

KEB



KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG
IM LANDKREIS KELHEIM

VERANSTALTUNGSPROGRAMM

HERBST | WINTER 2025

„Bildung wächst dort, wo Neugier Wurzeln schlägt.“



©erdmannfilm.de

www.keb-kelheim.de

September – Dezember 2025

Die Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg e.V. (KEB) ist ein staatlich und kirchlich anerkannter Träger der Erwachsenenbildung. Seit 1. Januar 2024 sind die 11 regionalen KEBs (Vereine) mit der KEB im Bistum Regensburg e.V. zum Verein „KEB – Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg e.V.“ verschmolzen, darunter auch wir, die KEB im Landkreis Kelheim. Inhaltlich arbeiten wir aber wie gewohnt eigenständig weiter. Die KEB ist außerdem ein Zusammenschluss katholischer Pfarrgemeinden und Verbände. Als Mitglied der Katholischen Erwachsenenbildung Bayern sind wir als förderungswürdige Einrichtung der Erwachsenenbildung im Sinne des Bayerischen Erwachsenenbildungsgesetzes anerkannt und damit auch gemeinnützig. Sie können die Arbeit der KEB gerne fördern und erhalten dann eine Spendenquittung.

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

Zum Team in der Geschäftsstelle in Abensberg gehören auch die beiden regionalen Vorsitzenden und der Bildungsrat.



1. Vorsitzende: Anneliese Röhl



2. Vorsitzender: Dr. Rupert Hanrieder

Bildungsrat: Pfr. Georg Birner | Ilona Grabinger-Lache | Brigitte Haltmayer | Margit Holzer | Josef Kastl | Dagmar Kellner | Thomas Kopp | Franz Rösch | Heike Zeilbeck |

Herausgeber

Regionale KEB im Landkreis Kelheim

Verantwortlich für den Inhalt:

Andreas Hornauer, Leiter der KEB Kelheim

Zertifizierung

Mit Zertifikat vom Jahr 2023 ist die Regionale KEB im Landkreis Kelheim von der Certqua GmbH für drei Jahre rezertifiziert.



Hinweise für Verantwortliche und ehrenamtliche MitarbeiterInnen in den Pfarreien:

Abrechnungen inklusive aller Belege bitte möglichst bald nach den jeweiligen Veranstaltungen bei der Geschäftsstelle einreichen. Aktuelle Formulare werden auf unserer Homepage als Download zur Verfügung gestellt.

Veranstaltungsmeldungen für das kommende Frühjahr | Sommer 2026 Programm bitte bis spätestens 16. November 2025 an uns übermitteln.

Nutzen Sie zudem für die Ankündigung Ihrer Veranstaltung die entsprechenden Rubriken in den regionalen Zeitungen. Geben Sie ggf. dort auch die Änderungen Ihres Programms bekannt. Teilen Sie Änderungen des Programms unbedingt der Regionalen KEB Kelheim mit, um Fehllankündigungen in den Zeitungen, im Internet usw. zu vermeiden. Vielen Dank für Ihre Mühe!

Unsere Anschrift

Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg e.V.

Regionale KEB im Landkreis Kelheim

Max-Bronold-Str. 10, 93326 Abensberg

Tel. 09443 / 92 82 380 | info@keb-kelheim.de | www.keb-kelheim.de

Leiter der Regionalen KEB im Landkreis Kelheim



Andreas Hornauer

Bildungsreferent | Pastoralreferent | Magister Theologiae

09443 / 9282 381 | ahornauer@keb-kelheim.de

Teamassistenz



Brigitte Gallmeier

Teamassistentin | Verwaltungsangestellte

09443 / 9282 380 | info@keb-kelheim.de



Titelbild: Seele des Waldes, Stefan Erdmann

WIR ÜBER UNS	2
KOOPERATIONSPARTNER	4
GLAUBE	7
Ostbayerische Jakobswege	10
Klosterwege Via Nova	11
Ehevorbereitungsseminare	12
GESELLSCHAFT	15
ELTERN-KIND-GRUPPE	29
FAMILIE	32
KULTUR	38
GESUNDHEIT	43
Fit durch Bewegung	53
Kochkurse	59
PERSÖNLICHKEITSBILDUNG	63
Kreativität	64
Sprachkurse	66
PC- und Medien	67
ORTSREGISTER	70
BILDVERZEICHNIS	74
AGB	75

*Folgt uns gerne auf unseren
Social-Media-Kanälen!*



facebook.com/kebkkelheim



instagram.com/kebkkelheim

In der Regel ist bei allen Veranstaltungen eine Anmeldung bei der KEB Kelheim notwendig, sofern es nicht anders vermerkt ist!

Wir suchen Sie!

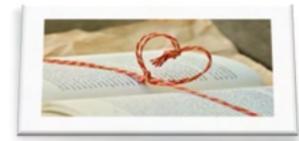
Sie möchten sich in der Erwachsenenbildung als Referentin/ Referent einbringen?

Mit Ihren Themen und Kompetenzen können Sie Menschen faszinieren? Dann bewerben Sie sich bei uns! Gerne entwickeln wir mit Ihnen ein passendes Veranstaltungsformat. Senden Sie Ihre Vorschläge an info@keb-kelheim.de oder vereinbaren Sie unter 09443/92 82 380 einen Termin für ein persönliches Gespräch.

Wir freuen uns über neue Referenten und Themen, die Menschen begeistern!

Geschenkgutschein

Egal ob Weihnachten, ein Geburtstag oder ein anderer Grund zur Freude... Sie suchen noch ein Geschenk mit Mehrwert?



Dann verschenken Sie doch einen Gutschein für die Teilnahme an einer von Ihnen gewählten Veranstaltung der KEB Kelheim oder alternativ einen Wertgutschein! Diesen stellen wir jederzeit gerne für Sie aus!

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

Bei Bezahlung durch Überweisung muss zwingend folgender Verwendungszweck angegeben werden:
(Veranstaltungs-ID) 5-xxxxx + Name der Teilnehmenden

Kooperationspartner

Die KEB im Landkreis Kelheim arbeitet neben ihren Mitgliedern (Pfarreien u.a.) mit weiteren Kooperationspartnern zusammen. Durch diese wertvolle Zusammenarbeit können wir ein möglichst breitgefächertes und qualitativ hochwertiges Bildungsangebot für alle schaffen.



**Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten
Abensberg-Landshut**



Bürgertreff, Markt Bad Abbach



caritas Kelheim

Caritasverband für den Landkreis Kelheim e.V.



Energieagentur Regensburg



Gemeinde Saal an der Donau



Gesundheitsregion Plus, Landkreis Kelheim



Hospizverein im Landkreis Kelheim e.V.



Katholischer Deutscher Frauenbund



Kneipp-Verein Abensberg e.V.



Kneipp-Verein Kelheim e.V.



(KoKi) Koordinierende Kinderschutzstelle Kelheim



Landratsamt Kelheim

- Betreuungsstelle
- Ehrenamtsstelle
- Gesundheitsregion Plus
- Gleichstellungsstelle
- Integrationsstelle
- Kreisjugendamt
- Seniorenstelle
- Wirtschaftsförderung



Mehr Generationen Haus
Miteinander – Füreinander

Mehrgenerationenhaus Langquaid



ROXY KINO Abensberg



Stillberatung Stecklein



Tourist-Information Bad Gögging

TOURISMUSVERBAND
IM LANDKREIS KELHEIM E.V.

Tourismusverband im Landkreis Kelheim e.V.

GLAUBE



Themenreihe zur christlichen Soziallehre



Was ist ein gerechtes Zusammenleben?
Wie sieht die Kirche den Menschen und seine Verantwortung in der Gesellschaft?
Diese vierteilige Reihe lädt ein, zentrale Gedanken der christlichen Soziallehre zu entdecken – von der Philosophie der Neuzeit mit Immanuel Kant bis hin zu den Aussagen der Päpste bis heute.

Referent: Pfarrer Reinhard Röhnner, Stadtpfarrer

- 📍 Begegnungszentrum, Emil-Ott-Straße 6-8, 93309 Kelheim
- 📄 ohne Anmeldung.
- 🚶 KEB Kelheim, Pfarrei Mariä Himmelfahrt – Kelheim

1. Ein Blick auf den Menschen in der Neuzeit Wende zum Subjekt bei Immanuel Kant
Do 11.09.2025, 19.00 Uhr
2. „Zum ewigen Frieden“ Kants Vision einer gerechten Gesellschaft
Do 25.09.2025, 19.00 Uhr
3. Christliche Soziallehre Ursprünge von Kant bis Leo XIII.
Do 02.10.2025, 19.00 Uhr
4. Entwicklung der christlichen Soziallehre in den päpstlichen Enzykliken bis Papst Franziskus
Do 16.10.2025, 19.00 Uhr

Kleine Auszeit – Bibelkreis

Glaube gestalten und Leben



Sich überraschen lassen, wie biblische Erzählungen aktuelle Themen aufgreifen.
Herzliche Einladung zum monatlichen Bibelgespräch am Vormittag.

Referentin: Monika Glashauser, Gemeindeferentin i.R.

- 📍 Begegnungszentrum, Emil-Ott-Straße 10, 93309 Kelheim
- € kostenfrei
- 📄 ohne Anmeldung.
- 🚶 Pfarrei Mariä Himmelfahrt Kelheim

- Fr 19.09.2025, 10.00 - 11.00 Uhr
Fr 10.10.2025, 10.00 - 11.00 Uhr
Fr 07.11.2025, 10.00 - 11.00 Uhr
Fr 05.12.2025, 10.00 - 11.00 Uhr

Themenreihe

Nr. 5-26618

Seniorenachmittage

mit diversen Themen



Saal a. d. Donau: Anke Furch

- 📍 Pfarrzentrum, Bahnhofstr. 2, 93342 Saal a. d. Donau
- 🚶 Senioren

Seniorenachmittag: Studienfahrt ins Stifftland

Nr. 5-26002

Do 11.09.2025, genau Uhrzeit wird noch bekannt gegeben

Seniorenachmittag: Wie Wind und Weite und wie ein Zuhause

Nr. 5-26620

Mo 06.10.2025, 14.00 - 16.00 Uhr

Seniorenachmittag: „Sich öffnen und Zuversicht wagen“

Nr. 5-26621

Mo 10.11.2025, 14.00 - 16.00 Uhr

Seniorenachmittag: „Unterwegs im Advent“

Nr. 5-26622

Mo 15.12.2025, 14.00 - 16.00 Uhr

Themenreihe

Nr. 5-26821

Glaube im Gespräch



Nach einem kurzen Vortrag zu einem bestimmten Thema findet ein Austausch und Diskussion statt.

Termine: einmal im Monat

- 📍 Begegnungszentrum, Emil-Ott-Straße 10, 93309 Kelheim
- 🚶 Pfarrei Mariä Himmelfahrt Kelheim

- Nr. 5-26458
Mo 13.10.2025, 18.30 - 19.30 Uhr
Nr. 5-26459
Mo 10.11.2025, 18.30 - 19.30 Uhr
Nr. 5-26460
Mo 08.12.2025, 19.00 - 20.00 Uhr

Themenreihe

Nr. 5-26776

Glaubensgespräche – die Schätze unseres Glaubens

Die Glaubensgespräche sind eine Reihe von Treffen, die einen Raum schaffen, um den katholischen Glauben besser kennenzulernen und um über die Schätze des katholischen Glaubens ins Gespräch zu kommen.

Bei den Glaubensgesprächen kann man sich über den christlichen Glauben in entspannter Atmosphäre austauschen und neue persönliche Zugänge zum Sinn im Leben, zu Gott und Jesus Christus finden. Jedes Treffen beginnt mit einem gemeinsamen Imbiss - die beste Art, um anzukommen, sich gegenseitig kennenzulernen und in den Abend zu starten. Anschließend gibt es inhaltliche Impulse, welche so gestaltet sind, dass sich daraus spannende Gespräche entwickeln können. Gedanken und Fragen zum Thema werden dabei diskutiert und Meinungen ausgetauscht. Natürlich ist keiner gezwungen, etwas zu sagen und es gibt nichts, was man nicht sagen oder fragen darf. Es ist die Chance, von anderen zu hören und mit der eigenen Perspektive in einer ehrlichen, freundlichen und offenen Atmosphäre zum Gespräch beizutragen. Auch gemeinsamer Lobpreis und Gebet sollen nicht zu kurz kommen. Jeder Abend ist thematisch abgeschlossen - man kann auch bei einzelnen Terminen teilnehmen.

Referent: Andreas Piendl

- 📍 Kath. Pfarrheim (Barbarasaal), Theoderichstr. 11, 93326 Abensberg
- € kostenfrei
- ✉ Infos & Anmeldung bei Andreas Piendl unter 01573/2634910 oder piendlandy@yahoo.de
- 🗺 KEB Kelheim, Pfarreiengemeinschaft Abensberg

Liebt Gott mich wirklich?

Nr. 5-26907

Do 25.09.2025, 19.00 - 21.00 Uhr, donnerstags - 14-tägig, 19.00 - 21.00 Uhr

Warum gerade die katholische Kirche?

Nr. 5-26908

Do 09.10.2025, 19.00 - 21.00 Uhr, donnerstags - 14-tägig, 19.00 - 21.00 Uhr

Was bietet die katholische Kirche?

Nr. 5-26909

Do 23.10.2025, 19.00 - 21.00 Uhr, donnerstags - 14-tägig, 19.00 - 21.00 Uhr

Wie kann ich ein neues Leben starten? - Die Taufe

Nr. 5-26910

Do 13.11.2025, 19.00 - 21.00 Uhr, donnerstags - 14-tägig, 19.00 - 21.00 Uhr

Was hilft mir meinen Glauben zu bezeugen? - Die Firmung

Nr. 5-26911

Do 27.11.2025, 19.00 - 21.00 Uhr, donnerstags - 14-tägig, 19.00 - 21.00 Uhr

Jesus in einem Stück Brot? - Die Eucharistie und**Gibt es noch eine Chance für mich? - Die Buße**

Nr. 5-26913

Sa 13.12.2025, Uhrzeit wird noch bekannt gegeben

Extras

Nr. 5-26789

Workshop: Biografiearbeit**Mit Biografiearbeit Lebens- und Glaubensschätze heben**

Was ist Biografiearbeit? Biografiearbeit meint das Nachdenken und den Austausch über den eigenen Lebensverlauf. Der ressourcenorientierte Blick in die Vergangenheit des eigenen Lebens hilft, die Gegenwart zu gestalten und Chancen für die Zukunft zu ergreifen. Durch Biografiearbeit können Menschen Heilung, Lebensorientierung und Emutung erfahren. Unterschiedliche Methoden der persönlichen Auseinandersetzung und der Austausch in der Gruppe unterstützen dabei, die eigenen Ressourcen (Lebens- und Glaubensschätze) in den

Blick zu nehmen und sie dadurch als hilfreiches Potential für die Lebensgestaltung nutzen zu können.

