

KEB

KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG
AMBERG-SULZBACH E.V.

BILDUNGSPROGRAMM DER KEB IM LANDKREIS AMBERG-SULZBACH



www.keb-amberg-sulzbach.de

September 2023 – März 2024

**DON
BOSCO**

**DRUCK
DESIGN**

**Gewerbepark 21,
D-92289 Ursensollen**

Tel.: 0 96 24 / 92 01-0

Fax: 0 96 24 / 92 01-23

www.donbosco-druckdesign.de

- 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. 22121835 - gültig bis 7/23 - www.klima-druck.de



kreativ. persönlich. zuverlässig.

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

Für die KEB im Bistum Regensburg beginnt eine neue Ära: Nach jahrelanger Vorbereitung und zahlreichen Konferenzen und Besprechungen mit Haupt- und Ehrenamtlichen aller KEB-Stellen wurde eine weitreichende Strukturveränderung besiegelt. Unter dem Begriff „Verschmelzungsprozess“ werden alle 11 regionalen KEB-Stellen in der Diözese ihren eigenständigen Status als e.V. - eingetragene Vereine - aufgeben und in Zukunft als Regionalstellen in eine übergeordnete Diözesan-KEB eingegliedert.

Allen Beteiligten war klar, dass eine so weitreichende und grundlegende Veränderung der KEB-Landschaft ein hohes Maß an Verantwortung und Sorgfalt erforderte. Die wesentliche Begründung und Rechtfertigung für die Veränderungen wird für Außenstehende allerdings weniger ersichtlich sein. Die erhofften und gewünschten Verbesserungen betreffen vor allem interne Veränderungen. Neben mehr Rechtssicherheit für die Verantwortlichen der regionalen KEB-Stellen werden vor allem mit der Bündelung von Aufgaben durch die Bistums-KEB Entlastungen im Verwaltungs- und Buchhaltungsbereich erwartet. Das bedeutet, dass für die Verantwortlichen der regionalen KEB-Stellen mehr Zeit und Energie für die eigentlich so wichtigen Aufgaben bleiben soll. In der konkreten Tagesarbeit der regionalen KEB-Stellen, in der Programm-Erstellung und Zusammenarbeit mit allen bisherigen Kooperationspartnern wie überhaupt in der praktischen Außendarstellung wird sich aber nichts verändern.

Bei der letzten Mitgliederversammlung der KEB Bayern in München wurde ersichtlich, dass dieser Verschmelzungsprozess in Regensburg sehr wohl aufmerksam wahrgenommen wurde. Auch dort wurde die Idee von mehr gemeinsamer Planung und Kooperation in der KEB in Bayern konkret angesprochen. So ist im kommenden Jahr Diözese-übergreifend eine Themenwoche geplant, im Zuge derer unter dem Motto „Umbrüche“ bayernweit in Vorträgen, Workshops und Seminaren häufige Lebenssituationen, in denen Menschen vor oft schwierigen Entscheidungen stehen, aufgegriffen

und entsprechende Impulse und Handlungsorientierungen angeboten werden sollen.

Auch wir wollen mit dem neuen Herbst-/Frühjahr-Programm wieder Impulse setzen und in gewohnter Weise mit einer guten Mischung sowohl aus traditionellen und beliebten Standard-Veranstaltungen, als auch aus aktuellen und neuen Themen ein vielfältiges und buntes Bildungsangebot anbieten.

Wir bedanken uns an dieser Stelle ganz herzlich bei unseren Bildungsakteuren auf Pfarrei- und Verbandsebene, vor allem aber auch bei unseren vielen Kooperationspartnern und befreundeten Bildungsträgern und -initiativen auf weltlicher Ebene, deren treue Verbundenheit es überhaupt ermöglicht, auch in „kirchenpolitisch unruhigen Zeiten“ eine authentische Erwachsenenbildung auf kirchlichem Hintergrund lokal „zusammenzutragen“ und anzubieten.

Einmal mehr bewahrheitet sich das, was schon jeher als alte Fußballerweisheit gilt und was wir bei der KEB auch aus dem bisherigen Verschmelzungsprozess gelernt haben:

Nur zusammen sind wir stark!

In diesem Sinne wünschen wir allen unseren treuen bisherigen Teilnehmern weiterhin die Freude und Neugier an unserem Herbst/Winter-Programm und freuen uns über jeden, der neu und erstmalig zur Interessenten-Familie unserer KEB dazustößt. Wir hoffen, dass für jeden Geschmack ein passendes Angebot zu finden ist.

Mit herzlichen Grüßen

auch im Namen des gesamten KEB-Teams



Sebastian Sonntag
1. Vorsitzender



Christian Irlbacher
Geschäftsführender
Bildungsreferent

Vorwort	3
Wir über uns	5
Inklusive Erwachsenenbildung	6
GLAUBE	8
Ehevorbereitungskurse	18
GESELLSCHAFT	21
UMWELT	29
FAMILIE	33
EKG – Eltern-Kind-Gruppen	33
ELTERN SCHULE	36
KULTUR	43
KREATIVITÄT	49
LITERATUR	53
GESUNDHEIT	56
LeA – Lebensqualität im Alter	64
PERSÖNLICHKEITSBILDUNG	67
Ortsregister	75
Bildnachweise	79
Allgemeine Geschäftsbedingungen	83



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

ID-Nr. 22121835 · gültig bis 07/23
www.klima-druck.de

Online Lernen mit der KEB
www.keb-amberg-sulzbach.de/keb-online/

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 über uns

Die Katholische Erwachsenenbildung Amberg-Sulzbach (ab 01.01.2024 Regionalstelle der KEB im Bistum Regensburg e.V.) ist ein staatlich und kirchlich anerkannter Träger 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. Sie gehört dem Bistum Regensburg an. 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.

Als Mitglied der Katholischen Erwachsenenbildung Bayern ist die KEB Amberg-Sulzbach als förderungswürdige Einrichtung der Erwachsenenbildung im Sinne des Bayerischen Erwachsenenbildungsgesetzes anerkannt und damit auch gemeinnützig. 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 Katholische Erwachsenenbildung Amberg-Sulzbach Veranstalter, Mitveranstalter oder Kooperationspartner.

Für die Katholische Erwachsenenbildung Amberg-Sulzbach sind als Mitglieder des Vorstandes, der Geschäftsführung und des Hauptausschusses verantwortlich:

1. **Vorsitzender:** Sebastian Sonntag

2. **Vorsitzende:** Doris Müller

Geschäftsführender Bildungsreferent: Dipl. Theol., Christian Irlbacher

Sekretariat: Daniela Rumpler | Melanie Sachsenhauser |

Hauptausschuss:

Waltraud Frieser | Rudolf Gehr | Hedwig Gerl | Barbara Hernes (Schriftführerin) | Carsten Jakimowicz | Marianne Moosburger | Diakon Richard Sellmeyer (geistl. Beirat)

Impressum

KEB Amberg-Sulzbach e.V. (bis 31.12.2023)

Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg

Fon: 09621 / 475520; Fax: 09621 / 475519

info@keb-amberg-sulzbach.de; www.keb-amberg-sulzbach.de

Unsere Öffnungs- und Telefonzeiten

Mo. 15 - 18 Uhr

Di. bis Do.: 9 - 11 Uhr

- sowie nach Vereinbarung -

Bankverbindung

Sparkasse Amberg-Sulzbach

IBAN DE65 7525 0000 0190 0141 75

BIC: BYLADEM1ABG

Verantwortlich für den Inhalt:

Sebastian Sonntag, Christian Irlbacher

Corporate Design: DESIGNGUARDS - Alexander Mühl

Auflage: 1700 St.

Hinweise für Bildungsverantwortliche in Pfarreien, Verbänden und Einrichtungen:

Veranstaltungen im Rahmen der Katholischen Erwachsenenbildung unterliegen nach den aktuellen Bestimmungen der 16. BaylFSMV keiner gesonderten Regelung mehr. Verhaltensempfehlungen entnehmen Sie bitte dem allgemeinen Hygienekonzept der KEB im Bistum Regensburg e.V. Dieses finden Sie unter www.keb-amberg-sulzbach.de.

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 **je-derzeit** der Geschäftsstelle mit!

Vielen Dank für Ihre Mühe!

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. 2-26501

über das Pfarrbüro:
09622 / 71414

Pfarrei Schnaittenbach

Bildungsfahrten

Ü60 unterwegs

Seniorenfahrten mit Führung und Gottesdienst
in verschiedenen Kirchen

Referentin: Elisabeth Kraus

Pfarrkirche Maria Himmelfahrt in Hohenkernath

Do 14.09.2023, 14:00 Uhr

Wallfahrtskirche „Heilbrünnl“ Roding

Do 12.10.2023, 14:00 Uhr



Glaubenskurs

Atemholen im Alltag mit Anleitung zur Meditation

Referentin: Gisela Hirschmann

Mi 06.09.2023, 19:00 – 19:30 Uhr

Mi 04.10.2023, 19:00 – 19:30 Uhr

Mi 08.11.2023, 19:00 – 19:30 Uhr

Mi 06.12.2023, 19:00 – 19:30 Uhr

Mi 13.12.2023, 19:00 – 19:30 Uhr

Mi 20.12.2023, 19:00 – 19:30 Uhr

Nr. 2-26344

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

PGR St. Michael mit
KEB

Nr. 2-26354

Sa 16.09.2023,
8:00 Uhr

Pfarrbüro 09621/82383
oder Sakristei

PGR St. Michael mit
KEB

geführter Pilgerweg

Mit der Bibel auf dem Radl

mit Impulsen und Gedanken

Radltour zum Eggenberg

Hinweis: Treffpunkt im Atrium
Gotteslob und Essen für Picknick mitbringen



Nr. 2-26493

So 17.09.2023,
8:00 – 17:30 Uhr

Abmarsch am
Kirchplatz Poppenricht
PGR St. Michael mit
KEB

Geführte Pilgerwanderung

Zusammenpilgern

Fußwallfahrt von Poppenricht nach Zant

Gemeinsam sind wir unterwegs, um
Gott und sich selbst näher zu kommen.
Verschiedene Stationen mit Impulsen
laden ein zum Nachdenken, Mitsingen
und Zuhören. Abschluss um 16.30 mit
der Pilgermesse.

Referentin: Regina Probst,
Bischöfliche Beauftragte für Neuevangelisierung



Nr. 2-25485

Sa 23.09.2023,
8:00 – 17:00 Uhr

15 €, Überweisung nach
Anmeldung auf das
Konto der KEB, IBAN:
DE65 7525 0000 0190
0141 75 oder bei Online-
Anmeldung per
Lastschrift an die KEB.

KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Onlineanmeldung
auf der Homepage.
Max. 15 Personen.
Anmeldeschluss
15.09.2023

KEB

Geführter Pilgerweg

„Wir gehen den Jakobsweg“ – von Mitterauerbach bis Schwandorf

Damit die Strecke nach Schwandorf
nicht zu lang wird, beginnt diese Etappe
in Mitterauerbach. Die sehenswerte Kir-
che „Unsere Liebe Frau“ bildet den Aus-
gangspunkt. Wir folgen dem Jakobsweg
bergauf nach Wundsheim. Dann geht es
über Hohenirlach, Rauberweiherhaus
und Holzhaus in das Charlottenhofer
Weihergebiet, ein Naturschutzgebiet mit
einer einzigartigen Fauna und Flora.
Endlich liegt Schwandorf mit der Stadt-
pfarrkirche St. Jakob vor uns, dem Ziel
dieser Etappe.

Hinweis: Infos bezgl. Treffpunkt/Organisation
Rücktransport (abhängig von Teilnehmerzahl) er-
halten Sie in der Woche vorher.

Referentin: Doris Müller,
Fachlehrerin



Nr. 2-26518

📅 **Sa 23.09.2023,**
8:30 Uhr

📍 Kloster Plankstetten
🔗 PGR St. Antonius
mit KEB

Studienfahrt**„Nachhaltig unterwegs!“****Fahrt zum Öko-Kloster nach Plankstetten**

Eine Pfarrgemeinde macht sich auf den Weg mit Führung im Kloster

Referent: Wolfgang Bauer



Nr. 2-26447

📅 **Mi 27.09.2023,**
18:30 Uhr

📍 KEB,
Dreifaltigkeitsstraße 3,
92224 Amberg
🔗 KEB

außerordentliche Mitgliederversammlung**KEB-Mitgliederversammlung****für alle Mitglieder der KEB (Delegierte aus den Pfarreien und kirchlichen Verbänden)**

mit Beschluss der Verschmelzung mit der KEB im Bistum Regensburg e.V. und wichtigen Informationen.

Nr. 2-26326

📅 **Mittwoch, 27.9.23–**
25.10.23 – 22.11.23 –
10.1.24, 20.00 Uhr

📍 Pfarrheim
🔗 Pfarrei Schmidmühlen
mit KEB

Bibelgesprächsreihe**Die Gleichnisse Jesu**

Gemeinsam beschäftigen wir uns mit den Gleichnissen Jesu und tauschen uns dazu aus - Jeder Termin ist für sich besuchbar.

Referent: Pfr. Werner Sulzer

**Kirchenführung****St. Georg und die Wessobrunner Stuckateure**

Referent: Hans Paulus,
Kirchenpfleger und zertifizierter Kirchenführer

Nr. 2-25657

📅 **Sa 30.09.2023,**
10:00 Uhr

📍 Pfarrkirche St. Georg,
Malteserplatz 4, 92224
Amberg
🔗 PGR St. Georg mit KEB



Nr. 2-26322

📅 **Sa 30.09.2023,**
9:30 – 17:00 Uhr

📍 Basilika Waldsassen,
Basilikaplatz 2, 95652
Waldsassen
€ 10 € incl. Mittagessen;
Kinder bis 12 J. frei
🔗 über ww.oekosoziales-bistum-regensburg.de/schoepfungstage bzw. deren Flyer
Anmeldeschluss
25.09.2023
🔗 Bist. Rgbg., KuBZ, KEB

Workshop**Schöpfungstag 2023 des Bistums Regensburg in Waldsassen****Maßvoll leben - nachhaltig entwickeln**

Bunter Aktionstag mit spirituellem Impulsvortrag zum Maßhalten, Führungen zu den Klosterschätzen und in die flächenbewusst wiederbelebte Innenstadt, Mitmachaktionen, politischen Gesprächsrunden zum Flächenfraß, Interreligiösem Abschluss-Ge(h)bet und einem ganztägigen Begleitprogramm mit kreativen Spiel- und Bastelaktionen, Infoständen rings um den Brunnen mit Friedenstaube u.v.m.

Bunter Aktionstag mit spirituellem Impulsvortrag zum Maßhalten, Führungen zu den Klosterschätzen und in die flächenbewusst wiederbelebte Innenstadt, Mitmachaktionen, politischen Gesprächsrunden zum Flächenfraß, Interreligiösem Abschluss-Ge(h)bet und einem ganztägigen Begleitprogramm mit kreativen Spiel- und Bastelaktionen, Infoständen rings um den Brunnen mit Friedenstaube u.v.m.

Nr. 2-26603

📅 **1x im Monat, montags**
um 9 Uhr (Termine
nach Vereinbarung)

📍 Pfarrheim Hl.
Dreifaltigkeit,
Dreifaltigkeitsstr. 7,
92224 Amberg
🔗 PGR Hl. Dreifaltigkeit
mit KEB

Angeleitetes Bibelgespräch für Frauen**Bibelteilen zu ausgewählten Textstellen**

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

Moderatorin: Ursula Hupp-Gonschorek





Nr. 2-26604

1x im Monat, donnerstags um 08:30 Uhr (Termine nach Vereinbarung)

Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit, Dreifaltigkeitsstr. 7, 92224 Amberg

PGR Hl. Dreifaltigkeit mit KEB



Nr. 2-25708

Sa 30.09.2023, 10:00 – 13:00 Uhr

Waldgebiet bei der Burgruine Rammertshof, Treffpunkt Parkplatz Atzricht

Die Teilnahme ist kostenfrei

Anmeldung bis 25.09.2023 und nähere Infos: 09621/12430
Anmeldeschluss 25.09.2023

Hospizverein mit KEB, EBW, LKr. AS

Themenreihe

Ökumenischer Morgenimpuls mit anschließendem Frühstück für Frauen

mit religiösen Impulsen

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

Moderatorinnen: Ursula Hupp-Gonschorek

Doris Müller,
Fachlehrerin

Workshop

Yoga & Natur erleben für Trauernde

Ein längerer Aufenthalt in der Natur, vor allem im Wald, hat sehr positive Auswirkungen auf die Psyche, die körperliche Gesundheit und auf das Wohlbefinden insgesamt hat. Die Waldluft ist wie Medizin zum Einatmen und in Kombination mit Yoga eine hervorragende Möglichkeit die Gesundheit von Körper und Geist sowie die individuelle Trauerarbeit zu fördern.

In der wohltuenden Waldatmosphäre werden wir einfache Yoga- und Atemübungen sowie eine geführte Naturmeditation praktizieren. Des Weiteren bieten wir Anregungen und Möglichkeiten, unsere Trauer mit einzubinden und in der Natur kreativ und schöpferisch zu werden.

Referenten: Sonja und Herbert Winter

Georg Franz Fröhler

Nr. 2-26412

jeden 1. Montag im Monat jeweils ab 20:00

Brauereigasthof Sperber-Bräu

Hospizverein Amberg mit KEB, andere Institution



Nr. 2-26491

Di 03.10.2023, 9:00 – 16:00 Uhr

kostenlos; Geld für evtl. Einkehr einrechnen

unter email: gemeindereferentin.bleodt@gmail.com
Anmeldeschluss 25.09.2023

Dekanat Amberg-Sulzbach mit KEB



Nr. 2-26413

jeden 1. Mittwoch im Monat

Pfarrbüro, Klosterburg 3, 92280 Kastl / Utzenhofen

KDFB Kastl, Pfarrverband Kastl, Illschwang, Ursensollen, Hospizverein e.V. mit KEB

Themenreihe

Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg

Monatliches offenes Angebot

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

Geführte Pilgerwanderung

„Single-Pilgern“ – Auf dem Jakobsweg von Schwandorf nach Ensdorf

Gemeinsam werden wir auf dem Jakobsweg von Schwandorf nach Ensdorf unterwegs sein. Besonders eingeladen sind Singles, die Gemeinschaft suchen, gerne in der Natur unterwegs sind und sich von geistlichen Impulsen ansprechen lassen möchten. Nähere Infos erhalten Sie nach der Anmeldung. Start an der Jakobskirche in Schwandorf.

Referenten: Kathrin Blödt und Regina Probst, Bischöfliche Beauftragte für Neuevangelisierung

Themenreihe

Trauercafe „Ausblick“

Monatliches offenes Angebot

In Begleitung einer Fachkraft sollen Trauernde unter dem Motto "getragen, gestärkt und gehalten" mit ebenfalls Betroffenen und Gleichgesinnten über schwere Schicksalsschläge, Verluste und Ängste sprechen können und durch den Austausch befähigt werden, neue Chancen im Leben zu ergreifen und zu neuem Lebensmut zu gelangen.

Referentinnen: Waltraud Geitner

Hilde Forst



Nr. 2-26298

📍 Pfarrheim Hirschau,
Kolpingstr. 10, 92242
Hirschau

📄 Eine Anmeldung ist
nicht erforderlich.

🔗 KDFB Hirschau und
Hospizverein Amberg
mit KEB

Themenreihe

In der Trauer nicht allein

Monatliches offenes Angebot

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

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

Di 03.10.2023, 15:00 – 17:00 Uhr

Di 07.11.2023, 15:00 – 17:00 Uhr

Di 05.12.2023, 15:00 – 17:00 Uhr

Di 09.01.2024, 15:00 – 17:00 Uhr

Di 06.02.2024, 15:00 – 17:00 Uhr

Di 05.03.2024, 15:00 – 17:00 Uhr



Nr. 2-26067

📍 Paulaner-
Gemeindezentrum,
Paulanerplatz 13, 92224
Amberg

📄 Hospizverein, Tel.
09621/124 30

🔗 KEB, EBW, Hospizverein

Themenreihe

Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“

Monatliches offenes Angebot mit Impuls-Gedanken und Gespräch

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

Nr. 2-26325

📅 **Sechs Donnerstage, Ab
5.10. bis 9.11., 19.30
Uhr**

📍 Treffpunkt Kindergarten

📄 Anmeldung erbeten

🔗 Pfarrei Schmidmühlen
mit KEB

Nr. 2-26153

📅 **Sa 07.10.2023,
9:00 Uhr**

📍 Waldsassen

🔗 KDFB Vilseck mit KEB

Nr. 2-25659

📅 **Di 10.10.2023,
19:00 Uhr**

📍 Clubraum –
Pfarrzentrum St. Georg,
Malteserplatz 4, 92224
Amberg

🔗 PGR St. Georg mit KEB

men. Es ist ausdrücklich offen für Menschen jeglicher weltanschaulicher Orientierung.

Referenten: Trauerbegleiter Hospizverein und
Ansprechpartner KEB/EBW

Mi 04.10.2023, 16:00 – 18:00 Uhr

Mi 08.11.2023, 15:00 – 17:00 Uhr

Mi 06.12.2023, 15:00 – 17:00 Uhr

Mi 10.01.2024, 15:00 – 17:00 Uhr

Mi 07.02.2024, 15:00 – 17:00 Uhr

Mi 06.03.2024, 15:00 – 17:00 Uhr

Mi 03.04.2024, 16:00 – 18:00 Uhr

Kurs

Tu deinem Leib etwas Gutes

Anleitung zur Meditation mit vorausgehenden Leibübungen

An Yoga angelehnte Übungen bereiten uns körperlich und geistig vor, um die Seele für die Meditation zu öffnen.

Referent: Pfr. Werner Sulzer

Studienfahrt

Waldsassen

Besichtigung der Basilika, der Stiftsbibliothek, des Natur- und Kräutergartens, der Wallfahrtskirche Kappl oder der Lebkuchenmanufaktur Rosner

Referent: N.N.

Historischer Vortrag

Plebanus de Amberg – Der Pfarrer von Amberg

Referent: Dr. Johannes Laschinger,
Stadtarchivar a.D.

Projekttag - Nachholtermin

Spurensuche Jakobsweg. Der Weg nach Santiago – auch ein Weg für mich?

Eine Annäherung an das Phänomen des Jakobsweges aus verschiedenen Perspektiven: **musikalisch, praktisch, informativ und meditativ**



Dieser (eigentlich schon für Juli geplante, aber wegen Krankheit verschobene) Jakobs-Jubiläumsjahr-Projekttag möchte alle begeisterten Jakobswegpilger*innen (und natürlich auch alle, die es noch werden wollen) einladen, sich auf unterschiedliche Art und Weise - je nach Interesse - auf „Spurensuche“ zu begeben

und der besonderen Anziehungskraft des Jakobsweg-Pilgerns nachzuspüren.



Information

Einführung in das Singspiel von Siegfried Fietz: „Der Weg nach Santiago“

Vorstellung der inhaltlichen Dimension

Die Teilnehmenden erhalten sowohl eine inhaltliche Einführung in das Jakobs-Musical von Siegfried Fietz, sowie wichtige Informationen über die Lieder und den Ablauf der Musical-Akademie während des Projekttag und bei der Aufführung in Ens Dorf.

Hinweis: Dieser Abend richtet sich an alle Chorsänger*innen, die an der Musical-Akademie am 15. Oktober 2023 in Ens Dorf zum Jakobs-Musical teilnehmen.

Referenten: Bernhard Müllers, Kirchenmusiker, Chorleiter
Jürgen Zach, Musiker

Nr. 2-26027

**Di 10.10.2023,
19:00 Uhr**

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

erforderlich bei der KEB,
Tel. 09621/475520;
info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch
per Onlineanmeldung
**Anmeldeschluss
04.10.2023**

KEB mit Kloster
Ens Dorf, Musica e Vita,
Pfarrei St. Jakobus
Ens Dorf



Nr. 2-26022

**So 15.10.2023,
13:30 – 17:00 Uhr**

Pfarrkirche St. Jakobus
Ens Dorf

erforderlich - siehe ebd.
**Anmeldeschluss
04.10.2023**

KEB mit Kloster
Ens Dorf, Musica e Vita,
Pfarrei St. Jakobus
Ens Dorf

Musical-Akademie

Der Weg nach Santiago – Das Musical zum Jakobsweg

Werde aktiver Teil des Musical-Ensembles! Unter Anleitung studieren die Teilnehmenden das Musical von Siegfried Fietz ein und sind Teil des Ensembles, das am Abend die Live-Aufführung bestreitet.

Hinweis: Die Teilnehmenden sollten Gesangserfahrung mitbringen und Noten lesen können. Teilnahme am Einführungstag (10.10.23) empfohlen - bitte separat anmelden

Referenten: Bernhard Müllers,
Kirchenmusiker, Chorleiter

Jürgen Zach,
Musiker



Nr. 2-26023

**So 15.10.2023,
13:30 – 17:00 Uhr**

Kloster Ens Dorf

siehe ebd.
**Anmeldeschluss
05.10.2023**

KEB mit Kloster
Ens Dorf, Musica e Vita,
Pfarrei St. Jakobus
Ens Dorf

Information und Austausch - Nachhol-Termin

Projekttag mit Info-Stationen zum Jakobsweg aus verschiedenen Perspektiven

Folgende Informations-Stationen (mit einer Dauer von jeweils 40 min) stehen zum Angebot:

1. Der unbekannte Jakobsweg - von Genf nach Le Puy (Doris Müller)
2. Der Weg als Dialog - „Sehens-Wertes“ auf Etappen vor der Haustür (Peter Seidl)
3. Meditativer Pilgerweg im Klostergarten - zum Selbst-Erkunden
4. „Ich packe meinen Rucksack“ - Essentielles und Empfehlenswertes eingepackt (Doris Müller)

Je nach Anmeldezahlen werden die Stationen so aufgeteilt, dass alle 4 Angebote besucht werden können.

Musical-Aufführung - Nachholtermin

„Der Weg nach Santiago“ – Auf den Spuren des Jakobsweges



Nr. 2-26025

📅 **So 15.10.2023,**
19:00 Uhr

📍 Pfarrkirche St. Jakobus
Ensdorf, Hauptstraße
11, 92266 Ensdorf

€ 10 €

📄 KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Onlineanmeldung
auf der Homepage

🚶 KEB mit Kloster
Ensdorf, Musica e Vita,
Pfarrei St. Jakobus
Ensdorf

Jakob Meyer ist ein Mann, der sein Glück an der Börse oder im Spielcasino sucht. Als seine Mutter im Sterben liegt, verspricht er ihr widerwillig, den Jakobsweg nach Santiago de Compostela zu gehen. Sein Gewissen treibt ihn dazu, das Versprechen zu erfüllen. Unterwegs gewinnt er wider Erwarten tiefe existenzielle und spirituelle Erkenntnisse, indem er Menschen trifft und von ihnen lernt. Am Zielort angelangt, spürt Jakob, dass er sein Leben ändern will ... „Santiago“ ist ein Musical voller Schwung und Leben, voll menschlicher Kraft und spiritueller Tiefe. Auf mitreißende Weise wird „Santiago“ zum Symbol: Für die Suche nach Gott, für die Reise in das Geheimnis des Lebens, für den Weg zum eigenen Ich.

Nr. 2-26200

📅 **Sa 28.10.2023,**
9:00 – 11:00 Uhr

📍 Haus der Besinnung,
Philosophenweg 10,
92224 Amberg

📄 und nähere Infos über
weitere Termine beim
Haus der Besinnung,
Tel. 09621/602380

🚶 Haus der Besinnung mit
KEB, andere Institution

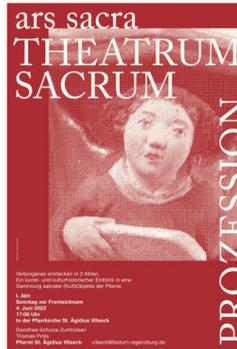
Kurs

Spiritual Walking

bewegter und angeleiteter Glaubenskurs mit Impulsen

Mit einem Geistlichen Impuls unterwegs sein in Phasen der Stille und im Austausch mit anderen. Genießen, Körper und Seele Gutes zu tun.

