



KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG
AMBERG-SULZBACH

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

KEB AMBERG-SULZBACH

*... um Segel zu setzen mit Richtung
(HERZENS-)BILDUNG*

50 Jahre
1975 2025

KEB *Segel setzen mit
Richtung (Herzens-)Bildung*

KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG
Amberg-Sulzbach

© Brigitte Herrneder



Ihre Beratung ist jetzt so flexibel wie Sie möchten.

Ob persönlich in der **Filiale**, ganz entspannt am **Telefon** oder flexibel per **Videochat**: Ihre bekannte **Beraterin / Ihr Berater** ist für Sie da!

[sparkasse-amberg-sulzbach.de](https://www.sparkasse-amberg-sulzbach.de)

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Amberg-Sulzbach**

Vorwort	4
Jubiläum	5
Wir über uns	6
Mehr Interesse?	7
Inklusive Erwachsenenbildung	8
GLAUBE	10
Angebote für Trauernde	18
Seniorenkreise	20
GESELLSCHAFT	22
UMWELT	28
FAMILIE	32
EKG – Eltern-Kind-Gruppen	32
ELTERNSCHULE	35
KULTUR	41
KREATIVITÄT	49
LITERATUR	53
GESUNDHEIT	57
LeA – Lebensqualität im Alter	62
PERSÖNLICHKEITSBILDUNG	66
Ortsregister	71
Bildnachweis	76
AGB - Datenschutz	79

Zertifizierung

Mit Zertifikat vom 29.6.2023 ist die KEB Amberg-Sulzbach von der Certqua GmbH für drei Jahre rezertifiziert nach dem „Qualitätsentwicklungs-System QESplus.“



Wir setzen uns für Klimaschutz ein und haben die gesamten Emissionen der Wertschöpfungskette unseres Unternehmens kompensiert.

ID-Nr. 23149729
www.klima-druck.de

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

„Wir können den Wind nicht ändern, aber die Segel anders setzen“ (Aristoteles)

Liebe Interessierte, Freundinnen und Freunde unserer KEB Amberg-Sulzbach

Seit einem halben Jahrhundert steht die KEB Amberg-Sulzbach für diese zeitlose Weisheit des Aristoteles, die sich seit einiger Zeit auch schon im KEB-Logo mit dem stilisierten Segel widerspiegelt: Sich der vielfältigen Windströmungen und Herausforderungen der jeweiligen Zeit anzunehmen und sich ihnen zu stellen; sich ihnen dabei aber nicht passiv zu ergeben, sondern aktiv und kreativ damit umzugehen durch ein bewusstes „Segel setzen“.

In den vergangenen 50 Jahren haben wir gelernt, unsere Segel immer wieder neu auszurichten – stets mit dem Ziel, Menschen auf ihrem persönlichen Bildungsweg zu begleiten und zu stärken. Dafür sind wir von Herzen dankbar – vor allem auch für alle Engagierten und Bildungsverantwortlichen in den Pfarreien, Verbänden und bei den Kooperationspartnern, die uns bei dieser wichtigen Aufgabe stets unterstützt haben.

Die „Winde“ des gesellschaftlichen Wandels mögen sich dabei bis heute stetig gedreht haben, doch unsere Antwort darauf war und ist klar: Wir passen unsere Angebote an, ohne unsere christlichen Werte und Überzeugungen aus den Augen zu verlieren. Mit unserem vielfältigen Programm in den Bereichen Glaube, Gesellschaft, Familie, Kultur, Gesundheit und Persönlichkeitsbildung versuchen wir stets, Orientierung in bewegten Zeiten anzubieten und unser „Bildungs-Segel“ entsprechend so zu setzen, dass unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer jederzeit die Möglichkeit zum lebenslangen Lernen haben und dabei immer auch neue Wege gehen und sich weiterentwickeln können.

Unter dem Motto **„Segel setzen - mit Richtung (Herzens)-Bildung“** blicken wir in diesem Jahr nicht nur dankbar zurück, sondern auch zuversichtlich nach vorne.

In einer Zeit, die von schnellem Wandel und großen Veränderungen geprägt ist, möchten wir als Bildungseinrichtung auch weiterhin ein verlässlicher Anker sein - ein Ort der Begegnung, des Lernens und der persönlichen Entfaltung, wo Menschen lernen, ihre persönlichen Segel klug zu setzen.

Deshalb laden wir Sie auch mit dem vorliegenden Frühjahr/Sommer-Programmheft ganz herzlich ein, mit uns auf „Segelreise“ zu gehen. Lassen Sie uns gemeinsam neue Wege erkunden, den Glauben vertiefen, kulturelle Schätze heben und die eigene Persönlichkeit weiterentwickeln. Denn Bildung ist mehr als Wissenserwerb - sie ist die Kunst, das eigene Lebensschiff auch bei Gegenwind auf Kurs zu halten. Oder - um es mit dem allerersten Vorwort aus dem Programmheft 1975 auf den Punkt zu bringen: Bildung ist dazu da, um **„fähiger zu werden im Urteilen, Entscheiden und Handeln“** – ein Bildungsziel, das gerade auch in der heutigen Zeit nichts an Aktualität verloren hat.

Wir sagen an dieser Stelle ein herzliches Vergelt's Gott an alle, die uns in den vergangenen 50 Jahren ihr Vertrauen geschenkt haben, und freuen uns darauf, auch in Zukunft mit Ihnen gemeinsam im Bereich der Erwachsenenbildung die Segel zu setzen und Kurs auf eine Zukunft zu nehmen, die von Glauben, Gemeinschaft und persönlicher Weiterentwicklung geprägt ist.

Mit herzlichen Grüßen
auch im Namen des gesamten KEB-Teams



Christian Irlbacher
Leiter der regionalen KEB



Einige Daten und Namen aus unserer 50-jährigen Geschichte

10.01.1975: Gründungsversammlung in St. Georg, Amberg
 1975-1978: 1. Vorsitzender: **Herbert Wagner**
 1975-1978: 2. Vorsitzender: **Max Blauberger**
 1976 - 1997: Geschäftsführerin **Brigitte Wochnick**
 1977: Einzug in die Räume am Kaiser-Wilhelm-Ring
 1978-1984: 1. Vorsitzende: **Elisabeth Baur**
 1978-2002: 2. Vorsitzender: Pfr. **Lorenz Hägler**
 1984-2002: 1. Vorsitzende: **Ute Schatz**
 1997-2020: Geschäftsführender BiRef.: **Hans Bauer**

2001: Umzug in das kath. Sozial- und Bildungszentrum Amberg (Dreifaltigkeitsstr. 3)
 2002-2024: 1. Vorsitzender: **Sebastian Sonntag**
 2002-2005: 2. Vorsitzender: **Stefan Hirblinger**
 2005-2008: 2. Vorsitzender: **Josef Baier**
 2008-2021: 2. Vorsitzender: **Hartwig Dorsch**
 2021-2024: 2. Vorsitzende: **Doris Müller**
 seit 2020: Geschäftsführender BiRef.: **Christian Irlbacher**
 seit 2024 verschmolzen mit der KEB im Bistum Regensburg e.V.

Geistliche Beiräte in dieser Zeit:

Pfr. Lorenz Hägler, Pfr. Winfried Larisch, Pfr. Thomas Saju,
 Diakon Richard Sellmeyer, Pfr. Josef Irlbacher

50 Jahre
 1975 2025

KEB

Segel setzen mit
 Richtung (Herzens-)Bildung

KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG
 Amberg-Sulzbach

Wir sehen viele Menschen, die der KEB Amberg-Sulzbach ein lebendiges Gesicht gaben und immer noch geben und sich seit 50 Jahren dafür einsetzen, dass im Amberg-Sulzbacher Land bei der Erwachsenenbildung die Segel mit Richtung (Herzens-)Bildung gesetzt werden. Das wollen wir gemeinsam feiern am

Freitag, 16. Mai 2025

mit einem

Jubiläums-Festabend

Beginn ist um 18:00 Uhr mit einem Wortgottesdienst in der Kirche Hl. Dreifaltigkeit Amberg (musikalisch umrahmt von Jürgen Zach u. Team), zu dem die **gesamte Bevölkerung** eingeladen ist.

Der anschließende **Festabend** für alle **geladenen Gäste** findet im benachbarten Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit statt.

Wir freuen uns auf Sie!

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 Einzelpersonlichkeiten 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 der KEB-Geschäftsstelle – vor allem auch kurzfristig organisierte, die wir gern auf unserer Homepage veröffentlichen und bewerben.

Abrechnungen bitte zeitnah nach den jeweiligen Veranstaltungen mit Durchschlag und allen Belegen an die Geschäftsstelle einreichen.

Programm-Meldungen:

Halbjahr I (April – September)

Abgabetermin: spätestens 15. Februar

Halbjahr II (Oktober – März)

Abgabetermin: spätestens 15. Juli

Teilen Sie **Änderungen und aktuelle Programm-Planungen** unbedingt **jederzeit** der Geschäftsstelle mit!

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Newsletter

Sie interessieren sich für unsere Angebote?

Dann melden Sie sich an für unseren **KEB-Newsletter**.



Auf der Website www.keb-amberg-sulzbach.de können Sie unter folgenden Themengebieten auswählen und werden dann regelmäßig auf Veranstaltungen in diesem Bereich aufmerksam gemacht:

GLAUBE/RELIGIONEN
GESELLSCHAFT/POLITIK/SOZIALES
FAMILIE/BEZIEHUNG/GENERATIONEN
KULTUR/KREATIVITÄT
GESUNDHEIT/ERNÄHRUNG
FORT-/WEITERBILDUNG
ONLINE-ANGEBOTE



Facebook/Instagram

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 suchen Sie!

Sie möchten sich in der Katholischen Erwachsenenbildung als Referent/in einbringen - sei es als Referent/in für bestimmte Themen oder auch als Leiter/in für die bewährten Formate der Eltern-Kind-Gruppen oder des LeA-Senioren-Trainingsprogramms?

Sie haben Lust, mit Ihren Themen und Kompetenzen Menschen zu faszinieren und zu begleiten?

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!

Vor allem im Bereich **Eltern-Kind-Gruppen** nach dem Regensburger Modell sind wir für jede Unterstützung dankbar:

Jetzt noch einfacher und schneller EKG-Leiterin/-leiter werden – mit dem NEUEN AUSBILDUNGSKONZEPT

Das neue Ausbildungskonzept zeichnet sich durch eine Kombination von Online-Selbstlernphasen und Veranstaltungen in Präsenz, bei denen die Inhalte vertieft und ausprobiert werden, aus Lerngruppen zum gegenseitigen Austausch und ein erfahrenes Referenten-Team vervollständigen das neue Konzept. Weitere Informationen auch auf unserer Homepage: <https://www.keb-amberg-sulzbach.de/projekte/eltern-kind-gruppen-ekg/>

Erwachsenenbildung für alle – auf dem Weg zu einer inklusiven Erwachsenenbildung



Auch nach dem Abschluss des Inklusionsprojektes „Wundernetz 2“ 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 an, die **sowohl für Menschen mit als auch ohne Einschränkungen** zugänglich sind.

Die entsprechenden Veranstaltungen sind im Programmheft deshalb nach wie vor mit dem Wundernetz-Logo gekennzeichnet und in Leichter Sprache beschrieben. Wir würden uns freuen, wenn die jeweiligen Angebote wirklich „inklusiv“, d.h. gleichzeitig von Menschen mit und ohne Handicap genutzt werden.

Unterstützung für Ihren Kursbesuch:

Sie möchten gerne etwas Neues lernen und dabei Spaß haben?
Sie möchten gerne neue Leute treffen?
Das können Sie in einem Kurs bei der Erwachsenenbildung. Wir helfen Ihnen dabei.

Hilfe bei der Anmeldung zu einem Kurs:

Sie möchten sich gerne für einen Kurs anmelden?
Sie trauen sich aber **nicht** selbst?
Dann können Sie sich auch in der OBA anmelden. Die OBA gibt Ihre Anmeldung dann weiter.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung an:

Welche Hilfe brauchen Sie?
Benötigen Sie barrierefreien Zugang und ein WC für Rollifahrer?

Abmeldung bei einem Kurs:

Das ist wichtig für alle Kurse:
Wenn Sie doch nicht zu einem Kurs kommen können:
Dann müssen Sie sich rechtzeitig abmelden.
Sonst müssen Sie den Kurs bezahlen.
Auch wenn Sie den Kurs **nicht** besucht haben.

Assistenz bei dem Besuch von einem Kurs:

Bei manchen Kursen ist auch eine Begleitung möglich.
Rufen Sie bitte in der OBA bei Sabine Reithmaier an.
Das ist Frau Reithmaiers Telefonnummer:
09621-30 81 266
Frau Reithmaier kann Sie dann beraten und Ihnen helfen.

Hilfe bei den Kurskosten:

Menschen mit einer Behinderung können einen Teil von den Kurskosten bezahlt bekommen (Zuschuss).
Rufen Sie bitte vor dem Kurs bei Sabine Reithmaier an.
Sie sagt Ihnen dann, wie viel Zuschuss Sie bekommen.

Höranlage:

Sie tragen ein Hörgerät?
Oder Sie haben ein Cochlea-Implantat?
Dann können Sie bei der Anmeldung angeben:
Ob Sie eine Höranlage benötigen,
damit Sie die anderen Menschen im Kurs besser verstehen können.



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

 Datum	 Kursleiter
 Uhrzeit	 Das kostet der Kurs
 Hier findet der Kurs statt	 Hier musst Du Dich anmelden

GLAUBE





Nr. 2-28720

**Mi 26.03.2025,
14:30 – 17:00 Uhr**

SkF, großer Raum,
Paterre, Haager Weg 15,
92224 Amberg

€ frei

SkF-Büro: Tel.09621-
48720 od. -21 oder per
email an:

sozialdienst@kf-
amberg.de oder KEB
Amberg-Sulzbach
09621/9117862
Anmeldeschluss
21.03.2025

SKF mit KEB

Nr. 2-28907

**Mi 26.03.2025,
19:00 Uhr**

Wilhelm Baumgärtner/
Pfarrheim 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



Nr. 2-27717

Pfarrheim
Kümmersbruck

PGR St. Antonius mit
KEB

Religiöser Bildungsimpuls

Gott ist die Liebe und wer in der Liebe bleibt, bleibt in Gott (1 Joh 4,16)

Impulsreferat und anschließendem Austausch

In einem Impulsreferat stellt Michael Dreßel die Enzyklika „Deus caritas est“ von Papst Benedikt XVI vor. Sie birgt viele Schätze und beschreibt im 2. Teil die praktizierte Nächstenliebe am Beispiel des barmherzigen Samariters. Mit anschließenden Austausch, Kaffeepause und Abschlussandacht

Referent: Domkapitular Michael Dreßel,
Vorsitzender des Caritasverbandes für die Diö-
se Regensburg

Religiöser Bildungsimpuls

Glaube, Hoffnung, Liebe

Auszeit mit Impulsen für das Leben

Eine Stunde mit Impulsen, Musik und
Stille

Referentin: Christiane Rösch,
Gestaltpädagogin IGB

Themenreihe

Feier-Abend-Gedanken über Gott, die Kirche und die Welt

Referent: Pfarrer Wolfgang Bauer

Mi 26.03.2025, 19:45 – 21:00 Uhr
Do 08.05.2025, 19:45 – 21:00 Uhr

Nr. 2-28829

**Di 01.04.2025,
19:00 – 20:30 Uhr**

Pfarrheim,
Dreifaltigkeitsstr. 7,
92224 Amberg

KAB Hl. Dreifaltigkeit
mit KEB

Nr. 2-28758

Besprechungszimmer
Pfarrbüro St. Georg
Amberg

Infos im kath. Pfarramt
St. Georg, Tel.
09621/49350 oder E-
Mail: pfarramt@amberg-
st-georg.de

Pfarrei St. Georg mit
KEB



Nr. 2-29007

über das Pfarrbüro:
09622 / 71414

Pfarrei Schnaittenbach



Nr. 2-28477

Pfarrzentrum St.
Michael, Robert-Koch-
Str. 62, 92224 Amberg,
Werktagkirche

Infos: Pfarrbüro
09621/82383

PGR St. Michael mit
KEB

Vortrag

Gedanken zur Fastenzeit und über das Heilige Jahr 2025 „Pilger der Hoffnung“

Referent: Marvin Schwedler,
Kaplan



Religiöser Bildungsimpuls

Emmaus-Treffen

Gesprächskreis zu aktuellen und geistlichen Themen

Referentin: Gabriele Papp

Mi 30.04.2025, 19:30 – 21:30 Uhr
Mi 25.06.2025, 19:30 – 21:30 Uhr
Mi 16.07.2025, 19:30 – 21:30 Uhr

Bildungsfahrten

Ü60 unterwegs

Seniorenfahrten mit Führungen in verschiede- nen Kirchen

Organisation: Elisabeth Kraus

Termine werden noch bekannt gegeben

Glaubenskursreihe

Atemholen im Alltag mit Anleitung zu Meditation

Referentin: Gisela Hirschmann

Mi 02.04.2025, 19:00 – 19:30 Uhr
Mi 04.06.2025, 19:00 – 19:30 Uhr
Mi 02.07.2025, 19:00 – 19:30 Uhr
Mi 06.08.2025, 19:00 – 19:30 Uhr
Mi 03.09.2025, 19:00 – 19:30 Uhr

Nr. 2-28754

 **Mi 02.04.2025,
19:30 Uhr**
 Pfarrzentrum St. Georg,
Clubraum

 PGR St. Georg Amberg
mit KEB


Nr. 2-28475

 **1x im Monat,
donnerstags 08:30 Uhr**
 Pfarrheim Hl.
Dreifaltigkeit

 PGR Hl. Dreifaltigkeit
mit KEB

Nr. 2-28183

 **1x monatlich dienstags
19 Uhr**
 Pfarrheim St. Konrad,
 Pfarrei St. Konrad
Ammersricht mit KEB


Nr. 2-28463

 **Do 03.04.2025,
18:00 Uhr**
 Pfarrheim Mariä
Himmelfahrt,
Kolpingstraße 10, 92242
Hirschau

 KDFB Hirschau mit KEB
Religiöser Bildungsimpuls**Pilgerndes Gottesvolk durch
die Jahrtausende****Informatives, Impulse, Gedanken,
Gebet & Gesang zum Heiligen Jahr**

Referent: Oliver Weiß

Themenreihe**Ökumenischer Morgenimpuls
mit religiösen Impulsen und anschließendem
Frühstück für Frauen**

Hinweis: Termine nach Vereinbarung; nähere Infos bei Fr. Hupp-Gonschorek (Tel.09621/760208)

Moderatorinnen: Ursula Hupp-Gonschorek

Doris Müller, Fachlehrerin

Angeleitetes Bibelgespräch**Gottes Wort ist wie Licht in der
Nacht**

Damit Gott unser Leben hell macht, geht herzliche Einladung zum Bibelgespräch

Referentin: Gemeindereferentin Maria Witt

Workshop**Anleitung zum Palmbuschen
binden****Glaubenstraditionen leben und weitergeben**

Hinweis: keine Anmeldung erforderlich

Referentin: Sigrid Stepan



Nr. 2-28994

 **Do 03.04.2025,
19:00 Uhr**
 Pfarrheim St. Ursula,
Alte Dorfstraße 17,
92256 Hahnbach

 PGR Hahnbach /
Gebenbach /
Ursulapoppenricht

Nr. 2-29002

 **Do 03.04.2025,
19:00 – 20:30 Uhr**
 Friedhofskirche St.
Katharina,
Katharinenfriedhofstr. 5,
92224 Amberg

€ Eintritt frei

 KHG, ESG und OTH
Amberg-Weiden mit KEB

Nr. 2-28545

 **Mo 07.04.2025,
17:00 – 19:00 Uhr**
 Pfarrsaal Peter-Lippert-
Str., Amberg

 KDFB Dreifaltigkeit mit
KEB
Vortrag**Resilienz und christlicher
Glaube**

Warum können manche Menschen besser mit kritischen Lebensereignissen umgehen als andere? Resilienz ist eine wichtige Fähigkeit, die es ermöglicht, aus Bedrohungen zu lernen und sich an Krisen anzupassen. Resiliente Menschen gestalten ihr Leben aktiv und nehmen Veränderungen an. Wie steht der Glaube der Christen zur Resilienz? Der Vortrag wird zeigen, dass gelebtes Christsein zu einem resilienten Menschsein führen kann.

Referent: Dr. Wolfram Strack

Bildungsimpuls**Musik & Meditation zur
Passionszeit****Inspirierende Texte mit besinnlicher Musik**Referenten: Dr. Markus Lommer,
OrgelSmilla Maier,
Gesang und TexteDieter Müller,
Flöte**Workshop****Österliches Brauchtum: Der
Palmbuschen****Anleitung und Einführung zum Palmbüschel-
binden**

Nr. 2-28437

**Mi 09.04.2025,
7:30 – 16:00 Uhr**

📍 Haus Johannisthal,
Johannisthal 1, 92670
Windischeschenbach

€ Mitglied: 39€
Nichtmitglieder: 43€

✉ Kirner Angelika Tel.
09621/22350

∞ KDFB Raiering mit KEB

Religiöser Bildungstag

**Alltag haben wir (fast) jeden
Tag – wie jeder Tag ein Fest
werden kann**

Hinweis: Abfahrt: 7.30 Uhr am Feuerwehrhaus
Raiering

Referent: Dir. Manfred Strigl



Bibelgesprächskreis

**Ausgewählte Texte der Hl.
Schrift**

Gemeinsam im Glauben unterwegs sein,
indem wir einen Bibeltext auf uns wir-
ken lassen, uns darüber austauschen
und nachspüren, wozu er uns heute in
unserem Leben einlädt.

Hinweis: Bitte bringen Sie Ihre Bibel mit!

Referent: Dr. Wolfram Strack

Phil. 2,1-11
Do 10.04.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

Offb 21,1-5a
Do 15.05.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

Jes 66,10-14c
Do 03.07.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

Amos 6,1a.4-7
Do 25.09.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

Nr. 2-28805

📍 Pfarrheim St. Martin,
Pfarrer-Meiler-Platz 1,
92224 Amberg

∞ PGR St. Martin mit KEB

Studienfahrt

**Erlebnisreiche
Osterbrunnen-Tour**



Nr. 2-28270

**Mi 23.04.2025,
14:00 – 18:00 Uhr**

📍 Dultplatz Sulzbach-
Rosenberg

€ 25 € (für Bus und
Führung)

✉ bei AOVE (während der
Geschäftszeiten von
Mo. bis Fr.) Tel. 09664
9539720 oder
info@aove.de
Anmeldeschluss
22.04.2025

∞ AOVE mit KEB

Auf dieser Halbtages-Tour zeigen Oster-
experte Erhard Ströhl oder Marianne
Moosburger nicht nur einige der
schönsten Osterbrunnen des Amberg-
Sulzbacher Landes - dieses Jahr im
westlichen Landkreis - sondern er-
klären auch viel Wissenswertes über al-
te Traditionen und Bräuche zu Ostern.
Im Preis inbegriffen ist die Reiseleitung,
sowie die Busfahrt. Auf halber Strecke
wird eine Kaffeepause gemacht - die
Kosten hierfür sind separat zu entrich-
ten.

Hinweis: Die Fahrt kommt erst ab einer Mindest-
Teilnehmerzahl von 30 Personen zustande. Ab-
fahrts-Treffpunkt: Dultplatz in 92237 Sulzbach-Ro-
senberg

Referenten:
Marianne Moosburger,
Erhard Ströhl

Workshop

Lieder-Tankstelle

Anleitung für aktuelles Neues Geistliches Liedgut



Nr. 2-28788

**Mi 07.05.2025,
19:00 – 21:00 Uhr**

Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit, Dreifaltigkeitsstr. 7, 92224 Amberg

€ Eintritt frei, Spenden erwünscht

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

☞ PGR Hl. Dreifaltigkeit mit Musica e Vita und KEB

Liedertankstelle NGL. 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 auch immer wieder neue Lieder suchen. Es werden auch Lieder aus dem Neuen Gotteslob vorgestellt. Einen Abend lang wird „live betankt“ oder es werden auch Liederbücher, CDs, Bezugsquellen, ... vorgestellt. Die Leute von Musica e Vita sind Leute 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 mit Team



€ Tageskasse: 6€

☑ Keine Anmeldung nötig

☞ KEB und Arbeitskreis, EBW

Themenreihe

„Kirche mit Pfiff“

Das Phänomen des Wirtshaussterbens hat mittlerweile auch unser Projekt „Kirche und Wirtshaus“ erreicht. Da es immer schwieriger wird, passende Lokalitäten zu finden, die bei diesem bis dato beliebten Bildungsangebot über entsprechende Ressourcen zum Mitmachen verfügen, hat sich der Arbeitskreis dazu entschlossen, das Format abzuändern und nur noch eine „Kirchenführung mit Pfiff“ (KiPf) anzubieten. Dort, wo noch Einkehrmöglichkeiten mit entsprechenden Öffnungszeiten vorhanden sind, kann aber jederzeit nach der Führung noch ins Wirtshaus eingekehrt werden. Dazu einfach die Ausschreibung beachten.



