



KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG
AMBERG-SULZBACH

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

KEB AMBERG-SULZBACH

... für mehr TIEFE bei der Bildung





**DRUCK
DESIGN**

**Gewerbepark 21,
D-92289 Ursensollen**

Tel.: 0 96 24 / 92 01-0

Fax: 0 96 24 / 92 01-23

www.donbosco-druckdesign.de



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

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

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

kreativ. persönlich. zuverlässig.

Vorwort	4
Wir über uns	5
GLAUBE	7
Ehevorbereitungskurse	14
Angebote für Trauernde	15
Senioren-Bildungsangebote	17
GESELLSCHAFT	20
UMWELT	25
FAMILIE	29
EKG – Eltern-Kind-Gruppen	30
ELTERNSCHULE	33
KULTUR	40
KREATIVITÄT	45
LITERATUR	51
GESUNDHEIT	56
LeA – Lebensqualität im Alter	64
PERSÖNLICHKEITSBILDUNG	68
Ortsregister	73
Bildnachweise	77
AGB - Datenschutz	79

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



*"Duc in altum" – „Fahre hinaus, wo es tief ist“
(Lk 5,4)*

Liebe Bildungsinteressierte, liebe Freundinnen und Freunde der KEB Amberg-Sulzbach!

Dieser berühmte Bibelspruch aus dem Lukasevangelium stand im Mittelpunkt der Festpredigt bei unserem Jubiläumsgottesdienst im Mai und mit ihm hat uns unser geistlicher Beirat, Pfr. Josef Irlbacher, auch einen wichtigen und zukunftsweisenden Auftrag mit auf den Weg als Bildungseinrichtung gegeben.

Die Worte, die Jesus einst zu Simon Petrus sprach, als dieser nach einer erfolglosen Fischfang-Nacht noch einmal seine Netze auswerfen sollte, haben zweifellos zeitlosen Charakter und sprechen uns auch heute noch an – vor allem in einer Zeit, die immer mehr von Ziel- und Orientierungslosigkeit geprägt zu sein scheint. In einer Welt der kurzen Nachrichten, der schnellen Antworten und der oft oberflächlichen Begegnungen lädt uns dieses Bibelwort zu einem Gegenentwurf ein: **Zur Tiefe.**

In die Tiefe gehen bedeutet für unsere Bildungsarbeit, nicht bei den ersten Eindrücken stehen zu bleiben, sondern vielmehr nachzufragen, zu hinterfragen und gemeinsam nach tragfähigen Antworten zu suchen. Es bedeutet, auch den Mut zu haben, selbst schwierige Themen anzugehen und sich Zeit zu nehmen für das, was wirklich wichtig ist. Während um uns herum oft Angst und Unsicherheit regieren, möchten wir Räume schaffen, in denen Vertrauen wachsen kann – Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, in die Gemeinschaft und in eine hoffnungsvolle Zukunft.

Hinausfahren heißt für uns, bewusst auch mal gewohnte Ufer oder die sicheren Häfen zu verlassen, neue Wege zu erkunden und offen zu sein für überraschende Begegnungen und Erkenntnisse. Es bedeutet, Bildung eben nicht als abgeschlossenen Prozess zu verstehen, sondern als lebenslange Entdeckungsreise.

Unser vorliegendes Herbst-Winter-Programm möchte mit seinem vielfältigen Angebot genau dazu einladen:

Gemeinsam mit uns die Segel zu setzen und hinauszu-
fahren, dorthin, wo es tief ist – sei es bei Vorträgen, die zum Nachdenken anregen, bei Diskussionen, die verschiedene Perspektiven beleuchten, oder bei Kursen und Workshops, die neue Fertigkeiten vermitteln und persönliche Entwicklung fördern.

Wie passend fühlen wir uns dabei nach wie vor dem Motto des aktuellen Heiligen Jahres - **"Pilger der Hoffnung"** - verpflichtet:

Wie die Pilger vergangener Jahrhunderte wollen auch wir hinausfahren – nicht zu oberflächlichen „Wallfahrtsorten der Moderne“, sondern in die Tiefen einer bodenständigen und volksnahen Erwachsenenbildung, wo Orientierung und Halt durch den offenen Diskurs und in der menschlichen Begegnung möglich gemacht wird.

Lassen wir uns als „Pilger der Hoffnung“ auch nicht entmutigen von den Herausforderungen, Rückschlägen oder Misserfolgen unserer Zeit. Sehen wir vielmehr in einer engagierten Bildungsarbeit vor Ort einen guten Weg, die Hoffnung aufrechtzuhalten und vertrauensvoll in die Zukunft zu gehen.

Wer in die Tiefe geht, wer bereit ist hinauszufahren, der wird – wie einst Petrus – reichen Fang machen: an Erkenntnissen, an Gemeinschaftserfahrungen, an persönlicher Bereicherung und an neuer Hoffnung.

Das wünscht Ihnen von Herzen
auch im Namen des gesamten KEB-Teams



Christian Irlbacher
Leiter der regionalen KEB



Wir über uns

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

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

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

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

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

Leiter der reg. KEB Amberg-Sulzbach:

Pastoralreferent Christian Irlbacher, Dipl.Theol.

Sekretariat: Daniela Rumpler | Melanie Sachsenhauser |

Bildungsrat:

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

Geistl. Beirat: Pfr. Josef Irlbacher

Impressum

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

Unsere Öffnungs- und Telefonzeiten

Mo. 15 - 17 Uhr

Di. bis Do.: 9 - 11 Uhr

- sowie nach Vereinbarung -

Bankverbindung

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

Verantwortlich für den Inhalt:

Christian Irlbacher, Leiter der regionalen KEB Amberg-Sulzbach

Corporate Design: DESIGNGUARDS - Alexander Mühl

Auflage: 1600 St.

Hinweise für Bildungsverantwortliche in Pfarreien, Verbänden und Einrichtungen:

Veranstaltungen im Rahmen der Katholischen Erwachsenenbildung unterliegen nach den aktuellen Bestimmungen der 16. BayIfSMV 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 **jetzt** der Geschäftsstelle mit!

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

GLAUBE



Information und Diskussion

Wer's glaubt, wird selig

offener Treff für Begegnung, Gespräch
und Diskussion rund um den Glauben

 **Sa 20.09.2025, 14:00 - 17:00 Uhr**

 Marktplatz Amberg, 92224 Amberg

 Dekanat Amberg-Sulzbach mit KEB



Nr. 2-29332

Geführte Wanderung

Nr. 2-29485

**Meditative Wanderung mit Impulsen zum
Herbstanfang**

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



Mehrere Stationen entlang des Weges laden zum Innehalten und Nachdenken ein, wo wir uns auf die Natur und uns selbst konzentrieren können. Schattiger Wald, offene Wiesen und fließendes Wasser umgeben uns auf unserem Weg. Nach und nach nehmen wir bewusst die Energie um uns wahr und genießen gemeinsam die Natur im herbstlichen Wandel. Durch die Bewegung kann sich der innere Fokus ändern und die Begegnung mit anderen ermöglicht eine besondere Weg-Erfahrung.

Referentin: Marion Schön, Heimat- und Kulturführerin, Hospizbegleiterin

 **Sa 20.09.2025, 16:30 - 18:30 Uhr**

 Treffpunkt: Altmannshof – Parkplatz Gaststätte Kopf
Einfache Wanderung, reine Wegstrecke ca. 1 Std.

€ Die Teilnahme ist kostenfrei

 und nähere Infos beim Hospizverein, Tel. 09621/12430

 Hospizverein AM/AS mit KEB

Geführte Pilgerwanderung

Kapelle Laubhof

mit Texten und Impulsen

Referenten:
Pfarrer Dominik Mitterer,
GR Regina Probst



Nr. 2-29705

 **So 21.09.2025, 8:30 Uhr**

 Pfarrkirche St. Michael, St.-Michael-Straße 4, 92284 Poppenricht

 Pfarrei St. Michael Poppenricht mit KEB

Bibelgesprächskreis

Nr. 2-28805

Ausgewählte Texte der Hl. Schrift

Gemeinsam im Glauben unterwegs sein, indem wir einen Bibeltext auf uns wirken lassen, uns darüber austauschen und nachspüren, wozu er uns heute in unserem Leben einlädt. Bitte bringen Sie Ihre Bibel mit!

 **laufende Reihe 1x monatl. donnerstags 19 bis 20:30 Uhr**

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

 PGR St. Martin mit KEB

Do 18.09.2025: Amos 6,1a.4-7

Referent: Wolfram Strack

Do 30.10.2025: Weisheit 11,22-12,2

Do 27.11.2025: Jes 2,1-5

Glaubenskursreihe

Nr. 2-28477

Atemholen im Alltag

mit Anleitung zu Meditation



Referentin: Gisela Hirschmann

 **jeden 1. Mittwoch im Monat (im Dezember 3 Termine): 01.10. / 5.11. / 3.12. / 10.12. / 17.12. jeweils 19 bis 19:45 Uhr**

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

 Infos: Pfarrbüro 09621/82383

 PGR St. Michael mit KEB

Religiöser Bildungsimpuls-Reihe

Nr. 2-28758

Emmaus-Treffen

Gesprächskreis zu aktuellen und geistlichen Themen

Referentin: Gabriele Papp

 **1x monatlich an einem Mittwoch um 19:30 Uhr:
24.09. / 15.10. / am 03.12.25 um 18:30 Uhr**

 Besprechungszimmer Pfarrbüro St. Georg Amberg

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

 Pfarrei St. Georg mit KEB

Themenführung

Nr. 2-29228

Von der Reformation zur Gegenformation

über die rund 90 wechselvollen Jahre in Amberg nach der Reformation



Katholisch - evangelisch - calvinisch - evangelisch - calvinisch - katholisch, und das innerhalb rund 90 Jahren. So gerne die Oberpfälzer 1538 evangelisch wurden, so sehr freuten sie sich nach „kargen“ Jahrzehnten über die Wiederkehr des Katholizismus. Aber bis dahin war es eine bewegte Zeit. Von „Cuius regio, eius religio“ wollten sie zur Zeit calvinischer Herrschaft nichts wissen, sie leisteten Widerstand und blieben auch im Gegensatz zu den Pfälzern und zum Leidwesen vor allem von Kurfürst Friedrich V., dem „Winterkönig“, evangelisch. Nach der Niederlage von Friedrichs Protestantischer Union bei der Schlacht am „Weißen Berg“ bei Prag hatten die Katholiken das Sagen. Schnell arrangierten sich die Lutheraner mit katholischen Bräuchen, nur katholisch wollten sie nicht werden. Bis Herzog Maximilian, einst Anführer der Katholischen Liga, Druck ausübte, dann wusste man in der Oberpfalz über knapp 200 Jahre weder, wie calvinisch, noch wie evangelisch geschrieben wird. Die Führung beinhaltet die oberpfälzische Religionsgeschichte von 1538 bis 1628 mit einem verbalen Ausflug zum ganz anderen Geschehen im benachbarten Sulzbacher Land.

Referent: Dieter Dörner

Sa 27.09.2025, 14:30 (Dauer ca. 1,5 Std.)

📍 Treffpunkt: Spitalkirche, Bahnhofstraße

€ 5 €, Lastschrift

📄 KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de, Anmeldeschluss 26.09.2025

∞ KEB mit AK Kultur und Religion (auch im Rahmen der interkulturellen Wochen)

Workshop

Nr. 2-29560

Anleitung zum Basteln von Egli-Bibelfiguren

Referentin: Gabriele Papp

Termine standen bei Redaktionsschluss noch nicht fest

📍 Besprechungszimmer Pfarrbüro St. Georg Amberg

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

∞ Pfarrei St. Georg mit KEB

Themenreihe

Nr. 2-27717

Feier-Abend-Gedanken

über Gott, die Kirche und die Welt

Referent: Pfarrer Wolfgang Bauer

23.10.2025 - 19:45 bis 21 Uhr; weitere Termine im Pfarrbrief/Webseite

📍 Pfarrheim Kümmersbruck

∞ PGR mit KEB

Angeleitete Bibelgespräche

Nr. 2-28183

Gottes Wort ist wie Licht in der Nacht

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

Referentin: Gemeindereferentin Maria Witt

1x monatlich dienstags 19 Uhr

📍 Pfarrheim St. Konrad, Bruder-Konrad-Weg 2, 92224 Amberg

∞ Pfarrei St. Konrad Ammersricht mit KEB

Glaubensimpuls-Reihe

Nr. 2-29351

Aus-Zeit

mit Impulsen für das Leben und Anleitung zur Meditation



Eine Stunde mit Impulsen, Musik und Stille

Referentin: Christiane Rösch, Gestaltpädagogin IGB

📍 Kirche St. Anna, 92237 Sulzbach-Rosenberg

📄 Kurze Anmeldung per App, per Email an: st-marien.sul-ro@bistum-regensburg.de oder per Telefon 09661/4641

∞ PGR St. Marien und KEB

Unterwegs im Labyrinth des Lebens

Mi 08.10.2025, 19:00 Uhr

Königskind

Mi 10.12.2025, 19:00 Uhr

Themenreihe

Nr. 2-29637

Ökumenischer Morgenimpuls

mit religiösen Impulsen zu unterschiedlichen Themen



mit anschließendem Frühstück für Frauen

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

Moderatorinnen: Ursula Hupp-Gonschorek, Doris Müller

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

Geführte Pilgerwanderung

Nr. 2-29484

„Wir gehen den Jakobsweg“

Von Hohenburg bis Kastl



Ausgangspunkt ist die Hohenburger Pfarrkirche St. Jakob. Der Pilgerweg folgt dem Lauterachtal flussaufwärts. Gesamtstrecke: ca. 13,5 km. Ankunft in Kastl ist etwa um 13:30 Uhr mit Einkehr im Landguthotel Forsthof (selbst zu bezahlen). Im Anschluss wird noch eine Führung in der Kirche St. Peter angeboten.

Pilgerbegleiterin: Doris Müller, Fachlehrerin

📅 **Sa 11.10.2025, 8:00 - 14:30 Uhr**

📍 Etappe auf dem Oberpfälzer Jakobsweg

€ 15 € (ohne Verpflegung), Lastschrift

📝 KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de. Anmeldeschluss 02.10.2025
Nähere Infos bezgl. Treffpunkt/Organisation Rücktransport (abhängig von Teilnehmerzahl) erhalten Sie in der Woche vorher.

🔗 KEB

Religiöser Bildungsimpuls

Nr. 2-29389

Der Glaubens- und Lebensweg in der Kirche St. Wolfgang📅 **Mo 13.10.2025, 17:00 Uhr**

📍 St. Wolfgang (St. Antonius), Kirchensteig 41, 92245 Kümmersbruck

🔗 KDFB Kümmersbruck mit KEB

Studienfahrt

Nr. 2-29561

Altötting

Heiliges Jahr 2025 - Pilger der Hoffnung

📅 **Sa 18.10.2025, 6:30 - 18:00 Uhr**

📍 Altötting

€ 35€ p.P. (Bezahlung im Bus)

📝 Kath. Pfarramt St. Georg, Tel. 09621/94350;
mail: pfarramt@amberg-st-georg.de

🔗 MMC St. Georg mit KEB (im Rahmen der Wallfahrt aller Bayerischen Kongregationen - Programm lt. Ausschreibung)

geführte Wanderung

Nr. 2-29590

„Pilger der Hoffnung“

mit Impulsen zum Thema des Heiligen Jahres 2025

Passend zum Thema des heiligen Jahres 2025 machen wir uns einen halben Tag auf den Weg durch die schöne oberpfälzer Natur.

📅 **So 19.10.2025, 11:00 - 17:00 Uhr**

📍 Theuern/Ebermannsdorf/Pittersberg

🔗 PGR Theuern-Ebermannsdorf mit KEB

nähere Infos auf der Homepage:

www.pfarrei-theuern-eb-pi.de oder per Mail an:
gmeindereferentin.bloedt@gmail.com



Vortrag

Nr. 2-28892

Die Jahre umarmen und das Glück entdecken

- mit Dankbarkeit und im Einklang mit sich selbst -
Autorenlesung mit Pater Anselm Grün



Der bekannte Benediktinermönch und Bestsellerautor Pater Anselm Grün widmet sich in seinen zahlreichen Werken den essenziellen Fragen des Lebens. An diesem Abend möchte er uns auf der Grundlage von zwei seiner bewegenden Bücher wichtige und hilfreiche Impulse für die eigene Lebensbewältigung geben: In „Die Jahre umarmen“ teilt Pater Anselm Grün seine Überzeugung, dass die Sichtweise auf das Leben im Alter entscheidend ist. Er lädt uns ein, mit der Brille der Dankbarkeit auf unser Leben zu schauen und es liebevoll zu umarmen. Erfahren Sie, wie man auch im Alter die Hoffnung bewahrt und weiterhin etwas in dieser Welt bewegen kann. In seinem weiteren Buch „Entdecke das Glück in dir“ steht die Erkenntnis im Mittelpunkt, dass wahres Glück nicht in äußeren Dingen wie Besitz oder Ansehen zu finden ist, sondern in uns selbst - indem wir mit uns in Einklang kommen und so die Quelle des Glücks im eigenen Herzen entdecken.

Freuen Sie sich auf einen Abend, der Sie dazu anregt, Ihre eigene Lebensreise mit Dankbarkeit zu betrachten und das Glück in sich selbst zu finden.

Hinweis: Nur bereits bezahlte Karten werden an der Kasse hinterlegt

Referent: Pater Dr. Anselm Grün

Mo 27.10.2025, 18:00 Uhr

Herz Jesu Kirche, Kirchplatz 4, 92237 Sulzbach-Rosenberg

VVK: 12 €

AK: 15 €, Lastschrift

Kartenvorverkauf möglich bei der KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de (bar in der Geschäftsstelle oder via Online-Anmeldung mit Lastschrift) oder bei der Buchhandlung Dorner, Sulzbach (09661/9069965), Ende Online-Verkauf: 26.10.2025

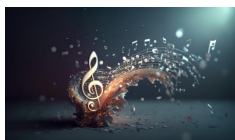
KEB mit Buchhandlung Dorner und PGR Herz Jesu

NGL-Workshop

Nr. 2-29652

„Wurzeln können“

Musikalische Entdeckungsreise mit Liedern zum Auf- und Durchatmen



Unter der Anleitung von Pfarrer Eugen Eckert und A-Kirchenmusiker Joachim Raabe bietet dieser ganztägige Workshop einen Herbsttag voller Lieder zum Auf- und Durchatmen.

Arbeitsgrundlage ist das Chorbuch „Wurzeln können“. Daraus sollen neue Lieder, z.B. für die Gestaltung von Gottesdiensten erarbeitet werden. Chor-, Band- und Gruppenleiter/-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 10 bis 17:30 Uhr, Gottesdienst um 18 Uhr

Hinweis: Wegen begrenzter Teilnehmendenzahl ist Anmeldung unbedingt erforderlich! Falls Sie das Liederbuch noch nicht besitzen, können Sie das Buch zum Vorbestellungspreis für 25,00 € vorab bei der Anmeldung bestellen

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

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

Sa 15.11.2025, 09:30 - 18:00 Uhr

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

€ 35 € (inkl. Mittagessen)

Anmeldung und nähere Infos bei Winfried Fleischmann, Tel.: 09621/23961 oder auf der HP: Anmeldeschluss 20.10.2025

Pfarrei St. Michael, inTAKT mit KEB

Vortrag

Nr. 2-28993

Zwischen esoterischen Verführungen und fundamentalistischen Verhärtungen

Impulse zu katholischen Orientierungen in religiöser Vielfalt



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

Referentin: Dipl. Theol. M.A. phil. Marianne Brandl,

Mi 29.10.2025, 19:00 Uhr

📍 Pfarrsaal Hahnbach, Hauptstr. 60, 92256 Hahnbach

🔗 PGR Hahnbach / Gebenbach / Ursulapoppenricht

Vortrag

Nr. 2-29300

„Du sollst ein Segen sein“

Referent: Thomas Peter

Di 18.11.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

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

🔗 KAB Hl. Dreifaltigkeit mit KEB

Angeleitetes Gespräch

Nr. 2-29630

Erinnerungen, Geschichten und Traditionen rund um die Vorweihnachtszeit



Vorstellung der schönsten und berührendsten Erinnerungen, Geschichten und Traditionen rund um die Vorweihnachtszeit. Bestimmt haben auch Sie eine besondere Geschichte aus dieser Zeit, ein Lieblingsrezept oder eine schöne Erinnerung, die Sie gerne erzählen möchten.

Referentin: Lydia Rausch

Mi 19.11.2025, 19:00 - 15:15 Uhr

📍 Pfarrsaal Hohenburg, Marktplatz 12, 92277 Hohenburg

🔗 PGR Hohenburg mit KEB

Kurs

Nr. 2-29651

Ausbildung zum Teamer

für Tage der Orientierung (TdO)



Wir bieten eine qualifizierte Ausbildung und Begleitung durch Fachkräfte; - Aufwandsentschädigung in Höhe von bis zu 350 € + Vollverpflegung, Fahrkosten, kostenlose Übernachtung auf Wunsch pro Kurs; - Vielfältige Materialien zur Vorbereitung und Durchführung der Veranstaltungen; - Ein Zertifikat nach Abschluss der Ausbildung, das den Umfang und Inhalt der Ausbildung schriftlich bestätigt; - Regelmäßige Fortbildungen zu aktuellen Themen der Pädagogik und Seminargestaltung (z.B. Rhetorik, 1. Hilfekurse, Reflexions-Methoden); - Erfahrungen in der pädagogischen Gruppenarbeit mit Jugendlichen;

Nähere Infos dazu auf der Homepage.

Referenten: Helena Schubert, Bildungsreferentin Don Bosco Ensndorf

Laura Dier, Jugendbildungsstätte Windberg

Christian Schiele, Fachstelle Schülerinnen und Schüler, BJA Regensburg

Fr 28.11.2025, 16:00 Uhr - So 30.11.2025, 15:00 Uhr
Mind. 8; Max. 20 TN

📍 Bildungshaus Kloster Ensndorf, Hauptstr. 9, 92266 Ensndorf

€ 60 € für Kursgebühr, Übernachtung und Verpflegung

🔗 Bildungshaus Kloster Ensndorf in Koop. mit KEB

Lieder-Workshop

Nr. 2-29592

„Zusammenmusizieren im Advent“



Referenten: Regina Probst

Kathrin Blödt

Fr 28.11.2025, 18:00 - 19:00 Uhr

📍 Basilika St. Martin, Marktplatz, 92224 Amberg

🔗 Dekanat Amberg-Sulzbach mit KEB

kommentiertes Konzert

Nr. 2-29428

Das andere Adventssingen

mit Impulsen und Einführungen zur Adventszeit



So 30.11.2025, 17:30 Uhr

Pfarrkirche St. Michael

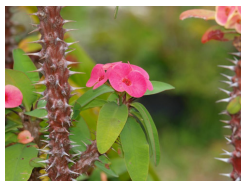
PGR St. Michael mit Jugendstelle und KEB

Religiöser Bildungsimpuls

Nr. 2-29694

Erbblühende Dornen

angeleitetes Gespräch mit Impulsen für den Advent



Mit Bildbetrachtung zu Sieger Köders Bild „Maria durch ein Dornwald ging.“
Anschl. Rückblick auf das SkF Jahr 2025 und Ausblick auf das ehrenamtliche Engagement des SkF Amberg mit Austauschmöglichkeit für die Ehrenamtlichen.