Referentin: Sr. Josefa Strunk



Themenreihe

ars sacra – THEATRUM SACRUM

Verborgenes entdecken in 3 Akten. Ein kunst- und kulturhistorischer Einblick in eine Sammlung sakraler (Kult)Objekte der Pfarrei Vilseck

Der I. Akt hat bereits stattgefunden

Referenten: Dorothee Schulz Zumhülsen,
Gästeführerin
Thomas Pröls,
Kirchenpfleger

Nr. 2-26182

📍 Pfarrkirche St. Ägidius
Vilseck, Kirchgasse,
92249 Vilseck

€ Eintritt frei

🚶 PGR mit KEB

II. Akt - Heilige und Engel (am Sonntag vor Allerheiligen)

Heilige und Engelsfiguren

So 29.10.2023, 14:00 Uhr

weitere Veranstaltung am 24.03.2024

III. Akt - Leiden und Sterben (am Sonntag vor Karfreitag)

Passionsfiguren

So 24.03.2024, 14:00 Uhr

Nr. 2-25679

 **Sa 04.11.2023,**
19:00 Uhr

 Clubraum –
Pfarrzentrum St. Georg,
Malteserplatz 4, 92224
Amberg

 PGR St. Georg mit KEB



Nr. 2-26213

 **Di 07.11.2023,**
14:30 – 16:00 Uhr

 Pfarrzentrum
Ebermannsdorf,
Hirtenweg 2, 92263
Ebermannsdorf

€ Eintritt frei

 PGR mit
Seniorenmosaik und
KEB und lokale Allianz
für Menschen mit
Demenz

Nr. 2-25680

 **Fr 10.11.2023,**
19:00 Uhr

 Clubraum –
Pfarrzentrum St. Georg,
Malteserplatz 4, 92224
Amberg

 PGR St. Georg mit KEB

Information**„Wie’s früher in St. Georg war“****Georgianer informieren aus alten Zeiten**

Referent: N.N.

Vortrag**Bruder Konrad und die Bruder-Konrad-Kirche in Ebermannsdorf****Über das Leben des Bruder Konrad und den Bau der Bruder-Konrad-Kirche in Ebermannsdorf**

An diesem Nachmittag stehen auch die Erinnerungen, welche sich um den Bau der Kirche orientiert und der gemeinsame Austausch im Mittelpunkt.

Bringen Sie dazu gerne Fotos der Kirche oder aus der Bauzeit der Kirche mit.

Die Einladung richtet sich vor allem an Menschen mit Gedächtnisproblemen, wie sie auch bei Menschen mit Demenz vorkommen können, sowie an alle weiteren interessierten Personen.

Zu Kaffee und Kuchen wird herzlich eingeladen. Der Zugang zum Veranstaltungsraum ist barrierefrei.

Referentin: Christine Schormüller

Vortrag**Aktuelle Baumaßnahmen an St. Georg im Spiegel der Zeitgeschichte**Referentin: Carola Setz,
Architektin Regensburg

Nr. 2-26309

 **Sa 18.11.2023,**
9:30 – 19:00 Uhr

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

€ 35,00€ (inkl.
Mittagessen)
Überweisung nach
Anmeldung an Kath.
Pfarramt St. Michael
Amberg: IBAN: DE44
7525 0000 0240 1408
55

 Anmeldung und nähere
Infos bei: Katholisches
Pfarramt St. Michael,
Winfried Fleischmann;
Tel.: 09621/23961
Anmeldeschluss
20.10.2023

 Pfarrei St. Michael,
inTAKT mit KEB

Nr. 2-26222

 **Di 14.11.2023,**
19:00 – 21:00 Uhr

 Pfarrheim Hl.
Dreifaltigkeit,
Dreifaltigkeitsstr. 7,
92224 Amberg

 KAB Hl. Dreifaltigkeit
mit KEB

NGL-Workshop**Eine Handbreit bei dir**

Unter der Leitung von Pfarrer Eugen Eckert und A-Kirchenmusiker Joachim Raabe, bietet dieser ganztägige Workshop einen Herbsttag voller Lieder zum Auf- und Durchatmen, der in die musikalische Gestaltung eines Abendgottesdienstes mündet. Arbeitsgrundlage ist das Liederbuch „Eine Handbreit bei dir“. Daraus sollen neue Lieder, z.B. für die Gestaltung von Gottesdiensten kennen gelernt werden. Chor-, Band- und Gruppen-leiter/-innen, Haupt-, Neben- und Ehrenamtliche in den Pfarrgemeinden und alle, die Freude am gemeinsamen Singen haben, sind eingeladen zu einer musikalischen Entdeckungsreise mit Melodien und Chorsätzen.

Workshop von 9:30 - 17:30 Uhr, Gottesdienst um 18 Uhr

Hinweis: Wegen begrenzter Teilnehmendenzahl ist Anmeldung unbedingt erforderlich! Wer das Liederbuch schon hat, soll es mitbringen. Falls nicht vorhanden, kann es zum Preis von 20 € vorab für den Workshop bestellt werden. Bitte bei der Anmeldung mit angeben.

Referenten: Pfarrer Eugen Eckert,
Texter und Musiker der Band HABAKUK

Joachim Raabe,
A-Kirchenmusiker, Komponist und Arrangeur,
Lehrer für Musik und Ethik

Vortrag**Die dem Herrn vertrauen, schöpfen neue Kraft**

Referent: Thomas Peter

Nr. 2-26329

**Sa 18.11.2023,
12:30 Uhr**

Treffpunkt beim
Kindergarten
Hauptstraße 32

Anmeldung erbeten
09474/252 od.
schmidmühlen@bistum-
regensburg.de

Pfarrei



Nr. 2-26596

**So 19.11.2023,
14:30 – 20:30 Uhr**

Pfarrheim St. Ursula,
Pfarrer-Lindl-Platz 2,
92256
Ursulapoppenricht

PGR mit KEB

Seminar

Wisst ihr nicht, dass euer Leib ein Tempel Gottes ist (1Kor6,19)

Leibbetonte Einführung in die Kontemplation

Anleitungen und Übungsschritte zur Wahrnehmung des Körpers und des Atems als Hinführung zur Stille.

Referenten: Maria Fischer,
Atemtherapeutin

Pfr. Werner Sulzer

Vortrag

Mit Sonntagsgedanken durch das Jahr

Gedanken von Sonntag für den Sonntag

Der Vorsitzende der KEB Amberg-Sulzbach, Sebastian Sonntag, veröffentlichte jahrelang für die Mittelbayerische Online-Sonntags-Zeitung jede Woche unter der Rubrik „Sonntags-Gedanken“ Texte über Erfahrungen aus seiner Arbeit als Psychotherapeut und auch mit ganz allgemeinen Themen aus verschiedenen Lebensbereichen. Die Begegnung mit Menschen haben viele seiner Gedanken geprägt. Sie wollen auch so manch anderen Menschen Mut und Zuversicht schenken. Einige ausgewählte wird der Referent an diesem Nachmittag vorstellen.



Referent: Sebastian Sonntag,
Diplom-Theologe und Diplom-Psychologe



Nr. 2-26353

**So 03.12.2023,
17:30 Uhr**

Pfarrkirche St. Michael

Konzert

„Das Andere Adventssingen“ Pfarrei St. Michael und Kath. Jugendstelle



Nr. 2-26327

**Sa 09.12.2023,
14:00 Uhr**

Saal des
Hammerschlusses

KDFB

Gestalteter Vortrag

Adventliche Besinnung

mit Vortrag zum tieferen Sinn des Advents

Auf besinnliche Weise lassen wir uns zum tieferen Grund des Advents hinführen.

Referent: Pfr. Werner Sulzer



Nr. 2-26599

**Mo 11.12.2023,
17:30 Uhr**

St. Sebastian-Kirche,
Sebastianstraße 41a,
92224 Amberg

SkF mit KEB

Glaubensimpuls mit Gespräch

Ein Stern zeigt uns den Weg

mit Anregungen zu einem adventlichen Leben

anschl. Rückblick auf das SkF Jahr 2023 und Ausblick auf das ehrenamtliche Engagement des SkF Amberg mit Austauschmöglichkeit für die Ehrenamtlichen im SkF-Haus



Referent: Richard Sellmeyer

Nr. 2-25582

Di 12.12.2023

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

PGR mit KEB

Vortrag

Ist die Hl. Barbara noch aktuell?!



Referentin: Marianne Moosburger

Nr. 2-26223

**Fr 15.12.2023,
17:30 – 19:00 Uhr**

Pfarrgarten Hl. Dreifaltigkeit, Amberg

KAB mit KEB



Nr. 2-25681

**Fr 22.12.2023,
19:00 Uhr**

Pfarrkirche St. Georg

PGR St. Georg mit KEB



Nr. 2-26422

Termine offen

Pfarrzentrum St. Michael Amberg

PGR mit KEB

Nr. 2-26475

**Mo 08.01.2024,
19:00 – 21:00 Uhr**

Hotel Fronfeste, Fronfestgasse 8, 92224 Amberg

€ 5€

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

EBW Oberpfalz

Religiöser Bildungsimpuls

Weihnachtsgedanken im Pfarrgarten

Referentin: Hildegard Zimmer-Sperl

Lesung

„Mir müass´ ma´r auf Betlehem nei“

Die Heilige Nacht von Ludwig Thoma

Mit dem Vokalensemble "Stimmen der Berge" und dem Mädchenchor der Regensburger Domschatzen

Filmgespräch

Filmgespräche im Alltag

An 4 Donnerstagen werden Filme gezeigt, anschließend findet ein Gesprächsaustausch dazu statt

Referentin: Judith Ossowicki

Vortrag

„Ich war im Gefängnis und ihr seid zu mir gekommen“ (Mt 25,36)

Gefangenenseelsorge

Die Sorge um die Gefangenen zählt zu den ältesten Seelsorgefeldern der Kirche. Die Gefängnisseelsorge steht den Gefangenen, deren Angehörigen und den Bediensteten der JVA zur Seite.

Referent: Barbara Zöller

Nr. 2-26519

Pfarrheim Kümmersbruck

PGR St. Antonius mit KEB

Themenreihe

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

Referent: Wolfgang Bauer

Woher kommen wir?

Mi 17.01.2024, 19:45 Uhr

Wie ist das mit Jesus?

Mi 06.03.2024, 19:45 Uhr

Was soll der Glaube?

Mi 17.04.2024, 19:45 Uhr



Workshop

Künstliche Intelligenz in der pastoralen Praxis

Künstliche Intelligenz (KI) verändert gerade alles, ist aber für Sie noch ein eher unbekanntes Terrain? Lassen Sie uns gemeinsam ausloten, wie künstliche Intelligenz in der Pastoral eingesetzt werden kann. Der Workshop ist in drei Teile gegliedert:

Im ersten Teil werden wir uns mit den theoretischen Aspekten von KI befassen und einige Beispiele aus verschiedenen Bereichen anschauen, um KI-Anwendungen kritisch begegnen zu können. Im zweiten Teil werden wir selbst aktiv und verschiedene Tools ausprobieren. Im dritten Teil werden wir Zeit für offene Diskussion, Nachfragen und Feedback haben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Hinweis: Mitzubringen: Ein mobiles Endgerät, das mit WLAN verbunden werden kann oder selbst eine Internetverbindung aufbauen kann: Vorzugsweise ein Laptop und ein Smartphone.



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



Nr. 2-26577

**Do 22.02.2024,
14:00 Uhr**

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

€ kostenlos

KEB, Tel. 09621/475520; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage

KEB mit Jugendstelle und Fachstelle Medien und Digitales

Nr. 2-26328

 **5 Wochen ab
17.02.2024**
 Allzweckraum der
Kirche

 Pfarrei Schmidmühlen
mit KEB
**Glaubenskurs****Eucharistie – ein Weg der
Wandlung**

In einem fünfwöchigen Glaubenskurs befassen wir uns intensiv mit der wichtigsten Feier unseres Glaubens, der Eucharistie, um die Schätze, die darin liegen, für uns zu erschließen

Referent: Pfr. Werner Sulzer

Gesprächsabend**Ist der Glaube für Sie
frag-würdig?**

Woran glaube, woran zweifle ich? Trauen ich mich, Fragen zu stellen, die mich wirklich bewegen? Wo kann ich meine Fragen und Anfragen loswerden?

**Ihre Fragen**

Ab Januar 2024 startet die KEB im Bistum Regensburg e. V. ein mutiges Projekt: Frag!Würdig. Nachdenkliche und provokante Postkarten in Läden, Cafés und anderswo laden Sie ein, den eigenen Fragen nach Sinn, Glaube und Leben nachzugehen und ins Nachdenken zu kommen. Online, auf dem Postweg oder über Messengerdienste können Sie uns dann Ihre Fragen zukommen lassen. Diese sammeln und veröffentlichen wir auf unserer Homepage. Gemeinsame Antworten

Im April 2024 sollen daraus regionale Veranstaltungen gestaltet werden, die es in sich haben. Bei Snacks und guter Musik werden sich zwei Personen einen ganzen Abend Ihren Fragen stellen. Menschen, die mit beiden Beinen im Leben stehen, denen der Glaube ein Herzensanliegen ist und die sich als studierte Theologinnen und Theologen trauen, zu verschiedenen Themen ebenso informative wie persönliche Antworten zu geben. Denn das ist unsere Überzeugung: Keiner hat die Weisheit mit Löffeln gefressen. Und: Es lohnt sich, gemeinsam über unsere Fragen und den Glauben ins Gespräch zu kommen. Wir sind gespannt!

Sollten Sie in Ihrer Pfarrei Interesse an einer solchen regionalen Veranstaltung haben, dann melden Sie sich bitte bis 20. September bei Ihrer regionalen KEB!


**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.dewww.sozialstation-sulzbach.de



Verlaan Niek

Ehevorbereitungskurse

Seminar

Ehevorbereitungs – Seminare

Einander trauen - sich trauen lassen

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

Nr. 2-26524

**Sa 13.01.2024,
9:00 – 16:00 Uhr**

Kettelerhaus,
Kettelerstraße 21,
92237 Sulzbach-
Rosenberg

€ frei

KEB, Tel. 09621/475520
oder per Email:
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Online-Anmeldung
auf der Homepage.

Dekanat Amberg-
Sulzbach mit KEB

Nr. 2-26523

**Sa 27.01.2024,
9:00 – 16:00 Uhr**

Pfarrheim Hl.
Dreifaltigkeit,
Dreifaltigkeitsstr. 7,
92224 Amberg

€ frei

KEB, Tel. 09621/475520
oder per Email:
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Online-Anmeldung
auf der Homepage.

Dekanat Amberg-
Sulzbach mit KEB

Nr. 2-26525

**Sa 24.02.2024,
9:00 – 16:00 Uhr**

Neuer Pfarrsaal
Hahnbach, Hauptstr. 60,
92248 Hahnbach

€ frei

KEB, Tel. 09621/475520
oder per Email:
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Online-Anmeldung
auf der Homepage.

Dekanat Amberg-
Sulzbach mit KEB

Seminar

Ehevorbereitungs – Seminar

Hinweis: max. 12 Paare



Referenten: Martin Melchner



Susanne Gradl

Seminar

Ehevorbereitungs – Seminar

Hinweis: max. 12 Paare



Referenten: Anton Rauch



Barbara Schlosser

Seminar

Ehevorbereitungs – Seminar

Hinweis: max. 12 Paare



Referenten: Marianne Moosburger



Diakon Dieter Gerstacker

Nr. 2-26526

Sa 09.03.2024,
9:00 – 16:00 Uhr

Neuer Pfarrsaal
Hahnbach, Hauptstr. 60,
92248 Hahnbach

€ frei

KEB, Tel. 09621/475520
oder per Email:
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Online-Anmeldung
auf der Homepage.

Dekanat Amberg-
Sulzbach mit KEB

Seminar

Ehevorbereitungs – Seminar

Hinweis: max. 12 Paare



Referenten: Marianne Moosburger



Diakon Dieter Gerstacker

Nr. 2-26527

Sa 23.03.2024,
9:00 – 16:00 Uhr

Pfarrheim Hl.
Dreifaltigkeit,
Dreifaltigkeitsstr. 7,
92224 Amberg

€ frei

KEB, Tel. 09621/475520
oder per Email:
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Online-Anmeldung
auf der Homepage.

Dekanat Amberg-
Sulzbach mit
KEB, andere Institution

Seminar

Ehevorbereitungs – Seminar

Hinweis: max. 12 Paare



Referenten: Thomas Peter



Ute Peter

Nr. 2-26528

Sa 13.04.2024,
9:00 – 16:00 Uhr

Pfarrzentrum St. Georg,
Malteserplatz 4, 92224
Amberg

€ frei

KEB, Tel. 09621/475520
oder per Email:
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Online-Anmeldung
auf der Homepage.

Dekanat Amberg-
Sulzbach mit KEB

Seminar

Ehevorbereitungs – Seminar

Hinweis: max. 12 Paare



Referenten: Gabriele Papp



Marcel Papp



KLASSIK & CO. LIVE IM KINO



JETZT
TICKETS
SICHERN!

Opern, Ballett, Konzerte und mehr
auf großer Leinwand



07.11. // DON QUIXOTE
09.12. // FLORENCIA EN EL AMAZONAS
12.12. // DER NUSSKNACKER
06.01. // NABUCCO
27.01. // CARMEN
07.02. // MANON
09.03. // LA FORZA DEL DESTINO
23.03. // ROMÉO ET JULIETTE
26.03. // MADAMA BUTTERFLY

The Metropolitan
Opera HD
LIVE

CLASART
CLASSIC

Infos und Tickets vor Ort
an der Kinokasse oder unter:
www.cineplex.de/amberg



ROYAL
OPERA
HOUSE

GESELLSCHAFT





Meike Watzlawik
Hand aufs Herz
Menschen im Hospiz

Nr. 2-25555

📍 verschiedene Orte im Landkreis AS und Stadt AM

€ kostenfrei, Spenden erwünscht

∞ Hospizverein mit KEB, EBW

Wanderausstellung

„Hand aufs Herz“

Die Foto-Wanderausstellung stellt Gäste eines Hospizes in Bild und begleitendem Text vor. Neben großformatigen Handporträts sind Auszüge aus Gesprächen wiedergegeben. Die individuellen Geschichten lassen so manchen neuen Blickwinkel auf das Ende des Lebens entdecken. Als Zentrales Bildmotiv werden die Hände der Gäste dargestellt mit Zitaten und individuellen Geschichten und Informationen aus der Psychologischen Forschung. Mit konkreten Informationen zum Hospizverein der Stadt Amberg und des Landkreises Amberg-Sulzbach, aber auch veranschaulicht durch den Dokumentationsfilm "Noch 16 Tage.. Eine Sterbeklinik in London" werden im Rahmen der jeweiligen Eröffnung-Veranstaltungen (immer am 1. Tag) Einblicke sowohl in die allgemeine, als auch in die regionale Hospizarbeit ermöglicht.

Kernhaus Neukirchen:

Fr 01.09.2023, 19:00 Uhr – Mi 06.09.2023

Kulturstadel Schnaittenbach:

Fr 08.09.2023, 19:00 Uhr – So 10.09.2023

Bürgersaal Auerbach

Fr 15.09.2023, 19:00 Uhr – Do 21.09.2023

Hammerschloss Schmidmühlen

Mo 25.09.2023, 19:00 Uhr – Mo 02.10.2023

Stadtbibliothek Amberg

Fr 06.10.2023, 19:00 Uhr – Mo 30.10.2023



Nr. 2-26589

📅 **Do 21.09.2023, 10:00 – 12:00 Uhr**

jeden 3. Donnerstag im Monat

📍 Elternschule Amberg – Mehrgenerationenhaus, Amselweg 7a, 92224 Amberg

€ Kostenlos

∞ Malteser Hilfsdienst e.V. mit KEB

Workshop

IT-Café

für alle interessierten Senioren und Seniorinnen

Wir helfen Ihnen, wenn Sie Schwierigkeiten mit der Bedienung von Tablet, Handy & Co. haben! Einfach mitbringen! Unsere Ehrenamtlichen nehmen sich für jeden Zeit und geben entsprechende Anleitungen

Hinweis: weitere Termine: 19.10.23, 16.11.23, 15.12.23, 18.01.24, 15.02.24, 21.03.24, 18.04.24
Anmeldung bei Kathleen Busse, Tel. 09621-493357; email: kathleen.busse@malteser.org



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

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.

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

Die Kriege des Hans Romminger (1891 - 1944)
Mo 25.09.2023, 19:00 Uhr

Unser lokales „Immaterielles Welt-Kulturerbe“
Mo 23.10.2023, 19:00 Uhr

Wo steckt überall Bergbau drin?
Mo 20.11.2023, 19:00 Uhr



Hand aufs Herz
Menschen im Hospiz

Filmgesprächsreihe mit Diskussion

ZUKUNFTSKINO: „Kritischer Konsum“ - Filmgesprächsreihe -



 jeden letzten
Donnerstag im Monat
(außer an Feiertagen)

jeweils mit Moderator
Stefan Weidenhammer und
themenbezogenen Fachexperten



Nr. 2-26273

 **Do 28.09.2023,**
19:00 – 21:30 Uhr

 Cineplex,
Regensburgerstr. 1,
92224 Amberg

€ 7,50 €

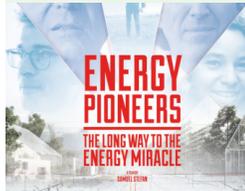
 Fairtrade Stadt Amberg
mit KEB, LPV AS, ÖMR,
Cineplex

Filmgespräch mit Diskussion

Anders Essen: Das Experiment In der Reihe: "Kritischer Konsum"

Drei Familien, ein Ziel: die eigene Ernährungswiese so umstellen, dass am Ende nicht schon wieder unser Planet sowie dessen endliche Ressourcen die Leidtragenden sind. Die Autoren haben Familien über mehrere Wochen dabei gefilmt und präsentieren Fakten und Zusammenhänge, die in vielen kritischen ökologischen Dokus der letzten Jahre immer wieder benannt wurden. Aber „Anders essen“ führt sie mit einer klugen aufklärerischen Strategie und einem überzeugenden dramaturgischen Konzept sehr gut zusammen.

Expertin: Annika Reich, Öko-Modellregion AS/AM



Nr. 2-26276

 **Do 28.10.2023,**
19:00 – 21:30 Uhr

 Cineplex,
Regensburgerstr. 1,
92224 Amberg

€ 7,50 €

 Fairtrade Stadt Amberg
mit KEB, LPV AS, ÖMR,
Cineplex

Filmgespräch mit Diskussion

Energiepioniere * In der Reihe: "Kritischer Konsum"

* unter Vorbehalt

Die weltweit steigende Nachfrage nach Energie führt zu einer exorbitanten Ausschüttung von Treibhausgasen in die Erdatmosphäre. Durch die zunehmende Urbanisierung leiden Städte immer mehr unter Verkehrsüberlastung und Dichtestress. Der Dokumentarfilm "Energiepioniere" porträtiert zwei herausragende Visionäre, die überzeugt sind, mit ihren Ideen Lösungen für diese Herausforderungen unserer Zeit zu finden: Der in Kalifornien lebende Unternehmer James Ehrlich und der renommierte Schweizer ETH-Professor Hansjürg Leibundgut. "Energiepioniere" ist ein Film über Hindernisse, Krisen und die Macht einer Idee.

Experte: Lorenz Hirsch, Solar-Förderverein AM



Nr. 2-26277

Do 30.11.2023,
19:00 – 21:30 Uhr

📍 Cineplex,
Regensburgerstr. 1,
92224 Amberg

€ 7,50 €

∞ Fairtrade Stadt Amberg
mit KEB, LPV AS, ÖMR,
Cineplex

Filmgespräch mit Diskussion

Motherload

In der Reihe "Kritischer Konsum"

Eine Mutter versucht zu verstehen, wie das digitale Zeitalter zu zunehmender sozialer Isolation führt und wie Cargobikes einen Beitrag leisten, dieser Entwicklung entgegenzuwirken. Liz Canning fuhr überall mit dem Fahrrad hin, bis sie Zwillinge bekam. Ihre Kinder mit dem Auto zu transportieren, war nicht nur unökologisch, sondern nahm ihr auch ein Stück Freiheit und das Gefühl von Abenteuer. Sie suchte im Internet nach "Familienfahrrad" und entdeckte eine globale Bewegung von Menschen, die Autos durch Cargobikes ersetzen.

Experte: Familie Altmann, seit 10 Jahren mit dem Lastenrad unterwegs



Nr. 2-26278

Do 25.01.2024,
19:00 – 21:30 Uhr

📍 Cineplex,
Regensburgerstr. 1,
92224 Amberg

€ 7,50 €

∞ Fairtrade Stadt Amberg
mit KEB, LPV AS, ÖMR,
Cineplex

Filmgespräch mit Diskussion

Los Veganeros

In der Reihe "Kritischer Konsum"

Der Regenwald wird für Viehweiden und Futteranbauflächen abgeholzt, der Fleischkonsum der Deutschen steigt weiter an, und in ihrer Region sollen neue Schweinemastanlagen gebaut werden. Alma hat damit ein Problem. Sie ist 94 Jahre alt und passionierte Umweltaktivistin. Zusammen mit Freunden und Gleichgesinnten trifft sie sich regelmäßig im Restaurant "Los Veganeros", wo sie Aktionen zu planen. Mit der Planung einer Entführung trifft die Gruppe eine Entscheidung mit fatalen Folgen. Der Film ist ein fesselnder Spagat zwischen informativen Fakten und unterhaltsamer Spielfilmsatire.

Expertin: Evelin Hackenberg, Vegan in und um Amberg



Nr. 2-26279

Do 29.02.2024,
19:00 – 21:30 Uhr

📍 Cineplex,
Regensburgerstr. 1,
92224 Amberg

€ 7,50 €

∞ Fairtrade Stadt Amberg
mit KEB, LPV AS, ÖMR,
Cineplex

Filmgespräch mit Diskussion

Welcome to Sodom – Dein Smartphone ist schon hier

In der Reihe "Kritischer Konsum"

Der Dokumentarfilm "Welcome to Sodom" lässt die Zuschauer hinter die Kulissen von Europas größter Müllhalde mitten in Afrika blicken und portraitiert die Verlierer der digitalen Revolution. Dabei stehen nicht die Mechanismen des illegalen Elektroschrotthandels im Vordergrund, sondern die Lebensumstände und Schicksale von Menschen, die am untersten Ende der globalen Wertschöpfungskette stehen.

Experte: Kai Keune, AFB gGmbH social & green



Nr. 2-26280

Do 21.03.2024,
19:00 – 21:30 Uhr

📍 Cineplex,
Regensburgerstr. 1,
92224 Amberg

€ 7,50 €

∞ Fairtrade Stadt Amberg
mit KEB, LPV AS, ÖMR,
Cineplex

Filmgespräch mit Diskussion

The true cost – der Preis der Mode

In der Reihe "Kritischer Konsum"

Ein Pullover oder eine Hose für weniger als 10 Euro, ein Hemd für 5 - oft geht man in Kleidungsgeschäfte und ist begeistert, wie billig die neueste Mode bei uns zu haben ist. Doch wie kann es sein, dass Kleidung bei uns so wenig kostet? "THE TRUE COST - Der Preis der Mode" macht sich auf die Suche und verfolgt eindrucksvoll den Weg, den die Kleidung macht, bevor sie zu uns ins Geschäft kommt. Die bedrückende Antwort auf die Frage ist: Es darf nicht sein! Der Film zeigt die erschütternde Wahrheit: Die Kosten für unsere Kleidung müssen andere bezahlen.

Experte: Frederick Götz, Textilunternehmer Fredskind



Nr. 2-26266

**Mi 27.09.2023,
14:30 – 16:00 Uhr**

📍 Eggenberghaus Ensdorf

€ kostenlos

📝 Eine Anmeldung ist nicht notwendig aber erwünscht bei Seniorenmosaik, Barbara Hernes, Tel.: 09621 70843 oder email: info@seniorenmosaik.de

∞ Seniorenmosaik, lokale Allianz für Menschen mit Demenz mit KEB

Vortrag

Die Geschichte des Eggenbergs

Vom Eggenberghof bis zur Wallfahrtskirche der 14 Nothelfer

An diesem Nachmittag wird Hans Weiss über die interessante Geschichte des Eggenberghofes und der Entwicklung bis zum Eggenberghaus, der Wallfahrtskirche der 14 Nothelfer, sowie der Tradition des Eggenbergfestes erzählen. Hierbei stehen auch die Erinnerungen, welche sich am Bekannten und Vertrauten orientieren und der gemeinsame Austausch im Mittelpunkt.

Bringen Sie dazu gerne Fotos über den Eggenberg, das Eggenberghaus oder das Bergfest von Früher mit. Die Einladung richtet sich vor allem an Menschen mit Gedächtnisproblemen, wie sie auch bei Menschen mit Demenz vorkommen können, sowie an alle weiteren interessierten Personen.

Hinweis: Der PGR Ens Dorf lädt zu Kaffee und Kuchen ein.

Referenten: Hans Weiss

Barbara Hernes, Leiterin Seniorenmosaik

Nr. 2-26292

**Mi 04.10.2023,
19:00 Uhr**

📍 Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit

📝 und weitere Infos Peichl Ursula 09621/82767

∞ KDFB mit KEB

Vortrag

Starke Frauen – starke Kinder?!

