

ETWAS BEWEGEN 2023/24

Impulse für die katholische Erwachsenenbildung in Pfarreien



Vorwort

Liebe Bildungsbeauftragte,

mit dieser Broschüre erhalten Sie erstmals gesammelte Impulse für die katholische Erwachsenenbildung in Ihrer Pfarrei. Damit wollen wir Sie bei der Themen- und Referentenfindung unterstützen.

Die Impulse kommen aus den unterschiedlichen Bildungsbereichen der Geschäftsstelle und wurden gezielt für den Veranstaltungsort Pfarrei ausgewählt.

Schmökern Sie und lassen Sie sich inspirieren!

Hota Elmaner

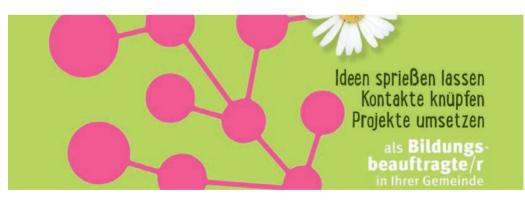
Jutta Ellmauer

1. Vorsitzende

Mark Schutt



Dr. Mark Achilles Geschäftsführer



Münchner Bildungswerk e.V.

Dachauer Straße 5 80335 München Telefon 089/54 58 05-0 Telefax 089/54 58 05-25

mbw@muenchner-bildungswerk.de www.muenchner-bildungswerk.de



Familienbildung	. Seite	3
Kunst und Kultur	. Seite	7
Theologie und Ethik	Seite	13
Allgemeinwissen	Seite	16
Gesellschaft und Leben	. Seite	18
Gesundheit	. Seite	21
Dauer-Angebote	. Seite	24

Was müssen Sie tun:

- Sie wählen Veranstaltungen aus dem Katalog aus und nehmen Kontakt zur Referent:in/Ansprechperson im MBW auf (siehe Kontaktdaten).
- 2. Sie vereinbaren Termin, Setting und Honorar.
- Sie melden spätestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn den Termin im Münchner Bildungswerk.
 Nutzen Sie dazu gerne das Programm- und Statistikformular und senden Sie dieses an mbw@muenchner-bildungswerk.de.
 - Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an Tel. 089/54 58 05-0.
- Für die erste von Ihnen gebuchte Veranstaltung übernehmen wir das Referentenhonorar. Bitte weisen Sie uns bei der Programmmeldung auf die erste von Ihnen gebuchte Veranstaltung hin und rechnen Sie diese entsprechende Veranstaltung mit einem Honorarbogen bei uns ab. Diesen erhalten Sie auf Anforderung unter sekretariat@muenchner-bildungswerk.de.

Bitte lassen Sie den Honorarbogen vom Referierenden unterschreiben und senden Sie uns anschließend den Bogen zu.

Wenn Sie **Ihre** Veranstaltungen mindestens sechs Wochen vor Beginn im MBW melden, erscheinen diese im Dekanatsflyer sowie auf der Homepage des Münchner Bildungswerks.

Plakate und Handzettel zur Veranstaltungswerbung bitte bei Marianne Hofer (mhofer@muenchner-bildungswerk.de) gesondert anfordern.

Familien- und Elternbildung

Komm, lies mit mir!

Empfehlenswerte Bücher, die nicht nur Kindern gefallen

Lesen ist eine der grundlegenden Kompetenzen für Bildungserfolg. Deshalb ist es wichtig, dass Eltern ihre Kinder auf dem Weg ins Lesen unterstützen. Die gemeinsame Lektüre, gegenseitiges Vorlesen und Erzählen sind hierfür zentrale "Wegbegleiter". Mit guten Büchern kann das sogar richtig Spaß machen!

Es werden empfehlenswerte Bilder- und Kinderbücher vorgestellt, an denen nicht nur Kinder ihre Freude haben – vom textlosen Bilderbuch bis zum illustrierten Lyrikband für die ganze Familie. Eigene Lesetipps dürfen gerne mitgebracht werden!

Veranstaltungsart Workshop oder Vortrag

Dauer 135 Minuten

Sonstige Informationen In Absprache mit der Referentin können auch

Themenschwerpunkte (Familie | Trauer, Tod und Sterben |

Mutmachbücher u.a.) gewählt werden.

Ein entsprechend angepasster Textbaustein wird dann rechtzeitig

zur Verfügung gestellt.

Liste der vorgestellten Bücher (1-2 Seiten) – Kopierkosten trägt

der Veranstalter.

Referentin Carola Gäde, Kinder- und Jugendliteratur, Romanistik,

Psychologie M.A., Pressereferentin/Programmkoordinatorin

Stiftung Internationale Jugendbibliothek

carola-gaede@gmx.de, Tel. 0151/22 72 20 28



©pixabay-rosy-readout

Kontaktdaten

Fs war einmal

Märchen zum Begreifen für Familien mit Kindern bis 7 Jahren



Kinder lieben Märchen und sind fasziniert von der fantastischen Zauberwelt. Sie behelfen sich bei Dingen, die sie rational nicht erklären können, mit magischen Vorstellungen. An diesem zauberhaften und kreativen Familiennachmittag wollen wir diese gemeinsam begreifen. Familien sind eingeladen, Märchen zu hören und sich an verschiedenen Stationen mit Zwergen, Drachen und den Bremer Stadtmusikanten zu beschäftigen.

Veranstaltungsart Workshop Dauer 135 Minuten 10 Familien max. Teilnehmerzahl Materialgeld pro Familie

4.- EUR Referentin Ursula List, EKP – Gruppenleiterin

Kontaktdaten praxis.ursula.list@gmail.com, Tel. 089/70 12 66

Familien for future

Upcyclingideen mit und für kleine Kinder bis 5 Jahre

Das richtige Spielzeug lässt ganze Welten entstehen. Dafür muss nicht ständig Neues gekauft werden. Alte Gebrauchsgegenstände, Spielsachen oder Gartengeräte wieder besonders zu machen, indem sie für und zusammen mit den Kindern upgecycelt werden, macht Spaß, verschafft ausgedienten Gegenständen einen neuen Lebenszyklus und trägt zum Ressourcenschutz und dadurch auch zum

Natur- und Klimaschutz bei.