Referent: Richard Sellmeyer

Mo 15.12.2025, 17:30 Uhr

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

SkF mit KEB

Religiöser Bildungsimpuls

Nr. 2-29301

Hast du Zeit?

mit Texten und Impulsen zur bevorstehenden Weihnachtszeit



anschließend gemeinsames Abendessen und gemütl. Beisammensein im Pfarrsaal

Referentin: Hildegard Zimmer-Sperl

Sa 20.12.2025, 17:30 - 19:00 Uhr

Pfarrgarten Hl. Dreifaltigkeit, Amberg

KAB Hl. Dreifaltigkeit mit KEB

Autorengepräch mit Diskussion

Nr. 2-29251

Unter Heiden**Warum ich trotzdem Christ bleibe
Im Gespräch mit Tobias Haberl**

Der Journalist Tobias Haberl ist in seinem beruflichen und privaten Umfeld von Menschen umringt, die, wenn es um den Glauben und Kirche geht, oft nur noch an Missbrauch und Vertuschung denken. In seinem letzten Buch „Unter Heiden“ setzt er sich mit dieser schmerzlichen Erfahrung auseinander. Und er fragt: Was kann das 21. Jahrhundert eigentlich von gläubigen Menschen lernen? Welche vermeintlich aus der Zeit gefallenen Rituale können die spätmoderne Gesellschaft von ihrer Atemlosigkeit erlösen? Und deshalb erzählt dieses Buch davon, wie der Glaube das Leben nicht nur verschönert, sondern vertieft, wie man ein „zeitgemäßes Leben“ mit einem vermeintlich „unzeitgemäßen Glauben“ verbinden kann. Tobias Haberl ist überzeugt, dass der moderne Mensch darunter leidet, dass er seinen Glauben verloren hat, ohne dass er es merkt. Der Mensch hat Sehnsucht nach etwas, das er sich nicht erklären kann. Was das sein könnte, davon handelt das Buch von Tobias Haberl und darüber wollen wir an diesem Abend ins Gespräch kommen.

Referent: Tobias Haberl, Journalist und Autor

Di 20.01.2026, 19:00 Uhr

Gerhardinger Saal DJD Schulen, Deutsche Schulgasse 2, 92224 Amberg

Eintritt frei, Sie geben, was Sie können

nicht nötig, aber möglich via Online-Anmeldung auf der KEB-Homepage

DJD-Schulen mit KEB

**TOBIAS HABERL
UNTER HEIDEN**

Warum ich trotzdem Christ bleibe

Religiöser Bildungsimpuls

Nr. 2-29593

Bildungstag im Haus Johannisthal

Thema stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest

Referentin: Barbara Merkes

📅 **Fr 30.01.2026, 18:00 Uhr - Sa 31.01.2026, 18:00 Uhr**

📍 Haus Johannisthal, Johannisthal 1, 92670 Windischeschenbach

🔗 PGR Theuern-Ebermannsdorf mit KEB

Nähere Informationen unter Mail: theuern@bistum-regensburg.de

Führung

Nr. 2-29708

Die neu renovierte Kirche St. Barbara in Luitpoldhöhe16 Uhr Gottesdienst - anschließend Führung
danach Einkehr im Schützenheim an der Schwedenschanze

Referent: Regionaldekan Markus Brunner, Regionaldekan

📅 **Sa 31.01.2026, 16:00 Uhr**

📍 Kirche St. Barbara Luitpoldhöhe

🔗 KAB Poppenricht mit KEB

Workshop

Nr. 2-29465

NGL-Total-Wochenende 2026

mit neuen Ideen, Anregungen und Anleitungen zu Neuen Geistlichen Liedern

Seit Gründung des Vereins 1994 wird dies unser 30. NGL-Total-Wochenende sein. Wir planen für Euch ein vertrautes, aber doch besonderes Wochenende um dieses Jubiläum zusammen entsprechend zu würdigen. Details ab Oktober auf www.musica-e-vita.de

Hinweis: Teilnahme ab 18 Jahren

📅 **Fr 27.02.2026, 18:00 Uhr - So 01.03.2026, 12:00 Uhr**

📍 Bildungshaus Kloster Ensford, Hauptstr. 9, 92266 Ensford

€ Infos folgen

📄 über Musica e vita

🔗 Musica-e-vita mit Kloster Ensford und KEB



Vortrag

Nr. 2-29463

Lebe, Lache, Liebe**...und sag den Sorgen Gute Nacht!**

Menschen machen sich zu viele Sorgen. Zu viele unnötige Sorgen. Wie können wir ungute Gedanken stoppen? Wie kann trotz Sorgen unser Herz froh und die Seele heiter bleiben? Schwester Teresa zeigt auf amüsante Weise wie Sorgen das Leben klein und den Horizont engmachen und nimmt dabei auch die gesellschaftlichen Perspektiven nicht aus. Schwester Teresa zeigt auf, wie man vom „Sorgen-Modus“ in den Lebens-Modus“ umschaltet, und den Ängsten die rote Karte zeigt. Selbst vor der größten Sorge der Menschen: dem eigenen Tod. Die leidenschaftliche Optimistin schafft es auf eindruckliche Weise, dass bei einem bei so einem Thema das Lachen nicht vergeht und wie man den Humor einsetzen kann, für ein besseres Wohlbefinden. Sie hat durchlebte Antworten: ehrlich, lebensnah und mit dem liebevollen Blick auf die Menschen.

Referentin: Teresa Zukic, Buchautorin, Ermutigerin, Key-Speakerin

📅 **Mi 04.02.2026, 19:00 Uhr**

📍 Pfarrsaal Raiering, Immenstetter Str. 12, 92224 Amberg/Raiering

€ 5 €, Lastschrift

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

🔗 Hospizverein mit KEB

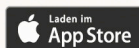


Ehe. Wir. Heiraten.

**Die App für alle,
die heiraten wollen!**

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

Direkt downloaden!



www.ehe-wir-heiraten.de



Ehevorbereitungskurse

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.

Seminar

Nr. 2-29378

Ehevorbereitungs – Seminar

- Sa 31.01.2026, 9:00 - 16:00 Uhr**
- Pfarrsaal Hahnbach, Hauptstr. 60, 92256 Hahnbach
- frei**
- KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage
- Dekanat Amberg-Sulzbach mit KEB
- Marianne Moosburger und Diakon Dieter Gerstacker

Seminar

Nr. 2-29376

Ehevorbereitungs – Seminar

-  **Sa 21.02.2026, 9:00 - 16:00 Uhr**
-  Vitusheim, Hauptstr. 100, 92253 Schnaittenbach
-  frei
-  KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage
-  Dekanat Amberg-Sulzbach mit KEB
-  Stefan Dotzler und Sophie Weigert-Dotzler

Seminar

Nr. 2-29379

Ehevorbereitungs – Seminar

-  **Sa 14.03.2026, 9:00 - 16:00 Uhr**
-  Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit, Dreifaltigkeitsstr. 7, 92224 Amberg
-  frei
-  KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage
-  Dekanat Amberg-Sulzbach mit KEB
-  Thomas Peter und Ute Peter

Seminar

Nr. 2-29377

Ehevorbereitungs – Seminar

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

Seminar

Nr. 2-29375

Ehevorbereitungs – Seminar

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



Angebote für Trauernde

Themenreihe

Nr. 2-29027

Trauercafé – Trauertreff – Trauerstammtisch**Monatliche offene Angebote in der Stadt Amberg und im Landkreis Amberg-Sulzbach**

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

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

angeleitete Gesprächsreihe

Nr. 2-28240

Das Trauer-Cafe: „Der Trauer Raum geben“**Monatliches offenes Angebot mit Impuls-Gedanken und Anleitung zur Trauerbewältigung**

Sie haben einen wichtigen Menschen verloren. Ihre Trauer können wir Ihnen nicht abnehmen. Aber vielleicht hilft es doch, wenn die eigene Trauer mit Menschen besprochen werden kann, die sich in ähnlicher Situation befinden. Hospizverein, KEB und EBW laden Sie herzlich dazu ein. Sie sind willkommen in Ihrer Einzigartigkeit, mit Ihren Gefühlen und

Ihren Sorgen, zum Reden und Schweigen, zum Füreinander da sein. Das Trauer-Cafe bietet die Möglichkeit der Begegnung im geschützten Rahmen. Das Trauer-Cafe ist ausdrücklich offen für Menschen jeglicher weltanschaulicher Orientierung.

Referent: Trauerbegleiter Hospizverein und Ansprechpartner KEB/EBW

jeden 1. Mittwoch im Monat -16 bis 18 Uhr, 01.10.25 / 05.11.25 / 03.12.25 / 07.01.26 / 04.02.26 / 04.03.26

Paulaner-Gemeindezentrum, Paulanerplatz 13, 92224 Amberg

Nähere Infos erteilt Hospizverein, Tel. 09621/124 30

KEB, EBW, Hospizverein

angeleitete Gesprächsreihe

Nr. 2-28195

Trauer-Café Auerbach**Monatliches offenes Angebot mit Impuls-Gedanken und Anleitung zur Trauerbewältigung**

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

Referent: Georg Franz Fröhler

jeden 1. Donnerstag im Monat - 14 Uhr - 02.10.25 / 06.11.25 / 04.12.25 / 08.01.26 / 05.02.26 / 05.03.26

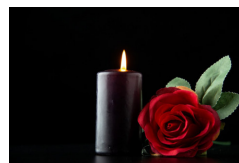
„Arche“, Kirchstraße 2, 91275 Auerbach in der Oberpfalz

keine Anmeldung nötig!

Hospizverein, LKR AS, VDK Ortsverband Auerbach mit KEB

angeleitete Gesprächsreihe

Nr. 2-28504

Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg**Monatliches offenes Angebot mit Impuls-Gedanken und Anleitung zur Trauerbewältigung**

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

Referent: Trauerbegleiter Hospizverein

jeden 1. Montag im Monat jeweils ab 20:00 - 06.10.25 / 03.11.25 / 01.12.25 / 05.01.26 / 02.02.26 / 02.06.26

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

Hospizverein Amberg mit KEB

angeleitete Gesprächsreihe

Nr. 2-28518

In der Trauer nicht allein**mit Impuls-Gedanken und Anleitung zur Trauerbewältigung**

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

Verständnis und Unterstützung zu erfahren und Anregungen zur Trauerbewältigung zu empfangen.

Referenten: Georg Franz Fröhler, Hospiz- und Trauerbegleiter

Roswitha Wendl, Hospizbegleiterin

jeden 1. Dienstag im Monat, 15 - 17 Uhr - 07.10.25 / 04.11.25 / 02.12.25 / 06.01.26 / 03.03.26 / 03.03.26

Pfarrheim Hirschau, Kolpingstr. 10, 92242 Hirschau

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

KDFB Hirschau und Hospizverein Amberg mit KEB





Senioren-Bildungsangebote

Themenreihe

Nr. 2-29369

Seniorenkreis Pfarrei Hahnbach

aktuelle Vorträge, Impulse und Aktionen

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

Themenreihe

Nr. 2-28662

Seniorenaktivtreff Schnaittenbach

mit Aktivierungs- und Informationsangebot

- jeden 1. Dienstag im Monat 10 bis 12 Uhr**
- Vitusheim, Hauptstr. 100, 92253 Schnaittenbach
- Infos bei Weigert Ingrid 09622/1605
- PGR Schnaittenbach – Sachausschuss Senioren
- Lydia Enderer

Themenreihe

Nr. 2-29373

Seniorentreff Pfarrei Vilseck

Vorträge, Informationen, Aktionen

- monatliches Treffen, mittwochs 14 Uhr**
- Pfarrheim St. Ägidius Vilseck, Kirchgasse, 92249 Vilseck
- PGR Vilseck mit KEB

Themenreihe

Nr. 2-29371

Seniorenkreis Pfarrei Utzenhofen

mit Vorträgen, Informationen und Aktionen

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

Bildungsfahrten

Nr. 2-29007

Ü60 unterwegs

Seniorenfahrten mit Führungen in verschiedenen Kirchen

- in der Regel jeden 2. Donnerstagnachmittag von April bis November**
- über das Pfarrbüro: 09622/71414;
- Pfarrei Schnaittenbach mit KEB
- Ansprechpartnerin: Elisabeth Kraus

Themenreihe

Nr. 2-28166

Seniorenkreis St. Michael Poppenricht

mit Vorträgen, Impulsen, Singen und gemütlichem Beisammensein

- monatliches Treffen, samstags von 15 - 17:30 Uhr**
- Schützenheim Poppenricht, Johannes-Stark-Straße 8, 92284 Poppenricht
- Ansprechpartnerin Fr. Annemarie Pirkel (09621 61097 oder 01726220362)
- PGR Poppenricht mit KEB

Themenreihe

Nr. 2-28455

Seniorenkreis Dreifaltigkeit

mit Aktivierungs- und Informationsangebot

- jeden Montag von 14:30 bis 17 Uhr**
- Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit, Dreifaltigkeitsstr. 7, 92224 Amberg
- Seniorenkreis der Pfarrei Hl. Dreifaltigkeit

Seniorenvortrag

Nr. 2-29591

„Lieber Hände falten statt Sorgenfalten“

Im Anschluss an den Gottesdienst um 14 Uhr

Referentin: Elisabeth von Eyb

- Di 04.11.2025, 15:00 Uhr**
- Pfarrzentrum Ebermannsdorf, Hirtenweg 2
- PGR Theuern-Ebermannsdorf mit KEB



Workshop-Tag

Nr. 2-28891

„Ein Glück, dass es Euch gibt“

Helfertag für Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit



Folgende Workshops sind geplant:

- Workshop 1: Achtsamkeit und Resilienz im Ehrenamt (Michaela Blattnig - 10 bis 11 Uhr)
- Workshop 2: Vom Glück des Helfens - Davon können wir ein Lied singen! (Hubert Tremml - 10 bis 11 Uhr und 11:15 bis 12:15 Uhr)
- Workshop 3: Die einzigartige Welt der Kräuter entdecken und verwerten (Jennifer Nelhiebel - 10 bis 11 Uhr und 11:15 bis 12:15 Uhr)
- Workshop 4: Sich selbst zum Klingen bringen (Simone Lautenschlager - 11:15 bis 12:15 Uhr)
- Workshop 5 „Ein Glück, dass es euch gibt“ - Mundartsongs und Texte zum „Glück (des Helfens)“ - Heiter und erfrischend besinnlich (Hubert Tremml, Franz Schuier und Dr. Christoph Seidl - 13:30 bis 15:30 Uhr)

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

Referenten: Michaela Blattnig, Resilienztrainerin, Referentin
 Simone Lautenschlager, Leiterin der Volksmusikstelle Oberpfalz
 Jennifer Nelhiebel, Kräuterpädagogin
 Hubert Tremml, Musiker, Autor
 Franz Schuier, Musiker
 Dr. Christoph Seidl, Pfarrer und Leiter der Seelsorge für Berufe im Gesundheits- und Sozialwesen

Mo 13.10.2025, 9:30 - 16:00 Uhr

📍 Bildungshaus Kloster Ensding, Hauptstr. 9, 92266 Ensding

€ kostenfrei

📄 verbindliche schriftliche Anmeldung mit Anmeldeformular erbeten (siehe Homepage), Anmeldeschluss 29.09.2025

☎ KEB mit AOVE, Seniorenmosaik und Lkr. Amberg-Sulzbach gefördert durch LAG Regionalentwicklung Amberg-Sulzbach e.V.



**Ökumenische Sozialstation
 Sulzbach-Rosenberg gGmbH**
 Hofgartenstraße 10
 92237 Sulzbach-Rosenberg

Ihr Partner in der häuslichen Pflege

Telefon: 09661 – 876000

Telefax: 09661 – 876009

E-Mail: info@sozialstation-sulzbach.de

www.sozialstation-sulzbach.de

GESELLSCHAFT



Kurs

Nr. 2-28884

Schulung von Alltagskompetenzen für Senioren



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

Referentin: Kathleen Busse und Team

Terminplanung für Herbst noch nicht abgeschlossen; Neue Termine werden über die Presse und die Homepage bekannt gegeben.

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

kostenlos

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

Malteser mit KEB

Vortragsreihe

Nr. 2-26568

Der „Club der Nachdenklichen“ in Amberg



Der Amberger „Club der Nachdenklichen“ ist eine offene, politisch und weltanschaulich ungebundene Gruppe. 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 Palet-

te 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

19 Uhr - 29.09.25 / 20.10. / 24.11.25

Themen standen noch nicht fest (ab September auf der Homepage)

Café 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

Vortrag

Nr. 2-28671

Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung



„Wer entscheidet für Sie, wenn Sie es selbst nicht mehr können?“ Diese Frage rechtzeitig zu klären, sollte allen Menschen eine Herzensangelegenheit sein. Liegt im Ernstfall keine Vorsorgevollmacht vor, bestellt das Amtsgericht einen Betreuer. Mit einer Patientenverfügung

lässt sich vorsorglich festlegen, dass in einer bestimmten Situation bestimmte medizinische Maßnahmen durchzuführen sind. Die Fachkräfte des SkF Betreuungsvereins informieren über diese Möglichkeiten der Vorsorge

Referent: Fachkräfte vom Betreuungsverein

Mo 22.09.2025, 18:00 - 19:45 Uhr

SKF Amberg, Haager Weg 15, 92224 Amberg

unter 09621/4872-0 oder sozialdienst-kf@skf-amberg.de

SKF Betreuungsverein mit KEB

Fortbildungsreihe

Nr. 2-29242

Wir trommeln für die Pflege – Berufspolitik verstehen



Die Pflege stellt die größte Berufsgruppe im Gesundheitswesen dar und doch wird sie in der Politik kaum gehört. Wir alle wissen das. Aber lässt es sich auch ändern? Ja, es gibt Möglichkeiten der berufspolitischen Teilhabe. Und über diese möchten wir mit Ihnen ins Gespräch kommen. Wir laden Sie zu einer Fortbildung ein, in der Sie sich ein Bild davon machen können, wie wir unsere Berufsgruppe stärken und der Pflege eine starke Stimme auf politischer Ebene geben können.

Referent: Pflegefachkräfte, die sich berufspolitisch engagieren

23.09.25 - 9:30 + 13:00 Uhr, 25.09.25 - 9:30 + 13:00 Uhr

Caritas Saal, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg

Kostenfrei

fobi.altenhilfe@caritas-regensburg.de

Caritasverband für die Diözese Regensburg e. V. mit KEB

Ausstellung

Nr. 2-28468

Gegen die Mauer des Schweigens

Suizid - Keine Trauer wie jede andere.



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

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

Fr 26.09.2025 - Do 30.10.2025

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

Hospizverein, AGUS Selbsthilfe.de mit KEB

Workshop-Reihe

Smart-Club

Anleitung an Smartphone und Laptop

Mit einem Smartphone / Laptop kann man viele Dinge tun:

Fotos machen, Spiele spielen, Nachrichten schreiben, Musik hören, Informationen einholen... Das wollen wir zusammen üben. Besonders auch, worauf man gut aufpassen muss. Bitte Smartphone, Laptop und Ladekabel mitbringen.



Nr. 2-28648



28.09.25 / 09.11.25



Koll Michael



13.00 - 18 Uhr



15 € pro Termin
Smartphone, Laptop, Ladekabel mitbringen!



OBA Lebenshilfe
Friedrich-Ebert-Str. 2a



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

Kurs

Nr. 2-27305

IT-Cafe

mit praktischen Anleitungen rund ums Smartphone



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

Referentin: Kathleen Busse



immer am ersten Dienstag im Monat von 15:00 - 16:30 Uhr oder jeden dritten Donnerstag im Monat von 10:00 - 11:30 Uhr



Elternschule Amberg – Mehrgenerationenhaus, Amselweg 7a, 92224 Amberg



Anmeldung und weitere Auskünfte sowohl für Teilnehmende als auch für Interessenten am Ehrenamt bei Kathleen Busse (09621/4933-57 oder per E-Mail, kathleen.busse@malteser.org).



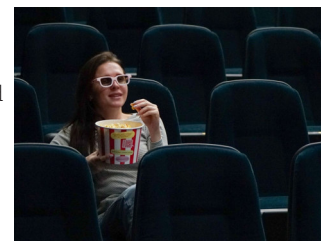
Malteser, Elternschule mit KEB

Inklusives Filmgesprächsreihe

Nr. 2-28630

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.



12.10. / 02.11. / +
07.12.2025



Ferstl Carina
Ferstl Alex



jew. 13 - 19 Uhr



30 € (Eintritt Kino und Lokalbesuch); Behinderten-
ausweis mitbringen!



Hintereingang
Cineplex



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

Film und Podiumsgespräch

Nr. 2-28467

Der letzte schöne Tag



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

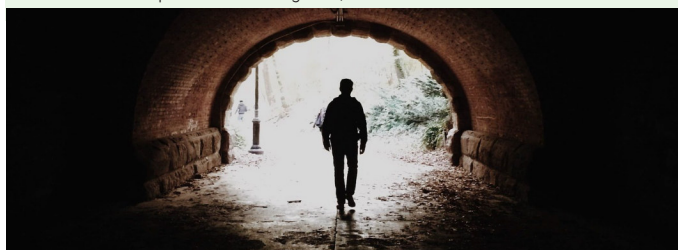
Referenten: Sebastian Sonntag, Dipl.-Psychologe und Theologe
Ursula Nießen, AGUS Angehörigengruppe „Suizid“

Fr 10.10.2025, 19:00 Uhr

📍 Ring-Theater, Spitalgraben 2, 92224 Amberg

€ Eintritt frei - Spende für den Hospizverein

🔗 KEB mit Hospizverein Amberg e.V., EBW



Seminar

Nr. 2-29649

JULEICA 2025 – Modul 1



Die Jugendleiter*in-Card (Juleica) ist eine qualitativ hochwertige Ausbildung für Ehrenamtliche in der Kinder- und Jugendarbeit. Für Interessierte ab 15 Jahren. Spaß beim Ausprobieren von Methoden, Basiswissen rund um die Kinder- und Jugendarbeit, Austausch mit anderen Ehrenamtlichen. Nach erfolgreicher Teilnahme an Modul 1 und Modul 2 ist man ein/e geschulte/r Jugendleiter und Jugendleiterin und kann die JuLeiCa beantragen.

Referent: Helena Schubert, Bildungsreferentin

Fr 17.10.2025, 17:30 Uhr - So 19.10.2025, 16:00 Uhr
Modul 2 vom 14. bis 16.11.2025

€ 40€ (Enthalten: Kursgebühr, Übernachtung und Verpflegung)
Zum Mitbringen: Handtücher, Hausschuhe.
Mind. 9; max. 22 TN.

📄 www.kloster-ensdorf.de/Veranstaltungen, Anmeldeschluss 07.10.2025

🔗 Kommunale Jugendarbeit Amberg und Amberg-Sulzbach, Stadtjugendring Amberg, Kreisjugendring Amberg-Sulzbach, Katholische Jugendstelle Amberg in Koop. mit KEB

Vortrag

Nr. 2-29707

Vorstellung der Arbeit der KAB Regensburg

im Rahmen der Jahreshauptversammlung der KAB St. Michael Poppenricht. Beginn der JHV: 15:30 Uhr

Referentin: Brigitta Alkofer, KAB-Diözesansekretärin

Sa 15.11.2025, 16:30 Uhr

📍 Pfarrheim Poppenricht, St.-Michael-Straße 16, 92284 Poppenricht

🔗 KAB Poppenricht mit KEB

Fachtag

Nr. 2-29146

Was ist ein Trauma und wie gehe ich damit um?