Die Kraft der Werte im Alltag von Kindern

Kommission Ehe-Familie-Beruf



Nr. 2-26105

**Di 10.10.2023,
18:00 – 19:00 Uhr**

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

€ kostenlos

📝 Unbedingt erforderlich bei: Birgit Hübner, Fachstelle für pflegende Angehörige Stadt Amberg / Malteser Hilfsdienst e.V. Tel.: 09621 4933 50 birgit.huebner@malteser.org

∞ Fachstelle für pflegende Angehörige im MHD mit KEB

Vortrag

Betrugsmaschen bei Senioren

Vortrag für Senioren

Hier werden neben den aktuellen Betrugsvarianten bei Senioren, wie beispielsweise der Enkeltrick, WhatsApp-Trick oder Betrug durch falsche Polizeibeamte, usw. auch die dazugehörigen Verhaltensregeln erläutert.

Referenten: Wolfgang Sennfelder, Kriminalhauptkommissar und Fachberater bei der Kriminalpolizei

Birgit Hübner

Nr. 2-26474

**Fr 20.10.2023,
19:00 – 21:00 Uhr**

📍 Historische Druckerei Seidel, Luitpoldplatz 4, 92237 Sulzbach-Rosenberg

€ 5€

📝 EBW Oberpfalz, ebw.oberpfalz@elkb.de oder 09622/60794-26

∞ EBW Oberpfalz mit KEB

Vortrag

Bertha von Sulzbach – Kaiserin von Byzanz

Im Jahre 1146 arrangierte man die Heirat zwischen Bertha, einer aus dem bayerischen Sulzbach stammenden Gräfin, und dem byzantinischen Kaiser Manuel I. Komnenos. Nur wenig ist bekannt über Bertha, die als byzantinische Kaiserin den Namen Irene trug. Bertha und Manuel hatten zusammen zwei Töchter. Mit der berühmten Äbtissin Hildegard von Bingen schrieb sie sich Briefe. Bertha wurde nach ihrem Tod im Jahre 1160 im Pantokratorkloster in Konstantinopel bestattet.

Hinweis: Eine online Teilnahme ist möglich

Referent: Dr. Mabi Angar, Köln

Workshops

„Weil Ihr ein wertvoller Schatz seid“

Helfertag für Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit



Nr. 2-26215

**Mo 23.10.2023,
9:30 – 16:00 Uhr**

📍 Bildungshaus Kloster
Ensdorf, Hauptstr. 9,
92266 Ensdorf

€ kostenfrei

📄 verbindliche schriftliche
Anmeldung mit
Anmeldeformular
erbeten (siehe auch
Homepage KEB, AOVE
oder Seniorenmosaik)
**Anmeldeschluss
06.10.2023**

🔗 KEB mit AOVE,
Seniorenmosaik und
Lkr. Amberg-Sulzbach

Folgende Workshops werden angeboten:

Workshop 1: „Gemeinsam gegen Ein-

samkeit“ (Ref.: Christiane Mais)

Workshop 2: „Achtsamkeit und Resilienz
im Ehrenamt“ (Ref.: Michaela Blattinig)Workshop 3: „Sich selbst zum Klingen
bringen“ (Ref.: Simone Lautenschlager)Workshop 4: „Kommunikation in der Se-
niorenarbeit“ (Ref.: Mechthild R. Scheurl
von Defersdorf)Workshop 5: „Entspannende Aus-
zeit“ (Ref.: Nadine Hofmann + Gerald
Herbst)

Hinweis: Bitte beachten Sie: Während der Veran-
staltung werden von den Veranstaltern Fotos und
evtl. Filme zu Zwecken der Öffentlichkeitsarbeit ge-
macht.

Nr. 2-26566

**Mo 06.11.2023,
18:30 Uhr**

📍 Pfarrsaal (Clubraum),
92245 Kümmerbruck

📄 Mattulla Gabriele

🔗 KDFB mit KEB

Filmgespräch

CONTRA

**Filmvorführung mit anschließender Diskussion
und Gespräch**

Referent: Mitglieder des KDFB



Kurs

Alltagskompetenzen

Schulung für Senioren

Hinweis: Anmeldung erforderlich bei
Ansprechpartnerin: Kathleen Busse,
Tel. 09621-493357;
email: Kathleen.Busse@malteser.org

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

Mo 13.11.2023, 10:00 – 12:00 Uhr

„Natürlich helfe ich dir aus der Patsche“ - Auf-
klärung zum „Enkeltrick“.

Do 25.01.2024, 10:00 – 12:00 Uhr

Nutzung sozialer Medien am PC und Handy -
aber wie kann ich mich schützen?

Di 09.04.2024, 14:00 – 16:00 Uhr



Nr. 2-25581

Di 14.11.2023

📍 Pfarrsaal Hahnbach

🔗 PGR mit KEB

Vortrag

Entwicklung der Seniorenveranstaltungen der letzten 20 Jahre

mit bildertem Rückblick

Referent: Eduard Freisinger

Nr. 2-26469

**Mo 13.11.2023,
19:00 – 21:00 Uhr**

Paulaner-
Gemeindehaus,
Paulanerplatz 13, 92224
Amberg

€ kostenfrei

EBW Oberpfalz,
ebw.oberpfalz@elkb.de
oder 09622/60794-26

EBW in Kooperation mit der KZ-Gedenkstätte Flossenbürg, KEB

Vortrag

Gegen Krieg, Massenmord und Tyrannei

Dietrich Bonhoeffer, Hans von Dohnanyi und die anderen Widerstandskämpfer der Deutschen Abwehr unter Admiral Canaris

Siegfried Kratzer führt uns in seinem leicht lesbaren Buch die Stationen des Widerstandes der Deutschen Abwehr, ihre Beweggründe und Ziele, ihren Einfallreichtum und ihr Scheitern vor Augen. Zugleich mahnt er, ihr Vermächtnis als eine Aufgabe zu betrachten, in unserem Alltag mehr als einmal daran zu denken, jedweder Menschenverachtung und Intoleranz zu widersprechen - und Gutes zu tun.

Hinweis: Die VA ist auch online möglich

Referent: Siegfried Kratzer, Amberg

Nr. 2-26478

**Do 23.11.2023,
19:00 – 21:00 Uhr**

Gemeindehaus
Auferstehungskirche,
Dollackerstr. 27, 92224
Amberg

€ kostenfrei

EBW Oberpfalz,
ebw.oberpfalz@elkb.de
oder 09622/60794-26

EBW Oberpfalz mit KEB

Vortrag

Wenn ich alt bin, werd' ich...?

Grenzenloser Aktivismus versus Ruhe im Alter

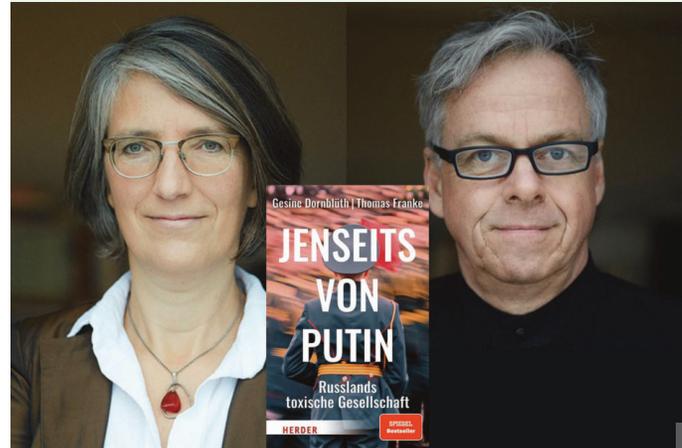
Wer oder Was gibt Wie dem immer länger andauernden Alterungsprozess/Älterwerden ohne Schönfärberei Sinn? Welche Altersbilder sind heute zeitgemäß und hilfreich als Vorbereitung auf eine Gesellschaft im demografischen Wandel? Wie lange sollten wir arbeiten, wie viel Neues uns immer wieder zumuten, und wie viel Introversion ist notwendig für einen gelungenen Alterungsprozess? Diesen Fragen möchte sich Dagmar Wagner, Biografin, Dokumentarfilmerin und Referentin zum Thema Älterwerden stellen und Antworten finden.

Referentin: Dagmar Wagner, M.A., Diplom HFF, Cand. M.Sc. Gerontologie, älterwerden.net

Autorenvortrag

Jenseits von Putin

Russlands toxische Gesellschaft



Nr. 2-26214

**Do 16.11.2023,
19:00 Uhr**

Stadtbibliothek Amberg
(Raseliushaus),
Zeughausstrasse 1a,
92224 Amberg

€ 5 € (am einfachsten durch Lastschriftmandat bei der ONLINE-Anmeldung)
Verwendungszweck: 2-26214 + Name der Teilnehmenden

KEB, Tel. 09621/475520; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung.

KEB mit Stadtbibliothek, EBW, Bündnis Migration/Integration

Als Russland am 24. Februar 2022 die Ukraine angriff, schien das großen Teilen der russischen Gesellschaft egal zu sein. Das ist nicht überraschend. Seit Jahren wird das russische Expansionsstreben davon begleitet, dass gesellschaftlich das Recht des Stärkeren gilt. Gewalt wird von vielen als Mittel der Politik akzeptiert. Die Referenten erklären, wie es dazu kommen konnte, dass nationalistische Kräfte über Verfechter demokratischer Werte die Oberhand gewannen. Dabei wird deutlich: Der zukünftige Frieden in Europa hängt davon ab, ob wir Russlands Gesellschaft richtig verstehen und entsprechend handeln.

Referenten: Thomas Franke, Journalist, Autor, Regisseur und Produzent
Dr. Gesine Dornblüth, promovierte Slavistin und Hörfunkjournalistin



Nr. 2-26598

**Do 23.11.2023,
18:30 Uhr**

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

🔗 CV und KEB

Vortrag**Die Ukraine – Land, Leute, Kultur**

Der Vortrag lädt ein, ein beeindruckendes, vielfältiges und junges Land mit einer langen Geschichte kennenzulernen. Er nimmt Sie mit auf eine Reise durch die Ukraine, dem flächenmäßig größten europäischen Land ist, und besucht einige Städte. Sie erfahren ukrainische Sitten, Bräuche und Aberglaube und lernen ein mutiges Volk kennen, das eine melodische Sprache, einen ausgeprägten Sinn für Humor und ein gesundes Nationalbewusstsein hat.

Referentin: Irina Huber, Dipl. Päd.



Nr. 2-26597

**Do 18.01.2024,
18:30 Uhr**

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

🔗 CV und KEB

Vortrag**„Kunst für eine bessere Welt“**

Im Vortrag geht es um Lebensgeschichten und künstlerische Leistungen zweier ukrainischer Vertreterinnen der naiven Kunst des 20. Jahrhunderts - Maria Prymatschenko und Polina Raiko. Beide sind erst nach ihrem Tod berühmt geworden. In den Kompositionen der beiden Künstlerinnen ging es oft um Kampf zwischen Gut und Böse, beim dem immer das Gute triumphierte. Ein besonderes Motiv von beiden war die Taube. In der Zeit der russischen Aggression, Besetzung und Zerstörung der Ukraine, sind die Tauben der beiden Künstlerinnen zum Zeichen des Widerstandes der Ukrainer und zum Symbol der Hoffnung auf Frieden geworden.

Referentin: Irina Huber, Dipl. Päd.

Nr. 2-26484

**Fr 08.03.2024,
18:00 – 20:00 Uhr**

📍 Stadtbibliothek,
Zeughausstraße 1A,
92224 Amberg

€ kostenfrei

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

🔗 EBW mit KEB

Vortrag zur Ausstellungseröffnung**Rebellinnen**

Die Ausstellung „Rebellinnen“ stellt Frauen verschiedener Epochen aus dem deutschsprachigen Raum vor. Viele von ihnen sind berühmt, einige weniger bekannt. Eines aber vereint sie alle: Ihr Leben und ihre Taten haben unsere Gesellschaft verändert. Ihre Lebenswege ermutigen uns dazu, unseren eigenen Weg zu gehen und unsere Ziele nicht aus den Augen zu verlieren.

Hinweis: Die Ausstellung ist bis zum 22.03.2024 im Foyer der Stadtbibliothek Amberg zu sehen.

Referent: Claudia Schreck

**Inklusives Filmgespräch****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: Ausweis nicht vergessen!!



17.9./29.10./3.12.23
10.3.24 (+ 5 Termine)



OBA-Mitarbeiter



13.30 - 19 Uhr



Geld für Eintritt und
Lokalbesuch



Hintereingang
Cineplex



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

Autorenlesung

„SterbeMund – tut Wahrheit kund“

Von wegen todtlangweilig - „Eine neue Sicht auf ein Tabuthema. Humorvoll, herzlich und ein bisschen verrückt.“

Nr. 2-26086

**Do 14.03.2024,
19:00 – 20:30 Uhr**

Stadtbibliothek Amberg
(Raseliushaus),
Zeughausstrasse 1a,
92224 Amberg

€ Eintritt frei – Spende für
den Hospizverein

erbeten bei KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amberg-
sulzbach.de
oder auch per
Onlineanmeldung auf
der Homepage.

KEB mit Hospizverein
Amberg e.V., EBW

Mit bayrischem Charme und viel Humor erzählt die Autorin von ihren Begegnungen, dem Sinn und Unsinn einer Patientenverfügung oder wie man seinen künftig Hinterbliebenen tatkräftig unter die Arme greifen kann. Ob der bühnenreife Abgang einer Diva, die Geheimnisse eines Metzgermeisters oder letzte Anweisungen eines Fußballspielers. Sie sind mittendrin im Hospizleben und werden überrascht schmunzeln, aber auch die eine oder andere kleine Träne vergießen. Berührend, unterhaltsam und immer mit einem verschmitzten Blick auf den Tod. Denn wenn wir schon sterben müssen, dann bitte mit warmen Füßen. Warum das wichtig ist? Hören Sie einfach selbst und lächeln Sie, solange Sie noch Zähne haben.

Referentin: **Petra Frey**,
SchauspielerIn, Autorin, Hospizhelferin

Petra Frey

SterbeMund TUT WAHRHEIT KUND

Autobiografische Erzählungen



„Eine neue Sicht auf ein Tabuthema.
Humorvoll, berührend, anders...“



Nr. 2-26486

**Fr 15.03.2024,
19:00 – 21:00 Uhr**

Jugendzentrum
Klärwerk, Bruno-Hofer-
Str. 8, 92224 Amberg

€ 5€

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

EBW mit KEB

Theaterstück

Clara und Friedrich – Die Revolution muss tanzbar sein

ein musikalisches Theaterstück für Gleichberechtigung, Frieden und politische Mitbestimmung

Die Friedensaktivistin Clara Zetkin hat nicht nur die Gefahren des aufkommenden Faschismus früh erkannt, sondern wurde zu Beginn des 20. Jahrhunderts zu einer der anerkanntesten Vorkämpferinnen für die Gleichstellung der Frauen. So wurde am 8. März 1911, auf Ihre Initiative hin, zum ersten Mal der Internationale Frauentag begangen. In Berlin ist der 08. März seit 2019 ein offizieller Feiertag. Das Frauenwahlrecht in Deutschland hat Clara Zetkin bereits 1918 mit durchgesetzt.

Protagonisten des musikalischen Theaterstücks sind die beiden Söhne Maxim und Kostja Zetkin. Ihre Perspektive ist ein Schwungrad, beschleunigt bis zur maximalen Drehzahl über das Leben, Werk und die Zeit ihrer Mutter, des Deutschen Kaiserreiches, des Weltkriegs, der Weimarer Republik bis ins Jahr 1933. Nichts darf aufhören. Alles muss weitergehen. Kein Werk ist abgeschlossen. Vollendung ist der Tod und der Tod ist eine Zumutung. Gleichberechtigung, Frieden und politische Mitbestimmung – damals so aktuell wie heute.

Darsteller: Lukas Ullrich und
Till Florian Beyerbach



ReSi+

Resilienz und Sicherheit

Nr. 2-26532

**Mi 17.04.2024,
9:00 – 17:00 Uhr**

📍 König-Ruprecht-Saal

€ 50 € pro Person.
Überweisung der Teilnahmegebühr bis spätestens 02.02.2024 unter Angabe von Namen und dem Verwendungszweck: „Fachtag sexualisierte Gewalt“ auf das Konto des SkF Amberg bei der Sparkasse Amberg-Sulzbach: IBAN: DE78 7525 0000 0240 6287 35 BIC: BYLADEM1ABG

✉ per Email oder Brief an: Sozialdienst katholischer Frauen e.V., Haager Weg 15, 92224 Amberg. Email: fachstelle.sg@skf-amberg.de
Anmeldeschluss 02.02.2024

🔗 Arbeitskreis gegen sexualisierte Gewalt Amberg / Amberg-Sulzbach mit SKF und KEB

Fachtag

ReSi+ – Resilienz und Sicherheit

Fachtag zur Prävention häuslicher & sexualisierter Gewalt in Kindertageseinrichtungen

Ziel dieses Fachtages ist es, Präventionsmöglichkeiten häuslicher und sexualisierter Gewalt in Kindertageseinrichtungen vorzustellen. Er richtet sich an alle Fachkräfte, die mit Kindern im Alter von 3 bis 6 Jahren arbeiten (z.B. Erzieherinnen, Kinderpflegerinnen, etc.)
Geplantes Programm:

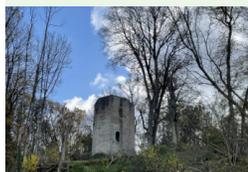
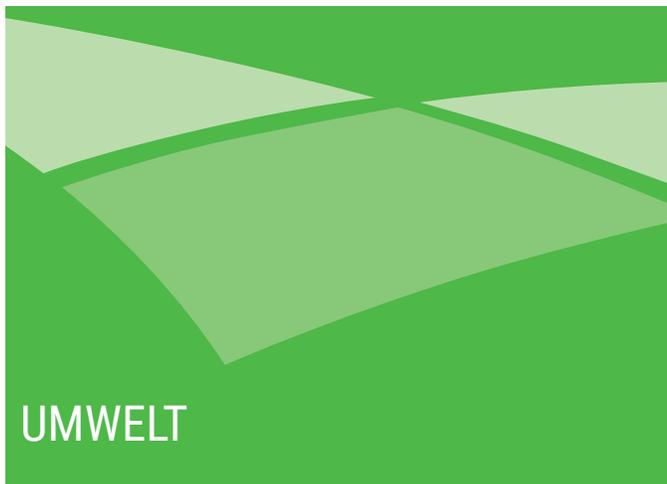
09 - 12 Uhr: Begrüßung, Thematischer Input zu: - häuslicher Gewalt, - sexualisierter Gewalt, - Handlungssicherheit im Umgang
12 - 13 Uhr: Mittagspause
13 - 16.30 Uhr: Vorstellung des ReSi+-Konzeptes; Materialsichtung; Übungsdurchführung
16.30 - 17 Uhr: Fragen, Austausch, Abschluss

Moderation: Marianna Neugirg

Alina Benedikt

Referentinnen: Teresa Wagner

Franziska Simon-Erhardt,
Fachreferentinnen des ReSi+-Projekts der TH Nürnberg



Geführte Wanderung

Der Bankerweg durchs Elsenbachtal

Geführt Wandern unter weiß-blauem Himmel mit Naturpark-Geschäftsführerin Isabel Lautenschlager durch das Elsenbachtal bei Ebermannsdorf. Bergfried Ebermannsdorf Elsenbachtal Schloss Schlosskirche Die Route führt von Ebermannsdorf über den Schlossberg und am Bergfried vorbei nach Hofstetten, dann hinunter ins Elsenbachtal und in diesem ruhigen und idyllischen Tal zurück zum Ausgangspunkt.

Nr. 2-26561

**So 24.09.2023,
10:00 – 12:30 Uhr**

📍 Beim Bauhof, Wiegentalweg, 92263 Ebermannsdorf

✉ Anmeldung auf der Homepage Naturpark Hirschwald unter Führungen bis 2 Tage vor der Veranstaltung: <https://www.naturparkhirschwald.de/de/Angebote/Fuehrungen.html>

🔗 Naturpark Hirschwald und KEB

Hinweis: Mindestteilnehmerzahl 5, max. 20 ca. 2,5 Stunden
Festes Schuhwerk, wetterangepasste Kleidung
Route ist nicht barrierefrei

Referentin: Isabel Lautenschlager



Nr. 2-26608

Termin nach Vereinbarung

Planetarium Ursensollen, Allmannsberger Weg 20, 92289 Ursensollen

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

KEB mit Sternfreunde Amberg-Ursensollen e.V.

Sonderführungen

Das Planetarium Ursensollen – Startrampe ins Universum

Im Planetarium Ursensollen ist auch Unmögliches möglich. Man kann die Erde verlassen, Zeitreisen in die Vergangenheit und die Zukunft machen, die Raumstation ISS, den Mond und unsere Planeten besuchen. Auch eine Reise in die Milchstraße, unserer Heimatgalaxie ist möglich. Somit kann die Dimension des Universums erahnt und gespürt, die Schöpfung Gottes noch mehr bewundert werden. Bei einem Besuch im Planetarium wird zuerst der nächtliche „Himmel über der Oberpfalz“ betrachtet und erklärt. Danach führt ein Film in das Thema und die Wissenschaft der Astronomie ein.

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

Referent: Referententeam der Sternfreunde



Nr. 2-26414

anmeldung@naturparkhirschwald.de

Naturpark Hirschwald e.V. und KEB

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



Nr. 2-26295

Naturpark Hirschwald
3 € (Bezahlung vor Ort)
Bar

Anmeldung auf der Homepage Naturpark Hirschwald unter Führungen bis 2 Tage vor der Veranstaltung: <https://www.naturparkhirschwald.de/de/Angebote/Fuehrungen.html>

Naturpark Hirschwald und KEB

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.

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:
Herbstwanderung bei Ransbach
Sa 14.10.2023, 14:00 – 17:00 Uhr

Mit dem Ranger unterwegs:
Gemeinsame Nistkastenreinigung
Sa 11.11.2023, 10:00 – 17:00 Uhr

Themen-Reihe

Da war doch was...

geführte Wanderungen

Der Naturpark Hirschwald hat neben seiner einzigartigen Natur auch eine Vielfalt historischer Stätten zu bieten. Diese werden in der Reihe „Da war doch was...“ von der Historikerin und Wanderführerin Lorna Simone Baier in kurzen Führungen familiengerecht gezeigt und erklärt. Dabei sollen das Erleben und der Spaß im Vordergrund stehen.

Hinweis: Mindestteilnehmerzahl 8 Personen; Dauer ca. 2 Stunden; Festes Schuhwerk, wetterangepasste Kleidung erforderlich.

Referentin: Lorna Simone Baier, Historikerin und Wanderführerin

Da war doch was ...:
Das Hohlwegbündel unterhalb der Vierzehn-Notthelfer-Kirche
Sa 21.10.2023, 14:00 – 16:00 Uhr



Nr. 2-26106

Fr 27.10.2023, 17:00 – 18:30 Uhr

Planetarium Ursensollen, Allmannsberger Weg 20, 92289 Ursensollen

10 € Überweisung nach Anmeldung auf das Konto der KEB (IBAN: DE65 7525 0000 0190 0141 75)

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

Inklusive Führung

Das Planetarium Ursensollen – Ein Blick zu den Sternen

Ein Planetarium ist ein Sternen-Theater. In der Mitte von dem Saal steht eine Maschine.

Diese Maschine kann einen Sternenhimmel nachmachen.

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 Besucher viel über den Nachthimmel lernen.



 27.10.2023	 Franz Mädler
 17 - 18.30 Uhr	 10 €
 Planetarium Ursensollen	 KEB, Tel. 09621/475520; info@keb-amberg-sulzbach.de



Nr. 2-26195

Mi 25.10.2023, 19:00 Uhr

Alte Kaserne, Dekan-Hirtreiter-Straße 5, 92224 Amberg

kostenlos

Infos bei H. Frey, Tel. 09621/320057

Solarenergie-Förderverein Infostelle AM/AS mit KEB

Vortrag

Solarenergie im Gespräch

Angesichts hoher Stromkosten und der aktuellen Energiekrise möchten immer mehr Bürgerinnen und Bürger Strom selbst erzeugen. Sie planen deshalb die Installation einer Photovoltaikanlage auf ihrem Hausdach. Wertvolle Tipps dazu gibt es in einem firmenneutralen Informationsgespräch mit Experten und erfahrenen Anwendern der Solarenergie.

Hinweis: keine Anmeldung erforderlich

Referenten: Hans-Jürgen Frey, Solar-Förderverein Amberg

Lorenz Hirsch



Inklusive geführte Wanderung

Wir erkunden das Umland von Amberg

Es gibt eine Tageswanderung und drei kürzere Wanderungen. Bitte für ausreichend Brotzeit und Getränke sorgen. Wir haben viel zu entdecken.

Hinweis: Mitzubringen: Feste Schuhe, Wanderkleidung, Brotzeit, Getränke, Taschengeld

Nr. 2-26617

So 15.10.2023, 13:00 – 18:00 Uhr

HPZ Amberg, Fallweg 43, 92224 Amberg

OBA mit KEB



 15.10.2023	 Anni Schindler Brigitte Prätori
 13 - 18 Uhr	 Taschengeld
 HPZ Amberg, Fallweg 43, Amberg	 OBA Tel. 09621/3081266 sabine.reithmaier@lebenshilfe-amberg.de)

FAMILIE





Nr. 2-26575

**Sa 28.10.2023,
9:00 – 17:00 Uhr**

📍 Malteser Hilfsdienst,
Sulzbacher Str. 15A,
92224 Amberg

€ pro Teilnehmer 60,00€

📄 online: www.malteser-kurse.de

🚗 Malteser Hilfsdienst mit
KEB

Kurs

Kindernotfälle – Von Atemstillstand bis Zeckenbiss

Das Wunder „Kind“ bringt nicht nur Eltern immer wieder an ihre Grenzen. Mit jedem Tag, jedem Ereignis wachsen wir an den Herausforderungen. Mit uns wachsen aber auch unsere Grenzen (und Ängste!). Und auch wenn wir unsere Wohnung und den Garten „kindersicher“ machen, passieren doch immer wieder Unfälle mit unseren Kleinen. In diesem Workshop wird erklärt, wie Sie einen Notfall erkennen und effektiv handeln. Machen Sie sich fit für den Ernstfall - auch Oma & Opa, Babysitter und Co. sind herzlich eingeladen. Dieser Kurs ist ebenfalls für Mitarbeiter von Kindergärten, Tagesmütter usw. geeignet und von der Berufsgenossenschaft anerkannt.

Wir werden unter anderem folgende Themen behandeln:

- Bewusstlosigkeit
- Atemstillstand und Reanimation
- Seitenlage
- Atemnot (Verschlucken von Gegenständen, Asthma, Pseudokrupp)
- (Beinahe-)Ertrinken.

Referent: MA Malteser Hilfsdienst e. V.



EKG – Eltern-Kind-Gruppen



Das Eltern-Kind-Projekt im
Bistum Regensburg

Nr. 2-26609

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

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 10 Treffen und kostet 35 € für die Erwachsenen, Kinder sind frei.
- 9 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 (09621/475520) 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. 2-26431

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

 Gemeindehaus
Hahnbach

€ 3,50 € pro Treffen

 KDFB Hahnbach mit
KEB

Nr. 2-26432

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

 Gemeindehaus
Hahnbach

€ 3,50 € pro Treffen

 KDFB Hahnbach mit
KEB

Nr. 2-26323

 **laufender Kurs:**
donnerstag von
9:30-11:30 Uhr

 Pfarrheim Hirschau

 KDFB mit KEB

Nr. 2-26427

 **laufender Kurs:**
dienstags von 10-12
Uhr

 Pfarrheim Hirschau

 KDFB mit KEB

Nr. 2-26428

 **laufende Kurse:**
montags 15-17 Uhr
dienstags 9 bis 11 Uhr

 Pfarrzentrum St.
Antonius, Eltern-Kind-
Raum

€ 3,50 € pro Treffen

 KDFB mit KEB

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Jakob Hahnbach

Referentin: Monika Dietrich

(Tel. 0160/90948477)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Jakob Hahnbach

Referentin: Julia Jung

Anmeldung über Dietrich Monika

Tel. 0160/90948477

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 1 Mariä Himmelfahrt Hirschau

Referentin: Lisamarie Schmid

(Tel. 09622/7187438)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 2 Mariä Himmelfahrt Hirschau

Referentin: Sonja Gebhard

(Tel. 09622/7187438)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 1+3 St. Antonius Kümmerbruck

Referentin: Helga Löw

(Tel. 09621/1760064)

Nr. 2-26429

 **laufender Kurs:**
mittwochs von 15 bis
17 Uhr

 Pfarrzentrum, Eltern-
Kind-Raum

€ 3,50 € pro Treffen

 KDFB mit KEB

Nr. 2-26271

 **laufender Kurs:**
mittwochs von 9 bis 11
Uhr

 Treffpunkt im
Waldstück in
Hammerberg, nahe
Schmidmühlen

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR St. Ägidius mit KEB

Nr. 2-25737

 **laufender Kurs:**
dienstags von 9 bis 11
Uhr

 Treffpunkt im
Waldstück in
Hammerberg, nahe
Schmidmühlen

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR St. Ägidius mit KEB

Nr. 2-26435

 **laufender Kurs:**
mittwochs 9.30 bis
11.30 Uhr

 Vitusheim
Schnaittenbach

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR St. Vitus mit KEB

Nr. 2-26436

 **laufender Kurs:**
freitags von 09.30 bis
11.30 Uhr

 Vitusheim

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR St. Vitus mit KEB

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Antonius Kümmersbruck

Referentin: Ute Rödel
(Tel. 09621/761160)

Kurs

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

Referentin: Katharina Lautenschlager
(Tel. 09474/952212)

Kurs

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

Referentin: Katharina Lautenschlager
(Tel. 09474/952212)

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)

Nr. 2-26433

 **laufender Kurs:**
mittwochs von 9 bis 11
Uhr

 Pfarrheim St. Marien

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR St Marien mit KEB

Nr. 2-26434

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

 Pfarrheim St. Marien

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR St Marien mit KEB

Nr. 2-26320

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

 Pfarrheim St. Ägidius
Vilseck

€ 3,50 € pro Treffen

 KDFB Vilseck mit KEB

Nr. 2-26321

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

 Pfarrheim St. Ägidius
Vilseck

€ 3,50 € pro Treffen

 KDFB Vilseck mit KEB

Nr. 2-26324

 **laufender Kurs,**
montags 8.30 – 10.30
Uhr

 Pfarrheim St. Ägidius,
Schmidmühlen

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR St. Ägidius mit KEB

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Marien Sulzbach

Referentin: Christiane Dünzen
(09661/8159178)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Marien Sulzbach

Referentin: Gabriele Papp
(09661/5060490)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Ägidius Vilseck

Referent: Angelina Draht
(Tel. 0160-5431301)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Ägidius Vilseck

Referent: Angelina Draht
(Tel. 0160-5431301)

Kurs

Eltern-Kind-Gruppe St. Ägidius Schmidmühlen

Referentin: Michaela Mehringer
(Tel. 0162-2785223)



Mehr Generationen Haus
Miteinander – Füreinander



Elternschule
Amberg e. V.