Referentinnen: Daniela Scholz,

Gemeindereferentin, Weiterbildung in Biografiearbeit

Christiane Stoib, Dipl. Theologin, Weiterbildung in system. Beratung

📅 **02. Oktober - 16. Oktober - 30. Oktober 2025,****jeweils Donnerstag, 19.00 - 21.00 Uhr**

📍 Kath. Pfarrheim, Theoderichstr. 11, 93326 Abensberg

€ kostenfrei

✉ Anmeldung: daniela.maria.scholz@t-online.de, **Anmeldeschluss 25.09.2025**

🗺 Pfarrei Abensberg, KEB Kelheim

Autorenlesung | Autorengespräch

Nr. 5-26128

Autorenlesung: Unter Heiden

Warum ich trotzdem Christ bleibe



„Ich bin katholisch. In meiner Kindheit war das eine Selbstverständlichkeit. Heute muss ich mich dafür rechtfertigen, ja manchmal komme ich mir vor wie ein Tier, das im Zoo angegafft wird: Wie kann man im 21. Jahrhundert an Gott glauben? Und wie kann man immer noch in der Kirche sein - nach allem, was ans Licht gekommen ist? Es ist tatsächlich so, dass ich in meinem Viertel (gentrifiziert), meiner Branche (Medien) und meinem Job (linksliberale Zeitung) von Menschen umringt bin, die, wenn es um den Glauben geht, oft nur noch an Missbrauch und

Vertuschung denken.

Leider haben viele von ihnen keine Ahnung davon, was das bedeutet: Christ sein. Sie kritisieren etwas, das sie nie kennen gelernt haben, und vergessen, worauf es ankommt: den Halt, den Trost, die Hoffnung. Glaube ist mehr als Schlagwörter (Zölibat, Missbrauch, Frauenpriestertum), mehr als eine Kirche, mit der ich auch hadere, auch mehr als eine Auszeit vom stressigen Alltag. Gläubige Menschen suchen keine Befriedigung, sondern Erlösung, nicht zuletzt von einer Welt, die aus den Fugen geraten scheint, zerrissen zwischen Zukunftsängsten und (gespenstischen) technologischen Visionen.

Ständig wird gefordert, dass sich die Kirche verändern muss, um im 21. Jahrhundert anzukommen. Ich drehe die Frage um: 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? Denn eines ist offensichtlich: Der Mensch, der sich von Gott verabschiedet hat, findet nicht, was er sucht. Die große Freiheit stellt sich nicht ein. Stattdessen: neue Zwänge, neue Ängste, Ablenkung statt Trost, weil Google jede Frage beantworten kann, nur nicht die, wozu wir leben und was uns Halt gibt. Im Moment sind viele verunsichert, suchen Orientierung, etwas, woran sie sich festhalten können, aber: da ist nichts.

Ich bin ein mittelmäßiger Christ, ganz sicher sind viele, die nicht an Gott glauben, bessere Menschen als ich. Aber ich versuche jeden Tag mit großer Ernsthaftigkeit, Gott zu gefallen - es gelingt...“

Quelle: Penguin Verlag (www.penguin.de)

»Erst ungläubig und dann staunend verfolgt man dieses moderne Glaubensbekenntnis. Tobias Haberl erzählt so pur von seinen Zwei-

feln und Wegen zu Gott, dass man danach ganz anders in den Himmel schaut.« Florian Illies

Referent: Tobias Haberl, geboren 1975 im Bayerischen Wald, hat in Würzburg und Großbritannien Latein, Germanistik und Anglistik studiert. In den Jahren 2001 und 2002 war er freier Journalist in Berlin, besuchte dann die Henri-Nannen-Schule Hamburg und ist seit 2005 Redakteur im Magazin der »Süddeutschen Zeitung«.

Mo 20.10.2025, 19.30 Uhr

📍 Kath. Pfarrheim, Theoderichstr. 11, 93326 Abensberg

€ Eintritt frei.

📄 ohne Anmeldung.

📍 KEB Kelheim, Pfarrei St. Barbara, Abensberg, Buchhandlung bellibri GbR Abensberg



Vortrag & Gespräch

Nr. 5-26921

Was bleibt, wenn alles zu Ende geht?



Was passiert mit allen ungelebten Möglichkeiten, allen nicht wahrgenommenen Chancen und allen Bruchstücken eines Lebens, wenn es zu Ende geht. Oder ganz anders gefragt: Wie fühlt sich Erlösung an? Ein Blick auf das menschliche Leben, auf sein Ende und die österliche Hoffnung des Christen.

Referent: Pfarrer Reinhard Röhrner

Do 13.11.2025, 19.00 Uhr

📍 Begegnungszentrum, Emil-Ott-Straße 10, 93309 Kelheim

📄 ohne Anmeldung.

📍 Pfarrei Mariä Himmelfahrt Kelheim

Extras

Nr. 5-26792

Lebendiger Adventskalender



Jeden Abend im Advent öffnet sich irgendwo auf dem Gebiet der Pfarreiengemeinschaft Abensberg/Pullach/Sandharlanden ein Türchen unseres Lebendigen Adventskalenders. Mit Geschichten, Gedichten, meditativen Texten, Musik und gemeinsamem Gesang, Bildern u.v.m. werden die Teilnehmenden auf Weihnachten eingestimmt.

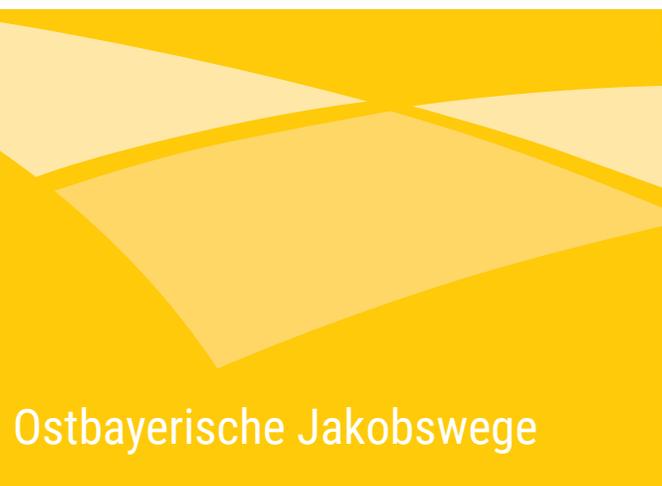
Referent: Pfarrer Georg Birner

Mo 01.12.2025, 18.00 Uhr - Di 23.12.2025

bitte der Homepage der Pfarrei Abensberg (www.katholisch-abensberg.de) oder der Tagespresse entnehmen

ohne Anmeldung.

PGR Abensberg



Pilgerwanderung

Nr. 5-25695

Auf dem ostbayerischen Jakobsweg

Jakobswanderungen mit historischen, kunsthistorischen und spirituellen Elementen

Zum berühmten Jakobsweg in Spanien führen Wege aus ganz Europa. Viele Jakobskirchen erinnern noch heute an die geistliche und künstlerische Ausstrahlung des Wallfahrtsortes Santiago de Compostela im Westen Spaniens. Auch auf dem ostbayerischen Jakobsweg kann man etwas von diesem Geist erspüren, der von der Jakobswallfahrt heute wieder ausgeht. Wenn Sie sich mit der KEB auf die Spuren der Jakobspilger begeben, dann erwartet Sie keine reine Wanderung. Die Wegstrecken lassen die Schönheit der Schöpfung erleben und sie werden unterbrochen von kurzen Führungen in Kirchen und Klöstern am Weg. An geeigneten Stellen laden die von der KEB ausgebildeten Pilgerbegleiter zu Meditationen ein. Eine kurze Andacht und ein Umtrunk zum Abschied stehen am Schluss jeder Jakobswanderung. Gerade in der gelungenen Mischung von Natur, Kultur und Zeugnissen des geistlichen Lebens sind diese Etappen des ostbayerischen Jakobsweges eine Einladung, den Erfahrungen der Jakobspilger nachzuspüren.

Pilgerwanderung

Nr. 5-25698

Auf dem ostbayerischen Jakobsweg von Kelheim nach Buch

in der Reihe „Auf dem ostbayerischen Jakobsweg“



Der Tag beginnt unterhalb der ehemaligen Klosterkirche der Franziskaner in Kelheim, dem heutigen Orgelmuseum. Der Weg führt dann über das „Klösterl“ ein ehemaliges Höhlenkloster im Donaudurchbruch auf die Felsen gegenüber dem Kloster Weltenburg. Nach dem Übersetzen mit der Zille ist das Stundengebet in der Klosterkirche Weltenburg das nächste Ziel. Nach einem erneuten Übersetzen und einer gemeinsamen Pilgerbrotzeit führt der Weg durch die Donaueuen über Haderfleck zur Hadriansäule und zum Limes bis Laimerstadt. Von dort fährt ein Bus zur Jakobskirche in Buch, wo ein hervorragendes Tafelbild von der Hinrichtung des hl. Jakobus, eine seltene sitzende Darstellung des Hl Jakobus noch aus der romanischen Vorgänger-

Kirche und ein barockes Altarbild an die lange Tradition der Jakobsverehrung erinnern. Ein Bus bringt die Teilnehmenden zurück nach Kelheim.

Referent: Engelbert Schmaus, zertifizierter Pilgerbegleiter

Sa 27.09.2025, 9.00 - 18.00 Uhr

📍 Orgelmuseum, Alte Franziskanerkirche, Am Kirchensteig 4, (unterhalb der Treppe), 93309 Kelheim

€ 30,00 € (inkl. Führungen, einfache Pilgerbrotzeit, Umtrunk zum Ausklang, Fahrtkosten, Rücktransport zum Ausgangspunkt)

📅 Anmeldeschluss 24.09.2025

Pilgerwanderung

Nr. 5-25699

Auf dem ostbayerischen Jakobsweg von Altmannstein nach Stammham

in der Reihe „Auf dem ostbayerischen Jakobsweg“



In der Pfarrkirche Altmannstein hängt ein berühmtes lebensgroßes Kreuz des dort geborenen Rokokobildhauers Ignaz Günther von 1764, das im Originalzustand restauriert ist. Eine moderne Jakobsstele auf dem Kirchplatz erinnert daran, dass es noch 2660 km auf dem Jakobsweg bis Santiago sind. Von Altmannstein führt der Weg vorbei an Grashausen, wo eine Jakobsdarstellung das Hochaltarbild ziert. In der Dorfkirche von Oberoffendorf am Rand des Köschinger

Forstes wurde erst in neuerer Zeit eine Jakobsstatue aufgestellt. Der weitere Weg führt durch den Köschinger Forst zur ältesten Hostienwallfahrt Bayerns in Bettbrunn. Bis kurz vor Stammham führt der Weg dann weiter durch den Köschinger Forst. Endpunkt dieser Etappe ist die Pfarrkirche in Stammham, die dem hl. Stefan geweiht ist und eine interessante Verbindung von alter und neuer Architektur darstellt. Ein Bus bringt die Teilnehmer zurück nach Altmannstein.

Referent: Engelbert Schmaus, zertifizierter Pilgerbegleiter

Sa 25.10.2025, 9.00 - 18.15 Uhr

📍 Vor der Kirche, 93336 Altmannstein

€ 30,00 € (inkl. Führungen, einfache Pilgerbrotzeit, Umtrunk zum Ausklang, Fahrtkosten, Rücktransport zum Ausgangspunkt)

📅 Anmeldeschluss 22.10.2025



Pilgerwanderung

Nr. 5-25685

Geführte Halbtages-Pilgerwanderung „Via Nova“ von Bad Gögging bis Staubing

Ihr Weg für neue Begegnungen



Die Tour beginnt in Bad Gögging und endet in Staubing bei Weltenburg. Der Weg hat allerhand zu bieten, viel Seltsames aber auch etwas zum Gruseln. Das gemeinsame Unterwegssein in der Gruppe und die Mischung geschichtlicher, kunstgeschichtlicher, kunsthistorischer und

spiritueller Momente lassen jede Wanderung zu einem besonderen Pilgererlebnis werden. Franz Rösch, ausgebildeter zertifizierter Pilgerbegleiter, begleitet die Pilgerwanderung. Bitte denken Sie an festes Schuhwerk und Getränke bzw. Verpflegung. Teilnehmerzahl: mind. 7 Pers./ max. 10 Personen. Wegstrecke 11 km.

Referent: Franz Rösch

📍 Treffpunkt: Tourist-Information, Heiligenstädter Straße 5, 93333 Bad Gögging

€ Preis: 15 € / 13 € mit Kur- und Gästekarte (inkl. Rücktransfer)

📅 Anmeldung in der Tourist-Information Bad Gögging unter 09445/95750 oder online unter: <https://www.bad-goegging.de>

🚗 KEB Kelheim und Tourist-Information Bad Gögging

Sa 13.09.2025, 13.00 - 18.00 Uhr

Sa 18.10.2025, 13.00 - 18.00 Uhr

Themenreihe

Nr. 5-25883

Begleitete Wanderungen auf dem Klosterweg auf der VIA NOVA

Neues Konzept anlässlich des Jubiläums „20 Jahre Europäischer Pilgerweg“ - Tages- und Halbtageswanderungen im Wechsel



Seit 2015 ist der Landkreis Kelheim der westliche Endpunkt der VIA NOVA, eines neuen europäischen Pilgerwegs. Er beginnt in St. Wolfgang am Wolfgangsee, einer wichtigen Wirkungsstätte des Regensburger Bistumspatrons. Fast 100 Kilometer durch den Landkreis Kelheim hat die

KEB in fünf Tagesetappen für begleitete Pilgerwanderungen unter einem besonderen Aspekt erschlossen. Auf dem Weg liegen zahlreiche ehemalige und weiter bestehende Klöster, Wallfahrtskirchen und Dorfkirchen mit besonderer Spiritualität. Das gemeinsame Unterwegssein in der Gruppe und die gelungene Mischung geschichtlicher, kunstgeschichtlicher und spiritueller Elemente lassen jede Wanderung zu einem besonderen Erlebnis auf dem Via Nova Pilgerweg werden. Jede Etappe des Klosterweges beginnt mit einem Pilgersegnen und wird mit einer kurzen Schlussandacht und einem kleinen Umtrunk stimmungsvoll beendet.

Neu ab Frühjahr 2025 wird sein, dass die einzelnen Etappen nicht mehr nur als Ganztagsveranstaltung angeboten werden, sondern im Wechsel auch als Halbtagesveranstaltung. Somit ist gewährleistet, dass auch alle, die keinen ganzen Tag mehr unterwegs sein können oder wollen, mit den Halbtageswanderungen innerhalb kurzer Zeit auch alle Etappen erleben können.

Pilgerwanderung

Nr. 5-25928

Klosterweg auf der VIA NOVA – Von Weltenburg nach Kelheim | Etappe 4.1 | halbtags

Begleitete Halbtageswanderung mit geschichtlichen, kunstgeschichtlichen und spirituellen Elementen

Eindrucksvoll beginnt der Tag in der Klosterkirche von Weltenburg, wenn die Morgensonne den heiligen Georg beleuchtet, der die Jungfrau vor dem Drachen rettet. Mit diesem „Heiligen Theater“ wurden die Brüder Asam weltberühmt. Oberhalb des Naturschutzgebietes Weltenburger Enge geht es je nach Witterung links oder rechts der Donau nach Kelheim. Beide Routen bieten herrliche Ausblicke auf den Donaudurchbruch, das Klösterl, eine ehemalige Ein-

siedelei der Franziskaner und die ehemalige Franziskaner-Klosterkirche am Ortsrand von Kelheim.