Veranstaltungsart Dauer Materialgeld pro Familie Sonstige Informationen Referentin Kontaktdaten

Workshop 135 Minuten 4.- EUR

Materialliste wird bekannt gegeben Ursula List, EKP – Gruppenleiterin praxis.ursula.list@gmail.com,

Tel. 089/70 12 66



Innenstadtführung für Eltern und ihre Kinder

Gemeinsam die Münchner Altstadt erleben



Auf einem gemeinsamen Spaziergang entdecken Sie mit anderen Eltern und deren Kindern die Innenstadt neu!

Sie besuchen interessante Orte und hören fesselnde Geschichten aus alter und neuer Zeit. Genießen Sie eine spannende Entdeckungsreise für Groß und Klein.

Veranstaltungsart Stadtführung Dauer 60 Minuten

Referentin Ruth Lobenhofer M.A., Kunsthistorikerin, Diplom-Sozialpädagogin (FH)

Kontaktdaten ruth.lobenhofer@web.de, Tel. 089/17 13 27

Gesunde Kinderaugen

Förderung gesunder Kinderaugen im digitalen Zeitalter



Das digitale Zeitalter beansprucht die Sehleistung in hohem Maße, was schon die Kleinsten in unserer Gesellschaft zu spüren bekommen. Wenn man aber bedenkt, dass das menschliche Auge sich bis weit in die Zwanziger Lebensjahre noch entwickelt, ist es nicht verwunderlich, dass bereits Kinder und Jugendliche bei visueller Beanspruchung mit sich bildenden Fehlsichtigkeiten leben müssen und das Brillentragen eine

Selbstverständlichkeit wird. Gerade der demografische Wandel lässt erkennen, wie wichtig es ist ein gutes Sehvermögen bis ins hohe Alter zu erhalten.

Wie können Eltern ihre Kinder schon in jungen Jahren darin unterstützen? In diesem interaktiven Vortrag erhalten Sie hilfreiche Tipps und praktische kindgerechte Übungen gepaart mit Hintergrundwissen zum Präventionsverhalten am PC, Tablet und besonders Handy.

Veranstaltungsart Dauer Referentin

135 Minuten Tania Kneisel.

Vortrag

Kontaktdaten

Augenoptikerin und Sehtrainerin tanja-kneisel@t-online.de, Tel. 0174/92 79 786



Grenzen setzen – liebevoll aber bestimmt

Halt geben durch Grenzen setzen

Grenzen setzen, ein Thema, das uns bei der Erziehung unserer Kinder nahezu täglich begegnet. Es ist anstrengend und manchmal ermüdend, dem als Eltern ständig nachzukommen —Eltern befinden sich in einem Spannungsfeld und geraten so selbst öfter an ihre eigenen Grenzen. Grenzen geben grundsätzlich Sicherheit und Orientierung. Doch wie setze ich diese Grenzen? Und wie viele Grenzen

sind überhaupt notwendig?

Veranstaltungsart Dauer Referentin

Kontaktdaten

Vortrag mit Diskussion 120 Minuten Tanja Leikert,

Erziehungsberaterin anja.leikert@web.de,

Tel. 0151/11 65 61 79



Mutter sein dagegen sehr

Der Weg für Mütter zu mehr Selbstfürsorge

Viele Mütter wünschen sich in Ihrem Alltag weniger Stress. Neben Familie und Teilzeitjob bleibt kaum freie Zeit, um zur Ruhe zu kommen. An zwei Abenden finden wir gemeinsam heraus, wo die Ursachen der alltäglichen Hetze liegen und welche Erwartungen uns Mütter unter Druck setzen. Wir erarbeiten Strategien, um stressige Situationen zu entspannen und ganz ohne schlechtes Gewissen nicht alles perfekt machen zu müssen. Ein Weg zu mehr Ruhe und Zeit für sich selbst — egal, ob die Kinder 15 Monate oder 12 Jahre alt sind. Selbstfürsorge ist nicht egoistisch, sondern stärkt deine ganze Familie.

Veranstaltungsart

Dauer max. Teilnehmerzahl

Referentin

Kontaktdaten

Seminar

2 Abende á 120 Minuten

10 TN

Veronika Sommer, Change Manager

und systemischer Coach

gelassenheit@veronika-sommer.de,

Tel. 0176/22 09 94 34



©iStock-vakubovAllim

Reise durch die Münchner Glockenlandschaft

Geschichte und Vielfalt der Glocken

Sie strukturieren den Tag, rufen zu schönen und traurigen Anlässen und gehören selbstverständlich zu jeder Kirche: die Glocken. Aber welche Vielfalt es gibt, welche Geschichte sie haben, wie unterschiedlich sie klingen, welche Sonderformen von Geläuten es gibt, wo man auch an nicht-kirchlichen Gebäuden Glocken entdecken kann und wo sich in München "Glocken-Superlative" finden—all das erfahren Sie bei dieser Reise durch die Münchner Glockenlandschaft!



@salveglocke_mülb

Veranstaltungsart Vortrag (auch online möglich)

Dauer 90 Minuten max. Teilnehmerzahl 30 TN

Referent Ralf Müller, ehrenamtlicher Referent für Glockensachwesen in der

Abteilung Kirchenmusik des Erzbischöflichen Ordinariats

Kontaktdaten <u>ralf.mueller-10@t-online.de</u>, Tel. 0171/55 09 837

Lasst Blumen sprechen mit Kunst und Kultur: Rosen – Nelken – Gänseblümchen

Von der Vielfalt der Blumen in Münchner Kirchen

Natur feiern – auch in den Kirchen! Denn dort blüht es. Und damit sind nicht Sträuße und Gestecke beim Altar gemeint. Nein, in den Münchner Kirchen der Altstadt sind viele Blumen, Kräuter, Früchte und Blätter auf Gemälden oder Fresken, stuckiert oder geschnitzt. Das ist nicht einfach nur schön oder dekorativ, es steckt auch eine tiefere Bedeutung dahinter.