Führung

Pfarrkirche St. Walburga Lintach

in der Themenreihe „Kirche mit Pfiff“

Die Pfarrkirche in Lintach ist der Hl. Walburga geweiht, aus deren Leben die Fresken an der Decke des Langhauses erzählen, welches Johann Georg Freiherr Lochner von Hüttenbach 1735 vom Wesobrunner Meister Anton Landes neu erbauen und im Stil des Rokkoko ausschmücken ließ. Das Adelsgeschlecht saß bis in die dreißiger Jahre des letzten Jahrhunderts - bis zu einem großen Unglück - auf dem neuen Schloss zu Lintach. Der Turm der Kirche aus dem 15. Jahrhundert sowie die beiden ehemaligen Adelsitze des alten und des neuen Schlosses bestimmen heute noch das Ortsbild von Lintach, dessen erste urkundliche Erwähnung auf das Jahr 1011 zurückgeht.

Nr. 2-28946

**So 18.05.2025,
16:00 – 18:00 Uhr**

Pfarrkirche St. Walburga Lintach

€ Tageskasse: 6€

☑ Keine Anmeldung nötig

☞ KEB und Arbeitskreis, EBW

Pfiff: Führung im historischen Gewand. Nach der Kirchenführung Außenbesichtigung des alten und des neuen Schlosses mit Erläuterungen.

Referentin: Elke Kotzbauer, Kulturführerin



Nr. 2-28889

**So 07.09.2025,
16:00 – 18:00 Uhr**

Vierzehn-Nothelfer-Kirche am Eggenberg, ,
92266 Ensndorf

€ Tageskasse: 6€

Keine Anmeldung nötig

KEB und Arbeitskreis,
EBW

Führung

Vierzehn-Nothelfer-Kirche am Eggenberg

in der Themenreihe „Kirche mit Pfiff“

Die Wallfahrtskirche Vierzehn Nothelfer liegt auf dem Eggenberg bei Ensndorf am Rand des Hirschwalds. Sie geht auf ein Marienbildnis an einem Baum zurück und steht wahrscheinlich auch mit der hier beginnenden steilen Abfahrt ins Vilstal in Zusammenhang. Jedes Jahr am 3. Sonntag im September findet hier die Eggenberg-Kirchweih statt, die die Reihe der Bergfeste in der Region Amberg-Sulzbach beschließt. Pfiff: Die Kirche liegt im Naturpark Hirschwald. In der Nähe der Kirche steht die Hörstation „Eggenberg“. Isabel Lautenschlager stellt hier kurz den Naturpark und das Konzept der Hörstationen vor.

Referenten: Johann Weiß, Ortsheimatpfleger Ensndorf; Isabel Lautenschlager



Nr. 2-28728

**Sa 24.05.2025,
8:00 – 17:00 Uhr**

Ensndorf

€ 15€

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

KEB

Geführte Pilgerwanderung

„Wir gehen den Jakobsweg“ – Von Ensndorf nach Hohenburg

Los geht es an der Klosterkirche St. Jakob entlang der Kreuzwegstationen zur Wallfahrtskirche am Eggenberg. Danach hinein ins Taubenbachtal über Spieshof, wo der Weg vorbei an der Burgruine Roßstein führt. Dann geht es aufwärts nach Egelsheim und von dort über Allertshofen hinab ins Lauterachtal zur Wallfahrtskirche Mariä Heimsuchung in Stettkirchen. Nächstes Ziel: Hohenburg. Von weitem ist schon die Burgruine hoch über dem Ort zu sehen. Auf der Lauterachbrücke begegnen wir dem Apostel Jakobus, dem dort ein Denkmal in Bronze gesetzt wurde. Direkt am Marktplatz steht die Jakobuskirche leicht erhöht.

Hinweis: max. 15 Personen. Nähere Infos bezgl. Treffpunkt/ Organisation Rücktransport (abhängig von Teilnehmerzahl) erhalten Sie in der Woche vorher. Es ist keine Mittagseinkehr geplant, bitte sorgen Sie für ausreichend Verpflegung! Auf Wunsch kann als Abendeinkehr die Hammermühle in Hohenburg besucht werden.

Referentin: Doris Müller, Pilgerbegleiterin

geführte Wanderung

Bibelwanderung

genauer Termin und Ziel werden noch bekannt gegeben

Nr. 2-28550

**Termin und Ziel werden
noch bekannt gegeben**

Amberg

Peichl Ursula
09621/82767

KDFB Hl. Dreifaltigkeit
mit KEB





Nr. 2-28263

**Mo 09.06.2025,
9:00 Uhr – So
15.06.2025, 19:00 Uhr**

📍 Florenz & Assisi

€ Preis pro Person im
Doppelzimmer:
ab/bis Poppenricht €
1.139,-
Zuschlag Einzelzimmer
€ 135,-

✍ bei Cermak GmbH & Co.
KG per mail:
buchung@cermak-
reisen.de, Infos: Kath.
Pfarramt Poppenricht;
Tel. 09621-61118; E-
Mail: pfarramt@pfarrei-
poppenricht.de

🚗 PGR Poppenricht,
Cermak Reisen mit KEB

Studien-Pilgerreise

Florenz und Assisi

Studien- und Pilgerreise

Unsere Pilgerreise führt Sie durch die Toskana und Umbrien, mit Highlights wie Florenz, Assisi und Gubbio. Sie besuchen das Leonardo da Vinci Museum, wandeln auf den Spuren von Franz von Assisi und genießen eine Weinprobe.

Hinweis: Mindestteilnehmerzahl: 30;
Genaueres Programm: www.pfarrei-poppenricht.de/assisi



Studienfahrt

Passionsspiele in Erl (Tirol)

mit Besuch und Führung

14.06.2025: Fahrt nach Erl, Besuch des Passionsspiels, Übernachtung in Aschau i. Ch.

15.06.2025: Bergdorf Sachrang, Gottesdienst, Kirchenführung, Führung im Ort, Mittagessen, Führung zur Ölbergkapelle, Heimfahrt



Nr. 2-28756

**14./15.06.2025-
genaue Abfahrtszeit
wird noch
bekanntgegeben**

📍 Erl (Tirol)

€ Preis wird noch
bekanntgegeben

✍ Infos im Pfarrbüro St.
Georg Amberg
09621/49350

🚗 PGR St. Georg mit KEB



Nr. 2-28757

**Sa 21.06.2025,
9:00 Uhr**

📍 hl. Pforte am Annenberg

🚗 PGR St. Georg Amberg
mit KEB

Religiöser Bildungsimpuls

Unterwegs zur Hl. Pforte am Annenberg

mit Impulsen zum Heiligen Jahr

Hinweis: Treffpunkt 9 Uhr Kapelle Altmannshof;
Infos im Kath. Pfarramt St. Georg, Tel.
09621/49350 oder E-Mail: pfarramt@amberg-st-georg.de

Referenten: Gabriele Papp

Johannes Spindler



Nr. 2-28993

**Mo 23.06.2025,
19:00 Uhr**

📍 Neuer Pfarrsaal
Hahnbach, Hauptstr. 60,
92256 Hahnbach

🚗 PGR Hahnbach /
Gebenbach /
Ursulapoppenricht

Vortrag

Zwischen esoterischen Verführungen und fundamentalistischen Verhärtungen

Impulse zu katholischen Orientierungen in religiöser Vielfalt

In unserer Gesellschaft gibt es viele neue Formen von Religiosität und weltanschaulicher Lebenshilfe. Die katholische Kirche respektiert diese Vielfalt als Ausdruck der freien Religionsausübung. Allerdings ist nicht alles damit vereinbar, was der christlich-katholische Glaube lehrt. Nicht alles ist harmlos, manches sogar gefährlich. Durch soziale Netzwerke hat diese Vielfalt und ihre Konflikte zugenommen. Der Vortrag bietet einen kleinen Einblick in verschiedene Segmente religiösweltanschaulicher Vielfalt, versucht christlich Unterscheidendes aufzuzeigen und gibt Anregungen, Gruppen und Angebote auf sinnvolle Lebenshilfe oder Konfliktträchtigkeit zu überprüfen.

Referentin: Marianne Brandl, Leiterin
Fachstelle für Weltanschauungen



Nr. 2-28980

**Fr 27.06.2025,
18:00 – 20:00 Uhr**

📍 Treffpunkt: Altmannshof
– Parkplatz Gaststätte
Kopf

€ Die Teilnahme ist
kostenfrei

📄 und nähere Infos beim
Hospizverein, Tel.
09621/12430

∞ Hospizverein AM/AS mit
KEB

Geführte Wanderung

Meditative Wanderung mit Impulsen zur Sonnenwende

Durch die Bewegung des Gehens kommt in uns etwas in Bewegung.

Die Sonne hat ihren höchsten Stand erreicht und symbolisiert eine kraftvolle Zeit des Jahres. Licht, Energie und Wandlung begleiten uns zu dieser Jahreszeit besonders stark. Mehrere Stationen entlang des Weges laden zum Innehalten und Nachdenken ein, wo wir uns auf die Natur und uns selbst konzentrieren können. Schattiger Wald, offene Wiesen und fließendes Wasser umgeben uns auf unserem Weg. Nach und nach nehmen wir bewusst die Energie um uns wahr und genießen gemeinsam die warmen, kraftvollen Sonnenstrahlen.

Durch die Bewegung kann sich der innere Fokus ändern und die Begegnung mit anderen ermöglicht eine besondere Weg-Erfahrung.

Hinweis: Einfache Wanderung, reine Wegstrecke ca. 1 Std. Im Anschluss Möglichkeit zur Einkehr im Gasthof Kopf Altmannshof

Referentin: Marion Schön, Heimat- und Kulturführerin, Hospizbegleiterin

kommentiertes Konzert

EINGELADEN

Texte und Lieder für Leib und Seele

Eine Einladung ist wie eine offene Tür. Wenn ich eingeladen bin, darf ich einfach kommen und muss keinen Eintritt bezahlen. Ich gehöre zu den geladenen Gästen und bin willkommen. Doch viele Dinge können mich abhalten, der Einladung zu folgen: Vielleicht habe ich zu

Nr. 2-28441

**So 13.07.2025,
18:00 Uhr**

📍 Atrium der Pfarrei St.
Michael Amberg

€ Der Eintritt ist frei, eine
Spende ist willkommen.

∞ PGR St. Michael mit
KEB

viel zu tun oder weiß nicht, ob ich etwas mitbringen muss. Vielleicht denke ich, die anderen Gäste könnten mich nicht akzeptieren. Andererseits bin ich neugierig: Was könnte ich dort erleben? Wem könnte ich begegnen? Was wird mir angeboten?

Die Einladung Jesu gilt jedem von uns: „Kommt zu mir - Ich will euch erquicken.“ Er lädt uns zu einem Fest ein und bietet Leben in Fülle an, in allen Höhen und Tiefen unseres Lebens. Davon erzählt Stefanie Schwab in diesem Konzert. Ihre inspirierenden Songs begleitet sie am Klavier oder an der Gitarre. Ihr Repertoire reicht von Balladen mit klassischen Elementen bis hin zu Pop und Folk. Mit Leichtigkeit und Leidenschaft erzählt sie von Erlebnissen aus ihrem Alltag und interpretiert biblische Texte im Licht unserer Zeit. Dabei geht es um Frieden, Freundschaft und die Erinnerung an ihre Großmutter.

Hinweis: Weitere Infos unter www.stefanieschwab.de.



Lieder für Leib und Seele



Nr. 2-28816

**So 10.08.2025,
14:00 – 15:30 Uhr**

Frohnbergkirche

€ 4 €; Kinder bis 14 Jahre sind frei

während der Geschäftszeiten von Mo. bis Fr. bei AOVE, Tel. 09664 9539720, info@aove.de

AOVE mit KEB

Nr. 2-28439

**Do 14.08.2025,
19:00 Uhr**

Pfarrsaal Raiering

€ 25€ zzgl. ca. 20€ Materialkosten

Anmeldung bei Angelika Kirner, Tel. 2 23 50.

KDFB Aschach-Raiering mit KEB

Nr. 2-28819

**So 14.09.2025,
14:30 – 15:15 Uhr**

Friedhof Hahnbach

€ frei

während der Geschäftszeiten von Mo. bis Fr. bei AOVE, Tel. 09664 9539720, info@aove.de

AOVE mit KEB



Kirchenführung

Die Frohnbergkirche Mariä Himmelfahrt

Bei der „Kirchenführung für Jedermann“ in der Wallfahrtskirche auf dem Frohnberg erfahren die Teilnehmer von Heimatpflegerin Marianne Moosburger Interessantes zur Bau- und Wallfahrts-geschichte sowie zu den Gebetserhör-ungen und Wundern, von denen die Votiv-tafeln erzählen. Zu hören sein werden Erklärungen zur inneren Ausstattung mit den Altären und Statuen. Auch die Aufgaben der Eremiten als Kirchen-wächter und die Bewirtschaftung des Berges sind Inhalt der guten Stunde.

Referentin: Marianne Moosburger, Ortsheimat-pflegerin

Workshop

Anleitung zum Binden von Kräuterbüschel

Tradition weitergeben - Informationen über Verwendung von Kräutern und Blumen

Referentin: Angelika Kirner

Kirchenführung

Tag des Offenen Denkmals: Friedhofskirche Hahnbach

Die Hahnbacher Friedhofskirche ist für viele eine bisher wenig beachtete Perle der Hahnbacher Kirchenlandschaft. Die Führung vermittelt anschaulich seine spannende Geschichte, die des dazugehörigen Gottesackers sowie manch sicher Unbekanntes „rund ums Sterben einst und jetzt“.

Referentin: Marianne Moosburger, Ortsheimatpflegerin

Nr. 2-28654

**Mo 15.09.2025,
16:00 Uhr – Do
18.09.2025, 14:30 Uhr**

Haus Johannisthal,
Johannisthal 1, 92670
Windischeschenbach

€ 248,50 € (EZ,
Vollpension, Kursgebühr)
zzgl. Busfahrt (wird vor
Ort kassiert) Nach
Anmeldung zu
überweisen Frauenbund
St. Martin IBAN DE09
7525 0000 0021 2113
21

Hildegard Choynowski
09621/88120 ab 15 Uhr
Email:
hildegardchoynowski@
web.de

KDFB St. Martin/St.
Georg mit KEB

Nr. 2-28767

**10.-14.11.2025 genaue
Daten werden noch
bekanntgegeben**

Rom

€ Preis wird noch
bekanntgegeben

Infos im Pfarrbüro St.
Georg Amberg
09621/49350

PGR St. Georg mit KEB

Religiöses Bildungsseminar

„Der Seele Seele sein“

angeleitete Gespräche/Vorträge/Diskussionen

Hinweis: Abfahrt Maxplatz/Kräuterwiese

Referent: Dir. Manfred Strigl



Studienfahrt

Vorankündigung: Nach Rom zum Abschluss des Heiligen Jahres

mit Besuch der Heiligen Pforte und Führungen in der heiligen Stadt





Nr. 2-28584

**Samstag, 29.11.2025
und Samstag,
06.12.2025**

€ 125 € (Fahrt und
Eintrittskarte)

KEB, per
Onlineanmeldung auf
der Homepage mit
Lastschriftmandat.
Infos unter: Tel.
09621/9117862;
info@keb-amberg-
sulzbach.de
**Anmeldeschluss
20.06.2025**

Verkehrsunternehmen
Bruckner GmbH &
Reichert mit KEB

**Da wir bis Ende
Juni entscheiden
müssen, ob wir
eine oder zwei
Fahrten anbieten
können,
bitten wir um
rechtzeitige
Anmeldung bis
spätestens
!! 20.06.2025 !!**

Studienfahrten

Salzburger Adventsingens 2025: „Der blinde Hirte“

Das Salzburger Adventsingens verspricht ein ganz besonderes Erlebnis zu werden, besonders mit der eindrucksvollen Kulisse des Dachsteinmassivs. Die Geschichte des „Blinden Hirten“ und seine tiefgreifenden Wahrnehmungen bringen eine berührende Dimension in das adventliche Geschehen um Maria und Josef. Es ist faszinierend, wie die Erzählung sowohl biblische als auch mythologische Elemente miteinander verknüpft und die Charaktere lebendig werden lässt. Die musikalischen Darbietungen von verschiedenen Ensembles und Chören werden sicherlich dazu beitragen, die Atmosphäre noch intensiver zu gestalten. Es klingt nach einer wunderbaren Möglichkeit, die Adventszeit in einer einzigartigen und kulturell reichen Umgebung zu feiern. Die Zuschauer werden sicherlich von den Darbietungen und der emotionalen Tiefe der Geschichte begeistert sein!

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-Be-trag fällig. Eine Fahrt kommt erst ab einer Mindest-Teilnehmerzahl von 46 Personen zustande.

Busbegleitung durch die KEB



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.



Angeleitetes Gespräch

Trauer-Café Auerbach

Monatliches offenes Angebot mit Impuls-Gedanken und Anleitung zur Trauerbewältigung

Nr. 2-28195

📍 „Arche“, Kirchstraße 2, 91275 Auerbach in der Oberpfalz

📄 keine Anmeldung nötig!

🔗 Hospizverein, LKR AS, VDK Ortsverband Auerbach mit KEB

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

Referent: Georg Franz Fröhler

- Do 03.04.2025, 14:00 Uhr
- Do 08.05.2025, 14:00 Uhr
- Do 05.06.2025, 14:00 Uhr
- Do 03.07.2025, 14:00 Uhr
- Do 07.08.2025, 14:00 Uhr
- Do 04.09.2025, 14:00 Uhr



Themenreihe

In der Trauer nicht allein

Monatliches offenes Angebot mit Impuls-Gedanken und Anleitung zur Trauerbewältigung

Nr. 2-28509

📍 Pfarrheim Hirschau, Kolpingstr. 10, 92242 Hirschau

📄 Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

🔗 KDFB Hirschau und Hospizverein Amberg mit KEB

Referenten: Georg Franz Fröhler, Hospiz- und Trauerbegleiter
Roswitha Wendl, Hospizbegleiterin

- Di 01.04.2025, 15:00 – 17:00 Uhr
- Di 06.05.2025, 15:00 – 17:00 Uhr
- Di 03.06.2025, 15:00 – 17:00 Uhr
- Di 01.07.2025, 15:00 – 17:00 Uhr
- Di 05.08.2025, 15:00 – 17:00 Uhr
- Di 02.09.2025, 15:00 – 17:00 Uhr



Themenreihe

Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“

Monatliches offenes Angebot mit Impuls-Gedanken und Anleitung zur Trauerbewältigung

Nr. 2-28240

📍 in den Räumen des Sozialpsychiatrischen Dienstes, Paulanergasse 18

📄 Nähere Infos erteilt Hospizverein, Tel. 09621/124 30

🔗 KEB, EBW, Hospizverein

Referent: Trauerbegleiter Hospizverein und Ansprechpartner KEB/EBW

- Mi 02.04.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
- Mi 07.05.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
- Mi 04.06.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
- Mi 02.07.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
- Mi 06.08.2025, 16:00 – 18:00 Uhr
- Mi 03.09.2025, 16:00 – 18:00 Uhr



Themenreihe

Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg

Monatliches offenes Angebot mit Impuls-Gedanken und Anleitung zur Trauerbewältigung

Nr. 2-28493

📍 Brauereigasthof Sperber-Bräu, Rosenberger Str. 14, 92237 Sulzbach-Rosenberg

🔗 Hospizverein Amberg mit KEB

Referent: Trauerbegleiter Hospizverein

- Mo 07.04.2025, 20:00 – 22:00 Uhr
- Mo 05.05.2025, 20:00 – 22:00 Uhr
- Mo 02.06.2025, 20:00 – 22:00 Uhr
- Mo 07.07.2025, 20:00 – 22:00 Uhr
- Mo 04.08.2025, 20:00 – 22:00 Uhr
- Mo 01.09.2025, 20:00 – 22:00 Uhr





Seniorenkreise

Nr. 2-28662

 **jeden 1. Dienstag im Monat**

 Vitusheim, Hauptstr. 100, 92253 Schnaittenbach

 Infos bei Weigert Ingrid 09622/1605

 PGR Schnaittenbach – Sachausschuss Senioren

Nr. 2-29005

 **monatliches Treffen, dienstags 14:30 Uhr**

 Pfarrsaal Hahnbach, Max-Prechtl-Str. 1 / 1. OG, 92248 Hahnbach

 Infos bei Diakon Dieter Gerstacker

 PGR mit KEB

Themenreihe

Seniorenaktivtreff Schnaittenbach

mit Aktivierungs- und Informationsangebot mit wechselnden Referenten

Referentin: Lydia Enderer

Themenreihe

Seniorenkreis Pfarrei Hahnbach

aktuelle Vorträge, Impulse und Aktionen

Ansprechpartner: Diakon Dieter Gerstacker

Nr. 2-29003

 **monatliches Treffen, mittwochs in der Regel um 14 Uhr**

 Pfarrheim Utzenhofen, Kastler Str. 3, 92280 Kastl/Utzenhofen

 PGR Utzenhofen mit KEB

Nr. 2-29004

 **monatliches Treffen, mittwochs 14 Uhr**

 Pfarrheim St. Ägidius Vilseck, Kirchgasse, 92249 Vilseck

 PGR Vilseck mit KEB

Nr. 2-28455

 **jeden Montag von 14:30-17 Uhr**

 Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit, Dreifaltigkeitsstr. 7, 92224 Amberg

 Seniorenkreis der Pfarrei Hl. Dreifaltigkeit

Nr. 2-28166

 **monatliches Treffen, samstags von 15 - 17:30 Uhr**

 Schützenheim Poppenricht, Johannes-Stark-Straße 8, 92284 Poppenricht

 PGR Poppenricht mit KEB

Themenreihe

Seniorenkreis Pfarrei Utzenhofen

mit Vorträgen, Informationen und Aktionen

Ansprechpartnerin: Irmgard Scharl

Themenreihe

Seniorentreff Pfarrei Vilseck

Vorträge, Informationen, Aktionen

Themenreihe

Seniorenkreis Dreifaltigkeit

mit Aktivierungs- und Informationsangebot mit wechselnden Referenten

Ansprechpartner: Monika Deubzer, Hildegard Legat, Marielle Lippert, Elisabeth Schlingmann, Stanzl-Bauer Dorothea, Mehringer Martin

Anleitung zu Bewegung mit Musik
Mo 31.03.2025, 14:30 – 17:00 Uhr

Themenreihe

Seniorenkreis St. Michael Poppenricht

mit Vorträgen, Impulsen, Singen und gemütlichem Beisammensein

Ansprechpartnerin bei weiteren Fragen:
Fr. Annemarie Pirkel (09621/61097 oder 01726220362)

Sa 12.04.2025, 15:00 – 17:30 Uhr

Sa 17.05.2025, 15:00 – 17:30 Uhr

Sa 21.06.2025, 15:00 – 17:30 Uhr

GESELLSCHAFT



Vortrag mit Diskussion

Den Frieden gewinnen – Die Gewalt verlernen

Wer den Frieden will, muss den Frieden vorbereiten

Nr. 2-27872

Mi 26.03.2025, 19:00 Uhr

Musikomm, Fleurystr. 1, 92224 Amberg

VVK: 10 €
Abendkasse: 15 €

Kartenvorverkauf bei KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de. Bevorzugt via Online-Anmeldung und Lastschrift.

Auch bei allen NT-ticket-VVK-Stellen, über Tel.: 0961/85-550 und über www.ntticket.de

KEB mit OTH Amberg-Weiden (inkl. KHG und ESG), EBW

Referent: Prof. Dr. Heribert Prantl, Journalist und Autor

Alle reden vom Krieg, vom Frieden nur wenige: Die weißen Tauben sind müde. Drohen wir, unseren Sinn dafür zu verlieren, wie man Frieden schafft und bewahrt? Heribert Prantl, ein bekannter Journalist, warnt, dass in Politik und Gesellschaft zu wenig vom Frieden die Rede ist. Er ist kein absoluter Pazifist und befürwortet Waffenlieferungen an die Ukraine, respektiert jedoch auch diejenigen, die auf die Kraft des Rechts setzen. Frieden kann man nicht herbeibomben; er erfordert Dialog, Entschlossenheit und den Willen zu Friedensverhandlungen. Sein neues Buch „Den Frieden gewinnen“ dient als Grundlage für seinen Vortrag und bietet Orientierung für alle, die einfachen Antworten misstrauen. Prantl plädiert leidenschaftlich für eine Kultur des Friedens, die auch über den Krieg in der Ukraine hinausgeht.

Hinweis: Nur bereits bezahlte Karten werden am Eingang hinterlegt.