Referent: Paul Brunner

Sa 20.09.2025, 13.00 - 17.30 Uhr

Treffpunkt: Orgelmuseum, Alte Franziskanerkirche, Am Kirchensteig 4, unterhalb der Treppe, 93309 Kelheim

€ 15,00 € (für Fahrt, Führung, Umtrunk zum Abschluss)

Pilgerwanderung

Nr. 5-25929

Klosterweg auf der VIA NOVA – Von Kelheim nach Herrnsaal | Etappe 4.2 | halbtags

Begleitete Halbtageswanderung mit geschichtlichen, kunstgeschichtlichen und spirituellen Elementen

Der Weg des zweiten Teils der Etappe vier führt von Kelheim weiter auf die nördlichen Höhen oberhalb der alten Wittelsbacherstadt zum ehemaligen Weinort Kelheimwinzer. Die alte Pfarrkirche St. Jakob mit Seelenhaus und pilgerfreundlich gestaltetem Vorplatz ist die letzte Station vor dem Tagesziel in Herrnsaal. Hier wurden einst die „Herrnsaaler Platten“ gebrochen, die für die Dächer der Jurahäuser verwendet wurden.

Referent: Engelbert Schmaus

Sa 11.10.2025, 13.00 - 17.30 Uhr

Treffpunkt: Vor der Kirche, 93309 Herrnsaal

€ 15,00 € (für Fahrt, Führung, Umtrunk zum Abschluss)



Ehevorbereitungsseminare

Seminar

Nr. 5-26613

Ehevorbereitungs – Seminare

Ihr traut euch - wir begleiten euch



Sie haben Ihre Liebe verschenkt und wollen kirchlich heiraten? Wir gratulieren! Für Sie ist klar: Für die große Liebe braucht es eine Entscheidung, die Herz, Seele und Verstand betrifft. Deshalb suchen Sie nach der stärksten aller denkbaren Grundlagen für Ihre Ehe - und wollen die Eheschlie-

ßung vor Gott vollziehen. Das ist eine gute Entscheidung! Trotzdem sollten Sie die kirchliche Hochzeit nicht übers Knie brechen. Große Projekte brauchen eine gute Vorbereitung. Wir unterstützen Sie gerne dabei! Ehevorbereitungseminar - was macht man da?

Mit den Ehevorbereitungseminaren möchten wir Ihnen helfen, sich gut auf Ihre Ehe vorzubereiten. Keine Angst - es geht nicht ums Ausfragen oder Prüfen - es geht um Ihre persönliche Vorbereitung. Neben den vielen äußeren Vorbereitungen auf Ihre kirchliche Trauung, möchten wir Ihnen ZEIT ZU ZWEIT schenken, in der Sie Ihren bisherigen und Ihren künftigen gemeinsamen Lebensweg in den Blick nehmen, sich bewusst machen, was Sie sich bei der Trauung versprechen und sie erfahren, was die Ehe eigentlich zu einem Sakrament macht. Außerdem lernen Sie Möglichkeiten kennen, wie Sie den Trauungsgottesdienst gestalten können.

Die Ehevorbereitungseminare sind eine Chance, die vielen praktischen Vorbereitungen vor einer Hochzeit einmal hinter sich zu lassen und gemeinsam einen Tag lang über den „Lebensweg Ehe“ nachzudenken. Wer sich dazu nicht nur einen Tag, sondern ein ganzes Wochenende Zeit geben will, der findet weitere Angebote beim Referat „Ehe und Familie“ der Diözese Regensburg: Tel.: 0941/5972209 | E-Mail: ehe-familie@bistum-regensburg.de

Auf jeden Fall lohnt sich für alle zukünftigen Brautleute ein Blick auf die Homepage des Bistums: www.trau-dich-kirchlich.de

Aktuelle Informationen zu den Ehevorbereitungseminaren im Dekanat Kelheim finden Sie auf unserer Homepage www.keb-kelheim.de

Bitte beachten Sie, dass die Teilnehmerzahl jeweils begrenzt ist! Melden Sie sich bitte rechtzeitig an.

Seminar

Nr. 5-26851

Ehevorbereitungs – Seminar (Kelheim)

Referentinnen:

Anna-Lena Hornauer, SLin i.K. | Rlin i.K.

Christina Lichtenegger, SLin i.K. | Rlin i.K.

Termin noch in Planung. Mehr unter www.keb-kelheim.de

Kelheim, Pfarrsaal St. Pius, Elsterstr. 2, 93309 Kelheim

kostenfrei

KEB mit Pfarrei Kelheim St. Pius und Referat Ehe und Familie

Seminar

Nr. 5-26615

Ehevorbereitungs – Seminar (Mainburg)

Referenten:

Michaele Fuhrmann-Neumayr

Christian Bräuherr

So 08.02.2026, 9.00 - 13.00 Uhr

Mainburg, Kath. Pfarrheim, Am Gabis 7, 84048 Mainburg

KEB Kelheim mit Pfarrei Mainburg und Referat Ehe und Familie

Seminar

Nr. 5-26614

Ehevorbereitungs – Seminar (Abensberg)

Referenten:

Diakon Norbert Schach

Daniela Scholz

Pfarrer Georg Birner

Sa 14.03.2026, 9.00 - 13.00 Uhr

Abensberg, Kath. Pfarrheim, Theoderichstr.11, 93326 Abensberg

KEB Kelheim mit Pfarrei Abensberg und Referat Ehe und Familie



GESELLSCHAFT



Filmreihe

Nr. 5-25676

KEB IM ROXY KINO ABENSBERG

Filmreisen für Augen, Ohren und Seele
Besondere Auslesefilme zum vergünstigten Preis

ROXY KINO

A B E N S B E R G

Erleben Sie Filme, die berühren, zum Nachdenken anregen und neue Perspektiven eröffnen. Mit unserer Filmreihe "KEB IM ROXY" präsentieren wir speziell ausgewählte Spiel- und Dokumentarfilme zu Themen, die das Leben, die Gesellschaft und den Glauben betreffen. Filmgespräche oder begleitende Aktionen laden dazu ein, das Gesehene zu vertiefen und gemeinsam ins Gespräch zu kommen. Sichern Sie sich rechtzeitig Ihre Tickets im Roxy Kino Abensberg - und lassen Sie sich von starken Geschichten auf der großen Leinwand inspirieren.



Einführung zum Film

Nr. 5-26852

CABRINI – DIE GESANDTE DES PAPSTES



Im Jahr 1889 kommt Francesca Cabrini, eine italienische Ordensschwester, in New York an – einer Stadt, die von Einwanderung, Elend und Hoffnung geprägt ist. Als persönliche Gesandte des Papstes beginnt sie sofort mit ihrer Mission: den Ärmsten der Armen zu helfen, insbesondere Waisenkindern aus Immigrantenfamilien, die am Rand der Gesellschaft leben. Doch was sie erwartet, ist mehr als nur Armut – es ist ein System aus Gleichgültigkeit, Vorurteilen und männlich dominierten

Machtstrukturen, das ihr fortwährend Steine in den Weg legt. Doch Cabrini, unbeugsam im Geist, widersetzt sich jeder Form von Einschränkung. In einer Zeit, in der Frauen zum Schweigen verdammt sind, erhebt sie ihre Stimme – für die Kranken, die Waisen und für alle, die von der Gesellschaft ausgegrenzt werden. Mit ihrer visionären Kraft und ihrem organisatorischen Talent kann sie schnell erste Erfolge vorweisen – doch das ist den mächtigsten Männern New Yorks schnell ein Dorn im Auge... Erfahren Sie im Rahmen dieser Veranstaltung mehr über das Cabrini-Zentrum in Offenstetten. Außerdem wird der Freundeskreis des Cabrini-Hauses mit einem Stand im Kino-Foyer sein.

Hinweis: Drama/Historienfilm | Italien/USA | FSK 12 | 140 Minuten |
Regie: Alejandro Monteverde

Referenten:

Stefan Seehofer, Gesamtleiter Cabrini-Zentrum

& Freundeskreis des Cabrini-Hauses

📅 **Do 11.09.2025, 19.00 Uhr (Kinostart)**

📍 Roxy-Kino, Regensburger Str. 7, 93326 Abensberg

€ 9,90 €

📄 Bitte rechtzeitig Tickets reservieren!
Direkt im Kino oder unter www.roxy-kino.de oder 09443/3865.

🔗 KEB Kelheim, Cabrini-Zentrum Offenstetten, Freundeskreis des
Cabrini-Zentrums, Roxy Kino Abensberg

Filmgespräch

Nr. 5-26786

THE FATHER

Anlässlich der bayerischen Demenzwoche - eine ergreifende Verfilmung, die noch lange nachwirkt!



Anne (Olivia Colman) ist in großer Sorge um ihren Vater Anthony (Anthony Hopkins). Als lebenserfahrener, stolzer Mann, lehnt er trotz seines hohen Alters jede Unterstützung durch eine Pflegekraft ab und weigert sich standhaft, seine komfortable Londoner Wohnung zu verlassen. Obwohl ihn sein Gedächtnis immer häufiger im Stich lässt, ist er davon überzeugt, auch weiterhin allein zurechtzukommen. Doch als Anne ihm plötzlich eröffnet, dass sie zu ihrem neuen Freund nach Paris ziehen wird, ist er verwirrt.

Wer ist dann dieser Fremde in seinem Wohnzimmer, der vorgibt, seit über zehn Jahren mit Anne verheiratet zu sein? Und warum behauptet dieser Mann, dass Anthony als Gast in ihrer Wohnung lebt und gar nicht in seinem eigenen Apartment? Anthony versucht, die sich permanent verändernden Umstände zu begreifen und beginnt mehr und mehr zu zweifeln: an seinen Liebsten, an seinem Verstand und schließlich auch seiner eigenen Wahrnehmung.

Die Oscar®-Preisträger Anthony Hopkins und Olivia Colman zeigen in Florian Zellers meisterhaft inszeniertem Regiedebüt THE FATHER ein Schauspiel von beeindruckender Echtheit, das den Zuschauer unvermittelt in das Leben mit Demenz versetzt. Das emotionale Filmdrama entstand nach Zellers gleichnamigem Theaterstück, das 2012 in Paris uraufgeführt wurde.

THE FATHER feierte im Januar 2020 Premiere und setzte seinen beeindruckenden Siegeszug mit diversen Filmpreisen auf zahlreichen internationalen Festivals fort. (Quelle: TOBIS Film)

Referent: N. N.



Mi 24.09.2025, 19.00 Uhr

📍 Roxy-Kino, Regensburger Str. 7, 93326 Abensberg

€ kostenfreier Eintritt durch die AOK Landshut-Kelheim

📄 Kostenfreie Tickets bitte rechtzeitig reservieren unter: www.roxy-kino.de oder Tel.: 09443/3865

∞ KEB, AOK Kelheim, Gesundheitsregion plus im Landkreis Kelheim, Roxy Kino Abensberg

Filmgespräch

Nr. 5-26853

ZWEIGSTELLE

Eine bayerische Komödie mit der Frage: „Was zum Teufel passiert mit jemandem, der zu Lebzeiten an nichts geglaubt hat?“



Als hätten sie nicht schon genug Probleme, geraten Resi und ihre drei Freunde auf der Fahrt in die Alpen in einen tödlichen Unfall. Prompt findet sich die Clique in einer bayerischen Jenseits-Behörde wieder, die über ihr weiteres Schicksal entscheiden soll. Elysium, Fegfeuer, Wiedergeburt - alles scheint möglich. Doch als klar wird, dass der Gruppe jegliche Überzeugung fehlt, stellt sich die entscheidende Frage: Was zum Teufel passiert mit jemandem, der zu Lebzeiten an NICHTS geglaubt hat?

Mit viel Humor und einem feinen Gespür für das Absurde lässt Regisseur Julius Grimm in seinem Kinofilmdebüt die Nachwuchstars Sarah Mahita, David Ali Rashed, Nhung Hong, Beritan Balci und Julian Gutmann gegen den bürokratischen Wahnsinn im Jenseits ankämpfen. Prominente Unterstützung gibt es dabei unter anderem von Rick Kavanian, Rainer Bock, Luise Kinseher, Maxi Schafroth uvm. Musikalisch begleitet wird der Film von Roy Bianco & Die Abbrunzati Boys.

ZWEIGSTELLE ist eine Produktion der WennDann Film GmbH, gefördert durch den FilmFernsehFonds Bayern.

Hinweis: | Deutschland | 2025 | 98 Min. | Komödie | FSK ab 6 | Regie: Julius Grimm | WennDann Film GmbH |

Referent: Pfarrer Georg Birner, Pfarrer von Abensberg

Do 09.10.2025, 19.00 Uhr (Kinostart)

📍 Roxy-Kino, Regensburger Str. 7, 93326 Abensberg

€ Eintritt - siehe www.roxy-kino.de

📄 Bitte rechtzeitig Tickets reservieren! Direkt im Kino oder unter www.roxy-kino.de oder 09443/3865.

∞ KEB Kelheim und Roxy Kino Abensberg

Gefördert durch das
Bayerische
Landesministerium
für Unterricht und
Kultur.

www.erdmannfilm.de

Die bildgewaltige Filmwelt von Stefan Erdmann



Stefan Erdmann ist freischaffender Filmemacher mit einer ganz eigenen Handschrift. Er schafft es, den Zuschauer durch seine ruhige Kameraführung und außergewöhnliche Bildsprache sowie die einfühlsamen und gleichermaßen informativen Kommentare hautnah am Geschehen teilhaben zu lassen. Die eigens komponierte Filmmusik macht die Filme zu einem Hör- und Seherlebnis der besonderen Art. Insbesondere seine live kommentierten Vorträge sind in ganz Deutschland bekannt und sorgen bei den Zuschauern stets für große Begeisterung.

"In ständiger Bewegung zu sein, und mich von Neugier und der Lust des Entdeckens und Erlebens leiten zu lassen, ist meine Art unterwegs zu sein... Ich laß mich stets treiben von Wind, Wetter und meinem Gefühl... meiner Intuition, um mit meinen Kameras möglichst zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu sein. Das ist sehr zeitintensiv und ebenso mühsam und nur selten wird man für diese Mühen belohnt, aber... wenn dann der richtige Moment gekommen ist und sich genau das vor einem abspielt, was man sich gewünscht hat, dann relativieren sich all diese Mühen und man ist einfach nur glücklich, dass einen all die erfolglosen Tage und Wochen zuvor genau zu diesem Moment geführt haben, wo dieses besondere Erlebnis gewartet hat." (Quelle: www.erdmannfilm.de)

Live-Filmreportage von Stefan Erdmann

Nr. 5-26713

DIE SEELE DES WALDES

Eine magische Filmreise durch Deutschlands Wälder!
Faszinierend. Mystisch. Bildgewaltig.