Gehen Sie mit auf die Suche nach den Blüten in den Kirchen, überraschende Erkenntnisse werden garantiert.



©Dreifaltigkeitskirche_

Veranstaltungsart Führung
Dauer 90 Minuten
max. Teilnehmerzahl 20 TN

Referentin Sibylle Reinicke, Apothekerin, geprüfte Stadtführerin

Kontaktdaten reinicke.s@gmail.com, Tel. 0170/52 65 356

Maria Ramersdorf

Kirchenführung

Seit dem Mittelalter bis in die Gegenwart als Münchner Wallfahrtsort von großer Bedeutung erstrahlt die Kirche nach der Renovierung in neuem Glanz!

Veranstaltungsart

Führuna Ca 75 Minuten Dauer

max. Teilnehmerzahl

Referent Dr. Falk Bachter, Kunsthistoriker

20 TN

Kontaktdaten falk.bachter@t-online.de, Tel. 0173/66 52 848



©Maria Ramersdorf_ AchimBunz

Benno, Brauer, Bronzeguss

Rund um die St. Bennokirche

Die Geburtsstätten weltberühmter Biere und der kolossalen Bayaria finden sich in der Nachbarschaft dieser beeindruckenden Kirche!

Veranstaltungsart

Dauer

max Teilnehmerzahl

Referentin Kontaktdaten Führung

90 Minuten

20 TN

Anneliese Döhring, geprüfte Stadtführerin

ontaktdaten Iei. J anneliese.doehring@web.de,

Tel. 0172/44 28 082 ***********



@StBeno_ThomasKlinger

Gebeine, Geld und Gnadengaben

Besondere Reliquien in der Münchner Innenstadt



Das "deutsche Rom", so wurde München in der Reiseliteratur des 17. und 18. Jahrhunderts genannt. Und in den Gebäuden residierten die Heiligen, die wenigsten von ihnen gebürtige Münchner, einige sogar echte Römer — in wertvollen Schreinen, ganz oder in Teilen, anwesend in ihren heiligen Gebeinen. Wer waren sie? Wo kamen sie her? Was brachte sie nach München? Was war ihre Aufgabe? Auf einem kleinen Rundgang

besuchen wir einige der prominentesten Münchner Gebeine und finden es heraus.

Veranstaltungsart Dauer max. Teilnehmerzahl Referentin Kontaktdaten Führung 90 Minuten 20 TN

Dr. Myriam Wagner-Heisig, Kunsthistorikerin myriam.wagner@web.de, Tel. 0176/81 76 83 37



©HI.Mundita_StPeter_RanKeren

Porträtmalerei – dreiteilig

Das Charakteristische malerisch erfassen





Sie erfahren im Kurs, auf welche Besonderheiten es bei der Umsetzung in ein Porträtbild ankommt. Ziel ist aber nicht ein fotorealistisches Abbild. Ein aufregender künstlerischer Prozess soll sich in Gang setzen, der immer ein überraschendes Resultat bereithält. Reichlich Input liefern während des Kurses Bildbeispiele aus diversen Kunstkatalogen. Sie malen sich eine Weile gegenseitig, dann erkunden Sie Ihr eigenes Spiegelbild und

schließlich lassen Sie sich von Fotos aus Ihrem und meinem Archiv inspirieren.

Für Einsteiger:innen und Fortgeschrittene.

Materialliste:

Aquarell- oder Gouache- oder Acryl- oder wasserlösliche Ölfarben in den Tönen Chromoxidgrün feurig oder Phytalogrün, Magenta, Zyanblau, Zitronengelb, Schwarz und Weiß; Tusche, Bleistifte, Kohle, Fixativ; Knetgummi zum Radieren, Pinsel aus weißer Schweinsborste in unterschiedlichen Stärken und Breiten, eine große Palette, mehrere Mallumpen (aus alten T-Shirts); Malgründe (für das jeweilige Malmittel geeignetes Papier, gerne auch Malpappen oder Leinwände).

Veranstaltungsart max. Teilnehmerzahl Dauer Referentin

Kontaktdaten

Workshop 10 TN

dreiteilig mit jeweils 180 Minuten

Gloria Gans, Künstlerin

mail@gloriagans.de, Tel. 0177/24 91 491



©Malakademie

Schrift-Bilder

Buchstaben, Bilder und Brushlettering





In diesem Kurs verbindet sich Schrift mit Farben und Formen. Gegenständliche Motive verschmelzen mit Abstraktem und Buchstaben zu ungewöhnlichen Abbildungen. Aus der Kombination von Brushpens, Stiften und Pinseln mit Aquarell- und Gouchefarben entstehen malerische Schrift-Bilder. Diese erhalten durch die Akzentuierung mit verschiedenen Techniken des Vergoldens einen magischen Glanz.

Für Einsteiger:innen und Fortgeschrittene.

Materialliste:

Freude an geschriebenen und gemalten Schriften und am Experiment, Breitfedern Stärke 2 und 3 mm mit Federhalter, schwarze und farbige Tinten, Bleistift HB, Spitzer, Radiergummi, Lineal, Geodreieck, Flachpinsel in unterschiedlichen Breiten, kariertes Schreibpapier in Din A4 mit tintenfester Oberfläche, Aquarellpapier, mind. 200 gr. Feinkorn, 50 x 70 cm, Aquarellfarbkasten oder Gouachefarbkasten, Küchenkrepp. Sie brauchen nicht alles zu kaufen, Sie können die Materialien auch im Kurs ausprobieren und dort erwerben.