Grundlagen der Psychotraumatologie und der Traumapädagogik



Inhalte: Was ist ein Trauma? Wie entsteht ein Trauma? Welche Folgen können entstehen? Professioneller Umgang mit traumatisierten Kindern (Traumapädagogische Haltung) Kennenlernen von praktischen Methoden zur Stabilisierung

Referent: Bastian Seifert, Erzieher, Sozialpädagoge, Traumapädagoge

Mi 19.11.2025, 9:00 - 15:30 Uhr

Rathausaal, Marktplatz 1, 92224 Amberg

50 € pro Person

per Email oder Brief an: Sozialdienst katholischer Frauen e.V., Haager Weg 15, 92224 Amberg. Email: fachstelle.sg@skf-amberg.de, Anmeldeschluss 26.09.2025

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



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

Ausstellung

Nr. 2-29629

Sophie Scholl und die Weiße Rose

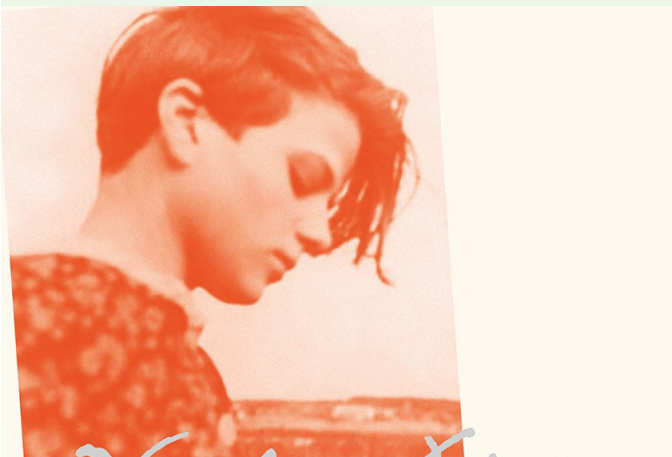
Mut, Widerstand und das Vermächtnis der Freiheit

Im Gedenkjahr „80 Jahre Kriegsende in Deutschland“ gewinnt die Erinnerung an den Widerstand gegen das NS-Regime besondere Bedeutung. Sophie Scholl und die Weiße Rose verkörpern die andere Seite der deutschen Geschichte - den Mut Einzelner, die sich trotz Lebensgefahr gegen Unrecht und Diktatur stellten. Ihre Geschichte zeigt, dass es auch in dunkelsten Zeiten Menschen gab, die für Werte und Humanität eintraten. Dies ist gerade heute wichtig, da demokratische Institutionen wieder unter Druck stehen und Zivilcourage erneut gefordert ist. Die Erinnerung an den Widerstand stärkt das Bewusstsein dafür, dass Freiheit und Demokratie nicht selbstverständlich sind, sondern aktiv verteidigt werden müssen. Die Ausstellung, die von der Weiße Rose Stiftung e.V. in München konzipiert wurde, möchte zum Nachdenken anregen und zeigen: Zivilcourage ist zeitlos und jede Generation aufs Neue gefordert.

Mo 01.12.2025 - Mi 07.01.2026

📍 Vom 1. bis 10.12.2025 im Gerhardinger-Saal der DJD- Schule (hier ist allerdings unbedingt eine Voranmeldung im Sekretariat unter 09621/48112 notwendig, einfach eine Tel.-Nummer hinterlassen und Sie werden zurückgerufen) und vom 11.12. bis 7.1.2026 in der Stadtbibliothek Amberg (zu den Öffnungszeiten)

🔗 KEB mit Stadtbibliothek und DJD-Schulen



Autorenvortrag

Nr. 2-29239

80 Jahre Kriegsende – Die letzten Stimmen des Widerstands

Szenische Lesung mit dem SPIEGEL-Bestseller-Autor Tim Pröse gegen das Vergessen

Zum 80. Jahrestag des Kriegsendes erinnert SPIEGEL-Bestsellerautor Tim Pröse an die letzten Helden gegen Hitler. Er ist vielen von ihnen und einigen ihrer Nachkommen selbst begegnet und hat sie lange begleitet und ihnen zugehört: Welche Erinnerungen haben sie geprägt? Und welche Botschaft haben sie für unser Heute, in dem sich die Demokratie in Deutschland erneut wehren muss gegen Kriege, Diktatoren und radikale Kräfte? Es sind die letzten Stimmen des Deutschen Widerstands. Sein neues Buch „Wir Kinder des 20. Juli. Gegen das Vergessen: Die Töchter und Söhne des Widerstands gegen Hitler erzählen ihre Geschichte“ steht im Mittelpunkt dieser Lesung, vielmehr dieses Vortrags. Es ist ein Buch über eine Vergangenheit, der wir uns jetzt stellen müssen. Denn das Gestern ist gegenwärtiger denn je.

Referent: Tim Pröse, Journalist und SPIEGEL-Bestsellerautor

Do 04.12.2025, 19:00 Uhr

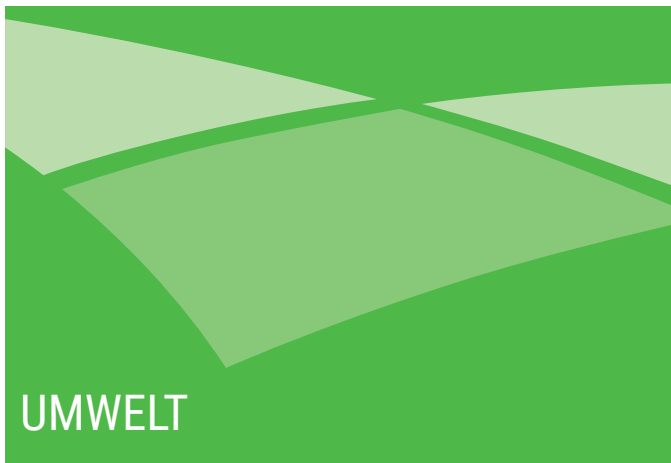
📍 Gerhardinger Saal DJD Schulen, Deutsche Schulgasse 2, 92224 Amberg

€ Eintritt frei, Sie geben was Sie können

✍️ Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Anmeldung bei der KEB - bevorzugt per Onlineanmeldung. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de

🔗 KEB mit DJD-Schulen, Stadtbibliothek und Bündnis Migration & Integration





Vortragsreihe

Nr. 2-27763

Vorträge im Energiekompetenzzentrum der Stadtwerke Amberg



📍 Energiekompetenzzentrum der Stadtwerke Amberg, Marktplatz 10, 92224 Amberg

🔗 Stadtwerke Amberg mit KEB

Elektromobilität

Mi 01.10.2025, 17:00 Uhr

Gebäudesanierung - was ist sinnvoll

Mi 05.11.2025, 17:00 Uhr

PV-Pacht & Mieterstrom in Mehrparteienhäusern

Mi 03.12.2025, 17:00 Uhr

Heiz- und Nebenkostenabrechnung - was steckt dahinter?

Mi 07.01.2026, 17:00 Uhr

AM Strom Netzflex - der smarte Stromtarif

Mi 04.02.2026, 17:00 Uhr

Elektrofahrzeuge mit unbegrenzter Reichweite durch die Elektrifizierung der Energieübertragung

Mi 04.03.2026, 17:00 Uhr

AM STROM *dynamic*

DER DYNAMISCHE STROMTARIF VON IHREN STADTWERKEN

JETZT LOSSPAREN!

100 % ÖKOSTROM

STADTWERKE AMBERG

MEHR DAZU:
stadtwerke-amberg/
am-strom-dynamic

Geführte Wanderungen

Nr. 2-28531

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

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

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

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

Eulenwanderung

Do 02.10.2025, 19:00 - 21:30 Uhr

Mit dem Ranger unterwegs: Wildtierführung im Rahmen der Wildwochen im Naturpark Hirschwald

Fr 14.11.2025, 15:00 Uhr



Workshop

Nr. 2-28635

TierischGut Club

ein Angebot rund um Tiere



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

Hinweis: Witterungsbedingte Kleidung und feste Schuhe anziehen



11.10.2025



Stauber Verena



13.00 - 18 Uhr



25 € pro Termin;
Taschengeld, Brotzeit,
Getränke und Behindertenausweis mitbringen!



Treffpunkt wird tel.
bekannt gegeben



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

Inklusive geführte Wanderung

Nr. 2-28641

Wir erkunden das Umland von Amberg

die Kraft der Natur erleben



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



19.10.2025



Brigitte Prätor



13 - 18 Uhr



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



HPZ Amberg,
Fallweg 43, Amberg



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

Vortrag

Blumen

Ein Nachmittag rund ums Thema Blumen

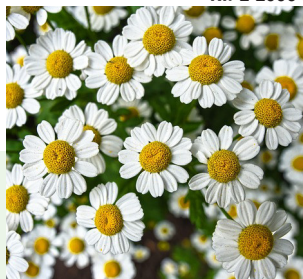
Referent: Josef Moosburger

 **So 19.10.2025, 14:30 Uhr**

 Rittersaal Hahnbach

 Infos: Moosburger Josef 09664/1634

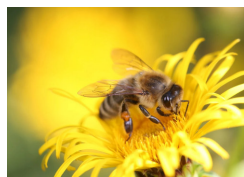
 OGV Hahnbach und Umgebung mit KEB



Nr. 2-28384

Vortrag

Das Leben und Wirken von Bienen



Referentin: Corinna Stoiber

 **Do 20.11.2025, 19:00 - 21:30 Uhr**

 Vitusheim, Hauptstr. 100, 92253 Schnaittenbach

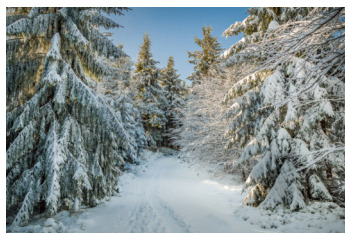
 KDFB Schnaittenbach, Imkerverein Schnaittenbach mit KEB

Nr. 2-29308

Führung

Der Wald im Wechsel der Jahreszeiten – Winter

Der Winter zeigt uns eine völlig andere Seite des Waldes. Das Leben zieht sich in die Erde zurück. Darum feiern wir zu dieser Zeit Weihnachten.



Nr. 2-28557

Hinweis: Dauer ca. 2 Std. Die Strecke ist für alle geeignet und nicht anstrengend. Veranstaltungsort: Anfahrt von Rieden her Richtung Hirschwald. Parkplatz an den Ziegelkohlenmeilern

Referent: **Werner Lang**, Förster; Revierleiter am Forstrevier Amberg

 **Sa 20.12.2025, 14:00 - 16:00 Uhr**

 Ehem. Forsthaus Palkering

€ Kostenlos - Spende für den Bund Naturschutz ist willkommen

 www.naturparkHirschwald.de unter der Rubrik Führungen

 Naturpark Hirschwald und KEB

Inklusive Führungen

Nr. 2-29668

Ein Blick zu den Sternen

Das Planetarium Ursensollen

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



21.11.2025
20.03.2026



Franz Mädler



17 - 18.30 Uhr



10 €



Planetarium
Ursensollen



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

FAMILIE



Vortrag

Verantwortungsvolles Verhalten im Internet

Infoabend für alle Generationen



Nr. 2-29232

Mi 08.10.2025, 18:30 Uhr

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

€ kostenlos

Per mail an: info@mgh-amberg.de oder Tel.
09621/86272, Anmelde-
schluss 06.10.2025

MGH/Elternschule
Amberg mit KEB

Referentin:
Sabine Wagner,
Medienpädagogin

Die erfahrene Medienpädagogin Sabine Wagner gibt Einblicke in die Herausforderungen der digitalen Welt und vermittelt konkrete Tipps für einen verantwortungsbewussten Umgang mit dem Smartphone. Gleichzeitig bietet sie die Möglichkeit, tiefer in das Nutzungsverhalten und die Erfahrungen von Kindern einzutauchen. Die Themen werden an aktuelle Entwicklungen angepasst: - Datenschutz und Schutz der Privatsphäre - Jugendschutzmöglichkeiten bei internetfähigen Geräten - Einstellungsmöglichkeiten bei Social Media Plattformen - Gefahren wie Cybermobbing und Cybergrooming - Falschinformationen und politische Manipulation - Schien und Sein auf Instagramm & Co. - Künstliche Intelligenz und Ihre Auswirkungen - Aktuelle Medientrends: Games, Serien, Challenges, etc.

pädagogischer Vortrag

Nr. 2-29695

Kinder in ihrer Lernaktivität fördern

Die eigene Rolle vom Wissensvermittler zum Lerncoach überdenken. Mit Methoden, wie Fragen stellen, Ko-Konstruieren und Modellieren und Kinder zum Nachdenken anregen. Kinder zur selbständigen Beschäftigung mit dem Lernthema anhalten. Hilfestellungen gemeinsam suchen, um Lernentwicklung zu ermöglichen.

Referentin: Silke Gesinn, Diplompädagogin

Mo 13.10.2025, 16:30 Uhr

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

€ 5 € für Interessierte; für SkF-Ehrenamtliche kostenlos, Bar

SKF-Büro, Tel. 09621/48720 oder KEB Tel. 09621/9117862

SKF mit KEB

Kurs-Reihe

Nr. 2-29626

Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Gibt allen, die mit Kindern umgehen, die nötige Sicherheit im Alltag; Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Notfällen im Kindesalter
Inklusive Teilnahmebescheinigung und Erste-Hilfe-Broschüre

Referent: MA Malteser Hilfsdienst e. V.

Malteser Hilfsdienst, Sulzbacher Str. 15A, 92224 Amberg

pro Teilnehmer 60,00€

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

Malteser Hilfsdienst mit KEB



EKG – Eltern-Kind-Gruppen

Was sind Eltern-Kind-Gruppen?

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

Im gemeinsamen Spielen, Basteln, Singen etc. lernen Kinder, Kontakt untereinander aufzunehmen und soziales Verhalten einzuüben.

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

Wie läuft eine EKG ab?

- Regelmäßige Gruppentreffen (1x pro Woche 2 Stunden)
- Die Anmeldung erfolgt jeweils für 5 Treffen und kostet 3,50 € pro Treffen für die Erwachsenen, Kinder sind frei.
- Die Gruppentreffen werden durch einen Themenabend ergänzt, an dem sich nur die Eltern treffen und Themen, die sie interessieren, ausführlich besprochen werden können.
- Eine Leiterin bereitet die Treffen vor und bringt Impulse für einen Austausch ein.

Welche Themenkreise werden u. a. behandelt?

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

Wer nimmt das in die Hand?

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

Haben Sie selbst Interesse daran, EKG-Leiterin zu werden und in Ihrer Pfarrei EKG-Stunden zu leiten und anzubieten?

Dann wenden Sie sich ebenfalls an Ihre regionale KEB Amberg-Sulzbach (09621/9117862) oder direkt an die o.g. EKG-Referentinnen der KEB im Bistum Regensburg, Fr. Elli Meyer oder Katrin Madl (0941/597389) oder Mail: elli.meyer@bistum-regensburg.de bzw. katrin.madl@bistum-regensburg.de und informieren Sie sich über die Voraussetzungen zur Gruppenleiter-Ausbildung.

Aktuelle EKG-Angebote bei der KEB Amberg-Sulzbach:



die Originalen im Bistum Regensburg

Kurs

Nr. 2-29544

Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Jakob Hahnbach

-  **laufender Kurs: mittwochs/donnerstags im Wechsel 9 bis 11 Uhr**
-  Gemeindehaus Hahnbach, Herbert-Falk-Straße 2, 92256 Hahnbach
-  € 17,50 € (5er Block)
-   Monika Dietrich (0173-4021750)
-  KDFB Hahnbach mit KEB
-  Monika Dietrich

Kurs

Nr. 2-29329

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Jakob Hahnbach

-  **laufender Kurs: montags 9 bis 11 Uhr**
-  Gemeindehaus Hahnbach, Herbert-Falk-Straße 2, 92256 Hahnbach
-  € 17,50 € (5er Block)
-   über Monika Dietrich (0173-4021750)
-  KDFB Hahnbach mit KEB
-  Bianka Mattner

Kurs

Nr. 2-29545

Eltern-Kind-Gruppe 1 Mariä Himmelfahrt Hirschau

-  **laufender Kurs: donnerstags 9:30 bis 11:30 Uhr**
-  Pfarrheim Hirschau, Kolpingstr. 10, 92242 Hirschau
-  € 17,50 € (5er Block)
-   Lisamarie Schmidl (09622/7187438)
-  KDFB Hirschau mit KEB
-  Lisamarie Schmidl

Kurs

Nr. 2-29548

Eltern-Kind-Gruppe 2 Mariä Himmelfahrt Hirschau

-  **laufender Kurs: dienstags 10 bis 12 Uhr**
-  Pfarrheim Hirschau, Kolpingstr. 10, 92242 Hirschau
-  € 17,50 € (5er Block)
-   Ann-Kathrin Stein (0151/21820719)
-  KDFB Hirschau mit KEB
-  Ann-Kathrin Stein

Kurs

Nr. 2-29546

Eltern-Kind-Gruppe 3 Mariä Himmelfahrt Hirschau

-  **laufender Kurs: mittwochs 9:30 bis 11:30 Uhr**
-  Pfarrheim Hirschau, Kolpingstr. 10, 92242 Hirschau
-  € 17,50 € (5er Block)
-   Sylvia Fiedler (0152-06149396)
-  KDFB Hirschau mit KEB
-  Sylvia Fiedler

Kurs

Nr. 2-28944

Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Antonius Kümmersbruck

-  **laufender Kurs: mittwochs 9 bis 11 Uhr**
-  Pfarrzentrum St. Antonius, Kümmersbruck
-  € 17,50 € (5er Block)
-   Helga Löw (09621/1760064)
-  KDFB St. Antonius mit KEB
-  Helga Löw

Kurs

Nr. 2-28945

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Antonius Kümmersbruck

-  **laufender Kurs: mittwochs 15 bis 17 Uhr**
-  Eltern-Kind-Raum St. Antonius, Kümmersbruck
-  € 17,50 € (5er Block)
-   Ute Rödel (09621/761160)
-  KDFB St. Antonius mit KEB
-  Ute Rödel

Kurs

Nr. 2-28943

Eltern-Kind-Gruppe 3 St. Antonius Kümmersbruck

-  **laufender Kurs: dienstags 9 bis 11 Uhr**
-  Pfarrzentrum St. Antonius, Kümmersbruck
-  € 17,50 € (5er Block)
-   Helga Löw (09621/1760064)
-  KDFB St. Antonius mit KEB
-  Helga Löw

Kurs

Nr. 2-29547

Eltern-Kind-Gruppe St. Ägidius Schmidmühlen

-  **laufender Kurs: freitags 8:30 bis 10:30 Uhr**
-  Pfarrheim St. Ägidius, Schmidmühlen
-  € 17,50 € (5er Block)
-  Michaela Mehringer (0162-2785223)
-  PGR St. Ägidius mit KEB
-  Michaela Mehringer

Kurs

Nr. 2-29401

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

-  **laufender Kurs: montags 15:30 bis 17 Uhr**
-  Treffpunkt im Waldstück in Hammerberg, nahe Schmidmühlen
-  € 17,50 € (5er Block)
-  Tammy Pirzer (0157-56325975)
-  PGR St. Ägidius mit KEB
-  Tammy Pirzer

Kurs

Nr. 2-29402

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

-  **laufender Kurs: dienstags 9 bis 10:30 Uhr**
-  Treffpunkt im Waldstück in Hammerberg, nahe Schmidmühlen
-  € 17,50 € (5er Block)
-  Lena Deml (0171-5640284)
-  PGR St. Ägidius mit KEB
-  Lena Deml

Kurs

Nr. 2-29381

Eltern-Kind-Gruppe St. Vitus Schnaittenbach

-  **Kurs-Neustart ab ca. Januar 2026 geplant: mittwochs 9:30 bis 11:30 Uhr**
-  Vitusheim, Schnaittenbach
-  € 17,50 € (5er Block)
-  Julia Schumann (01575-4142507)
-  PGR St. Vitus mit KEB
-  Julia Schumann

Kurs

Nr. 2-29543

Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Marien Sulzbach

-  **laufender Kurs: mittwochs 9 bis 11 Uhr**
-  Pfarrheim St. Marien, Pfarrplatz 3, 92237 Sulzbach-Rosenberg
-  € 17,50 € (5er Block)
-  Christiane Dünzen (09661/8159178)
-  PGR St Marien Sulzbach mit KEB
-  Christiane Dünzen

Kurs

Nr. 2-29542

Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Marien Sulzbach

-  **laufender Kurs: donnerstags 9 bis 11 Uhr**
-  Pfarrheim St. Marien, Pfarrplatz 3, 92237 Sulzbach-Rosenberg
-  € 17,50 € (5er Block)
-  Gabriele Papp (09661/5060490)
-  PGR St Marien Sulzbach mit KEB
-  Gabriele Papp

Kurs

Nr. 2-29541

Eltern-Kind-Gruppe St. Ägidius Vilseck

-  **laufender Kurs: donnerstags 9 bis 11 Uhr**
-  Pfarrheim St. Ägidius Vilseck, Kirchgasse, 92249 Vilseck
-  € 17,50 € (5er Block)
-  Angelina Draht (0160-5431301)
-  KDFB Vilseck mit KEB
-  Angelina Draht





Elternschule Amberg e.V.



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

Themenreihe

Nr. 2-28711

Themencafé



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

kostenlos. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Referentinnen: Melanie Baumann, Anna Wachter

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

€ kostenlos

📝 Eine Anmeldung erleichtert uns die Planung, ist aber nicht zwingend erforderlich. Per mail an: info@mgh-amberg.de, Tel. 09621/86272

🚗 MGH/Elternschule Amberg mit KEB

„Basics zum kindlichen Schlaf von 0-3 Jahren“

Fr 17.10.2025, 10:00 - 11:30 Uhr

„Basics rund um die Beikost“

Mo 17.11.2025, 15:00 - 16:30 Uhr

„Abschied von der Windel“

Mo 15.12.2025, 15:00 - 16:30 Uhr

Kurs

Nr. 2-29439

Musikgarten für Babys – 6 Monate-1,5 Jahre



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

Referentin: Gertrud Götzfried

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

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

€ 85 € (für 11 Treffen)

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

🚗 MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nr. 2-29440

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

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

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

€ 85 € (für 11 Treffen)

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

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nr. 2-29441

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 Echspielen, Tanz und gezieltem Einsatz von Instrumenten.

Referentin: Gertrud Götzfried

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

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

€ 85 € (für 11 Treffen)

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

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nr. 2-29442

Musikalische Früherziehung

für Familien mit Kindern im Alter ab 4 Jahre



Das Konzept umfasst spielerisch folgende Lerninhalte: Singen und Sprechen, Musik hören, Bewegung und Tanz, Musikinstrumente kennenlernen, elementares Instrumentalspiel und den Einstieg in die Musiklehre. Die Eltern bekommen von der

Musiklehrerin genaue Anweisungen, wie sie mit ihren Kindern zuhause lernen können.

Referentin: Gertrud Götzfried

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

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

€ 75 € (für 11 Einheiten)

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

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nr. 2-29434

Bewegungsbaustelle

für Mütter und Väter mit Babys und Kleinkindern bis 2 Jahre



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

wird der natürliche Bewegungsdrang Ihres Babys unterstützt und gefördert.

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

Gruppe 2 (Läufer): 10:45-11:45 Uhr

Referentin: Evi Graf

fortlaufende Kurse in 10er Blöcken, jeweils montags.

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

€ 64 € für 10 Einheiten

Elternschule/Mehrgenerationenhaus unter: info@mgh-amberg.de; Tel. 09621/86272

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

**Kurs**

Nr. 2-29437

PEKIP**Prager-Eltern-Kind-Programm**

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

Referentin: Evi Graf

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken, Dienstag vormittag - bei genügend Anmeldungen auch Freitag vormittag

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

€ 105,00 € für 10 Einheiten

📝 nur direkt bei Evi Graf - 0152/28950973 oder evigraf@online.de; Eine Einheit dauert 75 min. Max. 7 TN. Folgekurse werden angeboten und ein Quereinstieg ist möglich, wenn Plätze frei werden.

🚗 MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nr. 2-29451

Babyschwimmen

für Eltern mit Kindern im Alter zwischen 4-12 Monaten



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. Nur ein Erwachsener pro Kind möglich.

Hinweis: Bitte Schwimmwindel mitbringen.

Referentin: Michaela Schuhmacher

fortlaufender Kurs in 8er Blöcken am Dienstag:

Gruppe 1: 15 bis 15:30 Uhr

Gruppe 2: 15:30 bis 16 Uhr

Gruppe 3: 16 bis 16:30 Uhr

📍 Hallenbad KA2, Gabelsbergerstr. 20, 92245 Kümmersbruck

€ 70 € für 8 Kurseinheiten; Eintritt für das Bad muss von den Kursteilnehmern selbst bezahlt werden und ist nicht in der Kursgebühr begriffen.

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

🚗 MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nr. 2-29455

Wasserfrösche

Als Vorbereitung für's Schwimmen planschen und spielen die kleinen Wasserfrösche zusammen mit Mama oder Papa im Wasser, die eine entsprechende Anleitung zum Erlernen von kindlichen Schwimmbewegungen bekommen. Max. 10 TN.

Referent: Jan Schönholz, Schwimmmeister

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

📍 Kurfürstenbad Amberg, Kurfürstenring 2, 92224 Amberg

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

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

🚗 MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nr. 2-29454

Schwimmflügelkurs



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

schwimmkurses gebucht werden.