Nr. 2-28656

Mo 31.03.2025, Einlass um 14 Uhr, Start um 15 Uhr

Ring-Theater, Spitalgraben 2, 92224 Amberg

Eintritt frei

Gerontopsychiatrische Koordinationsstelle mit SEGA e.V., RoundTable und KEB

Filmgespräch

Lachen mit Oma & Opa

Nachmittag für Menschen mit Demenz, Angehörige, Helfer und Interessierte.

Zunächst wird der Klassiker „KOHLEHIESELS TÖCHTER“ 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



Nr. 2-28648

OBA der Lebenshilfe und KEB



Hinweis: Smartphone, Laptop und Ladekabel mitbringen.

Workshop-Reihe

Smart-Club

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

	30.03.25 / 06.07.25 28.09.25 / 09.11.25		Koll Michael
	13.00 - 18 Uhr		15 € pro Termin Smartphone, Laptop, Ladekabel mitbringen!
	OBA Lebenshilfe Friedrich-Ebert-Str. 2a		OBA Tel. 09621/3081266 sabine.reithmaier@lebenshilfe-amberg.de



Nr. 2-28884

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

€ kostenlos

📧 erforderlich bei Ansprechpartnerin: Kathleen Busse, Tel. 09621/493357; email: Kathleen.Busse@malteser.org

🚗 Malteser mit KEB

Kurs

Schulung von Alltagskompetenzen für Senioren

Bringen Sie ihre Fragen, das Smartphone und ein kleines Notizbuch einfach mit. Nach einer kurzen Einführung werden wir auf Ihre Fragen eingehen. Diese Veranstaltung ist kostenlos und wird von unseren Ehrenamtlichen unterstützt.

Hinweis: Gefördert von der Bundesregierung und dem Projektname Miteinander-Füreinander

Referentin: Kathleen Busse

„Whats App“ - einfach erklärt
Do 27.03.2025, 14:00 – 15:30 Uhr

„Erste Hilfe am Smartphone - wie kann ich mich schützen?“

Di 29.04.2025, 10:00 – 12:00 Uhr

Workshop

Wieder Miteinander Reden – „Sprechen & Zuhören“ #2

Workshoptag zum Ausprobieren demokratischer Kultur

Unser Format „Wieder Miteinander Reden“ geht in die nächste Runde. Nach dem Feedback und der positiven Resonanz vom letzten mal, dürfen wir auch diesmal wieder Roman Huber vom „Mehr Demokratie e.V.“ bei uns begrüßen und einen Nachmittag lang gemeinsam das Format „Sprechen & Zuhören“ ausprobieren. (<https://www.mehr-demokratie.de/mehr-wissen/demokratische-kultur/sprechen-zuhoeren>)

Weitere Infos und die Anmeldung folgen demnächst.

Referent: Roman Huber,
Autor, Vorstand „Mehr Demokratie“



Nr. 2-28936

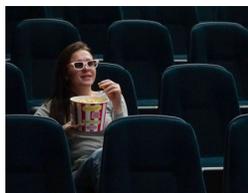
📅 Sa 05.04.2025, 14:00 – 18:00 Uhr

📍 Gasthaus Kummert, Raigeringer Str. 15, 92224 Amberg (SUDHAUS)

€ kostenlos

📧 www.falschefarm.de – mail@falschefarm.de

🚗 Falsche Farm, Neuland Sucher, Neuland gewinnen e.V., thh-Stiftung mit KEB



Nr. 2-28625

🚗 OBA der Lebenshilfe und KEB



Inklusive 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 Behinderung sind willkommen. Sie bezahlen den Grundbetrag.

Hinweis: Treffpunkt: Hintereingang Cineplex. Mitzubringen: Geld für Eintritt und Lokalbesuch, Behindertenausweis



06.04.2025
05.05.2025



Ferstl Carina
Ferstl Alex



13.00 - 19 Uhr



30 € (Eintritt Kino und Lokalbesuch); Behindertenausweis mitbringen!



Hintereingang
Cineplex



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

Nr. 2-28398

📅 Di 08.04.2025, 19:00 Uhr

📍 Hammerschloss, Hammerstraße 30, 92287 Schmidmühlen

🚗 KDFB Schmidmühlen mit KEB

Vortrag

Schockanruf – Enkeltrick – Callcenter

Hinweis: Infos bei Elfriede Mehringer
Referent: Mitarbeiter Kripo Amberg



Nr. 2-28220

📅 Di 29.04.2025, 19:00 – 20:30 Uhr

📍 Rathausaal, Marktplatz 1, 92224 Amberg

€ frei

🚗 HVOR (AM) mit KEB, vhs und EBW

Vortrag

Das Kriegsende in Amberg

Bis zum Luftangriff auf das Heereszeugamt am 9. April 1944 blieb Amberg vom Kriegsgeschehen weitgehend verschont. Die kommenden zwei Wochen bis zum Tod von Kreisleiter Dr. Kolb und dem Einmarsch der US-Armee waren jedoch von Angst und quälender Unsicherheit geprägt. Der Vortrag beinhaltet die Ereignisse während dieser Zeit.

Referent: Dieter Dörner,
Kreisheimatpfleger



Nr. 2-26568

📍 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

Änderungen vorbehalten. Maßgeblich ist die Vorankündigung in der Tagespresse



Vortragsreihe

Der „Club der Nachdenklichen“ in Amberg

Der Amberger „Club der Nachdenklichen“ ist eine offene, politisch und weltanschaulich ungebundene Gruppe. Grundprinzip ist dabei aber immer die Achtung vor der Meinung des Anderen. 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.

Deutungshoheit in der Erinnerungskultur

Mo 14.04.2025, 19:00 Uhr

Was Farben mit uns machen (und wir mit ihnen)

Mo 26.05.2025, 19:00 Uhr

Es klappert die Mühle am rauschenden Bach...

Mo 23.06.2025, 19:00 Uhr

Soziale Medien sind verantwortlich für den weltweiten Rechtsruck

Mo 21.07.2025, 19:00 Uhr

Online-Vortrag mit Gespräch

Ctrl_Alt-Transform. Mensch und Künstliche Intelligenz

Wie wir in Zukunft mit Künstlicher Intelligenz leben, lernen und arbeiten werden und welchen Beitrag Theologie dazu leisten kann

Spätestens mit den großen Sprachmodellen hat KI den Kreis der Expert:innen verlassen und ist im Alltag aller Menschen angekommen. Ob im Smartphone, im Fitnesstracker, im Auto oder aber in unserem Berufsalltag - KI begleitet unser Privat- wie Berufsleben. Das bleibt nicht ohne Folgen. KI verändert unser Arbeiten, Leben und sogar, wie wir von uns als „nur Menschen“ denken. Ich möchte mit Ihnen die Dynamiken im Hintergrund beleuchten und Ihnen er-

📅 **Do 10.04.2025, 19:00 – 20:30 Uhr**

📍 Zoom-Online-Kursraum von KBWdigital

€ 8,-€ / Person, 12,-€ / Paar

✍️ online bis 10.04.2025, 12 Uhr über die KEB Neustadt-Weiden

∞ KEB Neustadt-Weiden in Zusammenarbeit mit KEB Amberg-Sulzbach, KEB Cham, KEB Wunsiedel und KBWdigital

Nr. 2-27305

📍 Elternschule Amberg – Mehrgenerationenhaus

✍️ 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.er.org).

∞ Malteser, Elternschule mit KEB

Do 17.04.2025, 10–12 Uhr

Do 15.05.2025, 10–12 Uhr

Do 19.06.2025, 10–12 Uhr

läutern, warum die Theologie in diesem Feld überraschend viel beitragen kann.

Prof. Dr. Birte Platow ist Professorin für Religionspädagogik und Geschäftsführende Direktorin des Instituts für Evangelische Theologie an der Technischen Universität in Dresden. Sie ist profilierte Analytikerin Künstlicher Intelligenz, und spezialisiert auf Ethik in der Technikfolgenabschätzung. Unter anderem ist sie Vorstandsmitglied ScaDs.AI (Center for Scalable Data Analytics and Artificial Intelligence) der TU Dresden und Universität Leipzig, Area Lead „Responsible AI“. Die Mutter von drei Kindern lebt in Ulm.

Hinweis: Der Zugangslink wird Ihnen am Veranstaltungstag nach 12 Uhr von der KEB Weiden-Neustadt per E-Mail zugesandt.

Referent: Prof. Dr. Birte Platow

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



Nr. 2-28460

**Mo 05.05.2025,
17:00 Uhr – Mo
12.05.2025, 19:00 Uhr**

📍 SKF Amberg, Haager
Weg 15, 92224 Amberg

✉ Infos SKF, Tel.
09621/48720 oder
sozialdienst-kf@skf-
amberg.de

🔗 SKF mit KEB

Nr. 2-28992

**Sa 21.06.2025,
14:30 – 16:00 Uhr**

📍 Hohenburg

€ kostenlos

🔗 Seniorenmosaik, lokale
Allianz für Menschen
mit Demenz mit KEB



**FESTIVAL
DER
VIELFALT**

05. JULI 2025 / 14 – 22 UHR

📍 KLOSTER ENSDORF

Nr. 2-28722

**Sa 05.07.2025,
14:00 – 22:00 Uhr**

📍 Kloster Ensdorf

🔗 Kloster Ensdorf/UWS
mit KEB

Zweitätiges Einführungsseminar

Ehrenamtlich rechtliche BetreuerInnen

Das Führen einer gesetzlichen Betreuung erfordert neben Herz und Engagement auch eine ganze Menge Wissen. In unserer Einführungsveranstaltung vermitteln wir wichtige Grundkenntnisse für Menschen, die an der ehrenamtlichen Übernahme einer rechtlichen Betreuung interessiert sind.

Angeleitetes Gespräch

Erzählcafe

Hinweis: Infos bei Seniorenmosaik, Barbara Hernes Tel.: 09621 708 43 oder Mail info@seniorenmosaik.de

Referentin: Barbara Hernes

Workshop

Festival der Vielfalt

Erlebt eine bunte Mischung aus Musik, Workshops und kulinarischen Genüssen! Alle sind willkommen, um gemeinsam zu feiern, zu entdecken und zu lernen - barrierefrei und familienfreundlich! Das einzigartigen Event für Groß und Klein, Jung und Alt, und Menschen aus allen Lebensbereichen. Erlebt einen Tag voller Lebensfreude, Kreativität und Gemeinschaft: Livemusik: Lasst euch von einer Vielzahl an musikalischen Darbietungen verzaubern. Workshops: Entdeckt kreative Angebote und gestaltet selbst mit. Vielfältige Stände: Schlendert durch eine bunte Auswahl an Ständen mit verschiedenen Angeboten für alle: Ein inklusives Fest, bei dem jede*r willkommen ist - barrierefrei und familienfreundlich.

"Gemeinsam feiern, lernen und genießen - das ist Miteinander!"

📅 **Fr./Sa. 02./03. Mai
2025**

**Do./Fr./Sa. 08./09./10.
Mai 2025**

**Do./Fr./Sa. 15./16./17.
Mai 2025**

**Do./Fr./Sa. 22./23./24.
Mai 2025**

**Mi. 04. Juni 2025 um
17.30 Uhr mit
Zertifikatsübergabe
Jeweils Donnerstag /
Freitag 18 – 20.30 Uhr
und Samstag 9 – 15.30
Uhr**

📍 Kolping-Bildungswerk,
Kochkellerstr. 1A, 92224
Amberg

€ kostenfrei

✉ EBW Oberpfalz,
ebw.oberpfalz@elkb.de
oder 09622 6079426

🔗 EBW Oberpfalz mit
Malteser, Caritas und
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.

KULTURDOLMETSCHE:INDE

- erklären kulturelle Hintergründe und Unterschiede.
- begleiten zu Einrichtungen und Behörden.
- unterstützen bei kulturell bedingten Herausforderungen des Alltags.
- leisten einen Beitrag zum gegenseitigen Verständnis und Zusammenleben.

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: Roula Ayoub, Bachelor of English

Patrycja Sobczyk, Rechtswissenschaften





Nr. 2-28671
 Mo 22.09.2025,
 18:00 – 19:45 Uhr
 SKF Amberg, Haager
 Weg 15, 92224 Amberg
 unter 09621/4872-0
 oder sozialdienst-
 kf@skf-amberg.de
 SKF Betreuungsverein
 mit KEB

Nr. 2-28891
 Mo 13.10.2025,
 9:30 – 16:00 Uhr
 Bildungshaus Kloster
 Ensdorf, Hauptstr. 9,
 92266 Ensdorf
 kostenfrei
 verbindliche schriftliche
 Anmeldung mit
 Anmeldeformular (ab
 ca. Juni/Juli verfügbar)
 erbeten
 KEB mit AOVE,
 Seniorenmosaik und
 Lkr. Amberg-Sulzbach

SAVE THE DATE !!!

Vortrag

**Vorsorgevollmacht,
 Betreuungsverfügung und
 Patientenverfügung**

„Wer entscheidet für Sie, wenn Sie es selbst nicht mehr können?“ Diese Frage rechtzeitig zu klären, sollte allen Menschen eine Herzensangelegenheit sein. Liegt im Ernstfall keine Vorsorgevollmacht vor, bestellt das Amtsgericht einen Betreuer. Mit einer Patientenverfügung lässt sich vorsorglich festlegen, dass in einer bestimmten Situation bestimmte medizinische Maßnahmen durchzuführen sind. Die Fachkräfte des SkF Betreuungsvereins informieren über diese Möglichkeiten der Vorsorge

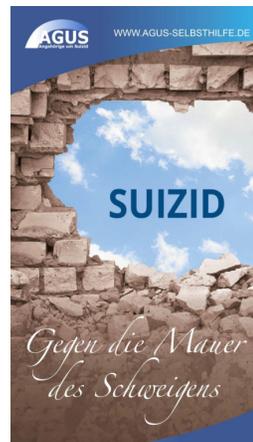
Referent: Fachkräfte vom Betreuungsvereins

Workshops

**„Ein Glück, dass es Euch gibt“
 Helfertag für Ehrenamtliche in der
 Seniorenarbeit**

Die inhaltliche Planung stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest, wird aber so bald als möglich über die Presse bzw. Verteiler bekannt gegeben. Aktuelle Infos finden Sie immer auch auf unserer Homepage!

Hinweis: Bitte beachten Sie: Während der Veranstaltung werden von den Veranstaltern Fotos und evtl. Filme zu Zwecken der Öffentlichkeitsarbeit gemacht.



Nr. 2-28468
 Fr 26.09.2025 – Do
 30.10.2025
 Stadtbibliothek Amberg
 Hospizverein, AGUS
 Selbsthilfe.de mit KEB

Ausstellung

**Gegen die Mauer des
 Schweigens**

Suizid - Keine Trauer wie jede andere.

Die Ausstellung wurde konzipiert, um die Todesart Suizid und die Trauer danach ins öffentliche Bewusstsein zu bringen, zu informieren und zu enttabuisieren. Die Ausstellung bietet Informationen für alle, die sich aus beruflichen oder ganz persönlichen Gründen mit dem Tabuthema Suizid auseinandersetzen.

Hinweis: Die Ausstellung kann in diesem Zeitraum während der Öffnungszeiten der Stadtbibliothek besichtigt werden.



Nr. 2-28467
 Fr 10.10.2025,
 19 Uhr
 Ring-Theater,
 Spitalgraben 2, 92224
 Amberg
 Eintritt frei – Spende
 für den Hospizverein
 KEB mit Hospizverein
 Amberg e.V., EBW

Film und Podiumsgespräch

Der letzte schöne Tag

Inhalt des Films: Die Anästhesistin Sibylle Langhoff lebt mit ihrem Mann Lars und den beiden Kindern Maike und Piet ein scheinbar glückliches Leben, doch das täuscht. Die junge Frau hat Depressionen. An einem sonnigen Tag quartiert sie die 14-jährige Maike und den 7-jährigen Piet bei Freunden aus und nimmt sich das Leben. Ihr Mann Lars bekommt am nächsten Morgen eine zeitversetzt geschickte Email von Sibylle und findet sie tot auf einer Lichtung im Wald. Wie geht die Familie mit den Gefühlen Trauer, Schuld, Wut und Verzweiflung um?

Referenten: Dipl.-Psych. Sebastian Sonntag,
 Psycho-, Paar- und Familientherapeut
 Ursula Nießen,
 AGUS Angehörigengruppe „Suizid“

FACHVORTRÄGE IM

ENERGIE KOMPETENZ ZENTRUM

KLUG DENKEN UND HANDELN

Sich austauschen, informieren, weiterbilden und somit neue Sichtweisen rund um das vielseitige Thema „Energie“ kennenlernen – in den spannenden Vorträgen im EKZ!

MARKTPLATZ 10 IN AMBERG
VORTRÄGE IMMER MITTWOCHS
VON 17:00 – 18:00 | MAX. 50 PERSONEN
BITTE VORHER ANMELDEN UNTER
STADTWERKE-AMBERG.DE/EKZ-VORTRAEGE



**STADTWERKE
AMBERG**

und das Leben ist schön.

MIT BERATUNG
ÖFFNUNGSZEITEN

Mo, Di, Do: 8:00 – 12:00 Uhr
13:00 – 16:30 Uhr
Mi + Fr: 8:00 – 12:00 Uhr



**PROGRAMM UND
ANMELDUNG:**



stadtwerke-amberg.de/ekz

UMWELT



Nr. 2-28635

OBA der Lebenshilfe
und KEB

Workshop-Reihe

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!

Hinweis: Treffpunkt wird telefonisch bekannt gegeben. **Witterungsbedingte Kleidung, feste Schuhe**, Taschengeld für Eintritt, Brotzeit und Getränke, Behindertenausweis mitbringen.

29.03.25 / 31.05.25
12.07.25 / 11.10.25

Stauber Verena



13.00 - 18 Uhr

25 € pro Termin;
Taschengeld, Brotzeit,
Getränke und Behindertenausweis mitbringen!Treffpunkt wird tel.
bekannt gegebenOBA Tel. 09621/3081266
sabine.reithmaier@lebenshilfe-
amberg.de)

Nr. 2-28377

Sa 29.03.2025,
14:00 Uhr

Hahnbach

OGV Hahnbach mit KEB

Workshop

Baumschneidekurs

Anleitung zum korrekten Zuschnitt von Gartenbäumen

Hinweis: Infos bei Moosburger Josef
09664/1634

Referent: Josef Moosburger



Nr. 2-27756

Energiekompetenzzentrum
der Stadtwerke
Amberg, Marktplatz 10,
92224 AmbergStadtwerke Amberg mit
KEB

Vortragsreihe

Vorträge im
Energiekompetenzentrum der
Stadtwerke AmbergVorstellung Wärmepumpen durch externe Firma
Mi 02.04.2025, 17:00 UhrEnergiedienstleistungen SWA - was wird angeboten
Mi 07.05.2025, 17:00 UhrLoRaWAN die Smarte Technologie für Stadt und Gewerbe
Mi 04.06.2025, 17:00 UhrAktueller Stand der Energiewende bei den Stadtwerken Amberg
Mi 02.07.2025, 17:00 UhrCO2-freie Wärmeversorgung - was kann man tun
Mi 03.09.2025, 17:00 Uhr

Elektromobilität

Mi 01.10.2025, 17:00 Uhr

Sonderführungen

Das Planetarium Ursensollen –
Startrampe ins Universum

Hinweis: Sonder-Führungen im Planetarium Ursensollen können nach wie vor als Gruppe/Verband über die KEB gebucht werden. Termine werden auf Anfrage vereinbart.





Inklusive Führung

Das Planetarium Ursensollen – Ein Blick zu den Sternen

Ein Planetarium ist ein Sternen-Theater. Eine Maschine im Saal kann einen Sternenhimmel 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. So können wir viel über den Nachthimmel lernen.

Nr. 2-27658

OBA Lebenshilfe und Sternfreunde Amberg-Ursensollen e.V. mit KEB



04.04.2025



Franz Mädler



17 - 18.30 Uhr



10 €



Planetarium Ursensollen



KEB, Tel. 09621/9117862, info@keb-amberg-sulzbach.de



Inklusive geführte Wanderungen - Reihe

Wir erkunden das Umland von Amberg 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.

Nr. 2-28641

OBA der Lebenshilfe und KEB



15.06.25 / 20.07.25
31.08.25 / 19.10.25



Brigitte Prätori



13 - 18 Uhr



20 € Taschengeld, feste Schuhe, Wanderkleidung, Brotzeit, Getränke



HPZ Amberg, Fallweg 43, Amberg



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



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. Täler wechseln sich mit bewaldeten Hochflächen ab, weite Flure finden zwischen zerklüfteten Felsen und bunten Wiesenstreifen, durch die sich Bachläufe schlängeln. Dieser Reichtum an Lebensräumen spiegelt sich im Artenspektrum von Flora und Fauna wieder. 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.

Nr. 2-28531

☞ auf der Homepage Naturpark Hirschwald unter der Rubrik Führungen.

☞ Naturpark Hirschwald e.V. und KEB

Hinweis:

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

Mit dem Ranger unterwegs:

Kanuführung - Lebensader Vils
Sa 12.04.2025, 10:00 – 13:00 Uhr

Mit dem Ranger unterwegs - Frühlingserwachen auf dem Jurasteig
Sa 03.05.2025, 8:00 Uhr

Mit dem Ranger unterwegs - Lebensraum Lauterachtal
Sa 31.05.2025, 16:00 Uhr

JUBILÄUMSTOUR*: Mit dem Ranger unterwegs: Im Lebensraum von Wiedehopf und Großer Hufeisennase
So 01.06.2025, 8:00 Uhr

Mit dem Ranger unterwegs: Sommernachtswanderung im Lauterachtal
Sa 21.06.2025, 18:00 – 21:30 Uhr

Mit dem Ranger unterwegs: Kanuführung - Lebensader Vils

Sa 28.06.2025, 10:00 – 13:00 Uhr

Mit dem Ranger unterwegs: Kanuführung - Lebensader Vils

So 29.06.2025, 10:00 – 13:00 Uhr

Mit dem Ranger unterwegs: Rechenfelstour - Wilde Flusstäler und trockene Wacholderheiden

Sa 19.07.2025, 13:00 – 17:00 Uhr

Kanutour

Sa 26.07.2025, 9:00 Uhr – So 27.07.2025, 17 Uhr

Mit dem Ranger unterwegs: Artenreiche Kulturlandschaft bei Utzenhofen

Sa 13.09.2025, 13:00 – 17:00 Uhr

Mit dem Ranger unterwegs: Eulenwanderung

Do 02.10.2025, 19:00 – 21:30 Uhr

Führung

Der Wald im Wechsel der Jahreszeiten – Sommer

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

Hinweis: Dauer ca. 2 Std. Die Strecke ist für alle geeignet und nicht anstrengend. Veranstaltungsort: Anfahrt von Rieden her Richtung Hirschwald. Adresse: 8WJ8+24 Ensdorf, Deutschland Treffpunkt: Ehem.Forsthaus Palkering; Parkplatz an den Ziegelkohlenmeilern

Referent: Werner Lang, Förster; Revierleiter am Forstrevier Amberg

Kulinarischer Infoabend

„Klimadinner“

mit Infos zu klimafreundlicher Ernährung

Genauere Informationen folgen

Hinweis: Im Klosterinnenhof

Referentin: Anita Pedall, Natur- und Umweltpädagogin, pädagogische Leitung UWS



Nr. 2-28556

Sa 22.06.2025, 14:00 – 16:00 Uhr

Ehem. Forsthaus Palkering

Kostenlos – Spende für den Bund Naturschutz ist willkommen

www.naturparkHirschwald.de unter der Rubrik Führungen

Naturpark Hirschwald und KEB

Nr. 2-28723

Fr 01.08.2025, 19:00 – 23:00 Uhr

Bildungshaus Kloster Ensdorf - im Klosterinnenhof

wird noch bekannt gegeben

Kloster Ensdorf

Umweltstation Ensdorf mit KEB



Nr. 2-28555

Sa 20.09.2025, 14:00 – 16:00 Uhr

Ehem. Forsthaus Palkering

Kostenlos – Spende für den Bund Naturschutz ist willkommen

www.naturparkHirschwald.de unter der Rubrik Führungen

Naturpark Hirschwald und 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.

Hinweis: Dauer ca. 2 Std. Die Strecke ist für alle geeignet und nicht anstrengend. Veranstaltungsort: Anfahrt von Rieden her Richtung Hirschwald. Adresse: 8WJ8+24 Ensdorf, Deutschland Treffpunkt: Ehem.Forsthaus Palkering; Parkplatz an den Ziegelkohlenmeilern

Referent: Werner Lang, Förster; Revierleiter am Forstrevier Amberg

Neumarkt | Amberg |
Nürnberg | Weiden |
Marktredwitz



Vielfältige Arbeitsräume für vielfältige Aufgaben

grasenhiller
INNO TECH.