ELTERNSCHULE

Nr. 2-26392

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

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 auch weitere verschiedene Bildungsveranstaltungen, die in Kooperation mit der KEB angeboten werden.



Nr. 2-26360

📅 **fortlaufende Kurse in 11er Blöcken; Montag und Mittwoch nachmittags, sowie Donnerstag vormittags. Genaue Zeiten bitte erfragen.**

📍 MGH Elternschule Amberg

€ 82,50 € (für 11 Treffen)
✉ per mail an: info@mgh-amberg.de;

☎ Tel. 09621/86272

🔗 MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Musikgarten für Babys

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

Referentin: Gertrud Götzfried



Nr. 2-26359

📅 **fortlaufender Kurs in 11er Blöcken; Montag und Mittwoch nachmittags, sowie Donnerstag vormittags. Genaue Zeiten bitte erfragen.**

📍 MGH Elternschule Amberg

€ 82,50 € (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. 2-26361

fortlaufender Kurs in 11er Blöcken; Montag und Mittwoch nachmittags, sowie Donnerstag vormittags. Genaue Zeiten bitte erfragen

MGH Elternschule Amberg

€ 82,50 € (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. 2-26362

fortlaufender Kurs in 11er Blöcken; Montag und Mittwoch nachmittags, sowie Donnerstag vormittags. Genaue Zeiten bitte erfragen

MGH Elternschule Amberg

€ 71,50 € (für 11 Einheiten)

per mail an: info@mgh-amberg.de;

Tel. 09621/86272

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Musikalische Früherziehung für Familien mit Kindern im Alter ab 4 Jahre (Anfänger)

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 Eltern bekommen von der Musiklehrerin genaue Anweisungen, wie sie mit Ihren Kindern zuhause lernen können.

Referentin: Gertrud Götzfried



Nr. 2-26369

fortlaufender Kurs in 8er Blöcken am Dienstag: Gruppe 1: 15-15.30 Uhr Gruppe 2: 15.30-16 Uhr Gruppe 3: 16-16.30 Uhr

Hallenbad KA2, Gabelsbergerstr. 20, 92245 Kümmerbruck

€ 65 € für 8 Kurseinheiten

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 ihres Kindes im Wasser positiv zu beeinflussen.

Hinweis: Dieser Kurs ist fortlaufend und wird immer in Blöcken angeboten. Meldung für Warteliste jederzeit möglich. Bitte Schwimmwindel und Badeschuhe mitbringen. Eintritt für das Bad muss von den Kursteilnehmern selbst bezahlt werden.

Referentin: Michaela Schuhmacher



Kurs

Wasserfrösche

Dieser Kurs ist für Eltern mit Kindern im Alter zwischen 4-6 Jahren geeignet!

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

Referent: Jan Schönholz

Nr. 2-26463

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

Kurfürstenbad Amberg, Kurfürstenring 2, 92224 Amberg

€ 105 € für 8 Kurseinheiten (inkl. Achterkarte für Eintritt Kurfürstenbad für 1,5 Std.)

per mail an: info@mgh-amberg.de;

Tel. 09621/86272

MGH/Elternschule Amberg mit KEB



Nr. 2-26357

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken, jeweils montags.

📍 MGH/Elternschule

€ 60 € für 10 Einheiten

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

∞ MGH/Elternschule
Amberg mit KEB

Kurs

Bewegungsbaustelle

für Mütter und Väter mit Babys und Kleinkindern bis 2 Jahre

Bewegungsbaustelle bietet Babys und Kleinkindern bis 3 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: 09.30-10.30 Uhr;
Gruppe 2: 10.45-11.45 Uhr

Referentin: Evi Graf



Nr. 2-26358

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken

📍 MGH Elternschule
Amberg

€ 95,00 € für 10 Einheiten

✉ direkt bei Evi Graf –
0152/28950973 oder
evigraf@online.de

Eine Einheit dauert 75 min. Max. 7 TN. Folgekurse werden angeboten und ein Quereinstieg ist möglich, wenn Plätze frei werden.

∞ MGH/Elternschule
Amberg mit KEB

Kurs

PEKIP

Prager-Eltern-Kind-Programm

Dieses Programm ist ein Angebot für Mütter (Vätern mit ihren Babys im ersten Lebensjahr. Zusammen trifft man sich in einem sehr warmen Raum. Die Babys dürfen nackt sein und bewegen sich deshalb spontaner und intensiv. 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 Beziehung zwischen Eltern und Kind. Mit Neugier und Freude erleben die Babys erste Kontakte zu anderen Kindern und die Mütter haben Gelegenheit sich auszutauschen.

Referentin: Evi Graf



Nr. 2-26365

14-tägig, jeweils montags, von 19-21 Uhr

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

€ 3 € pro Treffen

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

∞ MGH/Elternschule
Amberg mit KEB

Kurs

Anleitung zu Grundkenntnissen im Nadelspiel

In diesem Treffen erhalten Sie Anleitung zum Häkeln, Stricken und Sticken. Ihnen wird geholfen, wenn Sie die, oftmals zu komplizierte, Beschreibungen nicht lesen können. Falls Wolle und Anleitung nicht zusammenpassen, berechnen wir Ihnen gerne alles neu. Was man sonst noch so mit Wolle anfangen kann - Anregungen gibt es bei uns.

Hinweis: max. 6 TN

Referentin: Martina Eckl



Kurs

Anleitung zum Schneiden und Nähen

Erlernen von Grundfertigkeiten -Anfänger-

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. 2-26368

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken: montags: 08.30-11.30 Uhr freitags: 08.30-11.30 Uhr samstags: 10-13 Uhr

📍 MGH Elternschule
Amberg

€ 79 € (für 10 Einheiten)
✉ per mail an: info@mgh-amberg.de;
Tel. 09621/86272

∞ MGH/Elternschule
Amberg mit KEB





Nr. 2-26363

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken, jeweils mittwochs 9-10 Uhr oder 10:15 – 11:15 Uhr

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

€ 44 € (für 10 Einheiten)

✉ per mail an: info@mgh-amberg.de;

Tel. 09621/86272

🔗 MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

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

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

Hinweis: max. 9 TN

Referentin: Barbara Hottner



Nr. 2-26364

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken, donnerstags von 8.30 bis 9.30 Uhr

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

€ 44 € (für 10 Einheiten)

✉ per mail an: info@mgh-amberg.de;

Tel. 09621/86272

MGH, 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 angeregt.

Hinweis: max. 7 TN

Referentin: Michaela Schumacher

Nr. 2-26366

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken, jeweils mittwochs, 14:30-16:00 Uhr

📍 MGH Elternschule

€ 73 € (für 10 Einheiten)

✉ per mail an: info@mgh-amberg.de;

Tel. 09621/86272

🔗 MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Englisch für Fortgeschrittene

Dieser Kurs ist geeignet für alle, die zwar einige Vorkenntnisse in Englisch haben, im Umgang mit der Sprache aber noch unsicher sind.

Wir orientieren uns am Buch English Unlimited B1, nehmen uns aber immer die Zeit für extra Übungen, Grammatik-Wiederholungen, zusätzliche Texte, Hörverständnisübungen, Rollenspiele, Reiseberichte und anregende Diskussionen. Gerne dürfen Sie mal „schnuppern“, ob der Kurs passend für Sie ist.

Hinweis: max. 8 TN.

Referentin: Anja Schmid



Nr. 2-26367

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken, jeweils mittwochs 16.30-18.00 Uhr

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

€ 73 € (für 10 Einheiten)

✉ per mail an: info@mgh-amberg.de;

Tel. 09621/86272

🔗 MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

English Easy Conversation & More

We talk about everyday topics, read interesting texts, play games, reenact real situations (airport, hotel, restaurant etc.), practice and enjoy grammar, do listening comprehensions, improve our vocabulary and learn more about English speaking people and countries.

Don't be afraid! It's not about perfectionism, it's more about fun and company. So, join our cheerful group and motivate your grey matter in a relaxed atmosphere.

There is no course book as the content is constantly changing and materials will be provided by the teacher.

Hinweis: Vorkenntnisse wären wünschenswert; max. 8 TN

Referentin: Anja Schmid



Nr. 2-26333

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

€ kostenlos

✉ 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!

Referentin: Anna Wachter

Ich brauch ne Pause - Achtsam und entspannt durch den (Familien-)alltag

Fr 22.09.2023, 10:00 – 11:30 Uhr

„Resilienz“

Di 17.10.2023, 15:00 – 16:30 Uhr

„Kinder und Medien - Erziehung im digitalen Zeitalter“

Fr 24.11.2023, 10:00 – 11:30 Uhr

„Mythen rund ums Stillen“

Do 07.12.2023, 15:00 – 16:30 Uhr



Nr. 2-26374

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

€ 12 € pro Kind

✉ Voranmeldung dringend erforderlich per mail an: info@mgh-amberg.de;

Tel. 09621/86272

∞ MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kreativ-Workshopreihe

Kreative Kunsttage mit fachlicher Anleitung

für Familien mit Kindern ab 5 Jahren

Unter fachlicher Anleitung einer angehenden Künstlerin malen Kinder zusammen mit Mama oder Papa kreativ zu entsprechenden Themen.

Hinweis: max. 10 TN; Bitte unbedingt alte Kleidung anziehen!

Referent: Jessica Redder

Happy Halloween

Do 12.10.2023, 16:00 – 17:30 Uhr

Bunter November

Do 09.11.2023, 16:00 – 17:30 Uhr

Frohe Weihnachten

Do 14.12.2023, 16:00 – 17:30 Uhr



Nr. 2-26379

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

€ 12 € pro TN

✉ per mail an: info@mgh-amberg.de;

Tel. 09621/86272

∞ MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kreativ-Workshopreihe

Kreativer Nachmittag mit fachlicher Anleitung

für Familien mit Kindern von 3-6 Jahren

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

Hinweis: mind. 7; max. 12 Kinder. Voranmeldung dringend erforderlich! Bitte alte Kleidung anziehen!

Referentin: Bianca Hellebrand

Herbstlicher Wald

Di 17.10.2023, 15:00 – 17:00 Uhr

Prickel-Eulen

Di 14.11.2023, 15:00 – 17:00 Uhr

Weihnachtsbastelei

Di 12.12.2023, 15:00 – 17:00 Uhr

Schneemänner

Di 16.01.2024, 15:00 – 17:00 Uhr

Faschingsbasteln

Di 06.02.2024, 15:00 – 17:00 Uhr

Osterhase mit Blumentöpfchen

Di 19.03.2024, 15:00 – 17:00 Uhr

Angeleiteter Backkurs

„In der Weihnachtsbäckerei“

für Familien mit Kindern

Bitte unbedingt alte Kleidung anziehen!

Hinweis: max. 10 TN; Voranmeldung DRINGEND erforderlich. Bitte entsprechende Behältnisse für die fertigen Plätzchen mitbringen. Im Preis sind 3 Teigkugeln und Verziermaterial enthalten.

Auch mittwochs möglich: 22.11. / 29.11. / 06.12. / 13.12., jeweils 15:00 – 17:00 Uhr

Referent: Sabine Kirndörfer



Nr. 2-26372

📅 Di 21.11.2023 weitere Termine: 28.11. / 5.12. / 12.12.

📍 Elternschule

€ 12 € pro Kind

✉ per mail an: info@mgh-amberg.de;

Tel. 09621/86272

∞ MGH/Elternschule Amberg mit KEB



Nr. 2-26371

📅 dienstags: 12.03. und 19.03.2024 oder mittwochs: 13.03. und 20.03.2024

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

€ 12 € 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

Damit auch dieses Jahr Ostern wieder ein voller Erfolg wird, wollen wir dem Osterhasen ein wenig zur Hand gehen ??

- Wir färben Eier - immer ein großer Spaß für Groß und Klein
- Wir basteln einen kleinen Osterstrauß mit Maiglöckchen und Eierschalen - auch eine wunderbare Geschenkidee zu Ostern

Hinweis: max. 10 TN. Voranmeldung dringend erforderlich!

Referent: Sabine Kirndörfer

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, Fahrüberfahrten, Führungen, Museums- und Betriebsbesichtigungen.



Verkehrsunternehmen - Reisebüro H. Bruckner, Inh. Peter Bruckner

Neustadt 1 • 92237 Sulzbach-Rosenberg

Tel. 09661/812910 • Fax 09661/8129129

info@ferien-freund.de • www.ferien-freund.de



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

KULTUR





Nr. 2-25813

**So 01.10.2023,
16:00 – 18:00 Uhr**

📍 Pfarrkirche St. Antonius
Kümmersbruck,
Kirchensteig 41, 92245
Kümmersbruck

€ Vorkasse: 10 €;
Tageskasse: 12 €
(jeweils inkl. 4 €
Verzehrgutschein beim
teilnehmenden
Wirtshaus – gültig nur
am Tag der Führung)

📄 Karten (bevorzugt per
Vorkasse über
Lastschrift bei Online-
Anmeldung) erhältlich
über die KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amberg-
sulzbach.de.

Anmeldeschluss
27.09.2023

🔗 KEB mit Arbeitskreis
KiWi, EBW

Führung

Die Kirche „St. Antonius (St. Wolfgang)“ und Hotel „Zur Post“ Kümmersbruck

in der Themenreihe „Kirche & Wirtshaus mit Pfiff“

Pfiff: Dieter Dörner erzählt Wissenswertes vom Grabmonument französischer Kriegsgefangener auf dem Friedhof

Hinweis: Um die Planung für die Wirte zu erleichtern, nutzen Sie bitte das Angebot der Online-Anmeldung mit Vorkasse per Lastschrift bzw. des Vorverkaufs an den VVK-Stellen!

Referenten: Pfarrer Wolfgang Bauer,
Stadtpfarrer

Dieter Dörner,
Kreisheimatpfleger

Nur bereits bezahlte Karten werden am Eintritt hinterlegt.

Karten für diese Veranstaltung sind außerdem im Vorverkauf auch im Pfarrbüro St. Antonius Kümmersbruck (Zu den Linden 7; 92245 Kümmersbruck; Tel. 09621/82207) erhältlich.



Gruppenführungen in Amberg mit der KEB

Nr. 2-26437

€ 50 € für Gruppe (max.
30 Tn.)

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

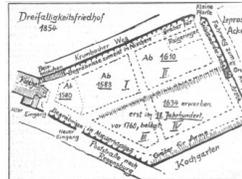
🔗 KEB

Interessieren Sie sich für historisch bedeutsame Orte unserer Stadt Amberg mit ihrer je eigenen besonderen Geschichte?

Dann vereinbaren Sie doch gern für Ihre/n Gruppe, Verein oder Freundeskreis eine entsprechende Gruppenführung zu ausgewählten Themen:

Hinweis: nur als Gruppenführung buchbar.

Referent: Dieter Dörner



Gruppenführung

(Fast) 500 Jahre Dreifaltigkeitsfriedhof Amberg

Ein Rundgang durch die Geschichte des Friedhofs

Mittelalterliche Städte platzten aus allen Nähten. So mussten aus Platzmangel, wegen Seuchen und wegen schlechter hygienischer Verhältnisse die Friedhöfe nach draußen verlegt werden. Der Dreifaltigkeits- und der Katharinenfriedhof entstanden vor fast 500 Jahren zur Aufnahme der rechts und links der Vils Verstorbenen.

Der Rundgang über den Dreifaltigkeitsfriedhof beinhaltet dessen Geschichte, den Besuch denkmalgeschützter und kunsthistorisch wertvoller Gräber und solcher von Ehrenbürgern.

Hinweis: nur als Gruppenführung buchbar.

Referent: Dieter Dörner

Nr. 2-26439

**Termin nach
Vereinbarung**

📍 Treffpunkt am
Friedhofs-Parkplatz bei
der Dreifaltigkeitskirche

€ 50 € für Gruppe (max.
30 Tn.)

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

🔗 KEB



Nr. 2-26440

Termin nach Vereinbarung

Treffpunkt: Spitalkirche, Bahnhofstraße

€ 50 € für Gruppe (max. 30 Tn.)

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

∞ KEB

Achtung! Achtung!
Sammelswirtsteller
Idem! geliebter Helfer der Stadt.
 am besten am **Samstag**
 Morgen Sonntag, 28. und Montag, 29. Juli er.
Grosses Kellerfest
 an beiden Tagen
Konzert
 mit auserlesenen Programmen.
diverse Volks- und Kinderbelustigungen
 Scherzhauel mit freudlicher Alpenmusik. Holzweltmeister
 und selbstgemachten Nusskerbel. Nusskernkabinett zur Erzeugung
 von Kadummeln, Hahnenkinder, Krotzmeister, Nusskernebaumstrahlen,
 Scherzkerne, Scherzkerne, Gassenhören, Kunstscherzkerne etc.
Italienische Nacht.
 Ausschank von vorzüglichem selbstge-
 brautem Lagerbier zur. Ltr. 24 Pf.
(kein Eisbier).
Wolgbratene Weinwürste, erstklassige Fette Speise.
Für schmerzlose oder auch rascher Schmerzens ist geeignet.
 Jeder Biertrinker eines köstlichen und kalten gemauert Weißbier.
 Festlich erfindlich, hier ein selbständiges Stück ertragen sich jedoch
 mit einer Vorbeugung

Gebrüder Weiß.

Nr. 2-26441

Termin nach Vereinbarung

Treffpunkt: Eingang Paulanerkirche, Paulanerplatz

€ 50 € für Gruppe (max. 30 Tn.)

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

∞ KEB

Gruppenführung

Katholik, Lutheraner, Calvinist? über die „wechselhafte“ Zeit in Amberg nach der Reformation

Im Jahr 1538 beginnend war auch in der (damaligen) Oberpfalz die Religion der Herrschenden angesagt. So sollte in den folgenden 90 Jahren fünf Mal der Glaube gewechselt werden. Verbunden mit der Geschichte führt uns der Weg - vorzugsweise samstags nachmittags - zu den authentischen Orten des Geschehens.

Hinweis: nur als Gruppenführung buchbar.

Referent: Dieter Dörner

Gruppenführung

600 Jahre Amberger Brau- und Wirtshausstradition

Zwar wurde im Mittelalter, vorzugsweise am häuslichen Herd, Bier gebraut, doch die Oberpfalz war Weinland. Dies sollte sich mit Veränderung der klimatischen Bedingungen an der Wende vom 15. zum 16. Jh. ändern. Kommunbrauereien, allein sechs in Amberg, sorgten für ausreichend „Stoff“. Das Weißbier konkurrierte mit dem Braunbier. Die Oberpfalz mutierte mit Franken im 19. Jh. zum Hopfenanbaugebiet Nr. 1 in Deutschland, in Amberg entstand der zweite Hopfenmarkt Bayerns. Mit der Gewerbefreiheit und der Industrialisierung boomte der Bierabsatz. Der unterhaltsame Rundgang führt zu Orten des Geschehens.

Hinweis: nur als Gruppenführung buchbar.

Referent: Dieter Dörner

Nr. 2-26442

Termin nach Vereinbarung

Treffpunkt: Multifunktionsplatz (gegenüber Bahnhof)

€ 50 € für Gruppe (max. 30 Tn.)

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

∞ KEB

Gruppenführung

Interessantes und Kurioses aus der Amberger Altstadt

Allein auf der Achse vom Bahnhof zum Malteser, es sind, glaubt man dem Chronisten Joseph von Destouches, 1030 Schritte, gibt es dutzende erwähnenswerte Gebäude, Ereignisse, Steinmetzarbeiten usw. mit Geschichten die kaum einer kennt. So diese nicht mehr im Original zu sehen sind, bekommt der Teilnehmer anhand von Bildern ein Eindruck davon.

Hinweis: nur als Gruppenführung buchbar.

Referent: Dieter Dörner



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, OstD a.D. und selbst Pfarrkind, hat diese Führung aus Anlass des bevorstehenden 100-jährigen Pfarrejubiläums völlig neu konzipiert. Dauer der Führung: ca. 90 Minuten. Treffpunkt ist zwischen Hauptportal und Pfarrhaus.

Hinweis: als Gruppenführung buchbar

Referent: Peter Seidl, Oberstudiendirektor a.D.

Nr. 2-26211

**Sa 16.09.2023,
14:00 – 17:30 Uhr**

📍 Sulzbach-Rosenberger Bergbaupfad (Treffpunkt am Schießstätte Parkplatz über dem Sportpark)

€ 3 € pro Person (Die Gebühr ist bar vor Ort zu entrichten)

📞 KEB, Tel. 09621/475520; info@keb-amberg-sulzbach.de, oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage

🔗 KEB mit Kulturwerkstatt SuRo

Geführte Wanderung

Schleife 1: Entlang der Grubenfelder Klenze, Fromm, Etmannsberg und Großenfalz.

Auf den Spuren der Bergleute am Sulzbach-Rosenberger Bergbaupfad

Hinweis: mind. 6 Personen. Die Wanderung geht über ca. 7 km und dauert etwa 3,5 Stunden. Festes Schuhwerk ist erforderlich. Treffpunkt am Schießstätte Parkplatz über dem Sportpark.

Referent: Peter Preller



Nr. 2-26289

**Fr 22.09.2023 – So
24.09.2023**

📍 Oberbayern

€ bei Frau Peichl erfragen

📞 Ursula Peichl, Tel. 09621/82767

🔗 KDFB HI. Dreifaltigkeit

Studienfahrt

Oberbayern



Nr. 2-26330

**Fr 22.09.2023,
7:30 – 20:00 Uhr**

📍 Passau

📞 Meyer Irene, 09621/15403

🔗 KDFB mit KEB

Studienfahrt

Passau

mit Stadtführung und 3-Flüsse-Schiffahrt

Referent: Örtl. Führer



Nr. 2-26291

**Termine September,
Oktober November
1x monatlich – Termine
werden noch bekannt
gegeben**

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

🔗 KDFB HI. Dreifaltigkeit

Aufbaukurs

Anleitung zu „Altes Liedgut – neu interpretiert“

Referent: Christian Farnbauer

Nr. 2-26331

**Fr 22.09.2023,
18:00 – 19:30 Uhr**

📍 Tagespflege Wallmenichhaus, , 92224 Amberg

📞 Meyer Irene, 09621/15403

🔗 KDFB mit KEB

Betriebserkundung

Besuch der Tagespflege im Wallmenichhaus Amberg mit Führung

Referent: Örtl. Führer



Führung

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

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

Referent und Zimmerermeister Karl Müller führt sie durch das ehrwürdige Gebälk und erklärt anhand des Modells die sensationelle mittelalterliche Konstruktion sehr anschaulich. Treffpunkt: Martinskirche, Eingang Marktplatz.

Hinweis: Treffpunkt: Martinskirche, Eingang Marktplatz.

Nr. 2-26418

**Sa 23.09.2023, 10:00 –
12:00 Uhr
weiterer Termin am 23.
März 2024**

📍 Basilika St. Martin, Marktplatz, 92224 Amberg

€ freiwillige Spende für Orgelrenovierung!

📞 KEB, Tel. 09621/475520; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage

🔗 KEB



Referent: Karl Müller

Nr. 2-26220

 **Mi 27.09.2023,**
8:00 Uhr

 Bad Kötzing

 Hildegard Zimmer-Sperl
09621/71511

 KAB Hl. Dreifaltigkeit
mit KEB


Nr. 2-26446

 **Mi 27.09.2023,**
16:30 Uhr

 Stadtheater Amberg,
Schrannenplatz 8,
92224 Amberg

 KEB

Nr. 2-26460

 **Fr 29.09.2023**
 Schönwerth-
Märchenweg
Hainstetten, 92272
Freudenberg

 vormittags bei Inge
Daller

 KDFB Schnaittenbach
mit KEB

Nr. 2-25580

 **Di 10.10.2023**
 Pfarrsaal Hahnbach,
Hauptstr. 60

 PGR mit KEB
Studienfahrt**Bad Kötzing**

Fahrt mit KAB Stadt- und Kreisverband
Amberg-Sulzbach

Führung**Hinter den Kulissen des
Stadtheaters Amberg**

für alle KEB-Delegierten im Vorfeld der
Mitgliederversammlung

Studienfahrt**Schönwerth-Märchenweg**

Führung mit anschließender Einkehr im
Café Gerti

Referent: örtl. Führer/innen

Vortrag**Brotbacken- einst und heute**

Referentin: Marianne Moosburger



Nr. 2-26507

 **Mi 18.10.2023,**
19:30 Uhr

 KEB,
Dreifaltigkeitsstraße 3,
92224 Amberg

 unter
geschichtsnetzwerk.obe
rpfalz@gmx.de
Anmeldeschluss
12.10.2023

 Historischer Verein
(Reg.gr. AM) mit KEB
und EBW
Vortrag**Der Bahnhof von Amberg**

**Wissenswertes zur Geschichte, Architektur und
zu Planungen**

1859 mit Eröffnung der Ostbahn in Be-
trieb genommen, war der Amberger
Bahnhof „Umschlag-platz“ für Güter der
Gewehrfabrik, der Firma Baumann, mit
seinen Nebenstrecken für Arbeiter, Bau-
ern, Schüler aus den umliegenden Ge-
meinden und für Soldaten. Er war Um-
schlagplatz für die an- und abgehende
Post und während und nach den Krie-
gen Schwarzmarkt. Der Architektur und
dem Charme des einstigen Bahnhofes
weinen heute noch viele Amberger
nach, doch können manche auch dem
in den 1960er Jahren neu gebauten
Bahnhof Einiges abgewinnen.

Referent: Alfons Swaczyna



Nr. 2-26391

 **So 22.10.2023,**
14:30 – 11:00 Uhr

 Marktplatz Amberg, (am
Hochzeitsbrunnen),
92224 Amberg

€ kostenlos

 KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Onlineanmeldung
auf der Homepage.
Anmeldeschluss
19.10.2023

 KEB
Inklusive Stadtführung**Barrierefreie Stadtführung
Amberg für Rollstuhlfahrer**

Marktplatz, St. Martin, Schloss, Regie-
rungskanzlei, Ehhäusl, Fronfeste sind
die Eckpunkte unserer kostenlosen
Stadtführung durch das über 1000-jähri-
ge Amberg

Hinweis: max. 15 Rollstuhlfahrer mit jeweils ei-
ner Begleitperson

Referent: Dieter Dörner



Nr. 2-26221

Di 24.10.2023,
19:00 – 21:00 Uhr

📍 Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit,
 Dreifaltigkeitsstr. 7,
 92224 Amberg
 🚗 KAB Hl. Dreifaltigkeit
 mit KEB



Nr. 2-26508

Do 09.11.2023,
19:00 – 21:15 Uhr

📍 Gesellschaftsraum der
 IKG, Salzgasse 5, 92224
 Amberg
 ✍️ unter
 geschichtsnzwerk.obe
 rpfalz@gmx.de
Anmeldeschluss
03.11.2023
 🚗 Historischer Verein
 (Reg.gr. AM) mit IKG,
 KEB und EBW

**Vortrag****Oh Kirwa lau niat nou****Kirwabräuche in der Oberpfalz**

Referent: Josef Schmauß

Vortrag**„Wir müssen den Schwachen helfen“**

Ein anderer für die Euthanasie im Nationalsozialismus Verantwortlicher sprach deutlicher: „Es muß wieder mehr gestorben werden!“ Die Euthanasie ist Thema des Films „Nebel im August“. Ende 1939 begann die Aktion „T4“, die organisierte Tötung psychisch Kranker, Behindertter, rassisch Unerwünschter, alles „lebensunwerten Lebens“. Besonders perfide war die Tötung von etwa 90.000 Menschen durch sog. Hungerkost. Ein jenerischer Junge, aus Sicht der Nationalsozialisten „schwer erziehbar“, führt in der Dokumentation durch die Tragik der Euthanasie bis zu seinem eigenen Tod.