Hinweis: Dieser Kurs ist ein fortlaufender Kurs und wird immer in Blöcken angeboten. Sie können sich jederzeit für eine neue Kursreihe auf unsere Warteliste setzen lassen. Bitte Schwimmwindel mitbringen.

Referentin: Michaela Schuhmacher

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

Hallenbad KA2, Gabelsbergerstr. 20, 92245 Kümmersbruck

€ 70 € für 8 Kurseinheiten; Eintritt für das Bad muss von den Kursteilnehmern selbst bezahlt werden und ist nicht in der Kursgebühr inbegriffen.

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

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nr. 2-29449

Anleitung zum Schneiden und Nähen

Erlernen von Grundfertigkeiten



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

Referentin: Gisela Gebhard

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken: montags: 08:30-11:30 Uhr; freitags: 08:30-11:30 Uhr; samstags: 10-13 Uhr

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

€ 84 € (für 10 Einheiten)

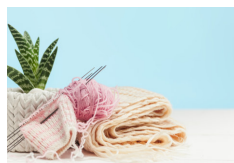
per mail an: info@mgg-amberg.de; Tel. 09621/86272

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nr. 2-29446

Anleitung zu Grundkenntnissen im Nadelspiel



Bei diesen Treffen häkeln, stricken und sticken wir gemeinsam. Ihnen wird geholfen, wenn Sie die oftmals zu komplizierten, Beschreibungen nicht lesen oder umsetzen können. Falls Wolle und Anleitung nicht zusammenpassen, berechnen wir Ihnen gerne alles neu. Was kann man

sonst noch mit Wolle anfangen? Anregungen gibt es bei uns genug!

Referentinnen: Sigrid Spies, Martina Eckl

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

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

€ 3,50€/Treffen; max. 6 TN

keine

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nr. 2-29450

Nähkurs für Anfänger

Du hast Interesse am Nähen, weißt aber nicht, wie du starten sollst? Dann bist du bei uns genau richtig! In unserem Nähkurs für Anfänger begleiten wir dich bei deinen ersten Näherfahrungen und arbeiten gemeinsam an einfachen, aber kreativen Projekten, die speziell für Einsteiger geeignet sind.

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

Referentin: Nicole Wenning

mittwochs von 14:30-16:30 Uhr

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

€ 65 € (für 8 Einheiten)

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

MGH/Elternschule Amberg mit KEB



Kurs

Nr. 2-29443

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

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

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

€ 48 € (für 10 Einheiten)

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

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nr. 2-29445

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.

Man tut sich hierbei wirklich etwas Gutes für Körper, Geist und Seele

Hinweis: max. 8 TN

Referentin: Michaela Schumacher

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

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

€ 48 € (für 10 Einheiten)

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

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kurs

Nr. 2-29447

Englisch für Erwachsene



Dieser Kurs ist geeignet für alle, die einige Vorkenntnisse in Englisch haben, im Umgang mit der Sprache aber noch unsicher sind. Es gibt kein Buch! Jede Stunde wird individuell mit unterschiedlichen Texten, Quizfragen, Grammatik (-Wiederholungen), Hörverständnis- und Sprechübungen, Rollenspielen, Reiseberichten, Diskussionen etc. gestaltet.

"Schnuppern" oder Quereinstieg jederzeit möglich! Max 8 TN.

Referentin: Anja Schmid

fortlaufender Kurs in 10er Blöcken, jeweils mittwochs, 15 - 16:30 Uhr (Gruppe 1) und 16:30-18 Uhr (Gruppe 2)

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

€ 77 € (für 10 Einheiten)

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

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Angeleiteter Backkurs

Nr. 2-28849

„In der Weihnachtsbäckerei“

für Familien mit Kindern (beim 1. Termin nur für Erwachsene)



Zusammen backen Jung und Alt gemeinsam Weihnachtsplätzchen in adventlicher Atmosphäre. Der Teig und sonstige Materialien zum Verziern sind im Preis begriffen: Bitte entsprechende Behälter für die fertigen Plätzchen mitbringen und alte Kleidung anziehen. Max. 10

TN

Referent: Sabine Kirndörfer, Hauswirtschaftsmeisterin

Dienstags-Termine: 18.11. / 25.11. / 02.12. / 09.12. Mittwochs-Termine: 19.11. / 26.11. / 03.12. / 10.12.

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

€ 15 € pro TN (inkl. Teigkugeln und Verziermaterial)

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

MGH/Elternschule Amberg mit KEB

Kreativ-Workshopreihe

Nr. 2-28698

Kreativ – Bastelnachmittage mit fachlicher Anleitung

für Familien mit Kindern

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

Hinweis: max. 10 Kinder. Voranmeldung dringend erforderlich!
Bitte unbedingt alte Kleidung anziehen!
Bei kurzfristigen Absagen wird eine Gebühr von 5,00 € berechnet!

Referentin: Bianca Hellebrand

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

Filzmaus im Tontopf
 Do 16.10.2025, 15:00 - 16:30 Uhr
 Vogel-Futterstation aus Holz
 Di 18.11.2025, 15:00 - 16:30 Uhr
 Weihnachtsbastelei
 Do 11.12.2025, 15:00 - 16:30 Uhr



reichert



reisebüro reichert GmbH

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



Für Schulen, Vereine, Firmen, Behörden und Gruppen organisieren wir gerne Halbtages-, Tages- oder mehrtägige Ausflugsfahrten. Unsere Leistungen umfassen die Organisation der Busfahrt, Buchungen von Hotels, Restaurants, Fährüberfahrten, Führungen, Museums- und Betriebsbesichtigungen.

Verkehrsunternehmen Bruckner GmbH

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

Weihnachtsmärkte 2025

- 29.11. Adventszauber Ingolstadt und Kuchlbauers Turmweihnacht
- 29.11. Kugelmärkte Lauscha und Weihnachtsmarkt Bayreuth
- 06.12. Weihnachtsmarkt Leipzig
- 06.12. Weihnachtsmarkt Ludwigsburg
- 07.12. „Glasdorf Arnbruck & Weihnachtsmarkt St. Englmar“
- 13.12. Striezelmarkt Dresden
- 13.12. Weihnachtsmarkt Bamberg
- 14.12. Burgweihnacht Burghausen und Altötting
- 20.12. Weihnachtsmarkt Ulm
- 21.12. Weihnachtsmärkte Prag

Abfahrten ab Sulzbach-Rosenberg und Amberg!
Ausführliche Informationen und Preise erhalten Sie in unseren Büros Bruckner & Reichert oder unter
www.ferien-freund.de

reichert



ferien - freund bruckner



KULTUR



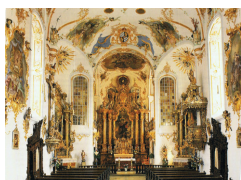
Gruppenführungen in Amberg mit der KEB



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

Schulkirche

Dauer: ca. 1 Std.



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

Referent: Franz Meier,
zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Termin nach Vereinbarung

- 📍 Schulkirche, 92224 Amberg
- € Spende zu Gunsten des Orgelbauvereins
- 📞 KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
- ∞ KEB (nur als Gruppenführung buchbar. Max. 20 Personen)

Barnabas mit Resi

Eine amüsante Führung von Brauerei zu Gasthäusern mit Bierverkostung

Dauer: ca. 2 Std.



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

Referent: Franz Meier,
zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Termin nach Vereinbarung

- 📍 Amberg
- € 25€ p.P.
- 📞 KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
- ∞ KEB (nur als Gruppenführung buchbar. Mind. 10; Max. 20 Personen)

Altstadt (allgemein)

Dauer je nach Vereinb.



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

Referent: Franz Meier, zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Termin nach Vereinbarung

- 📍 Amberg
- € Spende zu Gunsten den Orgelbauvereins!
- 📞 KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
- ∞ KEB (nur als Gruppenführung buchbar. Max. 20 Personen)

Alte Stadtmauer

Das alte Amberg vor dem 14. Jahrhundert - Dauer: je nach Vereinb.



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

Referent: Franz Meier,
zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Termin nach Vereinbarung

- 📍 Amberg; Treffpunkt am ehemaligen Ringtheater!
- € Spende zu Gunsten den Orgelbauvereins!
- 📞 KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
- ∞ KEB (nur als Gruppenführung buchbar. Max. 20 Personen)

Brauereiführung im Schloderer oder Winkler

Dauer ca. 1 Std.

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

Referent: Franz Meier, zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Termin nach Vereinbarung

- 📍 Amberg
- € Spende zu Gunsten den Orgelbauvereins!
- 📞 KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
- ∞ KEB (nur als Gruppenführung buchbar. Max. 20 Personen)

Den Aufbau einer Orgel verstehen

Anleitung zum Aufbau einer MiMa-Organ



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

anschauliche und praktische Weise lernen und entdecken, wie eine Orgel tatsächlich funktioniert.

Referent: Franz Meier, zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Termin nach Vereinbarung

📍 nach Vereinbarung

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

🔗 KEB (Gerne vermitteln wir einen Sondertermin - max. 20 Pers.)

Kirchenführung in der Basilika St. Martin



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

Referent: Franz Meier, zertifizierter Heimat- und Kulturführer

Termin nach Vereinbarung

📍 Basilika St. Martin, Rathausstraße 8, 92224 Amberg

€ Spende zu Gunsten des Orgelbauvereins

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

🔗 KEB (nur als Gruppenführung buchbar. Max. 20 Personen)

Dachstuhl-Führung

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

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

Referent: Franz Meier, Zertifizierter Heimat- und Kulturführer

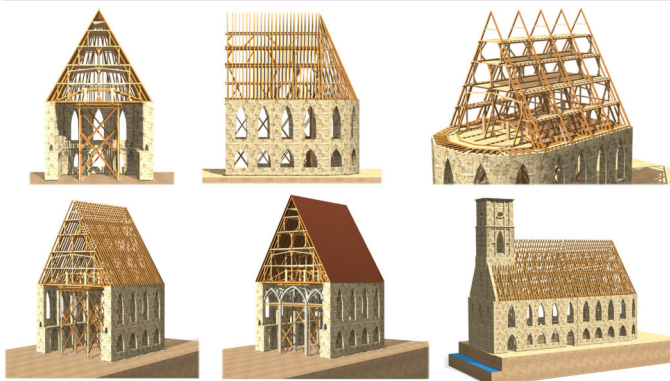
Termin nach Vereinbarung

📍 Basilika St. Martin, Marktplatz, 92224 Amberg
Treffpunkt: Eingang Ölbergseite

€ freiwillige Spende für Orgelrenovierung!

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

🔗 KEB



Folgende Gruppenführungstermine stehen schon fest und können gebucht werden:

Führung

Nr. 2-29700

Dachstuhl-Führung

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

-  **Sa 18.10.2025, 10:00 - 12:30 Uhr**
weiterer Termin am 08.11.2025, 10 bis 12:30 Uhr
-  Basilika St. Martin, Eingang Ölbergseite
-  freiwillige Spende für Orgelrenovierung!
-  KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschriftmandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de

Führung

Nr. 2-29702

Kirchenführung in der Basilika St. Martin

-  **So 19.10.2025, 14:00 - 16:00 Uhr**
-  Basilika St. Martin, Rathausstraße 8, 92224 Amberg
-  Spende zu Gunsten des Orgelbauvereins
-  KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de oder auch per Onlineanmeldung auf der Homepage

Führung

Nr. 2-29704

Alte Stadtmauer

Das alte Amberg vor dem 14. Jahrhundert

-  **So 26.10.2025, 14:00 - 16:00 Uhr**
-  Amberg
-  Spende zu Gunsten den Orgelbauvereins!
-  KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de

Führung

Nr. 2-29703

Schulkirche

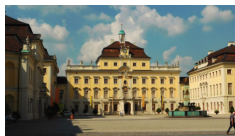
Dauer: ca. 1 Std.

-  **So 09.11.2025, 14:00 Uhr**
-  Schulkirche, , 92224 Amberg
-  Spende zu Gunsten des Orgelbauvereins
-  KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de

Studienfahrt

Nr. 2-29617

Ludwigsburg



mit Schlossführung

Referent: örtl. Führer

 **Fr 26.09.2025, 7:30 Uhr**

 Ludwigsburg

 49 € für Mitglieder, 53 € für Nichtmitglieder (Busfahrt inkl. Schlossführung)

 Anmeldung erforderlich bei Angelika Kirner, Tel. 2 23 50 oder Irena Meyer 1 54 03

 KDFB Aschach-Raiering mit KEB

Studienfahrt

Nr. 2-29706

Von Türmern und Burgen

Besuch und Führung in der Burg Dagestein und Türmer Museum Vilseck

 **So 28.09.2025, 13:00 Uhr**

Treffpunkt 13 Uhr am Kirchplatz Poppenricht

 Burg Dagestein, Schloßgasse 6-8, 92249 Vilseck

 KAB Poppenricht mit KEB

Geführte Wanderung

Nr. 2-28821

Marterlführung Schnaittenbach



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

Referent: Josef Schuller

 **So 28.09.2025, 14:00 - 16:00 Uhr**

 Schule Schnaittenbach, Amberger Str. 32 - Weglänge: ca. 4 km. Findet bei jedem Wetter statt

 4 €, Ki bis 14 J. frei

 bei AOVE, Tel. 09664 9539720, info@aove.de

 AOVE mit KEB

Führung

Nr. 2-29240

Expedition „Erdgeschichte Massenricht“

ein Schaufenster für Erdgeschichte und Kulturlandschaft



Wir gehen entlang der Freihunger Störung - mit mehr als 1000 Meter Sprunghöhe - durch einen Teil des Oberpfälzer Bruchschollenlandes, erkunden eine geologische Zeitgeschichte, beginnend mit 280 Millionen Jahren und endend bei 10.000 Jahren. Es gibt in Deutschland nur

wenige Orte mit einer so dichten und abwechslungsreichen Erde und einer so vielfältigen Bergbaugeschichte. Bei Massenricht wurden u. a. über Jahrhunderte hinweg Mühlsteine bester Qualität gebrochen und auf den Altstraßen in ferne Regionen verfrachtet. Lassen Sie sich auf ein geologisches Erlebnis ein und entdecken dabei verborgene Schätze unserer Heimat.

Referent: Josef Kohl, Gästeführer

Sa 04.10.2025, 14:00 Uhr (Dauer ca. 2,5-3 Std.)
(auch Sondertermine für Gruppen nach Vereinbarung möglich)

- 📍 Treffpunkt in Träglhof (Ortsteil von Hirschau) am Ortsschild
- € 5 € per Lastschriftmandat bei der ONLINE-Anmeldung
- 📄 KEB per Onlineanmeldung auf der Homepage; Infos unter Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de, Anmeldeschluss 02.10.2025. Bitte festes Schuhwerk und gegebenenfalls Regenkleidung einplanen.

🚶 KEB

Workshop

Nr. 2-29337

Anleitung zum Ausbuttern

Im Rahmen des Erntedanks wird die alte Tradition des Ausbutterns weitergegeben

Di 14.10.2025, 18:00 Uhr

- 📍 Pfarrheim Hirschau, Kolpingstraße 10, 92242 Hirschau
- 📄 U. Mutzbauer 09622/719580, Anmeldeschluss 01.10.2025
- 🚶 KDFB Hirschau mit KEB

Vortrag

Nr. 2-29299

„Amberg - mehr als ein Gedicht“

Geselliger Vortragsabend mit Friedrich Brandl

Referent: Friedrich Brandl

Di 14.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

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

Studienfahrt

Nr. 2-29459

Kloster Speinshart

Referent: örtl. Führer/in

Do 16.10.2025, 12:00 - 19:30 Uhr

Genaueres wird rechtzeitig im Pfarrbrief, auf dem Instagram-Account und in der Presse bekannt gegeben

- 📍 Kloster Speinshart
- 📄 KAB St. Georg Amberg (Franz Hirmer 09621/31299)
- 🚶 KAB St. Georg mit KEB

Vortrag

Nr. 2-29572

Anna Rumpf – eine Hellseherin im Amberg des 30jährigen Krieges

Anna Rumpf war seit ihrer Kindheit Brillenträgerin. Als ihr aber 1627 ein großer weißer Mann in hellem Licht erschien, konnte sie klar sehen - und hörte, wie die Gestalt sie aufforderte, die Amberger zur Buße aufzurufen. Erscheinungen dieser Art wiederholten sich. In der von Kriegsfolgen und Konfessionswechsel erschütterten Stadt sorgten ihre Erscheinungen

für Aufsehen, und es wunderte nicht, dass ihr Auftreten die bayerischen Autoritäten auf den Plan rief. Der Vortrag bringt Licht in diese ominösen Vorgänge und zeichnet zugleich ein Bild Ambergs zum vielleicht wichtigsten Wendepunkt seiner Geschichte.

Referent: Dr. Andreas Erb, Leiter Stadtarchiv Amberg

Do 23.10.2025, 19:00 Uhr

- 📍 Rathaussaal, Marktplatz 1, 92224 Amberg
- € Eintritt frei
- 🚶 HVOR (AM), Stadtarchiv und Stadtwache Amberg mit KEB

Führung

Nr. 2-29418

Stadtmuseum Amberg

Di 04.11.2025, 13:30 Uhr

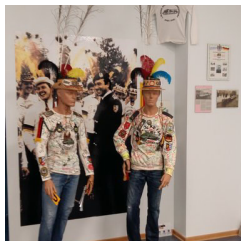
Peichl Ursula 09621/82767

KDFB Hl. Dreifaltigkeit mit KEB

Führung

Nr. 2-29573

Die Geschichte der Schweppermannkaserne und seine militärgeschichtliche Sammlung



Der „Eiserne Vorhang“ steht. Die Bundesrepublik Deutschland leitet die Wiederbewaffnung ein. Im Oktober 1960 ist die Panzerkaserne auf der Gärnersdorfer Höhe fertiggestellt und die Geschichte der Kaserne beginnt. In dieser Führung soll die Geschichte der Schweppermannkaserne unter Einbeziehung seiner damaligen Panzerverbände und selbstständigen Einheiten vorgestellt werden. Auch werden die gegenwärtigen Einheiten in den verschiedenen Räumen präsentiert.

Referent: Wolfgang Krettner

Fr 07.11.2025, 19:00 Uhr

Schweppermannkaserne, 92224 Amberg
Treffpunkt Parkplatz am Eingang Wache; Parkplätze sind vorhanden.

Anmeldung unbedingt erforderlich - unter hv.amberg.hp.klinger@gmail.com
Wichtig: Betreten der Kaserne nur mit gültigem Personalausweis. Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen nach Reihenfolge der Anmeldung und Bestätigung beschränkt.

HVOR (AM) mit KEB

Vortrag

Nr. 2-29574

Casino und Stadttheater

Geschichte zweier Gleichaltriger



Am Ende des Jahres 1803 gab es mit dem Amberger Museum, der heutigen Casino-gesellschaft, und dem Amberger Theater gleich zwei Neugründungen im Bereich des kulturellen Lebens, die bis heute Bestand haben und sich immer wieder ergänzten. Wann, wie und warum Casino

und Theater zusammenwirkten, soll Gegenstand dieses Vortrags sein.

Referent: Dr. Andreas Erb, Leiter Stadtarchiv Amberg

Di 18.11.2025, 19:00 Uhr

Stadttheater Amberg, Schrankenplatz 8, 92224 Amberg

Eintritt frei

HVOR (AM), Stadtarchiv Amberg mit KEB

Vortrag

Nr. 2-29229

Pompeji, die Römerstadt aus der Vulkanasche

Bilder, Eindrücke, Geschichten



Referentin: Renate Markoff, ehem. Gymnasiallehrerin für Latein und Englisch

Fr 21.11.2025, 18:30 Uhr

Pfarrheim Ammerthal, Dorfplatz 2, 92260 Ammerthal

Pfarrei Ammerthal mit Seniorennetzwerken Ammerthal/Ursensollen und KEB

Vortrag

Nr. 2-29184

Simultaneum im Raum Sulzbach

Der Begriff Simultaneum umschreibt die gemeinsame Nutzung von Kirchen und die Aufteilung des gesamten Kirchenbesitzes unter Katholiken und Protestanten. Die flächendeckende Einführung in Pfalz-Sulzbach war im damaligen deutschen Reich einzigartig. Bei den Konfessionen konnten sich hier etablieren. Wie sah das Zusammenleben der beiden Konfessionen aus, welche Chancen, welche Probleme ergaben sich in diesen 373 Jahren des Simultaneums, welches in Teilen bis heute besteht und mancherorts immer noch das Verhältnis der beiden Konfessionen zueinander bestimmt. Der Vortrag von Peter Geiger möchte darauf Antwort geben.

Referent: Peter Geiger

Di 13.01.2026, 19:00 - 21:00 Uhr

KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg

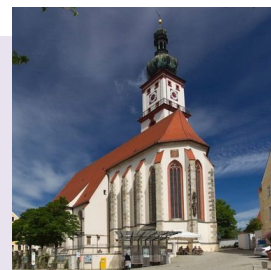
frei - Spende erbeten

KEB, Tel. 09621/9117862;

info@keb-amberg-sulzbach.de

oder auch per Onlineanmeldung auf der HP

Historischer Verein (Reg.gr. AM) mit KEB



Vortrag

Nr. 2-29550

„Sein Gipfel voller Ruhm, von Alt berühmtem Adel“**Historische Forschungen zu den Herren von Freudenberg**

Unweit von Amberg hatte das Geschlecht der Freudenberger seinen namensgebenden Sitz, den sie vom 13. Jahrhundert bis zum Ende des 16. Jahrhunderts besaßen und zu einer eigenen Herrschaft ausbauen konnten. Doch die Wurzeln dieses Adelsgeschlechts reichen noch weiter zurück und ihr Einfluss erstreckte sich über viele weitere Besitzungen in der heutigen Oberpfalz. An vielen Orten finden sich noch die Spuren dieses Adelsgeschlechts - in der Oberpfalz, aber auch weit darüber hinaus. Der Vortrag bietet einen Überblick über die Geschicke eines weit verzweigten Adelsgeschlechts über Jahrhunderte und historische Grenzverläufe hinweg.

Referent: Daniel Butz

Di 22.01.2026, 19:00 - 21:00 Uhr

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg

€ Keine

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

🔗 Historischer Verein (Reg.gr. AM) mit KEB

Vortrag

Nr. 2-29709

Die Tschechoslowakischen Legionen

Freiwillige, Deserteure, Kriegsgefangene, Räuber, Helden, Staatsmänner - Truppenteile aus Freiwilligen, Kriegsgefangenen und Deserteuren bildeten zum Ende des I. Weltkriegs eine schlagkräftige Armee, die im Russland der Revolution und des Bürgerkriegs mehrfach die Seiten wechselte. Sie raubte den Goldschatz des Zarenreiches und kontrollierte mit Panzerzügen fast ganz Sibirien. Nach einer abenteuerlichen Ausreise über den Pazifik begründeten die Legionen die Staatsmacht der 1918 neu entstandenen CSR. Bekannte Poeten und einflussreiche Politiker fanden sich unter dem Kommando. In Tschechien ranken sich viele Legenden um diese Episode, hier ist sie kaum bekannt.

Referent: Hans-Peter Klinger

Di 03.02.2026, 19:00 - 21:00 Uhr

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg

€ frei, Spenden erbeten

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

🔗 Historischer Verein (Reg.gr. AM) mit KEB

Workshop

Nr. 2-29303

Einweisung in den Schießsport am Jordanberg

Referent: Norbert Schmidt

Fr 13.02.2026, 17:30 - 20:00 Uhr

📍 Schützenheim SG Amberg e.V., Regensburger Str. 36, 92224 Amberg

🔗 KAB Dreifaltigkeit mit KEB

Gespräch und Information

Nr. 2-29631

„Das Pflegeschloss Hohenburg“

Referent: Prof. Dr. Hans-Hermann Klünemann

Mi 11.03.2026, 19:00 Uhr

📍 Bürgersaal im Rathaus, Marktplatz 19, 92277 Hohenburg

🔗 PGR Hohenburg mit KEB



KREATIVITÄT

Kalligrafie-Seminare bei der KEB

Kalligrafie-Seminar - das Auge liest mit!