WORLD
OF OFFICE

Agentur
zündstoff

werthammer
OBERBERGWERKZEUGE

www.grasenhiller.de

FAMILIE



EKG – Eltern-Kind-Gruppen



Das Eltern-Kind-Projekt im
Bistum Regensburg

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 3,50 € 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:

Nr. 2-28580

 **laufender Kurs,
mittwochs/
donnerstags im
Wechsel 9 – 11 Uhr**

 Gemeindehaus
Hahnbach

€ 3,50 € pro Treffen

 KDFB Hahnbach mit
KEB

Nr. 2-28569

 **laufender Kurs,
montags 9 – 11 Uhr**

 Gemeindehaus
Hahnbach, Herbert-Falk-
Straße 2

€ 3,50 € pro Treffen

 KDFB Hahnbach mit
KEB

Nr. 2-28570

 **laufender Kurs,
donnerstag von
9:30 – 11:30 Uhr**

 Pfarrheim Hirschau,
Kolpingstr. 10, 92242
Hirschau

 KDFB mit KEB

Nr. 2-28571

 **laufender Kurs,
dienstags von
10 – 12 Uhr**

 Pfarrheim Hirschau,
Kolpingstr. 10, 92242
Hirschau

 KDFB mit KEB

Nr. 2-28573

 **laufender Kurs,
mittwochs von
9:30 – 11:30 Uhr**

 Pfarrheim Hirschau,
Kolpingstr. 10, 92242
Hirschau

 KDFB mit KEB

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Jakob Hahnbach

Referentin: Monika Dietrich (Tel. 01734021750)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Jakob Hahnbach

Referentin: Bianka Mattner (Anmeldung über
Dietrich Monika Tel. 01734021750)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 1 Mariä Himmelfahrt Hirschau

Referentin: Lisamarie Schmidl (Tel.
09622/7187438)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 2 Mariä Himmelfahrt Hirschau

Referentin: Ann-Kathrin Stein (Tel.
0151/21820719)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 3 Mariä Himmelfahrt Hirschau

Referentin: Sylvia Fiedler (Tel. 0152 06149396)

Nr. 2-28574

 **laufender Kurs,
mittwochs 9 – 11 Uhr**

 Pfarrzentrum St.
Antonius

€ 3,50 € pro Treffen

 KDFB St. Antonius mit
KEB

Nr. 2-28579

 **laufender Kurs,
mittwochs von
15 – 17 Uhr**

 Pfarrzentrum St.
Antonius

€ 3,50 € pro Treffen

 KDFB St. Antonius mit
KEB

Nr. 2-28575

 **laufender Kurs,
dienstags 9 – 11 Uhr**

 Pfarrzentrum St.
Antonius

€ 3,50 € pro Treffen

 KDFB St. Antonius mit
KEB

Nr. 2-28581

 **laufender Kurs,
freitags
8:30 – 10:30 Uhr**

 Pfarrheim
Schmidmühlen

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR St. Ägidius mit KEB

Nr. 2-28577

 **laufende Kurse,
montags von
15:30 – 17:30 Uhr +
dienstags 9-11 Uhr**

 Treffpunkt im
Waldstück in
Hammerberg

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR St. Ägidius mit KEB

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Antonius Kümmersbruck

Referentin: Helga Löw (Tel. 09621/1760064)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Antonius Kümmersbruck

Referentin: Ute Rödel (Tel. 09621/761160)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 3 St. Antonius Kümmersbruck

Referentin: Helga Löw (Tel. 09621/1760064)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe St. Ägidius Schmidmühlen

Referentin: Michaela Mehringer (Tel.
0162/2785223)

Kurs

Wald-Eltern-Kind-Gruppe 1+2 St. Ägidius Schmidmühlen

Referentin: Katharina Lautenschlager (Tel.
09474/952212)

Nr. 2-28583

**laufender Kurs,
mittwochs von
9:30 – 11:30 Uhr**

Vitusheim,
Schnaittenbach

€ 3,50 € pro Treffen

∞ PGR St. Vitus mit KEB

Nr. 2-28582

**laufender Kurs,
donnerstags von
9:30 bis 11:30 Uhr**

Vitusheim,
Schnaittenbach

€ 3,50 € pro Treffen

∞ PGR St. Vitus mit KEB

Nr. 2-28568

**laufender Kurs,
mittwochs 9 – 11 Uhr**

Pfarrheim St. Marien,
Pfarrplatz 3

€ 3,50 € pro Treffen

∞ PGR St Marien Sulzbach
mit KEB

Nr. 2-28578

**laufender Kurs,
donnerstags von
9 – 11 Uhr**

s.o.

€ 3,50 € pro Treffen

∞ PGR St Marien Sulzbach
mit KEB

Nr. 2-28572

**laufender Kurs,
donnerstags
9 – 11 Uhr**

Pfarrheim St. Ägidius
Vilseck, Kirchgasse,
92249 Vilseck

€ 3,50 € pro Treffen

∞ KDFB Vilseck mit KEB

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Vitus Schnaittenbach

Referentin: Andrea Kaminska (Tel.
0178/4050539)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Vitus Schnaittenbach

Referentin: Andrea Kaminska (Tel.
0178/4050539)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Marien Sulzbach

Referentin: Christiane Dünzen (Tel.
09661/8159178)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Marien Sulzbach

Referentin: Gabriele Papp (Tel. 09661/5060490)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Ägidius Vilseck

Referent: Angelina Draht (Tel. 0160-5431301)



Ehe. Wir. Heiraten.

Die App für alle, die heiraten wollen!

Informativ – inspirierend –
ein wenig romantisch:
und einfach schön!

Direkt downloaden!

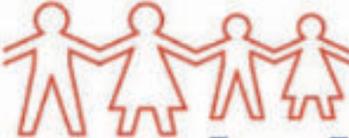


www.ehe-wir-heiraten.de





Mehr Generationen Haus
Miteinander – Füreinander



Elternschule
Amberg e. V.

ELTERNSCHULE

Elternschule Amberg e.V.

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 Bildungsveranstaltungen, die in Kooperation mit der KEB angeboten werden.



Nr. 2-28691

📍 MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg

€ 12 € pro TN

✉ info@mgh-amberg.de, Tel.: 09621/86272

∞ MGH/Elternschule Amberg mit KEB

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

Kreativ-Workshopreihe

Kreativ – Bastelnachmittage mit fachlicher Anleitung

für Familien mit Kindern

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

Referentin: Bianca Hellebrand

Holz-Regenbogen für's Fenster

Do 20.03.2025, 15:00 – 16:30 Uhr

Osterkörbchen

Di 08.04.2025, 15:00 – 16:30 Uhr

Platz für unsere Freunde - Insektenhotel

Do 15.05.2025, 15:00 – 16:30 Uhr

Jetzt wird's laut und bunt! Wir basteln ein Tamburin

Di 24.06.2025, 15:00 – 16:30 Uhr

Bunter Sommer - wir basteln ein Kaleidoskop

Do 17.07.2025, 15:00 – 16:30 Uhr



Nr. 2-28703

📍 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

Themenreihe

Themencafé

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. Das Angebot ist für Sie komplett kostenlos. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Referentinnen: Melanie Baumann, Anna Wachter

„Ich möchte stillen, was kann ich vorbereiten?“
Fr 21.03.2025, 10:00 – 11:30 Uhr

„Ich brauche ne Pause! - Achtsam und entspannt durch den (Familien)alltag“
Fr 16.05.2025, 10:00 – 11:30 Uhr

„Ich will aber!“ - Die Entdeckung des eigenen Willens bei Kleinkindern.“
Fr 11.07.2025, 10:00 – 11:30 Uhr



Nr. 2-28848

📅 dienstags: 01.04. und 03.04.2025 oder mittwochs: 08.04. und 10.04.2025 jeweils von 15-17 Uhr

📍 Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg

€ 14 € pro Kind

✉ per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272

∞ MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kreativ-Workshop

Osterspaß mit Sabine für Familien mit Kindern

Ei der Daus - jetzt werden wieder alle Farben sowie Ausstechförmchen ausgepackt und „LOS-GEHT“S“ mit unserem fröhlichen Osterspaß für Groß und Klein. Wir färben Eier - Jedes Kind bekommt 5 Eier zum Bemalen und Verzieren.

Oster-Backen - Wir stechen Osterhasen und Ostereier aus und verzieren diese mit köstlich bunten Farben. Jedes Kind bekommt 200 g Mürbeteig

Hinweis: max. 10 TN. Voranmeldung dringend erforderlich! Unbedingt alte Kleidung anziehen und bitte Transportbox/Behältnis zum späteren Transportieren mitbringen!

Referent: Sabine Kirndörfer



Nr. 2-28843

📅 fortlaufender Kurs in 10er Blöcken: montags: 08.30-11:30 Uhr; freitags: 08.30-11:30 Uhr; samstags: 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

Anleitung zum Schneiden und Nähen

Erlernen von Grundfertigkeiten

Beine zu kurz, Taille oben zu weit, Rundungen an den falschen Stellen? Klammotten von der Stange passen auch nicht so recht? Kein Problem! In unserem Nähkurs lernen Sie mit viel Spaß Ihre Garderobe selbst zu schneiden. Bitte mitbringen: Stoff, Schnitt, allgemeines Nähzubehör!

Hinweis: max. 6 TN

Referentin: Gisela Gebhard



Nr. 2-28841

📅 14-tägig, jeweils montags, von 19-ca. 21 Uhr

📍 Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg

€ 3,50€/Treffen

✉ keine

∞ MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Anleitung zu Grundkenntnissen im Nadelspiel

Bei diesen Treffen häkeln, stricken und sticken wir gemeinsam. Ihnen wird geholfen, 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!

Hinweis: Max. 6 TN

Referentinnen: Martina Eckl

Sigrid Spies



Kurs

Nähkurs für Anfänger

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.

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

Referentin: Sabine Heinrich-Waidhas

Nr. 2-28845

fortlaufender Kurs in 8er Blöcken am Dienstag:
Gruppe 1: 15 bis 15:30 Uhr
Gruppe 2: 15:30 bis 16 Uhr
Gruppe 3: 16 bis 16:30 Uhr

📍 Hallenbad KA2, Gabelsbergerstr. 20, 92245 Kümmersbruck

€ 70 € für 8 Kurseinheiten (zzgl. Eintritt ins Bad, der von den Kursteilnehmern selbst bezahlt werden muss)

✉ per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272

🔗 MGH/Elternschule Amberg mit KEB



Nr. 2-28846

fortlaufender Kurs in 8er Blöcken am Dienstag:
von 16:30 – 17 Uhr

📍 Hallenbad KA2, Gabelsbergerstr. 20, 92245 Kümmersbruck

€ 70 € für 8 Kurseinheiten (zzgl. Eintritt ins Bad, der von den Kursteilnehmern selbst bezahlt werden muss)

✉ per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272

🔗 MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs**Babyschwimmen**

Dieser Kurs ist für Eltern mit Kindern im Alter zwischen 4-12 Monaten geeignet!

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

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 mitbringen.

Referentin: Michaela Schuhmacher

Kurs**Schwimmflügelkurs**

Der Kurs mit Schwimmflügeln ist für Familien mit Kleinkinder im Alter von 1-bis 2-Jahren konzipiert und bietet eine sichere und angenehme Möglichkeit, die Grundlagen des Schwimmens zusammen mit dem Kind zu erlernen. Natürlich kann dieser Kurs auch ohne die vorherige Belegung des Babyschwimmkurses gebucht werden.

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 mitbringen.

Referentin: Michaela Schuhmacher



Nr. 2-28847

fortlaufende Kurse in 8er Blöcken am Mittwoch:
14:30-15:30 Uhr und 15:30-16:30 Uhr

📍 Kurfürstenbad Amberg, Kurfürstentring 2, 92224 Amberg

€ 70,00 € für 8 Kurseinheiten (zzgl. Eintritt ins Bad, der von den Kursteilnehmern selbst bezahlt werden muss)

✉ 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.

Hinweis: Max. 10 TN

Bei unserem Kurs „Wasserfrösche“ handelt es sich um eine Wassergewöhnung, es ist kein zertifizierter Schwimmkurs. Auf Wunsch kann aber auch nach der letzten Stunde des Kurses vom Bademeister ein Seepferdchen abgenommen werden. Hierzu bitte direkt mit dem Schwimmmeister vor Ort sprechen.

Referent: Jan Schönholz

**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!

Hinweis: max. 9 TN

Referentin: Barbara Hottner



Nr. 2-28838

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

€ 48 € (für 10 Einheiten)

✉ per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272

🔗 MGH/Elternschule Amberg mit KEB



Nr. 2-28840

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken, donnerstags von 8:30 bis 9:30 Uhr

MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg

€ 48 € (für 10 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 Kreislauffähigkeit werden sanft ange-regt. Man tut sich hierbei wirklich etwas Gutes für Körper, Geist und Seele

Hinweis: max. 8 TN

Referentin: Michaela Schumacher



Nr. 2-28842

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)

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!

Hinweis: max. 8 TN.

Referentin: Anja Schmid



Nr. 2-28834

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

€ 85 € (für 11 Treffen)

per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Musikgarten für Babys – 6 Monate-1,5 Jahre

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



Nr. 2-28835

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

€ 85 € (für 11 Treffen)

per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Musikgarten Phase 1 – Wir machen Musik von 1 1/2 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



Nr. 2-28836

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

85 € (für 11 Treffen)

per mail an: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Musikgarten Phase 2 – Wir machen Musik von 3 bis 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 Echospiele, Tanz und gezieltem Einsatz von Instrumenten.

Referentin: Gertrud Götzfried



Nr. 2-28837

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

75 € (für 11 Einheiten)

per email: info@mgh-amberg.de Infos: MGH 09621/86272

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Musikalische Früherziehung für Familien mit Kindern im Alter ab 4 Jahre

Musik und Tanz für Kinder ist seit über zwanzig Jahren das Standardwerk für die Musikalische Früherziehung. Das Konzept umfasst spielerisch folgende Lerninhalte: Singen und Sprechen, Musik hören, Bewegung und Tanz, Musikinstrumente kennenlernen, elementares Instrumentalspiel und den Einstieg in die Musiklehre. Der wöchentliche Unterricht kann zwei Jahre besucht werden und ist in sechs, aufeinander aufgebauten Kursen aufgeteilt. Die Kinder nehmen ab der musikalischen Früherziehung ohne Eltern am Unterricht teil.

Referentin: Gertrud Götzfried



Nr. 2-28831

fortlaufende Kurse in 10er Blöcken, jeweils montags.

MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg

64 € für 10 Einheiten

per email: info@mgh-amberg.de Infos: MGH 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.

Hinweis: Gruppe 1 (Nicht-Läufer): 9:30-10:30 Uhr
Gruppe 2 (Läufer): 10:45-11:45 Uhr

Referentin: Evi Graf



Kurs

PEKIP

Prager-Eltern-Kind-Programm

Dieses Programm ist ein Angebot für Mütter/Väter mit ihren Babys im ersten Lebensjahr. Sie treffen sich mit ihren Babys in einem sehr warmen Raum. Die Babys dürfen nackt sein 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

Nr. 2-28833

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken, dienstag vormittag – evtl. auch freitag vormittag

MGH/Elternschule Amberg e.V., Amselweg 7A, 92224 Amberg

95,00 € für 10 Einheiten

direkt bei Evi Graf – 0152/28950973 oder evigraf@online.de Eine Einheit dauert 75 min. Max. 7 TN.

Folgkurse werden angeboten und ein Quereinstieg ist möglich, wenn Plätze frei werden.

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

KULTUR



Gruppenführungen in Amberg mit der KEB

Interessieren Sie sich für historisch bedeutsame Orte unserer Stadt Amberg mit ihrer je eigenen besonderen Geschichte? Dann vereinbaren Sie doch gern mit uns für Ihre/n Gruppe, Verein oder Freundeskreis eine entsprechende Gruppenführung zu ausgewählten Themen. Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de



Gruppenführung

Altstadt (allgemein)

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 Gebäulichkeiten

Hinweis: nur als Gruppenführung buchbar. Max. 20 Personen

Referent: Franz Meier,
Zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Nr. 2-28216

Termin nach Vereinbarung

Amberg

€ Spende zu Gunsten den Orgelbauvereins!

KEB



Gruppenführung

Alte Stadtmauer

Das alte Amberg vor dem 14. Jahrhundert

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

Hinweis: nur als Gruppenführung buchbar. Max. 20 Personen

Referent: Franz Meier,
Zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Nr. 2-28217

Termin nach Vereinbarung

Amberg

€ Spende zu Gunsten den Orgelbauvereins!

KEB



Nr. 2-28214

Termin nach Vereinbarung

Schulkirche, , 92224 Amberg

€ Spende zu Gunsten des Orgelbauvereins

KEB

Gruppenführung

Schulkirche

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

Hinweis: nur als Gruppenführung buchbar. Max. 20 Personen

Referent: Franz Meier,
Zertifizierter Heimat- und Kulturführer



Nr. 2-28215

Termin nach Vereinbarung

Amberg

€ 25 € p.P.

KEB

Gruppenführung

Barnabas mit Resi

Eine amüsante Führung von Brauerei zu Gasthäusern mit Bierverkostung.

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

Hinweis: nur als Gruppenführung buchbar. Mind.10 - max. 20 Pers.; Dauer ca. 2 Stunden

Referent: Franz Meier,
Zertifizierter Heimat- und Kulturführer



Nr. 2-28218

Termin nach Vereinbarung

Amberg

€ Spende zu Gunsten den Orgelbauvereins!

KEB

Gruppenführung

Brauereiführung im Schloderer

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

Hinweis: nur als Gruppenführung buchbar. Max. 20 Personen; Dauer ca. 1 Stunde

Referent: Franz Meier,
Zertifizierter Heimat- und Kulturführer



Nr. 2-28716

Termin nach Vereinbarung

- 📍 nach Vereinbarung
- € Spende zu Gunsten des Orgelbauvereins
- ∞ KEB

Hinweis:
Gerne vermitteln wir für Ihre Gruppe einen Sondertermin (max. 20 Personen)

Workshop

Den Aufbau einer Orgel verstehen

Anleitung zum Aufbau einer MiMa-Organ

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-Organ (=Mit-Mach-Organ), die im Team zusammengebaut werden kann. Mit diesen 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.

Referent: Franz Meier



Nr. 2-28717

Termin nach Vereinbarung

- 📍 Basilika St. Martin, Rathausstraße 8, 92224 Amberg
- € Spende zu Gunsten des Orgelbauvereins
- ∞ KEB

Gruppenführung

Kirchenführung in der Basilika St. Martin

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.

Hinweis: nur als Gruppenführung buchbar. Max. 20 Personen

Referent: Franz Meier,
Zertifizierter Heimat- und Kulturführer



Nr. 2-28941

Termin nach Vereinbarung

- 📍 Pfarrkirche Hl. Dreifaltigkeit, Dreifaltigkeitsstr. 7, 92224 Amberg
- € 50 € für Gruppe (max. 25 Tln.)
- ✉ KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
- ∞ KEB

Kirchenführung

„Eine Kirche wie keine andere“ – Führung durch die Pfarrkirche Hl. Dreifaltigkeit

Die Pfarrkirche Hl. Dreifaltigkeit steht nun schon fast hundert Jahre im Zentrum des gleichnamigen Amberger Stadtviertels. In Kunst- oder Stadtführern ist sie aber noch kaum gewürdigt. Dies liegt nicht zuletzt an dem eigenartigen Stilmix aus neubarockem Äußeren und modernem Interieur im Geist der „Neuen Sachlichkeit“. Peter Seidl hat diese Führung aus Anlass des 100-jährigen Pfarrejubiläums völlig neu konzipiert. Dauer der Führung: ca. 90 Minuten.

Hinweis: als Gruppenführung buchbar

Referent: Peter Seidl,
Oberstudiendirektor a.D.

Nr. 2-28399

Do 24.04.2025, 8:00 Uhr

- 📍 Ansbach
- ∞ KDFB Schmidmühlen mit KEB

Studienfahrt

Ansbach

Hinweis: Infos bei Elfriede Mehringer



Nr. 2-28721

Fr 25.04.2025, 12:30 – 19:00 Uhr

- 📍 Guteneck
- € wird bei Anmeldung mitgeteilt
- ∞ PGR Theuern-Ebermannsdorf mit KEB

Halbtages-Studienfahrt

Halbtages-Studienfahrt nach Guteneck

Führung durch das Schloss und Besichtigung. Einkehr zu Kaffee und Kuchen sowie Brotzeit

Hinweis: Abfahrt um 12.30 Uhr an der Hofmann-Kapelle in Ebermannsdorf
Anmeldung bei: Bauer Regine 09624/745 oder im Pfarrbüro 09624/9021300

musikalischer Infoabend

„Gönn dir ein Lied ...“

ein unterhaltsamer und lehrreicher Abend über den Mensch und das Singen

Nr. 2-28365

 **Mo 07.04.2025,**
19:00 Uhr

 Schloss Theuern

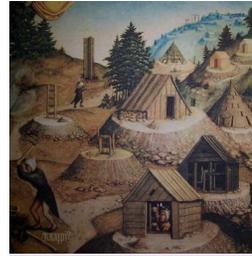
€ 10 €
ermäßigt: 5€ (Schüler,
Studenten und Azubis
bis 27 J.)

 Anmeldung unter
<https://www.heimatbayern.de/veranstaltungen/goenn-dir-ein-lied/>

 Bayerischer
Landesverein für
Heimatpflege e.V./
Volksmusikstelle für
Niederbayern und
Oberpfalz mit Kultur-
Schloss-Theuern und
KEB

Durch den Abend
führen: **Sebastian
Gröller, Dagmar Held,
Simone Lautenschlager,
Carolin Pruy-Popp, Alois
Schmelz, Franz Schötz,
Franz Josef Schramm**

„Das Singen ist die eigentliche Muttersprache aller Menschen: denn sie ist die natürlichste und einfachste Weise, in der wir ungeteilt da sind und uns ganz mitteilen können - mit all unseren Erfahrungen, Empfindungen und Hoffnungen.“ Jeder, der begeistert singt, wird dieses Zitat des berühmten Musikers Sir Yehudi Menuhin nur bestätigen können. Die Bedeutung des Singens für den Menschen möchten wir an diesem Abend anhand kurzer Vorträge mit Ton und Bild darstellen. Neben allerlei Wissenswerten ist natürlich auch das Selbersingen ein wichtiger Programmpunkt. Die Volksmusikpfleger/-innen des Landesvereins werden Lieder verschiedener Liedtypen aus ganz Bayern vorstellen und gemeinsam mit allen singen - vom schwäbischen Dialektlied, fränkischen Tanzlied, einer niederbayerischen Ari über deutsche Balladen bis zum Allgäuer Jodler. So kann man die reiche Vielfalt der Liedüberlieferung in Bayern selbst singend entdecken.



Nr. 2-29012

 **Do 24.04.2025,**
19:00 Uhr – Fr
25.04.2025

 Kulturschloss Theuern
(Do.) / Rathaussaal
Amberg (Fr.)

 Bergbau- und
Industriemuseum
Ostbayern, Tel.
09621/397930; mail:
museum@kulturschloss-theuern.de
Webseite www.kulturschloss-theuern.de

 Kulturschloss Theuern,
HVOR (AM) mit KEB

2-Tages-Seminar

Kolloquium „Bergbau und Krieg“

Bergbau und Krieg - zwei Welten scheinen aufeinander zu treffen. Tatsächlich aber waren sie stets stark aufeinander bezogen, zuweilen sogar aufeinander angewiesen. Bergbau erfolgte immer wieder mit Blick auf mögliche oder laufende Kriege, sei es die Waffenherstellung oder Rohstoff- und Energiegewinnung. Umgekehrt förderte der Krieg häufig den Bergbau, zerstörte aber nicht selten bergbauliche Anlagen und brachte Bergleute um Leben und Arbeit. Dieser spannungsreichen Wechselbeziehung geht das Kolloquium anhand ausgewählter Beispiele aus dem europäischen Raum von der Vorgeschichte bis zur Gegenwart nach.

Ablauf:**Donnerstag, 13-18 Uhr (Bergbaumuseum)****Freitag: 9-16 Uhr (Rathaussaal Amberg)**

Referenten: **Dr. Schreiner Martin,**
Leiter Kulturschloss Theuern

Dr. Andreas Erb,
Leiter Stadtarchiv Amberg

Dieter Dörner,
Kreisheimatpfleger

Nr. 2-28546

 **Termin und Ziel werden
noch bekannt gegeben**

 Amberg

 Peichl Ursula
09621/82767

 KDFB Hl. Dreifaltigkeit
mit KEB

Studienfahrt

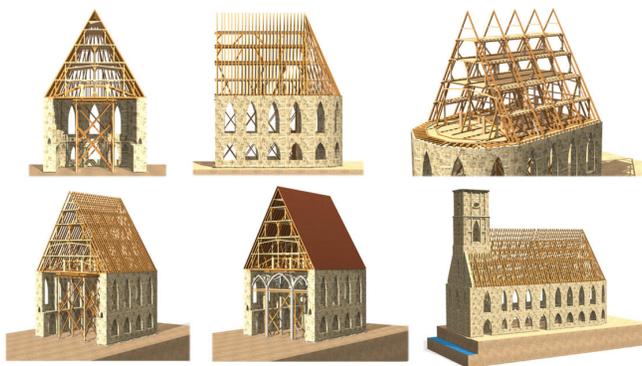
Muttertagsfahrt

genauer Termin und Ziel werden noch bekannt gegeben

Referentin: Ursula Peichl

Dachstuhl-Führung

Der einzigartige Dachstuhl „der vornehmsten Hallenkirche St. Martin in Amberg“



Nr. 2-28927

📍 Basilika St. Martin
Treffpunkt: Eingang
Marktplatzseite

€ freiwillige Spende für
Orgelrenovierung!