Faszinierend. Mystisch. Berührend. Der Naturfilmer Stefan Erdmann war über viele Jahre mit seinen Kameras unterwegs und hat die vielfältigen Waldlandschaften Deutschlands in sagenhaften Momenten erkundet und gefilmt.

Erleben sie eine bildgewaltige, faszinierende und live kommentierte Filmreise durch die Jahreszeiten. Auf großer Leinwand in bester Bild- und Tonqualität. Der Film zeigt einen Jahreszyklus und beginnt im goldenen Oktober. Er wird ausschließlich die Schönheit der Natur ze-

igen. Keine mahnenden Worte, keine schlechten Nachrichten, keine kranken Wälder. Und doch steckt hinter jedem Bild eine Botschaft, die ohne erhobenen Zeigefinger darauf hinweist, wie wichtig und elementar es ist, diese wertvollen Naturlandschaften für uns und alle kommenden Generationen zu schützen und zu bewahren. Die eigens komponierte Musik sorgt viele Male für Gänsehautmomente. Dieser Film ist eine ganz besondere Liebeserklärung an Wald und Natur. 100 kurzweilige Minuten zum abtauchen.

Mi 22.10.2025, 17.30 Uhr

Roxy-Kino, Regensburger Str. 7, 93326 Abensberg

€ 18,00 €

Bitte frühzeitig Tickets reservieren! Direkt im Kino oder unter www.roxy-kino.de oder 09443/3865.

KEB Kelheim und Roxy Kino Abensberg



Live-Filmreportage von Stefan Erdmann

Nr. 5-26712

ISLAND 63° 66° N – Atemberaubend. Wild. Faszinierend.

Eine bildgewaltige Filmreise auf der größten Vulkaninsel unseres Planeten.



Mächtige Gletscher und aktive Vulkane, zahllose Wasserfälle, farbenprächtige und bizarre Gebirgsformationen, endlose Weiten: ISLAND - die größte Vulkaninsel unseres Planeten.

Ein Journalist hat über dieses Live-Kino-Event geschrieben: „Stefan Erdmann hat aus dem Naturkunstwerk Island ein einzigartiges Film- und Musikerlebnis geschaffen. Eine Hommage an Island und unseren Planeten. Gebannt sitzt man da und lauscht den Kommentaren Erdmanns und kann kaum fassen, was auf

der Leinwand zu sehen ist.“

Stefan Erdmann berichtet live im Kino von den Weiten und der Einsamkeit des isländischen Hochlandes, von den vielen Besonderheiten entlang der Ringstraße, von einem spektakulären Vulkanausbruch, den er mitten im nordöstlichen Hochland aus nächster Nähe erlebt hat und von noch viel mehr. Über 30 Mal war Stefan Erdmann in Island unterwegs und hat die Insel in sagenhaften Momenten erlebt und aus allen nur denkbaren Perspektiven gefilmt.

Erdmann: „Die Schönheit, Vielfalt und Kraft der isländischen Natur ist überwältigend. Für Tage ganz allein im Hochland unterwegs zu sein, mich inmitten dieser atemberaubenden Natur aufzuhalten, gehört zu den schönsten und elementarsten Erlebnissen in meinem Leben. Mein Ziel ist es, diese Eindrücke weiterzugeben und einen intensiven und emotionalen Vortrag zu präsentieren, der das Publikum fesselt, begeistert und zugleich informiert.“

Mi 22.10.2025, 20.00 Uhr

Roxy-Kino, Regensburger Str. 7, 93326 Abensberg

€ 18,00 €

Bitte frühzeitig Tickets reservieren! Direkt im Kino oder unter www.roxy-kino.de oder 09443/3865.

KEB Kelheim und Roxy Kino Abensberg

Gefördert durch das Bayerische Landesministerium für Unterricht und Kultus.



Live-Filmreportage von Stefan Erdmann

Nr. 5-26714

BHUTAN 26° 28° N – Königreich im Himalaya

Diese Live-Reportage durch das Land des Glücks geht unter die Haut. Bildgewaltig, emotional und informativ.



Das Publikum sagt: „Die Symbiose von Stefan Erdmanns Live-Komentaren, den eindrucksvollen Filmaufnahmen und der Musik ist aussergewöhnlich. Wir haben gestaunt über die Natur, gelacht über manche Geschichte und geweint, weil wir von den Menschen so berührt waren. Ein Film der unter die Haut geht.“

Stefan Erdmann ist freischaffender Filmmacher mit einer ganz eigenen Handschrift, und er entführt die Zuschauer in eines der letzten unentdeckten Länder unserer Welt, BHUTAN, das KÖNIGREICH IM HIMALAYA.

Der Filmmacher war mit seinen Kameras lange Zeit in Bhutan unterwegs und erzählt in dieser gefühlvollen Live-Reportage über die zahlreichen Besonderheiten des Landes. Insbesondere die Begegnungen mit den Menschen stehen im Mittelpunkt des Vortrages, doch auch die grandiosen Landschaften mit den über 7.000 Meter hohen Bergen und den zahlreichen Wäldern und Tälern. Erleben Sie eine traumhafte Reise durch ein einzigartiges Land und berührende Geschichten über die Bewohner des letzten Königreichs im Himalaya. Live kommentiert und auf Großleinwand in bestechender Bild- und Tonqualität präsentiert - Sehenswert.

Erleben Sie bei dieser Filmreise knapp zwei Stunden Urlaub für Augen, Ohren und Seele.

Mi 05.11.2025, 17.30 Uhr

Roxy-Kino, Regensburger Str. 7, 93326 Abensberg

€ 18,00 €

Bitte frühzeitig Tickets reservieren! Direkt im Kino oder unter www.roxy-kino.de oder 09443/3865.

KEB Kelheim und Roxy Kino Abensberg

Gefördert durch das Bayerische Landesministerium für Unterricht und Kultus.



Live-Filmreportage von Stefan Erdmann

Nr. 5-26715

KANAREN 27° 29° N – Acht Inseln – Acht Welten

Bildgewaltig, faszinierend, emotional und informativ.



Die Kanarischen Inseln sind für Millionen Reisende aus aller Welt seit vielen Jahrzehnten ein Ort mit großer Anziehungskraft - die Inseln des ewigen Frühlings. Sonne, Strand und Meer pur. Doch die Inseln haben noch so viel mehr zu bieten. Und die Naturschönheiten sind oftmals nur einen Steinwurf von den Hoteltürmen an den Küsten entfernt. Über viele Jahre hinweg hat Stefan Erdmann alle Kanarischen Inseln mit dem Ziel bereist, die Vielseitigkeit und Faszination der Landschaften aber auch das

Lebensgefühl, Brauchtum und Tradition der Kanarios in Bild, Musik und Wort zu dokumentieren.

Erdmann: „Man hat auf jeder der acht Inseln die Möglichkeit innerhalb eines Tages die unterschiedlichsten Naturlandschaften zu erleben. Die Kanarischen Inseln sind zweifelsohne ein Archipel der Sehnsucht und haben mich immer wieder aufs Neue begeistert und inspiriert. Insbesondere auch die Herzlichkeit und Gastfreundlichkeit der Menschen.“

Zu jeder Jahreszeit war Erdmann auf den Inseln unterwegs um den Wandel der Landschaften im Jahreszyklus zu zeigen. Sei es die Mandelblüte im Winter, der schneebedeckte Teide, die atemberaubenden Berge und Schluchten aber auch die subtilen Waldlandschaften und Pflanzenwelten. Fasziniert hat Erdmann auch immer wieder der enge Verbund der Natur- und Kulturlandschaften, so wie die Prozessionen der Karwoche, Semana Santa, oder die farbenprächtigen Fronleichnamzüge wie auch die ausgelassenen Romerías und der Kameval. Das Lebensgefühl der Kanarios ist beispiellos und Erdmann war mit seinen Kameras bei dutzenden Fiestas mittendrin.

Erleben Sie bei dieser Filmreise knapp zwei Stunden Urlaub für Augen, Ohren und Seele.

Mi 05.11.2025, 20.00 Uhr

📍 Roxy-Kino, Regensburger Str. 7, 93326 Abensberg

€ 18,00 €

📄 Bitte frühzeitig Tickets reservieren!

Direkt im Kino oder unter www.roxy-kino.de oder 09443/3865.

🚗 KEB Kelheim und Roxy Kino Abensberg

Gefördert durch
das Bayerische
Landesministerium
für Unterricht und
Kultur.

Filmgespräch

Nr. 5-26764

Freier Eintritt!

MORGEN IST AUCH NOCH EIN TAG

Tragikomödie über häusliche Gewalt

Landrat Martin Neumeyer übernimmt die Schirmherrschaft



Zu diesem mitreißenden Film wurde Regisseurin und Hauptdarstellerin Paola Cortellesi durch das Leben der eigenen Großmütter inspiriert. Die Tragikomödie erobert sofort die Herzen des Publikums. Rom, 1946 nach der Befreiung vom Faschismus. Delia (Paola Cortellesi) ist die Frau von Ivano (Valerio Mastandrea) und Mutter dreier Kinder. Zwei Rollen, in die sie sich voller Hingabe fügt. Obendrein bessert sie die Haushaltskasse mit vielen kleinen Hilfsarbeiten auf, um die Familie über Wasser zu halten. Ivano hingegen

fühlt sich berechtigt, alle daran zu erinnern, wer der Ernährer ist. Nicht nur mit Worten. Körperliche und psychische Gewalt gehören für Delia zum Alltag. Bis ein mysteriöser Brief eintrifft, der ihr den Mut gibt, alles über den Haufen zu werfen und sich ein besseres Leben zu wünschen, nicht nur für sich selbst.

Im Genre wechselt sie dabei immer wieder zwischen Drama und Komödie. Es ist ein lakonischer, schulterzuckender Humor, mit dem die Frauen in dieser repressiven Zeit unter dem Radar tyrannischer Männer zusammenhalten, eine leichte, geradezu beiläufige weibliche Solidarität angesichts der Übermacht des Patriarchats mit seinen überkommenen Rollenvorstellungen. Vorstellungen, die sich bis heute halten.

Hinweis: | Prod. Jahr 2023 | Land: Italien | Regie: Paola Cortellesi | Länge: 118 Minuten | Altersempfehlung: ab 12 Jahre

Referent: Christian Gabler



Gegen häusliche Gewalt!

**Landrat Martin Neumeyer
übernimmt die
Schirmherrschaft**

Di 25.11.2025, 19.00 Uhr

📍 Roxy-Kino, Regensburger Str. 7, 93326 Abensberg

€ Kostenfreier Eintritt durch die Gleichstellungsstelle (Landratsamt Kelheim)

📄 Kostenfreie Tickets bitte rechtzeitig reservieren unter: www.roxy-kino.de oder Tel.: 09443/3865

🚗 Gleichstellungsstelle - Landratsamt Kelheim, KEB Kelheim, Roxy Kino
Gefördert durch das Bayerische Landesministerium für Unterricht und Kultur.

Filmgespräch

Nr. 5-26870

SeniorenKino



Ein gemütlicher Nachmittag mit einem unterhaltsamen Film wartet auf Sie! Genießen Sie Kino in angenehmer Atmosphäre. Der Filmtitel wird noch bekannt gegeben.

Do 13.11.2025, 15.00 Uhr

📍 Roxy-Kino, Regensburger Str. 7, 93326 Abensberg

€ 9,99 €

📄 Bitte rechtzeitig Tickets reservieren! Direkt im Kino oder unter www.roxy-kino.de oder 09443/3865.

∞ KEB Kelheim und Roxy Kino Abensberg

Gefördert durch das Bayerische Landesministerium für Unterricht und Kultus.



Vereins- und Ehrenamtsakademie

Landkreis Kelheim

Das herausragende ehrenamtliche Engagement in unserem Landkreis trägt entscheidend zum gesellschaftlichen Zusammenhalt bei. Um dieses Engagement durch Workshops und Schulungen zu unterstützen, arbeiten die Ehrenamtsstelle im Landratsamt Kelheim und die Regionale KEB im Landkreis Kelheim eng zusammen. Mit dem Titel „Vereins- und Ehrenamtsakademie im Landkreis Kelheim“ wird die Themenreihe fortgesetzt. Alle Ehrenamtlichen aus dem gesamten Landkreisgebiet sind herzlich zur Teilnahme eingeladen.

Hinweis: Bei inhaltlichen Fragen und Anregungen wenden Sie sich bitte an die Ehrenamtsstelle: 09441/207-1045, ehrenamtsstelle@landkreis-kelheim.de

📄 Anmeldung über die KEB online unter www.keb-kelheim.de, Tel. 09443/9282380 oder E-Mail anmeldung@keb-kelheim.de

Online

Aufsichtspflicht, Jugendschutz und Haftung – rechtliches Basiswissen für die Jugendarbeit

Eine Veranstaltung der Vereins- und Ehrenamtsakademie im Landkreis Kelheim



Im Online-Seminar werfen wir einen praxisnahen und verständlichen Blick auf die rechtlichen Rahmenbedingungen der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf dem Thema Aufsichtspflicht: Wer trägt wann die Verantwortung? Was bedeutet Aufsichtspflicht konkret im Alltag? Welche Qualifikationen müssen Betreuungspersonen mitbringen und wie viele Betreuungspersonen braucht es? Dabei besprechen wir auch die wichtigsten Aspekte aus dem Jugendschutz und dem Strafrecht. Wir besprechen außerdem typische Fragen aus der Praxis, wie beispielsweise: Darf ich mit einer Gruppe ins Schwimmbad gehen? Ist ein Erste-Hilfe-Kurs Pflicht? Wie gehe ich richtig mit Medikamenten um? Das Seminar richtet sich an ehrenamtlich Engagierte aus der Jugendarbeit und bietet viel Raum für eigene Fragen und Austausch. Ziel ist es, mehr Sicherheit für das eigene Engagement zu gewinnen.

Referent: Philipp Melle, Rechtsanwalt und ehemaliger Justiziar des Bayerischen Jugendrings

Referent: Philipp Melle, Rechtsanwalt und ehemaliger Justiziar des Bayerischen Jugendrings

Do 16.10.2025, 18.30 - 21.00 Uhr

Nr. 5-26801

Mo 24.11.2025, 18.30 - 21.00 Uhr

Nr. 5-26872

📍 Online-Veranstaltung

€ kostenfrei

📄 Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

∞ KEB Kelheim, Ehrenamtsstelle Landkreis Kelheim, in Zusammenarbeit mit der Kommunalen Jugendarbeit, Kreisjugendring und Katholischer Jugendstelle

Seminar

Nr. 5-26799

Die Kunst des (freien) Redens – Rhetorikseminar fürs Ehrenamt

Eine Veranstaltung der Vereins- und Ehrenamtsakademie im Landkreis Kelheim

„Zum Redner wird man nicht geboren, zum Redner wird man gemacht!“

So mancher Mensch behauptet von sich: „Reden kann ich nicht. Das liegt mir nicht und ich bin auch vollkommen unbegabt dazu.“ Und damit hat er bereits eine kleine Rede darüber gehalten, dass er nicht reden kann. Wie paradox! Wer sprechen kann, kann auch das



DIE KUNST DES (FREIEN) REDENS

Reden lernen: er muss nur die Grundlagen kennen und das Reden üben. In diesem Workshop lernen wir die Skills der „antiken“ Rhetorik, also das Sprechen face-to-face (dabei ist der Redner und sein Publikum gleichzeitig anwesend) mit oder auch ohne Manuskript. Aber auch die Digitalisierung bietet dem

Ehrenamt große Chancen, aber auch Herausforderungen. Deshalb schnuppern wir auch in die Welt der mediengestützten Rhetorik hinein und üben das Sprechen mit Mikrofon und auch gegenüber von Medienvertretern und das Sprechen vor der Kamera.