Nr. 2-28424

Kalligrafie – „Neuland“ in Schichten

auch für Neueinsteiger geeignet



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

Referentin: Elke Gehr

Sa 27.09.2025, 9:30 - 17:00 Uhr

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

45 € - Benötigtes Material: siehe Beschreibung auf KEB-Homepage

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

KEB

Kalligrafie-Seminar

Nr. 2-28724

Kalligrafie – Experimente im kleinen Format

Für Anfänger und Fortgeschrittene



In diesem Kurs spielen wir mit Farben und Werkzeugen und probieren verschiedene Techniken aus. Wir schauen einmal genau in unseren Werkzeugkasten und finden dort sicher Materialien, die wir selten oder nicht benutzen. Heute testen wir sie einfach mal und kombinieren sie miteinander auf unseren Blättern. Dadurch lernen wir sie besser kennen. Später zerschneiden wir die Blätter zu kleinen Formaten und ergänzen sie nach Geschmack mit kurzen Texten. An dieser Stelle machen wir uns Gedanken zum Layout. Vielleicht entstehen neben den experimentellen Stücken sogar kleine Kunstwerke, die uns als Karten, Lesezeichen etc. gefallen.

Referentin: Brigitte Herrneder

Sa 18.10.2025, 9:30 - 17:00 Uhr

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

45 € - Benötigtes Material: siehe Beschreibung auf KEB-Homepage

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

KEB

Kalligrafie-Seminar

Nr. 2-29304

Experimente im kleinen Format - Intensivierung

NEU: Möglichkeit zur Verlängerung des Kurses auf zwei Tage



Am Samstag erarbeiten wir unterschiedliche Techniken und ergänzen die kleinen Formate auch schon mit Schrift, wie in der ursprünglichen Kursbeschreibung erläutert. Erstmals bei der KEB gibt es die zusätzliche Möglichkeit, den Sonntag

als Verlängerung zu nutzen. An diesem Tag analysieren wir die erstellten Blätter ausführlicher und können gezielt neue gestalten. Auch für eine ergänzende Schrift können wir uns Zeit nehmen. Eure eigenen ausgewählten Texte können gezielter auf die kleinen Formate platziert werden, Serien können entstehen oder anders sortierte Ergebnisse (z. B. als kleines Leporello).

Inhaltlich sind die Tage so konzipiert, dass der Samstag ein eigenständiger Kurstag mit konkreten Ergebnissen ist und der Sonntag zur Intensivierung dazugebucht werden kann. Dadurch nutzen wir die Möglichkeit, am zweiten Tag mit den schon ausgebreiteten Materialien gleich weiter arbeiten zu können und uns intensiver mit der Gestaltung beschäftigen zu können.

Referentin: Brigitte Herrneder

So 19.10.2025, 9:30 - 17:00 Uhr

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

45 € - Benötigtes Material: siehe Beschreibung auf KEB-Homepage

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

KEB



Kalligrafie-Seminar

Nr. 2-28727

Kalligrafie – Weihnachtskalligrafie

Für Anfänger und Fortgeschrittene



Heute nehmen wir viele Schrift- und Gestaltungsimpulse aus den verschiedenen Kursen auf und bündeln ihre Verwendungsmöglichkeiten zum Thema Weihnachten. Dazu gehören Variationen für Gutscheine, das Schreiben weiß auf schwarz, Geschenkverpackungen und vieles mehr. Aus den bisherigen Kursen wissen wir auch, dass mit dem gemein-

samen Arbeiten stets eigene Impulse und Ideen entstehen, die weiterentwickelt werden können. Außerdem wagen wir uns auch einmal an die Beschriftung von Kugeln. Das ist eine Herausforderung, aber mit den entsprechenden Tipps ist das zu schaffen.

Referentin: Brigitte Herrneder

Sa 22.11.2025, 9:30 - 17:00 Uhr

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

€ 45 € - Benötigtes Material: siehe Beschreibung auf KEB-Homepage

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

KEB

Kalligrafie-Seminar

Nr. 2-29215

Kalligrafie – Textura

die gotische Schrift aus dem Mittelalter und ihre modernen Ausdrucksformen - Für Anfänger und Fortgeschrittene



Wir nehmen uns die historische Schrift aus dem 13. bis 15. Jh. vor und lernen anhand von Beispielen aus der Geschichte ihre Proportionen kennen. Der geometrische Aufbau wird analysiert und durch das Schreiben von Worten und kurzen Texten versteht man das Prinzip dieser Schrift. Darüber hinaus laden die prägnanten Formen dazu ein, mit unterschiedlichen Werkzeugen für moderne Interpretationen verwendet zu werden.

Referentin: Brigitte Herrneder

Sa 24.01.2026, 9:30 - 17:00 Uhr

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

€ 50 € - Benötigtes Material: siehe Beschreibung auf KEB-Homepage

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

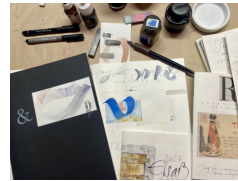
KEB

Kalligrafie-Seminar

Nr. 2-29216

Kalligrafie – Mein Skizzenbuch

Ideen und Gedanken kalligrafisch festhalten - Für Anfänger und Fortgeschrittene



Es gibt viele Möglichkeiten, seine persönlichen Gedanken und Eindrücke in einem Skizzenbuch zu sammeln: Notizen zu einem Kurs, ein Reisetagebuch führen, Textsammlungen anlegen usw. Man denkt vielleicht zuerst an Zeichnungen oder Aquarellskizzen, aber wir können

uns hier über die Schrift völlig frei grafisch austoben. Wir haben Techniken im Sortiment, mit denen Wichtiges hervorgehoben und Ergänzendes fein daneben geschrieben werden kann. Schöne Schnipsel können als Collagen die Erinnerung an einen Urlaub wachhalten. Und wir üben auf diese Weise, ein leeres Blatt mit viel Spaß und ohne Vorgaben zu füllen - nur für uns selbst.

Referentin: Brigitte Herrneder

Sa 28.02.2026, 9:30 - 17:00 Uhr

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

€ 50 € - Benötigtes Material: siehe Beschreibung auf KEB-Homepage

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

KEB

Aufbaukurs

Nr. 2-29416

Anleitung zu „Altes Liedgut – neu interpretiert“

Referent: Christian Farnbauer

1x monatlich - freitags

Pfarramt Hl. Dreifaltigkeit, Dreifaltigkeitsstr. 7, 92224 Amberg

KDFB Hl. Dreifaltigkeit

Workshop

Nr. 2-29488

Bordun-Spielkurs 2025

mit Anleitung für das Spiel auf dem Dudelsack (Schäferpfeife, Hümmlchen, Böhmischer Bock) und der Drehleier



Schwedische Walzer, Irische Hornpipes, Französische Bourrées, Schweizer Ländler und Oberpfälzer Zwiefache: Im Bordunmusikkurs gehen wir auf eine musikalische Reise kreuz und quer durch Europa. Der Kurs ist sowohl für Anfängerinnen und Anfänger wie auch für Fortge-

schriftene geeignet. Notenkenntnisse sind hilfreich, aber keine Voraussetzung. Der Kurs wird in kleinen Gruppen durchgeführt. Am Kurs besteht die Möglichkeit einen Schnupperkurs zu belegen, einen Dudelsack auszuleihen und auszuprobieren.

Referent: Johannes Rösch

Fr 03.10.2025, 17:00 Uhr - So 05.10.2025, 13:00 Uhr

📍 Bildungshaus Kloster Ensdorf, Hauptstr. 9, 92266 Ensdorf

€ 440,00€ Übernachtung im Einzelzimmer, 330,00€ ohne Übernachtung
Der Workshop findet ab 7 bis max. 12 Personen statt.

📄 www.kloster-ensdorf.de/veranstaltungen

🔗 Kloster Ensdorf mit KEB

angeleitete Trommel-Workshops

Nr. 2-27540

World-Percussion

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

Referent: Helmut Kaiser

mittwochs: 08.10.25 / 19.11.25 / 10.12.25 / 14.01.26, jew. 18:30 bis 21:30 Uhr

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

€ 100 € (4 Termine)

📄 KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung (zum 1. Termin) auf der Homepage mit Lastschriftmandat.

Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de; Anmeldeschluss 01.10.2025

🔗 KEB



Kurs

Nr. 2-29415

Anleitung zur Handarbeit

Handarbeitstreff



Die Referentin gibt Anleitungen zum Stricken, Häkeln oder anderen Handarbeitstechniken

Referentinnen: Elisabeth Schlingmann

Irmgard Flierl

donnerstags - alle zwei Wochen; zunächst 5 Termine: 09.10. / 23.10. / 06.11. / 27.11. / 11.12. - bei genügend Interesse findet ab Januar eine Fortsetzung statt.

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

🔗 KDFB Hl. Dreifaltigkeit



Workshop-Reihe

Nr. 2-28922

Internationaler Kochkurs: Gerichte aus der ganzen Welt

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

Termine werden kurzfristig bekanntgegeben

📍 Malteser Kochtreff, Dollackerstr. 29, 92224 Amberg/Amersricht max. 20 TN

€ Spenden willkommen

📄 Malteser Hilfsdienst e.V. 09621/49330

🔗 Malteser Hilfsdienst e. V. mit KEB

Inklusiver Workshop

„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.



So. 28.09.2025 +
Sa. 21.02.2026



28.09.: Johann Bauer
21.02.: Florian Herrneder



jew. 14 - 16.30 Uhr



10 € - Bitte eigene
Trommel mitbringen
(falls vorhanden)



KEB,
Dreifaltigkeitsstr. 3



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



Nr. 2-29489

Inklusiver Kochkurs

Der Koch Club

Keine Angst vor dem Kochlöffel



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



Nr. 2-28599



08.11.2025



Beer Jörg, Betreuer



10 - 15 Uhr



25 € Kochschürze
mitbringen



OBA Lebenshilfe,
Friedrich-Ebertstr. 2a,
Amberg



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

Workshop

Der Superkraft-Club

Dich gibt es nur einmal auf der Welt



Rundum Wohlfühlen steht in diesem Club auf dem Programm:
Wir geben Tipps zu gesunder Ernährung und gutem Körpergefühl.
Und wir machen uns schick.



Nr. 2-28604

Angeleiteter Veeh-Harfen-Kurs

Weihnachtslieder für die Veeh-Harfe 5x

mit der Mappe „Es weihnachtet sehr“



In diesem Kurs spielen wir 26 klassische Weihnachtslieder aus der von Johanna Veeh-Krauß bearbeiteten Weihnachts-Mappe. Auch für Anfänger geeignet. Die Veeh-Harfen können für den Kurszeitraum gemietet werden.

Referentin: Martina Stauber



Di 04.11.2025, 18:00 - 19:30 Uhr

weitere Termine: 11.11. / 18.11. / 25.11. / 02.12.



Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit Freihung, Am Harranger 7, 92271 Freihung



60 € zzgl. 35 € für die Mappe (für Mietharfe: zzgl. 25 €)



Fr. Martina Stauber, Tel. 09646/8144, Anmeldeschluss 20.10.2025



PGR Freihung

Nr. 2-29563

Inklusiver Workshop

Club der Kreativen

Raum für Gestaltungsfreiheit



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



Nr. 2-28620



30.11.2025



Sibylle Tschoepe



13 - 17 Uhr



80 €

Kleidung mitbringen, die schmutzig werden darf



OBA Lebenshilfe,
Friedrich-Ebertstr. 2a,
Amberg



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

Workshop

Inklusives Tanz Seminar Nr. 17

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.

Tanz- oder Turnschuhe mitbringen!!!



Nr. 2-29353



16.02.2026



Katharina Scheller



16 - 18 Uhr



10 €

(Imbiss + Getränk)
muss vor Ort bezahlt werden

Tanzschule
Seidl



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

Workshop

Gitarrenurlaub mit Peter Autschbach

Nr. 2-29139



Spieler aller Stilistiken sind ausdrücklich willkommen, denn in diesem Akustik-Gitarren-Workshop steht der Spaß im Vordergrund. Das gemeinsame abendliche Jammen ist dabei ebenso wichtig, wie die eigentlichen Workshop-Inhalte. Anhand von Songs bekannter Rock- und

Bluesbands zeigt Peter Autschbach Anschlags-, Griff-, Solo-, Rhythmus- und Pickingtechniken. Timing, Groove und das richtige Feeling spielen dabei eine große Rolle. Die TeilnehmerInnen lernen, Songs interessant und kreativ zu begleiten. Angesprochen werden TeilnehmerInnen jeglichen Kenntnisstands, vom Anfänger bis zum Könnler kommt jede/r auf seine Kosten.

Hinweis: Mitzubringen sind: Gitarre, Schreibzeug, Notenständer

Referent: Peter Autschbach



Fr 02.01.2026, 18:00 Uhr - Di 06.01.2026, 13:00 Uhr



Bildungshaus Kloster Ensford, Hauptstr. 9, 92266 Ensford



810 € Übernachtung im Einzelzimmer, 795 € im DZ, Vollverpflegung, Workshopbeitrag und Konzertkarte
595 € ohne Übernachtung und Frühstück, Verpflegung, Workshopbeitrag und Konzertkarte



Bildungshaus Kloster Ensford, Tel: 09624/9200-30, mail: bildungshaus@donbosco.de



Bildungshaus Kloster Ensford mit KEB



Kommentiertes Konzert

Nr. 2-28362



„Das pralle Leben hald“

Märchen & Musikprogramm für erwachsene Frauen, Männer & Sonstige

Märchen aus dem Leben und Lieder über das Leben wechseln sich ab und umgekehrt! Die Kleinstkünstler Kreiner&Reiner aus Amberg mischen Märchen - bekannte und unbekannte - mit ebensolchen Liedern und Instrumentalstücken. Nicht immer besteht da ein zwingender Zusammenhang, doch bei allem Dargebotenen geht es um Geschichten über die Höhen und Tiefen unseres menschlichen Daseins und darum, wie wir mit viel Humor auf dem Boden landen oder aus tiefem Wasser wieder auftauchen und nach Luft schnappen. Kreiner& Reiner versprechen nicht weniger als eine kurzweilige Auszeit vom Alltag mit Folk, Blues, Soul und Geschichten mit und ohne Dialekt - aus dem prallen Leben hald.

Referenten: Sabine Kreiner, Gesang&Gesänge, Akkordeon, Ukulele
Reiner Wild, Gesang, akustische Gitarren, Mundharmonika

Fr 20.03.2026, 19:00 Uhr

Capitol, Bayreuther Str. 4, 92237 Sulzbach-Rosenberg

€ VVK 8 €, AK 10 €, Lastschrift

Kartenvorverkauf möglich bei KEB, Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de. Bevorzugt via Online-Anmeldung und Lastschrift, Anmeldeschluss 19.03.2026

Hospizverein Amberg mit KEB, EBW



Literarischer Abend

Nr. 2-29670

Mei Sprouch

Zur Erinnerung an die Mundartdichterin Margret Hölle (1927 - 2023). Im Rahmen der Sulzbach-Rosenberger Kulturnacht.



Die Gedichtsammlung „Mei Sprouch“ der 2023 verstorbenen Mundart-Dichterin Margret Hölle wird im Herbst erscheinen. Der Band wurde von ihrem Verleger Hubert Ettl zusammengestellt und behandelt Themen wie Herkunft, Kindheit, Trauer und Vergänglichkeit. Neben ihren

berühmten Dialektgedichten sind auch einige hochsprachliche Werke enthalten. Hölle, die als bedeutende Lyrikerin der Oberpfälzer Mundart gilt, erhielt für ihre Werke mehrere Auszeichnungen. Die offizielle Vorstellung des Buches übernehmen Hubert Ettl und Eva Bauernfeind, wobei auch Original-Tonaufnahmen von Margret Hölle zu hören sein werden.

Referenten: Hubert Ettl

Eva Bauernfeind

Fr 19.09.2025, 19:30 - 21:00 Uhr

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

€ 5€ - Restkarten an der Abendkasse

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

Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V. mit KEB

AutorInnengespräch

Nr. 2-29674

Nie wieder ist jetzt! Erzählen statt Schweigen!



Autorinnen und Autoren der Enkelgeneration aus Deutschland und Tschechien treffen sich in Sulzbach-Rosenberg. Anlass ist das dritte deutsch-tschechische Netzwerktreffen, bei dem sie sich über Familiengeschichten und historische Stoffe des Zweiten Weltkriegs austauschen.

Dabei wird die Perspektive auf die Zeit des Nationalsozialismus und deren Folgen bis in die Gegenwart beleuchtet. Die Autoren und Autorinnen Eli Benes, Alice Horácková, Stepán Kucera, Anne-gret Liepold, Fridolin Schley und Dana von Suffrin lesen an diesem Abend aus ihren Texten. Anschließend diskutieren sie über aktuelle gesellschaftliche Entwicklungen und die Rolle der Literatur. Moderiert wird die Veranstaltung von Zuzana Jürgens und Michala Cícváková.

Mi 24.09.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

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

Infos: Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e. V.

Tel. 09661/815959-0; info@literaturarchiv.de

Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V. mit KEB

Vortrag

Nr. 2-29000

"Wo aber liest man – was dieser Unthat gleicht!"



Auch Kinder und Jugendliche begehen schwere Verbrechen, was immer wieder für großes Medienecho sorgt. Die Ursachen und die Art der Bestrafung werden oft kontrovers diskutiert. In Deutschland existiert ein spezielles Jugendstrafrecht erst seit rund 100 Jahren. Zuvor wurden minderjährige Straftäter wie Erwachsene

behandelt, was auch die Hinrichtung von Kindern einschließen konnte. Ein Beispiel hierfür ist ein Mordfall aus dem Jahr 1768, bei dem eine zwölfjährige Täterin in Amberg hingerichtet wurde. Der Fall, der Prozess, die Hinrichtung und die mediale Rezeption in Flugschriften sind Thema des Vortrags.

Referentin: Dr. Christine Paschen

Fr 26.09.2025, 19:00 Uhr

Provinzialbibliothek, Malteserplatz 4, 92224 Amberg – Barocksaal

Eintritt frei - Spenden erwünscht

Provinzialbibliothek Amberg, HVOR (AM) mit KEB

Informations-Reihe

Nr. 2-28910

„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 an.

Referent: Team der Buchhandlung Dörner

jeden 1. Dienstag im Monat 15 bis 16:15 Uhr;

nächste Termine: 07.10.25 / 04.11.25 / 02.12.25

Buchhandlung Dörner, Luitpoldplatz 4, 92237 Sulzbach-Rosenberg

Eintritt frei (Getränke und Kuchen je nach individueller Bestellung)

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

Buchhandlung Dörner mit KEB

**BUCHHANDLUNG
DÖRNER**

**Café
MINERVA**

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.**

Find us on
Facebook

and on
Instagram

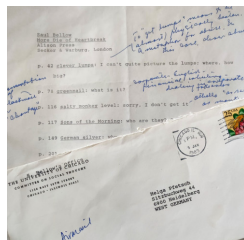
Newsletter abonnieren unter
www.buch-dorner.de/Veranstaltungen.

Ausstellungseröffnung

Nr. 2-29675

Welt aus Sprachen. Literatur übersetzen

mit Podiumsgespräch und Führung durch die Ausstellung



Übersetzer sind essenziell für den Austausch von Literatur über Sprach- und Kulturgrenzen hinweg. Ihre Arbeit ermöglicht es, dass Romane, Gedichte und andere Texte in verschiedenen Sprachen zugänglich werden. Aus diesem Grund sind ihre Nachlässe und Vorlässe für die Literaturwissenschaft und Archive von großer Bedeutung. Das Literaturarchiv

Sulzbach-Rosenberg beherbergt Bestände von herausragenden Übersetzerinnen des 20. und 21. Jh. Eine Ausstellung im Archiv beleuchtet diese Bestände und die Prozesse des literarischen Übersetzens. Zur Vernissage gibt es Podiumsgespräche mit den ÜbersetzerInnen Helga Pfetsch, Olga Radetzkaja, Jürgen und Romy Ritte und Rosemarie Tietze, sowie eine Führung durch die Ausstellung.

Moderation: Niels Beintker

Di 07.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr (Ausstellung bis Mai 2026 zu sehen)

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

€ 5€

nt-ticket.de - Infos: Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e. V.

Tel. 09661/815959-0; info@literaturarchiv.de

Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V. mit KEB

AutorInnengespräch

Nr. 2-29676

Buch- und Textpräsentation

im Rahmen der bekannten Reihe: Autoren und Autorinnen der RSGI lesen in der Oberpfalz



Zwei Nachwuchsautorinnen der Young Writers Regensburg, Theresa Klinz und Janus von Montgelas, präsentieren ihre Texte und geben Einblicke in ihre Arbeit. Anschließend stellt der erfahrene Regensburger Autor Rolf Stemmle sein neues Buch „Haydns Kopf“ vor. Stefan Rimek

von der Regensburger Schriftstellergruppe International (RSGI) begleitet den Abend musikalisch.

Referenten: Rolf Stemmle, Theresa Klinz, Janus von Montgelas

Do 16.10.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

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

nt-ticket.de - Infos: Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e. V.

Tel. 09661/815959-0; info@literaturarchiv.de

Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V. mit KEB

AutorInnengespräch

Nr. 2-29698

Die Hände zum Himmel

Lesung und Gespräch mit Hubert Winkels.



Der Literaturkritiker Hubert Winkels hat mit *Die Hände zum Himmel*. Über Zufall, Schönheit und den Dorfpfarrer von Gohr einen modernen Bildungsroman geschrieben, ein Lebensbuch über die Kindheit in einem katholischen Dorf am Niederrhein, die faszinierende Geschichte

seiner Familie und die Jahre seines intellektuellen Aufbruchs in das postmoderne, wilde Freiheitsdenken der 70er-Jahre. Und natürlich über die Welt der Literatur und des Kinos, der Musik und der Drogen, der religiösen Erfahrungen in all dem und in die Welt der aufklärenden Kritik, der er sich verschrieben hat.

Moderation: Prof. Erich Garhammer, Pastoraltheologe

Hubert Winkels, Literaturredakteur und -kritiker

Di 04.11.2025, 19:00 Uhr

Einlass: 18:30 Uhr

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

€ 10 €; ermäßigt: 7 € (Schüler, Studenten, Mitglieder)

nt-ticket.de - Infos: Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e. V.

Tel. 09661/815959-0; info@literaturarchiv.de

Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V. mit KEB

AutorInnengespräch

Nr. 2-29677

Den Krieg übersetzen. Gedichte aus der Ukraine

im Rahmen der aktuellen Sonderausstellung „Welt aus Sprachen. Literatur übersetzen“



Im Mittelpunkt des Gesprächs stehen die Herausforderungen, ukrainische Gedichte über den Krieg zu übersetzen. Claudia Dathé, die gemeinsam mit Tania Rodionova und Asmus Trautsch den Band „Den Krieg übersetzen. Gedichte aus der Ukraine“ (2025) herausgegeben hat, spricht mit der Rundfunkjournalistin Christine Ha-

mel darüber. Der Titel des Buches verweist auf die Übersetzung des Krieges in Lyrik und der Lyrik ins Deutsche. Zudem wird über den ebenfalls von Dathe übersetzten Gedichtband „Chronik des eigenen Atems“ von Serhij Zhadan gesprochen.

Moderation: Christina Hamel, Rundfunkjournalistin

Claudia Dathe, Übersetzerin

Mi 12.11.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

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

€ 10 €; ermäßigt: 7 € (Schüler, Studenten, Mitglieder)

📄 nt-ticket.de - Infos: Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e. V.

Tel. 09661/815959-0; info@literaturarchiv.de

🔗 Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V. mit KEB

AutorInnengespräch

Nr. 2-29678

„Halbinsel“ – Kristine Bilkau

Zwei Generationen und ihre Hoffnungen für die Zukunft



In ihrem preisgekrönten Roman „Halbinsel“ erzählt Kristine Bilkau eine Mutter-Tochter-Geschichte, die die drängenden Fragen unserer Zeit aufgreift. Die Hauptfiguren sind Annett, die seit dem Tod ihres Mannes auf einer Halbinsel lebt, und ihre Tochter Linn, eine engagierte Umweltaktivistin. Als Linn in eine gesundheitliche

Krise gerät, holt Annett sie nach Hause, wodurch generationsübergreifende Konflikte aufbrechen. Der Roman erkundet die Verantwortung der älteren Generation und den Wunsch der jüngeren nach einem sinnerfüllten Leben. Für das Werk wurde Kristine Bilkau mit dem Preis der Leipziger Buchmesse 2025 ausgezeichnet.