Veranstaltungsart max. Teilnehmerzahl Referent Kontaktdaten Workshop 10 TN

Rainer Michel, Künstler rainer@kunst-atelier-michel.de,

Tel. 089/121 636 60



Die Farbe erfindet das Bild

Findet der Mensch ausreichend Punkte, dann kann er sich daran orientieren. Und wer einem Stern folgt, kehrt nicht mehr um. Wir entwickeln im Kurs Bilder aus Farbflecken, die uns zu einem Bild inspirieren werden. Welche Bilder? Das steht in den Sternen.

Damit die Kunstreisenden nicht die Orientierung verlieren, erkläre ich Farbzusammenhänge, welche die Richtung vorgeben und die Inspiration lenken.

Für Fortgeschrittene.

Materialliste: Acrylfarben, Kreiden, Papier.

Weiteres Material wird beim ersten Treffen im Kurs besprochen.

Veranstaltungsart Workshop max. Teilnehmerzahl 10 TN

Referent Gerhard Marguard, Künstler

Kontaktdaten marguard.kunst@web.de, Tel. 0163/69 22 436, 08191/98 50 999

www.gerhard-marguard.com/

www.youtube.com/@gerhard.marquard

Der natürliche Weg des Zeichnens

Der natürliche Weg des Zeichnens bedeutet, wir verwenden beim Zeichnen Muster, die seit unserer Kindheit in uns angelegt sind. Daher finden wir intuitiv zu einem flüssigen Zeichenstil. Beim natürlichen Zeichnen verhält es sich ähnlich wie beim natürlichen Schreiben: Wir verwenden Techniken, welche die Ideen aus dem Kopf befreien ... Für Einsteiger:innen.

Materialliste: Grafitpulver, Bleistifte B3 und B8, Zeichenblock, einige Ölkreiden.
Weiteres Material wird beim ersten Treffen im Kurs besprochen.

Veranstaltungsart Workshop

Dauer sechsteilig mit jeweils 180 Minuten

Teilnehmerzahl 10 TN

Referent Gerhard Marguard, Künstler



Die Exegese des Alten Testaments

Eine Reise durch die Bibelgeschichte

Im Mittelpunkt der Veranstaltung steht die Erforschung und Interpretation der biblischen Texte des Alten Testaments. Dabei kann es sich um verschiedene Aspekte handeln, wie der historischen Entstehung, den literarischen Gattungen, den theologischen Botschaften und den Interpretationen im Laufe der Jahrhunderte.

Die Vorträge geben auch Einblick in die aktuelle Forschung und Debatten im Bereich der alttestamentlichen Exegese. Dabei geht es nicht nur um die wissenschaftliche Analyse der Texte, sondern auch um die Frage, wie heutige Leserinnen und Leser die biblischen Botschaften für ihr Leben interpretieren können.

Veranstaltungsart Vortrag mit Diskussion

Referent Andreas Köbinger, Dozent für das Alte Testament

Kontaktdaten <u>andreas.koebinger@gmx.de</u>

Miteinander kochen, reden und lernen

Interkulturelles Kochevent

Dieses einzigartige Event bietet eine großartige Gelegenheit, die Vielfalt und Gemeinsamkeiten der jüdischen und muslimischen Kulturen und Traditionen zu entdecken. Gemeinsam werden wir die Küche erobern und dabei die Gelegenheit nutzen, mehr über die jüdische und muslimische Küche und deren Bedeutung in den jeweiligen Religionen zu erfahren. Darüber hinaus wird es auch Raum für Diskussionen und offenen Austausch geben, in denen wir einander besser kennenlernen und Verständnis füreinander aufbauen können.

Veranstaltungsart max. Teilnehmerzahl Referent

Kontaktdaten

Kochveranstaltung
15 TN
Terry Swartzberg & Sayed Sayedy info@savedv.com



©pixabay_publicDomain

Biblischer Glaubenskurs

Das Buch der Bücher entdecken



Die Bibel

- ein einzigartiges Buch, geschrieben von Menschen für Menschen
- ein Geschichtsbuch und ein Geschichtenbuch
- ein Erfahrungsbericht von Menschen mit Gott
- ein Buch der Visionen, Katastrophen und Enthüllungen
- ein Buch über die unglaubliche Liebe Gottes zu den Menschen Immer geht es dabei um Gott und die Menschen.
- ... die einander suchen, sich finden, wieder verlieren
- ... die oft aneinander verzweifeln
- ... die aneinander glauben und aufeinander hoffen

Die Bibel – eine Herausforderung, die uns ganz fordert – mit allen Sinnen, Gefühl, Verstand und Herz. Angesprochen sind Frauen und Männer, die

- das Alte und Neue Testament in seinem inneren Zusammenhang kennenlernen wollen.
- wissen wollen, was die biblische Botschaft als Grundlage des Christentums bedeutet.
- einen persönlichen Zugang zur Bibel finden wollen.
- als Lektorinnen und Lektoren oder Wortgottesdienstleiter:innen das "Wort" vorlesen.

 als Kommunionhelfer:innen, Leiter:innen von Kommunion-, Firmgruppen oder Bibelkreisen den biblischen Halt und Hintergrund suchen.

Veranstaltungsart max. Teilnehmerzahl Referent

Kontaktdaten

Seminar/Vortrag 20 TN Johann Hagl, Pastoralreferent und Erwachsenenbildner johahagl@t-online.de

Theologie und Ethik

Das hohe Lied der Liebe

Das Lied der Lieder



Wie ist die reichhaltige Bildsprache zu deuten und wie wird Liebe gedeutet? Eine theologische Auslegung und eine philosophische Perspektive auf diesen außergewöhnlichen Text der Bibel soll hier Aufschluss bieten.