Die Veranstaltungen werden aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Unterricht und Kultus gefördert.

Referent: Vicky Müller-Toüssa, Schauspielerin, Moderatorin, Regisseurin, Theaterpädagogin, Coachin und freie Rednerin

Mi 29.10.2025, 17.30 - 20.30 Uhr Nr. 5-26799

📍 Pfarrsaal St. Pius, Elsterstr. 2, 93309 Kelheim

€ kostenfrei

📄 Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

📞 KEB Kelheim, Ehrenamtsstelle Landkreis Kelheim

Mo 01.12.2025, 17.30 - 20.30 Uhr Nr. 5-26785

📍 Pfarrheim Mainburg, Am Gabis 7, 84048 Mainburg

€ kostenfrei

📄 Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

📞 KEB Kelheim, Ehrenamtsstelle Landkreis Kelheim

Online

Nr. 5-26802

Kompaktseminar Buchhaltung für Vereine

Eine Veranstaltung der Vereins- und Ehrenamtsakademie im Landkreis Kelheim



Buchhaltung wirkt für viele wie ein Buch mit sieben Siegeln - doch, wer die Anforderungen, Regeln und mögliche Fallstricke kennt, bekommt diese Aufgabe gut in den Griff. Die Fortbildung bietet eine Einführung in die Grundlagen der Buchführungspflichten in nichtbilanzierenden gemeinnützigen Vereinen intern und vor allem gegenüber dem Finanzamt.

Ganz konkret geht es im Seminar um:

- Rechtliche Grundlagen: Vereinsrechtliche und steuerliche Aufzeichnungspflichten

- Besonderheiten der Buchführung in gemeinnützigen Organisationen
- Die 4 Tätigkeitsbereiche
- Einnahmen-Überschuss-Rechnung
- Aufbau der Buchhaltung
- Umgang mit Belegen und Belegarchivierung
- Kassenführung
- Die DATEV Kontenrahmen SKR 49 und 42
- Nachweis der zeitnahen Mittelverwendung

Referent: Wolfgang Pfeffer, Berater und Referent im Bereich Nonprofit-Management und Vereinsbuchhaltung

Sa 22.11.2025, 10.00 - 13.00 Uhr

📍 Online-Veranstaltung

€ kostenfrei

📄 Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!

📞 KEB Kelheim, Ehrenamtsstelle Landkreis Kelheim

Seminar

Nr. 5-25786

Letzte Hilfe Kurs

Wie können wir am Ende des Lebens noch helfen?



Letzte-Hilfe Kurse vermitteln Basiswissen und Orientierung sowie einfache Handgriffe. Sterbegleitung ist keine Wissenschaft, sondern praktizierte Menschlichkeit, die auch in der Familie und der Nachbarschaft möglich ist. Wir möchten Grund-

wissen an die Hand geben und ermutigen, sich Sterbenden zuzuwenden, denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen. Im Kurs sprechen wir über die Normalität des Sterbens als Teil des Lebens, natürlich werden auch Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht angesprochen. Wir thematisieren mögliche Beschwerden, die Teil des Sterbeprozesses sein können, und wie wir bei der Linderung helfen können. Wir überlegen abschließend gemeinsam, wie man Abschied nehmen kann und besprechen unsere Möglichkeiten und Grenzen. Alle Referenten sind qualifizierte „Letzte Hilfe Kursleiter“.

Termin und Ort sind in Planung. Mehr unter www.keb-kelheim.de!

€ Eintritt frei - Spenden für den Hospizverein erwünscht.

📞 KEB, Hospizverein im Landkreis Kelheim e.V.

Workshop

Nr. 5-25938

KI entdecken: Der Starter-Workshop für Künstliche Intelligenz



Sie interessieren sich für künstliche Intelligenz (KI) und möchten mehr darüber erfahren? Dann ist diese Veranstaltung genau das Richtige für Sie! In diesem Workshop lernen Sie die Grundlagen von KI kennen, wie sie funktioniert und welche Begriffe wichtig sind. Sie haben die Möglichkeit, verschiedene Anwendungen von KI auszuprobieren und zu sehen, wie sie unser Leben beeinflussen. Außerdem erhalten Sie wertvolle Tipps, wie Sie mit KI im Alltag umgehen können. Und natürlich haben Sie auch genügend Zeit, um Ihre Fragen zu stellen. Melden Sie sich jetzt an und entdecken Sie die spannende Welt der künstlichen Intelligenz!

Dieser Text (siehe oben) wurde mit einer Chat-KI erstellt und von einem weiteren KI-Modell lektoriert.

Die Referentin Tanja Köglmeier, Leiterin der Fachstelle Medien und Digitales im Bistum Regensburg, hätte den Text wahrscheinlich anders formuliert und damit begonnen, dass KI in aller Munde ist und unser Leben grundlegend beeinflusst. Deshalb ist es besser, sich eher früher als später damit zu beschäftigen. Machen wir uns gemeinsam auf den Weg, um uns mit künstlicher Intelligenz auseinanderzusetzen und sie auszuprobieren. Versprochen:

Statt rhetorischer Fragen und allgemeiner Formulierungen erhalten Sie in einer Mischung aus Vortrag und Workshop handfeste Informationen und die Möglichkeit, sich selbst einzubringen. Vorwissen ist dazu nicht nötig.

Gefördert durch das Bayerische Landesministerium für Unterricht und Kultus.

Hinweis: Mitzubringen: Ein mobiles Endgerät, das mit WLAN verbunden werden kann oder selbst eine Internetverbindung aufbauen kann (Smartphone, Tablet, Laptop)



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

€ Eintritt frei - Spenden für die Arbeit der KEB erwünscht.

Fr 26.09.2025, 19.00 Uhr

📍 Kath. Pfarrheim, Theoderichstr. 11, 93326 Abensberg

€ Eintritt frei - Spenden für die Arbeit der KEB erwünscht.

∞ KEB Kelheim, Kolping, Pfarrei Abensberg

Mo 27.10.2025, 19.00 Uhr

📍 Gemeinschaftshaus, Klosterstr. 21, 93354 Biburg

€ Eintritt frei - Spenden für die Arbeit der KEB erwünscht.

∞ KEB Kelheim, Gemeinde Biburg

Führung

Nr. 5-26805

„Nachts im Rathaus“ mit Führungen und Vortrag



Hinweis: Max. 25 Personen

Referent: Christian Schweiger, 1. Bürgermeister

Di 16.09.2025, 18.00 Uhr

📍 Kelheim, Pfarrsaal St. Pius, Elsterstr. 2, 93309 Kelheim

📞 bei Claudia Hacker, Tel.: 09441/12422, Anmeldeschluss 11.09.2025

∞ KDFB

Führung

Nr. 5-25729

Der Bunker – ein Relikt aus dem kalten Krieg

Führung und Vortrag im Bunker und Führung und Vortrag in der Firma Holzbau Semmler



Referent: Thomas Semmler

Fr 19.09.2025, 19.00 Uhr

📍 Fa. Semmler Holzbau, Hemau

📞 Christine Gabler, Telefon: 09441/21194

🔗 KAB

Internationales Kulturcafé

Raum für Menschen aller Herkunft, Kulturen und Traditionen, Austausch und Verständigung

Termine Herbst 2025:

04.09. | 02.10. | 06.11. | 04.12. |

Jeweils 17.00 bis 20.00 Uhr

Das Projekt "Internationales Kulturcafé" wird unterstützt von der AG Integration im Landkreis Kelheim. Das Bündnis für Menschenwürde ist Veranstalter.

Hinweis: Kontakt: 0157/34784281 (arabisch) oder 0151/28964914 (deutsch)

📍 KULTUR KANTINE, Donaustraße 12, 93309 Kelheim

€ kostenfrei

📄 ohne Anmeldung.

🔗 KEB Kelheim, Bündnis für Menschenwürde Kelheim e.V., Caritasverband Kelheim, Landratsamt Kelheim

Themenreihe

Nr. 5-26696

Besser Leben im Alter!

Veranstaltungen mit der Seniorenstelle im Landkreis Kelheim



Zielgruppe der von der Seniorenstelle des Landkreises und der KEB angebotenen Veranstaltungen sind entsprechend Bürgerinnen und Bürger, pflegende Angehörige, Seniorinnen und Senioren, aber auch ehrenamtlich Tätige oder Experten aus der Seniorenarbeit. Damit wird eine bunte Palette an Informationen und Schulungen angeboten, um das Leben im Alter im Landkreis zu verbessern.

Herzliche Einladung zu diesem vielseitigen Programm im Rahmen der Kampagne „Besser Leben im Alter“!

Information

Elektronische Patientenakte – alles was Sie wissen müssen!

Referent: Christian Gabler

Mi 17.09.2025, 9.00 - 14.00 Uhr

📍 Kath. Pfarrheim, Am Gabis 7, 84048 Mainburg

€ kostenfrei

📄 Infos und Anmeldung beim Seniorenbeauftragten des Landkreises, Herr Christian Gabler unter 09441/207-1040 oder per Mail christi-an.gabler@landkreis-kelheim.de

🔗 Seniorenstelle des Landkreises, KEB Kelheim, „Spätlese“ Offenstetten

Di 14.10.2025, 14.00 Uhr

📍 Kath. Pfarrheim, Vitusplatz 2, 93326 Offenstetten

€ kostenfrei

📄 ohne Anmeldung.

🔗 Seniorenstelle des Landkreises, KEB Kelheim, „Spätlese“ Offenstetten

Workshop

Nr. 5-26706

Seniorenvertretung gestalten – Öffentlichkeitsarbeit und Netzwerk

(für Ehrenamtliche und Profis)

Hinweis: Die Teilnehmeranzahl ist jeweils begrenzt, für das leibliche Wohl ist immer gesorgt.

Referent: Christian Gabler

Di 30.09.2025, 9.30 - 15.00 Uhr

Landratsamt Kelheim, Donaupark 12, 93309 Kelheim

€ kostenfrei

Infos und Anmeldung beim Seniorenbeauftragten des Landkreises, Herr Christian Gabler unter 09441/207-1040 oder per Mail christi-an.gabler@landkreis-kelheim.de

Seniorenstelle des Landkreises, KEB Kelheim

Themenreihe: Vorsorge & Nachlass

Es gibt Themen, mit denen MUSS man sich befassen!

Die Veranstaltungsreihe bietet praxisnahe Informationen zu allen wichtigen Fragen rund um die persönliche Vorsorge und Nachlassplanung. Behandelt werden Themen wie Patienten- und Betreuungsverfügungen, die Regelung des digitalen Nachlasses im Internet sowie die Organisation des Nachlasses insgesamt. Ziel ist es, rechtzeitig Klarheit zu schaffen und spätere Konflikte zu vermeiden.

Vortrag

Nr. 5-26777

„Patientenverfügung, Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht“ – Rechtliche Vorsorge



Was passiert, wenn ich nicht mehr entscheiden kann? Eine Frage, die uns alle betrifft - egal ob jung oder alt!

Frau Christiane Utz von der Betreuungsstelle beim Landratsamt Kelheim informiert zum Thema „Patientenverfügung, Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht“ und klärt die Frage, wie durch die unterschiedlichen Verfügungen verbindliche Bestimmungen zur rechtlichen Vertretung, Willens- und Wunschbefolgung für Zeiten eigener Ent-

scheidungs- und Handlungsunfähigkeit getroffen werden können. Frau Utz informiert auch über das seit 2023 geltende Ehegattenvertretungsrecht. Ein äußerst wichtiges Thema, mit dem man sich nicht früh genug auseinandersetzen kann!

Referentin: Christiane Utz, Betreuungsstelle des Landratsamtes Kelheim

Di 07.10.2025, 19.00 - 20.30 Uhr

Pfarrsaal, Landshuter Str. 8, 93354 Siegenburg

€ Kostenfrei, Spenden für die Arbeit der KEB erwünscht.

KEB Kelheim, Betreuungsstelle – Landratsamt Kelheim, Pfarreiengemeinschaft Siegenburg-Train-Niederumelsdorf

Weiterer Termin:

Di 11.11.2025, 19.00 Uhr

Pfarrsaal St. Pius, Elsterstr. 2, 93309 Kelheim

KDFB

Referent: Müge Borst, Betreuungsstelle, Landratsamt Kelheim

Online

Nr. 5-26771

Digitaler Nachlass – Digitale Vorsorge: Es geht um Ihre Daten!



Unser Leben wird immer digitaler. Man kommuniziert per E-Mail, nutzt Social-Media-Kanäle oder wickelt Bankangelegenheiten und andere Verträge online ab. Viele wichtige Vertragsdaten oder Informationen sind deshalb nur noch virtuell vorhanden. Doch was passiert mit den virtuellen Accounts und Verträgen, wenn jemand stirbt. Bleiben sie bestehen? Wie

kommen Hinterbliebene an die zum Teil sehr wichtigen Informationen? In diesem Vortrag gibt die Verbraucherzentrale Bayern e.V. Antworten auf diese Fragen und klärt auf, wann und wie Erben darüber entscheiden können, ob die Accounts abgewickelt, gelöscht oder in einen Gedenkstatus versetzt werden. Ferner erhalten Sie auch Anregungen, wie eine Person des Vertrauens in die Entscheidungsfindung einbezogen wird, und wie man diese mit der Verwaltung des digitalen Nachlasses beauftragen kann.

Der Online-Vortrag richtet sich an Interessierte jeglichen Alters, die über Online-Accounts verfügen und dafür eine Regelung treffen wollen bzw. sich dazu Gedanken machen.

Gefördert durch das Bayerische Landesministerium für Unterricht und Kultus.

Hinweis: Alle Angemeldeten Teilnehmer erhalten einige Tage vor Beginn einen Zugangslink zur Videokonferenz über „Big Blue Button“. Auch kurzfristige Anmeldungen sind möglich. Die Einwahl ist ca. 15 Minuten vorher möglich.

Referentin: Simone Rzehak, Fachberaterin für Verbraucherfragen, Verbraucherzentrale Bayern e.V.

Di 18.11.2025, 19.00 - 20.30 Uhr

📍 Online-Bildungsplattform der KEB

€ kostenfrei



📍 KEB Kelheim, Seniorenstelle, Landratsamt Kelheim, Mehrgenerationenhaus Langquaid

Vortrag

Nr. 5-26804

Testament oder gesetzliche Erbfolge? – Warum rechtzeitige Nachlassplanung wichtig ist!