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

∞ KEB

Wer möchte nicht längst schon mal den einzigartigen, fast 600 Jahre alten Dachstuhl von St. Martin näher kennen lernen?

Die von Heimatführer Franz Meier begleitete Führung durch das ehrwürdige Gebälk offenbart (auch anhand eines Modells) sehr anschaulich die sensationelle mittelalterliche Konstruktion und die beeindruckende Handwerkskunst, die dem spätmittelalterlichen Bauwerk zugrunde liegt. Eine Besonderheit der Kirche besteht in ihrer Dachkonstruktion, die freitragend die gesamte Breite der Kirche von 28 Meter überspannt. Der aufwendige Dachstuhl lockt inzwischen sogar regelmäßig Bauhistoriker/innen nach Amberg.

Referent: Franz Meier, zertifizierter Heimat- und Kulturführer

festе buchbare Termine:

Do 24.04.2025, 14:30 Uhr

Sa 24.05.2025, 09:30 Uhr

So 01.06.2025, 15:00 Uhr

Hinweis:

Gerne vermitteln wir für Ihre Gruppe auch einen Sondertermin (max. 20 Personen)

Nr. 2-28330

📅 Sa 26.04.2025,
13:00 – 17:00 Uhr

📍 Schulküche
Schnaittenbach

✍️ bis 12.04.2025 Daller
Inge 09622/3606
Anmeldeschluss
12.04.2025

∞ KDFB Schnaittenbach
mit KEB

Workshop

Anleitung zum Backen mit Hefeteig/Schmalzgebäck

Wie bäckt man Flonkuchen, Hefekleingebäck, Zopf usw.

Referentin: Franziska Siegert

Nr. 2-28549

📅 1x monatlich – freitags
ab 02.05.2025

📍 Pfarramt Hl.
Dreifaltigkeit,
Dreifaltigkeitsstr. 7,
92224 Amberg

∞ KDFB Hl. Dreifaltigkeit

Aufbaukurs

Anleitung zu „Altes Liedgut – neu interpretiert“

Referent: Christian Farnbauer



Nr. 2-28647

∞ OBA der Lebenshilfe
und KEB

Inklusiver Workshop

Musik und Kultur Treff – offene bayerische Singstund

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



Fr. 09.05.2025



Florian Schwemin,
Bezirksheimatpfleger



18 - 20 Uhr



20 € (für Getränke und Imbiss); gerne mit Dirndl oder Lederhose (falls vorhanden)



OBA Lebenshilfe,
Friedrich-Ebertstr. 2a,
Amberg



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

**Fr 09.05.2025,
19:00 Uhr**

📍 Foyer VHS, Obere Gartenstraße 3, 92237 Sulzbach-Rosenberg

€ Eintritt frei – Spenden für SEGA e.V. erbeten

📄 Nähere Informationen bei Sonja Oleson, Tel. 09661 8999391

🔗 SEGA e.V. VHS und KEB

Für die musikalische Umrahmung des biografischen Nachmittags sorgen die Goldschläger Posaunen aus Schwabach

Hinweis:
Einlass ab 18:30 Uhr

Nr. 2-28381

**Do 15.05.2025,
18:00 Uhr**

📍 Theuern

🔗 OGV Hahnbach und Umgebung mit KEB

Nr. 2-28332

**Sa 17.05.2025,
8:00 – 20:30 Uhr**

📄 Inge Daller, Tel. 09622/3606 (vormittags)
**Anmeldeschluss
05.05.2025**

🔗 KDFB Schnaittenbach mit KEB

Gespräch

Dou siechst as, woi die Zeit veirgeht ...

biografischer Nachmittag mit Kulturpreisträger Dieter Radl

Prominente Fürsprecher von SEGA e.V. stellen sich vor. Dieter Radl aus Sulzbach-Rosenberg und Kulturpreisträger seiner Heimatstadt hat es sich zur Aufgabe gemacht, den Dialekt der Region zu pflegen und lebendig zu erhalten. Im Interview mit Heidi Himmelhuber, 3. Vorsitzende der SEGA e.V., erzählt er von seinem jahrelangen, reichen Wirken und liest heitere bis nachdenkliche Mundartgedichte - und Geschichten - ganz im Sinne eines aktiven Älterwerdens!

Referent: Dieter Radl

Moderatorin: Heidi Himmelhuber

Führung

Alte Mühle und Glasschleiferei

Infos bei: Josef Moosburger (Tel. 09664/1634)



Studienfahrt

Studienfahrt „Ins Blaue“

Hinweis: Organisation Erna Märkl
Frühzeitige Anmeldung wird erbeten bis spätestens 05.05.2025

Referentin: Erna Märkl



Nr. 2-28996

**Do 15.05.2025,
19:00 Uhr**

📍 Provinzialbibliothek, Malteserplatz 4, 92224 Amberg – Barocksaal

€ Eintritt frei – Spenden erwünscht

🔗 Stadtarchiv Amberg, Provinzialbibliothek, HVOR (AM) mit KEB

Vortrag

Ein Kronprinz auf der Flucht – Ludwig I. und Amberg

Noch heute erinnert eine Gedenktafel in der Georgenstraße an den Aufenthalt der kurfürstlichen Familie in den Jahren 1800/1801. Aus deren Sicht dürfte es nur eine längere Episode im großen Drama der Revolutionskriege gewesen sein, für die Amberger aber war es eine „Einmal im Leben“ - Erfahrung, die sich erst dreißig Jahre später wiederholen sollte. Damit verbunden waren keineswegs nur die unvermeidlichen Huldigungsadressen, sondern auch zahlreiche, bis heute nachwirkende Entscheidungen. Der Vortrag schildert, wie ein solcher Aufenthalt ablief und welche Impulse für Amberg davon ausgingen.

Referent: Dr. Andreas Erb,
Leiter Stadtarchiv Amberg

Nr. 2-28464

**Di 20.05.2025,
14:30 Uhr**

📍 Amberg

€ TN-Geb. wird bei Anmeldung mitgeteilt
bei U. Mutzbauer
09622/719580

📄 **Anmeldeschluss
10.05.2025**

🔗 KDFB Hirschau mit KEB

Studienfahrt

Plättenfahrt auf der Vils in Amberg

mit Erläuterungen und anschließender Einkehr ins Dahthammer Schloßl

Hinweis: Abfahrt 14.30 Uhr am Drahthammer Schloßl

Referent/in: Örtl. Führer/in

Nr. 2-28830

**Di 20.05.2025,
19:00 – 20:30 Uhr**

📍 Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit, Dreifaltigkeitsstr. 7, 92224 Amberg

🔗 KAB Hl. Dreifaltigkeit mit KEB

Vortrag

Die Sieben Zeitalter der Stadt Amberg

Referent: Peter Seidl



Nr. 2-29011

**Do 22.05.2025,
19:00 Uhr**

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ frei

∞ HVOR (AM) mit KEB

Vortrag**Maximilian II. von Bayern**

Bayerns dritter König, oft im Schatten seiner Vorgänger, prägte Bayern maßgeblich. Um Bayerns Stellung zu stärken, förderte er die Wissenschaften, berief Gelehrte und gründete das Maximilianeum und die Historische Kommission. Identitätsstiftend im Innern wirkte vor allem auch die Trachten- und Brauchtumsförderung sowie der Maximiliansstil in München.

Referent: Prof. Wilhelm Kreutz



Nr. 2-28333

**Di 27.05.2025,
7:00 Uhr – Sa
31.05.2025, 21:00 Uhr**

∞ KDFB Schnaittenbach
mit KEB

Nr. 2-28755

29.05.2025

📍 Furth im Wald

✍ im Pfarrbüro St. Georg
Amberg 09621/49350

∞ PGR St. Georg mit KEB

Studienfahrt**Naturparadies
Mecklenburgische Seenplatte**

Hinweis: Programm folgt!
Frühzeitige Anmeldung bei Omnibus Bäumler
(09608/91215) erbeten!

Studienfahrt**Furth im Wald**

**mit Besuch und Führung durch die
Landesgartenschau**

Hinweis: genaue Uhrzeit und Preis wird noch
bekanntgegeben!



Nr. 2-28382

**Do 05.06.2025,
18:00 Uhr**

📍 Illschwang

✍ Infos: Moosburger
Josef 09664/1634

∞ OGV Hahnbach und
Umgebung mit KEB

Führung**Hopfenstadel- und Garten**

Hinweis: mit Brotzeit



Nr. 2-29010

**Do 12.06.2025,
19:00 Uhr**

📍 Ring-Theater,
Spitalgraben 2, 92224
Amberg

€ frei

∞ Stadtarchiv mit HVOR
(AM) und KEB

Vortrag**Der Lustgarten Alafberg- eine
gute Aussicht auf Amberg**

„Beim Alafberg da kannst Du seh'n / Den Affen auf dem Kopfe steh'n" - Gaststätten sind in Amberg alles andere als ungewöhnlich. Unvergesslich aber ist den Ambergern der Gaststättenzoo „Lustgarten Alafberg“, deren Betreiber Anton und Emil Alafberg ihrem Publikum jahrzehntelang Menschen, Tiere und Sensationen boten - von Bären, Löwen und Affen bis zu Platzkonzerten, Puppenspiel und Länderspiel. Der Vortrag zeichnet anhand städtischer und privater Dokumente und Erinnerungen ein Bild dieser legendären Gaststätte.

Referent: Dr. Andreas Erb,
Leiter Stadtarchiv Amberg

**Studienfahrt mit Führung****Hopfen und Malz, Gott erhalt's**

**Brauereibesichtigung der neuen Zoigl
Wirtschaft Ulrich am Laubhof**

mit anschließender Einkehr zu Brotzeit
und Musik

Nr. 2-28731

**Fr 20.06.2025,
18:00 Uhr**

📍 Zoigl Wirtschaft Ulrich
Laubhof

✍ im Pfarrbüro
Poppenricht

∞ KAB Poppenricht mit
KEB

Hinweis: Anmeldeschluss
15.06.2025

Nr. 2-28383

**So 22.06.2025 – Do
26.06.2025**

📍 Iseesee – Italien

📄 Franz Erras

☎ 0175/2386394

OGV Hahnbach und
Umgebung mit KEB

Nr. 2-28997

**Do 10.07.2025,
19:00 Uhr**

📍 Provinzialbibliothek,
Malteserplatz 4, 92224
Amberg – Barocksaal

€ Eintritt frei – Spenden
erwünscht

☎ Provinzialbibliothek,
HVOR (AM) mit KEB

Studienfahrt**Italien – malerischer Iseesee**

Referent: örtl. Führer

Vortrag**„Vom Lust vnd guten
gesundem Luftt“**

**Ein Umweltbericht für Amberg in der Oberpfalz
anno 1564**

Unser heutiges Umweltbewusstsein lässt uns den unaufhaltsamen Klimawandel beobachten und veranlasst uns dazu, diesem mit geeigneten Maßnahmen entgegen zu treten. Schon 1564 befasste sich der damalige Bürgermeister der Stadt Amberg in seiner von ihm verfassten „Chronica“ inhaltlich mit „Vom lust vnd guten gesunden Luftt.“ Waren die Spazierwege damals wirklich lustiger, die Luft ozon- und feinstaubfrei? Wie verhielten sich die Amberger im Allgemeinen zu dieser Zeit ihrer Umwelt gegenüber? Gab es - wie heute - Praktiken, die von der Wahrnehmung zum Umweltbewusstsein und Umweltschutz - im damaligen Sinne - führten? Das Raster des modernen Bauleitplanungsverfahrens ist und mögliche Umweltauswirkungen beschreibt und bewertet, fördert aus den Quellen des 16. Jahrhunderts überraschende Ergebnisse zutage.

Referentin: Hannelore Zapf



Nr. 2-28764

**Sa 12.07.2025,
10:00 Uhr**

📍 Schönwerth-
Märchenweg
Hainstetten, , 92272
Freudenberg

📄 Maria Paulus KDFB
09621/31178

☎ KDFB St. Georg mit KEB



Nr. 2-29013

**So 13.07.2025,
17:00 Uhr**

📍 Kräutergarten
Schnaittenbach,
Hauptstr. 13-15

€ freier Eintritt – um
Spenden für den
Landesverein wird
gebeten!

☎ Arbeitskreis Heimat und
Kultur Schnaittenbach
mit KEB



Nr. 2-28732

**Sa 19.07.2025,
9:30 Uhr**

📍 Furth im Wald

📄 im Pfarrbüro
Poppenricht

☎ KAB Poppenricht mit
KEB

Studienfahrt**Schönwerth-Märchenweg****Führung mit Erzählungen**

10 Uhr Treffen in Hainstetten, Cafe Gerti (Frühstück) Anschließend Wanderung auf dem Schönwerth-Märchenweg

musikalischer Infoabend**Bayerische Singstund – mit
neuen und unbekanntem
Mundartliedern auf der
Buchberg-Hütte**

**mit Einführung in traditionelles bayerisches
Liedgut**

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 & die Blechernen Saitn

Studienfahrt**Furth im Wald**

**Sagenhaft viel erleben beim Familien-Ausflug
zur Landesgartenschau**

Hinweis: Eintritt z. Gartenschau: Erw. 19€ (Gruppe ab 20 Pers. 18,50€), Kinder bis 17 J.: frei mit Begleitpers.; Zugfahrt: Bayernticket 32€/Ticket bis 5 Pers.; 3 Kinder bis 15 J. kostenfrei (Bayernticket 6,40€ p. Erw.)



Nr. 2-28999

**Do 28.08.2025,
19:00 Uhr**

Provinzialbibliothek,
Malteserplatz 4, 92224
Amberg – Barocksaal

€ Eintritt frei – Spenden
erwünscht

∞ Stadtarchiv Amberg,
Provinzialbibliothek
Amberg, HVOR (AM) mit
KEB

Vortrag

Tetzel und die anderen: Päpstliche Ablasskampagnen am Vorabend der Reformation

Martin Luther veröffentlichte seine 95 Thesen vor dem Hintergrund der großen Ablasskampagnen, die seit dem Fall von Konstantinopel (1453) in immer kürzeren Abständen stattfanden. Organisiert durch päpstliche Kommissare - der berühmteste unter ihnen dürfte Johann Tetzel sein - erfassten sie ganz Deutschland und stießen bis 1517 auf ungebrochene Resonanz. Gestützt auf archivalische Quellen, darunter Ablassurkunden aus dem Stadtarchiv Amberg, fragt der Vortrag nach den Ursachen für den Erfolg dieser Veranstaltungen und zeichnet das Persönlichkeitsprofil bekannter und weniger bekannter Ablasskommis-sare nach.

Referent: Prof. Peter Wiegand,
Uni Dresden

Studienfahrt

Erfurt und Weimar

Ansprechpartnerin: Ursula Peichl



Nr. 2-28551

**Sa 20.09.2025,
7:00 Uhr – So
21.09.2025, 19:00 Uhr**

Erfurt und Weimar

Peichl Ursula
09621/82767

∞ KDFB Hl. Dreifaltigkeit
mit KEB



Nr. 2-29000

**Fr 26.09.2025,
19:00 Uhr**

Provinzialbibliothek,
Malteserplatz 4, 92224
Amberg – Barocksaal

€ Eintritt frei – Spenden
erwünscht

∞ Provinzialbibliothek
Amberg, HVOR (AM) mit
KEB

Vortrag

"Wo aber liest man – was dieser Unthat gleicht!

Auch Kinder und Jugendliche begehen schwere Verbrechen, was immer wieder für großes Medienecho sorgt. Die Ursachen und die Art der Bestrafung werden oft kontrovers diskutiert. In Deutschland existiert ein spezielles Jugendstrafrecht erst seit rund 100 Jahren. Zuvor wurden minderjährige Straftäter wie Erwachsene behandelt, was auch die Hinrichtung von Kindern einschließen konnte. Ein Beispiel hierfür ist ein Mordfall aus dem Jahr 1768, bei dem eine zwölfjährige Täterin in Amberg hingerichtet wurde. Der Fall, der Prozess, die Hinrichtung und die mediale Rezeption in Flugschriften sind Thema des Vortrags.

Referentin: Dr. Christine Paschen



Geführte Wanderung

Marterlführung Schnaittenbach

Die vielen Kreuze, Marterln, Bildstöcke und kleinen Kapellen als Zeichen tiefer 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.

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

Referent: Josef Schuller

Nr. 2-28821

**So 28.09.2025,
14:00 – 16:00 Uhr**

Schule Schnaittenbach,
Amberger Str. 32, 92253
Schnaittenbach

€ 4 €, Ki bis 14 J. frei

während der
Geschäftszeiten von
Mo. bis Fr. bei AOVE,
Tel. 09664 9539720,
info@aove.de

∞ AOVE mit KEB



Workshops

Kalligrafie-Seminare bei der KEB



Nr. 2-27711

**Sa 05.04.2025,
9:30 – 17:00 Uhr**

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 45 €

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

KEB

Hinweis:

Benötigtes Material
siehe Beschreibung auf
KEB-Homepage

Kalligrafie-Seminar

Schrift abseits der Zeile – Bogen, Kreis, Spirale

für Teilnehmer, die eine Schrift bereits verwenden können oder ihre Handschrift verwenden möchten

Wir sind es gewohnt, im Zeilencharakter zu schreiben. Das haben wir seit der Schulzeit so geübt und es ist vor allem hilfreich für die Lesbarkeit. Warum sollten wir aber nicht einmal aus dem Gewohnten ausbrechen? Wir wandeln die normale Zeile in verschiedener Hinsicht ab: wir dehnen sie aus, lassen sie in Bögen schwingen, schreiben im Kreis und konstruieren auch Spiralen. Wir testen Schriftarten dafür auf ihre Tauglichkeit und spielen mit verschiedenen Varianten.

Referentin: Brigitte Herrneder



Nr. 2-28422

**Sa 03.05.2025,
9:30 – 17:00 Uhr**

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 45 €

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

KEB

Hinweis:

Benötigtes Material:
siehe Beschreibung auf
KEB-Homepage

Nr. 2-28423

**Sa 28.06.2025,
9:30 – 17:00 Uhr**

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 45 €

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

KEB

Hinweis:

Benötigtes Material:
siehe Beschreibung auf
KEB-Homepage

Kalligrafie-Seminar - das Auge liest mit!

Kalligrafie mit Stempeln – eigene Stempel schnitzen

auch für Neueinsteiger geeignet

Kreativ sein mit selbst geschnittenen Stempeln. Gestempelte Worte lassen sich gut mit der eigenen Handschrift kombinieren, etwa für besondere Geburtstagskarten, Einladungen, Journaling- oder Lettering-Projekte. Wir arbeiten mit Linolschnittwerkzeug und schneiden aus einer Gummiplatte unsere Stempel. Die Gummiplatte ist sehr gut zu verarbeiten, da sie relativ weich ist. Ich biete das Alphabet „Neuland“ in zwei verschiedenen Größen an. Das Besondere an diesen Lettern ist, dass es keine Groß- und Kleinbuchstaben hat, sondern nur eine Art. Darüber hinaus kann jeder noch eigene Motive mitbringen. Die Motive sollten nicht zu filigran sein.

Referentin: Elke Gehr

Kalligrafie-Seminar - das Auge liest mit!

Kleiderbügelkunst mit Kalligrafie

auch für Neueinsteiger geeignet

Mit Buchstaben kann man wunderbar in Lagen arbeiten. Diesmal benutzen wir zwei verschiedene Papiere und kreieren Kalligraphie-Kunst mit Hilfe eines Hosen-Kleiderbügels. Die untere Lage bildet den Grund aus festem Papier und die obere wird aus Transparentpapier draufgeschichtet. Ein Spiel von Schwarz-Weiß, Schatten und Formen in geheimnisvoller Optik. Natürlich kann diese Art auch bei z.B. Kartengestaltung, also ohne Kleiderbügel benutzt werden.

Referentin: Elke Gehr



Nr. 2-28424

**Sa 27.09.2025,
9:30 – 17:00 Uhr**

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 45 €

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

☞ KEB

Hinweis:

Benötigtes Material:
siehe Beschreibung auf
KEB-Homepage

Kalligrafie-Seminar - das Auge liest mit!**„Neuland“ in Schichten**

auch für Neueinsteiger geeignet

Wir arbeiten heute mit der Schrift „Neuland“ - wunderbar massige Buchstaben. Wir begnügen uns auch nur mit den Großbuchstaben. Dank ihrer dicken und groben Form kann man mit ihnen reichlich variieren. Heute besteht unsere Spielart darin, dass wir sie in Schichten / Lagen schreiben. Wir benutzen dazu einen breiten Pinsel und Aquarellfarben. Diese kräftige Schrift lässt sich sehr gut mit der eigenen Handschrift oder zarteren Schriften kombinieren, was für die Papeterie des Lebens ebenfalls prima genutzt werden kann. Bitte bringt ein besonderes Wort / Satz mit, das Ihr zum variieren benutzen wollt.

Referentin: Elke Gehr



Sing mit mir!

Nr. 2-27970

**Mi 02.04.2025,
10:00 – 11:00 Uhr**

📍 Café am
Nussbaumpark, Auf der
Point 2, 92289
Ursensollen

€ kostenlos

✍️ Anmeldung und weitere
Fragen bei Barbara
Hernes 09621/70843
oder Email:
info@seniorenmosaik.de

☞ Seniorenmosaik mit
KEB**Workshop****Sing mit mir!****Anleitung, Erlernen und Üben von Liedern für Menschen mit Gedächtnisproblemen**

Früher war Singen als einfache musikalische Begleitung im Alltag selbstverständlich, ob bei der Arbeit, in der Freizeit, bei wichtigen Ereignissen im Verlauf eines Menschenlebens. Singen ist der Schlüssel zur Seele und öffnet das Herz. Es bietet vor allem Menschen, die an Gedächtnisproblemen leiden, einen emotionalen Zugang. Ein Nachmittag mit Anleitungen zum Erlernen und Üben von verschiedenen Liedern mit viel Humor und Einfühlungsvermögen.

Referentinnen: Barbara Hernes, Seniorenmosaik

Simone Lautenschlager, Leiterin der Volksmusikstelle Oberpfalz

Nr. 2-28548

**📅 donnerstags – alle
zwei Wochen**

📍 Pfarrheim Hl.
Dreifaltigkeit,
Dreifaltigkeitsstr. 7,
92224 Amberg –
Gruppenraum
☞ KDFB Hl. Dreifaltigkeit

Kurs**Anleitung zur Handarbeit****Handarbeitstreff**

Die Referentin gibt Anleitungen zum Stricken, Häkeln oder anderen Handarbeitstechniken

Hinweis: letzter Termin 08.05.2025 - anschließend Sommerpause

Referentin: Irmgard Flierl



Nr. 2-28914

📍 Malteser Kochtreff,
Dollackerstr. 29, 92224
Amberg/Ammersricht

€ Spenden willkommen

✍️ Malteser-
Flüchtlingshilfe, Tel.
09621/4933-55, eMail
astrid.knab@malteser.o
bg oder mobil:
0151/18538698

☞ Malteser Hilfsdienst e.
V. mit KEB**Kurs****Internationaler Kochkurs:****Gerichte aus der ganzen Welt**

2-3 verschiedene Köche kochen mit einer kleineren Gruppe ein Gericht. Im Anschluss wird natürlich gemeinsam gegessen und die einzelnen Rezepte besprochen. Interessierte haben Gelegenheit neue Gerichte, Gewürze und Kochweisen aus 1. Hand mitzubekommen und in fremde Kulturen einzutauchen.

Hinweis: max. 20 TN**Ansprechpartnerin:** Astrid Knab**monatliche Termine,
dienstags****von 17 - 20:30 Uhr:**

15.04. / 20.05. / 17.06. /

15.07. / 19.08. /

16.09.2025

Nr. 2-27540

Mi 23.04.2025
weitere Termine:
14.05. / 25.06. /
16.7.2025, jeweils
18:30-21:30 Uhr

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 100 € (4 Termine)

📄 KEB, bevorzugt per
Onlineanmeldung (1.
Termin) auf der
Homepage mit
Lastschriftmandat.
Infos unter: Tel.
09621/9117862;
info@keb-amberg-
sulzbach.de

🔗 KEB

Workshop**World-Percussion**

Koordinationsübungen, Kulturinfos
und Gruppendynamik rund um
Trommel und Rhythmus

Referent: Helmut Kaiser



Nr. 2-28599

🔗 OBA der Lebenshilfe
und KEB

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.



