	**05.05.**	Wir basteln ein Geschenk für Mutter und Vatertag	38
Di	**05.05.**	Vom Rennofen zum Hochofen	43
Mi	**06.05.**	Der Trauer Raum geben	13
Mi	**06.05.**	Vorstellung Wärmepumpen – zu Hause nachhaltig heizen	22
Mi	**06.05.**	Atemholen im Alltag	5
Do	**07.05.**	Inklusive Rückenschule –	54
Fr	**08.05.**	Ernährung nach der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)	55
Sa	**09.05.**	Das Freiburger Orgelbuch für den Gottesdienst und das Konzert	10
Sa	**09.05.**	Rio Abierto – Workshop Sequenz: Der Wind, der meine Segel füllt	58
So	**10.05.**	Kirchenführung in der Basilika St. Martin	42
Mo	**11.05.**	Lachen mit Oma & Opa	19
Di	**12.05.**	Der 100jährige, der in Amberg geboren wurde und „denkmalte".	43
Fr	**15.05.**	Heilsame Pflanzenöle	57
Sa	**16.05.**	TierischGut Club	26

Mo	**18.05.**	Thema: „Geschichten vom Heiligen Geist“ – Einstimmung auf Pfingsten	18
Mo	**18.05.**	Die tschechoslowakischen Legionen – Freiwillige, Deserteure, Kriegsgefangene, Räuber, Helden, Staatsmänner	23
Di	**19.05.**	Fliegende Sommermöwe	38
Do	**21.05.**	Enneagramm Gesprächskreis	63
Do	**21.05.**	Enneagramm Gesprächskreis	65
Fr	**22.05.**	„Abschied von der Windel“	34
Sa	**23.05.**	Schulkirche	42
So	**31.05.**	Die Kraft der Natur erleben	25
So	**31.05.**	Kirchenführung in der Basilika St. Martin	42
Mi	**03.06.**	Der Trauer Raum geben	13
Mi	**03.06.**	Aktueller Stand der Energiewende bei den Stadtwerken Amberg	22
Mi	**03.06.**	„Prechtls Röhren – Historische Filme über die Amberger Luitpoldhütte“	43
Mi	**03.06.**	Atemholen im Alltag	5
Mo	**08.06.**	Thema: Suche nach Zahlen – Konzentrationstraining (Bingo)	18
Di	**09.06.**	„Amberg grüßt die Nachwelt – Zeitkapseln in unserer Stadt“	44
Mi	**10.06.**	Internationale Konferenz zur Gemeinwohlökonomie	22
Fr	**12.06.**	Musik und Kultur Treff – offene bayerische Singstund	44
Mo	**15.06.**	Thema: Ganz schön kniffelig... Konzentration- und Gedächtnis fordern	18
Mo	**15.06.**	„Eingewöhnung – KiTa Start: Muss ich mein Kind vorbereiten“	34
Di	**16.06.**	Mein Jakobsweg vor der Haustür	11
Do	**18.06.**	Altes chilenisches Instrument – Regenmacher	38
Mo	**22.06.**	Thema: „Hallo Herr Doktor“ – Medizinische Geschichten	18
So	**28.06.**	Die Kraft der Natur erleben	24
Mo	**29.06.**	Thema: Bergfest	18
Mi	**01.07.**	Der Trauer Raum geben	13
Mi	**01.07.**	Zusammenspiel Photovoltaik und Elektromobilität – Energiemanagementsystem	22
Mi	**01.07.**	Atemholen im Alltag	5
Fr	**03.07.**	„Ich brauch ne Pause! – Achtsam und entspannt durch den (Familien)alltag“	34
Mo	**06.07.**	Thema: Spiele im Kreis – motorisches Training	18
Mo	**13.07.**	Thema: „Lust auf ein neues Brettspiel?“ – mit Vorstellung und Anleitung	18
Sa	**18.07.**	Der Superkraft-Club	47
So	**19.07.**	Smart-Club	22
Mo	**20.07.**	Thema: Vortrag: Sommer 2026 im Südsudan	18
Di	**21.07.**	Pflege und ihre Kosten	52
Di	**21.07.**	Medaillons aus Salzteig	38
Mo	**27.07.**	Thema: Sommertheater – Die Kunst der Freude an der Improvisation	18
So	**02.08.**	Die Kraft der Natur erleben	24
Mi	**05.08.**	Der Trauer Raum geben	13
Mi	**05.08.**	Atemholen im Alltag	5
So	**30.08.**	Die Kraft der Natur erleben	25
Mi	**02.09.**	Der Trauer Raum geben	13
Mi	**02.09.**	LoRaWAN – die smarte Infrastruktur	22
Mi	**02.09.**	Atemholen im Alltag	5
Sa	**19.09.**	Der Koch Club – keine Angst vor dem Kochlöffel	47
Sa	**19.09.**	TierischGut Club	26
So	**20.09.**	Smart-Club	22
Mo	**21.09.**	Thema: Herbstzeit – Bedeutung für den Jahresablauf und unser Leben	18
Fr	**25.09.**	„Beikost“	34
So	**27.09.**	Club der Kreativen	45
Mo	**28.09.**	Thema: Geburtstage	18
Do	**01.10.**	Kampf um Freiheit	24
Sa	**10.10.**	Des Lebens Widersinne – versöhnt	12
Di	**13.10.**	„Leiden – kann ich nicht leiden!“	63
Sa	**24.10.**	Kalligrafie – Lombarden als dekorative Schmuckbuchstaben	46