Moderation: Patricia Preuß

Kristine Bilkau, Autorin

Mo 08.12.2025, 19:00 - 20:30 Uhr

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

📄 nt-ticket.de - Infos: Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e. V.

Tel. 09661/815959-0; info@literaturarchiv.de

🔗 Literaturarchiv Sulzbach-Rosenberg e.V. mit KEB

KLASSIK & CO. LIVE IM KINO

Opern, Ballett, Konzerte und mehr
auf großer Leinwand

**JETZT
TICKETS
SICHERN!**

2025

- 01.10. // LA SONNAMBULA
- 05.11. // LA FILLE MAL GARDÉE
- 08.11. // LA BOHÈME
- 22.11. // ARABELLA
- 30.11. // CINDERELLA
- 10.12. // DER NUSSKNACKER
- 13.12. // ANDREA CHÉNIER
- 31.12. // SILVESTERKONZERT

2026

- 10.01. // I PURITANI
- 14.01. // LA TRAVIATA
- 09.02. // WOLF WORKS
- 03.03. // GISELLE
- 21.03. // TRISTAN UND ISOLDE
- 31.03. // SIEGFRIED
- 21.04. // DIE ZAUBERFLÖTE
- 02.05. // EUGEN ONEGIN
- 30.05. // EL ÚLTIMO SUEÑO DE FRIDE Y DIEGO

The Metropolitan Opera

CLASART CLASSIC

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

ROYAL BALLET & OPERA

GESUNDHEIT



Kurs

Nr. 2-29334

Angeleitetes Yoga



Das ganzheitliche Yoga vereint verschiedene Yoga-Wege zur Förderung von mehr Lebensqualität, Ausgeglichenheit, Energie und bietet viele Instrumente wie Körperübungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama), Tiefenentspannung (Shavasana) und Meditation. Ein zentraler

Aspekt der Yogapraxis ist das Kultivieren der Fähigkeit, die Dinge so anzunehmen, wie sie sind. Yoga ist für jeden und in jedem Alter durchführbar. Jeder Teilnehmer wird in seiner individuellen Befindlichkeit berücksichtigt.

Referent: Camilla Stahl, Yogalehrerin

laufender Kurs, montags 16:45 - 17:45

Sportpark Hirschau

bei S. Stepan, Tel. 09622/3982

Begrenzte Teilnehmerzahl. Näheres siehe Tagespresse

KDFB Hirschau mit KEB

Kurs

Nr. 2-29306

Anleitung zum Nordic Walking

Referent: Doris Panek

laufender Kurs: montags 9:00 Uhr

Waldbrücke, 92253 Schnaittenbach

Kontaktadresse:

Daller Inge 09622/3606

KDFB Schnaittenbach mit KEB

Kurs

Nr. 2-29558

Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule



Referentin: Marina Wegener

laufender Kurs immer dienstags, 10 bis 11:30 Uhr

Pfarrsaal St. Konrad, Ahnherrnstr. 10, 92224 Amberg

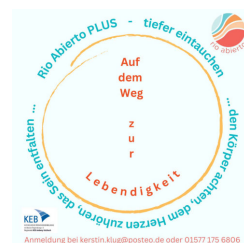
KDFB St. Konrad mit KEB

Kurs

Nr. 2-28279

Rio Abierto PLUS – auf dem Weg zur Lebendigkeit

... tiefer und immer wieder neu eintauchen



Rio Abierto bedeutet gesunde Bewegung zu Musik nach dem Motto: Raus aus dem Kopf und rein in den Körper. Was bedeutet das Plus? Das Plus an Zeit lässt tiefer und immer wieder neu eintauchen. Plus bedeutet Zuhören auf vielen Ebenen - mir selbst und anderen.

Referentin: Kerstin Klug, int. Rio Abierto Trainerin

1x mtl. - 18 bis 20 Uhr - 12.09.25 / 17.10.25 / 14.11.25 / 12.12.25 / 30.01.26 / 13.02.26

Turnhalle des HPZ, Fallweg 43, 92224 Amberg

Dreierpaket: 60 €; Einzelbuchung bis Fr. 13 Uhr: 22 €

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

Einstieg ist jederzeit möglich; bitte vorher anmelden bei Kerstin Klug, Tel. 0157 7175 6806 oder unter

kerstin.klug@posteo.de; möglichst jeweils bis Fr., 13 Uhr!

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

Kurs

Nr. 2-28328

Anleitung zu Yoga

Referent: Luke Luber

laufender Kurs:

mittwochs von 17:40 bis 19:10 Uhr

Vitusheim, Hauptstr. 100, Schnaittenbach

Luke Luber, Tel. 09663/1790

KDFB Schnaittenbach mit KEB



Kurs

Anleitung zu Yoga

Referentin: Martha Renner

laufender Kurs:

Nr. 2-29559

immer mittwochs, 17:45 bis 18:45 Uhr; weiterer Kurs ebenfalls mittwochs, 19 bis 20 Uhr.

Pfarrsaal St. Konrad, Ahnherrnstr. 10, Amberg

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

DJK mit KEB

Themenwoche

Bayerische Demenzwochen

in der Gesundheitsregion plus
Amberg und Amberg-Sulzbach



Filmgespräch

Nr. 2-29391

Lachen mit Oma & Opa: Peter schießt den Vogel ab (1959)

Nachmittag für Menschen mit Demenz, Angehörige, Helfer und Interessierte.
Im Rahmen der Demenzwochen

- Fr 19.09.2025, Einlass um 14 Uhr, Start um 15 Uhr**
- 📍 Ring-Theater, Spitalgraben 2, 92224 Amberg
 - € Eintritt frei
 - ∞ SEGA e.V., E-Mail Apotheke, RoundTable und KEB
 - 👤 SEGA-Team



Geführte Wanderung

Nr. 2-29580

Kleiner Spaziergang zum Leben im Lauterachtal

im Rahmen der Demenzwoche

- Mo 22.09.2025, 14:30 - 15:30 Uhr**
- 📍 Treffpunkt Hammermühle, Hohenburg
 - € kostenlos
 - 📄 Seniorenmosaik im Naturpark Hirschwald Jennifer Nelhiebel 0170/5886351 oder aktiv@seniorenmosaik.de
 - ∞ Seniorenmosaik, Markt Rieden mit KEB
 - 👤 Jennifer Nelhiebel

Gesundheits-Workshop

Nr. 2-29197

Bewegung für Geist und Herz

Schnupperstunde im Rahmen der Demenzwoche

- Mo 22.09.2025, 15:00 - 16:00 Uhr**
- 📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg
 - € kostenlos
 - 📄 Anmeldung und weitere Information bei Birgit Hübner, Tel. 09621/493350, birgit.huebner@malteser.org
 - ∞ Fachstelle f. pflegende Angehörige MHD und KEB
 - 👤 Birgit Hübner

Gesundheits-Workshop

Nr. 2-29394

Bewegung für Geist und Herz

Schnupperstunde im Rahmen der Demenzwoche

- Di 23.09.2025, 15:00 - 16:00 Uhr**
- 📍 Steinstadt, Brauhausgasse 1a, 92280 Kastl-Pfaffenhofen
 - € kostenlos
 - 📄 Anmeldung und weitere Information bei den Referenten: Nelhiebel Jennifer, 0170/5886351, aktiv@seniorenmosaik.de
 - ∞ Seniorenmosaik und KEB
 - 👤 Jennifer Nelhiebel

Vortrag

Nr. 2-29295

Verändertes Essverhalten bei demenziellen Erkrankungen

im Rahmen der Demenzwoche

- Di 23.09.2025, 16:00 - 18:00 Uhr**
- 📍 Pfarrheim Hirschau, Kolpingstraße 10, 92242 Hirschau
 - € Kostenlos
 - 📄 Anmeldung bis einen Tag vor dem Termin (während der Geschäftszeiten von Mo.-Fr.) bei der AOVE. Tel. 09664/9539720, anmeldung@aove.de
 - ∞ AOVE mit KEB
 - 👤 Christa Pulsfuß

Führung

Nr. 2-29392

Der Demenzparcours

mit Führungen durch den Demenzparcours im Rahmen der Demenzwoche

📅 **Mi 24.09.2025, 13:00 - 16:30 Uhr**

📍 Klinikum St. Marien Amberg

€ kostenlos

🔗 Klinikum St. Marien, Fachstelle für pflegende Angehörige MHD e.V. mit KEB

👤 Referententeam der Fachstelle

Vortrag

Nr. 2-29393

Geschichten zum Schmunzeln aus Ensndorf

im Rahmen der Demenzwoche

📅 **Mi 24.09.2025, 14:30 - 15:30 Uhr**

📍 Pfarrsaal Ensndorf, Hauptstraße 11, 92266 Ensndorf

€ kostenlos

🔗 und weitere Informationen unter: Seniorenmosaik, Barbara Hernes Tel.: 09621 70843 oder Mail: info@seniorenmosaik.de

🔗 Seniorenmosaik, Gemeinde Ensndorf mit KEB

👤 Barbara Hernes

Angeleitetes Gespräch

Nr. 2-29397

Demenzforum

im Rahmen der Demenzwochen

📅 **Mi 24.09.2025, 15 Uhr mit Dr. Klaus Gebel (Ursensollen)****Do 25.09.2025, 14 Uhr mit Dr. Sophie Gebel (LCC Su-Ro)**

€ Eintritt frei

🔗 SEGA e.V. mit KEB

Aktivierende Gedächtnisstunde

Nr. 2-29396

Traditionelles Liedgut – Angeleiteter Singnachmittag

mit Begleitung durch die Gitarrengruppe. Im Rahmen der Demenzwochen

📅 **Do 25.09.2025, 14:00 - 16:30 Uhr**

📍 Ökumenische Sozialstation Sulzbach Rosenberg

🔗 Infos: www.amberg.de/gesundheitsregion

🔗 Fachstelle f. pflegende Angehörige Sulzbach-Rosenberg, Ökumenische Sozialstation Sulzbach-Rosenberg mit KEB

👤 MA Fachstelle f. pflegende Angehörige Sulzbach-Rosenberg

Vortrag

Nr. 2-29395

Interessante und lustige Geschichten über die Gasthäuser in Rieden

im Rahmen der Demenzwoche

📅 **Fr 26.09.2025, 15:00 - 16:00 Uhr**

📍 Gasthaus Hirschenwirt Rieden

€ kostenlos

🔗 und weitere Informationen unter: Seniorenmosaik, Barbara Hernes Tel.: 09621 70843 oder Mail: info@seniorenmosaik.de

🔗 Seniorenmosaik, Markt Rieden mit KEB

👤 Barbara Hernes

Vortrag

Nr. 2-29388

Öle für die Frauengesundheit📅 **Mo 22.09.2025, 18:00 Uhr**

📍 Pfarrzentrum St. Antonius, Zu den Linden 7, 92245 Kümmersbruck

🔗 Mattulla Gabriele 015731885476

🔗 KDFB Kümmersbruck mit KEB

Kurs

Nr. 2-29413

Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule

Referentin: Karin Donhauser

📅 **fortlaufender Kurs: montags 18:30 bis 19:30 Uhr.****weiterer Kurs: dienstags 9:30 bis 10:30 Uhr**

📍 Pfarrheim Peter Lippert, Peter-Lippert-Straße 13, 92224 Amberg

🔗 KDFB Hl. Dreifaltigkeit mit KEB

Kurs

Nr. 2-29348

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

Referentinnen: Maria Losch, Annemarie Schafbauer, Theresia Finger

📅 **laufender wöchentlicher Kurs, montags 16:00 - 17:30 Uhr**

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

🔗 KAB St. Konrad mit KEB

Kurs

Nr. 2-29349

„Bewegung lockert Körper und Seele“**in Balance kommen - ein Ganzkörpertraining
mit Einführung in Nordic Walking Ü 60**

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

Referentin: Rita Schmidt

📅 **Mo 22.09.2025 Termine immer montags, 16:30 - 17:30 Uhr**

📍 LGS Gelände, Amberg

Treffpunkt: Kneipp Becken - Bei Regen entfällt der Termin und wird nachge-
holt! Hinweis: Bequeme Kleidung, Sportschuhe, Stöcke.

€ 40 €

📄 KEB, bevorzugt per Onlineanmeldung auf der Homepage mit Lastschrift-
mandat. Infos unter: Tel. 09621/9117862; info@keb-amberg-sulzbach.de
Bitte bei der Anmeldung die Handynummer mit angeben für die Gründung
einer WhatsApp Gruppe.

🔗 KEB

Kurs

Nr. 2-29224

Tanz mit – bleib fit**Tanzkreis für Jung und Alt**Tanzen hält körperlich und geistig fit, ist
eine aktive Gesundheitsfürsorge und ein
moderates Ausdauertraining

Hinweis: Schnuppern jederzeit möglich!

Referentin: Beate Maluche, zertifizierte Seniorentanzleiterin

📅 **Kurs 1 von 23.09.-28.10.2025****Kurs 2 von 04.11.-09.12.2025 - jeweils 16-17 Uhr**

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

€ 18 € für 6 Treffen
(bei Fr. Maluche)

📄 direkt bei Fr. Maluche, Tel. 0160 98606649

🔗 PGR St. Michael mit KEB

Senioren-Gesundheits-Reihe

Nr. 2-29193

Bewegung für Geist und Herz

Angepasste, gezielte und regelmäßig
durchgeführte Bewegung fördert die Ge-
sundheit, erleichtert Alltagsbewegungen
und steigert so die Lebensqualität. In die-
ser fortlaufenden Reihe erwartet Sie ein
sanftes Training für Körper, Geist und
Herz. Das Angebot ist geeignet für Men-

schen mit leichten Gedächtnisproblemen, wie sie auch bei Men-
schen mit Demenz vorkommen können. Wir laden Sie ein an die-
sem Bewegungsangebot mit Gleichgesinnten aktiv zu werden. Hin-
weis: Bequeme Kleidung und rutschsichere, feste Schuhe erforder-
lich.

Referentin: Birgit Hübner

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

€ kostenlos

📄 Anmeldung und weitere Information bei den Referenten:
Birgit Hübner, Fachstelle f. pflegende Angehörige d. Malteser Hilfsdienstes,
Tel. 09621/493350, birgit.huebner@malteser.org

🔗 Fachstelle f. pflegende Angehörige MHD und KEB

Gesundheitsveranstaltungen

Nr. 2-29658

Kneipp

VEREIN

Amberg e.V.

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

Kurs

Nr. 2-29663

Yoga

Sanfte Bewegung - neue Energie - im Einklang mit Kneipp!

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

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

Referent: Janina Gradl, Zertifizierte Yogalehrerin

Montags von 17-18 Uhr - 10 Einheiten ab dem 22.09.2025

- 📍 Gymnastikraum Barbaraschule, Raiffeisenstraße 2, 92224 Amberg
- € 40€ Mitglieder / 60€ Nichtmitglieder
- ✉ Jacqueline Fuchs, 0151/17991478 od. info@gesundheitspraxisamberg.de
- ∞ Kneipp Verein Amberg e.V. mit KEB

Kurs

Nr. 2-29660

Rund um die Wirbelsäule

angeleitete Gymnastik und Fitnessmix für Erwachsene

Hinweis: Bitte eigene Matte und Getränk mitbringen!

Referentin: Irmgard Stadler, ÜL BLSV

dienstags von 18 bis 19 Uhr - ausgenommen Schulferien

- 📍 Turnhalle Barbaraschule, Eingang Rembrandtstraße
- € 1x Schnupperstunde kostenfrei - anschließend nur mit Mitgliedschaft im Verein + 2€ pro Einheit
- ✉ Stadler Irmgard 09621/32542
- ∞ Kneipp Verein Amberg e.V. mit KEB

Vortrag

Nr. 2-29661

Retterspitzheilmittel und ihre Wirkungsweisen

inkl. Vorführung und Proben

Referent: Sybille Galgenmüller, Fa. Retterspitz GmbH

Mi 15.10.2025, 18:00 Uhr

- 📍 KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg
- € 3 € Mitglieder/ 5 € Nichtmitglieder
- ✉ Jacqueline Fuchs, 0151/17991478 oder info@gesundheitspraxisamberg.de
- ∞ Kneipp Verein Amberg e.V. mit KEB

Vortrag

Nr. 2-29657

Knochen stärken – genussvoll und bewusst

Referent: Daniela Kern-Sendtnr, Diätassistentin

Do 30.10.2025, 18:00 Uhr

- 📍 AULA – AELF Amberg-Neumarkt i.d.Opf., Dienstort Amberg, Hockermühlstraße 53, 92224 Amberg
- ✉ Brigitta Hofmann 01514052562
- ∞ Kneipp Verein Amberg e.V. mit KEB

Vortrag

Nr. 2-29662

Fa. Pflüger – Schüssler Salze

Erfahre mehr über die ganzheitliche Wirkung von Schüssler Salzen gezielt fürs Immunsystem

Referent: MA Fa. Adler Pharma

Do 13.11.2025, 18:45 Uhr

- 📍 Email Apotheke Amberg (3. Stock)
- € 3 € Mitglieder/ 5 € Nichtmitglieder
- ✉ Susanne Werthner 0175/2880236
- ∞ Kneipp Verein Amberg e.V. mit KEB

Vortrag

Nr. 2-29666

Zyklus außer Kontrolle?

Wie du deine Hormone endlich wieder in den Griff bekommst

Stimmungsschwankungen, Schmerzen, Hautprobleme oder ein Zyklus, der macht, was er will - all das sind keine Launen, sondern oft handfeste Hormonzeichen. Der Vortrag zeigt, wie du die Sprache deines Körpers verstehst und was wirklich hinter PMS, Periodenchaos & Co. steckt. und bietet fundiertes Wissen, Aha-Momente und erste Schritte raus aus dem Hormon-Dschungel.

Referent: Jacqueline Fuchs, Heilpraktikerin und Spezialistin für Frauengesundheit

Do 29.01.2026, 19 Uhr
 KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg
 € 5 € Mitglieder/ 7 € Nichtmitglieder
 Jacqueline Fuchs, 0151/17991478 oder info@gesundheitspraxisamberg.de
 Kneipp Verein Amberg e.V. mit KEB

Vortrag

Nr. 2-29664

Bye, Bye Pille?

Wie du deinen Körper beim hormonfreien Neustart unterstützt

Du überlegst, die Pille abzusetzen oder hast es schon getan - und plötzlich spielen Haut, Stimmung oder Zyklus verrückt? In diesem Vortrag erfährst du, wie hormonelle Verhütung deinen Körper beeinflusst hat und was du jetzt brauchst, um deinen natürlichen Zyklus wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Ganz ohne Panik, dafür mit klarem Plan, praktischen Tipps und ganzheitlichem Blick auf deinen Neustart.

Referent: Jacqueline Fuchs, Heilpraktikerin und Spezialistin für Frauengesundheit

Do 12.02.2026, 19 Uhr
 KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg
 € 5 € Mitglieder/ 7 € Nichtmitglieder
 Jacqueline Fuchs, 0151/17991478 oder info@gesundheitspraxisamberg.de
 Kneipp Verein Amberg e.V. mit KEB

Vortrag

Nr. 2-29665

Iss dich hormonfit!

Wie deine Ernährung deine Hormone stärkt (oder völlig aus dem Gleichgewicht bringt)

Dein Zyklus ist unregelmäßig, PMS plagt dich oder du fühlst dich ständig erschöpft - obwohl du „eigentlich gesund“ isst? Dann liegt's vielleicht nicht an deinem Willen, sondern an deinem Blutzucker, den falschen Nährstoffen oder hormonstressigen Gewohnheiten. In diesem Vortrag erfährst du, wie du mit alltagstauglicher Ernährung deine Hormone ganz natürlich in Balance bringst - Teller für Teller.

Referent: Jacqueline Fuchs, Heilpraktikerin und Spezialistin für Frauengesundheit

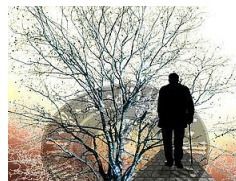
Do 26.02.2026, 19 Uhr
 KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg
 € 5 € Mitglieder/ 7 € Nichtmitglieder
 Jacqueline Fuchs, 0151/17991478 oder info@gesundheitspraxisamberg.de
 Kneipp Verein Amberg e.V. mit KEB

Themenreihe

Nr. 2-29056

Gesprächskreis für pflegende Angehörige

mit Austausch, Informationen und Tipps zur Pflege



Die Fachstelle für pflegende Angehörige in der Stadt Amberg/ Malteser bietet einmal im Monat einen Angehörigen-gesprächskreis für pflegende An- und Zugehörige. Hier können Sie sich mit anderen pflegenden An- und Zugehörigen über Erfahrungen austauschen und bekommen

Tipps und Informationen zum Thema Demenz. Bei unseren angeleiteten Treffen steht der Erfahrungsaustausch im Vordergrund. Sie sprechen über ihre Sorgen und Ängste, aber gleichzeitig finden Sie Unterstützung, Anregung und Tipps anderer Teilnehmer, um ihren Energiespeicher wieder aufzufüllen.

Referentin: Birgit Hübner

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

Workshopreihe für Senioren

Nr. 2-29682

Malteser kochen mit und für Senioren

mit Anleitung und Tipps zur Zubereitung von traditionellen Gerichten

Unter Anleitung von ehrenamtlichen Helfern wird zusammen gekocht. Der Nachmittag steht ganz im Zeichen von Gemeinschaft, Geselligkeit und dem Austausch von Kochtipps. Er bietet auch die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen, sich auszutauschen und Freude an der gemeinsamen Zubereitung von Mahlzeiten zu finden.

Referentin: Kathleen Busse

jeden 2. Donnerstag im Monat - 16 bis 18 Uhr - 09.10.25 / 13.11.25 / 11.12.25 / 08.01.26 / 12.02.26 / 12.03.26
 Pfarrheim Hl. Familie, Karlsbader Str. 1, 92224 Amberg
 € geringer Kostbeitrag, je nach Gericht
 Anmeldung unter der Nummer (0 96 21) 49 33 57 ist bis zum Montag zuvor möglich.
 Malteser Hilfsdienst e.V. mit KEB

Kurs

Nr. 2-29335

Aqua-Jogging 8 x**Anleitung zu gelenkschonenden Übungen und Bewegung im Wasser**

Referentin: Alexandra Grüter

1. Termin: Fr. im Oktober - wird in der Tagespresse bekanntgegeben

📍 Kurfürstenbad Amberg, Kurfürstenring 2, 92224 Amberg
Abfahrt jew. 17 Uhr an der Caritas-Sozialstation/Marienstraße.

📝 Anmeldung bei Veronika Forster, Tel. 3141

🔗 KDFB Hirschau mit KEB

Jahres-Kurs

Nr. 2-29119

Qualifizierungskurs Kräuterpädagog VII**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.

Kurs-Start am 18.10.2025. Kurs-Ende: 18.10.2026

Die Qualifizierung umfasst 240 Unterrichtsst. innerhalb eines Zeitraumes von ca. 1 Jahr. Die Unterrichtszeit ist jeweils von 9 bis 17 Uhr. Die 11. Seminareinheit ist die Prüfung. Die monatlichen Wochenend-Termine der insg. 11 Kursmodule finden Sie auf der Homepage.

📍 Bildungshaus Kloster Ensdorf, Hauptstr. 9, 92266 Ensdorf

€ 2403,36 Euro zzgl. gesetzlicher 19 % MwSt. = 2.860 Euro inkl. Prüfungsgebühr (entspricht 260 Euro pro Modul = 2 Tage).

📝 Kursanmeldung und Ansprechpartner für Kloster Ensdorf: Beatrix Siegert, Gundermannschule® / Gundermann-Naturerlebnisschule e.K., Tel. 02157/128520; mail: gundermannschule@aol.com
Kontakt für Übernachtungsmöglichkeiten: Kloster Ensdorf, Tel.: 09624/9200-30 oder mail: bildungshaus@donbosco.de

🔗 UWS Kloster Ensdorf, Gundermannschule mit KEB

Kurs-Reihe

Nr. 2-29622

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.