📅 26.04.25 / 13.09.25
08.11.25



Beer Jörg, Betreuer



10 - 15 Uhr



25 € Kochschürze
pro Termin mitbringen



OBA Lebenshilfe,
Friedrich-Ebertstr. 2a,
Amberg



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



Nr. 2-28620

🔗 OBA der Lebenshilfe
und KEB

**Workshop-Reihe****Club der Kreativen****Raum für Gestaltungsfreiheit**

Gemeinsam werden schöne Dinge ge-
staltet 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.



23.03.24 / 27.04.25
29.06.25 / 30.11.25



Sibylle Tschoepe



13 - 17 Uhr



80 €

Kleidung mitbrin-
gen, die schmutzig
werden darf



OBA Lebenshilfe,
Friedrich-Ebertstr. 2a,
Amberg



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



Nr. 2-28259

📅 **2 Termine:**
So 04.05.2025,
So 06.07.2025,
jew. 15 - 17 Uhr

📍 Wunderhof, Eckertsfeld
1, 92262 Birgland

€ 15€

📄 Anmeldung unbedingt
erforderlich unter:
info@wunderhof.de
oder 09666/188249

🔗 Wunderhof mit KEB

Hinweis: weitere Infos
unter: www.wunder-
hof.de; max. 25 Pers.

Referentin:
Evi Steiner-Böhm

Führungen**Kunst und Natur im Dialog****Führung und Atelierbesuch**

Der Wunderhof von Evi Steiner-Böhm
bietet eine harmonische Verbindung
von Kunst und Natur, die sowohl zum
Entspannen als auch zum Nachdenken
einlädt. Die Idee, verschiedene Lebens-
abschnitte durch die Gestaltung des
Gartens zu symbolisieren, ist sehr inspi-
rierend. Es ist auch beeindruckend, dass
der Umweltgedanke so stark im Fokus
steht und der Garten naturnah bewirt-
schaftet wird. Die Auszeichnung als Na-
turgarten 2024 ist sicherlich eine schö-
ne Bestätigung für die Bemühungen um
Nachhaltigkeit. Ein Besuch, bei dem
man durch den Garten geführt wird und
anschließend im Atelier bei Kaffee und
Kuchen mehr über die künstlerische
Umsetzung der Naturinspirationen er-
fährt, klingt nach einer bereichernden
Erfahrung.



Nr. 2-28604

OBA der Lebenshilfe
und 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.

**Thema und Datum
siehe weiter unten****Bettina Kreil
Anna-Lena Pöpperl****15 - 19 Uhr****25 €** pro Termin**OBA Lebenshilfe,
Friedrich-Ebertstr. 2a,
Amberg****OBA Tel. 09621/3081266
sabine.reithmaier@lebenshilfe-
amberg.de)****24.05.2025 Wer will ich sein?
Schminktipp für den Discobesuch****19.07.2025 Was tut mir gut?
Schmuck und Taschen basteln****29.11.2025 Wie ich mich präsentiere -
Das bin ich! (mit Modenschau, Setcards)****Workshop****Chor-Workshop Weltmusik:
Internationale Lieder****Kennenlernen - Vertiefen - mehrstimmig interpretieren**

Ungefähre Übungseinheiten:

Fr.: ca 19.30 - 22 h

Sa.: ca 9-12 h, 15-18h, 19.30- 21h

So.: ca 9-12h

Hinweis: Die Gebühr beinhaltet 2x ÜN/
Vollpension. Die zusätzliche Kursgebühr (40€) ist
vor Ort zu entrichten.
mind. 20, max. 30 TN; ab 1.5. sind gestufte Stornogebühren fällig.Bitte bei der Anmeldung angeben ob EZ oder DZ
und ob vegetarisches Essen. Nicht-Chormitgliedern
bitte die Stimmlage mitteilen.

Referent: Franz-Xaver Reinprecht

Nr. 2-28301

**Fr 04.07.25, 18 Uhr -
So 06.07.2025, 13 Uhr**Haus Johannisthal,
Windischeschenbach€ DZ 135 €, EZ 145 €
LastschriftKEB, Tel.
09621/9117862;
info@keb-amberg-
sulzbach.de, am
einfachsten per
Onlineanmeldung
Anmeldeschluss
01.06.2025

☞ Multichor mit KEB

**BUCHHANDLUNG
DORNER**Luitpoldplatz 4 · 92237 Sulzbach-Rosenberg
Tel: 0 96 61 / 9 06 99 65 · Fax: 0 96 61 / 9 06 99 67
www.buch-dorner.de · suro@buch-dorner.de**MINERVA liest**die Lesereihe der Buchhandlung Dorner mit Vorstellung von
Klassikern & Neuerscheinungen

jeden 1. Dienstag im Monat um 9:30 Uhr – Eintritt frei!

**Gerne stellen wir auch für Ihre Gruppe eine individuelle
Leseveranstaltung zusammen.**Find us on
Facebookand on
Instagram

BuchDorner

Newsletter abonnieren unter
www.buch-dorner.de/Veranstaltungen.



LITERATUR

Nr. 2-28908

- 📍 Buchhandlung Dörner, Luitpoldplatz 4, 92237 Sulzbach-Rosenberg
- € Eintritt frei (Getränke und Kuchen je nach individueller Bestellung)
- 📞 nähere Infos unter Tel: 09661/9069965 oder email: suro@buchdoerner.de
- 🚗 Buchhandlung Dörner mit KEB

Information**„MINERVA liest“****Buchvorstellung von Klassikern und Neuerscheinungen**

Das Team der Buchhandlung Dörner stellt Ihnen in gemütlicher Runde Buchtitel vor, die das Lesen zum Vergnügen machen.

Während 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.

- Di 01.04.2025, 15:00 – 16:15 Uhr
- Di 06.05.2025, 15:00 – 16:15 Uhr
- Di 03.06.2025, 15:00 – 16:15 Uhr
- Di 08.07.2025, 15:00 – 16:15 Uhr
- Di 02.09.2025, 15:00 – 16:15 Uhr



Nr. 2-28995

📅 **Fr 04.04.2025,
19:00 Uhr**

- 📍 Provinzialbibliothek, Malteserplatz 4, 92224 Amberg – Barocksaal
- € Eintritt frei – Spenden erwünscht
- 🚗 Provinzialbibliothek, HVOR (AM) mit KEB

Vortrag**„Das Hundevieh beißt nicht“****Ludwig Thoma (1867-1921) und der Simplicissimus im Rahmen der „Langen Nacht der Bibliotheken“**

Bis 1914 war Ludwig Thoma (1867-1921) ein scharfer Kritiker des Wilhelminischen Kaiserreichs und gehörte zu den Autoren der Satire-Zeitschrift *Simplicissimus*. Ein Skandal um ein Titelbild und ein Gedicht gegen Wilhelm II. führte zu einem Zensurprozess, der Frank Wedekind ins Gefängnis brachte. Thoma nutzte die Gelegenheit, die Zeitschrift durch seine Arbeit auf Erfolgskurs zu bringen. Er wurde durch mehrere Presseprozesse berühmt und stieg vom entlaufenen Rechtsanwalt zum erfolgreichen Dramatiker und Millionär auf. Gertrud Maria Rösch zeigt, wie Thoma vom Kritiker zum bedingungslosen Patriot wurde, der im Weltkrieg an der Front kämpfte und gegen die Weimarer Republik hetzte. Thoma bleibt ein Beispiel dafür, wie sich der Einzelne mit den unkontrollierbaren Zeitläufen auseinandersetzen kann.

Referentin: Prof. Gertrud Maria Rösch



Nr. 2-28595

📅 **So 06.04.2025,
11:00 Uhr**

- 📍 Literaturhaus Oberpfalz, Rosenberger Str. 9, 92237 Sulzbach-Rosenberg
- 📞 Literaturarchiv unter Tel. 09661/815959-0; info@literaturarchiv.de
- 🚗 Literaturarchiv mit KEB

Führung und Gespräch zur Ausstellung**Finissage IM AUGENBLICK****Fotografische Begegnungen mit Heike Bogenberger. Zum Ende ihrer Ausstellung führt Heike Bogenberger durch ihre Porträt-Galerie.**

„Wir laden zur Finissage der Sonderausstellung „im Augenblick. Fotografische Begegnungen mit Heike Bogenberger“ ein! Die Fotografin führt das Publikum persönlich durch ihre Bilderwelten. Im Dialog mit Patricia Preuß gibt sie Einblicke in ihre Arbeit, erzählt Anekdoten und signiert ihren Porträtband „72 BILDER“. Überraschende musikalische Elemente sind möglich. Heike Bogen-

berger beschreibt ihren Arbeitsprozess: „Fotografieren auf Film ist Warten, Vorfreude, Überraschung. All dies gehört zum Zauber der Fotografie.“ Der Titel der Ausstellung bezieht sich auf den entscheidenden Moment des Auslösens, aber auch auf den Blick der Fotografin und der Porträtierten - das „Im-Augenblick-Sein.“

Referentin: Heike Bogenberger

Moderation: Patricia Preuß



AutorInnengespräch

Grand-papa

Lesung und Gespräch mit Natalie Buchholz über ihre deutsch-französische Familiengeschichte

Ein Zufallsfund weckt in Natalie Buchholz die Erinnerung an ihren verstorbenen Großvater Anatole. In ihrem Roman Grand-papa erkundet sie seine Biografie, einen Mann, der zwischen Deutschland und Frankreich hin- und hergerissen war. Mit poetischer Präzision untersucht die Autorin die Zerrissenheit einer deutsch-französischen Familie und entdeckt dabei eine bittere Wahrheit. Natalie Buchholz, 1977 in Frankreich geboren, wuchs in München auf und lebt heute in München und im Inntal.

Referentin: Natalie Buchholz, Autorin

Moderation: Patricia Preuß

Nr. 2-28596

**Mi 09.04.2025,
19:00 – 20:30 Uhr**

Literaturhaus Oberpfalz,
Rosenberger Str. 9,
92237 Sulzbach-
Rosenberg

€ 10€, ermäßigt 7€

nt-ticket.de – Infos:
Literaturarchiv Sulzbach-
Rosenberg e. V. Tel.
09661/815959-0;
info@literaturarchiv.de

Literaturarchiv
Sulzbach-Rosenberg
e.V. mit KEB



Nr. 2-28933

**Di 06.05.2025,
19:00 – 20:30 Uhr**

Literaturhaus Oberpfalz

€ bitte bei Anmeldung
erfragen

nt-ticket.de – Infos:
Literaturarchiv Sulzbach-
Rosenberg e. V. Tel.
09661/815959-0;
info@literaturarchiv.de

Literaturarchiv mit KEB



Nr. 2-28934

**Mo 23.06.2025,
19:00 – 20:30 Uhr**

Literaturhaus Oberpfalz

€ bitte bei Anmeldung
erfragen

nt-ticket.de – Infos:
Literaturarchiv Tel.
09661/815959-0;
info@literaturarchiv.de

Literaturarchiv mit KEB

AutorInnengespräch

Schreiben im Turm

Lesung und Gespräch mit Ozan Zakariya Kes-kinkýlýç

Der diesjährige Turm-Stipendiat wird im Mai den alten Wehrturm beziehen. Mit seinem zweiten Lyrik-Projekt Elefantengeister, das die Legende des weißen Elefanten Abul Abbas erzählt, hat er die Jury überzeugt. In seinen Gedichten thematisiert Kes-kinkýlýç Gesellschaftsstrukturen, Mythologie und Entwürfe für ein Miteinander ohne Rassismus. Der Lyriker, Prosaautor und Essayist nimmt auch zur Tagespolitik Stellung und ist Mitglied der Expertenkommission gegen antimuslimischen Rassismus.

Referent: Kes-kinkýlýç Ozan Zakariya

Moderation: Katharina Erlenwein

AutorInnengespräch

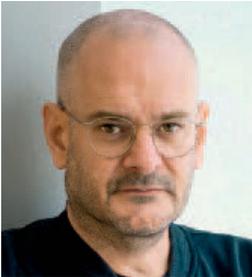
Heimweh im Paradies

Thomas Mann in Kalifornien

Los Angeles in den 1940er-Jahren: Exilanten aus Europa, die im Nazi-Deutschland keine Heimat mehr haben, sind hier gestrandet. Darunter Komponist Arnold Schönberg und Autoren wie Thomas Mann, der als König der Emigranten gefeiert wird. In seinem Haus in Pacific Palisades arbeitet er an Doktor Faustus, um die deutschen Wurzeln des Nationalsozialismus zu verstehen. Martin Mittelmeier erzählt atmosphärisch von den Hoffnungen, Konflikten und Triumphen des Nobelpreisträgers, der sich in der Exil-Gesellschaft fragt, wie es ist, deutsch zu sein, Kunst zu schaffen und die Menschen zu lieben. Sicher, aber fern der Heimat, suchte er nach dem „guten Deutschland“.

Referent: Mittelmeier Martin, Autor und Lektor

Moderation: Geiger Thomas



Nr. 2-28935

**Sa 12.07.2025,
16:00 – 20:30 Uhr**

Literaturhaus Oberpfalz,
Rosenberger Str. 9,
92237 Sulzbach-
Rosenberg

weitere Infos beim Lite-
raturarchiv unter Tel.
09661/815959-0; in-
fo@literaturarchiv.de

Literaturarchiv
Sulzbach-Rosenberg
e.V. mit KEB

Literatursommerfest

mit Autorengesprächen, Lesungen und Musik

Erwartet werden u.a. Judith Kuckart und Jonas Lüscher, die ihre aktuellen Romane vorstellen werden. Von einer Gegenwart, die gern mehr über ihre Zukunft wüsste, erzählt Jonas Lüschers Roman „Verzauberte Vorbestimmung“, der sich eindrücklich mit der Corona-Pandemie auseinandersetzt. Die Tänzerin, Regisseurin und Schriftstellerin Judith Kuckart erzählt in „Die Welt zwischen den Nachrichten“ entlang ihrer Biografie und blickt damit auch zurück in die alte Bundesrepublik und lässt die Erfahrungswelt ihrer Generation lebendig werden. Geplant ist auch die Eröffnung einer neuen Sonderausstellung mit Fotografien von Renate von Mangoldt, die ebenfalls zu Gast sein wird.



Nr. 2-28998

**Do 21.08.2025,
19:00 Uhr**

Provincialbibliothek,
Malteserplatz 4, 92224
Amberg – Barocksaal

Provincialbibliothek mit
KEB und HVOR (AM)

Moderation: Siglinde Kurz,
Bibliotheksleiterin

Symposium - Buchvorstellung mit Vortrag

ARTES

Kunst und Künste in Oberpfälzer Klöstern

Bei der Beschäftigung der Klöster mit den „Künsten“ assoziiert man zunächst die grandiosen Klosterbauten aus der Barockzeit, ausgestattet mit Meisterwerken der Bildenden Kunst in Kirchenräumen, Bibliotheks- und Kongregationssälen. Neben den „schönen Künsten“ wurden aber auch im Sinne von einem weiten, vormodernen Kunstbegriff „ARS“ Fertigkeiten aller Art thematisiert. Dazu gehörten etwa die Kunst, gut zu regieren, Anleitungen über die Kunst des heilsamen Sterbens oder auch ein Gesamtkunstwerk Wallfahrt zu orchestrieren. Vorgestellt wird der Tagungsband, der die Ergebnisse des im Sommer 2023 in der Provincialbibliothek Amberg abgehaltenen 5. Oberpfälzer Kloster Symposiums „ARTES“ versammelt.

Banking,
so flexibel wie
Ihr Leben.

Wir sind die Bank,
die immer für Sie da ist!

Egal wie und egal wann.



VR BANK
AMBERG-SULZBACH EG

09621 479-0 | www.vr-as.de

GESUNDHEIT





Nr. 2-28669

**Sa 29.03.2025,
9:00 – 17:00 Uhr**

Malteser Hilfsdienst,
Sulzbacher Str. 15A

€ pro Teilnehmer 60,00€

MHD mit KEB

Nr. 2-28327

**laufender Kurs:
montags 9:00 Uhr**

Waldbrücke, 92253
Schnaittenbach

Kontaktadresse:
Daller Inge 09622/3606

KDFB Schnaittenbach
mit KEB

Nr. 2-28660

**laufender Kurs immer
dienstags, 10 – 11:30
Uhr**

Pfarrsaal St. Konrad,
Ahnherrnstr. 10, 92224
Amberg

KDFB St. Konrad mit
KEB

Nr. 2-28328

**laufender Kurs:
mittwochs von 17:40
bis 19:10 Uhr**

Vitusheim,
Schnaittenbach

Luke Lubber, Tel.
09663/1790

KDFB Schnaittenbach
mit KEB

Kurs

Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Gibt allen, die mit Kindern umgehen, die nötige Sicherheit im Alltag. Inklusive Teilnahmebescheinigung und Erste-Hilfe-Broschüre

Hinweis: Anmeldung online: www.malteser-kurse.de, mail: ausbildung.r-nord@malteser.org,
Telefon: 09621 / 4933-0

Kurs

Anleitung zum Nordic Walking

Referent:
Doris Panek



Kurs

Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule

Referentin: Marina Wegener

Kurs

Anleitung zu Yoga

Referent: Luke Lubber



Nr. 2-28658

**dienstags von 16-17
Uhr**

Pfarrzentrum St. Michael

€ 18 € für 6 Treffen (bar)

direkt bei Fr. Maluche,
Tel. 0160 98606649

PGR St. Michael mit
KEB

Kurs

Tanz mit – bleib t!d

Tanzkreis für Jung und Alt

Tanzen hält körperlich und geistig fit, ist eine aktive Gesundheitsfürsorge und ein moderates Ausdauertraining

Hinweis: Schnuppern jederzeit möglich!

Referentin: Beate Maluche,
zertifizierte Seniorentanzleiterin

Kurs

Rio Abierto PLUS – auf dem Weg zur Lebendigkeit

... tiefer und immer wieder neu eintauchen

Rio Abierto bedeutet gesunde Bewegung zu Musik nach dem Motto: Raus aus dem Kopf und rein in den Körper.

Was bedeutet das Plus? Das Plus an Zeit lässt tiefer und immer wieder neu eintauchen. Plus bedeutet Zuhören auf vielen Ebenen - mir selbst und anderen.

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

Referentin: Kerstin Klug,
int. Rio Abierto Trainerin

Rio Abierto PLUS - Neu beginnen
Fr 21.03.2025, 18:00 – 20:00 Uhr

Rio Abierto PLUS - Die Mitte
Fr 11.04.2025, 18:00 – 20:00 Uhr

und weitere Termine (fortlaufender Kurs)



Anmeldung bei kerstin.klug@posteo.de oder 01577 175 6806

Nr. 2-28279

Turnhalle des HPZ,
Fallweg 43, 92224
Amberg

€ Dreierpaket: 58 €
Einzelbuchung bis Fr. 13
Uhr: 22 €

Einstieg ist jederzeit
möglich; bitte vorher
anmelden bei Kerstin
Klug, Tel. 0157 7175
6806 oder unter
kerstin.klug@posteo.de;
möglichst jeweils bis Fr.,
13 Uhr!

Freizeitclub der
Lebenshilfe Amberg-
Sulzbach e.V., KEB



Nr. 2-28661

laufender wöchentlicher Kurs, montags 16:00 – 17:30 Uhr

📍 Pfarrsaal St. Konrad, Ahnherrnstr. 10, 92224 Amberg

∞ KAB St. Konrad mit KEB



Nr. 2-28610

∞ OBA der Lebenshilfe und KEB

Kurs

Fit & beweglich: Rhythmische Bewegung und Gymnastik für aktive 60 Plus

Hinweis: jeden Dienstag (außer in den Ferien!)

Referentinnen: Maria Losch

Annemarie Schafbauer

Theresia Finger

Inklusive Kursreihe

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.



20.03./27.03./
03.04./ 10.04.2025



Susanne Bankhead



jew. 18 - 19 Uhr



28 € Matte, Decke und bequeme Kleidung mitbringen



SVE,
Haager Weg 19, Amberg



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



Nr. 2-28659

laufende Kurse immer mittwochs 17:45 bis 20:00 Uhr

📍 Pfarrsaal St. Konrad, Ahnherrnstr. 10, 92224 Amberg

📞 Kontakt: Martha Renner
Tel.: 09621/ 96 09 47 4

∞ DJK mit KEB

Kurs

Anleitung zu Yoga

Hinweis: jeden Mittwoch 17.45 - 18.45 Uhr und 19 - 20 Uhr

Referentin: Martha Renner



Nr. 2-28547

fortlaufender Kurs montags 18:30 bis 19:30 Uhr dienstags 9:30 bis 10:30 Uhr

📍 Pfarrheim Peter-Lippert-Straße 13

∞ KDfB Hl. Dreifaltigkeit mit KEB

Kurs

Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule

Referentin: Karin Donhauser



Information

Demenz braucht DICH!

Menschen mit Demenz begegnet man nicht nur im persönlichen Umfeld. Sie begegnen uns in der Arbeit, bei Einkäufen und in der Nachbarschaft. Sie haben Probleme in der Orientierung und Organisation ihres Alltags. Damit Menschen mit Demenz auch weiterhin selbstbestimmt Leben können, kann das soziale Umfeld unmittelbar dazu beitragen. Dieser Kompaktkurs vermittelt Grundwissen und gibt Sicherheit im Umgang mit dementiell erkrankten Menschen. Alle Interessenten sind herzlich eingeladen teilzunehmen.

Hinweis: Anmeldung erbeten!

Referentin: Maria Kammermeier,
Vorsitzende der Alzheimergesellschaft Oberpfalz

Nr. 2-28991

Mi 09.04.2025, 18:30 – 20:00 Uhr

📍 Sitzungssaal Rathaus Kümmerbruck, Schulstr. 37, 92245 Kümmerbruck

€ kostenlos

📞 Seniorenmosaik im Naturpark Hirschwald Barbara Hernes 09621/70843 – info@seniorenmosaik.de

∞ Seniorenmosaik mit Gde. Ursensollen und KEB



Nr. 2-28204

**Do 10.04.2025,
19:00 – 20:30 Uhr**

KEB,
Dreifaltigkeitsstraße 3

9€ (inkl. Snacks u.
Getränke)
Lastschrift

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

KEB

Vortrag

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

Hinweis: Als Kostprobe stehen kleine Snacks und Getränke zur Verfügung.



Nr. 2-28979

**Sa 12.04.2025,
10:00 – 11:00 Uhr**

beim alten Brukeller in
Ursensollen

kostenlos

Infos gibt es beim
Seniorenmosaik
Jennifer Nelhiebel
0170/5886351

Seniorenmosaik, Gem.
Ursensollen mit KEB

Geführte Wanderung

Osterspaziergang für Senioren

Bräuche rund um Ostern

Bräuche um Ostern existieren schon seit vielen Jahrhunderten. Wir laden Sie hiermit zu einem außergewöhnlichen aber schönen, seniorengerechten Oster-spaziergang ein, bei dem die Erinnerungen und Bräuche von Ostern im Vordergrund stehen.

Hinweis: Dieses Angebot findet im Rahmen des Projektes „Dabei und mittendrin in Ursensollen statt“ und wird vom bayrischen Demenzfond gefördert.

Referentin: Jennifer Nelhiebel,
Gerontopsychiatrische Fachkraft und Kruterpdagogin



Nr. 2-28368

Bildungshaus Don
Bosco Ensndorf

10 €

Kloster Ensndorf

Umweltstation Ensndorf
mit KEB

Die Veranstaltung
findet ab 12 bis max.
15 Personen statt. Ab
5 Jahren (in Begleitung
eines Erwachsenen)
geeignet.

Termine:

So 13.04.2025

So 13.07.2025

So 25.10.2025

jeweils 10-12 Uhr

Exkursion und Kruterworkshop

Kräuterwanderung durch die Jahreszeiten

Die faszinierende Welt der 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.

Hinweis: Zum Mitbringen: Wetterangepasste Kleidung!

Referent: Nicole Obermeier, Kruterpdagogin



Nr. 2-28394

**Mo 21.04.2025
Termine immer
montags, 16:30 –
17:30 Uhr**

LGS Gelände, Amberg

40 €

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

KEB

Kurs

„Bewegung lockert Körper und Seele“ 10 x

**in Balance kommen - ein Ganzkörpertraining
mit Einführung in Nordic Walking  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.

Hinweis: Bequeme Kleidung, Sportschuhe, Stcke.
Treffpunkt: Kneipp Becken. Bei Regen entfällt der Termin und wird nachgeholt! Bitte bei der Anmeldung die Handynummer mit angeben für die Gründung einer WhatsApp Gruppe.