Auerbach in der Oberpfalz

Do	**02.04.**	Trauer-Café Auerbach	16

Ebermannsdorf

Fr	**22.05.**	Sensenkurs	27
Fr	**12.06.**	Baumschneidekurs	27

Ensdorf

Mi	**01.04.**	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Ensdorf	59
Di	**14.04.**	Auwälder – bedrohte Lebensräume	25
Fr	**17.04.**	Auf den Spuren unserer unsichtbaren tierischen Nachbarn	26
So	**19.04.**	Vier Jahreszeiten – vier Kräuterwelten	26
Sa	**09.05.**	Wie geht Pfarreiengemeinschaft PLUS?	10
Sa	**16.05.**	Naturseife selbst gemacht	26

Mi	**20.05.**	Vom Industriemanager zum Pilgerbegleiter	10
Fr	**19.06.**	Bunte Natur … nur um hübsch zu sein?	27
Sa	**20.06.**	Landart – Kunst in der Natur	48
Sa	**18.07.**	Kanutour	25
So	**13.09.**	Körbe binden – Alte Handwerkskunst neu belebt	28
Sa	**19.09.**	HerzBeat Festival – Musik die uns näher bringt	45

Freihung

Di	**07.04.**	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Freihung	59

Freudenberg

Sa	**18.04.**	Böhmische Welten	49

Gebenbach

Mo	**06.04.**	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Gebenbach	59

Hahnbach

Mi	**04.03.**	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Hahnbach	60
Mi	**01.04.**	Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Jakob Hahnbach	32
Mo	**06.04.**	Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Jakob Hahnbach	32
Di	**07.04.**	Seniorenkreis Pfarrei Hahnbach	18
So	**03.05.**	Unser Frohnberg	10
So	**16.08.**	Kirchenführung auf dem Frohnberg	11
So	**13.09.**	Mehr als Sonntagspflicht	12

Hirschau

Mi	**01.04.**	Eltern-Kind-Gruppe 2 Mariä Himmelfahrt Hirschau	32
Do	**02.04.**	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Ehenfeld	59
Do	**02.04.**	Eltern-Kind-Gruppe 1 Mariä Himmelfahrt Hirschau 5x	32
Fr	**03.04.**	Eltern-Kind-Gruppe 3 Mariä Himmelfahrt Hirschau	32
Di	**07.04.**	In der Trauer nicht allein	16
Di	**07.04.**	Mein persönlicher Trauerweg	14