Veranstaltungsart Vortrag
Dauer 90 Minuten
max Teilnehmerzahl 50 TN

Referent Prof. Dr. Hans Otto Seitschek, Dozent für Philosophie und Theologie

Kontaktdaten seitschek@lmu.de, Tel. 089/65 81 03

Religionslandschaft München – kulturelle Vielfalt heute



Wie stellt sich die Vielfalt der Religionen in München aktuell dar? Welche Glaubens-bzw. Weltanschauungsgemeinschaften gibt es in der Stadt und wie präsent sind sie? Wo liegt der Ursprung der einzelnen Religionen und wie fanden sie den Weg nach München?

Veranstaltungsart Vortrag
Dauer 90 Minuten

Referent Helmut Asam, Diplom-Ingenieur

Kontaktdaten <u>helmut.asam@arcor.de</u>

Papst Franziskus



Papst Franziskus ist disputabel. Viele Christinnen und Christen begrüßen seine Bestrebungen und auch nicht-christliche Menschen sehen ihn als Vorbild, dennoch gibt es innerkirchliche Stimmen, die ihm Irrlehren vorwerfen. In diesem Seminar geht es um die Themen (s)eines Pontifikats: Evangelisierung, Missionarische Seelsorge, Kirche der offenen Türen, Barmherzigkeit, Synodalität ...

Veranstaltungsart Vortrag

Referent P. Dr. Andreas R. Batlogg SJ, Dozent für Theologie

Kontaktdaten <u>andreas.batlogg@jesuiten.org</u>

Von der Monarchie zur Demokratie

200 Jahre bayerische Geschichte



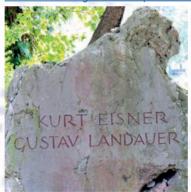
Unter Napoleon wurde der Wittelsbacher Kurfürst Maximilian IV. 1806 zu König Maximilian I. von Bayern. Er legte die Grundlagen dafür, dass sich das Land in den Wirren des 19. Jh. zur stärksten deutschen Mittelmacht entwickeln konnte. 1871 trat es dem Deutschen Kaiserreich bei. Nach dem katastrophalen Ersten Weltkrieg, der Revolution 1918 sowie der Ausrufung des "Freistaats" Bayern durch Kurt Eisner endete die Dynastie.

Die fünfteilige Veranstaltung skizziert Höhen und Tiefen bayerischer Geschichte und fragt nach dem Verhalten bayerischer Politiker sowie der Ausrichtung bayerischer Politikziele im Kontext ihrer Zeit. Anhand ausgewählter Beispiele wird ein weiter Bogen von den Anfängen des Königreichs, über das "rote München", die Weimarer Republik und den Nationalsozialismus bis zum wiedervereinigten Deutschland nach 1990 gespannt.

Veranstaltungsart Dauer max. Teilnehmerzahl Weitere Informationen

Referent Kontaktdaten Weitere Angebote unter Vortrag 5 x 90 Minuten 50 TN

Bevorzugte Veranstaltungstage sind Dienstag, Mittwoch oder Donnerstag. Montag oder Freitag sind leider nicht möglich. Martin Schneider M.A., Historiker und Politikwissenschaftler mensch.geschichte.politik@gmail.com, Tel. 08621/50 84 170 www.mensch-geschichte-politik.de



©RitaSTeininger_privat

Bein - Schlange - Baum? Und nun?

Wie altägyptische Schrift funktioniert



Fast jeder dachte sich beim Betrachten von altägyptischen Objekten wenigstens einmal "Und das soll man lesen können?". Anderen wird nachgesagt, sie hätten eine furchtbare Handschrift und würden in Hieroglyphen schreiben. Und spätestens seit Asterix und Obelix Kleopatra beim Tempelbau halfen, weiß man, Hieroglyphen sind eine Bilderschrift. Oder etwa nicht? Nach einem kurzen Überblick über Schrift und Schreiben im

alten Ägypten, werden die Hieroglyphen eingehend unter die Lupe genommen. In welche Richtung wurde da überhaupt geschrieben und was verbirgt sich hinter all diesen Bildern?

Veranstaltungsart Vortrag
Dauer 90 Minuten

max. Teilnehmerzahl 50 TN

Weitere Informationen nur nachmittags oder am frühen Abend Referentin Nadja Böckler, Dozentin für Ägyptologie

Kontaktdaten <u>nadja.boeckler@smaek.de</u>, Tel. 089/28 92 76 33

Wildblumen vor unserer Haustür

Nur was wir kennen, können wir schützen. Darum lernen wir im Kurs die Vielfalt unserer heimischen Wildpflanzen, die vor unserer Haustür wachsen, kennen. Einige botanisch interessante Biotope rund um München werden vorgestellt und viele Beispiele vertiefen unseren Blick ins Pflanzenreich und helfen uns. die Blumen auch in der Natur wiederzufinden.

Veranstaltungsart Vortrag
Dauer 90 Minuten
max Teilnehmerzahl 50 TN

Referentin Sigrun Eber, Diplom-Biologin Kontaktdaten s.eber@ewu-produktionen.de,

Tel. 089/86 44 981



©Borretsch ReinigePrivat

Die Vorsorgevollmacht

Warum ist sie wichtig? Was ist beim Erstellen zu beachten?



Wie kann man vorsorglich eine Brücke schlagen in eine Zeit und in Situationen, in denen wir krankheitsbedingt nicht mehr selbst handeln können? Die Vorsorgevollmacht ist dafür ein wichtiges Werkzeug. Denn man muss bedenken, Angehörige wie Ehepartner:innen oder Kinder haben kein automatisches Vertretungsrecht. Sie können im Bedarfsfall deshalb nur dann handeln und für den Erkrankten Angelegenheiten regeln, wenn sie

bevollmächtigt sind. Dadurch kann in der Regel eine Betreuung beim Amtsgericht vermieden werden. In der Veranstaltung bekommen Sie Informationen, die zum Erstellen dieser Willenserklärung anhand der Vordrucke des Bayrischen Justizministeriums erforderlich sind, in einfacher und gut verständlicher Weise vermittelt. Es kann allerdings keine individuelle Rechtsberatung erfolgen.