Was passiert eigentlich mit meinem Vermögen, wenn ich sterbe - und ich nichts geregelt habe? Wer erbt, wie wird aufgeteilt und was bedeutet gesetzliche Erbfolge in der Praxis? In diesem Vortrag erfahren Sie, warum ein Testament nicht nur für wohlhabende Menschen sinnvoll ist, sondern für jeden, der Verantwortung übernehmen und Streit unter

Angehörigen vermeiden möchte. Wie funktioniert die gesetzliche Erbfolge, wann entstehen Erbengemeinschaften und welche Risiken werden oft übersehen? Sie erhalten einen verständlichen Überblick über die wichtigsten Inhalte eines Testaments, typische Fehler bei der Erstellung und die Bedeutung professioneller Beratung. Anschließend bleibt genügend Zeit für Fragen. Bitte beachten Sie, dass diese Veranstaltung keine rechtliche oder steuerliche Beratung ersetzt. Der Vortrag richtet sich an alle Altersgruppen.

Referentin: Julia Martens, zertifizierte Generationenberaterin (IHK), Testamentsvollstreckerin (IHK), geprüfte Nachlasspflegerin (BDN**)

Do 13.11.2025, 19.00 - 20.30 Uhr

📍 Bürgertreff, Am Markt 20, 93077 Bad Abbach

€ Kostenfrei, Spenden für die Arbeit der KEB erwünscht.



📍 KEB Kelheim, Bürgertreff Bad Abbach

Festvortrag

Nr. 5-26793

Klimawandel in der Heimat Niederbayern – was wir aus der Vergangenheit für die Zukunft lernen können

Neben dem Festvortrag anlässlich der Regional- und Umwelttage 2025 in Kelheim wird der „Klimapreis Landkreis Kelheim 2025“ in vier Kategorien verliehen.

Referent: Dr. Richard Loibl, Direktor des Hauses der Bayerischen Geschichte

Fr 19.09.2025, 19.00 Uhr

📍 Landratsamt Kelheim, Donaupark 12, 93309 Kelheim

📄 Anmeldung erforderlich unter: www.landkreis-kelheim.de/rut

Besuchen Sie uns an den Regional- und Umwelttagen in Kelheim

Auch heuer sind wir wieder mit unserem KEB-Messe-Stand auf den REGIONAL- & UMWELTTAGEN in Kelheim!

AKTION für Kinder!

Kinder dürfen bei unserer „Knetwerkstatt“ ihrer Kreativität freien Lauf lassen!

Sa 20.09.2025 - So 21.09.2025, jeweils von 10.00 bis 17.00 Uhr

📍 Hier finden Sie uns: In der Altmühlstraße (beim Ev.-Luth. Gemeindezentrum)



Regional- & Umwelttage

KEB-Kinderaktion!



INFO - Klicken Sie doch mal rein!

Nr. 5-26834

Solarpotential-Kataster für den Landkreis Kelheim

Mit umfangreichem Ertragsrechner zur Wirtschaftlichkeit!



Dein Dach kann mehr –
Potenzial jetzt kostenlos checken.
www.landkreis-kelheim.de/solar

Das Solarpotenzialkataster ist ein digitales Kartenwerk als Onlineportal für den Landkreis Kelheim, welches zeigt, welche Dächer oder Flächen sich für Solaranlagen (PV und auch Solarthermie) eignen. Bürgerinnen und Bürger können dort kostenlos prüfen, ob und wie sich ihr Haus für eine solche Anlage eignen und welche Kosten bzw. Ersparnisse sich daraus ergeben würden. Das Kataster berücksichtigt

dabei unter anderem die Dachgröße, Ausrichtung, Neigung und mögliche Verschattung. Das erleichtert die Planung von Photovoltaik- und Solarthermie-Anlagen und macht diese sicherer. Ziel ist es, den Ausbau der Solarenergie im Landkreis Kelheim zu fördern.

Kostenlos und einfach nutzbar. Jetzt Dach prüfen unter:
www.landkreis-kelheim.de/solar

Vortrag

Nr. 5-25730

Nachhaltigkeit im Alltag – Wie wir Plastik vermeiden und Müll reduzieren



Referentin: Fiona Christoph

Di 14.10.2025, 19.00 Uhr

📍 Pfarrheim Affecking, Schloßbuckel 7, 93309 Kelheim

✍️ Christine Gabler, Telefon: 09441/21194

🔗 KAB

Workshop

Nr. 5-26878

Männer Doppelbelastung: Wenn Männer von heute in Strukturen von gestern arbeiten!

1. Teil: Mi. 22.10.2025, 18:00 Uhr

2. Teil: Di. 28.10.2025, 18:00 Uhr

Referentin: Teresa Schlappa

Mi 22.10.2025, 18.00 Uhr und Di 28.10.2025

📍 Landratsamt Kelheim, Kleiner Sitzungssaal, Donaupark 12, 93309 Kelheim

€ kostenfrei

✍️ Anmeldung bei der Gleichstellungsstelle (Herr Gabler) unter:

09441/207-1040

🔗 KEB Kelheim, Gleichstellungsstelle des Landkreises

Workshop

Nr. 5-26904

Frauen sagen Stopp – Grenzen setzen am Arbeitsplatz

1. Teil: Do. 30.10.2025 um 18:00 Uhr

Der zweite Termin steht leider noch nicht fest! Demnächst mehr unter www.keb-kelheim.de

Referentin: Teresa Schlappa

Do 30.10.2025, 18.00 Uhr,

2. Termin in Planung!

📍 Landratsamt Kelheim, Kleiner Sitzungssaal, Donaupark 12, 93309 Kelheim

€ kostenfrei

✍️ Anmeldung bei der Gleichstellungsstelle (Herr Gabler) unter:

09441/207-1040

🔗 KEB Kelheim, Gleichstellungsstelle des Landkreises

Vortrag

Nr. 5-25731

Schnell ist man ein Opfer! Der Weisse-Ring und seine Aufgaben

Enkeltrick, Cyber-Mobbing, Whats app-Falle, Mikrosoft Trick, Einbruch, etc.



Referent: Josef Doni

Di 04.11.2025, 19.00 Uhr

📍 Pfarrheim Affecking, Schloßbuckel 7, 93309 Kelheim

✍️ Christine Gabler, Telefon: 09441/21194

🔗 KAB

Information

Nr. 5-25881

Fake News, Hate Speech oder die Frage nach der Wahrheit



Erfahren Sie aktuelle themenbezogene Trends in den sozialen Netzwerken. Neben dem Erkennen von Falschmeldungen geht es auch um den Umgang mit Hass im Netz als Betroffener.

Gefördert durch das Bayerische Landesministerium für Unterricht und Kultus.

Referent: Patrik Stemmer, Soz.Päd. (BA)

Mo 17.11.2025, 19.00 Uhr

📍 Altes Feuerwehrhaus, Lindenstraße 1, 93346 Ihrlerstein

€ Eintritt frei - Spenden für die KEB erwünscht.

∞ KEB Kelheim, „Zsamhalthn auf da Brand“

Information

Nr. 5-26814

Energetische Sanierung von Wohngebäuden – Maßnahmen und Förderungen



Ein Großteil des Energiebedarfs in Privathaushalten entsteht durch Heizen und Warmwasser. Gleichzeitig wurden Millionen Häuser in Deutschland vor der Einführung der ersten Wärmeschutzverordnung errichtet. Das heißt: Sie sind schlecht gedämmt, und Wärme geht so-

mit ungenutzt verloren. Das kostet Geld und die dafür nötige Energieproduktion belastet das Klima.

Die gute Nachricht ist: Bis zu 70 Prozent der Heizenergie lassen sich durch Wärmedämmung einsparen. Darüber hinaus lässt sich dadurch der Wert des Bestandsgebäudes steigern. Doch welche Standards und Möglichkeiten gibt es, mein Haus energetisch zu sanieren? Was gibt es dabei zu beachten und gibt es Fördermöglichkeiten? Antworten auf diese Fragen und einen Überblick erhalten interessierte Bürgerinnen und Bürger beim Vortrag der Energieagentur Regensburg.

Im Rahmen des Vortrags werden effektive Maßnahmen zur Reduzierung des Energieverbrauchs sowie zur Verbesserung des Wohnkomforts vorgestellt. Dabei werden auch die Herausforderungen, die bei der Sanierung älterer Gebäude auftreten können, sowie Lösungsansätze und Fördermöglichkeiten thematisiert.

Referent: Energieagentur Regensburg



REGENSBURG
energieagentur

Mi 26.11.2025, 17.30 - 18.15 Uhr

📍 Rathaus, Sitzungssaal, Marktplatz 1-4, 84048 Mainburg

€ kostenfrei

📄 Anmeldung über <https://www.energieagentur-regensburg.de/anmeldung-veranstaltung>

Den Link finden Sie auch auf unserer Homepage www.keb-kelheim.de

∞ KEB, Energieagentur Regensburg

FAMILIE



Die Eltern-Kind-Gruppen nach dem Regensburger Konzept



Die Eltern-Kind-Gruppen der KEB sind ein Angebot für Mütter und Väter mit ihren Kindern im Alter von 0 - 3 Jahren (bis sie in die Kita oder den Kindergarten kommen). Alle Familien sind willkommen mit ihren unterschiedlichen Familienformen, Lebensentwürfen, Konfessionen oder Nationalitäten.

Das Besondere am Regensburger Konzept:

Ausbildung

Eltern-Kind-Gruppenleiter/-innen werden von der KEB im Bistum ausgebildet und erhalten das pädagogische „Knowhow“ für die Leitung einer Gruppe.

Begleitung

Die Leiter/-innen werden während ihrer aktiven Zeit professionell begleitet. Drei Mal im Jahr findet ein regionaler Erfahrungsaustausch statt, bei dem neben dem kollegialen Gespräch z. B. auch Herausforderungen aus dem Gruppenalltag besprochen werden.

Prävention

Der Schutz und das Wohlergehen der Kinder sind uns ein wichtiges Anliegen, darum gehört das Seminar „Prävention gegen sexualisierte Gewalt“ zur Ausbildung. Alle Leiter/-innen legen zudem ein erweitertes Führungszeugnis vor.

Netzwerk

Ansprechpartner/-innen bei der KEB und eine Vernetzung untereinander gewährleisten, dass die EKG-Leiter/-innen in jeder Situation Unterstützung bekommen.

Die Ziele:

Eltern-Kind-Zeit erleben | **Kontakte zu anderen Familien knüpfen:** Austausch in einer ähnlichen Lebenssituation, neue Freundschaften können entstehen, Netzwerke zur gegenseitigen Unterstützung werden geknüpft | **Den eigenen Weg als Familie finden:** kennen lernen verschiedener Lebensmodelle, sich neue Sichtweisen und Möglichkeiten erschließen, Unterschiede als Bereicherung erfahren | **Im Erziehungsalltag sicherer werden:** durch Austausch und Teilhaben an den Erfahrungen anderer | **Spielanregungen für zu**

Hause erhalten, Kinder gut und altersgerecht fördern: was ist mir wirklich wichtig für mein Kind, „weniger ist mehr“ | **Kontakt und Engagement in der Pfarrgemeinde:** Gemeinschaft erleben

Wie funktioniert so eine EKG?

Aufbau der Gruppentreffen

In Eltern-Kind-Gruppen werden die Bedürfnisse der Eltern und Kinder gleichermaßen wahrgenommen und berücksichtigt. Drei Bausteine bilden den Rahmen für jedes Gruppentreffen:

Die gemeinsame Zeit zum Austausch der Eltern

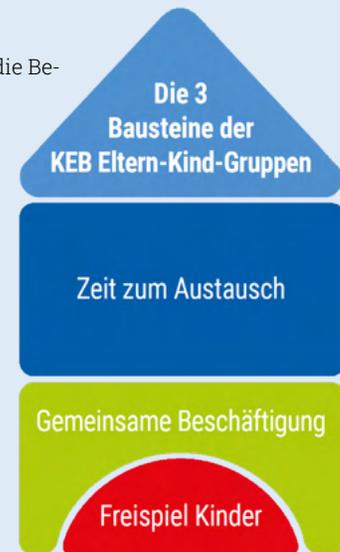
Durch das gemeinsame Gespräch erhalten Eltern Einblicke in die Entwicklungsphasen der Kinder, Impulse für den Erziehungsalltag und tauschen sich über viele Themen aus. So entstehen Freundschaften, Kontakte und Netzwerke.

Die gemeinsame Beschäftigung von Eltern und Kindern

Die gemeinsame aktive Zeit von Eltern und Kindern vertieft den Kontakt untereinander, die Bindung zu den Kindern wird gestärkt. Das regt die Selbständigkeit der Kinder an. Kinder fühlen sich sicher, trauen sich mehr zu. Die Lieder und Spiele machen Spaß und fördern nebenbei auch Sprachentwicklung, Feinmotorik und die Freude an der Bewegung.

Das freie Spiel der Kinder

Das freie Spiel bietet einen sicheren Rahmen, in dem die Kinder eigene Freiräume austesten und ihre Fähigkeiten ausprobieren können. Sie knüpfen nach und nach erste soziale Kontakte.



Eltern-Kind-Gruppen-Leiter/in werden!

Eltern-Kind-Gruppen-Leiter/-innen nutzen ihre Familienzeit, um junge Familien zu begleiten. Die Katholische Erwachsenenbildung (KEB) qualifiziert und unterstützt sie. Die Leitung einer Gruppe ist eine hervorragende Möglichkeit die Zeit bis zum Wiedereinstieg in den Beruf zu nutzen, parallel zur Familienzeit tätig zu sein oder diese auch mit Teilzeitarbeit zu kombinieren. Eine Eltern-Kind-Gruppenleitung ist Familienunterstützer/-in, Ideengeber/-in, Begleiter/-in und somit ein fester wöchentlicher Pfeiler im Alltag junger Familien.

Qualität und Sicherheit durch die Ausbildung

Die Eltern-Kind-Gruppenleiter/-innen werden in ihrer Tätigkeit durch die praxisbegleitende Ausbildung unterstützt. Die Ausbildung, die in einem Zeitraum von einem Vierteljahr zu absolvieren ist, besteht aus Onlineseminaren, Selbstlernphasen über eine bereitgestellte Lernplattform, Vertiefungstagen in Präsenz und fachlichen Beratungseinheiten. Darüber hinaus begleitet eine Lerngruppe die Teilnehmerinnen während der Ausbildung.

Voraussetzung

für die Leitung einer Eltern-Kind-Gruppe ist die Teilnahme an der Ausbildung für EKG Leiter/-innen.

Finanzielle Anerkennung

Eltern-Kind-Gruppenleiter/-innen erhalten für ihre ehrenamtliche Tätigkeit von der zuständigen regionalen KEB ab dem ersten Ausbildungsseminar eine Aufwandsentschädigung im Rahmen der Übungsleiterpauschale (§3 Nr. 26 EstG).

Zuschüsse

Manche Pfarreien oder Frauenbund-Zweigvereine bezuschussen die Ausbildung der Leiter/-innen.