Hohenburg

Sa	**06.06.**	Der Warzenbeißer und sein Lebensraum	25

Kastl/Utzenhofen

Mi	**22.04.**	Seniorenkreis Pfarrei Utzenhofen	19
Mi	**22.04.**	Fachvortrag des Seniorenmosaik im Naturpark Hirschwald	19

Königstein

Mi	**15.04.**	„Das Gedächtnis lässt nach – habe ich Alzheimer?" – Was ist Demenz?	56
Mi	**22.04.**	„Im Alter allein?" – Wenn Ängste und Einsamkeit das Leben bestimmen	56
Mi	**29.04.**	„Abhängig im Alter" – Suchterkrankungen und ihre Risiken	56
Mi	**06.05.**	„Wenn die Freude verloren geht" – Depression im Alter	56
Mi	**13.05.**	„Altwerden zuhause" – Beratung für altersgerechtes Wohnen in den eigenen 4 Wänden	56

Kümmersbruck

Di	**13.01.**	Babyschwimmen Gruppe 1 (4-5 Monate)	36
Mi	**01.04.**	Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Antonius Kümmersbruck 5x	32
Mi	**01.04.**	Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Antonius Kümmersbruck 6x	32
Di	**07.04.**	Eltern-Kind-Gruppe 3 St. Antonius Kümmersbruck 5x	32
Di	**07.04.**	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Kümmersbruck 1	60
Di	**07.04.**	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Kümmersbruck 2	60

Poppenricht

Sa	**11.04.**	Seniorenkreis St. Michael Poppenricht	18

Rieden

Do	**02.04.**	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Rieden	60
Mo	**06.04.**	Wald-Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Ägidius Schmidmühlen	33
Di	**07.04.**	Wald-Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Ägidius Schmidmühlen	33

Schmidmühlen

Fr	**03.04.**	Eltern-Kind-Gruppe St. Ägidius Schmidmühlen	33

Schnaittenbach

Mi	**01.04.**	Seniorenaktivtreff Schnaittenbach	17
Do	**02.04.**	Eltern-Kind-Gruppe St. Vitus Schnaittenbach	33
Di	**21.04.**	Seniorenkreis St. Vitus Schnaittenbach	18
Di	**21.04.**	Sicherheitstipps im Alltag	19
Fr	**24.04.**	Geistliche Kirchenführung St. Vitus Schnaittenbach	8
So	**12.07.**	Bayerische Singstund – mit neuen und unbekannten Mundartlieder	45
So	**20.09.**	Marterlführung Schnaittenbach (OT Forst und Seblasmühle)	45

Sulzbach-Rosenberg

Mi	**01.04.**	Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Marien Sulzbach	33
Mi	**01.04.**	Säuglingspflegekurs für werdende Eltern	30
Do	**02.04.**	Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Marien Sulzbach	33
Mo	**06.04.**	Still-Café	30
Mo	**06.04.**	Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg	14
Di	**07.04.**	„MINERVA liest“	48
Mo	**13.04.**	Was Kinder stark macht – Resilienz von Schwangerschaft bis in die erste Lebensphase lernen & trainieren	30
Mo	**20.04.**	Endliche Eltern – geglückter Kinderwunsch ist nicht gleich Wunschkind!	30
Do	**23.04.**	Augenlicht	49
So	**26.04.**	Auf den Spuren von Walter Höllerer	49
Mi	**06.05.**	Schreiben im Turm	49
Mo	**11.05.**	Kinderärztin – Allgemeine Informationen rund um die ärztliche Versorgung von Säuglingen	30
Mo	**18.05.**	Schlaf gut – Baby, Mama & Papa – Wie können Eltern ihr Kind gut in den Schlaf begleiten?	30
Do	**21.05.**	Informationsabend für werdende Eltern	30
Mi	**10.06.**	Weltliteratur übersetzen. Die Nobelpreisträgerin Toni Morrison.	49
Mo	**06.07.**	Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg	14
Sa	**11.07.**	Literatursommerfest	50
Sa	**26.09.**	We Live in time	63
Sa	**10.10.**	Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen…	12
Di	**27.10.**	Babymassagekurs 2026	30
Sa	**07.11.**	Ehevorbereitungs – Seminar	14