Veranstaltungsart Workshop
Dauer 90 Minuten
max Teilnehmerzahl 20 TN

Referentin Eva Pabst, Diplom-Sozialpädagogin (FH), Beraterin Vorsorge- und

Patientenverfügung mit Zertifikat

Kontaktdaten <u>wue_pabst@yahoo.de</u>, Tel. 089/66 65 57 44

Die Patientenverfügung

Warum ist sie wichtig? Was ist beim Erstellen zu beachten?

Wie kann man vorsorglich eine Brücke schlagen in eine Zeit und in Situationen, in denen wir krankheitsbedingt nicht mehr selbst handeln können? Die Patientenverfügung ist dafür ein wichtiges Werkzeug. In einer Patientenverfügung legt man, eine Willenserklärung zur Behandlung im Sterbeprozess fest, z. B. welche lebensverlängernden Maßnahmen unterbleiben sollen, um unnötiges Leiden am Lebensende zu verhindern.

In der Veranstaltung bekommen Sie Informationen, die zum Erstellen dieser Willenserklärung anhand der Vordrucke des Bayrischen Justizministeriums erforderlich sind, in einfacher und gut

verständlicher Weise vermittelt.

Veranstaltungsart Workshop
Dauer 90 Minuten
max. Teilnehmerzahl 20 TN

Referentin Eva Pabst, Beraterin Vorsorge- und Patientenverfügung mit Zertifikat

Plötzlicher Pflegefall in der Familie – Was nun?

Informationen zu Hilfsmitteln, Anlaufstellen und Ansprüchen



Ein Pflegefall in der Familie, beispielsweisedurch einen Schlaganfall, Demenz, einen Unfall oder einen Sturz kann das alltägliche Leben auf den Kopf stellen. Die Organisation von häuslicher Pflege, die vielen nötigen Anträge, die erforderlichen Anpassungen des Wohnraums und zu beschaffende Hilfsmittel stellen Angehörige vor große Herausforderungen.

Der Vortrag gibt Informationen zu Anlaufstellen, Unterstützungs- und Entlastungsangeboten, sowie zur Finanzierung der Pflege und zu Ansprüchen, z. B. bei der Pflegeversicherung.

Veranstaltungsart Vortrag
Dauer 90 Minuten
max. Teilnehmerzahl 60 TN

Weitere Informationen Beamer und Laptop sollten vorhanden und angeschlossen sein

für eine PowerPoint-Präsentation.

Referentin Eva Pabst, Diplom-Sozialpädagogin (FH)
Kontaktdaten wue pabst@yahoo.de, Tel. 089/66 65 57 44

Ein gutes Ende

Sterbende begleiten

Das Wissen über Tod und Sterben ist aus unserer Gesellschaft weitgehend verschwunden. Was früher aus der Mitte der Gesellschaft nicht wegzudenken war — nämlich das Sterben von Mitmenschen zu erkennen und zu begleiten — ist heute kein Allgemeinwissen mehr. Das Sterben findet zumeist in Institutionen wie Krankenhäuser und Pflegeheime statt.

Wir vermitteln Basiswissen zu den Themen Sterben und Tod und möchten Sie ermutigen, sich Mitmenschen am Ende ihres Lebens und Sterbens zuzuwenden.

Veranstaltungsart Vortrag mit Diskussion

Dauer 180 Minuten max. Teilnehmerzahl 20 TN

Referentin Elisabeth Scheib, Gesundheits- und Krankenpflegerin,

Palliativfachkraft (Christophorus Hospiz Institut)

Kontaktdaten <u>Stoll@chv.org</u>

Mit Charme und Witz

Interkultureller Workshop mit Improtheater

Das etwas andere Interkulturelle Training lädt Sie ein, mit Humor, Kopf, Herz und Handlung

- die eigene "Kulturbrille" zu überprüfen
- vermeintlich "fremde" oder auch "irritierende" Situationen einzuordnen
- Handlungsideen mitzunehmen

Theorien, Übungen, Improvisation und eine große Portion Optimismus stehen auf dem Programm. Auch geeignet für alle, die bereits ein anderes Interkulturelles Training besucht haben.

Veranstaltungsart Workshop
Dauer 180 Minuten
max. Teilnehmerzahl 12 TN

Referentin Katrin Kuhla, Diplom-Psychologin, interkulturelle Trainerin und Beraterin

Kontaktdaten <u>katrin@kuhla.com</u>

Trauern in den Kulturen

Workshop und Infos

Nach dem Tod eines geliebten Menschen beherrschen uns zumeist Trauer und Verlustgefühle. Die Art und Weise, wie diese Gefühle erfahren und ausgedrückt werden, kann zwischen den Kulturen unterschiedlich sein. Jede Kultur prägt als Schnittmenge von Überzeugungen, Verhaltensweisen, Traditionen und Ritualen unsere Emotionen und emotionalen Praktiken mit.

Aktuell verändern die besonderen Lebensumstände sowie die Präsenz des Themas Sterben und Tod durch die Pandemie unsere gemeingesellschaftlichen Erfahrungen und damit auch vielerorts unsere Rituale des Trauerns.

Diese Veranstaltung informiert darüber, wie Menschen in verschiedenen Kulturen sich dem Tod nähern. Wir vertrauen uns Ihnen an und besprechen, inwiefern die Rituale unsere Bedürfnisse berühren.