Referent: Dieter Dörner



Nr. 2-25481

So 19.11.2023,
10:00 – 16:00 Uhr

📍 Bildungshaus Kloster
 Enseldorf

€ 35 € (+ 8 €
 Materialkosten)

✍️ Tel: 09624/9200-30,
 email:
 bildungshaus@donbosco.de

🚗 UWS Enseldorf mit KEB

Exkursion und Kräuterworkshop**Rauhacht****Anleitung und Information zum Räuchern mit heimischen Kräutern und Harzen**

In diesem Workshop erfahren Sie alles über das Räuchern heimischer Kräuter, Mythen und Geschichten zu den Rauhächten und Sie stellen selbst Räuchermischungen zusammen.

Hinweis: Treffpunkt vor dem Bildungshaus
 mind. 10 / max. 25 TN; Anmeldeschluss
 14.11.2023

Referentin: Daniela Reisch, Natur- und Landschaftsführerin, Kräuterpädagogin

Vortrag**Erste Frauensozietät im Heiligen Römischen Reich Deutscher Nation 1617 in Amberg gegründet!**

Die Sozietätsgeschichte in Deutschland ist ein inzwischen gut beachtetes wissenschaftliches Feld. Im 17. Jahrhundert gab es die größte adelige und rein männliche Akademie, die "Fruchtbringende Gesellschaft". Es gibt jedoch auch ein weibliches Pendant, "Le Noble Academie des Loyales" oder auch Güldner Palmorden genannt, das zeitgleich in Amberg als Gründungsort etabliert wurde. Der Vortrag mit Präsentation wird sich mit den historischen Voraussetzungen und den programmatischen Zielen dieser außergewöhnlichen Académie befassen.

Referentin: Dr. Gabriele Ball



Nr. 2-26509

Di 28.11.2023,
19:30 Uhr

📍 Stadtarchiv,
 Paulanerplatz 17, 92224
 Amberg

✍️ unter
 stadtarchiv@amberg.de
 oder unter
 09621/10-1821 (nur
 vormittags)
Anmeldeschluss
24.11.2023

🚗 Stadtarchiv mit
 Historischer Verein
 (Reg. gr. AM), KEB und
 EBW



Nr. 2-26510

**Di 05.12.2023,
18:30 Uhr**

Staatsarchiv Amberg,
Weißenburger Str. 17

unter
geschichtsnetzwerk.obe
rpfalz@gmx.de
**Anmeldeschluss
01.12.2023**

Historischer Verein
(Reg.gr. AM) mit KEB
und EBW

Nr. 2-26332

**So 10.12.2023,
10:00 – 20:00 Uhr**

Ingolstadt

Meyer Irene,
09621/15403

KDFB mit KEB

Vortrag

„Das Krisenjahr 1923“

Im Jahr 1923 kulminierten mehrere Krisen und verstärkten sich gegenseitig, so dass mit dem Hitlerputsch im November die junge Demokratie ernsthaft gefährdet wurde. Die Ausstellung „Das Krisenjahr 1923“ im Staatsarchiv Amberg legt neben den Ereignissen in München einen besonderen Schwerpunkt auf die Entwicklungen in der Oberpfalz. Thematisiert werden der verlorene Krieg, Ruhrkampf und die Bedrohung von außen, die wirtschaftliche Entwicklung (insbesondere Inflation), der Aufstieg der Nationalsozialisten, Kommunisten und die Arbeiterbewegung, Staat, Parteien und Verfassung, Generalstaatskommissar Ritter von Kahr sowie der Hitlerputsch. Am Ende der Ausstellung steht ein Ausblick auf die Überwindung der Krise und die ruhigere Mittelphase der Weimarer Republik.

Referent: Dr. Till Strobel

Studienfahrt

Ingolstadt

mit Besuch „Christkindlmarkt“

Referent: Örtl. Führer



Nr. 2-26511

**Mi 24.01.2024,
19:30 Uhr**

KEB,
Dreifaltigkeitsstraße 3,
92224 Amberg

unter
geschichtsnetzwerk.obe
rpfalz@gmx.de
**Anmeldeschluss
19.01.2024**

Historischer Verein
(Reg.gr. AM) mit KEB
und EBW

Vortrag

Die Verbotene Straße – einst kürzester Weg nach Prag

Die „Goldene Straße“, initiiert von Kaiser Karl IV., der mit Neuböhmen begann, auf eigenem Land von Prag bis nach Luxemburg reisen zu können. Alternativ dazu gab es die „Verbotene Straße“, in Hirschau abzweigend und weiter über Waidhaus nach Böhmen. Was für eine Bewandnis hat es mit der Verbotenen Straße? Der Referent erläutert die auch in seinem Buch - dem einzigen zum Thema - geschilderten Hintergründe zum Verbot. Dabei kommen auch Sehenswürdigkeiten, Ereignisse wie Streitigkeiten, Saufgelage und der Transport der Reichskleinodien zur Sprache.

Referent: Rainer J. Christoph



Vortrag

Klara, das Nashorn

Ungewöhnlicher Besuch im Amberg des 18. Jahrhunderts

Als seine Mutter von indischen Jägern erlegt wurde, schien das Schicksal des kleinen Nashornweibchens besiegelt. Es fand aber menschliche Pfleger, und die brachten es nach Europa. Ganze siebzehn Jahre ging es auf Tournee und beeindruckte das Publikum von London bis Venedig - aber auch in Regensburg und Amberg. Der Vortrag stellt das Nashorn, seine Pfleger und seine Wirkung auf das Publikum vor.

Referent: Dr. Andreas Erb

Nr. 2-26512

**Di 06.02.2024,
19:30 Uhr**

Stadtarchiv,
Paulanerplatz 17

unter
stadtarchiv@amberg.de
oder unter
09621/10-1821 (nur
vormittags)
**Anmeldeschluss
02.02.2024**

Stadtarchiv mit
Historischer Verein
(Reg.gr. AM), KEB und
EBW



Nr. 2-26513

**Fr 08.03.2024,
19:30 Uhr**

KEB,
Dreifaltigkeitsstraße 3,
92224 Amberg

unter
geschichtsnetzwerk.obe
rpfalz@gmx.de
**Anmeldeschluss
05.03.2024**

Historischer Verein
(Reg.gr. AM) mit KEB
und EBW

Vortrag

Die Oberpfalz wird bayerisch

Warum die „Obere Pfalz“ seit 400 Jahren zu Bayern gehört.

Was die Oberpfalz mit der Pfalz zu tun hat, obwohl sie doch eigentlich recht weit entfernt davon liegt, fragen sich nicht nur verwunderte Touristen. Warum die "Obere Pfalz" aber darüber hinaus seit 400 Jahren zu Bayern gehört, stellt ein interessantes Kapitel der Landesgeschichte dar. Ausgangspunkt war die Annahme der böhmischen Königskrone durch den pfälzischen Kurfürsten Friedrich V., der (später als "Winterkönig" verspottet) nach der Niederlage in der Schlacht am Weißen Berg bei Prag "Oberpfälzische" Gebiete an den bayerischen Herzogs Maximilian I. als "Pfandschaft" für die von ihm veranschlagten Kriegskosten abtreten musste. Die Vorgeschichte und die Auswirkungen dieser Ereignisse sind Thema des Vortrags.

Referentin: Dr. Christine Paschen



Nr. 2-25600

**Sa 23.09.2023,
9:30 – 17:00 Uhr**

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

45 €, Überweisung nach
Anmeldung auf das
Konto der KEB (IBAN:
DE65 7525 0000 0190
0141 75) oder durch
Erteilung eines
Lastschriftmandates bei
der ONLINE-Anmeldung

KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Onlineanmeldung
auf der Homepage.

KEB

Kalligrafie-Seminar

Verdichtungen

Veränderungen der Schrift für unterschiedliche Wirkungen und Schriftbilder - für Anfänger und Fortgeschrittene

Die grafische Wirkung von Schrift hängt nicht nur von der Schriftart ab, sondern sehr stark auch vom verwendeten Werkzeug und der Schreibflüssigkeit. Wir gehen zunächst von unserer Handschrift aus und verändern sie nach unterschiedlichen Gesichtspunkten. Wir werden feststellen, dass es uns schwerfällt, uns vom üblichen erlernten Schreiben immer weiter zu entfernen. Abstände zwischen Worten und Zeilen werden weggelassen, um ein Textgewebe zu knüpfen, das sich von der Lesbarkeit immer weiter verabschiedet. Die entstandenen Geflechte können dann wieder mit lesbarem Text kombiniert werden. Hier stehen uns viele Möglichkeiten offen, die ganz nach persönlichem Geschmack ausgelotet werden können.

Hinweis: Benötigtes Material: WICHTIG: ein kurzer Text, z. B. eine Gedichtzeile oder ein bevorzugter Spruch.

Ansonsten: Wasserglas, Lappen oder Zewa, Radiergummi Bleistifte, Fineliner, Aquarellstifte Automatik Pen, schmaler Holzspatel, Flachpinsel übliches Kalligrafiematerial - alles, was an Kalligrafiematerial vorhanden ist.

Übungspapier und Kopien sind wie immer im Kurspreis inbegriffen, ebenso die Möglichkeit, Basisschreibmaterial kostenlos zu verwenden. Kalligrafiematerialien können auch bei der Kursleiterin erworben werden



Referentin: Brigitte Herrneder

KREATIVITÄT



Nr. 2-26051

Sa 30.09.2023, 14:00 – 16:30 Uhr
weiterer Termin am
3.2.2024

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

🔗 OBA mit KEB

Inklusionsworkshop

„Der Beat verbindet uns“

Wir lernen verschiedene Trommeln kennen.

Wir probieren einfache Rhythmen aus. Rhythmen sind Takte in der Musik: Wie fühlt sich leises Trommeln an? Oder lautes Trommeln?

Wir trommeln mal schnell und mal langsam.

Und wir trommeln zu einer Geschichte. Dazwischen machen wir Pausen. Falls vorhanden, bitte eigene Trommel mitbringen.



30.09.2023 +
weiterer Termin:
3.2.2024



**Florian
Herneder**



14 - 16.30 Uhr



10 €



KEB,
Dreifaltigkeitsstr. 3



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

Nr. 2-26308

**Mi 11.10.2023 weitere
Termine: 08.11.23;
06.12.23; 10.01.24,
18:30 – 21:30 Uhr**

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 100 € (4 Termine)

Verwendungszweck:
2-26308 + Name der
Teilnehmenden

📞 KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Onlineanmeldung

🔗 KEB

Workshop

World-Percussion-Kurs 4 x

Koordinationsübungen, Kulturinfos und Gruppendynamik rund um Trommel und Rhythmus



Referent: Helmut Kaiser



Nr. 2-26466

**Sa 14.10.2023,
9:00 Uhr – So
15.10.2023, 14:00 Uhr**

📍 Kloster Ensdorf,
Hauptstraße 9, 92266
Ensdorf

€ 120€ Tagungsgebühr,
Übernachtung und
Verpflegung im DZ 84€,
90€ im EZ

📞 EBW Oberpfalz,
ebw.oberpfalz@elkb.de
oder 09622/60794-26

🔗 EBW Oberpfalz mit KEB

Workshop

Schreiben – der Schlüssel zu deinem inneren Feuer

Ein Kreativ-Wochenende

„Du schreibst gern? Du hast Lust, originell zu formulieren? Du willst dich selbst besser kennenlernen? An diesem Wochenende bekommst Du wichtige Impulse für deine Kreativität. Du lernst neue, innovative Schreibmethoden kennen.“

Hinweis: Papier und Stift, evtl. kurze eigene Texte

Referent: Rainer Haak, Bad Kissingen



Workshop

Inklusives Tanz Seminar Nr. 13

Moderne Tänze lernen und gemeinsam tanzen

Moderne Tänze lernen und gemeinsam tanzen

Wir tanzen allein, als Paar oder in der Gruppe.

Wir lernen neue Tänze.

Und wir tanzen nach Lust und Laune.

Alle sind eingeladen: Junge und Alte, Menschen mit

und ohne Behinderung, mit oder ohne Rolli, ...

Nr. 2-25876

**Do 02.11.2023,
16:00 – 18:00 Uhr**

€ 8 € (Imbiss und
Getränk)
Tanz- oder Turnschuhe
mitbringen!!!

📞 KEB, Tel. 09621/475520

🔗 Wundernetz mit KEB,



02.11.2023



Seidl Elisabeth



16 - 18 Uhr



8 € (Imbiss + Getränk)



**Tanzschule
Seidl**



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



Nr. 2-26219

**Sa 14.10.2023,
9:30 – 17:00 Uhr**

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

45 €, Überweisung nach
Anmeldung auf das
Konto der KEB (IBAN:
DE65 7525 0000 0190
0141 75) oder durch
Erteilung eines
Lastschriftmandates bei
der ONLINE-Anmeldung

KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Onlineanmeldung
auf der Homepage

KEB

Nr. 2-25716

**Mo 06.11.2023 weitere
Termine: 13.11. ;
20.11., 18:00 – 19:30
Uhr**

KEB,
Dreifaltigkeitsstraße 3,
92224 Amberg

15 € für 3 Abende

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

KEB

Kalligrafie-Seminar – das Auge liest mit Gestalten mit Buchstaben – die Ziefeder

auch für Neueinsteiger geeignet

Lust auf ein ganz anderes Schreib-
Werkzeug? Wir probieren die Ziefeder
aus. Das Schreiben mit ihr bringt uns in
andere kalligrafische Welten. Ihr Strich
und Formensprache sind einmalig, ei-
genwillig, vielfältig und zuweilen ex-
pressiv. Die Anwendungsmöglichkeiten
reichen von einem einzelnen Strich
über Buchstaben und herausgehobenen
Worten bis zu dichten Texten. Als Ziel
könnten zum Beispiel 12 Blätter für
einen Kalender entstehen, bzw. be-
gonnen werden. Hierzu geeignete Sprü-
che / Worte mitbringen.

Hinweis: Bitte mitbringen: Ziefeder (Rulingpen),
Tinte, Tusche, evtl. Aquarellfarben, Übungspapier,
Aquarellpapier (gern leicht rau), Wasserglas, Ze-
wa, Lineal, Bleistift, Radiergummi. Eine Schürze
macht bei diesem Kurs auch Sinn.
Papier und Ziefeder (24 €) können im Kurs er-
worben werden.



Referentin: Elke Gehr

Workshop „Flotte Socke“

3-teiliger Grundlagenkurs mit Anleitung zum
Socken-Stricken

Die Technik des Sockenstrickens wird
an 3 Abenden gezeigt: Stricken in der
Runde; Arbeiten der Ferse, Abnehmen
der Maschen und Fertigstellen.
Zwischen den Einheiten wird zuhause
weitergearbeitet. Vorkenntnisse: Grund-
maschen (Anschlag, rechte und linke
Maschen, evtl. Randmaschen)



Hinweis: max. 12 Personen.
Mitzubringen ist entsprechende Sockenwolle (ca.
100 g) und passendes Nadelspiel (5Nadeln). Bei
Fragen gerne die Referentin kontaktieren unter
Tel. 0172/9566358.

Referentin: Doris Müller,
Fachlehrerin für Hauswirtschaft



Inklusiver Kochkurs

Selbstgemachte Leckereien

Selbstgemachtes schmeckt doch am
besten! Deshalb möchten wir wieder ei-
gene Köstlichkeiten herstellen. Zuhause
kannst du sie mit Angehörigen oder
Freunden genießen. Auch zum ver-
schenken sind unsere Leckereien geeig-
net. Freunde oder Interessierte ohne Be-
hinderung sind herzliche willkommen.
Sie zahlen nur den Grundbetrag.

Mitzubringen:

Kochschürze,
Topflappen,
5 leere
Marmeladengläser



Nr. 2-26610

OBA Lebenshilfe
Amberg-Sulzbach e. V.,
Friedrich-Ebert-Str. 2a,
92224 Amberg

OBA, 09621/308-1266,
oder Mail:
Sabine.Reithmaier@leb-
enshilfe-amberg.de

OBA der Lebenshilfe
und KEB



11.11.2023 +
17.02.2024



Schraml Bianca



jew. 10 - 15 Uhr



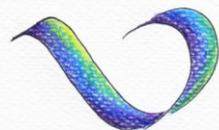
15 € (pro Termin)



OBA Lebenshilfe



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



Nr. 2-25601

**Sa 18.11.2023,
9:30 – 17:00 Uhr**

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 45 €, Überweisung nach
Anmeldung auf das
Konto der KEB (IBAN:
DE65 7525 0000 0190
0141 75) oder durch
Erteilung eines
Lastschriftmandates bei
der ONLINE-Anmeldung

KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Onlineanmeldung
auf der Homepage.

KEB

Kalligrafie-Seminar

Kalligrafie – Schmuckbuchstaben Im Fokus für Anfänger und Fortgeschrittene

Wir kennen Initialen als Anfangs- oder Schmuckbuchstaben aus historischen Schriften. Ihre Formen und Funktionen werden wir uns ansehen und sie analysieren. Aber neben den klassischen Verwendungen wollen wir auch neue, moderne Versionen entdecken. Mit ihnen können wir unsere ganz persönlichen Ideen und Texte schmücken.

Hinweis: Benötigtes Material:

Wasserglas, Lappen oder Zewa, Radiergummi
Bleistifte, Fineliner, Aquarell- oder Farbstifte
Automatik Pen, schmaler Holzspatel, Flachpinsel
Tinten, Tuschen, feiner Pinsel (wenn ihr Innenflächen
ausmalen wollt) übliches Kalligrafiematerial
- bringt mit, was ihr habt

Ein kurzer Text, z. B. ein Gedicht oder eine Gedichtzeile, ein bevorzugter Spruch, ein Glückwunsch für den nächsten Geburtstag oder Ähnliches.

Übungspapier und Kopien sind wie immer im Kurspreis inbegriffen, ebenso die Möglichkeit, Basisschreibmaterial (auch Holzspatel) kostenlos zu verwenden.

Kalligrafiematerialien können auch bei der Kursleiterin erworben werden.



Referentin: Brigitte Herrneder



Nr. 2-26069

**Sa 25.11.2023,
13:30 – 17:30 Uhr**

Naturelehrgebiet der Umweltstation Kloster Ens-dorf & Green Kitchen;
Treffpunkt: Eingang des Bildungshauses

€ 43 € (+ 7 €
Materialkosten)

Bildungshaus Kloster Ens-dorf, Tel:
09624/9200-30, email:
bildungshaus@donbosco.de

Umweltstation Ens-dorf mit KEB

Exkursion und Kräuterworkshop

Wilder Advent

lecker & heilsam

Anleitung zum Sammeln und Information zu heimischen Alternativen für winterliche Leckereien und Getränke

Weihnachtsgewürze von weit her? Wir finden im Wald heimische Alternativen für winterliche Leckereien und Getränke. Nach einem kurzen Streifzug durch die Natur verarbeiten wir gemeinsam in der Küche die gesammelten Wurzeln, Samen und Beeren

Referenten: **Andrea Dobbert,**

Kräuterpädagogin und Krankenschwester für Psychiatrie

Peter Namislo,

Kräuterpädagoge und Koch

Jennifer Nelhiebel,

Gerontopsychiatrische Fachkraft und Kräuterpädagogin

Nr. 2-26480

**Sa 27.01.2024, 10:00
Uhr – So 28.01.2024,
16:00 Uhr**

**Sa: 10-18 Uhr; So:
10-16 Uhr**

Kloster Ens-dorf,
Hauptstraße 9, 92266
Ens-dorf

€ 250€

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

EBW Oberpfalz mit KEB

Handwerksreihe im EBW

Seminar zum kreativen Schreiben

Beim kreativen Schreiben verschriftlichen wir unsere Wahrnehmungen. Und das kann jeder. Wie leicht das „einfach-drauf-los-Schreiben, ohne darüber nachzudenken,“ sein kann, wie sehr uns Bilder, Laute und Worte inspirieren können, das wollen wir in diesem Seminar ausprobieren. Bereits vorhandene Texte dürfen mitgebracht und bei einer offenen Lesebühne am Samstagabend in entspannter Runde vorgelesen und besprochen werden.

Referent: **Agnes Gerstenberg**



Nr. 2-26248

**Sa 02.03.2024,
9:30 – 17:00 Uhr**

☉ KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 45 €, Überweisung nach
Anmeldung auf das
Konto der KEB (IBAN:
DE65 7525 0000 0190
0141 75) oder durch
Erteilung eines
Lastschriftmandates bei
der ONLINE-Anmeldung

✉ KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Onlineanmeldung
auf der Homepage

☞ KEB

Kalligrafie-Seminar – das Auge liest mit Lettering

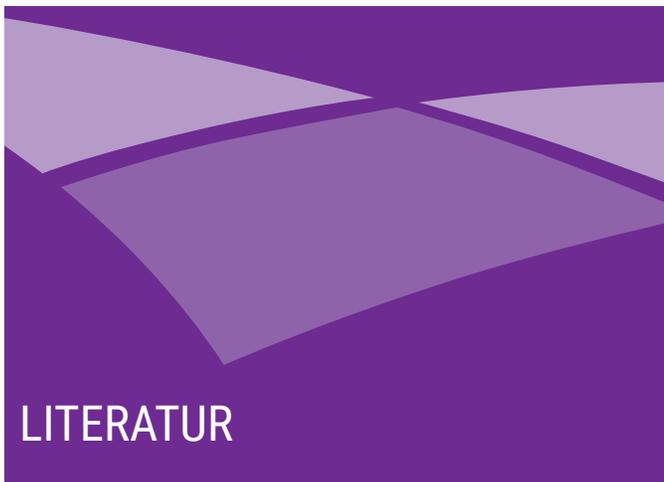
auch für Neueinsteiger geeignet

Kreativ, hochmodern und vielseitig - so präsentiert sich Lettering. Von Hand gezeichnete schöne Texte auf Grußkarten, Postern, Werbetafeln und vielem anderen lassen sich aus unserer Welt nicht mehr wegdenken. Kringel und Co. sind herzlich willkommen. Mit fantasievol- len Alphabeten, spannenden Layouts, Ideen und Anregungen zum Gestalten werden wir in diesem Kurs unsere Kunstwerke erschaffen. Solche Besonderheiten verschenkt man auch gern. Die Gelegenheiten bietet das Leben: Geburtstage, Weihnachten, Hochzeit, Taufe uvm.

Hinweis: Das Angebot an Stiften aller Art ist so groß, deshalb bitte selber mitbringen: Pinselstifte, Marker, Gelstifte, Fineliner, Bunt- und Bleistifte, Spitzer und Lineal. Glatte (satierte) Papiere eignen sich sehr gut, z. B. von Clairfontaine.



Referentin: Elke Gehr



Vortrag

Bayern. Statt Pfalz. 400

Warum die „Obere Pfalz“ seit 400 Jahren zu Bayern gehört

Was die Oberpfalz mit der Pfalz zu tun hat, obwohl sie doch eigentlich recht weit entfernt davon liegt, fragen sich nicht nur verwunderte Touristen. Warum die "Obere Pfalz" aber darüber hinaus seit 400 Jahren zu Bayern gehört, stellt ein interessantes Kapitel der Landesgeschichte dar. Ausgangspunkt war die Annahme der böhmischen Königskrone durch den pfälzischen Kurfürsten Friedrich V., der (später als "Winterkönig" verspottet) nach der Niederlage in der Schlacht am Weißen Berg bei Prag "Oberpfälzische" Gebiete an den bayerischen Herzogs Maximilian I. als "Pfandschaft" für die von ihm veranschlagten Kriegskosten abtreten musste. Die Vorgeschichte und die Auswirkungen dieser Ereignisse sind Thema des Vortrags.

Referentin: Dr. Christine Paschen

Nr. 2-26157

**Fr 15.09.2023,
19:30 Uhr**

☉ Provinzialbibliothek,
Malteserplatz 4, 92224
Amberg – Barocksaal

€ frei!

✉ email:
info@provinzialbiblio-
thek-amberg.de
oder Tel. 09621 6028-0

☞ Provinzialbibliothek mit
KEB



Nr. 2-26416

Fr 22.09.2023, 17:00 Uhr

**weiterer Termin:
Sonntag, 12.11.23 um
15 Uhr**

📍 Literaturhaus Oberpfalz

€ 3 €, ermäßigt 2 €

∞ Literaturarchiv
Sulzbach-Rosenberg
e.V. mit KEB

Nr. 2-26481

**Fr 01.12.2023,
19:00 – 21:00 Uhr**

📍 Evang. Gemeindehaus
Hirschau

€ 5€

✉ EBW Oberpfalz,
ebw.oberpfalz@elkb.de
oder 09622/60794-26

∞ EBW mit KEB

Führung

„Beim Zeichnen schreiben sich Sätze fort“

Eine Ausstellung zum künstlerischen Werk von Günter Grass

Während des Sulzbach-Rosenberger Beisenfests und des Martinimarkts bietet das Literaturarchiv Führungen durch die Ausstellung an, die mit einer Druckvorführung in der Historischen Druckerei Seidel enden. Gesetzt und gedruckt werden dort Gedichte von Günter Grass, die Sie direkt aus der Druckpresse mit nach Hause nehmen können. In der Ausstellung können die Besucherinnen und Besucher selbst das Schreiben an der Schreibmaschine sowie das Zeichnen mit verschiedenen Blei- und Tuschestiften ausprobieren.

Hinweis: Die Ausstellung ist zu sehen bis 22. Dezember 2023, geöffnet Dienstag bis Freitag 9-17 Uhr, Sonntag 14-17 Uhr außer an Feiertagen (15.8., 3.10., 1.11.).

Literaturabend

Wer loslässt, hat die Hände frei?

Ein humorvoller Streifzug durch aktuelle Neuerscheinungen auf dem Buchmarkt mit Felix Leibrock

„Du musst loslassen“, hört man als Rat, wenn ein Abschied ansteht. Jobwechsel, Trennung in der Beziehung oder gar der eigene Tod - immer soll man loslassen, weil man dann angeblich die Hände frei hat. Frei, um etwas Neues zu beginnen. Doch stimmt das? Allein schon wer die Berge besteigt, wird den Satz vom Loslassen und den freien Händen kritisch sehen. Und: Kann man das kognitiv leisten, das Loslassen, was emotional so fest gebunden ist? Gute Bücher helfen uns, das Loslassen von verschiedenen Seiten aus zu reflektieren.



Nr. 2-26565

**Di 05.03.2024,
15:00 – 16:15 Uhr**

📍 Buchhandlung Dörner,
Sulzbach-Rosenberg

€ Eintritt frei (Getränke
und Kuchen je nach
individueller Bestellung)

✉ nähere Infos unter Tel:
09661/9069965 oder
email: suro@buch-
dorner.de

∞ Buchhandlung Dörner
mit KEB

Felix Leibrock zeigt humorvoll und nachdenklich, wie Bücher unser Leben stärken, verändern und gegebenenfalls verbessern.

Referent: Felix Leibrock, München

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.

Referent: Team der Buchhandlung Dörner



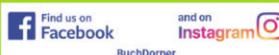
Luitpoldplatz 4 · 92237 Sulzbach-Rosenberg
Tel: 0 96 61 / 9 06 99 65 · Fax: 0 96 61 / 9 06 99 67
www.buch-dorner.de · suro@buch-dorner.de

MINERVA liest

die Lesereihe der Buchhandlung Dörner 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.**



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

GESUNDHEIT





Nr. 2-26205

Kursstart:
16./17.9.2023

📍 Bildungshaus Kloster
Ensdorf, Hauptstr. 9,
92266 Ensdorf

€ 2.310,92 Euro zzgl.
gesetzlicher 19 % MwSt.
= 2.750 Euro inkl.
Prüfungsgebühr
(entspricht 250 Euro pro
Modul = 2 Tage).