Referentin: Rita Schmidt



Nr. 2-28666

**Sa 26.04.2025,
9:00 – 17:00 Uhr**

Malteser Hilfsdienst,
Sulzbacher Str. 15A,
92224 Amberg

€ 60,00 €

online: www.malteser-kurse.de, Mail:
ausbildung.nord@malteser.org,
Telefon: 09621 / 4933-0

Malteser Hilfsdienst mit
KEB

Kurs

Erste-Hilfe-Grundkurs

auch für Betriebsersthelfer, Übungsleiter, Führerscheinbewerber geeignet

Der Erste Hilfe Grundlehrgang ist das Basisangebot für die Grundlagen der Ersten Hilfe, das Erkennen und Einschätzen von Gefahren und die Durchführung der richtigen Maßnahmen, wie zum Beispiel die Wiederbelebung. Die Kurse sind so gestaltet, dass das Lernen Spaß macht. Moderne Medien und eine entsprechende medizinische und pädagogische Qualifikation unserer Ausbilder garantieren, dass Sie im tatsächlichen Notfall schnell und sicher helfen können und auch mit den alltäglichen „kleinen“ Katastrophen sicher umgehen können.



Nr. 2-28978

**Sa 03.05.2025,
10:00 – 11:00 Uhr**

Erlheim gegenüber vom
Erlhof

€ kostenlos

Infos gibt es beim
Seniorenmosaik
Jennifer Nelhiebel
0170/5886351

Seniorenmosaik, Gem.
Ursensollen mit KEB

Geführte Wanderung

Der Wonnemonat Mai lockt uns wieder ins Freie

Der Wonnemonat Mai lädt zum Entdecken ein. Vom duftenden Waldmeister, schmackhaften Holunderblüten, krabbelnden Maikäfern, bezaubernden Vogelgesang bis zu wunderschönen Maiglöckchen können wir alles riechen, schmecken, sehen und beobachten. Wir wollen bei einem gemeinsamen Spaziergang die Natur mit allen Sinnen erkunden, Erinnerungen wecken und uns über Maitage von früher austauschen.

Hinweis: Dieses Angebot findet im Rahmen des Projektes „Dabei und mittendrin in Ursensollen statt“ und wird vom bayrischen Demenzfond gefördert.

Referentin: Jennifer Nelhiebel,
Gerontopsychiatrische Fachkraft und Kräuterpädagogin

Nr. 2-28670

**Di 20.05.2025,
8:30 Uhr – Mi
21.05.2025, 16:30 Uhr**

St. Anna Krankenhaus,
Krankenhausstraße 16,
92237 Sulzbach-
Rosenberg

€ 200€ – für SEGA-
Mitglieder 150€

und Informationen
www.sega-ev.de SEGA
e.V., Nelkenstraße 4,
92237 Sulzbach-
Rosenberg, Tel. 09661
3048616, Fax 09661
3048617, info@sega-ev.de

**Anmeldeschluss
09.05.2025**

SEGA-Akademie mit St.
Anna-Krankenhaus Su-
Ro und KEB,

Schulung

Basiskurs Gerontopsychiatrie

für MitarbeiterInnen ambulanter und stationärer Einrichtungen
auch für Betreuungskräfte nach § 87 b und § 45 a nach ABS. III SGB XI der Alten- und Gesundheitshilfe

Der demographische Wandel in der Gesellschaft erfordert spezielle Kompetenzen der Menschen, die in der Pflege, Betreuung und Begleitung alter Menschen mit gerontopsychiatrischen Erkrankungen, insbesondere der Demenz, tätig sind. Sie gehören zu den anspruchsvollen und auch schwierigen Aufgaben in allen helfenden Berufen. Hier Kenntnisse zu vermitteln, eigene Erfahrungen auszutauschen und daraus zu lernen, ist Grundlage für das Konzept der Basisqualifikation.

Der 2tägige Basiskurs Gerontopsychiatrie umfasst 18 Unterrichtsstunden, weiterführende Aufbaukurse werden von der SEGA-Akademie angeboten. Tagesablauf auf der Internetseite der SEGA. Bei vollständiger Teilnahme wird das SEGA-Zertifikat erteilt. Der Kurs findet im Rahmen der SEGA-Akademie statt.

Hinweis: In der Kursgebühr sind Infomaterial, Teilnahmebescheinigung sowie Verköstigung enthalten. Zahlungsbedingungen 8 Tage, netto Die Anmeldefrist endet am 09.05.2025 danach ist keine Erstattung der Kursgebühr (auch bei Krankheit) möglich.

Referent: SEGA-Team



Nr. 2-28465

**Mo 16.06.2025,
17:30 Uhr – Mo
21.07.2025, 18:30 Uhr**

- 📍 Sportpark Hirschau
- € 80€ für Mitglieder, 85€ für Nichtmitglieder
- 📞 bei S. Stepan, Tel. 09622/3982
- 🔗 KDFB Hirschau mit KEB



Nr. 2-28388

**Di 24.06.2025 +
Di 22.07.2025
14:00 – 15:30 Uhr**

- 📍 KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg
- € kostenlos
- 📞 Anmeldung/Infos unter 09621/49 33 50 bei Birgit Hübner oder per mail: birgit.huebner@malteser.org
- 🔗 Fachstelle für pflegende Angehörige im MHD mit KEB

Nr. 2-28466

**Sa 28.06.2025,
9:00 Uhr**

- 📍 Pfarrheim Hirschau
- € 10,00€ für Mitglieder, 15,00€ für Nichtmitglieder
- 📞 bei S. Stepan, Tel. 09622/3982
- Anmeldeschluss 20.06.2025**
- 🔗 KDFB Hirschau mit KEB

Kurs**Beckenbodengymnastik 6 x**

Hinweis: Begrenzte Teilnehmerzahl
Anmeldung nur gültig bei vorheriger Überweisung der Gebühr auf das Konto des Frauenbundes.
Anmeldeschluss: 29.05.2025

Referentin: Ingrid Reif, Physiotherapeutin

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.

Referenten: Birgit Hübner

Ekkehard Gauglitz,
Berater beim Bezirk Oberpfalz

Kurs**„Frühaufsteher-Yoga“
mit anschließendem Frühstück im Pfarrheim****Hinweis:** Yogamatte ist mitzubringen.

Anmeldung ist nur gültig bei vorheriger Überweisung der Gebühr auf das Konto des Frauenbundes.

Referentin: Andrea Scheibl

Nr. 2-28472

**Montag, 07.07.25:
8 - 14:30 Uhr
Dienstag, 08.07.25:
8 - 15 Uhr
Montag, 14.07.25:
8 - 15 Uhr
Freitag, 18.07.25:
8 - 14:30 Uhr**

- 📍 via Online-Konferenz
- € 70€ / SEGA-Mitglieder: 50€
- 📞 SEGA e.V. unter service@sega-ev.de oder Tel: 09661/3048616
Anmeldefrist endet am 27.06.2025; danach keine Erstattung der Kursgebühr (auch bei Krankheit) mehr möglich
- 🔗 SEGA-Akademie mit KEB

Online-Schulung**Helferkreis-Schulung im Rahmen des Pflegeleistungs-Ergänzungsgesetzes**

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

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. Der Online-Link zur Schulung erfolgt nach Anmeldung ab dem 01.07.2025
SEGA-Mitglieder erhalten 25€ zurückerstattet, wenn sie für die SEGA ehrenamtlich tätig sind/ werden.



Nr. 2-28438

**Mi 09.07.2025,
19:00 Uhr**

- 📍 Pfarrsaal Raigering, Immenstetter Str. 12, 92224 Amberg/ Raigering
- € 25€ zzgl. ca.20€ Materialkosten
- 📞 Anmeldung erforderlich bei Angelika Kirner, Tel. 2 23 50.
- 🔗 KDFB Aschach-Raigering mit KEB

Vortrag**MAKS Therapie
nicht medikamentöse Behandlungsmethode bei DEMENZ**

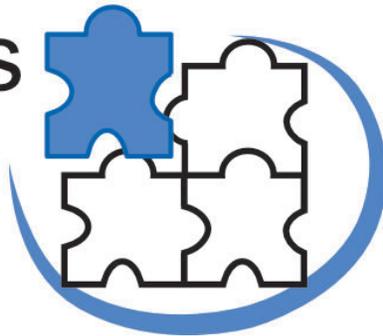
Referentin: Gabi Riß



LeA

Lebensqualität

fürs Alter



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 17,50 € für 5 Treffen (3,50 € pro Treffen).

Die Schwerpunkte des Trainingsprogramms sind:

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

Nr. 2-28351

fortlaufender Kurs:
donnerstags 9 bis
10:30 Uhr

-  Pfarrheim Ehenfeld
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  PGR Ehenfeld mit KEB

Nr. 2-29035

fortlaufender Kurs:
dienstags 9 bis 10:30
Uhr

-  Pfarrheim
Großschönbrunn
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  PGR Freihung mit KEB

Nr. 2-28236

fortlaufender Kurs:
mittwochs 09:00 bis
10:30 Uhr

-  Klostergerwölbe,
Mühlstraße, 92248
Hahnbach
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  KDFB mit KEB

Nr. 2-28567

fortlaufender Kurs:
donnerstags 9 bis
10.30 Uhr

-  Pfarrheim St. Josef,
92286 Rieden
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  PGR Mariä Himmelfahrt
mit KEB

Nr. 2-28373

fortlaufender Kurs,
donnerstags 9 – 10:30
Uhr

-  Saal, 1. Stock,
Hammerschloss (mit
Aufzug erreichbar)
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  PGR mit KEB

Kurs**Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Ehenfeld**

Referentin: Hildegard Kohl (Tel. 09608/91230)

Kurs**Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Großschönbrunn**

Referentin: Hildegard Kohl (Tel. 09608/91230)

Kurs**Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Hahnbach**

Referentin: Brigitte Enghard (Tel. 09628/1396)

Kurs**Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Rieden**

Referentin: Sabine Baumeister-Kiener (Tel. 09621/470171)

Kurs**Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Schmidmühlen**

Referentin: Ursula Kass (Tel. 09438/4404)

Nr. 2-28587

fortlaufender Kurs:
montags 14.30 bis
16:00 Uhr

-  Pfarrheim St. Martin,
Unteres
Apothekergässchen 1A
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  PGR St. Martin mit KEB

Nr. 2-28589

fortlaufender Kurs:
dienstags 9.15 bis
10.45 Uhr

-  Pfarrzentrum St.
Antonius
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  PGR St. Antonius mit
KEB

Nr. 2-28590

fortlaufender Kurs:
dienstags 11.00 bis
12.30 Uhr

-  Pfarrzentrum St.
Antonius
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  PGR St. Antonius mit
KEB

Nr. 2-28588

fortlaufender Kurs:
mittwochs 14.30 bis
16.00 Uhr

-  Pfarrheim Paulsdorf, An
den Weihern 10.
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  PGR Hl. Dreifaltigkeit
mit KEB

Nr. 2-28940

Termine ab Herbst
2025 geplant

-  Pfarrheim Freihung, Am
Harranger 7
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  PGR mit KEB

Kurs**Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Amberg St. Martin**

Referentin: Karin Netta (Tel. 09621/21801)

Kurs**Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Kümmersbruck 1**

Referentin: Annegret Biehler (Tel. 09621/75604)

Kurs**Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Kümmersbruck 2**

Referentin: Annegret Biehler (Tel. 09621/75604)

Kurs**Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Paulsdorf**

Referentin: Karin Netta (Tel. 09621/21801)

Kurs**Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Freihung**

Referentin: Martina Stauber (Tel.: 09646/8144)

Vortrag

„Sing ma no oans“ – mit Musik in Bewegung bleiben

LeA-Begegnungsnachmittag

Nr. 2-28047

**Do 10.04.2025,
14:30 – 17:00 Uhr**

📍 Rödlashütte, 92242
Hirschau

€ 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
28.03.2025

∞ KEB

Singen ist der Schlüssel zur Seele und öffnet das Herz. Viele positive Eigenschaften sind mit dem Singen oder dem Hören von altbekannten Liedern verbunden. Bis ins hohe Alter können Erinnerungen aktiviert werden, es wirkt dem Sprachverlust entgegen und das Singen in der Gemeinschaft fördert das Wohlbefinden. An diesem Nachmittag wird uns die Volksmusikpflegerin Simone Lautenschlager mit ihrer Einführung in traditionelles bayerisches Liedgut so manches bekannte Lied in Erinnerung rufen und zum aktiven Mitsingen animieren. Nebenbei dürfen wir dabei auch die positiven Auswirkungen von Musik in Theorie und Praxis erfahren.

Referentin: Simone Lautenschlager, Leiterin der Volksmusikstelle Oberpfalz



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

PERSÖNLICHKEITS- BILDUNG





Nr. 2-28932

laufende Kurse:
montags 17-20 Uhr,
dienstags 14-17 Uhr
(beide Amberg);
samstags 10-13 Uhr in
Vilseck

€ kostenlos

Info und Anmeldung bei
 Astrid Knab, Telefon /
 Whatsapp
 0151-18538698 oder
 Email:

wirhelfen@malteser.org
 Ukraine-Hilfe der
 Malteser im Bist. Rgbg
 und Flüchtlingsberatung
 des CV Amberg-
 Sulzbach e.V. mit KEB

Sprachkurs

Café Communio

Sprachcafé für geflüchtete Menschen

Café 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. Durch die KOMMUNIKATION in den kleineren Gruppen soll auch Gemeinschaft (COMMUNIO) gefördert und das Ankommen erleichtert werden.

Hinweis: gefördert durch den Flüchtlingsfond des Bistums Regensburg

Trauer-Workshops

Steine auf dem Weg – mit Gestalten eines Erinnerungssteines

Anleitung zur kreativen Trauerbewältigung

Es gibt viele Situationen im Leben, die den Weg beschweren oder scheinbar unbehagbar machen. Situationen, die wie Steine auf unserem Lebensweg liegen. Greifen wir nach den Steinen. Heben wir sie auf. Fühlen und erspüren wir sie. Gestalten wir sie und geben wir ihnen die Chance, unsere Wegbegleiter zu werden. Erinnerungssteine, Troststeine, Heilsteine, Trauersteine - an diesem Nachmittag gestalten wir ganz behutsam einen persönlichen Lebensstein, begleitet mit meditativen Gedanken und Impulsen.

Referentin: Sandra Haller, zertifizierte Trauerbegleiterin, Floristin



Nr. 2-28020

So 01.06.2025 oder
So 13.07.2025,
14:00 – 17:30 Uhr

Ulrikes Blumenpavillon,
 Brunulleite 24, 92245
 Kümmersbruck

€ 69 € (inkl. Material,
 Kaffee u. Kuchen und
 einfühlsamer Begleitung
 und Anleitung)

bei Sandra Haller unter
 info@ulrikes-
 blumenpavillon.de oder
 0171-3500303

Ulrikes Blumenpavillon
 mit KEB
 Hinweis: max. 8 Tn.



Nr. 2-28396

27.03.2025 (Teil 1) und
03.04.2025 (Teil 2),
jeweils 18-19:45 Uhr

Pfarrheim Hirschau

AOVE 09664/9539720,
 anmeldung@aove.de

AOVE mit KEB

Kurs

Der Letzte Hilfe Kurs

Der Kurs vermittelt, was am Lebensende möglich ist, um Leiden zu lindern. Es werden Basiswissen und Kompetenzen für eine gute Sorge am Lebensende vermittelt.

Hinweis: Speisen und Getränke sind separat zu bezahlen.

Referenten: Team vom Hospizverein Amberg



Trauer-Workshops

Im Traum bist Du mir nahe – mit Gestalten eines Traumfängers

Anleitung zur kreativen Trauerbewältigung

In Zeiten der Trauer können Träume eine wichtige Rolle bei der Verarbeitung von Emotionen spielen. Gleichzeitig können Träume Trost spenden. Schon in frühen, alten Kulturen spielten Traumfänger eine wichtige und heilsame Rolle. Sie dienen dazu, böse Träume abzuwehren und die guten Träume durch ihr Netz hindurchzulassen. In diesem Seminar nehmen wir die Fäden des Traumfängers liebevoll in die Hand und gestalten dieses besondere Netz, das all die schönen Erinnerungen auffangen darf. Mit unterschiedlichen Materialien wird der Traumfänger vollendet. Dies alles ist begleitet von einer kleinen Traumreisen-Meditation, Gedanken und Impulsen, die helfen wollen, die Last der Trauer etwas leichter zu machen.

So 27.04.2025, 14:00 – 17:30 Uhr

So 29.06.2025, 14:00 – 17:30 Uhr

So 20.07.2025, 14:00 – 17:30 Uhr

Referentin: Sandra Haller, zertifizierte Trauerbegleiterin, Floristin

Autorenvortrag

„Der verletzliche Mensch“

Perspektiven auf eine anthropologische Grundsignatur

Nr. 2-28938

 **Mi 16.04.2025,**
19:00 – 20:30 Uhr

 Historische Druckerei
Seidel, Luitpoldplatz 4,
92237 Sulzbach-
Rosenberg

€ VVK: 10 €
AK: 12 €

 Kartenvorverkauf
möglich bei KEB, Tel.
09621/9117862;
info@keb-amberg-
sulzbach.de (bevorzugt
via Online-Anmeldung
und Lastschrift) oder
bei der Buchhandlung
Dorner, Sulzbach
(09661/9069965)

 KEB mit Buchhandlung
Dorner

Mit der Coronapandemie wurde das Bewusstsein für die Verletzlichkeit des Menschen neu geweckt. Es wurde deutlich, dass jede und jeder grundsätzlich von Krankheit betroffen sein kann. Für das Selbstverständnis der Medizin erscheint es dringend erforderlich, den Blick auf die Grundverletzlichkeit des Menschen weiter zu schärfen. Was ist Verletzlichkeit genau und was verlangt die Perspektive auf die Verletzlichkeit des Menschen der Medizin ab? Welche Antwort muss die Medizin auf die Verletzlichkeit des Menschen geben? Ein Dialog zwischen Medizin, Philosophie, Theologie und Soziologie soll diesen Fragen nachgehen.

Hinweis: Nur bereits bezahlte Karten werden am Eingang hinterlegt.

Referent: Giovanni Maio,
Arzt und Philosoph



Nr. 2-29021

 **Mi 14.05.2025,**
10:00 – 16:00 Uhr

 Institut für
Entwicklungsberatung,
Asterweg 8, 92699
Bechtsrieth

€ 150 €

 direkt beim IFE unter
email: stilp@sigrid-
stilp.de oder per
WhatsApp: 0171 861 82
90

Anmeldeschluss
29.04.2025

 Institut für
Entwicklungsberatung
mit KEB

Workshop

„Tu Dir was Gutes!“

Balsam für Deine Seele

Viele sprechen von Resilienz, wenige tun etwas dafür. „Ich habe keine Zeit dafür!“ Dabei brauchen wir Balsam für unsere Seele genauso dringend wie Wasser und Nahrung, damit es uns gut gehen kann. Fehlt dieser Balsam, verkümmert unsere Seele und wir sind wenig(er) bis gar nicht mehr widerstandsfähig bzw. resilient. Diesen Balsam bekommen wir aber nicht einfach so von außen. Dafür dürfen wir uns schon selbst kümmern. In dieser so hektischen, bewegten und unruhigen Zeit haben wir fast verlernt, wie das geht: selbst für uns zu sorgen. Mit diesem Balsamtag machen wir uns gemeinsam auf den Weg zu uns selbst. Er soll Balsam für Deine Seele sein und Dir Deinen ganz individuellen Weg zu Deiner ganz persönlichen Selbstfürsorge zeigen. Du füllst Deinen „Erste Hilfe Koffer“ für herausfordernde Zeiten und Situationen.

Inhalt:

Ankommens-Meditation oder Phantasiereise;
Mikro-Input zum Thema Selbstfürsorge;
Übungen und Methoden für den "Notfallkoffer";
Bearbeiten der eigenen Themen je nach Bedarf
der Teilnehmenden

Hinweis: max. 6 TN; Eine Stunde Mittagspause
mit optionaler Essensbestellung

Referentin: Sigrid Stilp-Weiß,

Master Coach (EASC), Lehrtrainerin und Ausbilderin (EASC), Resilienzberaterin und -trainerin



Nr. 2-28387

**Di 13.05.2025,
17:00 – 20:30 Uhr**

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 10 €

Lastschrift

Verwendungszweck:
2-28387 + Name der
Teilnehmenden

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

∞ KEB und Hospizverein

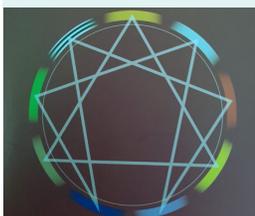
Kurs

Der Letzte Hilfe Kurs

**Basis-Wissen und Kompetenzen für eine gute
Sorge am Lebensende**

Im Gegensatz zur Ersten Hilfe kann bei der sog. Letzten Hilfe noch nicht so sehr von einem weit verbreiteten Wissen und Bewusstsein für eine entsprechende Hilfe und Begleitung am Lebensende, im Sterben und in der Trauer ausgegangen werden. Dieser Kurs möchte deshalb notwendiges Basis-Wissen vermitteln für eine gute Sorge am Lebensende und ist ein Angebot für alle, die einen Einblick und Sicherheit im Umgang mit schwerkranken und sterbenden Menschen am Übergang vom Leben zum Tod gewinnen wollen. Inhalte: Sterben ist ein Teil des Lebens; Vorsorgen und Entscheiden; Körperliche, psychische, soziale und existenzielle Nöte lindern; Abschied nehmen vom Leben.

Referenten: Andrea Ulrich-Prusko,
Georg Franz Fröhler



Nr. 2-28870

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 3 € (wird vor Ort
bezahlt)

📄 KEB, Tel. 09621/475520
info@keb-amberg-
sulzbach.de

∞ KEB

Gesprächskreis

Enneagramm Gesprächskreis

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

Hinweis: Der Gesprächskreis trifft 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

Do 15.05.2025, 19:00 – 21:00 Uhr

Do 17.07.2025, 19:00 – 21:00 Uhr

Do 18.09.2025, 19:00 – 21:00 Uhr



Nr. 2-26444

📍 Online: über Online-
Plattform
Präsenz: Im Institut für
Entwicklungsberatung,
Bechtsrieth

€ auf Nachfrage

📄 und nähere Infos direkt
bei Sigrid Stilp-Weiß:
email: stilp@sigrid-
stilp.de; Tel.
0961/4701101.

**Der Kurs startet am
17. Oktober 2025 ;
Ausbildungstage:
freitags 15-19 Uhr und
sams-tags 9-17 Uhr.**

Alle Formate können
grundsätzlich in Prä-
senz und auch online
absolviert werden.
Daneben gibt es die
Ausbildung zum Online-
Coach. Diese beiden In-
halte werden online ge-
staltet - jeweils an
Abenden, wobei die
Uhrzeiten und auch Ter-
mine in Absprache mit
den Teilnehmenden
festgelegt werden, falls
diese nicht schon im
Konzept eingeplant
sind.

∞ Institut für
Entwicklungsberatung
mit KEB

Ausbildungskurs

Werden Sie Coach – gestalten Sie Zukunft!

**Ausbildung zum Zerti. zierten Coach (EASC)
oder Business Coach (EASC)**

Fühlen Sie sich verunsichert? Laufend neue Hiobsbotschaften, Zukunftsängste oder eine notwendige Neuorientierung lähmen viele Menschen. Um in diesen turbulenten Zeiten handlungsfähig zu bleiben braucht es nicht nur innere Stärke sondern auch eine klare Strategie. Sind Sie bereit, Veränderungen anzugehen. Dann ist jetzt der richtige Moment, den ersten Schritt zu gehen. Vereinbaren Sie ein Erstgespräch. Dies gibt Ihnen die Sicherheit, Orientierung und das Vertrauen, dass Sie auf dem richtigen Weg sind. Lassen Sie uns gemeinsam Ihre Zukunft gestalten. Coaching ist eine der wichtigsten Zukunftskompetenzen. In einer dynamischen Arbeitswelt gewinnen Coaching-Fähigkeiten zunehmend an Bedeutung - sei es für Führungskräfte, HR-Experten oder Berater. Professionelle Coaching-Methoden ermöglichen es, Teams gezielt zu stärken, Veränderungen souverän zu gestalten und Mitarbeitende langfristig zu entwickeln. Mit einer fundierten Ausbildung zum Coach oder Business Coach (IFE) erwerben Sie wertvolle Qualifikationen, um professionelle Coachingprozesse sicher und erfolgreich zu steuern. Nutzen Sie diese Gelegenheit, um sich persönlich weiterzuentwickeln, Ihre beruflichen Möglichkeiten zu erweitern und Ihre Karriere auf das nächste Level zu heben.

Referentin: Sigrid Stilp-Weiß,
Master Coach & Supervisorin (EASC); Lehrtrainerin und Ausbilderin (EASC); Resilienztrainerin & Resilienzberaterin nach dem Bambus-Prinzip ©



Nr. 2-28966

Start eines Ausbildungskurses auf Anfrage

-  Online: über Online-Plattform
Präsenz: Im Institut für Entwicklungsberatung, Bechtsrieth
-  auf Nachfrage
-  und nähere Infos direkt bei Sigrid Stilp-Weiß:
email: stilp@sigrid-stilp.de; Tel. 0961/4701101.
-  Institut für Entwicklungsberatung mit KEB

Ausbildungskurs

Leadership Coach (IFE) – Führung neu denken!