Veranstaltungsart Workshop (auch online möglich)

Dauer 135 Minuten max Teilnehmerzahl 22 TN

Referentin Gunda Stegen, M.A., Erziehungswissenschaft,

Konflikt- und Krisenintervention (CAS)

Kontaktdaten <u>stegen@chv.org</u>

Gelungene menschliche Kommunikation



Der Menschlebt immer in Beziehungen. Deshalb sind das Verständnis und die Gestaltung der menschlichen Kommunikation sowohl für das berufliche als auch für das private Zusammenleben von großer Bedeutung (kommunikative Kompetenz). Die Darstellung psychologischer Erkenntnisse soll zur Verbesserung der kommunikativen Fähigkeiten in verschiedenen Lebenslagen beitragen. Erreicht wird dies durch die Grundannahmen

menschlicher Kommunikation, orientiert an den Aussagen von Paul Watzlawick und Schulz von Thun. Es geht darum, was ich eigentlich sagen will, was ich von mir selbst mitteilen oder verbergen will, wozu ich einen anderen bringen will und wie ich zu anderen stehe.

Veranstaltungsart Vortrag
Dauer 90 Minuten
max Teilnehmerzahl 50 TN

Weitere Informationen Bevorzugt Veranstaltungen im Münchner Westen

Referent Robert Bögle, Diplom-Psychologe, psychologischer Psychotherapeut

Kontaktdaten <u>robert@boegle.eu</u>, Tel. 089/34 55 61

Gut essen in allen Lebenslagen



Wie sieht eine gute und angemessene Ernährung aus? Wie geht das praktisch? Kann ich das umsetzen, auch wenn ich allein lebe? Im Alter verändern sich die Bedürfnisse des Körpers und eine ausgewogene Ernährung wird immer wichtiger. An diesem Nachmittag erfahren Sie, wie Ernährung dazu beitragen kann, dass Sie lange gesund und fit bleiben.

Veranstaltungsart Vortrag max. Teilnehmerzahl 50 TN Dauer 90 Minuten

Referentin Marlies Fiedler, Sozialpädagogin B.A.,

Ernährungsberaterin, Supervision und Coaching

Kontaktdaten <u>M81369@googlemail.com</u>



©pexels iohnFinkelstein

Fit und locker in die Woche

Machen Sie es wie die Katze und dehnen sich gesund!



Im Alltag vergessen wir oft genügend für unseren Körper Sorge zu tragen, was sich altersunabhängig in Bewegungsmangel, Verspannungen im Schulter/Nackenbereich oder muskulären Dysbalancen zeigt. Mithilfe von Stretching und gezielten Schulter/Nackenübungen kann der ganze Körper wieder ins Gleichgewicht gebracht werden und danach eine neue Flexibilität sowie ein angenehmes Wohlbefinden erlebt werden.

Unsere Trainerin zeigt Ihnen, wie Sie mit einfachen Hilfsmitteln wie einem Theraband und/oder Tennisball die erzielten Effekte in Form einer verbesserten Mobilisation, Kräftigung und Dehnung erreichen können. Dies kann Ihrem Körper viele gesundheitliche Vorteile bringen und nachhaltig den Bewegungsapparat vor Zivilisations-Befindlichkeiten schützen.

Veranstaltungsart Vortrag max. Teilnehmerzahl 15 TN Dauer 90 Minuten

Referentin Tanja Kneisel, Augenoptikerin und Sehtrainerin Kontaktdaten tanja-kneisel@t-online.de, Tel. 0174/92 79 786

Schulter/Nacken Spezial

Kennen Sie das auch?

Nach stundenlangem (falschen) Sitzen im Büro oder einseitiger Körperhaltung spüren sie Verspannungen im Schulter/Nackenbereich einhergehend mit starker Bewegungseinschränkung bis hin zu Spannungskopfschmerzen. In diesem Workshop lernen Sie, den Schulter/Nackenbereich zu lockern, Hals- und Brustwirbelsäule zu mobilisieren und den Schultergürtel wieder in richtigem Maß zu stärken. Sie lernen zusätzlich Hintergrundwissen und Zusammenhänge kennen, damit Sie körperlich im Gleichgewicht bleiben – auch unter Berücksichtigung und Einbezug der richtigen Ergonomie.

Veranstaltungsart Vortrag max. Teilnehmerzahl 15 TN Dauer 90 Minuten

Referentin Tanja Kneisel, Augenoptikerin und Sehtrainerin Kontaktdaten <u>tanja-kneisel@t-online.de</u>, Tel. 0174/92 79 786

Wenn die Augen schlechter werden



Immer mehr Menschen üben sitzende Tätigkeiten am Computer aus oder arbeiten hauptsächlich im Nahbereich bei mangelhafter Beleuchtung. Kein Wunder, dass die Augen irgendwann überlastet sind und ab einem gewissen Alter auch nicht mehr richtig funktionieren. Visuelle Überlastung, Sehstörungen bis hin zu organischen Veränderungen (Makuladegeneration, grauer Star etc.) können sich entwickeln.

In diesem Vortrag wird Hintergrundwissen der einzelnen Zusammenhänge in Kombination mit leichten Augenübungen zur Symptomminderung vermittelt.

Bitte tragen Sie während des Kurses keine Kontaktlinsen.

Veranstaltungsart max. Teilnehmerzahl Referentin Kontaktdaten Vortrag 15 TN

Tanja Kneisel, Augenoptikerin und Sehtrainerin tanja-kneisel@t-online.de, Tel. 0174/92 79 786



©pixabay_levaion_eyes

Dauer-Angebote für Ihre Pfarrei

Wir unterstützen Sie auch bei der Planung und Umsetzung von regelmäßigen, kontinuierlich stattfinden Veranstaltungen.

Treffpunkt Wissen

In kontinuierlichen Treffen werden Fachgebiete und aktuelle Themen in einer angenehmen Lernatmosphäre und im Kontakt mit anderen Menschen bearbeitet.



Ein Kurs setzt sich zusammen aus mindestens drei bis fünf aufeinanderfolgenden Modulen, damit ein gegenseitiges Kennenlernen und intensives Arbeiten in der Gruppe möglich werden. Ein Modul behandelt jeweils ein individuell gewähltes Fachgebiet bzw. Thema – z. B. Literatur oder Theologie – und besteht aus fünf wöchentlichen Einheiten à zwei Stunden.