**Eltern-Kind-Gruppen nach dem Regensburger Konzept:
Ein Erfolgsmodell seit fast 50 Jahren!**

10 gute Gründe, eine Eltern-Kind-Gruppe zu leiten:

- **Mitarbeit in einem professionellen Netzwerk mit Unterstützung durch die KEB**
- **Eigene Kinder können bis zum Kindergartenalter in die Gruppe mitgenommen werden**
- **Eine vielseitige Aufgabe, die gut mit der Familie vereinbar ist**
- **Beschäftigung mit spannenden Themen und unterschiedlichen Menschen**
- **Anerkennung und Wertschätzung erhalten**
- **Eine qualifizierte Aus- und Weiterbildung**
- **Einblick in ein soziales Berufsfeld bekommen**
- **Sich persönlich weiterentwickeln**
- **Impulse für die eigene Familie erhalten**
- **Sich in der Pfarrei und Gemeinde gut vernetzen**

Die Seminar-Bausteine

- Familien begleiten von Anfang an – das Regensburger Eltern-Kind-Projekt – Einführungsseminar (Onlineseminar)
- EKGs leiten und begleiten – vom ICH zum Wir (Vertiefungstag in Präsenz)
- In EKGs miteinander ins Gespräch kommen – Motivation, Moderation, Methoden (Vertiefungstag in Präsenz)
- Fluss des Lebens – Wurzeln die halten, Flügel die tragen – mein Glaube (Vertiefungstag in Präsenz)

Voraussetzung für die Vertiefungstage ist das Selbststudium von Inhalten über die Lernplattform moodle, ergänzt durch drei Onlineberatungstermine und das Online-Seminar „Prävention sexualisierter Gewalt“.

**Die EKG-Leiter/-innen Ausbildung startet am Sa 24.01.2026
bzw. im Juli 2026 mit einem Online-Einführungsseminar!**

Weitere Informationen und Anmeldung bei:

Katrin Madl, KEB im Bistum Regensburg
0941 / 597-2379 | katrin.madl@bistum-regensburg.de
www.keb-bistum-regensburg.de

Nehmen Sie bei Interesse oder Fragen gerne auch Kontakt mit der Regionalen KEB im Landkreis Kelheim auf:
09443 / 9282380 | info@keb-kelheim.de

Eltern-Kind-Gruppen in den Pfarreien im Landkreis Kelheim

Abensberg

Mittwoch, 10.00 bis 12.00 Uhr, Pfarrheim (Barbara-Saal)
Jacqueline Dietrich, Tel.: 0157/38543022

Bad Abbach

Montag, 9.00 bis 11.00 Uhr, Pfarrsaal
Sandra Chochoiek, Tel.: 0171/ 2370342

Dienstag, 9.00 bis 11.00 Uhr, Pfarrsaal
Mittwoch, 9.00 bis 11.00 Uhr, Pfarrsaal
Andrea Halbauer, Tel.: 09405/ 917907

Bad Gögging

Donnerstag, 9.00 bis 11.00 Uhr, Pfarrheim
Sandra Beischl, Tel.: 0160/ 8320447

Elsendorf

Dienstag, 8.30 - 10.30 Uhr, Pfarrheim
Juliane Buchner, Tel.: 0875/ 39676306 oder 0163/ 1337382

Herrnwahlthann

Montag, Dienstag, Mittwoch und Donnerstag,
jeweils 9.00 bis 11.00 Uhr, Pfarrheim
Margit Holzer, Tel.: 09448/ 901609 oder 0152/ 34040215

Kelheim

Montag, 9.00 Uhr bis 11.00 Uhr, Begegnungszentrum
Ezgi Yilmaz, Tel.: 0159/ 04837243

Dienstag, 9.00 bis 11.00 Uhr, Begegnungszentrum
Jessica Stecklein, 0162/ 3091431

Mittwoch, 9.00 - 11.00 Uhr, Pfarrsaal St. Pius
Donnerstag, 9.00 11.00 Uhr, Pfarrsaal St. Pius
Helena Rapp, Tel.: 0160/ 1291731

Neustadt a.d. Donau

Dienstag, 9.00 bis 11.00 Uhr, Pfarrheim
Freitag, 9.00 bis 11.00 Uhr, Pfarrheim
Selma Kücükcale, Tel.: 0170/ 4648537

Offenstetten

Voraussichtlich wieder ab 2026!

Pürkwang

Montag, 9.00 bis 11.00 Uhr, Pfarrheim
Mittwoch, 9 bis 11 Uhr, Pfarrheim
Astrid Datzmann, Tel.: 09444/ 972069

Rohr i. NB

Mittwoch, 9.00 bis 11.00 Uhr, im Kloster
Martina Haindl, Tel.: 08783/ 916874

Saal a.d. Donau

Montag, 9.00 bis 11.00 Uhr, Pfarrheim
Dienstag, 9.00 bis 11.00 Uhr, Pfarrheim
Michaela Ehrmaier, Tel.: 09441/ 1770338 oder 0151/12626444

Sandharlanden

Donnerstag, 9.00 bis 11.00 Uhr, Pfarrheim
Kerstin Beckenbauer, Tel.: 09443/ 7008399

Siegenburg / Train

Mittwoch, 9.00 bis 11.00 Uhr, Pfarrheim Train
Donnerstag und Freitag, 9.00 bis 11.00 Uhr, **Pfarrheim Train**
Sabine Ladnar, Tel.: 09444/ 870541

Teugn

Montag, 8.30 bis 10.30 Uhr, Pfarrheim
Verena Diermeier, Tel.: 0157/89162889



NEU



Nr. 5-26798

Offene Stillgruppe in Kelheim

*** NEU ***



Eingeladen sind Schwangere sowie Mütter mit Babys und Kleinkindern – ganz gleich, in welcher Stillphase sie sich befinden. In offener Runde ist Raum für Fragen, Austausch und gegenseitige Unterstützung rund ums Stillen, den Alltag mit Kind und die ersten Lebensjahre.

Eine herzliche, entspannte Atmosphäre erwartet Dich – komme gern vorbei!

Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat von 10.00 - 11.30 Uhr

📍 Begegnungszentrum, Emil-Ott-Straße 6-8, 93309 Kelheim

€ Kostenfrei, Spenden erwünscht.

✉ Anmeldung direkt unter 0162/3091431 oder stillberatung-stecklein@gmx.de



Referentin: **Jessica Stecklein**, Eltern-Kind-Gruppenleiterin (KEB) und zertifizierte Stillbegleiterin

Nr. 5-25616

Extras

Offener Treff für Alleinerziehende in Kelheim



Mütter und Väter, die ihre Kinder überwiegend alleine erziehen, sind im Alltag oft besonders gefordert. Der Treff am zweiten Donnerstag im Monat bietet alleinerziehenden Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren eine Möglichkeit, sich über gleiche oder ähnliche Themen und Fragen rund um Erziehung, Kinderbetreuung, Beruf, finanzielle Hilfen und Möglichkeiten für Alleinerziehende austauschen zu können.

Hinweis: Mögliche Terminverschiebungen bleiben vorbehalten. Aktuelle Informationen finden Sie auf der KoKi- und KEB-Homepage.

Referentin: **Sabine Stark**, alleinerziehende Mutter und in Teilzeit als Erzieherin im Kindergarten tätig.

📍 Pfarrheim, Kelheimwinzerstr. 286, 93309 Kelheim

€ kostenfrei

✉ Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich!

∞ KEB Kelheim mit KoKi Kelheim

Do 11.09.2025, 15.30 - 17.00 Uhr

Do 25.09.2025, 15.30 - 17.00 Uhr

Do 09.10.2025, 15.30 - 17.00 Uhr

Do 23.10.2025, 15.30 - 17.00 Uhr

Do 13.11.2025, 15.30 - 17.00 Uhr

Do 27.11.2025, 15.30 - 17.00 Uhr

Do 11.12.2025, 15.30 - 17.00 Uhr

Do 18.12.2025, 15.30 - 17.00 Uhr



Themenreihe

Nr. 5-25921

Ernährung & Bewegung in der Familie

Veranstaltungsreihe in Kooperation mit dem Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (AELF)



Auch 2025 begeistert und unterstützt das Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Abensberg-Landshut zusammen mit der KEB viele (junge) Familien mit einem vielseitigen Angebot rund um die Themen Ernährung und Bewegung.

Fragen & Infos: Birgit Dörr, Telefon: 09443 7040,
E-Mail: birgit.doerr@aelf-al.bayern.de

Online

Nr. 5-26857

Online-Seminar: Bewegungsabenteuer & Spaß im Haus



„Lustvolle Bewegungs-Spiel-Räume“ sind überall! Lernen Sie spielerische und spannende Bewegungs- und Spielideen mit einfachen Alltagsmaterialien für Drinnen kennen. Kinder erfahren Freude und Spaß an der Bewegung und Eltern erfahren Wissenswertes über die Bedeutung

von Bewegung und Spiel für eine gesunde Entwicklung des Kindes. Sie erhalten in dieser Veranstaltung Tipps und viele kreative Anregungen für Bewegungsideen und Spiel & Spaß im Haus.

Referentin: Katharina Schmucker, B.A. Gesundheitsmanagement

Mo 22.09.2025, 9.00 - 10.30 Uhr

€ kostenfrei

☑ Online-Anmeldung beim AELF. Anmeldeink unter www.keb-kelheim.de
Anmeldeschluss 18.09.2025

📍 KEB Kelheim und Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten
Abensberg-Landshut

Online

Nr. 5-26860

Online-Seminar: Babybrei trifft Fingerfood



Das Seminar richtet sich an Eltern, Großeltern und Tagespflegepersonen mit Baby im 4. bis 6. Monat. Die Phase, in der bei Ihrem Kind Milch durch Breimahlzeiten ersetzt werden, steht bevor. Wie Sie den Übergang von der Milch zur Beikost Schritt für Schritt gestalten können, ist

Inhalt dieser Veranstaltung. Sie erhalten nicht nur Informationen zur klassischen Beikost, sondern auch Hinweise zu aktuellen Trends (z.B. Baby-led weaning) sowie hilfreiche Anregungen für die Praxis.

Referentin: Patrizia Heuer, B. Sc. Ernährungs- und Lebensmittelwissenschaft

Mi 24.09.2025, 19.00 - 20.30 Uhr

€ kostenfrei

☑ Online-Anmeldung beim AELF. Anmeldeink unter www.keb-kelheim.de
Anmeldeschluss 21.09.2025

📍 KEB Kelheim und Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten
Abensberg-Landshut

Online

Nr. 5-26861

Online-Seminar: Vom Brei zum Familientisch



Das Seminar richtet sich an Eltern, Großeltern und Tagespflegepersonen mit Kind im 8. bis 12. Monat. Die B(r)eikost-Zeit neigt sich dem Ende entgegen. Und das Interesse Ihres Kindes, am Familientisch mitzuessen, wächst. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, durch welche Mahlzeiten die Breie ersetzt werden können, welche Lebensmittel sich gut eignen und auf welche Sie am Anfang noch verzichten sollten. Außerdem lernen Sie die Ernährungspyramide als hilfreiches und praxistaugliches Modell kennen. Damit der Übergang entspannt

gelingen kann, ist es wichtig, das natürliche Essverhalten Ihres Kindes zu kennen und zu fördern. Informationen und Tipps hierzu runden die Veranstaltung ab.

Referentin: Manuela Panse, Dipl. Oec. troph.

Di 30.09.2025, 9.30 - 11.00 Uhr

Nr. 5-26861

€ kostenfrei

📄 Online-Anmeldung beim AELF. Anmeldelink unter www.keb-kelheim.de Anmeldeschluss 28.09.2025

∞ KEB Kelheim und Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Abensberg-Landshut

Do 09.10.2025, 20.00 - 21.30 Uhr

Nr. 5-26864

€ kostenfrei

📄 Online-Anmeldung beim AELF. Anmeldelink unter www.keb-kelheim.de Anmeldeschluss 05.10.2025

∞ KEB Kelheim und Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Abensberg-Landshut

Seminar

Nr. 5-26863

Praxis-Seminar: Der erste Brei selbstgemacht!



Die Phase, in der bei Ihrem Kind Milch durch Breimahlzeiten ersetzt werden, steht bevor. Sie erfahren in dieser Praxisveranstaltung, wie Sie die verschiedenen Breie schrittweise einführen und welche Lebensmittel sich dazu eignen. Wir bereiten gemeinsam Breie zu und vergleichen

sie anschließend mit Gläschenkost. Außerdem nehmen wir fertige Babynahrung unter die Lupe und diskutieren, welche Produkte empfehlenswert sind. Es werden max. 3,00 € für Lebensmittel eingesammelt.

Referentin: Veronika Hirsch, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

Mo 06.10.2025, 18.00 - 19.30 Uhr

📍 Staatliche Landwirtschaftsschule, Lehrküche, 1. OG, Münchener Str. 4, 93326 Abensberg

€ max. 3,00 €

📄 Online-Anmeldung beim AELF. Anmeldelink unter www.keb-kelheim.de Anmeldeschluss 02.10.2025

∞ KEB und Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Abensberg-Landshut

Seminar

Nr. 5-26866

Praxis-Seminar: Schnelle Gerichte für den Übergang



Die B(ri)ejkost-Zeit neigt sich dem Ende entgegen. In dieser Praxisveranstaltung erfahren Sie, durch welche Mahlzeiten die Breie ersetzt werden können, welche Lebensmittel sich gut eignen und auf welche Sie am Anfang noch verzichten sollten. Es werden max. 3,00 € für Le-

bensmittel eingesammelt.

Referentin: Veronika Hirsch, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin

Do 06.11.2025, 9.30 - 11.00 Uhr

📍 Staatliche Landwirtschaftsschule, Lehrküche, 1. OG, Münchener Str. 4, 93326 Abensberg

€ max. 3,00 €

📄 Online-Anmeldung beim AELF. Anmeldelink unter www.keb-kelheim.de Anmeldeschluss 30.10.2025

∞ KEB und Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Abensberg-Landshut

Online

Nr. 5-26865

Online-Seminar: Entspannt am Familientisch



Gesunde Ernährung und ein gutes Essverhalten sind wichtige Elemente für lebenslange Gesundheit und Wohlbefinden. Die Basis eines genussvollen, gesunden Essverhaltens wird bereits in den ersten Lebensjahren gelegt. In dieser Veranstaltung erhalten Sie Informationen zum natürlichen Essverhalten Ihres Kindes und zu wichtigen frühkindlichen Erfahrungen beim Essen, die ein Leben lang prägen. Praktische Tipps zum Umgang mit herausfordernden Situationen am Familientisch runden diese Veranstaltung ab.

Referentin: Patrizia Heuer, B. Sc. Ernährungs- und Lebensmittelwissenschaft

Referentin: Patrizia Heuer, B. Sc. Ernährungs- und Lebensmittelwissenschaft

Mi 19.11.2025, 9.30 - 11.00 Uhr

€ kostenfrei

📄 Online-Anmeldung beim AELF. Anmeldelink unter www.keb-kelheim.de Anmeldeschluss 16.11.2025

∞ KEB Kelheim und Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Abensberg-Landshut

Familien-Führung

Nr. 5-24984

Mit dem Jäger durch den Wald – Familienführung voller Abenteuer

Knirschendes Laub, geheimnisvolle Spuren und wilde Geschichten - wer begleitet den Jäger auf seinem Streifzug?