📄 Nähere Infos zur
Anmeldung bitte im
Kloster Ensdorf
erfragen: Tel.
09624/920042 (Anita
Pedall); email:
pedall@donbosco.de

∞ Bildungshaus Kloster
Ensdorf und
Gundermannschule mit
KEB

Kurs

Qualifizierungskurs Kräuterpädagogie 11x 2 Tage

Zertifikatslehrgang mit 11 Modulen

Natur mit allen Sinnen erleben und erfahren, so eröffnen wir Ihnen mit dieser Qualifizierung das Tor zu den heimischen Kräutern und Wildpflanzen. Die kleinen und großen Wunder der Pflanzenwelt rund um uns zu entdecken, den Wissensschatz der traditionellen Kräuterkunde zu bewahren und moderne wissenschaftliche Erkenntnisse damit zu verbinden, sind die Hauptinhalte der Qualifizierung zum/zur zertifizierten Kräuterpädagogen/in.

Sie lernen die Kräuter selbst, deren Standorte, Vorkommen und Verwendung kennen. Die Qualifizierung führt Sie in die Ökologie der heimischen Pflanzenwelt ein. Das Ziel für uns alle ist ein schonender nachhaltiger Umgang mit der Natur, der Erhalt einer breiten Artenvielfalt und Schutz der Lebensräume.

Hinweis: Die Qualifizierung umfasst 240 Unterrichtsstunden inkl. Projektarbeit an 11 mal 2 Tagen im Laufe eines Qualifizierungszeitraumes von ca. einem Jahr. Der Unterricht beginnt um 9.00 Uhr und endet um 17.00 Uhr. Die 11. Seminareinheit ist die Prüfung. Terminübersicht: 7./8.10. + 18./19.11. + 20./21.01.24 + 24./25.02. + 16./17.03 + 20./21.04. + 11./12.05. + 8./9.06. + 29./30.06.
schriftliche Zertifikatsprüfung: 19.07 von 18.30 bis 21.30 Uhr; mündliche Zertifikatsprüfung / Führung und Präsentationstisch: 20./21.07.

Ansprechpartnerin: Anita Pedall,
Pädagogische Leitung der Umweltstation-Ensdorf



Nr. 2-26499

📍 Vitusheim
Schnaittenbach
∞ PGR Schnaittenbach –
Sachausschuss
Senioren

Nr. 2-26267

**Mo 18.09.2023,
18:30 – 19:30 Uhr**

📍 Gemeinde
Kümmersbruck –
Rathaus, Schulstr. 37,
92245 Kümmersbruck –
Sitzungssaal

€ kostenlos

📄 Weitere Informationen
unter: Seniorenmosaik,
Barbara Hernes Tel.:
09621 70843 oder
Mail:
info@seniorenmosaik.de

∞ Seniorenmosaik, lokale
Allianz für Menschen
mit Demenz, mit KEB

Themenreihe

Seniorenaktivtreff

Aktivierungs- und Informationsangebot mit anschließendem Frühstück

Referentin: Lydia Enderer, Übungsleiterin

Di 05.09.2023, 10:00 Uhr
Informationen aus der Stadt Schnaittenbach

Di 10.10.2023, 10:00 – 12:00 Uhr
Rückblick 25 Jahre Senioren Aktiv Treff

Di 07.11.2023, 10:00 – 12:00 Uhr
Besuch vom Kindergarten

Di 05.12.2023, 10:00 – 12:00 Uhr
Infos und Bräuche zum Barbaratag

Vortrag

Mit Demenz im Krankenhaus

Wie soll das gehen? Was ist wichtig?

Ein Krankenhausaufenthalt ist für Menschen mit und ihre Angehörigen immer eine besondere Situation. Allein durch den Umgebungswechsel können sich die Symptome der Demenz verstärken. Erkrankte können ihr Verhalten nur eingeschränkt an die jeweilige Situation anpassen und es fällt ihnen schwer, ihre Situation zu überblicken. Die fremde Umgebung, der veränderte Tagesablauf, verschiedene Untersuchungen und unbekannte Menschen verunsichern sie und machen oftmals Angst. Wie es gelingen kann den Aufenthalt im Krankenhaus so stressreduziert wie möglich zu gestalten und was dabei Wichtig ist, informiert Frau Elke Immler, Demenzkoordinatorin am Klinikum St. Marien Amberg.

Referentinnen: Elke Immler, Demenzkoordinatorin am Klinikum St. Marien

Barbara Hernes, Seniorenmosaik



Nr. 2-26318

Mo 18.09.2023
Termine immer
montags: 25.09.,
02.10., 09.10., 16.10.,
23.10., 30.10., 06.11.,
13.11., 20.11., 16:30 –
17:30 Uhr

- 📍 LGS Gelände, Amberg
- € 40 € Überweisung nach telefonischer Anmeldung auf das Konto der KEB
IBAN DE65 7525 0000 0190 0141 75
- ✉ KEB, Tel. 09621/475520
info@keb-amberg-sulzbach.de
- 🔗 KEB

Nr. 2-26459

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

- 📍 Vitusheim, Hauptstr. 100, 92253 Schnaittenbach
- ✉ Luke Luber, Tel. 09663/1790
- 🔗 KDFB mit KEB

Nr. 2-26290

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

- 📍 Pfarrheim, Peter-Lippert-Straße 13, Amberg
- € 1,50 €
- 🔗 KDFB mit KEB

Kurs

„Bewegung lockert Körper und Seele“ 10 x

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

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

Hinweis: Bequeme Kleidung, Sportschuhe, Stöcke. 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

Kurs

Anleitung zu Yoga

Referent: Luke Luber

Kurs

Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule

Referentin: Karin Donhauser



Nr. 2-26573

Mi 20.09.2023, 10:00 Uhr

- 📍 Fachstelle für Demenz und Pflege Oberpfalz / Sega e.V., Nelkenstraße 4
- € kostenlos
- ✉ per E-Mail an info@demenz-pflegeoberpfalz.de oder telefonisch unter 09661-8999315.
- 🔗 Fachstelle für Demenz und Pflege Oberpfalz / Sega e.V. mit KEB

Nr. 2-26265

Mi 20.09.2023, 14:30 – 16:00 Uhr

- 📍 Ort wird noch bekanntgegeben
- € kostenlos
- ✉ Weitere Informationen möglich bei: Barbara Hernes, Seniorenmosaik im Naturpark Hirschwald e.V. Tel. 09621/70843
- 🔗 Seniorenmosaik mit KEB

Information

„Erlebnishaus der Demenz“ im Rahmen der Demenzwoche

Im „Erlebnishaus der Demenz“ lernen Sie die Welt der Demenz und des Alters neu und spielerisch kennen. Interaktiv für mehr Empathie und Inklusion in unserer Gesellschaft. Erleben Sie eine positive Wissensvermittlung mit gesellschaftlicher Relevanz und lernen Sie den Demenzparcours, den Alterssimulationsanzug „Gert“ und die „Demensch“-Ausstellung kennen. Geöffnet von 10-13 Uhr und von 15-18 Uhr!

Hinweis: Kurzsentschlossene dürfen gerne ohne Anmeldung vorbeikommen

Workshop

Zeit für mich!

Einführung und Anleitung zu Entspannungsübungen für pflegende Angehörige

Überforderung und Stress gehören zum Alltag vieler pflegender Angehöriger. Die Auswirkungen von Belastungen können sich beispielsweise durch Müdigkeit, fehlende Konzentration oder Gereiztheit zeigen. Dieses kann sich nicht nur auf das seelische und geistige Wohlbefinden, sondern auch auf die körperliche Gesundheit auswirken. Damit die Pflege von Angehörigen nicht zum Risiko für Leib und Seele wird ist es wichtig, dass sich Betroffene effektiv entspannen und neue Kraft zu tanken.

Hinweis: Alle interessierten Personen sind herzlich zu dieser kostenlosen Infoveranstaltung eingeladen.

Referentin: Barbara Hernes, Seniorenmosaik



Nr. 2-26587

Vorankündigung: Kurs findet im Frühjahr 2024 statt!

Malteser Hilfsdienst, Sulzbacher Str. 15A, 92224 Amberg

Anmeldung bereits jetzt möglich; Anfragen gerne per Mail an ausbildung.r-nord@malteser.org oder telefonisch unter 09621/4933-14 oder www.malteser-kurse.de

Malteser Hilfsdienst mit KEB

Kurs

Ausbildung zur/m "Schwesternhelferin (SH)/Pflegediensthelfer (PDH) berufsbegleitend

Im Frühjahr 2024 findet wieder unser bewährter SH/PH-Kurs statt. Sie sind in der Pflege tätig oder möchten sich in diesem Bereich engagieren - wir qualifizieren Sie dafür.

Hinweis: Nähere Informationen finden Sie unter www.malteser-kurse.de;

Referent: MA Malteser Hilfsdienst



Nr. 2-26504

laufender wöchentlicher Kurs, 16:30 – 18:00 Uhr

Pfarrsaal St. Konrad, Ahnherrnstr. 10, 92224 Amberg

KAB St. Konrad mit KEB

Kurs

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

Hinweis: jeden Montag (außer in den Ferien)!

Referentinnen: Maria Losch

Annemarie Schafbauer

Nr. 2-26506

laufender wöchentlicher Kurs

Pfarrsaal St. Konrad, Ahnherrnstr. 10, 92224 Amberg

DJK mit KEB

Kurs

Anleitung zu Yoga

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

Referentin: Martha Renner



Nr. 2-26269

Fr 06.10.2023, 18:00 – 19:15 Uhr fortlaufender Kurs am Freitag (mit Ausnahmen)

Turnhalle des HPZ, Fallweg 43, 92224 Amberg

€ 10 €

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

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

Kurs

Bewegung am Freitagabend – Rio Abierto

mit Anleitung zu gesundheitsfördernder Bewegung

Rio Abierto bedeutet gesunde Bewegung zu Musik nach dem Motto: Raus aus dem Kopf und rein in den Körper. Die Lebendigkeit der Kursleiterin ist einfach unmittelbar ansteckend. Trainerin und Musik laden die TeilnehmerInnen in einfachen Übungssettings dazu ein, spielerisch in die fließenden Bewegungen einzusteigen.

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



Referentin: Kerstin Klug, Rio Abierto Trainerin in Ausbildung

Nr. 2-26457

laufender Kurs: montags ab 9 uhr

Waldbrücke, 92253 Schnaittenbach

Kontaktadresse: Daller Inge 09622/3606

KDFB Schnaittenbach mit KEB

Kurs

Anleitung zum Nordic Walking

Hinweis: Treffpunkt im Sommer 8:30 Uhr

Nr. 2-26505

Di 10.10.2023, 10:00 – 11:30 Uhr

Pfarrsaal St. Konrad, Ahnherrnstr. 10, 92224 Amberg

KDFB St. Konrad mit KEB

Kurs

Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule

Hinweis: Jeden Dienstag!

Referentin: Marina Wegener



Nr. 2-26585

📍 Malteser Hilfsdienst,
Sulzbacher Str. 15A,
92224 Amberg

€ 60,00 €

📧 www.malteser-kurse.de

🔗 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.

Hinweis: Nähere Infos in der Malteser-Geschäftsstelle Tel. 09621/493314

Referent: MA Malteser Hilfsdienst

Sa 07.10.2023, 9:00 – 17:00 Uhr

Sa 21.10.2023, 9:00 – 17:00 Uhr

Sa 11.11.2023, 9:00 – 17:00 Uhr

Mi 22.11.2023, 8:30 – 16:30 Uhr

Sa 02.12.2023, 9:00 – 17:00 Uhr

Vortrag

Der Letzte Hilfe Kurs

Das kleine 1x1 der Sterbebegleitung

Erste Hilfe ist ein bekannter und selbstverständlicher Teil der Hilfskultur unserer Gesellschaft. In der Bevölkerung gibt es dafür mittlerweile ein Basis-Wissen für die Lebensrettung im Notfall. Doch wie sieht es mit Letzte Hilfe aus? Ein entsprechendes Wissen und Bewusstsein für Hilfe und Begleitung am Lebensende, im Sterben und in der Trauer gibt es noch nicht. Dieser Letzte Hilfe Kurs vermittelt Basis-Wissen für eine gute Sorge am Lebensende und ist ein

Nr. 2-26254

📅 **Sa 14.10.2023,
13:00 Uhr**

📍 Kath. Pfarrheim
Freihung, Am Harranger
1, 92271 Freihung

📧 nähere Infos bei Amann
Katharina, 09646/724

🔗 PGR

Nr. 2-25944

📅 **Sa 14.10.2023,
13:30 – 18:00 Uhr**

📍 Bildungshaus Kloster
Ensdorf, Hauptstr. 9,
92266 Ensdorf
(Naturlehrgebiet der
Umweltstation)

€ 35 € Kursgebühr; 16 €
Materialkosten

📧 Umweltstation Kloster
Ensdorf, email:
uws@donbosco.de

🔗 Umweltstation Ensdorf
mit KEB

Angebot für alle Bürgerinnen und Bürger die einen Einblick und Sicherheit im Umgang mit schwerkranken und sterbenden Menschen am Lebensende gewinnen wollen. Der Kurs beinhaltet die vier Themen:- Sterben ist ein Teil des Lebens- Vorsorgen und Entscheiden- Körperliche, psychische, soziale und existenzielle Nöte lindern- Abschied nehmen vom Leben

Referent: Georg Franz Fröhler

Exkursion und Kräuterworkshop

Gesund in die kalte Jahreszeit

Immunbooster und wilde Beeren

Wir machen einen Herbstspaziergang und schauen uns an was man als Vorbereitung auf die kalte Jahreszeit machen kann. Ihr lernt, welche stärkende Kräuter und Beeren als Immunbooster in der Natur zu finden sind. Anschließend setzen wir Tinkturen an, mischen Tees und stellen anderen vorbeugenden Hausmittelchen daraus her.

Hinweis: Bitte mitbringen: 2x leeres 250ml Schraubdeckelglas; mind. 8, max. 15 TN; Treffpunkt: Eingang des Bildungshauses

Referentinnen: Jennifer Nelhiebel, Kräuterpädagogin und gerontopsychiatrische Fachkraft

Andrea Dobbert, Kräuterpädagogin und Krankenschwester für Psychiatrie





Nr. 2-26259

**Mi 18.10.2023,
16:00 – 17:00 Uhr**

KEB,
Dreifaltigkeitsstraße 3,
92224 Amberg

€ kostenlos

☑ eine Anmeldung unter
09621/49 33 50 und
weitere Information bei
der Referentin: Birgit
Hübner, Fachstelle für
pflegende Angehörige
Stadt Amberg /
Malteser Hilfsdienst e.V.
Tel.: 09621 4933 50
birgit.huebner@maltese
r.org

∞ Fachstelle für pflegende
Angehörige im MHD mit
KEB

Nr. 2-26306

**Do 19.10.2023,
19:00 Uhr**

Kernhaus Neukirchen,
Hauptstraße, 92259
Neukirchen

∞ PGR Neukirchen /
Etzelwang

Vortrag

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: Ekkehard Gauglitz,
Berater beim Bezirk Oberpfalz

Birgit Hübner

Vortrag

Krampfadern und Co.

Informationsabend zur Volkskrankheit Venenschwäche- Symptome, Vorbeugung und Behandlung.

Abends schmerzende und geschwollene Beine? Besenreiser oder Krampfadern? Diese Hinweise können erste Anzeichen für venöse Gefäßprobleme, der häufigsten Ursache für ein „offenes Bein“ (Ulcus cruris) sein. Lernen Sie in diesem Vortrag, wie eine Venenerkrankung entsteht, welche Ursachen sie hat und wie Sie diese vorbeugen oder behandeln können.



Referentin: Carmen Gebert,
Krankenschwester, Wund- und Pflegeexpertin ICW



Nr. 2-26263

**Di 24.10.2023, 10:00 –
12:00 Uhr
weiterer Termin:
8.11.2023**

Stadtbibliothek Amberg
(Raseliushaus),
Zeughausstrasse 1a,
92224 Amberg

€ Kostenlos

☑ Anmeldung und weitere
Information bei: Birgit
Hübner, Fachstelle für
pflegende Angehörige
Stadt Amberg /
Malteser Hilfsdienst e.V.
Tel.: 09621 4933 50
birgit.huebner@maltese
r.org

∞ Fachstelle für pflegende
Angehörige im MHD mit
KEB

Nr. 2-26426

**Do 26.10.2023,
15:00 – 16:30 Uhr**

92289 Ursensollen

€ Eintritt frei

∞ Gerontopsychiatrische
Koordinationsstelle
mit SEGA, VdK
Ursensollen und KEB

Schnupperstunde zur Themenreihe

Gedächtnisfitness

Für alle Interessierten und insbesondere für Menschen über 50 mit und ohne Gedächtnisproblemen. Am Schnuppertag werden verschiedene Spiele, Puzzle oder kognitive Trainingsprogramme ausprobiert werden. Ebenso wird ein Sitz-Tanz für körperliche Koordination angeboten. Das Training in der Gruppe hat zum Ziel, kognitive Fähigkeiten zu fördern und zu erhalten. Zudem machen die Übungen im Spiel und der Gemeinschaft doppelt Freude.

Hinweis: Bei entsprechendem Interesse soll daraus ein fortlaufender Kurs entstehen (immer am 2. und 4. Mittwoch des Monats im KEB-Saal, Dreifaltigkeitsstr. 3)

Referentin: Birgit Hübner

Vortrag

Weisheiten des Alters

für Senioren und Behinderte

Hinweis: Nähere Auskünfte erteilen: Jutta Streher 09628/91333



Referent: Georg Pilhofer, Dipl.-
Soz.Päd (FH), Gerontotherapeut





Kräuterführung

Ab durch den Wechsel

Frauenkräuterjahr- Teil 3

Die Wechseljahre sind für Frauen ein wichtiger Übergang in eine neue Lebensphase, leider oft mit körperlichen Beschwerden verbunden. Schwitzen, Nervosität, Schlafstörungen und Gereiztheit - irgendwas trifft jede von uns. In der heimischen Natur stehen viele Wildpflanzen bereit, um diese Beschwerden sanft zu mildern. Bei einem Spaziergang lernt ihr diese Kräuter kennen, anschließend verarbeiten wir sie zu allzeit griffbereiten Helfern. Mit einem Räucheritual für Übergänge zum Abschluss.

Hinweis: mind. 8 / max. 20 TN; Ort: Naturlehrgebiet der Umweltstation Kloster Ensndorf & Green Kitchen

Referentin: Daniela Reisch, Natur- und Landschaftsführerin, Kräuterpädagogin

Nr. 2-25479

Sa 28.10.2023, 10:00 – 17:00 Uhr

Treffpunkt: Eingang des Bildungshauses Kloster Ensndorf

55,00€ Kursgebühr (incl. Wasser, Tee und Kaffee) Bitte Brotzeit mitbringen!

Bildungshaus Kloster Ensndorf, Tel: 9624/9200-30, uws@donbosco.de
Anmeldeschluss 23.10.2023

Umweltstation Ensndorf mit KEB

Nr. 2-26579

im November – Termine bitte erfragen

Geschäftsstelle des Diakonischen Werkes Sulzbach-Rosenberg e.V., Pfarrplatz 5, 92237 Sulzbach-Rosenberg

65,00 € / SEGA – Mitglieder 50,00 € (davon erhalten Sie die Hälfte zurück, wenn Sie für die SEGA ehrenamtlich tätig sind oder werden.)

SEGA e.V. unter info@sega-ev.de oder Tel: 09661/3048616

SEGA-Akademie mit KEB

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.

Referent: Referententeam SEGA e.V.



Workshop

„Musik – ein Gefühl, das keine Worte braucht“

Rio Abierto - Workshop zur Gesundheits- und Persönlichkeitsbildung

Richard Wagner sagte, dass die Musik dort beginnt, wo die Macht der Worte aufhört. Sie drückt aus, was uns innerlich bewegt, wir finden in ihr die Geschichten unseres ureigenen Lebens. Die Intensität, die wir in der Bewegung erleben, gibt uns den Schwung für ein lebendiges Leben, neudeutsch: den Drive und den Flow. Musik macht Schönheit, Freude und Klarheit erlebbar, ebenso wie Ernsthaftigkeit, Schmerz und Rebellion. Musik führt uns auch in gegensätzliche innere Anteile, die miteinander ringen. Sie ist quirlig oder sanft fließend. Sie ruft uns nachdrücklich oder flüstert uns zu. An diesem Wochenende werden wir uns auf Entdeckungsreise in unsere inneren Landschaften begeben, stets der Lebendigkeit und Lebensfreude auf der Spur (auch mit klassischer Musik. In einfachen Übungen lernt die Gruppe in die Bewegungen des erfahrenen Trainers mit einzusteigen. Die Freude an der Musik, die mal in angeleitete, mal in eigenständige Bewegungen mündet, macht den Kopf frei und löst aufgestaute Spannungen.

Hinweis: Kostenloser Rücktritt nur bei Ersatz - durch neuen TN möglich. Buchung nur im Paket Kurs mit Übernachtung/Verpflegung möglich. Bitte bewegungsfreundlich gekleidet sein und eine Decke mitbringen! Turnschuhe sind nicht nötig. Der Kurs kommt erst ab 15 Anmeldungen zustande.

Referent: Vincenzo Rossi, internationaler Rio Abierto Trainer

Kursleitung: Kerstin Klug

Nr. 2-25221

Sa 11.11.2023, 9:00 Uhr – So 12.11.2023, 12:30 Uhr

Haus Johannisthal, Johannisthal 1, 92670 Windischeschenbach

Kursgebühren: 140 € + Gebühren für ÜN/Verpflegung (entweder: 65 € für Übernachtung im DZ inkl. Vollpension (1x Mittagessen/1x Abendessen/1x Frühstück) oder: 70 € für Übernachtung im EZ inkl. Vollpension (1x Mittagessen/1x Abendessen/1x Frühstück) Bevorzugt durch Erteilung eines Lastschriftmandates bei der ONLINE-Anmeldung oder durch Überweisung nach Anmeldung auf das Konto der KEB (IBAN: DE65 7525 0000 0190 0141 75)

KEB, Tel. 09621/475520; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage.
Anmeldeschluss 30.09.2023 (verbindliche Anmeldung erforderlich)

KEB, EBW

Nr. 2-25480

**Sa 18.11.2023,
10:00 – 17:00 Uhr**

Bildungshaus Kloster
Ensdorf

€ 55,00€ Kursgebühr (incl.
Wasser, Tee und Kaffee)
Bitte Brotzeit
mitbringen!

Bildungshaus Kloster
Ensdorf, Tel:
09624/9200-30,
uws@donbosco.de
**Anmeldeschluss
13.10.2023**

Umweltstation Ensdorf
mit KEB

Kräuterführung

Nach dem Wechsel

Frauenkräuterjahr- Teil 4

Hinweis: mind. 8 / max. 20 TN;
Ort: Naturlehrgebiet der Umweltstation Kloster
Ensdorf & Green Kitchen
Treffpunkt: Eingang des Bildungshauses
Anmeldeschluss: 23.10.2023

Referentin: Daniela Reisch,
Natur- und Landschaftsführerin, Kräuterpädagogin



Kurs

Erste-Hilfe für Senioren

Wie verhalte ich mich richtig bei einem Notfall Zuhause? Mit zunehmendem Alter schleichen sich Unsicherheit und Angst hinzu. Dazu kommen häufig Gebrechen. Und auch vor Notfällen bleibt niemand verschont. In diesem Workshop erklären wir, wie Sie einen Notfall erkennen und effektiv helfen können. Wir behandeln unter anderem folgende Themen:

- Schlaganfall: erkennen und richtig handeln
- Bewusstlosigkeit und Seitenlage
- Herzinfarkt: erkennen und richtig handeln

Machen Sie sich fit für den Ernstfall.

Referent: MA Malteser Hilfsdienst



Nr. 2-26425

**Di 09.01.2024,
15:00 – 16:30 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 Heinz Rühmanns „Feuerzangenbowle“ vorgeführt. Im Anschluss steht das SEGA e.V. Team und Herr Georg Pilhofer von der Gerontopsychiatrischen Koordinationsstelle Oberpfalz für einen Austausch, Fragen und Antworten allen Teilnehmern zur Verfügung.

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



Referent: Dipl. Soz.päd. Georg Pilhofer,
Dipl.-Soz.Päd (FH), Gerontotherapeut



Nr. 2-26564

**Di 30.01.2024,
18:00 – 19:30 Uhr**

Evang. Gemeindehaus
Kümmersbruck,
Schillerstr. 3, 92245
Kümmersbruck

€ 5,00€ inkl. Material

KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amberg-sulzbach.de oder bei
Seuß R. 09621/177746

Seniorenbeirat
Kümmersbruck mit KEB

Workshop

Denk dich fit!

Neue Denkanstöße und gezielte Übungen um Konzentration und Wahrnehmung zu steigern

Die Referentin Sabine Baumeister-Kiener wird praktische Merktechniken vorstellen, um sich Namen und Bundesländer und auch Zahlen-Codes besser merken zu können. Einfache Übungen werden in lockerer Atmosphäre ausprobiert, bei der jede/r gleich mitmachen kann.

Es ist nie zu spät das Gedächtnis zu trainieren und man ist nie zu alt, das Gedächtnis in Schwung zu bringen!

Referentin: Sabine Baumeister-Kiener,
Dipl.Päd, LeA-Leiterin und Gedächtnistrainerin
BVGT



Nr. 2-26264

**Di 21.11.2023,
9:30 – 12:00 Uhr**

Malteser Hilfsdienst,
Sulzbacher Str. 15A,
92224 Amberg

weitere Information bei
der Referentin: Birgit
Hübner, Fachstelle für
pflegende Angehörige
Stadt Amberg /
Malteser Hilfsdienst e.V.
Tel.: 09621 4933 50
birgit.huebner@malteser.org

Fachstelle für pflegende
Angehörige im MHD mit
KEB



Nr. 2-26252

**Mi 31.01.2024,
17:00 – 20:30 Uhr**

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 10 €; Überweisung nach
Anmeldung auf das
Konto der KEB – IBAN
DE65 7525 0000 0190
0141 75;
bevorzugt
Lastschriftmandat per
Online-Anmeldung

✉ KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Onlineanmeldung
Anmeldeschluss
29.01.2024

🔗 KEB und Hospizverein

Kurs

Der Letzte Hilfe Kurs

Basis-Wissen und Kompetenzen für eine gute Sorge am Lebensende

Erste Hilfe ist ein bekannter und selbstverständlicher Teil der Hilfekultur unserer Gesellschaft. In der Bevölkerung gibt es dafür mittlerweile ein Basis-Wissen für die Lebensrettung im Notfall. Doch wie sieht es mit Letzte Hilfe aus? Ein entsprechendes Wissen und Bewusstsein für Hilfe und Begleitung am Lebensende, im Sterben und in der Trauer gibt es noch nicht.

Dieser Letzte Hilfe Kurs vermittelt Basis-Wissen für eine gute Sorge am Lebensende und ist ein Angebot für alle Bürgerinnen und Bürger die einen Einblick und Sicherheit im Umgang mit schwerkranken und sterbenden Menschen am Lebensende gewinnen wollen.

Der Kurs beinhaltet die vier Themen:

- Sterben ist ein Teil des Lebens
- Vorsorgen und Entscheiden
- Körperliche, psychische, soziale und existenzielle Nöte lindern
- Abschied nehmen vom Leben

Referenten: Andrea Ulrich-Prusko,
Gesundheits- und Krankenpflegerin, Koordinatorin
Fachkraft Palliative Care

Georg Franz Fröhler,
ehrenamtlicher Hospizbegleiter, Trauerbegleiter

Vortrag

Heilfasten

Infoabend, Anleitung und Begleitung beim Heilfasten

Eine besondere Form des Fastens ist das Heilfasten. Es wird nur getrunken in Form von Wasser, Tees, (verdünnte) Gemüse- und Obstsaft sowie Gemüsebrühe. Der Organismus lebt dabei aus-



Nr. 2-26492

**Mi 20.03.2024,
8:30 – 16:30 Uhr**

📍 Landratsamt Amberg-
Sulzbach – König-
Ruprecht-Saal

✉ und Infos bei SEGA e.v.,
Nelkenstr. 4 a, 92237
Sulzbach-Rosenberg.
Tel 09661 3048616;
email: info@sega-ev.de

🔗 SEGA e. V. mit KEB u.a

schließlich von seinen Reserven. Durch eine gründliche Darmreinigung wird der Körper auf das Fasten vorbereitet. Leberpackungen, ausruhen, die Seele baumeln lassen, mäßig Sport treiben, regelmäßiges Treffen mit/in der Gruppe... unterstützen und fördern das Fasten. Körper, Geist und Seele werden gleichermaßen mit einbezogen.



Referentin: Sylvia Volkert,
Diätassistentin, Lehrkraft

Hybrider Fachtag

Fortschritt oder Stillstand Stillstand oder Fortschritte

17. SEGA-Fachtag

Nähere Informationen folgen!

Moderation: Dr. med. Armin Rüter

Dr. med. Klaus Gebel



VEREIN ZUR
FÖRDERUNG DER
SEELISCHEN GESUNDHEIT IM ALTER e.V.