Die Module lassen sich inhaltlich und zeitlich je nach Bedürfnissen der Gruppe zusammenstellen. Wir unterstützen die Gruppe bei der Suche nach qualifizierten und erfahrenen Referentinnen und Referenten. Die Themen können Sie aus einer Vielzahl von Fachgebieten wählen: Theologie, Philosophie, Psychologie, Naturwissenschaften, Recht, Geschichte, Kunst, Literatur...

Aktuell gibt es Treffpunkt Wissen-Gruppen in ca. 10 Pfarreien.

Haben Sie Interesse eine Treffpunkt Wissen-Gruppe in Ihrer Pfarrei bzw. Ihrem Pfarrverband? Wir beraten Sie gerne!

Ansprechpartnerin Kontaktdaten Martina Sepp M.A., Kunsthistorikerin msepp@munchner-bildungswerk.de



Dauer-Angebote für Ihre Pfarrei



EKP® ... weil gemeinsam die beste Zeit ist! Ein Angebot für Familien von Anfang in Ihrer Pfarrei

Das Eltern-Kind-Programm (EKP) ® unterstützt junge Familien mit Kindern von 0 bis 3 Jahren bei der aktiven Gestaltung der gemeinsamen Zeit, des Familienlebens, der sozialen Vernetzung im Umfeld und der Förderung der Entwicklung der Kinder:

wöchentliche zweistündige Gruppentreffen mit Eltern und Kindern:

- Gemeinsames vielseitiges und altersgerechtes Spiel mit Bewegung, Musik, Sinneserfahrungen und Knüpfen von sozialen Kontakten. Alle Aktivitäten sind auf den Entwicklungsstand der Kinder abgestimmt und geben Ideen und Anregungen für das alltägliche Familienleben
- Elterntreffen ohne Kinder: Die Eltern treffen sich, beschäftigen sich mit Fragen zur Entwicklung und Erziehung der Kinder, mit religiösen, gesellschaftlichen oder anderen aktuellen Themen, die sie interessieren. Dies stärkt und ermutigt im Eltern-Sein.
- Treffen für die ganze Familie: Alle EKP®-Gruppen werden von qualifizierten Gruppenleiterinnen betreut, die regelmäßig vom Münchner Bildungswerk weitergebildet und begleitet werden.

Haben Sie Interesse an der Gründung einer EKP – Gruppe in Ihrer Pfarrei bzw. Ihrem Pfarrverband? Wir beraten Sie gerne!

Ansprechpartnerin Kontaktdaten

Annegret Werner, EKP-Referentin awerner@munchner-bildungswerk.de



©iStock rawnixel

Dauer-Angebote für Ihre Pfarrei

Gemeinsam angepackt

Angebote für Initiativen und Helferkreise in der Flüchtlings- und Integrationsarbeit



Ohne die tatkräftige Unterstützung von Freiwilligen wäre es kaum möglich, Menschen mit Fluchterfahrung willkommen zu heißen und sie in ihrem neuen Leben unterstützend zu begleiten. Für alle ehrenamtlich Engagierten bieten wir ein Fortbildungsprogramm: zu ihrer Stärkung und zum Dank!

Haben Sie Interesse an einer Inhouseschulung in Ihrer Pfarrei bzw. Ihrem Pfarrverband? Wir beraten Sie gerne!

Ansprechpartnerin Kontaktdaten Sofie Engl, Diplom-Sozialpädagogin (FH), Interkulturelle Mediatorin sengl@muenchner-bildungswerk.de



©fotalia_AndreyKuzmin

Dankesveranstaltungen für Bildungsbeauftragte

Als Dankeschön für Ihr Engagement und die Zusammenarbeit laden wir Sie zu folgenden Veranstaltungen ein. Melden Sie sich dazu unter Angabe der Kursnummer an. Wir freuen uns auf Sie!

Lass Blumen sprechen!

Rosen – Nelken – Gänseblümchen: Von der Vielfalt der Blumen in Münchner Kirchen

Natur feiern – auch in den Kirchen! Denn dort blüht es. Und damit sind nicht die vergänglichen Sträuße und Gestecke beim Altar gemeint. Nein, in den Münchner Kirchen der Altstadt sind viele Blumen, Kräuter, Früchte und Blätter auf Gemälden oder Fresken, stuckiert oder geschnitzt. Das ist nicht einfach nur schön oder dekorativ, es steckt auch eine tiefere Bedeutung dahinter. Gehen Sie mit auf die Suche nach den Blüten in den Kirchen, überraschende Erkenntnisse werden garantiert.

Referentin Sibylle Reinicke, Apothekerin, geprüfte Stadtführerin

Termin/Zeit Fr 15.09.2023, 14.00 – 15.30 Uhr

Treffpunkt Sendlinger Tor, unter dem Bogen, 80336 München

Kursgebühr kostenfrei für Bildungsbeauftragte

Kurs-Nr. 148216



©Dreifaltigkeitskirche_

Krippenführung



Die populäre Sammlung des Münchner Krippenliebhabers Max Schmederer im Bayerischen Nationalmuseum gilt als eine der künstlerisch wertvollsten Krippenausstellungen weltweit. In der Führung stellt Dr. Mark Achilles, Geschäftsführer des MBW, die herausragenden Schwerpunkte der Sammlung vor und zeigt ihren Bezug zur Theologie und zum Brauchtum des christlichen Weihnachtsfestes auf, sodass schließlich auch nach-

vollziehbar wird, warum sich die Figuren von Adam und Eva in der Weihnachtskrippe wiederfinden.

Referent Dr. Mark Achilles

Termin/Zeit Mi 13.12.2023, 15.00 – 17.00 Uhr

Treffpunkt Bayerisches Nationalmuseum, Kassenhalle, Prinzregentenstr. 3, 80538 München

Kursgebühr kostenfrei für Bildungsbeauftragte

Kurs-Nr. 148214