Referent: MA Malteser Hilfsdienst

25.10. + 19.11.2025 - 9 bis 17 Uhr

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

€ 60,00 €

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

🔗 Malteser Hilfsdienst mit KEB

Exkursion und Kräuterworkshop

Nr. 2-28368

Kräuterwanderung im Herbst**Die faszinierende Welt der Wild- und Heilpflanzen**

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

Referent: Nicole Obermeier, Kräuterpädagogin

Sa 25.10.2025, 10:00 - 12:00 Uhr

📍 Bildungshaus Don Bosco Ensdorf, Hauptstr. 9, 92266 Ensdorf

€ 10 €

mind. 12; max. 15 TN; Zum Mitbringen: Wetterangepasste Kleidung!

📝 Kloster Ensdorf

🔗 Umweltstation Ensdorf mit KEB



Kräuterwanderungen durch die Jahreszeiten

Vortrag

Nr. 2-28826

Hilfen zur Pflege

mit der Beratungsstelle des Bezirks Oberpfalz



Die Beratungsstelle für Pflege und Menschen mit Behinderung des Bezirks Oberpfalz ist eine bürgernahe, neutrale und kostenlose Serviceeinrichtung. Ekkehard Gauglitz, zuständig für den Landkreis Amberg-Sulzbach, gibt einen Überblick über Hilfen zur Pflege und berücksichtigt

dabei auch den finanziellen Aspekt.

Referent: Ekkehard Gauglitz, Berater beim Bezirk Oberpfalz

Di 28.10.2025, 15:00 - 16:30 Uhr

Landgasthof Dotzler, Hauptstraße 16, 92272 Freudenberg

€ Kostenlos

Anmeldung bis einen Tag vor dem Termin (während der Geschäftszeiten von Mo.-Fr.) bei der AOVE. Tel. 09664/9539720, anmeldung@aove.de

AOVE mit KEB

Information

Nr. 2-29712

Informationstag Helferkreis

Die Sega e.V. koordiniert unter vielen anderen Projekten, auch einen ehrenamtlichen Helferkreis, welcher mit seinem Betreuungsangebot zu den AUAs (Angebote zur Unterstützung im Alltag) gehört und über die entsprechende Anerkennung verfügt. Neue Helferinnen und Helfer sind immer willkommen. Interessierte Bürgerinnen und Bürger haben die Möglichkeit sich über den ehrenamtlichen Helferkreis der Sega e.V. zu informieren. Im Anschluss treffen sich unsere bereits tätigen Helferinnen und Helfer zum Informations- und Erfahrungsaustausch.

Referent: Elfriede Weikart, Projektmitarbeiterin Helferkreis

Di 28.10.2025, 16:00 - 17:00 Uhr

VHS Amberg, Zeughausstraße 1a, 92224 Amberg

Nähere Informationen unter Helferkreis Fr. Weikart 09661 30486-18

SEGA e.V. VHS und KEB



Vortrag

Nr. 2-28388

Pflege und ihre Kosten

Eine Versorgung durch eine ambulante Pflege oder in einem stationären Pflegeheim wird immer öfter notwendig. Dann stellt sich die Frage: „Wer kommt für die Kosten einer Heimunterbringung auf?“ Eine rechtzeitige Beratung kann frühzeitig helfen die individuell richtige Lösung zu

finden. U.a. wird in dem Vortrag auch eingegangen auf die Unterstützungsleistungen des Bezirk Oberpfalz, der Finanzierung eines stationären Pflegeplatzes und Tipps zur guten Vorbereitung gegeben.

Referent: Ekkehard Gauglitz, Berater beim Bezirk Oberpfalz

Moderation: Birgit Hübner

11.11.2025 - 14 bis 15:30 Uhr

KEB, Dreifaltigkeitsstraße 3, 92224 Amberg

€ kostenlos

eine Anmeldung unter 09621/49 33 50 und weitere Information bei Birgit Hübner, mail: birgit.huebner@malteser.org

Fachstelle für pflegende Angehörige im MHD mit KEB

Vortrag mit Workshop

Nr. 2-29338

Frauengesundheit mit ätherischen Ölen stärken

Vortrag mit anschließendem Workshop zur Herstellung eines persönlichen äth. Duftöls



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

Referentin: Hanne Aumeier

Do 20.11.2025, 18:00 - 20:00 Uhr

Pfarrheim Mariä Himmelfahrt, Kolpingstraße 10, 92242 Hirschau

€ 10€ f. Mitglieder; 15€ für Nichtmitglieder

Anmeldung bei Schmidl Lisamariae Telefon 09622/7187438 oder per Mail an ekg-hirschau@web.de, Anmeldeschluss 11.11.2025

KDFB Hirschau, EKG Hirschau mit KEB

Workshop

Nr. 2-29339

„Ein Nachmittag für mich“

Anleitung zum Entspannen u. a. mit Klangschalen



Hinweis: begrenzte Teilnehmerzahl

Referentin: Andrea Scheibl

Sa 22.11.2025, 14:00 - 17:00 Uhr

Pfarrheim Mariä Himmelfahrt, Kolpingstraße 10, 92242 Hirschau

wird bei Anmeldung mitgeteilt

M. Radolf 09608/795

KDFB Hirschau mit KEB

Vortrag

Nr. 2-29302

„Immunsystem stärken mit gesunder Ernährung“



Referent: Saskia Mechthold, AOK Ernährungsberaterin

Di 20.01.2026, 19:00 - 20:30 Uhr

Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit, Dreifaltigkeitsstr. 7, 92224 Amberg

KAB Hl. Dreifaltigkeit mit KEB

Hybrider Fachtag

"Lebenswertes Altern"

19. SEGA-Fachtag



SAVE the DATE: Mi 18.03.2026, 9-16:15 Uhr

Landratsamt Amberg-Sulzbach – König-Ruprecht-Saal

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

SEGA e. V. mit KEB u.a

LeA – Lebensqualität im Alter

Mehr Lebensqualität fürs Alter (LeA)

Senioren-Trainingsprogramm



Die Selbstständigkeit erhalten und körperliche und seelische Gesundheit im Alter zu fördern, sind die Ziele des wissenschaftlich fundierten und in der Praxis bewährten LeA-Trainingsprogramms für SeniorInnen.

Ein LeA-Kurs umfasst 5 Treffen mit jeweils 90 Minuten Dauer für eine Gruppe von etwa 8 bis 12 Personen. Die Zielgruppe sind Menschen ab 60 Jahren, die sich mit ihrem Älterwerden aktiv und mit anderen auseinandersetzen wollen. In der

Regel wird im Herbst und im Frühjahr ein Kurs angeboten. Er wird von einer ausgebildeten Referentin - meist in Zusammenarbeit mit einer Pfarrei - angeboten. Die Kurs-Gebühr beträgt 17,50 € für 5 Treffen (3,50 € pro Treffen).

Die Schwerpunkte des Trainingsprogramms sind:

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

Die von der Referentin angewandten Methoden sind teilnehmerorientiert, dialogisch und praktisch (keine langen Vorträge).

Nähere Informationen erhalten Sie bei den Kursleiterinnen und bei der reg. KEB Amberg-Sulzbach: Tel. 09621/9117862

Aktuelle LeA-Kurse bei der KEB Amberg-Sulzbach:

Kurs

Nr. 2-29039

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Ehenfeld

-  **laufender Kurs: donnerstags 9 bis 10:30 Uhr**
-  Pfarrheim Ehenfeld, Ehenfeld 204, 92242 Hirschau
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  Hildegard Kohl (09608/91230)
-  PGR Ehenfeld mit KEB
-  Hildegard Kohl

Kurs

Nr. 2-29038

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Freihung

-  **laufender Kurs: dienstags 9 bis 10:30 Uhr**
-  Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit Freihung, Am Harranger 1, 92271 Freihung
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  Hildegard Kohl (09608/91230)
-  PGR Freihung mit KEB
-  Hildegard Kohl

Kurs

Nr. 2-28940

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Freihung

-  **laufender Kurs: dienstags 18 bis 19:30 Uhr**
-  Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit Freihung, Am Harranger 7, 92271 Freihung
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  Martina Stauber (09646/8144)
-  PGR Freihung mit KEB
-  Martina Stauber

Kurs

Nr. 2-29564

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Amberg St. Martin

-  **laufender Kurs: montags 14:30 bis 16 Uhr**
-  Pfarrheim St. Martin, Unteres Apothekergässchen 1A, 92224 Amberg Jugendheim
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  Karin Netta (09621/21801)
-  PGR St. Martin mit KEB
-  Karin Netta

Kurs

Nr. 2-29566

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Kümmersbruck 1 5x

-  **laufender Kurs: dienstags 9:15 bis 10:45 Uhr**
-  Pfarrzentrum St. Antonius, Kümmersbruck
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  Annegret Biehler (09621/75604)
-  PGR St. Antonius mit KEB
-  Annegret Biehler

Kurs

Nr. 2-29567

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Kümmersbruck 2 5x

-  **laufender Kurs: dienstags 11 bis 12:30 Uhr**
-  Pfarrzentrum St. Antonius, Kümmersbruck
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  Annegret Biehler (09621/75604)
-  PGR St. Antonius mit KEB
-  Annegret Biehler

Kurs

Nr. 2-29565

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Paulsdorf

-  **laufender Kurs: mittwochs 14:30 bis 16 Uhr**
-  Pfarrheim Paulsdorf, An den Weihern 10.
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  Fr. Karin Netta (09621/21801)
-  PGR Hl. Dreifaltigkeit mit KEB
-  Karin Netta

Kurs

Nr. 2-29412

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Ens Dorf

-  **laufender Kurs: mittwochs 14 bis 15:30 Uhr**
-  Pfarrheim Ens Dorf, Hauptstraße 11, 92266 Ens Dorf
-  € 17,50 € pro 5er Block
-  Ursula Kass (09438/4404)
-  PGR Ens Dorf mit KEB
-  Ursula Kass

Kurs

Nr. 2-29410

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Rieden **laufender Kurs: donnerstags 9 bis 10.30 Uhr** Pfarrheim St. Josef, 92286 Rieden 17,50 € pro 5er Block Sabine Baumeister-Kiener (09621/470171) PGR Mariä Himmelfahrt Rieden mit KEB Sabine Baumeister-Kiener

Kurs

Nr. 2-29411

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Schmidmühlen **laufender Kurs: donnerstags 9 bis 10.30 Uhr** Saal, 1. Stock, Hammerschloss, Hammerstraße 30, 92287 Schmidmühlen (mit Aufzug erreichbar) 17,50 € pro 5er Block Ursula Kass (09438/4404) oder bei Christine Werner (09474/1457) PGR Schmidmühlen mit KEB Ursula Kass

Kurs

Nr. 2-29562

Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Hahnbach **laufender Kurs: mittwochs 9 bis 10.30 Uhr** Klostergewölbe, Mühlstraße, 92248 Hahnbach 17,50 € pro 5er Block Brigitte Englhard (09628/1396) KDFB Hahnbach mit KEB Brigitte Englhard

FACHTAG SENIORENBILDUNG

 **Ort der Veranstaltung**Diözesanzentrum Obermünster,
Obermünsterplatz 7, 93047 Regensburg **Teilnehmergebühren**

Aufgrund einer Spende wird die Teilnahmegebühr von 25,00 € für Sie übernommen. Bei unentschuldigtem Nichterscheinen wird der Betrag jedoch in Rechnung gestellt.

 AnmeldungKEB im Bistum Regensburg e.V.
Mail: christiane.mais@bistum-regensburg.de
Tel. 0941 597-2368 **Referentin:****Prof. Dr. Irmgard Schroll-Decker,**
Regensburg **Leitung:****Christiane Mais, Regensburg** **Veranstalter**

KEB im Bistum Regensburg e.V.



Nr. 1-6621

Studentag**Fr., 24.10.2025****14:00 - 19:00 Uhr**KEB - Kath. Erwachsenenbildung
im Bistum Regensburg e.V.

PERSÖNLICHKEITS- BILDUNG



Ausbildungskurs

Nr. 2-26444

Werden Sie Coach – gestalten Sie Zukunft!**Ausbildung zum Zertifizierten Coach (EASC) oder Business Coach (EASC)**

Fühlen Sie sich verunsichert? Laufend neue Hiobsbotschaften, Zukunftsängste oder eine notwendige Neuorientierung lähmen viele Menschen. Um in diesen turbulenten Zeiten handlungsfähig zu bleiben, braucht es nicht nur innere Stärke sondern auch eine klare Strategie.

Sind Sie bereit, Veränderungen anzugehen. Dann ist jetzt der richtige Moment, den ersten Schritt zu gehen. Vereinbaren Sie ein Erstgespräch. Dies gibt Ihnen die Sicherheit, Orientierung und das Vertrauen, dass Sie auf dem richtigen Weg sind. Lassen Sie uns gemeinsam Ihre Zukunft gestalten

Coaching ist eine der wichtigsten Zukunftskompetenzen. In einer dynamischen Arbeitswelt gewinnen Coaching-Fähigkeiten zunehmend an Bedeutung - sei es für Führungskräfte, HR-Experten oder Berater. Professionelle Coaching-Methoden ermöglichen es, Teams gezielt zu stärken, Veränderungen souverän zu gestalten und Mitarbeitende langfristig zu entwickeln. Mit einer fundierten Ausbildung zum Coach oder Business Coach erwerben Sie wertvolle Qualifikationen, um professionelle Coachingprozesse sicher und erfolgreich zu steuern. Nutzen Sie diese Gelegenheit, um sich persönlich weiterzuentwickeln, Ihre beruflichen Möglichkeiten zu erweitern und Ihre Karriere auf das nächste Level zu heben.

Die Inhalte auf einen Blick finden Sie auf unserer Homepage.

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

Start eines neuen Ausbildungskurses ab 17. Oktober 2025.
Die Termine der Kursmodule finden Sie auf der Homepage
Ausbildungstage: freitags 15-19 Uhr und samstags 9-17 Uhr
Alle Formate können grundsätzlich in Präsenz und auch online absolviert werden.

📍 Online: über Online-Plattform

📍 Präsenz: Im Institut für Entwicklungsberatung, Bechtsrieth

€ auf Nachfrage

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

∞ Institut für Entwicklungsberatung mit KEB

Kurs

Nr. 2-28421

Ausbildungskurs zum ehrenamtlichen Hospizbegleiter

Schwerstkranken Menschen zu begleiten, Sterbenden nahe sein, deren Angehörige zu unterstützen und zu entlasten, sind wichtige und schwierige Aufgaben. Viele Menschen wünschen und benötigen Hilfe, wenn sie in die Situation des Sterbens

und der Trauer geraten. Dafür braucht es Menschen, die sich zum Hospizbegleiter befähigen lassen. Dieser Kurs möchte Mut machen, sich auf Sterbende und deren Angehörigen einzulassen. Gleichzeitig befähigt er dazu, sich im Hospizverein Amberg und Amberg-Sulzbach e.V. ehrenamtlich zu engagieren sowie auch in anderen Hospizvereinen. Der Kurs ist offen für alle, die sich mit dem Thema Leben, Sterben, Tod und Trauer näher auseinandersetzen wollen.

Koordinatorinnen: Angela Hering und Andrea Ulrich-Prusko

📍 Clementine v. Wallmenich-Haus, Haager Weg 9, 92224 Amberg

€ 180 €

✉ Hospizverein Angela Hering, Tel. 0 96 21/1 24 30

E-Mail: hospizverein-amberg@t-online.de, Anmeldeschluss 28.09.2025

∞ Hospizverein Am/AS e.V. mit KEB

Ankommen, Motivation der Teilnehmer, Auseinandersetzung mit dem Thema Leben, Sterben, Tod und Trauer

Fr 24.10.2025, 19:00 - 21:45 Uhr

Sterbephasen, Zeichen des nahen Todes, Symbolsprache Sterbender

Sa 25.10.2025, 12:45 - 16:00 Uhr

Hospizidee, Hospizgeschichte

Sa 25.10.2025, 9:00 - 12:00 Uhr

Religiösität, Rituale und Bräuche (Christentum, Islam, Judentum)

Mi 29.10.2025, 19:00 - 21:45 Uhr

Die Bedeutung des familiären Systems in der Hospizbegleitung

Sa 15.11.2025, 9:00 - 16:00 Uhr

Trauer und Trauerbegleitung/Trauerphasen

Do 20.11.2025, 19:00 - 21:45 Uhr

Kommunikation - Grundlagen der Gesprächsführung

Sa 29.11.2025, 9:00 - 16:00 Uhr

Möglichkeiten und Grenzen der Selbstbestimmung

Mi 03.12.2025, 19:00 - 21:45 Uhr

Begleitung von demenzkranken Sterbenden

Sa 10.01.2026, 9:00 - 16:00 Uhr

Palliativmedizin

Do 15.01.2026, 19:00 - 21:45 Uhr

Spiritualität

Sa 24.01.2026, 9:00 - 16:00 Uhr

Basale Stimulation, Berührungen

Sa 07.02.2026, 9:00 - 16:00 Uhr

Bestattungswesen

Di 10.02.2026, 19:00 - 21:45 Uhr

Aromapflege in der Sterbebegleitung - Hospizliche Haltung in Grenzsituationen - Erwartungen an das Ehrenamt

Sa 28.02.2026, 9:00 - 16:00 Uhr

Kurs

Nr. 2-29653

Ausbildung zur Pflegehilfskraft**Basisqualifikation Stufe QN 2 Persönliche Assistenz, Schwerpunkt Pflege**

Grundpflege und Prophylaxe von Zweiterkrankungen

Der Lehrgang eignet sich für alle, die Basisqualifikationen für die ambulante und stationäre Pflege erwerben möchten.

Kurstage sind montags und donnerstags von 17:30 bis 20:45 Uhr sowie an einzel-

nen Samstagen von 9 bis 13 Uhr

Mo 03.11.2025, 17:30 Uhr - Sa 31.01.2026, 13:00 Uhr

Kursumfang: 120 Unterrichtseinheiten zzgl. 80 Stunden Praktikum; weitere Informationen unter www.malteser-kurse.de

Malteser Hilfsdienst, Sulzbacher Str. 15A, 92224 Amberg

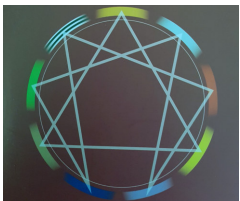
€ 500,00 €

Michaela Szumlewski, Tel: 09621/4933-0, Email: ausbildung.r-nord@malteser.org

Malteser Hilfsdienst e.V. mit KEB

Gesprächskreis-Reihe

Nr. 2-28876

Enneagramm Gesprächskreis

Im Gesprächskreis werden Alltag und Erfahrungen in Beziehung zum Enneagramm-Wissen gesetzt. Der Gesprächskreis trifft sich nach Absprache in zweimonatigem Abstand. Er ist offen für all diejenigen, die sich schon mit dem Enneagramm beschäftigt haben.

Referent: Thomas Peter

2 Termine: 15.01. / 19.03.26 - jew. 19 bis ca. 21 Uhr

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

€ 3 € (wird vor Ort bezahlt)

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

KEB

Vertiefungskurs

Nr. 2-29132

ENNEAGRAMM-MODUL II – Entwicklung**„Das Rad der Verwandlung darf nicht stillstehen, sonst fällt es um.“ (C. G. Jung)**

Geeignet für Teilnehmer, die das Enneagramm durch einen Einführungskurs oder durch Bücher bereits kennen und ihren eigenen Persönlichkeitstyp schon entdeckt haben. Diesmal werden wir uns vor allem mit der inneren Dynamik und den Entwicklungsstufen beschäftigen.

Unser Charaktermuster ist uns zwar schon in die Wiege gelegt, aber innerhalb dieses Musters können wir uns zu immer reiferen Persönlichkeiten weiterentwickeln. Neben Fortschritten sind Rückfälle ganz normal. Die sog. „Entwicklungs- und Stresspunkte“ werden wiederholt, denn ihre Kenntnis ist für das Verständnis und die Entwicklung des eigenen Musters sehr hilfreich.

Hinweis: Im Seminar unterstützt und begleitet Sie: „Peter und der Pünder“ - Thomas Peter: Religionslehrer, Enneagrammlehrer (ÖAE) - Dr. med. Klaus Pünder: Augenarzt, Autor, Enneagrammlehrer (ÖAE) - Freitag, 14.11.2025 - 19:00 bis 21:00 Uhr; Samstag, 15.11. - 9:00 bis 18:00 (12.30 Mittagspause, 14.30 Kaffee); Sonntag, 16.11. - 9:00 bis 12:00 Uhr; Für Kaffee, Tee und Getränke ist gesorgt. Unterbringung und sonstige Verpflegung bitte selbständig organisieren.

Referenten: Thomas Peter, Religionslehrer, Enneagrammlehrer (ÖAE)

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

Fr 14.11.2025, 19:00 Uhr - So 16.11.2025, 12:00 Uhr

KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

€ 119 €

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

KEB

Online-Schulungen

Nr. 2-28473

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.
Online-Link zur Schulung erfolgt nach Anmeldung im Vorfeld des jeweiligen Kurses.

Referent: Referententeam SEGA e.V.

 **Kurs 1 (November 2025 - 4 Kurstage):**
17.11. / 18.11. / 24.11. / 28.11. - jew. 8 bis 14:30 bzw. 15 Uhr
Kurs 2 (Februar 2026 - 4 Kurstage):
9.2. / 10.2. / 11.2. / 13.2. - jew. 8 bis 14:30 bzw. 15 Uhr

 via Online-Konferenz

€ 70€/SEGA-Mitglieder 50€ (25€ erhalten Sie zurückerstattet, wenn Sie für die SEGA ehrenamtlich tätig sind oder werden)
Zahlungsbedingungen 8 Tage, netto

 SEGA e.V. unter service@sega-ev.de oder Tel: 09661/3048616
Anmeldefrist für Kurs 1 endet am 31.10.2025; für Kurs 2 Mitte Januar; danach keine Erstattung der Kursgebühr (auch bei Krankheit) mehr möglich

 SEGA-Akademie mit KEB



Kurs

Nr. 2-29252

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

 **27.11.25 - 17 bis 20:30 Uhr**

weiterer Termin: 24.03.26

 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

€ 10 €

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

 KEB und Hospizverein

Enneagramm-Vertiefungskurs

Nr. 2-29333

Ich kann auch anders – 9 Enneagramm-Ressourcen**Vertiefungskurs - Grundkurs ist Voraussetzung**

Das Anders-Sein der anderen verstehen - dazu bietet das Enneagramm wertvolle Hilfen und erleichtert somit den Umgang miteinander sowohl im beruflichen wie auch im privaten Umfeld, indem wir unterschiedliche Zugänge zu den typspezifischen Ressourcen der anderen Enneagramm-Muster für uns selbst entdecken können. Über unsere Flügel sowie den Trost- und Stresspunkt hinaus intensivieren wir unsere Entdeckungsreise bis hin zu den Enneagramm-Typen, die wir immer schon mal sein wollten oder die uns nerven und deshalb besonders herausfordern! Die Auseinandersetzung damit führt uns auch zu einem vertieften Verständnis der drei Energie-Zentren. Es geht schwerpunktmäßig um den Zugang jedes Enneagramm-Typs zu allen drei Zentren mit der Frage, welcher Typ des sub-dominanten und des dritten, meist unterentwickelten Zentrums das eigene Muster in seinen Verhaltens- und Verteidigungsstrategien ergänzt. Die Arbeit mit dem begehbaren Enneagramm, neue Erkenntnisse aus der Enneagramm-Literatur sowie kreative und spirituelle Impulse unterstützen den individuellen Weg zur Ganzwerdung. Hinweis: Die Teilnehmerzahl ist auf 15 beschränkt!