Ursensollen

Do	**16.04.**	Jungbrunnen Bewegung – gemeinsam aktiv und fit	62
Fr	**17.04.**	Gut versorgt zu Hause	57
So	**17.05.**	Frühlingswanderung zum Scharfenberg	25
Fr	**16.10.**	Das Planetarium Ursensollen – Ein Blick zu den Sternen	28

Vilseck

Mi	**01.04.**	Seniorentreff Pfarrei Vilseck	17
Do	**02.04.**	Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Ägidius Vilseck	33
Di	**07.04.**	Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Ägidius Vilseck	33

Windischeschenbach

Mo	**31.08.**	Meine Gnade genügt Dir	12

Bildnachweise

123rf.com - 26
A
Altmann Gerd pixabay - 19, 56, 63
Aurelius Marcus pexels - 57
B
Bauer Jürgen - 49
Baumann Melanie – 34
Benzoix auf Freepik.com
C
CC – 12, 43, 24
CC / Herder-Verlag - 24
ClipArt - 55
D
Delang Daniel - 26
E
Elternschule - 38
Ettinger Matthias - 45
F
Falkenburger Christine - 7
Falsche Farm/Hofstetter - 27
Flemme Melanie - 63
Freepik.com - 16, 17, 22, 23, 25, 35, 36, 37, 38, 40, 46, 47, 52, 54, 62
G
Gerstacker Dieter - 18
Gradl Susanne – 14
Grundlach Christiane - 49
H
Herrneder Brigitte - 46
I
Ildigo auf Pixabay - 7
Ince Aykut auf pixelio - 23
Irlbacher Christian - 1, 8f., 45
J
Jcstudio/freepik.com - 18
José Manuel de Laá auf pixabay.com - 56
K
Kaiser Helmut - 47
KEB - 41f.
KI-generiert by Gemini – 9, 30, 58, 63, 76
KI-generiert (Freepik.com) - 54
KI-generiert by Canva – 7, 8, 56, 62, 63
Kloster Ensdorf - 26ff., 48
Klug Kerstin - 57f.
Knipseline/Pixelio - 52
L
Lein Yohanes Vianey/Pfarrbriefservice - 7
Lemm Matthias auf pixabay - 7
Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V. – 49, 50
Lommer Markus - 7
M
Martner Peter - 28
master1305 auf Freepik.com – 34, 44
Medjugore Deutschland - 10
Meier Franz - 40ff.
Melchner Martin - 14
MIR Medjugorje - 10
Moosburger Marianne – 10, 11
Müller Doris - 7, 9
Müller Karl - 41
N
Naturpark Hirschwald - 25, 27f.
Nelhiebel Jonas Naturpark Hirschwald – 25
Niek Verlaan / Pfarrbriefservice - 14

P
PCh.vector Freepik - 52
Peter Thomas - 63, 65
Pexels.com - 56
Pfarrei St. Konrad - 10
Pidvalnyi Oleksandr Pixabay - 22
Pixabay – 9, 14, 16, 25, 30, 35f., 45, 47, 52, 55, 63
Pressahotkey auf freepik.com - 54
Privat – 14, 40, 57, 63
R
Reisch Daniela – 57
Reisinger Hannes - 49
Rösch Christiane - 11f.
S
Salzburger Adventsingen – 13
Schicker Tanja (Naturpark Hirschwald) - 25
Schraml Georg – 62
Shushipu auf Pixabay - 53
Sitzberger A. – 58
Smith John Mathew - 49
St. Georg Amberg - 14, 33
Stadtarchiv Amberg - 44
Stock.adobe.com - 52
T
Tagespflege am Nussbaumpark - 57
Tschager Alfred - 58
U
UWS/Kloster Ensdorf - 26
W
Weidemann Peter – Pfarrbriefservice - 16
Weigert Vanessa - 55
Wikimedia - 10
Wolf Jügen – 43
Wolters Beate - 43
Z
Ziegler G. - 12

Internationale Konferenz zur Gemeinwohl-Ökonomie
auch für die breite Öffentlichkeit - alle Vorträge auf Englisch