Ihr Weg zu erfolgreicher, moderner und inspirierender Führung

Werden Sie zur Führungspersönlichkeit der Zukunft! Die Arbeitswelt verändert sich rasant - Führung muss neu gedacht werden! Unser Leadership-Coaching-Programm bietet Ihnen die Werkzeuge, um sich von der Rolle als Führungskraft in die Rolle als Führungspersönlichkeit zu entwickeln und damit nachhaltig wirksam zu sein, Veränderungsprozesse souverän zu meistern und Ihr Team mit Klarheit und Motivation zu führen.

Inhalte des Programms:

- Grundlagen des Coaching-Prozesses (je nach Vorkenntnissen)
- Emotionale Intelligenz: „Herz ist Trumpf“
- Moderne Führungsmethoden & New Leadership
- Effektive Führungsinstrumente für Krisenzeiten

Die Kurse können als unternehmensinterne Fortbildung oder auch in offenen Gruppen gebucht werden. Vor dem Start erhalten die Teilnehmenden bzw. die im Unternehmen Verantwortlichen Fragebögen. Auch werden persönliche Interviews (in Präsenz oder online) geführt, damit die Inhalte auf die Bedürfnisse der jeweiligen Ausbildungsgruppen individuell angepasst werden können.

Hinweis: Ablauf & Umfang: 4 Module a 2 Tage in Präsenz; 4 Führungswerkstätten a 0,5 Tage online; Lernbuddy-Gruppen für den Erfahrungsaustausch; -Life Coaching: Individuelle Begleitung mit 4 Sessions á max. 2 Stunden.
Programmdauer: ca. 6 Monate

Referentin: Sigrid Stilp-Weiß,
Master Coach & Supervisorin (EASC); Lehrtrainerin und Ausbilderin (EASC); Resilienztrainerin & Resilienzberaterin nach dem Bambus-Prinzip ©

**CINEPLEX
AMBERG**

Entdecke Filmkunst
im Cineplex Amberg:
CineART - die neue
Filmkunstreihe!

DIE FILMKUNSTREIHE
**CINE
ART**
WWW.CINEPLEX.DE

JETZT NEU!
immer
Donnerstag,
Sonntag und
Dienstag

ORTSREGISTER



Amberg

Di	07.01.	Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule	57	Do	03.04.	Ökumenischer Morgenimpuls mit anschließendem Frühstück für Frauen	11
Sa	01.02.	Café Communio	66	Do	03.04.	Anleitung zur Handarbeit	50
Mo	24.02.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Amberg St. Martin	63	Do	03.04.	Inklusive Rückenschule – Aktivität und Entspannung	58
Di	04.03.	Tanz mit – bleib fit!	57	Do	03.04.	Musik & Meditation zur Passionszeit	11
Do	20.03.	Kreativ – Bastelnachmittage mit fachlicher Anleitung	35	Fr	04.04.	„Das Hundevieh beißt nicht“	53
Do	20.03.	Holz-Regenbogen für's Fenster	35	Sa	05.04.	Kalligrafie – Schrift abseits der Zeile – Bogen, Kreis, Spirale	49
Do	20.03.	Inklusive Rückenschule – Aktivität und Entspannung	58	Sa	05.04.	Wieder Miteinander Reden – "Sprechen & Zuhören" #2	23
Fr	21.03.	„Ich möchte stillen, was kann ich vorbereiten?“	35	So	06.04.	Kino-Club	23
Fr	21.03.	Rio Abierto PLUS – auf dem Weg zur Lebendigkeit	57	Mo	07.04.	Der „Club der Nachdenklichen“ in Amberg	24
So	23.03.	Club der Kreativen	51	Mo	07.04.	Anleitung zum Schneidern und Nähen	36
Mi	26.03.	Gott ist die Liebe und wer in der Liebe bleibt, bleibt in Gott (1 Joh 4,16)	10	Mo	07.04.	Seniorenkreis Dreifaltigkeit	20
Mi	26.03.	Den Frieden gewinnen – Die Gewalt verlernen	22	Mo	07.04.	Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule	58
Do	27.03.	„Whats App“ – einfach erklärt	23	Mo	07.04.	Anleitung zu Grundkenntnissen im Nadelspiel	36
Do	27.03.	Inklusive Rückenschule – Aktivität und Entspannung	58	Di	08.04.	Osterkörbchen	35
Sa	29.03.	Erste Hilfe bei Kindernotfällen	57	Mi	09.04.	Fitness 60 plus – Weil Bewegung in jedem Alter Spaß macht!	37
Sa	29.03.	TierischGut Club	28	Mi	09.04.	Nähkurs für Anfänger	36
So	30.03.	Smart-Club	22	Mi	09.04.	Wasserfrösche	37
Mo	31.03.	Lachen mit Oma & Opa	22	Mi	09.04.	Englisch für Erwachsene	38
Mo	31.03.	Anleitung zu Bewegung mit Musik	20	Do	10.04.	Gymnastik am Vormittag	38
Mo	31.03.	Fit & beweglich: Rhythmische Bewegung und Gymnastik für aktive 60 Plus	58	Do	10.04.	Inklusive Rückenschule – Aktivität und Entspannung	58
Di	01.04.	Schulkirche	41	Do	10.04.	Ernährung nach der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)	59
Di	01.04.	Themencafé	35	Do	10.04.	Ausgewählte Texte der Hl. Schrift	12
Di	01.04.	Kirchenführung in der Basilika St. Martin	42	Do	10.04.	Phil. 2,1-11	12
Di	01.04.	Schulung von Alltagskompetenzen für Senioren	23	Fr	11.04.	Rio Abierto PLUS – Die Mitte	57
Di	01.04.	Osterspaß mit Sabine	36	Mo	14.04.	Bewegungsbaustelle (Nicht-läufer)	39
Di	01.04.	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“	19	Mo	14.04.	Musikgarten für Babys – 6 Monate-1,5 Jahre	38
Di	01.04.	„Eine Kirche wie keine andere“ – Führung durch die Pfarrkirche Hl. Dreifaltigkeit	42	Mo	14.04.	Musikalische Früherziehung	39
Di	01.04.	Gottes Wort ist wie Licht in der Nacht	11	Mo	14.04.	Musikgarten Phase 2 – Wir machen Musik von 3 bis 4 Jahren	39
Di	01.04.	Gedanken zur Fastenzeit und über das Heilige Jahr 2025 „Pilger der Hoffnung“	10	Mo	14.04.	Musikgarten Phase 1 – Wir machen Musik von 1 1/2 bis 3 Jahren	38
Mi	02.04.	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“	19	Mo	14.04.	Deutungshoheit in der Erinnerungskultur	24
Mi	02.04.	Vorträge im Energiekompetenzzentrum der Stadtwerke Amberg	28	Do	17.04.	IT-Cafe	24
Mi	02.04.	Vorstellung Wärmepumpen durch externe Firma	28	Di	22.04.	PEKIP	39
Mi	02.04.	Anleitung zu Yoga	58	Mi	23.04.	World-Percussion	51
Mi	02.04.	Atemholen im Alltag	10	Do	24.04.	Der einzigartige Dachstuhl „der vornehmsten Hallenkirche St. Martin in Amberg“	44
Mi	02.04.	Pilgerndes Gottesvolk durch die Jahrtausende	11				

Fr	25.04.	Der einzigartige Dachstuhl „der vornehmsten Hallenkirche St. Martin in Amberg“	44	So	15.06.	Wir erkunden das Umland von Amberg	29
Sa	26.04.	Erste-Hilfe-Grundkurs	60	Do	19.06.	IT-Cafe	24
Sa	26.04.	Der Koch Club – keine Angst vor dem Kochlöffel	51	Mo	23.06.	Es klappert die Mühle am rauschenden Bach...	24
So	27.04.	Club der Kreativen	51	Di	24.06.	Pflege und ihre Kosten	61
Di	29.04.	„Erste Hilfe am Smartphone – wie kann ich mich schützen?“	23	Di	24.06.	Jetzt wird's laut und bunt! Wir basteln ein Tamburin	35
Di	29.04.	Das Kriegsende in Amberg	23	Mi	25.06.	World-Percussion	51
Fr	02.05.	Anleitung zu „Altes Liedgut – neu interpretiert“	44	Sa	28.06.	Kleiderbügelkunst mit Kalligrafie	49
Sa	03.05.	Kalligrafie mit Stempeln – eigene Stempel schnitzen	49	So	29.06.	Club der Kreativen	51
So	04.05.	Kino-Club	23	Mi	02.07.	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“	19
Mo	05.05.	Zweitägiges Einführungsseminar für ehrenamtlich rechtliche BetreuerInnen	25	Mi	02.07.	Aktueller Stand der Energiewende bei den Stadtwerken Amberg	28
Mi	07.05.	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“	19	Mi	02.07.	Atemholen im Alltag	10
Mi	07.05.	Energiedienstleistungen SWA – was wird angeboten	28	Do	03.07.	Jes 66,10-14c	12
Mi	07.05.	Lieder-Tankstelle	13	So	06.07.	Smart-Club	22
Fr	09.05.	Musik und Kultur Treff – offene bayerische Singstund	44	Do	10.07.	„Vom Lust vnd guten gesundem Luftt“	47
Di	13.05.	Der Letzte Hilfe Kurs	68	Fr	11.07.	„Ich will aber!“ – Die Entdeckung des eigenen Willens bei Kleinkindern.“	35
Mi	14.05.	World-Percussion	51	Sa	12.07.	TierischGut Club	28
Do	15.05.	IT-Cafe	24	So	13.07.	EINGELADEN	16
Do	15.05.	Platz für unsere Freunde – Insektenhotel	35	Mi	16.07.	World-Percussion	51
Do	15.05.	Offb 21,1-5a	12	Do	17.07.	Bunter Sommer – wir basteln ein Kaleidoskop	35
Do	15.05.	Enneagramm Gesprächskreis	68	Do	17.07.	Enneagramm Gesprächskreis	68
Do	15.05.	Ein Kronprinz auf der Flucht – Ludwig I. und Amberg	45	Sa	19.07.	Was tut mir gut? Schmuck und Taschen basteln	52
Fr	16.05.	„Ich brauch ne Pause! – Achtsam und entspannt durch den (Familien)alltag“	35	So	20.07.	Wir erkunden das Umland von Amberg	29
Di	20.05.	Die Sieben Zeitalter der Stadt Amberg	45	Mo	21.07.	Soziale Medien sind verantwortlich für den weltweiten Rechtsruck	24
Do	22.05.	Maximilian II. von Bayern	46	Di	22.07.	Pflege und ihre Kosten	61
Sa	24.05.	Der einzigartige Dachstuhl „der vornehmsten Hallenkirche St. Martin in Amberg“	44	Mi	06.08.	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“	19
Sa	24.05.	Der Superkraft-Club	52	Mi	06.08.	Atemholen im Alltag	10
Sa	24.05.	Wer will ich sein? Schminken – Vorbereitung auf anschließende Disco	52	Do	21.08.	ARTES – Kunst und Künste in Oberpfälzer Klöstern	55
Mo	26.05.	Was Farben mit uns machen (und wir mit ihnen)	24	Do	28.08.	Tetzel und die anderen: Päpstliche Ablasskampagnen am Vorabend der Reformation	48
Sa	31.05.	TierischGut Club	28	So	31.08.	Wir erkunden das Umland von Amberg	29
So	01.06.	Der einzigartige Dachstuhl „der vornehmsten Hallenkirche St. Martin in Amberg“	44	Mi	03.09.	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“	19
Mi	04.06.	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“	19	Mi	03.09.	CO2-freie Wärmeversorgung – was kann man tun	28
Mi	04.06.	LoRaWAN die Smarte Technologie für Stadt und Gewerbe	28	Mi	03.09.	Atemholen im Alltag	10
Mi	04.06.	Atemholen im Alltag	10	Sa	13.09.	Der Koch Club – keine Angst vor dem Kochlöffel	51
Do	12.06.	Der Lustgarten Alafberg- eine gute Aussicht auf Amberg	46	Do	18.09.	Enneagramm Gesprächskreis	68
				Mo	22.09.	Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung	26

Do	25.09.	Amos 6,1a.4-7	12
Fr	26.09.	Gegen die Mauer des Schweigens	26
Fr	26.09.	"Wo aber liest man – was dieser Unthat gleicht!	48
Sa	27.09.	Kalligrafie – „Neuland“ in Schichten	50
So	28.09.	Smart-Club	22
Mi	01.10.	Elektromobilität	28
Fr	10.10.	Der letzte schöne Tag	26
Sa	11.10.	TierischGut Club	28
So	19.10.	Wir erkunden das Umland von Amberg	29
Sa	08.11.	Der Koch Club – keine Angst vor dem Kochlöffel	51
So	09.11.	Smart-Club	22
Sa	29.11.	Das bin ich! (Ausstellungstag) Modenschau, Setcards und anschließende Disco	52
So	30.11.	Club der Kreativen	51

Amberg/Ammersricht

Di	15.04.	Internationaler Kochkurs: Gerichte aus der ganzen Welt	50
Di	20.05.	Internationaler Kochkurs: Gerichte aus der ganzen Welt	50
Di	17.06.	Internationaler Kochkurs: Gerichte aus der ganzen Welt	50
Di	15.07.	Internationaler Kochkurs: Gerichte aus der ganzen Welt	50
Di	19.08.	Internationaler Kochkurs: Gerichte aus der ganzen Welt	50
Di	16.09.	Internationaler Kochkurs: Gerichte aus der ganzen Welt	50

Amberg/Raigering

Mi	09.07.	MAKS Therapie	61
Do	14.08.	Anleitung zum Binden von Kräuterbüschel	17

Auerbach in der Oberpfalz

Do	03.04.	Trauer-Café Auerbach	19
Do	08.05.	Trauer-Café Auerbach	19
Do	05.06.	Trauer-Café Auerbach	19
Do	03.07.	Trauer-Café Auerbach	19
Do	07.08.	Trauer-Café Auerbach	19
Do	04.09.	Trauer-Café Auerbach	19

Bechtsrieth

Mi	14.05.	Balsam für Deine Seele – „Tu Dir was Gutes!“	67
----	---------------	--	----

Birgland

So	04.05.	Kunst und Natur im Dialog	51
----	---------------	---------------------------	----

So	06.07.	Kunst und Natur im Dialog	51
----	---------------	---------------------------	----

Ensdorf

So	13.04.	Kräuterwanderung durch die Jahreszeiten	59
Sa	05.07.	Festival der Vielfalt	25
Sa	26.07.	Kanutour	30
Fr	01.08.	„Klimadinner“	30
So	07.09.	Vierzehn-Nothelfer-Kirche am Eggenberg	14
Mo	13.10.	„Ein Glück, dass es Euch gibt“	26

Freihung

Di	14.01.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Großschönbrunn	63
Mo	01.09.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Freihung	63

Freudenberg

Sa	12.07.	Schönwerth-Märchenweg	47
----	---------------	-----------------------	----

Freudenberg/Wutschdorf

Mi	26.02.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Paulsdorf	63
----	---------------	--	----

Hahnbach

Mo	13.01.	Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Jakob Hahnbach	33
Mi	15.01.	Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Jakob Hahnbach	33
Mi	05.02.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Hahnbach	63
Di	01.04.	Seniorenkreis Pfarrei Hahnbach	20
Do	03.04.	Resilienz und christlicher Glaube	11
Mo	23.06.	Zwischen esoterischen Verführungen und fundamentalistischen Verhärtungen	15
So	10.08.	Kirchenführung auf dem Frohnberg	17
So	14.09.	Tag des Offenen Denkmals: Friedhofskirche Hahnbach	17

Hirschau

Di	14.01.	Eltern-Kind-Gruppe 2 Mariä Himmelfahrt Hirschau	33
Mi	15.01.	Eltern-Kind-Gruppe 3 Mariä Himmelfahrt Hirschau	33
Do	16.01.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Ehenfeld	63
Do	16.01.	Eltern-Kind-Gruppe 1 Mariä Himmelfahrt Hirschau	33

Do	27.03.	Der Letzte Hilfe Kurs	66
Di	01.04.	In der Trauer nicht allein	19
Di	01.04.	In der Trauer nicht allein -	19
Do	03.04.	Anleitung zum Palmbuschen binden	11
Do	10.04.	„Sing ma no oans“ – mit Musik in Bewegung bleiben	64
Di	06.05.	In der Trauer nicht allein -	19
Di	03.06.	In der Trauer nicht allein -	19
Sa	28.06.	„Frühauftsteher-Yoga“	61
Di	01.07.	In der Trauer nicht allein -	19
Di	05.08.	In der Trauer nicht allein -	19
Di	02.09.	In der Trauer nicht allein -	19

Kastl/Utzenhofen

Mi	02.04.	Seniorenkreis Pfarrei Utzenhofen	20
----	---------------	----------------------------------	----

Kümmersbruck

Di	07.01.	Eltern-Kind-Gruppe 3 St. Antonius Kümmersbruck	33
Mi	08.01.	Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Antonius Kümmersbruck	33
Mi	08.01.	Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Antonius Kümmersbruck	33
Di	25.02.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Kümmersbruck 1	63
Di	25.02.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Kümmersbruck 2	63
So	16.03.	Steine auf dem Weg – mit Gestalten eines Erinnerungssteines	66
Di	08.04.	Babyschwimmen	37
Di	08.04.	Schwimmflügelkurs	37
Mi	09.04.	Demenz braucht DICH!	58
Do	24.04.	Kolloquium „Bergbau und Krieg“	43
So	27.04.	Im Traum bist Du mir nahe – mit Gestalten eines Traumfängers	66
So	01.06.	Steine auf dem Weg – mit Gestalten eines Erinnerungssteines	66
So	29.06.	Im Traum bist Du mir nahe – mit Gestalten eines Traumfängers	66
So	13.07.	Steine auf dem Weg – mit Gestalten eines Erinnerungssteines	66
So	20.07.	Im Traum bist Du mir nahe – mit Gestalten eines Traumfängers	66

Poppenricht

Sa	12.04.	Senioren St. Michael Poppenricht	20
Sa	17.05.	Senioren St. Michael Poppenricht	20
Sa	21.06.	Senioren St. Michael Poppenricht	20

Rieden

Mo	13.01.	Wald-Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Ägidius Schmidmühlen	33
Di	14.01.	Wald-Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Ägidius Schmidmühlen	35
Do	13.02.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Rieden	63

Schmidmühlen

Fr	17.01.	Eltern-Kind-Gruppe St. Ägidius Schmidmühlen	33
Do	20.02.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Schmidmühlen	63
Di	08.04.	Schockanruf – Enkeltrick – Callcenter	23

Schnaittenbach

Di	07.01.	Anleitung zum Nordic Walking	57
Mi	08.01.	Anleitung zu Yoga	57
Mi	15.01.	Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Vitus Schnaittenbach	34
Do	16.01.	Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Vitus Schnaittenbach	34
Di	01.04.	Seniorenaktivtreff Schnaittenbach	20
So	13.07.	Bayerische Singstund – mit neuen und unbekanntem Mundartliedern auf der Buchberg-Hütte	47
So	28.09.	Marterlführung Schnaittenbach	48

Sulzbach-Rosenberg

Mi	15.01.	Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Marien Sulzbach	34
Do	16.01.	Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Marien Sulzbach	34
Di	01.04.	„MINERVA liest“	53
Di	01.04.	Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg	19
So	06.04.	Finissage IM AUGENBLICK	53
Mo	07.04.	Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg	19
Mi	09.04.	Grand-papa	54
Mi	16.04.	„Der verletzte Mensch“	67
Mo	05.05.	Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg	19

Di	06.05.	„MINERVA liest“	53
Di	06.05.	Schreiben im Turm	54
Fr	09.05.	Dou siechst as, woi die Zeit veirgeht ... mit Kulturpreisträger Dieter Radl	45
Di	20.05.	Basiskurs Gerontopsychiatrie	60
Mo	02.06.	Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg	19
Di	03.06.	„MINERVA liest“	53
Mo	23.06.	Heimweh im Paradies. Thomas Mann in Kalifornien	54
Mo	07.07.	Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg	19
Di	08.07.	„MINERVA liest“	53
Sa	12.07.	Literatursommerfest	55
Mo	04.08.	Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg	19
Mo	01.09.	Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg	19
Di	02.09.	„MINERVA liest“	53

Ursensollen

Mi	02.04.	Sing mit mir!	50
Fr	04.04.	Das Planetarium Ursensollen – Ein Blick zu den Sternen	29

Vilseck

Do	16.01.	Eltern-Kind-Gruppe St. Ägidius Vilseck	34
Mi	02.04.	Seniorentreff Pfarrei Vilseck	20

Windischeschenbach

Fr	04.07.	Chor-Workshop Weltmusik: Internationale Lieder	52
Mo	15.09.	„Der Seele Seele sein“	17



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

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

Bildnachweise

A

AGUS-Selbsthilfe - 26
 Altmann Gerd pixabay - 22, 60, 61
 AOVE - 13

B

Batten-Seidl Sue - 24, 42, 45
 Baumann Melanie - 35
 Berg Niklas - 54
 Bogenberger Heike - 53

C

Canva - 50, 66f.
 CC - 15
 CCby-SA 4.0 - 48
 ClipArt - 59

D

Dielso Diego (cc wikimedia) - 15

E

Elternschule - 35
 Ettinger Matthias - 47, 50, 64

F

Falkenburger Christine - 11
 Freepik.com - 10, 11f., 15, 18, 19, 23, 24,
 26, 30, 35, 37, 38, 41, 44, 36ff., 50f., 52,
 57f., 61

G

Gehr Elke - 49f.
 Gemini (AI) generated - 64
 Gerstacker Dieter - 20

H

Haller Sandra - 66
 Hassiepen Peter-Andreas - 55
 Hernes Barbara - Seniorenmosaik - 58
 Herrneder Brigitte - 49
 Hospizverein - 16, 26

I

Ildigo Pixabay - 10
 Ince Aykut / pixelio - 24
 Irlbacher Christian - 13, 47
 iStock - 68f.

J

Jcstudio/freepik.com - 10
 Jennifer Nelhiebel - 60
 Johannisthal - 17

K

Kaiser Helmut - 51
 KEB - 42
 Kloster Ensdorf - 25, 59
 Klug Kerstin - 57
 Knipseline/Pixelio - 57
 Kuhn Martin - 30

L

Lautenschlager Isabel - 14
 Lein Yohanes Vianey/Pfarrbr.service - 11

M

Mändl Matthias - 28
 Maierhofer Johann - 49
 Maluche Beate - 57
 Martner Peter - 28f.
 Master1305/Freepik.com - 35, 44
 Meier Franz - 41

Mirko Lux - 54

Moosburer Marianne - 12, 17, 49

Müller Doris - 11, 14

Müller Karl - 44

Musikschule / pixabay - 38

N

Natalie Buchholz (c) Peter v. Felbert - 54
 Naturpark Hirschwald - 29f.
 Nelhiebel Jonas - 26, 29

O

OBA - 28, 51

P

PCh.vector Freepik - 58
 Peter Thomas - 68
 Pfarrbriefservice - 14
 Pfarrei St. Michael - 16
 Pidvalnyi Oleksandr Pixabay - 23
 Pixabay - 12, 14, 15, 17, 19, 23, 28f., 46ff.,
 51, 59, 66, 68
 Pressahotkey/freepik.com - 58
 Privat - 11, 41, 59
 Prostooleh/freepik.com - 37, 39
 Provinzialbibliothek Amberg - 48, 53, 55
 Publicdomaipictures pixabay - 39
 PVProductions/freepik.com - 39

R

Rauch Anton - 20

S

Salzburger Adventsingen - 18
 Schicker Tanja (Naturp. Hirschwald) - 29
 Schütz Adele - 52
 Seidl Peter - 42
 St. Georg Amberg - 10, 15, 34
 Stadtarchiv AM - 46
 Steinbacher Wolfgang - 45
 Steiner-Böhm Evi - 51
 Stilp-Weiß Sigrid - 67ff.
 Stock.adobe.com - 57, 60f.
 StockSnap - 58
 StockSnap Pixabay - 61
 Strack Wolfram - 11f.
 Superbass cc Wikimedia commons / Her-
 der - 67

T

Tenhumberg Nina / Heyne-Verlag - 22
 Truthseeker/pixabay - 66, 68

V

Vatikan - 10f.

W

Weidemann Peter (Pfarrbriefservice) - 19
 Weidner-Gräber - 59
 Wikipedia - 18, 42, 46

**Das Jubiläums-Logo von der Titelseite
 wurde erstellt durch Brigitte Herrneder**



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.



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.

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

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



Malteser

...weil Nähe zählt.



**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



- 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.

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 Anmeldeschlussstermin 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 Rücktritt geringere 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

*„Wir können den Wind nicht ändern,
aber die Segel anders setzen“ (Aristoteles)*



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

QES^{plus}
2017

www.keb-amberg-sulzbach.de