Nr. 2-26578

€ Eintritt frei

🔗 KEB mit EBW, SEGA,
VHS u.a.

Vortragsreihe

Vorankündigung: Fachvorträge zur seelischen Gesundheit im Alter

Auch im kommenden Jahr 2024 soll die beliebte Vortragsreihe mit Fachvorträgen zur seelischen Gesundheit im Alter fortgesetzt werden. Veranstaltungsort wird dann Freihung sein. Nähere Infos folgen!

Hinweis: Nähere Auskünfte erteilen: Georg Pilhofer & Sebastian Schuster, Sozialpsychiatrisches Zentrum Amberg, Tel. 09621 37240

LeA

Lebensqualität

fürs Alter



LeA – Lebensqualität im Alter

Nr. 2-26396

📄 Nähere Informationen erhalten Sie bei den Kursleiterinnen oder auch bei der KEB Amberg-Sulzbach, Tel. 09621475520.

∞ KEB

Nr. 2-26397

📅 **fortlaufender Kurs:**
montags 9 bis 10:30
Uhr

📍 Pfarrheim Freihung

€ 3,50 € pro Treffen

∞ PGR Freihung mit KEB

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 10 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 35 € für 10 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.

Aktuelle LeA-Kurse bei der KEB Amberg-Sulzbach:

Kurs

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) 5x

Referentin: Hildegard Kohl
(Tel. 09608/91230)

Nr. 2-26398

 **fortlaufender Kurs:**
donnerstags 9 bis
10:30 Uhr

 Pfarrheim Ehenfeld

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR Ehenfeld mit KEB

Kurs

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) 5x

Referentin: Hildegard Kohl
(Tel. 09608/91230)

Nr. 2-26199

 **laufender Kurs:**
montags 8:30 bis 10
Uhr

 Pfarrheim Gebenbach

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR mit KEB

Kurs

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA)

Referentin: Maria Runge
(Tel. 09622/2589)

Nr. 2-26196

 **laufender Kurs:**
dienstags 10 bis 11.30
Uhr

 Vitusheim

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR St. Vitus mit KEB

Kurs

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA)

Referentin: Maria Runge
(Tel. 09622/2589)

Nr. 2-26197

 **laufender Kurs:**
mittwochs 9.30 bis 11
Uhr

 Pfarrheim Hirschau

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR Hirschau mit KEB

Kurs

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA)

Referentin: Maria Runge
(Tel. 09622/2589)

Nr. 2-26198

 **laufender Kurs:**
donnerstags 09.30 bis
11 Uhr

 Klostergewölbe
Hahnbach

€ 3,50 € pro Treffen

 KDFB mit KEB

Kurs

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA)

Referentin: Maria Runge
(Tel. 09622/2589)

Nr. 2-26400

 **Di 26.09.2023, 18:00 –
19:30 Uhr**
weitere Termine:
10.10. / 17.10. /
24.10. / 7.11.23

 Pfarrheim Freihung

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR mit KEB

Kurs

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) 5 x

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

Nr. 2-26395

 **laufender Kurs:**
montags 14.30 bis
16:00 Uhr

 Pfarrheim St. Martin

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR St. Martin mit KEB

Kurs

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) 5 x

Referentin: Karin Netta
(Tel. 09621/21801)

Nr. 2-25962

 **laufender Kurs:**
mittwochs 14.30 bis
16.00 Uhr

 Pfarrheim Paulsdorf

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR Hl. Dreifaltigkeit
mit KEB

Kurs

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA)

Referentin: Karin Netta
(Tel. 09621/21801)

Nr. 2-26399

 **laufender Kurs:**
donnerstags 9 bis
10.30 Uhr

 Pfarrheim Rieden

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR Mariä Himmelfahrt
mit KEB

Kurs

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) 5x

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

Nr. 2-26401

 **laufender Kurs,**
dienstag vormittags
(Termin neuer
Kursstart noch offen)

 Pfarrzentrum
Kümmersbruck

€ 3,50 € pro Treffen

 PGR St. Antonius mit
KEB

Kurs

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA)

Referentin: Annegret Biehler
(Tel. 09621/75604)

PERSÖNLICHKEITS- BILDUNG





Nr. 2-26210

laufender Kurs, immer montags 17 bis 20 Uhr (Start: 18.9.2023)

📍 Interkultureller Garten (Malteser) im LGS-Gelände, Otto-Wöhlert-Straße (neben dem Dirtpark), 92224 Amberg

€ kostenlos

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

wirhelfen@malteser.org
☎️ Ukraine-Hilfe der Malteser im Bistum Regensburg und Flüchtlingsberatung des Caritasverbandes Amberg-Sulzbach e.V. mit KEB

Sprachkurs

Café Communio

Sprachcafé für geflüchtete Menschen

Viele Geflüchtete besuchen bereits Sprachkurse, haben aber selten Gelegenheit, das dort Erlernte zu üben und zu vertiefen. Im täglichen Leben ist man oft noch zu unsicher, um etwas zu sagen und Kontakte zu deutschsprachigen Personen gibt es noch nicht, oder wenig. Viele wünschen sich daher eine Möglichkeit, ihre Deutschkenntnisse in geschütztem Raum zu erproben. Das Sprachcafé, das vorwiegend für ukrainische Geflüchtete gedacht ist, soll dazu Gelegenheit bieten. Ganz ungezwungen soll es hier möglich sein, Deutsch zu üben und ins Gespräch zu kommen. Begonnen wird immer mit einer „Unterrichtseinheit“ mit Anleitung, danach gibt es Gelegenheit zu Austausch und Vertiefung, ob in Tandems oder Kleingruppen, mit kleinen Dialogen oder Antworten zu speziellen Fragen zur Sprache, einer kleinen Diskussion, oder, oder - ganz nach Bedarf. Die Gruppen erarbeiten sich gemeinsam einen Wortschatz zu einem bestimmten Themenfeld (beispielsweise Einkaufen, Arztbesuch, Sprechen über Gefühle), wobei das Sprechen im Vordergrund steht. Durch die KOMMUNIKATION in den kleineren Gruppen soll auch Gemeinschaft (COMMUNIO) gefördert und das Ankommen erleichtert werden. Von daher ist dieses Angebot einerseits Wissensvermittlung aber andererseits auch im Kontext der Diakonia ein Grundvollzug der Kirche.

Hinweis: max. 15 Teilnehmende

Referent: Juri Berwald



Hilfe!

Nr. 2-26567

Mi 04.10.2023, 15:00 – 17:00 Uhr

📍 SKF Amberg, Haager Weg 15, 92224 Amberg

📧 SkF e.V. Amberg, Tel.: 09621/4872-14; email: notruf@skf-amberg.de

☎️ SkF mit KEB

Schulung

Basis-Schulung „Ehrenamtliche Rufbereitschaft“

6 Termine

Um für von Gewalt betroffene Frauen und Kinder 24 Stunden erreichbar sein zu können, organisiert der SkF Amberg eine Rufbereitschaft, die von engagierten ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen besetzt wird und Ansprechpartner ist für Anruferinnen, die werktags ab 17 Uhr oder an Wochenenden bzw. Feiertagen Unterstützung benötigen. Im Rahmen der Tätigkeit schenken die Ehrenamtlichen ein offenes Ohr, informieren zu Handlungsmöglichkeiten und vermitteln bei Bedarf eine Unterkunft. Die Dienste können größtenteils von zu Hause aus erledigt werden und sind individuell flexibel gestaltbar. Um dieses Ehrenamt in der Rufbereitschaft übernehmen zu können, muss eine Schulung absolviert werden.

Aktuell sucht der SkF wieder Ehrenamtliche für diesen wichtigen Dienst und bietet eine entsprechende Basis-Schulung mit folgenden Themenschwerpunkten an:

04.10.23: Vorstellung, Gesprächsführung, Einführung in den Leitfaden
10.10.23: Häusliche Gewalt
12.10.23: Sexualisierte Gewalt
17.10.23: Donum Vitae
19.10.23: Rund um das Frauenhaus
24.10.23: Psychohygiene

Hinweis: Es müssen alle Kurstermine besucht werden.

Referent: Mitarbeiterinnen des Notrufes, des Frauenhauses und Donum Vitae



Nr. 2-25429

Fr 06.10.2023, 19:00 Uhr – So 08.10.2023, 12:00 Uhr

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

€ 119 € Überweisung auf das Konto der KEB (IBAN: DE65 7525 0000 0190 0141 75)

oder ganz einfach durch Erteilung eines Lastschriftmandates bei der ONLINE-Anmeldung

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

KEB, EBW

Vertiefungskurs

Spiritualität der neun Muster ENNEAGRAMM-MODUL V

„Der Weg zu Gott ist der Weg zu meinem eigenen Seelengrund.“ (Meister Eckhart)
Das Enneagramm ist seit jeher ein psycho-spirituelleres Modell. Der Zugang zum göttlichen Bereich sei bei jedem Menschen anders, meint M. Buber. Hierbei lassen sich jedoch musterspezifische Gemeinsamkeiten (sog. Heilige Ideen) ausmachen. Psychologische und spirituelle Entwicklung scheinen eng verzahnt zu sein: Wer sich seinem Wesenskern nähert, der nähert sich auch dem Göttlichen und umgekehrt. Pointiert formulierte B. Pascal: Gotterkenntnis ohne Selbsterkenntnis führt in die Überheblichkeit. Selbsterkenntnis ohne Gotterkenntnis führt in die Verzweigung.

Hinweis: Beide Referenten sind Enneagramm-Trainer (ÖAE) und begleiten Sie durch das Wochenende:

Freitag, 6.10. - 19:00 bis 21:00 Uhr;
Samstag, 7.10. - 9:00 bis 19:00

(12.30 Mittagspause, 14.30 Kaffee);

Sonntag, 8.10. - 9:00 bis 12:00 Uhr;
Für Kaffee, Tee und Getränke ist gesorgt.

Unterbringung und sonstige Verpflegung bitte selbstständig.



Referenten: **Thomas Peter**,
Religionslehrer, Enneagrammlehrer (ÖAE)



Dr. Klaus Pünder,
Augenarzt, Autor, Enneagrammlehrer (ÖAE)



Nr. 2-26085

OBA Lebenshilfe
Amberg-Sulzbach e. V.,
Friedrich-Ebert-Str. 2a,
92224 Amberg

€ 12 € pro Termin

OBA, 09621/308-1266,
oder Mail:
Sabine.Reithmaier@leb-
enshilfe-amberg.de

OBA der Lebenshilfe
und KEB

Inklusiver Frauentreff

Ein Tag für Frauen

Je nach Stimmung der Damen wollen wir die Zeit verbringen. Wir entscheiden gemeinsam über den Tagesverlauf - je nach Wetter und Laune. Ihr könnt auch gerne Spiel von zuhause mitbringen. Welche Ideen habt ihr? Auch Frauen ohne Behinderung sind herzlich willkommen.



 07.10.2023 + 23.03.2024	 Schindler Anni
 jew. 10 - 17 Uhr	 12 € (pro Termin) + Geld für Stadtbummel
 OBA Lebenshilfe Amberg	 OBA Tel. 09621/3081266 sabine.reithmaier@lebenshilfe-amberg.de)





Nr. 2-25895

**Do 12.10.2023,
19:30 Uhr**

☉ Cafe Zentral, Marktplatz
6, 92224 Amberg

€ frei

☑ KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Onlineanmeldung
auf der Homepage.

∞ KEB mit Geschäftsstelle
Gesundheitsregion Plus
AM/AS,
Gesundheitsamt –
Sachgebiet
Gesundheitsförderung
und Prävention

Projektreihe

"Wenn Liebe in die Jahre kommt" – Liebe, Partnerschaft und Sexualität in den reiferen Jahren.

In der Projektreihe: „Umbrüche im Leben gestalten - Loslassen und Veränderung wagen“

Das Versprechen im Trauritus: „Ich will dich lieben, achten und ehren, so lange ich lebe“, das sich die Partner oft rituell am Anfang eines gemeinsamen Weges gegeben haben, spricht ein hohes ethisches und würdevolles Ideal an. Mit welchen Gefühlen und mit welcher Wertung schauen Paare zurück auf dieses Versprechen, wenn sie in einer Lebensphase angekommen sind, in der vieles im Umbruch ist: Kinder aus dem Haus, statt Elternrolle wieder mehr das Paar-Sein im Mittelpunkt, neue Sinnsuche nach dem Berufs-Ende und vieles mehr.

Welche Chancen haben Partner, diese Lebensphase freud- und würdevoll zu gestalten und ihre Beziehung und Liebe vielleicht sogar befreiter und entspannter zu leben.



Referent: Sebastian Sonntag,
Psychologe, Paar- und Familientherapeut



BAWINGA



Eine Zauberformel für (mehr) Lebensfreude

Nr. 2-26297

**Mo 16.10.2023,
19:00 – 20:30 Uhr**

☉ KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 5 € Überweisung nach
Anmeldung auf das
Konto der KEB (IBAN:
DE65 7525 0000 0190
0141 75) oder durch
Erteilung eines
Lastschriftmandates bei
der ONLINE-Anmeldung
Lastschrift, Überwei-
sung

Verwendungszweck:
2-26297 + Name der
Teilnehmenden

☑ KEB, Tel.
09621/475520; email:
info@keb-amberg-
sulzbach.de oder auch
per Online-Formular.

∞ KEB

Autorenvortrag

BAWINGA – eine Zauberformel für (mehr) Lebensfreude

BAWINGA ist eine Zauberformel für (mehr) Lebensfreude. Es geht um eine Grundhaltung, die Freude macht und Freude bringt. Um eine Haltung gegenüber sich selbst und dem eigenen Ich mit dem Ziel, sich zu erlauben mit Leichtigkeit und Freude so handeln zu können, wie man fühlt, dass man ist. Und letztendlich geht es darum, sich selbst wahrnehmen und somit verstehen zu lernen, was alles zu diesem ICH gehört - also um die Begegnung mit sich selbst. Dadurch erschaffen wir mehr Gelassenheit zu diesem eigenen ICH. Wichtig ist es der Autorin an diesem Abend vor allem, Wege und Methoden zu dieser „(ICH)“-Haltung“ aufzuzeigen und Impulse zu geben, die für jeden Menschen in dessen jeweiliger persönlicher Situation möglich und damit alltagstauglich sind. Die Teilnehmenden dürfen den eigenen Weg entdecken und sich dann auch erlauben dies umzusetzen.

Energievolle Naturbilder von der Kanarischen Insel La Palma runden den Vortrag kraftvoll ab und laden mit entsprechenden Fragen und Anmerkungen zur Reflexion ein. Das Buch BAWINGA kann an diesem Abend erworben werden und für die Teilnehmenden gibt es als kostenlose Zugabe das dazugehörige Arbeitsbuch „My way“.

Referentin: Sigrid Stilp-Weiß,

Autorin, Mastercoach, Lehrtrainerin und Ausbilderin (EASC), Resilienzberaterin und -trainerin

Nr. 2-26233

**5 Module jeweils
Mittwoch bis Freitag:
25.-27.10.2023,
24.-26.01.2024,
10.-12.04.2024,
17.-19.06.2024,
25.-27.09.2024**

📍 Bildungshaus
Werdenfels, Waldweg
15, 93152 Nittendorf

€ Kosten pro Modul:
472,00 € inkl. ÜN/
Verpfl.; Kosten für
Gesamtkurs: 1.995,00 €
inkl. ÜN/Verpfl.

✍️ schriftlich bei KEB im
Bistum Regensburg e.V.
mit nachfolgendem
Anmeldebutton
Informationen
telefonisch unter: 0941
597-2368 (Frau Mais)
bzw. Mail:
christiane.mais@bistum-
regensburg.de

∞ KEB im Bistum
Regensburg e.V.,
LebensMutig-
Gesellschaft f.
Biografiearbeit e.V.

Kurs

**LebensMutig-Fortbildung (mit
Zertifikat)**

**2023-2024 Biografiearbeit mit
Menschen mit Handicap**

**Lebensgeschichten mit Kopf, Herz, Hand „be-
greifbar“ machen**

Ressourcenorientierte Biografiearbeit
mit Menschen mit Handicap
Theoretische Grundlagen der Biografie-
arbeit erwerben, erweitern oder vertiefen

Kennenlernen und Ausprobieren von
vielen biografischen Methoden
Erleben, wie Biografiearbeit wirkt, sich
mit der eigenen Lebensgeschichte be-
fassen

Erfahren, wie Biografiearbeit mit Men-
schen mit Handicap geplant und ange-
leitet werden kann.

Einsatz und Einsatzmöglichkeiten von
ressourcenorientierter Biografiearbeit in
der Praxis mit Menschen mit Handicap.

Der Kurs umfasst 5 Module:

- Modul 1: 25. - 27.10.2023 - Grundlagen
der Biografiearbeit
- Modul 2: 24. - 26.01.2024 - Schatzsuche
statt Fehlerfahndung - Lebens-Ge-
schichte im Sinne einer Selbstreflexion
- Modul 3: 10. -12.04.2024 - Kommunikati-
on & Zeitgeschichte im Kontext von Be-
hinderung
- Modul 4: 17. - 19.07.2024 - Methodik und
Didaktik der Biografiearbeit
- Modul 5: 25. - 27.09.2024 - Werkstatt Bio-
grafiearbeit und Projektreflexion / Zerti-
fizierung

Hinweis: Anmeldung für den Gesamtkurs bis Di.
03.10.2023, für die Einzel-Module jeweils Mit-
woch vier Wochen vor Modulbeginn

Referent: Karlheinz H. Arndt, Bernhardswald
Christiane Mais, Regensburg



Autorenvortrag

„In den Bergen findest du zu dir“

**Abenteuer Alpenüberquerung - Was wir beim Wan-
dern über Resilienz lernen**

Nr. 2-26255

**Do 25.01.2024,
19:00 – 20:30 Uhr**

📍 Stadtbibliothek Amberg
(Raseliushaus),
Zeughausstrasse 1a,
92224 Amberg

€ 5,00 € Überweisung
nach Anmeldung auf
das Konto der KEB
(IBAN: DE65 7525 0000
0190 0141 75) oder
durch Erteilung eines
Lastschriftmandates bei
der ONLINE-Anmeldung

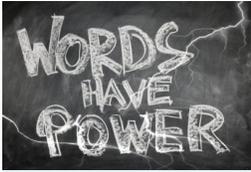
✍️ KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amborg-
sulzbach.de oder auch
per Onlineanmeldung.
Nur bereits bezahlte
Karten werden am
Eingang hinterlegt.

∞ KEB mit Stadtbibliothek
und EBW

Wenn Petra Bartoli y Eckert zu sich
kommen und den Kopf frei bekommen
möchte, geht sie in die Natur - genau ge-
nommen geht sie in der Natur: Sie ist ei-
ne von Millionen Deutschen, die leiden-
schaftlich gerne wandern und die Ruhe
in Bergen oder Wäldern ebenso genie-
ßen wie den Gleichklang ihrer Schritte
auf kiesbedeckten Wegen. Für ihr großes
Ziel, einmal im Leben zu Fuß die Alpen
zu überqueren, wollte sie sich nicht nur
körperlich, sondern auch mental
vorbereiten. Deshalb hat sie
Bergmenschen getroffen und nach ihren
Rezepten für innere Stärke und Durch-
haltevermögen befragt. Was sie bei die-
sem Selbstversuch und durch die Be-
gegnungen mit Menschen gelernt hat,
hat ihr nicht nur beim Wandern gehol-
fen, sondern ist für sie zum Lebensrat-
geber geworden. Sie begegnet den Hö-
hen und Tiefen des Lebens insgesamt
nun viel gelassener. Der richtige Vortrag
für Wanderbegeisterte und für alle, die
den Höhen und Tiefen des Lebens ge-
lassener begegnen wollen.

Referentin: Petra Bartoli y Eckert





2-Tages-Seminar zur Persönlichkeitsbildung

Leichtigkeit und Präsenz durch die Kraft der Worte

Selbstcoaching mit Logosynthese®
Fr, 14-19 Uhr; Sa, 9-17 Uhr

Kennen Sie, dass Sie unangenehme Erfahrungen, einschränkende Überzeugungen oder eingrenzende Reaktionsmuster bei sich erleben, hinsichtlich schwierigen Situationen im Beruf und Privatleben, Lampenfieber, „unfinished business“ oder anderen „alten Themen“, die sich immer wieder melden oder bei Situationen, in denen Ihnen etwas „über den Kopf wächst“?

Durch Logosynthese® finden Sie professionelle Unterstützung in der Findung Ihres zutiefst persönlichen Weges. Das Seminar bietet Ihnen die Gelegenheit, diese revolutionär effektive Methode mit umfassendem Wirkungsprinzip für sich selbst anzuwenden. Damit werden Sie:

- o unabhängiger, lockerer und authentischer und freier im Umgang mit beruflichen und privaten Herausforderungen
- o Ihre Ressourcen souveräner zur Verfügung haben
- o mehr in Verbindung sein mit dem, was Sie persönlich ausmacht und gleichzeitig über sich hinauswachsen
- o Sie lernen ein kraftvolles Instrument kennen, mit dem Sie selbst Blockaden lösen können und in Zukunft Ihre ganze Energie zur Verfügung haben.

Die Referentin arbeitet bereits seit vielen Jahren mit der Methode und bietet seit 2011 Selbstcoaching-Kurse in Logosynthese® an und ist seit 2016 Master Practitioner in Logosynthese®.



Referentin: Sigrid Stilp-Weiß,

Nr. 2-26530

**Fr 26.01.2024,
14:00 Uhr – Sa
27.01.2024, 17:00 Uhr**

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 110 €

Lastschrift, Überweisung

Verwendungszweck:
2-26530 + Name der
Teilnehmenden

📄 KEB, Tel.
09621/475520;
info@keb-amberg-
sulzbach.de, oder auch
per Onlineanmeldung
auf der Homepage
**Anmeldeschluss
20.01.2024**

🔗 KEB, EBW



Vortrag zur Persönlichkeitsbildung

„Glücklich und erfolgreich sein in Krisen - darf ich das oder muss ich das?“

Was hat der Bambus mit einer Krise zu tun?“

Der Vortrag bietet einen kurzen Einstieg in die Thematik „Resilienz“ und legt seinen Schwerpunkt auf konkrete Übungen und „Erste-Hilfe-Maßnahmen“. Die Teilnehmenden nehmen für den Umgang mit und in Krisen einen eigenen „Erste-Hilfe-Koffer“ mit nach Hause und erhalten Impulse, wie sie diesen darüber hinaus immer wieder „auffüllen“ können.

Referentin: Sigrid Stilp-Weiß

Nr. 2-26531

**Do 08.02.2024,
19:00 Uhr**

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 5 €

Lastschrift, Überweisung

Verwendungszweck:
2-26531 + Name der
Teilnehmenden

📄 ebd.

**Anmeldeschluss
01.02.2024**

🔗 KEB, EBW



Enneagramm-Vertiefungskurs

Ressourcen-Arbeit mit den Zentren

Grundkurs ist Voraussetzung

Die Qualitäten der drei Enneagramm-Zentren stehen bei der inneren Arbeit als wertvolle Ressourcen zur Verfügung: der wache Geist beim Sachtyp, die ausgeprägte Fähigkeit zur Empathie beim Beziehungstyp und die kraftvolle Präsenz beim Handlungstyp. Wir reflektieren typspezifische - und auch untypische - Zugänge zu diesen Energie-Zentren und arbeiten an der Integration der weniger entwickelten Zentren beim eigenen Typ. Einseitige Entwicklungen werden ausbalanciert und die Selbstwirksamkeit gestärkt.



Referentin: Wally Kutscher, Enneagrammtrainerin (ÖAE)

Nr. 2-26194

**Fr 23.02.2024,
17:00 Uhr – Sa
24.02.2024, 17:00 Uhr**

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3,
92224 Amberg

€ 55 €; bevorzugt
Lastschriftmandat per
Online-Anmeldung
max. 15 TN

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

🔗 KEB

Nr. 2-26485

Mo 04.03.2024, 14:00 Uhr – Do 07.03.2024, 18:00 Uhr

Volkshochschule
Amberg,
Zeughausstraße 1A,
92224 Amberg

€ kostenfrei

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

∞ EBW Oberpfalz mit KEB

Kurs / Vortragsreihe

Selbstbewusst in der Arbeitswelt! Integration von Frauen fördern! Workshop

Empowerment-Seminar für Frauen mit Migrationshintergrund

Würden Sie nach Ihrer Kinderpause gern wieder berufstätig sein? Oder eine neue Ausbildung machen? Aber Ihnen fehlt der Mut, zu einem Vorstellungsgespräch zu gehen, obwohl Ihr Deutsch schon sehr gut ist? Dann ist dieses Empowerment-Seminar genau das Richtige für Sie.

Es möchte Ihren Mut und Ihr Selbstvertrauen stärken und Sie in jeder Hinsicht auf Situationen in der Öffentlichkeit vorbereiten, damit Sie sich sicher und motiviert fühlen, um Ihre Ziele zu erreichen. Sie sind herzlich dazu eingeladen, wenn Sie:

- * in Deutschland oder in ihrer Heimat einen Berufsabschluss erworben haben
 - * bereits einen Beruf ausgeübt, oft auch studiert haben
 - * wegen der Kinder einige Jahre zu Hause geblieben sind und wenig Gelegenheit hatten, ihre Deutschkenntnisse in der Praxis anzuwenden
 - * eigene Ziele haben und sie gern realisieren möchten - oft zu einem Zeitpunkt, an dem die Kinder bereits größer und vormittags in der Schule sind
 - * sehr jung geheiratet haben und gern eine Berufsausbildung hier in Deutschland machen möchten
- Das Deutschniveau B2 sollten Sie erreicht haben.

Referent: Carola Wegerle,
Dozentin für Kommunikation



Nr. 2-26444

Start eines neuen Ausbildungskurses ab 8. März 2024

📍 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

Ausbildung zum Zertifizierten Coach (EASC)

Coaching, ein Beratungskonzept: Gerade in diesen Zeiten wird die Begleitung bei Veränderungsprozessen, die Unterstützung nach persönlichen und beruflichen Herausforderungen sowie die individuelle Unterstützung bei der Erreichung von Zielen immer wichtiger. Wir legen großen Wert auf eine ganzheitliche und methodenübergreifende Ausbildung. Diese unterstützt sowohl in der modernen Arbeitswelt als auch bei allen Lebensthemen. Inhalte und Themenbereiche: Einführung in Supervision und Coaching, Selbstmarketing, Logosynthese Selbstcoaching, Persönlichkeitsentwicklung und Coaching, Methoden im Einzelcoaching, Intuition & Coaching, Visionen, Ziele und Leitbilder, Konflikte, Coaching im Kontext von Führung, Gruppen-, Team- und Projektcoaching, Persönlichkeits- und Profilentwicklung des Coaches, Marketing, Coaching managen sowie Coachingtage, Intensivierungsmodule. Online Coaching, Resilienz, Logosynthese. Nach der Ausbildung begleiten wir auf Wunsch bei der Vorbereitung zur Prüfung durch den EASC (European Association for Supervision and Coaching). Bei Interesse erhalten Sie gerne die ausführliche Beschreibung der Ausbildung.



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

Nr. 2-26483

 **Sa 09.03.2024,**
9:00 – 16:00 Uhr

 Gemeindehaus
 Auferstehungskirche,
 Dollackerstr. 27, 92224
 Amberg

€ 50,00€

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

 EBW mit KEB

Kurs

Die natürliche Stimme entdecken, Den Körper zum Klingen bringen

Wirkung von Sprechen & Stimme

Die Stimme ist ein wesentlicher Ausdruck unserer Persönlichkeit im Privaten oder im Beruf. In diesem Workshop steht die Freude an der eigenen Stimm-entwicklung im Vordergrund. Spielerisch werden wir den Zusammenhang zwischen Körper, Atmen und Stimme erfahren. Wahrnehmungs-, Körper- und Atemübungen werden dem natürlichen Stimmpotenzial Türen öffnen. Unser innerer Zensor darf eine Pause einlegen. Faszien und Nervensystem werden aktiviert und bahnen den Weg für einen individuellen Körperklang. Der Kurs richtet sich an alle die gerne singen oder sprechen, schon immer mal singen wollten oder/und ihre Stimme im beruflichen Alltag brauchen.

Hinweis: Bitte bequeme Kleidung (keine Jeans), warme Socken und eine Yoga - oder Gymnastikmatte mitbringen

Referent: Reinhild Kuhn



**STADTWERKE
 AMBERG**

ZUKUNFT. ENERGIE. REGION.