Beratung,
Erste Hilfe
und mehr …

Kompetente Beratung bei Pflege und im Alter:
Tel.: 0 96 21 / 49 33 – 50
Fachstelle für pflegende Angehörige, Hausnotruf
Haushaltsnahe Dienstleistungen,
Begleitungs- und Entlastungsdienst Demenz

Für den Fall des Falles – Erste-Hilfe-Kurse:
www.malteser-kurse.de

… und vieles mehr: Tel.: 0 96 21 / 49 33 – 0
Kursanmeldungen und Infos zu:
Soziales Ehrenamt, Besuchsdienste, Flüchtlingshilfe / Interkulturelle Arbeit, Altkleider, Sanitätsdienst, Psychosoziale Notfallversorgung etc.

Malteser
…weil Nähe zählt.

Die Malteser in Amberg
Sulzbacher Str. 15a, 92224 Amberg

www.malteser-amberg.de
sekretariat.amberg@malteser.org

Erste-Hilfe-Kurse
für Führerscheinbewerber, Betriebsersthelfer etc.,

Schwesternhelferin-/Pflegediensthelferausbildung

natürlich bei den Maltesern!

Malteser Hilfsdienst e.V.
Sulzbacher Str. 15 A | 92224 Amberg
Tel.: 0 96 21 / 49 33 – 0
www.malteser-kurse.de | ausbildung.amberg@malteser.org

Malteser
…weil Nähe zählt.

Mit Kontorabatt für Ihre Treue.

Mehr Infos zum TreueGiro:
sparkasse-amberg-sulzbach.de/treuegiro

Weil's um mehr als Geld geht.

Sparkasse
Amberg-Sulzbach

Notizen

Notizen

AGB und Datenschutz – Auszug –

Grundsätzliches
Die AGBs der Mitveranstalter (beispielsweise Bildungshäuser und Reiseunternehmen) sind bei den einzelnen Veranstaltungen zudem zu berücksichtigen.
Unsere vollständige Version auf www.keb-bistum-regensburg.de/agb !

Anmeldeschluss
Der Anmeldeschluss der Ausschreibung ist in der Regel mit einem konkreten Datum gekennzeichnet. Nach dem jeweiligen Anmeldeschlusstermin können Anmeldungen nur noch nach individueller Absprache angenommen werden.

Kursgebühren
Für die Erhebung der Kursgebühren gilt die jeweilige Regelung in den einzelnen Ausschreibungen: Folgendes Prozedere wird angewendet:
Soweit Beiträge in Rechnung gestellt werden, sind diese innerhalb von 10 Tagen unter Angabe des Verwendungszwecks bzw. mit der entsprechenden Rechnungsnummer auf das Konto der KEB zu überweisen. Die Kursgebühren sind dann in bar zu entrichten, wenn dies in der Ausschreibung vermerkt ist. Veranstaltungsgebühren bzw. ggf. Gebühren für erworbene Arbeitsmaterialien können nach dem Kurs mittels SEPA-Lastschriftmandat abgebucht werden. Eine einmalige Abbuchungsermächtigung erfolgt hierzu durch die Teilnehmenden. Nicht in Anspruch genommene Leistungen können nicht rückerstattet werden.

Veranstaltungsanmeldung
Eine Anmeldung (telefonisch, persönlich, online, per E-Mail oder schriftlich) gilt als verbindliche Kursbelegung, solange von der KEB keine anderweitige Mitteilung erfolgt. Melden Interessierte weitere Teilnehmende für eine Veranstaltung an, verpflichten Sie sich, auch für die vertraglichen Verpflichtungen aller von Ihnen angemeldeten Teilnehmenden, einzustehen. In der Regel wird die Anmeldung nicht schriftlich bestätigt.