Referentin: Wally Kutscher, Enneagrammtrainerin (ÖAE)

📅 **Fr 06.02.2026, 17:00 Uhr - Sa 07.02.2026, 17:00 Uhr**

📍 KEB, Dreifaltigkeitsstr. 3, 92224 Amberg

€ 60 € (ohne Unterkunft/Verpflegung), Lastschrift

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

🔗 KEB



Vortrag

Nr. 2-29628

Wenn das Leben sich nicht nach unseren Wünschen richtet

Wie kann man dem Leben wieder trauen, wenn es tiefgründende Lebensplanungen und große Sehnsüchte schicksalhaft durchkreuzt und zunichte macht. Ob es um das Scheitern von Beziehungen geht, um ungewollte Kinderlosigkeit, gescheiterte Berufswege, Krankheit und Lebenseinschränkungen oder Trauer und Schmerz um Verlust von lieben Menschen. Immer bleibt die Frage, wie soll und kann man so weiterleben. Der Referent möchte anhand seiner jahrzehntelangen Erfahrung als Psychotherapeut in der Begegnung mit Menschen in solch schwierigen schicksalhaften Lebensphasen Beispiele und Wege aufzeigen, die trotz allem helfen können, das Leben wieder annehmen zu können.

Referent: Sebastian Sonntag, Dipl.-Psych., Dipl.-Theol., Psychologischer Psychotherapeut

📅 **Do 12.03.2026, 19:00 Uhr**

📍 Cafe Zentral, Marktplatz 6, 92224 Amberg

€ frei, Spenden für VKKK (Verein krebskranker Kinder) erbeten

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

🔗 KEB

ORTSREGISTER



Amberg

Fr	12.09.	Rio Abierto PLUS – auf dem Weg zur Lebendigkeit	56	Mo	06.10.	Musikgarten Phase 2 – Wir machen Musik von 3 bis 4 Jahren	34
Di	16.09.	Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule	56	Mo	06.10.	Musikgarten Phase 1 – Wir machen Musik von 1 1/2 bis 3 Jahren	34
Mi	17.09.	Anleitung zu Yoga	56	Mo	06.10.	Anleitung zu Grundkenntnissen im Nadelspiel	36
Do	18.09.	Amos 6,1a.4-7	7	Di	07.10.	PEKIP	35
Fr	19.09.	Lachen mit Oma & Opa: Peter schießt den Vogel ab (1959)	57	Di	07.10.	IT-Cafe	21
Sa	20.09.	Wer's glaubt, wird selig	7	Mi	08.10.	Fitness 60 plus – Weil Bewegung in jedem Alter Spaß macht!	37
Mo	22.09.	Der „Club der Nachdenklichen“ in Amberg	20	Mi	08.10.	Nähkurs für Anfänger	36
Mo	22.09.	Bewegung für Geist und Herz	57	Mi	08.10.	Wasserfrösche	35
Mo	22.09.	Fit & beweglich: Rhythmische Bewegung und Gymnastik für aktive 60 Plus	58	Mi	08.10.	Englisch für Erwachsene	37
Mo	22.09.	Yoga	60	Mi	08.10.	World-Percussion	48
Mo	22.09.	Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung	20	Mi	08.10.	Verantwortungsvolles Verhalten im Internet	29
Mo	22.09.	Anleitung zu Gymnastik und Rückenschule – Herbst	58	Do	09.10.	Gymnastik am Vormittag	37
Di	23.09.	Wir trommeln für die Pflege – Berufspolitik verstehen	20	Do	09.10.	Ökumenischer Morgenimpuls	8
Di	23.09.	Tanz mit – bleib fit!	59	Do	09.10.	Anleitung zur Handarbeit	48
Do	25.09.	Ausgewählte Texte der Hl. Schrift	7	Do	09.10.	Malteser kochen mit und für Senioren	61
Fr	26.09.	Gegen die Mauer des Schweigens	20	Fr	10.10.	Aqua-Jogging 8 x	61
Fr	26.09.	"Wo aber liest man – was dieser Unthat gleicht!"	52	Fr	10.10.	Der letzte schöne Tag	21
Sa	27.09.	Erste Hilfe bei Kindernotfällen	29	Sa	11.10.	TierischGut Club	26
Sa	27.09.	Kalligrafie – „Neuland“ in Schichten	46	So	12.10.	Kino-Club	21
So	28.09.	Smart-Club	21	Mo	13.10.	Kinder in ihrer Lernaktivität fördern	29
Mo	29.09.	Anleitung zu „Altes Liedgut – neu interpretiert“	47	Di	14.10.	„Amberg-mehr als ein Gedicht“	43
Mo	29.09.	Bewegung für Geist und Herz Amberg – Kurs 1	59	Mi	15.10.	Retterspitzheilmittel und ihre Wirkungsweisen	60
Mi	01.10.	Schulung von Alltagskompetenzen für Senioren	20	Do	16.10.	Kreativ – Bastelnachmittage mit fachlicher Anleitung	38
Mi	01.10.	Vorträge im Energiekompetenzzentrum der Stadtwerke Amberg	25	Do	16.10.	Filzmaus im Tontopf	38
Mi	01.10.	Elektromobilität	25	Fr	17.10.	„Basics zum kindlichen Schlaf von 0-3 Jahren“	33
Mi	01.10.	Atemholen im Alltag	7	Sa	18.10.	Kalligrafie – Experimente im kleinen Format	46
Do	02.10.	Folgende Gruppenführungstermine stehen schon fest und können gebucht werden:	42	Sa	18.10.	Dachstuhl-Führung	42
Mo	06.10.	Anleitung zum Schneidern und Nähen	36	So	19.10.	Kalligrafie – Experimente im kleinen Format NEU: Möglichkeit zur Verlängerung des Kurses auf zwei Tage	46
Mo	06.10.	Bewegungsbaustelle	34	So	19.10.	Wir erkunden das Umland von Amberg	26
Mo	06.10.	Musikgarten für Babys – 6 Monate-1,5 Jahre	33	So	19.10.	Kirchenführung in der Basilika St. Martin	42
Mo	06.10.	Musikalische Früherziehung	34	Do	23.10.	Anna Rumpf – eine Hellseherin im Amberg des 30jährigen Krieges	43
Mo	06.10.	Seniorenkreis Dreifaltigkeit	17	Fr	24.10.	Ausbildungskurs zum ehrenamtlichen Hospizbegleiter	68
Mo	06.10.	Thema Erntedank	19	Sa	25.10.	Erste-Hilfe-Grundkurs	62
Mo	06.10.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Amberg St. Martin	65	Di	28.10.	Informationstag	63
				Do	30.10.	Knochen stärken – genussvoll und bewusst	60

Do	30.10.	Weisheit 11,22-12,2	9
Mo	03.11.	Ausbildung zur Pflegehilfskraft	69
Mi	05.11.	Gebäudesanierung – was ist sinnvoll	25
Fr	07.11.	Die militärgeschichtliche Sammlung der Schweppermann-Kaserne	44
Sa	08.11.	Der Koch Club – keine Angst vor dem Kochlöffel	49
So	09.11.	Schulkirche	42
Di	11.11.	Pflege und ihre Kosten	63
Do	13.11.	Enneagramm Gesprächskreis	69
Sa	15.11.	„Wurzeln können“	10
Mo	17.11.	„Basics rund um die Beikost“	33
Di	18.11.	Vogel-Futterstation aus Holz	38
Di	18.11.	„In der Weihnachtsbäckerei“	37
Di	18.11.	„Du sollst ein Segen sein“	11
Di	18.11.	Casino und Stadttheater Geschichte zweier Gleichaltriger	44
Mi	19.11.	Was ist ein Trauma und wie gehe ich damit um?	22
Sa	22.11.	Kalligrafie – Weihnachtskalligrafie	47
Do	27.11.	Der Letzte Hilfe Kurs	70
Do	27.11.	Jes 2,1-5	9
Fr	28.11.	„Zusammenmusizieren im Advent“	11
Sa	29.11.	Der Superkraft-Club	49
Sa	29.11.	Das bin ich! (Ausstellungstag) Modenschau, Setcards und anschließende Disco	49
So	30.11.	Club der Kreativen	49
So	30.11.	Das andere Adventssingen	11
Mo	01.12.	Sophie Scholl und die Weiße Rose	24
Mi	03.12.	PV-Pacht & Mieterstrom in Mehrparteienhäusern	25
Do	04.12.	80 Jahre Kriegsende – Die letzten Stimmen des Widerstands	24
Do	11.12.	Weihnachtsbastelei	38
Mo	15.12.	„Abschied von der Windel“	33
Mo	15.12.	Erblühende Dornen	12
Di	13.01.	Simultaneum im Raum Sulzbach	44
Di	20.01.	Unter Heiden – Warum ich trotzdem Christ bleibe	12
Di	20.01.	„Immunsystem stärken mit gesunder Ernährung“	64
Do	22.01.	„Sein Gipfel voller Ruhm, von Alt berühmtem Adel“	44
Sa	24.01.	Kalligrafie – Textura	47
Do	29.01.	Zyklus außer Kontrolle?	60
Di	03.02.	Die Tschechoslowakischen Legionen	45
Fr	06.02.	Ich kann auch anders – 9 Enneagramm-Ressourcen	71

Do	12.02.	Bye,Bye Pille?	61
Fr	13.02.	Einweisung in den Schießsport am Jordanberg	45
Mo	16.02.	Inklusives Tanz Seminar Nr. 17	50
Do	26.02.	Iss dich hormonfit!	61
Sa	28.02.	Kalligrafie – Mein Skizzenbuch	47
Do	12.03.	Wenn das Leben sich nicht nach unseren Wünschen richtet	71
Sa	14.03.	Ehevorbereitungs – Seminar	15
Mi	18.03.	Lebenswertes Altern	64
Sa	18.04.	Ehevorbereitungs – Seminar	15

Amberg/Ammersricht

Mi	15.10.	Internationaler Kochkurs: Gerichte aus der ganzen Welt	48
----	--------	--	----

Amberg/Raigerich

Mi	04.02.	Lebe, Lache, Liebe	13
----	--------	--------------------	----

Ammerthal

Fr	21.11.	Pompeji, die Römerstadt aus der Vulkanasche	44
----	--------	---	----

Auerbach in der Oberpfalz

Do	02.10.	Trauer-Café Auerbach	16
----	--------	----------------------	----

Ebermannsdorf

Di	04.11.	„Lieber Hände falten statt Sorgenfalten“	17
----	--------	--	----

Ensdorf

Mi	24.09.	Geschichten zum Schmunzeln aus Ensdorf	58
Fr	03.10.	Bordun-Spielkurs 2025	47
Mi	15.10.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Ensdorf	65
Fr	17.10.	JULEICA 2025 – Modul 1	22
Sa	18.10.	Qualifizierungskurs Kräuterpädagoge VII	62
Sa	25.10.	Kräuterwanderungen durch die Jahreszeiten	62
Fr	14.11.	Mit dem Ranger unterwegs: Wildtierführung im Rahmen der Wildwochen im Naturpark Hirschwald	26
Fr	28.11.	Ausbildung zum Teamer (TdO)	11
Fr	02.01.	Gitarrenurlaub mit Peter Autschbach	50
Fr	27.02.	NGL-Total-Wochenende 2026	13

Freihung

Di	23.09.	Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Freihung	65
----	--------	---	----

- Di **23.09.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Freihung
 Di **04.11.** Weihnachtslieder für die Veeh-Harfe 5x

Freudenberg

- Di **28.10.** Hilfen zur Pflege (Beratungsstelle des Bezirks Oberpfalz)

Freudenberg/Wutschdorf

- Mi **08.10.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Paulsdorf

Hahnbach

- Mi **17.09.** Eltern-Kind-Gruppe 1
St. Jakob Hahnbach
 Mo **22.09.** Eltern-Kind-Gruppe 2
St. Jakob Hahnbach
 Di **30.09.** Seniorenkreis Pfarrei Hahnbach
 Mi **22.10.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Hahnbach
 Mi **29.10.** Zwischen esoterischen Verführungen und
fundamentalistischen Verhärtungen
 Sa **31.01.** Ehevorbereitungs – Seminar

Hirschau

- Mi **10.09.** Eltern-Kind-Gruppe 3
Mariä Himmelfahrt Hirschau
 Do **11.09.** Eltern-Kind-Gruppe 1
Mariä Himmelfahrt Hirschau
 Di **16.09.** Eltern-Kind-Gruppe 2
Mariä Himmelfahrt Hirschau
 Do **18.09.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Ehenfeld
 Di **23.09.** Verändertes Essverhalten bei demenziellen Erkrankungen
 Di **07.10.** In der Trauer nicht allein
 Di **14.10.** Anleitung zum Ausbuttern
 Do **20.11.** Frauengesundheit mit ätherischen Ölen stärken
 Sa **22.11.** „Ein Nachmittag für mich“

Hohenburg

- Mi **19.11.** Erinnerungen, Geschichten und Traditionen rund um die
Vorweihnachtszeit
 Mi **11.03.** „Das Pflegeschloss Hohenburg“

Kastl/Utzenhofen

- Mi **01.10.** Seniorenkreis Pfarrei Utzenhofen

Kastl-Pfaffenhofen

- Di **23.09.** Bewegung für Geist und Herz 57

Kümmersbruck

- Mo **22.09.** Öle für die Frauengesundheit 58
 Di **30.09.** Eltern-Kind-Gruppe 3
St. Antonius Kümmersbruck 31
 Mi **01.10.** Eltern-Kind-Gruppe 1
St. Antonius Kümmersbruck 31
 Mi **01.10.** Eltern-Kind-Gruppe 2
St. Antonius Kümmersbruck 31
 Di **07.10.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Kümmersbruck 1 5x 65
 Di **07.10.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Kümmersbruck 2 5x 65
 Di **07.10.** Babyschwimmen 35
 Di **07.10.** Schwimmflügelkurs 35
 Mo **13.10.** Glaubens- und Lebensweg in der Kirche St. Wolfgang 9

Poppenricht

- So **21.09.** Kapelle Laubhof 7
 Sa **04.10.** Seniorenkreis St. Michael Poppenricht 17
 Sa **15.11.** Vorstellung der Arbeit der KAB Regensburg 22

Rieden

- Mo **22.09.** Wald-Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Ägidius Schmidmühlen 32
 Di **23.09.** Wald-Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Ägidius Schmidmühlen 32
 Do **16.10.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Rieden 66

Schmidmühlen

- Fr **12.09.** Eltern-Kind-Gruppe
St. Ägidius Schmidmühlen 32
 Do **16.10.** Mehr Lebensqualität im Alter (LeA) Schmidmühlen 66

Schnaittenbach

- Mo **08.09.** Anleitung zum Nordic Walking 56
 Mi **17.09.** Anleitung zu Yoga 56
 So **28.09.** Marterlführung Schnaittenbach 42
 Mi **01.10.** Seniorenaktivtreff Schnaittenbach 17
 Do **20.11.** Das Leben und Wirken von Bienen 27
 Mi **14.01.** Eltern-Kind-Gruppe
St. Vitus Schnaittenbach 32
 Sa **21.02.** Ehevorbereitungs – Seminar 14

Sulzbach-Rosenberg

Mi	17.09.	Eltern-Kind-Gruppe 1 St. Marien Sulzbach	32
Do	18.09.	Eltern-Kind-Gruppe 2 St. Marien Sulzbach	32
Fr	19.09.	Mei Sprouch	51
Mi	24.09.	Nie wieder ist jetzt! Erzählen statt Schweigen!	51
Do	25.09.	Demenzforum	61
Mo	06.10.	Trauer Stammtisch in Sulzbach-Rosenberg	16
Di	07.10.	„MINERVA liest“	52
Di	07.10.	Welt aus Sprachen. Literatur übersetzen	53
Mi	08.10.	Unterwegs im Labyrinth des Lebens	8
Mi	08.10.	Aus-Zeit	8
Do	16.10.	Buch- und Textpräsentation	53
Mo	27.10.	Die Jahre umarmen und das Glück entdecken	9
Di	04.11.	Die Hände zum Himmel	53
Mi	12.11.	Den Krieg übersetzen. Gedichte aus der Ukraine	53

Mo	08.12.	„Halbinsel“ – Kristine Bilkau	54
Mi	10.12.	Königskind	8
Fr	20.03.	Kreiner & Reiner – „Das pralle Leben hald“	51
Sa	07.11.	Ehevorbereitungs – Seminar	15

Ursensollen

Mi	24.09.	Demenzforum	58
Fr	21.11.	Das Planetarium Ursensollen – Ein Blick zu den Sternen	27

Vilseck

Do	18.09.	Eltern-Kind-Gruppe St. Ägidius Vilseck	32
So	28.09.	Von Türmern und Burgen	42
Mi	01.10.	Seniorentreff Pfarrei Vilseck	17

Windischeschenbach

Fr	30.01.	Religiöser Bildungsimpuls im Haus Johannisthal	13
----	--------	--	----



Banking,
so flexibel wie
Ihr Leben.

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

Egal wie und egal wann.



VR BANK
AMBERG-SULZBACH EG
09621 479-0 | www.vr-as.de

Bildnachweise

123rf.com - 28

4 Türme-Verlag - 11

A

AGUS-Selbsthilfe - 22

Albertin Thomas - 47

Altmann Gerd pixabay - 13, 59ff.

Autschbach Peter - 52

Azerbaijan Stockers/freepik.com - 39

B

Bauer Johann - 51

Baumann Melanie - 35

Brantl Klaus - 15

btb-Verlag / Ziegler Matthias - 14

C

Caritasverband Regensburg - 22

cc - 51

ChatGPT generated - 23, 71

ClipArt - 61

Congerdesign auf Pixabay - 19

D

Dathe Claudia privat - 55

Dehling Sarah - 20

Dotzler Stefan - 16

E

Elternschule - 40

Ettinger Matthias - 20

F

Fachstelle für Demenz und Pflege - 59

Freepik.com - 10, 12, 17, 18, 22, 23, 24,

27, 36ff., 39f., 40, 42, 50f., 51, 58, 61, 63,

66, 71, 73

G

Gehr Elke - 48

Geiger Peter - 46

Gem Joachim - 55

Gemini generated - 46, 83

Gerstacker Dieter - 16, 19

Gradl Susanne - 17

H

Herrneder Brigitte - 48f.

Heyne-Verlag - 26

Historischer Verein - 46

I

Ildigo Pixabay - 9

Ince Aykut / pixelio - 22

Irlbacher - 1, 51

iStock - 70

J

Jcstudio/freepik.com - 19

K

Kaiser Helmut - 50

KEB - 43f.

Kirves Thorsten - 56

Kloster Ens Dorf - 13, 24, 64

Klug Kerstin - 58

Knipseline/Pixelio - 58

Knoll Julia Kathrin - 55

Kohl Josef - 44

Kreiner Sabine - 53

Krettner Wolfgang - 46

Kuhn Martin - 28

Kutscher Wally - 73

L

Lein Yohanes Vianey/Pfarrbriefservice -

10

Literaturarchiv Su-Ro - 53

M

Maluche Beate - 61

Martner Peter - 29

Master1305/freepik.com - 35

Meier Franz - 42, 44

Melchner Martin - 17

Moosburger Marianne - 16

Müller Doris - 10f.

Müller Karl - 43f.

Musikschule/pixabay - 36

N

Naturpark Hirschwald - 28

Nelhiebel Jonas Naturpark Hirschwald -

28

Niek Verlaan Pfarrbriefservice - 16f.

O

Oksix-Adobe.Stock - 32

P

PCh.vector Freepik - 60

Peter Thomas - 13, 17, 71

Peter Ute - 17

Pfarrei St. Michael Amberg - 13

Pfetsch Helga/Literaturarchiv SuRo - 55

Pidvalnyi Oleksandr Pixabay - 23

Pixabay.com - 9, 11 13f., 18, 28, 29 44f.,

50, 51, 52, 58ff., 63ff., 71

privat - 17, 23, 42, 52, 73

Pröse Tim - 26

Prostooleh/freepik.com - 36f.

Provinzialbibliothek Amberg - 54

Publicdomaictures pixabay - 37

Pünder Klaus - 71

Pvproductions bei freepik.com - 12, 36

Pxhere_677440 - 44

R

Rauch Anton - 19

Rösch Christiane - 10

S

Schrüfer - 41

Seifert Simone - 73

Sellmeyer Richard - 14

Sr. Zukic Teresa / Brunnen-Verlag - 15

St. Georg Amberg - 9f., 17, 34

Stadtarchiv Amberg - 45, 46

Stadtmuseum Amberg - 9

Steigenberger Christel - 53

Stilp-Weiß Sigrid - 70

StMGPP - 59

stock.adobe.com - 31, 65, 70

StockSnap Pixabay - 58

Strack Wolfram - 9

T

Truthseeker/pixabay - 72

W

Weidemann Peter – Pfarrbriefservice - 17

Weigert-Dotzler Sophie - 16

Weiß Rose Stiftung e.V - 26

Wikipedia - 47

Z

Ziegler Matthias - 14



Beratung,
Erste Hilfe
und mehr ...

Kompetente Beratung bei Pflege und im Alter:

Tel.: 0 96 21 / 49 33 – 50

Fachstelle für pflegende Angehörige, Hausnotruf
Haushaltsnahe Dienstleistungen,
Begleitungs- und Entlastungsdienst Demenz

Für den Fall des Falles – Erste-Hilfe-Kurse:

www.malteser-kurse.de

... und vieles mehr: Tel.: 0 96 21 / 49 33 – 0

Kursanmeldungen und Infos zu:
Soziales Ehrenamt, Besuchsdienste, Flüchtlingshilfe /
Interkulturelle Arbeit, Altkleider, Sanitätsdienst,
Psychosoziale Notfallversorgung etc.



Malteser

...weil Nähe zählt.

Die Malteser in Amberg

Sulzbacher Str. 15a, 92224 Amberg

www.malteser-amberg.de

sekretariat.amberg@malteser.org



Erste-Hilfe-Kurse

für Führerscheinbewerber, Betriebsersthelfer etc.,

Schwesternhelferinnen-
/Pflegediensthelferausbildung

natürlich bei den Maltesern!

Malteser Hilfsdienst e.V.

Sulzbacher Str. 15 A | 92224 Amberg

Tel.: 0 96 21 / 49 33 – 0

www.malteser-kurse.de | ausbildung.amberg@malteser.org



Malteser

...weil Nähe zählt.

AGB und Datenschutz – Auszug –

Grundsätzliches

Die AGBs der Mitveranstalter (beispielsweise Bildungshäuser und Reiseunternehmen) sind bei den einzelnen Veranstaltungen zudem zu berücksichtigen.

Unsere vollständige Version auf www.keb-bistum-regensburg.de/agb !

Anmeldeschluss

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

Kursgebühren

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

Veranstaltungsanmeldung

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

Rücktritts- / Bearbeitungsgebühren

Diese Rücktrittsbedingungen gelten, sofern in der konkreten Veranstaltungsausschreibung keine anderen Konditionen geregelt sind. Bei Reisen zusammen mit Pfarrei(einrichtung)en sind immer deren Konditionen zu erfragen. Folgende Rücktrittsbedingungen gelten, sofern in der konkreten Ausschreibung keine anderen Konditionen geregelt sind: Bei Rücktritt von der Veranstaltungsanmeldung bis 7 Tage vor Kursbeginn werden 10% der Kursgebühr – bei Tagesreisen und mehrtägigen Veranstaltungen 30 % der Gebühren –, mindestens jedoch 6 Euro als Verwaltungsgebühren erhoben. Entstehen der KEB durch den Rücktritt geringere Kosten, dann werden nur diese in Rechnung gestellt. Wird diese Rücktrittsfrist

nicht gewahrt und übernimmt keine Ersatzperson die vollen Verpflichtungen des abgemeldeten Teilnehmers, werden die gesamten Kursgebühren fällig.

Für die Teilnahme an mehrtägigen Reisen wird der Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung dringend angeraten.

Zudem können gesonderte Geschäftsbedingungen mit entsprechenden Rücktrittsbedingungen für Kurse und Veranstaltungen (z.B. Studienreisen) gelten. Diese sollten in den Ausschreibungsunterlagen publiziert werden.

Können Teilnehmende/Interessierte aufgrund einer gesetzlich vorgeschriebenen Regelung am weiteren (grundsätzlich möglichen) Kursverlauf nicht (mehr) teilnehmen, werden entsprechende Kursgebühren von der KEB nicht zurückbezahlt.

Veranstaltungsabsage

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

Datenschutz

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

Urheberschutz

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

Haftung

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

(Stand: 01.01.2024)

„Nicht die Menge des Wissens, sondern die Tiefe des Verstehens macht den wahren Bildungsgrad aus. Man kann sehr viel wissen, dabei aber nicht einmal das Nötigste.“ (angelehnt an Leo Tolstoi)



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