STROM



GAS



WÄRME



WASSER



BÄDER

ORTSREGISTER



Amberg

Mo	04.09.	Anleitung zum Schneidern und Nähen	38	Mo	02.10.	Fit & beweglich: Rhythmische Bewegung und Gymnastik für aktive 60 Plus	58
Mo	04.09.	Musikgarten für Babys	36	Mo	02.10.	Anleitung zu Yoga	58
Mo	04.09.	Musikgarten Phase 1 – Wir machen Musik von 1 1/2 bis 3 Jahren -	36	Mi	04.10.	Basis-Schulung „Ehrenamtliche Rufbereitschaft“	67
Mo	04.09.	Musikgarten Phase 2 – Wir machen Musik von 3 bis 4 Jahren	37	Mi	04.10.	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“	11
Mo	04.09.	Musikalische Früherziehung 1	37	Mi	04.10.	Starke Frauen – starke Kinder	24
Mo	04.09.	Anleitung zu Grundkenntnissen im Nadelspiel	38	Mi	04.10.	Atemholen im Alltag	8
Mi	06.09.	Fitness 60 plus – Weil Bewegung in jedem Alter Spaß macht!	39	Do	05.10.	Ökumenischer Morgenimpuls mit anschließendem Frühstück für Frauen	10
Mi	06.09.	Englisch für Fortgeschrittene	39	Fr	06.10.	Bewegung am Freitagabend – Rio Abierto	58
Mi	06.09.	English Easy Conversation & More	39	Fr	06.10.	„Hand aufs Herz“ – Die Hospizarbeit aus verschiedenen Blickwinkeln	21
Mi	06.09.	Atemholen im Alltag	8	Sa	07.10.	Erste-Hilfe-Kurs	59
Do	07.09.	Gymnastik am Vormittag	39	Sa	07.10.	Ein Tag für Frauen	68
Fr	15.09.	Bayern. Statt Pfalz. 400	53	Di	10.10.	Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule	58
Sa	16.09.	Mit der Bibel auf dem Radl	8	Di	10.10.	Betrugsmaschen bei Senioren	24
Mo	18.09.	Bewegungsbaustelle	38	Di	10.10.	Plebanus de Amberg – Der Pfarrer von Amberg	11
Mo	18.09.	Café Communio	67	Di	10.10.	Einführung in das Singspiel von Siegfried Fietz: „Der Weg nach Santiago“	12
Mo	18.09.	Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule	57	Mi	11.10.	World-Percussion-Kurs 4 x	50
Do	21.09.	IT-Café	21	Do	12.10.	Kreative Kunsttage mit fachlicher Anleitung	40
Fr	22.09.	Anleitung zu „Altes Liedgut – neu interpretiert“	45	Do	12.10.	Happy Halloween	40
Fr	22.09.	PEKIP	38	Do	12.10.	"Wenn Liebe in die Jahre kommt" – Liebe, Partnerschaft und Sexualität in den reiferen Jahren.	69
Fr	22.09.	Ich brauch ne Pause – Achtsam und entspannt durch den (Familien-)alltag	40	Sa	14.10.	Kalligrafie – das Auge liest mit Gestalten mit Buchstaben – die Ziehfeder	51
Fr	22.09.	Besuch der Tagespflege im Wallmenichhaus Amberg	45	So	15.10.	Wir erkunden das Umland von Amberg	31
Sa	23.09.	Kalligrafie – Verdichtungen	49	Mo	16.10.	BAWINGA – eine Zauberformel für (mehr) Lebensfreude	69
Sa	23.09.	Der einzigartige Dachstuhl „der vornehmsten Hallenkirche St. Martin in Amberg“	45	Di	17.10.	„Resilienz“	40
Mo	25.09.	Der „Club der Nachdenklichen“ in Amberg	21	Di	17.10.	Kreativer Nachmittag mit fachlicher Anleitung	40
Mo	25.09.	Die Kriege des Hans Romminger (1891 – 1944)	21	Di	17.10.	Herbstlicher Wald	40
Mi	27.09.	Wasserfrösche	37	Mi	18.10.	Pflege und ihre Kosten	60
Mi	27.09.	Hinter den Kulissen des Stadttheaters Amberg	46	Mi	18.10.	Der Bahnhof von Amberg	46
Mi	27.09.	KEB-Mitgliederversammlung	9	Sa	21.10.	Erste-Hilfe-Kurs	59
Do	28.09.	Anders Essen: Das Experiment	22	So	22.10.	Barrierefreie Stadtführung Amberg für Rollstuhlfahrer	46
Sa	30.09.	St. Georg und die Wessobrunner Stuckateure	9	Mo	23.10.	Unser lokales „Immaterielles Welt-Kulturerbe“	21
Mo	02.10.	Ausbildung zur/m "Schwesternhelferin (SH)/ Pflegediensthelfer (PDH) berufsbegleitend	58	Di	24.10.	Gedächtnisfitness	60
Mo	02.10.	Bibelteilen zu ausgewählten Textstellen	9	Di	24.10.	Oh Kirwa lau niat nou	47
Mo	02.10.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) 5 x	65	Mi	25.10.	Solarenergie im Gespräch	31
				Do	26.10.	Energiepioniere *	22
				Sa	28.10.	Spiritual Walking	13

Sa	28.10.	Kindernotfälle – Von Atemstillstand bis Zeckenbiss	33	Fr	22.12.	„Mir müäss´ ma´r auf Betlehem nei“ – Die Heilige Nacht von Ludwig Thoma	16
Do	02.11.	Inklusives Tanz Seminar Nr. 13	50	Mo	01.01.	Filmgespräche im Alltag	16
Sa	04.11.	„Wie´s früher in St. Georg war“	14	Di	09.01.	Lachen mit Oma & Opa	62
Mo	06.11.	„Flotte Socke“ – Anleitung zum Socken-Stricken	51	Mi	10.01.	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“	11
Mi	08.11.	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“	11	Di	16.01.	Schneemänner	40
Mi	08.11.	Atemholen im Alltag	8	Do	18.01.	„Kunst für eine bessere Welt“	27
Do	09.11.	Bunter November	40	Mi	24.01.	Die Verbotene Straße – einst kürzester Weg nach Prag	48
Do	09.11.	„Wir müssen den Schwachen helfen“	47	Do	25.01.	„Natürlich helfe ich dir aus der Patsche“ – Aufklärung zum „Enkeltrick“.	25
Fr	10.11.	Aktuelle Baumaßnahmen an St. Georg im Spiegel der Zeitgeschichte	14	Do	25.01.	„In den Bergen findest du zu dir“	70
Sa	11.11.	Erste-Hilfe-Kurs	59	Do	25.01.	Los Veganeros	23
Sa	11.11.	Selbstgemachte Leckereien	51	Sa	27.01.	Ehevorbereitungs – Seminar	18
Mo	13.11.	Schulung von Alltagskompetenzen für Senioren	25	Mi	31.01.	Der Letzte Hilfe Kurs	63
Mo	13.11.	„Erste Hilfe am Smartphone – wie kann ich mich schützen?“	25	Di	06.02.	Faschingsbasteln	40
Di	14.11.	Prickel-Eulen	40	Di	06.02.	Klara, das Nashorn. Ungewöhnlicher Besuch im Amberg des 18. Jahrhunderts	48
Di	14.11.	Die dem Herrn vertrauen, schöpfen neue Kraft	14	Mi	07.02.	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“	11
Do	16.11.	Jenseits von Putin – Russlands toxische Gesellschaft	26	Do	08.02.	„Glücklich und erfolgreich sein in Krisen- darf ich das oder muss ich das?“	71
Sa	18.11.	Kalligrafie – Schmuckbuchstaben Im Fokus	52	Sa	17.02.	Selbstgemachte Leckereien	51
Sa	18.11.	Eine Handbreit bei dir	14	Do	22.02.	Künstliche Intelligenz in der pastoralen Praxis	16
Mo	20.11.	Wo steckt überall Bergbau drin?	21	Fr	23.02.	Enneagramm-Vertiefungskurs Ressourcen-Arbeit mit den Zentren	71
Di	21.11.	Erste-Hilfe für Senioren	62	Do	29.02.	Welcome to Sodom – Dein Smartphone ist schon hier	23
Di	21.11.	„In der Weihnachtsbäckerei“	40	Sa	02.03.	Kalligrafie – das Auge liest mit Lettering	53
Mi	22.11.	Erste-Hilfe-Kurs	59	Mi	06.03.	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“	11
Do	23.11.	Die Ukraine – Land, Leute, Kultur	27	Fr	08.03.	Die Oberpfalz wird bayerisch – Warum die „Obere Pfalz“ seit 400 Jahren zu Bayern gehört.	49
Fr	24.11.	„Kinder und Medien – Erziehung im digitalen Zeitalter“	40	Di	12.03.	Osterspaß mit Sabine	41
Di	28.11.	Erste Frauensozietät im Heiligen Römischen Reich Deutscher Nation 1617 in Amberg gegründet!	47	Do	14.03.	„SterbeMund – tut Wahrheit kund“	28
Do	30.11.	Motherload	23	Di	19.03.	Osterhase mit Blumentöpfchen	40
Sa	02.12.	Erste-Hilfe-Kurs	59	Mi	20.03.	Fortschritt oder Stillstand Stillstand oder Fortschritte	63
So	03.12.	„Das Andere Adventssingen“	15	Do	21.03.	The true cost – der Preis der Mode	23
Di	05.12.	„Das Krisenjahr 1923“	48	Sa	23.03.	Ehevorbereitungs – Seminar	19
Mi	06.12.	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“	11	Sa	23.03.	Ein Tag für Frauen	68
Mi	06.12.	Atemholen im Alltag	8	Mi	03.04.	Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“	11
Do	07.12.	„Mythen rund ums Stillen“	40	Di	09.04.	Nutzung sozialer Medien am PC und Handy – aber wie kann ich mich schützen?	25
Mo	11.12.	Ein Stern zeigt uns den Weg	15	Sa	13.04.	Ehevorbereitungs – Seminar	19
Di	12.12.	Weihnachtsbastelei	40				
Mi	13.12.	Atemholen im Alltag	8				
Do	14.12.	Frohe Weihnachten	40				
Mi	20.12.	Atemholen im Alltag	8				

Mi **17.04.** ReSi+ – Resilienz und Sicherheit 29

Auerbach

Fr **15.09.** „Hand aufs Herz“ – Die Hospizarbeit aus verschiedenen Blickwinkeln 21

Ebermannsdorf

So **24.09.** Der Bankerweg durchs Elsenbachtal 29

Di **07.11.** Bruder Konrad und die Bruder-Konrad-Kirche in Ebermannsdorf 14

Ensdorf

Sa **16.09.** Qualifizierungskurs Kräuterpädagogie 11x 2 Tage 56

Sa **14.10.** Gesund in die kalte Jahreszeit 59

So **15.10.** Musical-Akademie: Der Weg nach Santiago – Das Musical zum Jakobsweg 12

So **15.10.** „Der Weg nach Santiago“ – Auf den Spuren des Jakobsweges 13

Mo **23.10.** „Weil Ihr ein wertvoller Schatz seid“ 25

Sa **28.10.** Ab durch den Wechsel 61

Sa **18.11.** Nach dem Wechsel 62

So **19.11.** Rauhnacht 47

Sa **25.11.** Wilder Advent 52

Freihung

Mo **11.09.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) 5x 64

Di **26.09.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) 5 x 65

Mi **10.04.** Vorankündigung: Fachvorträge zur seelischen Gesundheit im Alter 63

Freudenberg

Fr **29.09.** Schönwerth-Märchenweg 46

Freudenberg/Wutschdorf

Mi **04.10.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) 65

Gebenbach

Mo **18.09.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) 65

Hahnbach

Mi **06.09.** Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Jakob Hahnbach 34

Mo **11.09.** Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Jakob Hahnbach 34

Di **10.10.** Brotbacken- einst und heute 46

Di **14.11.** Entwicklung der Seniorenveranstaltungen der letzten 20 Jahre 25

Di **12.12.** Ist die HI. Barbara noch aktuell?! 15

Sa **24.02.** Ehevorbereitungs – Seminar 18

Sa **09.03.** Ehevorbereitungs – Seminar 19

Hirschau

Do **31.08.** Eltern-Kind-Gruppe 1 Mariä Himmelfahrt Hirschau 34

Di **12.09.** Eltern-Kind-Gruppe 2 Mariä Himmelfahrt Hirschau 34

Do **14.09.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) 5x 65

Mi **20.09.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) 65

Di **03.10.** In der Trauer nicht allein 11

Kastl / Utzenhofen

Mi **04.10.** Trauercafe „Ausblick“ 10

Kümmersbruck

Mo **04.09.** Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Antonius Kümmersbruck 36

Di **05.09.** Eltern-Kind-Gruppe 3 St. Antonius Kümmersbruck 34

Di **05.09.** Babyschwimmen 37

Mi **06.09.** Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Antonius Kümmersbruck 35

Mo **18.09.** Mit Demenz im Krankenhaus 56

So **01.10.** Die Kirche „St. Antonius (St. Wolfgang)“ und Hotel „Zur Post“ Kümmersbruck 43

Di **10.10.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) 65

Mo **06.11.** CONTRA 25

Di **30.01.** Denk dich fit! 62

Neukirchen

Fr **01.09.** „Hand aufs Herz“ – Die Hospizarbeit aus verschiedenen Blickwinkeln 21

Do **19.10.** Krampfadern und Co. 60

Mi **21.02.** Heilfasten 63

Rieden

Di	05.09.	Wald-Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Ägidius Schmidmühlen	35
Mi	06.09.	Wald-Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Ägidius Schmidmühlen	35
Do	05.10.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) 5x	65

Schmidmühlen

Mo	25.09.	„Hand aufs Herz“ – Die Hospizarbeit aus verschiedenen Blickwinkeln	21
Mo	02.10.	Eltern-Kind-Gruppe St. Ägidius Schmidmühlen	35

Schnaittenbach

Fr	08.09.	„Hand aufs Herz“ – Die Hospizarbeit aus verschiedenen Blickwinkeln	21
Mi	13.09.	Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Vitus Schnaittenbach	35
Mi	13.09.	Anleitung zu Yoga	57
Fr	15.09.	Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Vitus Schnaittenbach	35
Di	19.09.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA)	65
Mo	09.10.	Anleitung zum Nordic Walking	58

Sulzbach-Rosenberg

Mi	06.09.	Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Marien Sulzbach	35
Do	07.09.	Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Marien Sulzbach	35
Fr	22.09.	„Beim Zeichnen schreiben sich Sätze fort“	54
Mo	02.10.	Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg	10
Di	07.11.	Helferkreis-Schulung im Rahmen des Pflegeleistungs-Ergänzungsgesetzes	61
Sa	13.01.	Ehevorbereitungs – Seminar	18
Di	05.03.	„MINERVA liest“	54

Ursensollen

Sa	21.10.	Das Hohlwegbündel unterhalb der Vierzehn-Nothelfer-Kirche	30
Do	26.10.	Weisheiten des Alters	60
Fr	27.10.	Das Planetarium Ursensollen – Ein Blick zu den Sternen	31

Ursulapoppenricht

So	19.11.	„Mit 52 Sonntagsgedanken durch das Jahr“	15
----	---------------	--	----

Vilseck

Di	12.09.	Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Ägidius Vilseck	35
Do	14.09.	Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Ägidius Vilseck	35
So	29.10.	ars sacra – THEATRUM SACRUM	13
So	29.10.	II. Akt – Heilige und Engel (am Sonntag vor Allerheiligen) Heilige und Engelsfiguren	13
So	24.03.	III. Akt – Leiden und Sterben (am Sonntag vor Karfreitag) Passionsfiguren	13

Windischeschenbach

Sa	11.11.	„Musik – ein Gefühl, das keine Worte braucht“	61
----	---------------	---	----

**arno
nußstein**
bäckerei - konditorei

EINMALIG

IN AMBERG

GLÄSERNE BACKSTUBE



www.baeckerei-nusstein.de

Bildnachweise

- A**
 Alexa/Pixabay - 41
 Altmann Gerd/Pixabay - 22, 62, 63, 71, 85
 Annca/Pixabay - 38
 Annushka Ahuja / pexels.com - 9
 Arndt K.H./Fotolia - 70
 Auer Petra - 28
 Azerbaijan Stockers/freepik.com - 40
- B**
 Batten-Seidl Sue - 12, 44
 bsw - 31
 Büro-Wilhelm-Verlag - 15
- C**
 cc - 9, 45
 ClipArt - 57
 Cookie Studio/Freepik - 38
- D**
 Donauer Nadja/Pixabay - 71
 Dörner Dieter - 43, 46f
 Drazen_freepik.com - 16
- F**
 Frankfurter Allgemeine - 48
 Franziska/Pixabay - 51
 Freepik.com - 21, 22, 25, 29, 37, 39f, 51, 68, 69,
 Freepic.diller auf Freepik - 8, 36
- G**
 Gavilla Guillermo / Pixabay - 12
 Gehr Elke - 51, 53
 Gerstacker Dieter - 18f.
 GNM – Foto: Dieter Dörner - 48
 Gradl Susanne - 18
 GuUG-Stiftung - 54
- H**
 Hans/Pixabay - 15
 Hebi B/Pixabay - 67
 Herrneder Brigitte - 49, 52
 Hofschläger Stephanie/Pixelio - 33
 Hottner Dani - 12
- I**
 Ildigo/Pixabay - 8
 Ince Aykut / Pixelio - 21
 Irlbacher Christian - 9, 12
- J**
 jcomp/Freepik - 9
- K**
 Kaiser Helmut - 50
 Kath. Pfarrei St. Ägidius Vilseck - 13
 kjpargeter/Freepik.com - 62
 Kloster Ensdorf - 13, 56
 Klug Kerstin - 58, 61
- L**
 Lein Yohanes Vianey/Pfarrbriefservice - 10
 Lorna Simone Baier - 30
- M**
 Maierhofer Johann - 49, 52
 Marianne Moosburger - 15, 18f., 46
 Martner Peter - 30, 31.
 Master1305/Freepik.com - 38, 40
 Melchner Martin - 18
 Müller Karl - 45
 Musikschule/Pixabay - 36
- N**
 Nadezhda1906 (Adobe Stock) - 17
 Naturpark Hirschwald - 29
 Nelhiebel Jonas Naturpark Hirschwald - 25, 30
 Niek Verlaan Pfarrbriefservice - 18f.
- P**
 Paege Ulli/Pixabay - 8
 PCh.vector/Freepik - 58
 Peggy und Marco Lachmann-Anke - 59, 62
 Peter H. Pixabay - 13
 Peter Thomas - 14, 19, 68
 Peter Ute - 19
 Pfarrei St. Michael Amberg - 15
 Pidvalnyi Oleksandr Pixabay - 27
 Pixabay - 8, 10f, 16, 31, 36, 47, 50f., 62, 67, 68
 Preller Peter - 45
 Pressfoto bei freepik.com - 25, 56, 73
 Privat - 19, 21, 44, 50
 Privat/Herder-Verlag - 26
 Privatarchiv Dieter Dörner - 46f
- Q**
- R**
 Rauch Anton - 18
 Rawpixel.com auf Freepik - 16, 57, 58, 59
 Rita Silvia / Pixabay - 61f.
- S**
 Schlosser Barbara - 18
 Schraml Georg/Kösel-Verlag - 70
 Seidl Peter - 10, 12, 44
 Seifert Simone - 71
 Sellmeyer Richard - 15
 St. Georg Amberg - 19, 35
 Staatsarchiv Amberg - 49
 Stadtarchiv Amberg - 46
 Stilp-Weiß Sigrid - 69, 71f.
 Stock.adobe.com - 1, 16, 17, 24, 33, 46, 53, 59f, 60, 63
- T**
 Tcherkasski Evgeni/Pixabay - 40
 Thomas Peter - 68
 Tschager Alfred - 61
- W**
 Wagner David/Pixabay - 38
 Weidemann Peter – Pfarrbriefservice - 11
 wikimedia commons - 24, 46
 Wikipedia - 47f.
 Wittlieb Erika/Pixabay - 69
 Wohlgemut Cornelia - 25
 www.resiplus.de - 29
- Z**
 Zborilova Sofie/Pixabay - 10
 Zeichnung: Schmidt Otto - 43, 44



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-
/Pflegedienstlehrausbildung**

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.

Lernen macht Lust



... auf
Essen
und
Trinken

09621 / 4970



BATTERIEGASSE 1 | 92224 AMBERG

Unsere aktuellen Öffnungszeiten:
Immer - Überall.

Wann, wo,
wie Sie wollen:
Wir sind für
Sie da!



Online-Banking



VR-BankingApp



Über 15.500
Geldautomaten



Sicher online
bezahlen



Persönliche
Beratung vor Ort



Weltweit
bezahlen

Sie wollen unabhängig und flexibel sein?
Dann sollte es auch Ihre Kontoverbindung sein!

Regeln Sie Ihre Bankangelegenheiten wie
und wann immer Sie möchten. Ob im Internet,
per Smartphone, in Ihrer Filiale vor Ort oder
am Geldautomaten - so viel Freiheit muss sein!

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Telefon: 09621 479-0
info@vr-as.de
www.vr-as.de



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. 09621/475520 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.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen werden Bestandteil des Vertrages zwischen den TeilnehmerInnen und der KEB Amberg-Sulzbach e.V., soweit die KEB Amberg-Sulzbach e.V. ausweislich des Programmheftes Veranstalterin oder Mitveranstalterin ist und soweit nichts anderes (z. B. in der konkreten Kurs-Aus-schreibung) geregelt und vereinbart ist. Die AGBs der Mitveranstalter sind bei den einzelnen Veranstaltungen zudem zu berücksichtigen.

Öffentlichkeit

Alle von der KEB AM-SU angekündigten Veranstaltungen sind öffentlich. Die Teilnahme ist an keinerlei Mitgliedschaft oder religiöse Zugehörigkeit gebunden.

Ankündigung/Veröffentlichung

Die Veranstaltungen werden im Programm der KEB AM-SU (gedruckt und/oder Homepage), durch offizielle Einladungen, durch Veröffentlichung in der Presse, durch Flyer, Plakate oder Ähnliches angekündigt/veröffentlicht. Für einzelne Maßnahmen erscheinen eigene Prospekte und gesonderte Einladungen, aus denen Anfangszeiten, Kosten, Dozent und genaues Programm ersichtlich sind.

Anmeldung

Anmeldungen sind zu allen zentralen Kursen, Seminaren und Fahrten der KEB erforderlich. Einzelvorträge können, soweit nicht anders veröffentlicht, ohne vorherige Anmeldung besucht werden. Eine Anmeldung (telefonisch, persönlich oder schriftlich) gilt als verbindliche Kursbelegung, sofern nichts anderes vereinbart ist. Sollte aus begründetem Anlass die Kursanmeldung nicht aufrechterhalten werden können, so muss schriftlich rechtzeitig eine Abmeldung erfolgen, so dass eine Ersatzenteilung möglich ist. Ansonsten scheidet die Befreiung von der Kursgebühr aus. Bei Abbruch des Kursbesuches kommt keine Ermäßigung der Kursgebühr in Betracht. Die Veranstaltungen der KEB sind in der Regel gebührenpflichtig.

Kursgebühren

Teilnehmerbeiträge für Veranstaltungen der KEB werden von der Leitung (Geschäftsführung) nach den zu erwartenden Kosten berechnet und festgesetzt. Die Gebühren für Einzelveranstaltungen sind zu deren Beginn an der Kasse zu entrichten. Bei einem Kartenvorverkauf kann in der Verkaufsstelle eine Gebühr anfallen. Überweisungen bitte auf das Konto bei der Stadtparkasse Amberg-Sulzbach: IBAN DE65 7525 0000 0190 0141 75

Ermäßigung

Folgende Personengruppen erhalten auf Verlangen und gegen Vorlage eines entsprechenden Nachweises eine Ermäßigung: Schwerbehinderte, Schüler, Studenten. Ermäßigungen können für bestimmte Angebote oder für Angebote aus bestimmten Themenbereichen von der Leitung (Geschäftsführung) der KEB aufgehoben werden. Sie können grundsätzlich nur beansprucht werden, wenn ein ermäßigter Betrag ausgewiesen ist.

Veranstaltungsabsage

Die KEB kann aufgrund von ungenügender Teilnehmerzahl, Ausfall eines Kursleiters oder Referenten, oder bei anderen, nicht von der Katholischen Erwachsenenbildung Amberg-Sulzbach e.V. zu verantwortenden Umständen eine Veranstaltung absagen. In diesen Fällen werden unter Ausschluss weitergehender Ansprüche bereits an die KEB geleisteten Zahlungen voll zurückerstattet. Es erfolgt eine telefonische oder schriftliche Benachrichtigung.

Rücktritt

Bei Rücktritt von der Kursanmeldung bis 8 Tage vor Kursbeginn werden 10% der Kursgebühr, mindestens jedoch 5 Euro als Verwaltungsgebühren erhoben. Wird diese Rücktrittsfrist nicht gewahrt und übernimmt keine Ersatzperson die vollen Verpflichtungen des abgemeldeten Teilnehmers, werden die gesamten Kursgebühren fällig.

Studienreisen

Für Studienreisen gelten die „Allgemeinen Reisebedingungen“ der KEB sowie die Bedingungen, die im jeweiligen Reiseprospekt ausgeschrieben sind.

Urheberschutz

Fotografieren, Film- und Bandaufzeichnungen im Rahmen der Veranstaltungen der KEB sind nicht gestattet. Ausgeteiltes Lehrmaterial darf ohne Genehmigung der KEB nicht vervielfältigt werden.

Datenschutz

Die persönlichen Daten von Teilnehmenden, Kontaktpersonen, ReferentInnen und Kooperationspartnern werden gemäß dem Bundesdatenschutzgesetz grundsätzlich nur für die Verwaltung in der Geschäftsstelle der KEB AM-SU genutzt. Weder telefonisch, noch schriftlich, noch persönlich werden personenbezogene Daten an Dritte weitergegeben.

Haftung

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

Bei allen Studienfahrten oder Studienreisen tritt die KEB lediglich als Vermittler auf. Sie ist daher nicht als Reiseveranstalter im rechtlichen Sinne anzusehen. Haftend im Sinne des BGB und übriger gesetzlicher Bestimmungen sind deshalb die jeweiligen Busunternehmer, Reiseveranstalter bzw. Fluggesellschaften.

Spenden

Als Mitglied der KEB Bayern ist die KEB AM-SU als förderungswürdige Einrichtung der Erwachsenenbildung im Sinne des Bayerischen Erwachsenenbildungsförderungsgesetzes anerkannt und damit gemeinnützig. Sie können die Arbeit der KEB fördern und erhalten gerne eine Spendenquittung. Die Spenden sind steuerlich absetzbar.

Zertifizierung

Mit Zertifikat vom 29.6.2023 ist die KEB Amberg-Sulzbach e.V. von der Certqua GmbH für drei Jahre zertifiziert nach dem „Qualitätsentwicklungssystem QESplus.“

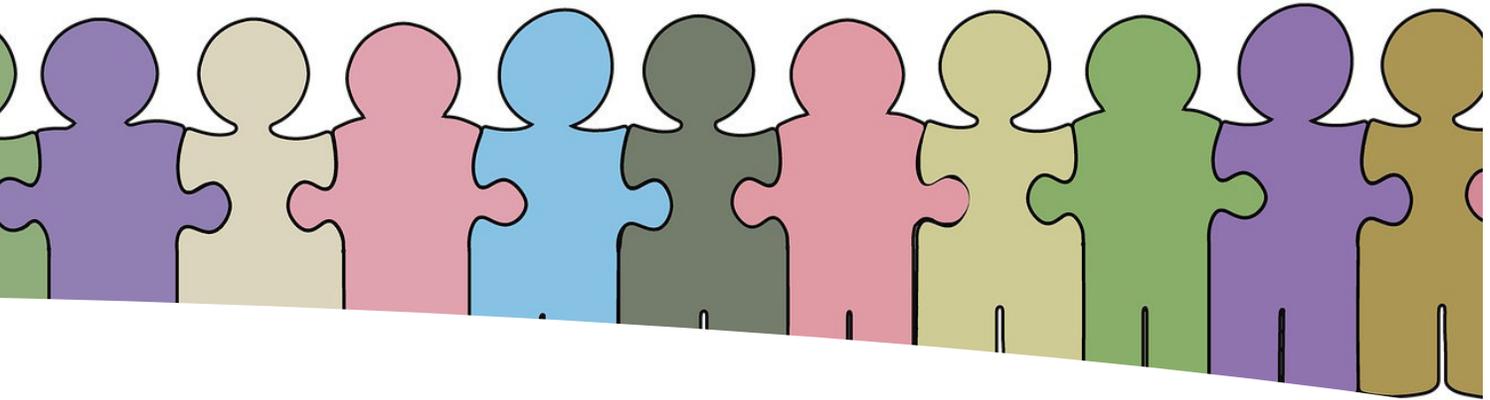


KEB



KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG
AMBERG-SULZBACH E.V.

*„Nur zusammen sind wir stark – für eine bodenständige und
authentische Erwachsenenbildung mit Herz und Verstand“*



KEB Amberg-Sulzbach e.V.
Dreifaltigkeitsstr. 3
92224 Amberg

QES^{plus}
2017

www.keb-amberg-sulzbach.de