Rücktritts- / Bearbeitungsgebühren
Diese Rücktrittsbedingungen gelten, sofern in der konkreten Veranstaltungsausschreibung keine anderen Konditionen geregelt sind. Bei Reisen zusammen mit Pfarrei(einrichtung)en sind immer deren Konditionen zu erfragen. Folgende Rücktrittsbedingungen gelten, sofern in der konkreten Ausschreibung keine anderen Konditionen geregelt sind: Bei Rücktritt von der Veranstaltungsanmeldung bis 7 Tage vor Kursbeginn werden 10% der Kursgebühr – bei Tagesreisen und mehrtägigen Veranstaltungen 30 % der Gebühren –, mindestens jedoch 6 Euro als Verwaltungsgebühren erhoben. Entstehen der KEB durch den Rücktrittgeringere Kosten, dann werden nur diese in Rechnung gestellt. Wird diese Rücktrittsfrist nicht gewahrt und übernimmt keine Ersatzperson die vollen Verpflichtungen des abgemeldeten Teilnehmers, werden die gesamten Kursgebühren fällig.
Für die Teilnahme an mehrtägigen Reisen wird der Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung dringend angeraten.
Zudem können gesonderte Geschäftsbedingungen mit entsprechenden Rücktrittsbedingungen für Kurse und Veranstaltungen (z.B. Studienreisen) gelten. Diese sollten in den Ausschreibungsunterlagen publiziert werden.
Können Teilnehmende/Interessierte aufgrund einer gesetzlich vorgeschriebenen Regelung am weiteren (grundsätzlich möglichen) Kursverlauf nicht (mehr) teilnehmen, werden entsprechende Kursgebühren von der KEB nicht zurückbezahlt.

Veranstaltungsabsage
Eine Veranstaltung kann abgesagt werden, z.B. wegen zu geringer TN-Zahl, Ausfall von Referenten/innen oder von Vortragsräumen, Störungen des Veranstaltungsablaufs oder des Vortrags, deutliche Verzögerung des in der Ausschreibung genannten Kursbeginns, weitere Gründe, die nicht den Einfluss der KEB unterliegen, höhere Gewalt. In diesem Fall erfolgt eine rechtzeitige Benachrichtigung (soweit möglich) sowie die Erstattung bereits vorweg bezahlter Gebühren für die Veranstaltungsteilnahme. Weitergehende Ansprüche können nicht berücksichtigt werden. Bei Vorträgen ohne Anmeldung wird der Ausfall der Veranstaltung (soweit möglich) in der Tagespresse bekannt gegeben.

Datenschutz
In der Diözese Regensburg gelten - wie in allen deutschen (Erz-)Diözesen - für die Verarbeitung personenbezogener Daten die Bestimmungen des Gesetzes über den Kirchlichen Datenschutz (KDG) einschließlich der Verordnung zur Durchführung der Anordnung über den kirchlichen Datenschutz (KDG-DVO) sowie die sonstigen anzuwendenden kirchlichen und staatlichen Datenschutzvorschriften. Wir verarbeiten Ihre personenbezogenen Daten ausschließlich gemäß den gesetzlichen Datenschutzvorschriften so, wie sie in der Datenschutzerklärung unter: www.keb-bistum-regensburg.de/datenschutzerklaerung dargestellt sind.

Urheberschutz
Fotografieren, Filmen sowie Tonaufzeichnungen sind nicht gestattet. Lehrmaterialien dürfen ohne Genehmigung der KEB und der betreffenden Referenten nicht veröffentlicht oder vervielfältigt werden.

Haftung
Die KEB übernimmt keinerlei Haftung für Diebstähle, Verletzungen oder Schäden an Personen oder Sachgegenständen, die sie nicht zu vertreten hat. Die Teilnahme an Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr.

(Stand: 01.01.2024)

KEB

KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG
AMBERG-SULZBACH

*„Jeder Mensch kann, wenn er will, seinen Horizont erweitern.
Er braucht lediglich über sich hinauszuwachsen.“
(Ernst Ferstl)*

Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg e.V.
Regionale KEB Amberg-Sulzbach
Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg
Tel. 09621/9117862; email: info@keb-amberg-sulzbach.de

QUALITÄTSMANAGEMENT
CERTQUA
ZERTIFIZIERT NACH QES

www.keb-amberg-sulzbach.de