Diese spannende Familienführung ist genau das Richtige für kleine und große Naturentdecker:innen! Gemeinsam mit einem echten Jäger geht es tief hinein in den Wald - dort, wo Reh, Wildschwein & Co. zu Hause sind. Ob Tierspuren lesen, Fährten folgen oder überraschende Waldgeheimnisse lüften - was genau passiert, weiß vorher niemand. Eines ist aber sicher: alles kann passieren, wenn man mit einem Jäger unterwegs ist! Lasst euch überraschen - der Wald wartet auf euch!

Hinweis: Bitte mitbringen: festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, Neugier und gute Laune

Referenten: Bernd Schmid jun., Jäger und Bernd Schmid, Jäger

 **Sa 25.10.2025, 13.00 - 15.00 Uhr**

 Ehemaliger „Wildsauparkplatz“

€ 15,00 € pro Familie (Eltern/Großeltern) mit beliebig vielen eigenen Kindern / 6,00 € pro Erw., 4,00 €/Kind, Lastschrift

Vortrag

Nr. 5-26718

Baby oder Smartphone im Blick – Feinfühligkeit im Umgang mit digitalen Medien im Alltag



Digitale Medien - besonders das Smartphone - nehmen in unserer Lebenswelt einen immer größeren Raum ein. Dadurch stehen schon Bezugspersonen von Babys und Kleinkindern vor der großen Herausforderung, digitale Medien mit Bedacht in den Alltag zu integrieren. Das betrifft einerseits die eigene Mediennutzung der Bezugspersonen und andererseits die Nutzung durch die Kleinsten selbst. Wissenschaftlich fundiert und doch alltagsnah wird erklärt, wie der häufige Blick aufs Smartphone und das regelmäßige Versinken in der digitalen Welt die elterliche Feinfühligkeit und den Bindungsaufbau beeinflussen können. Zudem geht es um die Frage, wie und wann Kleinkinder Medien nutzen und unter welchen Umständen digitale Geräte die Entwicklung der Emotionsregulation beeinträchtigen können.

Gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Unterricht und Kultus.

Referentin: Simone Schöberl, pädagogische Fachkraft für Bindungspädagogik, Elternbegleiterin, Umgangspflegerin, psychologischer Familiencoach

 **Di 21.10.2025, 18.30 Uhr**

 Gemeinschaftshaus, Klosterstr. 21, 93354 Biburg

€ kostenfrei

 KEB Kelheim, Gemeinde Biburg, KoKi Kelheim

Vortrag

Nr. 5-25840

Kinder und Jugendliche in digitalen Lebenswelten – was Eltern wissen sollten.



Dieser Vortrag bietet Eltern wichtige Informationen. Lernen Sie die Risiken kennen, die die digitale Lebenswelt für die Kinder und Jugendlichen birgt. Wichtige Themen die angesprochen werden: Datenschutz - Abzocke - Cybermobbing - Persönlichkeitsrecht - Urheberrecht - soziale Netzwerke.

Gefördert durch das Bayerische Landesministerium für Unterricht und Kultus.

Referent: Patrik Stemmer, Soz.Päd. (BA)

Do 20.11.2025, 19.00 - 21.00 Uhr

📍 Experimentierwerkstatt (in der Franziska-Obermayr-Mittelschule), Pestalozzistraße 8, 84085 Langquaid

€ Kostenfrei, Spenden für die KEB erwünscht.

∞ KEB Kelheim, MGH Langquaid, Experimentierwerkstatt

Themenreihe

Nr. 5-26294

Informationsabende für werdende Eltern mit Kreißsaalführung



Krankenhaus:
St. Lukas

Krankenhaus des
Landkreises Kelheim

Sie sind schwanger und wollen erfahren, wie eine Geburt im Caritas-Krankenhaus St. Lukas abläuft? In dieser Veranstaltung lernen Sie einen Teil unseres Hebammen- und Ärzteteams kennen und erfah-

ren alles, was Sie über die Vorbereitung, die Geburt und die Nachsorge wissen müssen. Gerne können Sie im Anschluss auch Ihre persönlichen Fragen an uns richten.

€ Alle Veranstaltungen können kostenfrei besucht werden.

📄 Keine Anmeldung notwendig.

∞ Caritas-Krankenhaus St. Lukas GmbH und KEB im Landkreis Kelheim

Do 04.09.2025, 19.00 Uhr

Do 02.10.2025, 19.00 Uhr

Do 06.11.2025, 19.00 Uhr

Do 04.12.2025, 19.00 Uhr

Seminar

Nr. 5-26364

„Kesser Vatertag“ – Ein besonderer Tag für Väter

Kess steht für: kooperativ, ermutigend, sozial und situationsorientiert.



Ein Tag nur für Väter – mit Impulsen, Austausch, Bewegung und guter Laune. Der „Kesse Vatertag“ lädt ein, einmal aus dem Alltag auszusteigen, neue Perspektiven auf Vatersein und Familie zu gewinnen und dabei andere Väter kennenzulernen.



Referent: Sebastian Wurmdobler, Bildungsreferent, Kolpingbildungswerk Regensburg

Sa 22.11.2025, 9.00 - 15.00 Uhr

📍 Landratsamt Kelheim, Kleiner Sitzungssaal, Donaupark 12, 93309 Kelheim

€ kostenfrei

∞ KEB Kelheim mit KoKi Kelheim

KULTUR



Kurs

Nr. 5-26709

Ukulele Kurse im Herbst



Die Ukulele ist ein perfektes Begleitinstrument - vielseitig, portabel und erschwinglich - und erfreut sich derzeit großer Beliebtheit. Sie benötigen keine Notenkenntnisse, um schon bald mit wenigen einfachen Akkorden Lieder zu begleiten. Ob Volkslieder, Rock/Popmusik oder Lagerfeuersongs, Ziel ist der Spaß am gemeinsamen Zusammenspiel.

Ein Instrument kann gegen 100,00 € Kautions geliehen werden. Bitte bei der Anmeldung angeben.

Referentin: Rita Flierl

Kurs

Nr. 5-26723

Ukulele Grundkurs

In diesem Kurs lernen Sie erste, einfache Akkordgriffe, wichtige Grundrhythmen, Lieder begleiten, Einführung in das Melodiespiel, erste Zupfmuster...

Referentin: Rita Flierl

📅 Mi 15.10.2025, 18.00 Uhr - Mi 26.11.2025, 19.30 Uhr, 6 Treffen

📍 Grund- und Mittelschule, Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau

€ 75,00 € + ca. 5,00 € für Material, Lastschrift

Kurs

Nr. 5-26724

Ukulele Aufbaukurs

In diesem Kurs vertiefen und erweitern Sie Ihre Kenntnisse. Mit viel Spaß am gemeinsamen Spielen und Singen lernen Sie Barré-Griffe, Deko-Riffs, neue Zupfmuster, verschiedene Anschlagstechniken, ein Solostück nach Tabulatur und das gemeinsame mehrstimmige Singen dazu.

Referentin: Rita Flierl

📅 Mi 15.10.2025, 19.30 Uhr - Mi 26.11.2025, 21.00 Uhr, 6 Treffen

📍 Grund- und Mittelschule, Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau

€ 75,00 € + ca. 5,00 € für Material, Lastschrift

Studienfahrt

Nr. 5-26290

Studienfahrt nach Bamberg



Theoretische Domführung während der Fahrt mit Vortrag / Stadtführung (Dom von außen, Neue Residenz, Alte Hofhaltung, Klein-Venedig, Altes Rathaus)

Referent: Pfarrer Georg Birner

📅 Sa 20.09.2025, 7.00 - 20.30 Uhr

📍 Treffpunkt Gillamooswiese

€ Bis 25 TN - 60 €

Bis 30 TN - 52 €

Bis 40 TN - 39 €

Bis 50 TN - 33 €

Kinder bezahlen die Hälfte

📞 Kath. Pfarramt Abensberg, Tel.: 09443/1342

🔗 PGR Abensberg

Führung

Nr. 5-26164

Führung und Vortrag in der Nudelmanufaktur II Golosone in Sinzing



📅 September 2025

🔗 KDFB Saal a. d. Donau

Seminar

Nr. 5-25573

Bitter & Bös – Die Jubiläumslesung!

Lesung mit Gespräch



10 Jahre. 10 Abende. Und kein bisschen netter.

Zum zehnten Mal öffnen wir im Oktober die Türen für eine literarische Reise ans dunkle Ende des Humors - zwischen bitterem Beigeschmack, bösen Pointen und köstlichen Häppchen. Erleben Sie eine Auswahl makabrer, skurriler und herrlich frecher Geschichten - vorgetragen mit Genuss, gewürzt mit einem Augenzwinkern und serviert in kleinen Portionen - auch kulinarisch. Freuen Sie sich auf: literarische Miniaturen, kleine Imbisse zwischen den Texten, gute Gesellschaft und Geschichten die nachhallen.



Referentin: Angelika Süß, Theaterregisseurin

Mi 08.10.2025, 19.00 - 21.30 Uhr

📍 Saal, Gasthaus in der Heide, Lindenstr. 30, 93342 Saal a. d. Donau

€ 18,00 € incl. Imbiss, Lastschrift

Führung

Nr. 5-26787

Führung durch die Ausstellung Muna 2/VII 1945

Erinnerungskultur am Zachhof



Referentin: Dr. Marie-Luise Götz,
Zachhof - Gast und Kultur

Sa 11.10.2025, 15.00 Uhr

📍 Zachhof – Niederleierndorf, Hauptstr. 8, 84085 Langquaid

€ Eintritt frei - Spenden erwünscht.

📍 Zachhof – Gast+Kultur und KEB Kelheim

Studienfahrt

Nr. 5-25869

Studienfahrt nach Bodenmais zum Silberbergwerk mit Führung und Vortrag



Referentin: Elke Lindner

Sa 25.10.2025, 8.00 Uhr, genau Infos folgen

📍 Pfarrheim Kelheim Affeckung, Kreuzgasse 3, 93309 Kelheim

€ 20,00 € Mitglieder
25,00 € Nichtmitglieder
10,00 € Kinder

✍ bei Elke Lindner, Tel.: 0170/9646858

📍 KDFB Affeckung

Kurs

Nr. 5-26447

Whisky-Tasting – „Die Woidler“



Whisky ist vielfältig und bietet eine große Palette an Geschmacksrichtungen.

Warum nicht mal Whiskys aus 3 verschiedenen Destillieren aus unseren „Wäldern“ - Bayerischer Wald, Schwarzwald und Schliersee - probieren?

Aber keine Sorge, wenn sie noch keine Vorkenntnisse haben und in die Welt des/der Whiskys eintauchen wollen!

Einfach so trinkt man ihn nicht. Um in den vollen Genuss zu kommen, schauen wir uns auch etwas Theorie zur Herstellung und zum richtigen Probieren an. Wir probieren verschiedene Gläser, mit und ohne Eis und experimentieren auch mit Wasser.

Aber im Vordergrund steht der Vergleich der 3 verschiedenen Destillieren und jeweils 2 verschiedene Whisky Sorten.

Denke daran: Whisky-Tasting ist eine subjektive Erfahrung. Je-

der hat unterschiedliche Vorlieben und Geschmacksempfindungen. Genießen sie also die Vielfalt und entdecken neue Facetten dieser faszinierenden Spirituose!

Voraussetzung: Mindestalter: 18 Jahre (gesetzliche Vorgabe)

Hinweis: Wenn Sie Alkohol konsumieren, sollten Sie das eigene Auto zu Hause lassen!

Referent: Bernhard Schöfer, Whisky Liebhaber

Fr 28.11.2025, 19.00 - 22.00 Uhr

Pfarrsaal, Bahnhofstr. 2, 93342 Saal a. d. Donau

€ 50,00 € incl. 6 Sorten, Wasser und Knabbereien, Lastschrift

Kurs

Nr. 5-25454

Anleitung zum sakralen Tanz – „Wer gehen kann, kann auch tanzen“

mit Franziskanerbruder Georg Schmausser



Wir laden herzlich ein zu einem Abend für sakralen Tanz - einer Ausdrucksform, in der Körper, Geist und Seele in Bewegung kommen. In meditativen Kreistänzen, gestischer Choreografie und freiem Ausdruck erleben wir, wie Tanz zum Gebet werden kann. Einführung in sakrale

Tänze aus verschiedenen Traditionen / Kreistänze, einfache Schrittfolgen und meditative Choreografien / Freie Improvisation und achtsame Körperarbeit / Impulse zu Stille, Musik und spirituellen Texten / Gemeinsames Erleben von Ritualen in Bewegung. Wir freuen uns auf eine bewegte, stille und kraftvolle Zeit des Getragenseins und gemeinsamen Tanzens. Bitte bequeme Kleidung und leichte/„leise“ Schuhe mitbringen!



Referent: Br. Georg Schmausser

Mi 19.11.2025, 19.00 - 21.15 Uhr

Pfarrzentrum, Bahnhofstr. 2, 93342 Saal a. d. Donau

€ 10,00 €, Lastschrift



Workshop

Nr. 5-26854

Die Magie des Räucherns mit heimischen Kräutern



Räuchern ist ein uraltes Ritual, das seit Generationen Menschen begleitet und Häuser mit wohltuendem Duft erfüllt. In diesem stimmungsvollen Workshop tauchen wir ein in die faszinierende Welt des Räucherns mit heimischen Kräutern. Gemeinsam lernen wir die kraftvollen

Wirkungen ausgewählter Pflanzen kennen und stellen unsere ganz persönlichen Räuchermischungen und Räucherbüschel her. Dabei erfahren Sie verschiedene Räuchertechniken und deren besondere Bedeutung. Zum Abschluss richten wir den Blick auf die bevorstehenden Rauhnächte - eine Zeit voller Mystik und Einkehr. Dieser Abend lädt dazu ein, sich bewusst auf eine ruhige und sinnliche Advents- und Weihnachtszeit einzustimmen.

Referentin: Gerda Pfaffeneder, Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA,

Do 20.11.2025, 19.00 Uhr, 1 Abend

📍 Saal, Pfarrzentrum, Bahnhofstr. 2, 93342 Saal
 € 20,00 € + ca. 10,00 € Material, Lastschrift

Workshop

Nr. 5-25307

Heilsames Singen – Chanten im Advent

Anleitung zur Entspannung mit Klängen aus aller Welt



Ein Abend um Energie und Kraft zu schöpfen mit Liedern, Tänzchen und Klanggeschenken aus aller Welt. Gitarre, Monochord und Shruti Box sind unsere Begleiter - herzlich willkommen! Chants kommen aus verschiedenen Kulturkreisen:

Lieder des Herzens wie spirituelle Lieder und Mantras, indianische Kraftlieder, Tanzlieder der Sufis und einfache Lieder der Völker. Worte und Melodie wiederholen sich, so kommt unser Geist zur Ruhe, alle haben Zeit sich einzuschwingen. Gemeinsames Singen macht glücklich und gesund! Entspanntes, lauschendes Singen in Gemeinschaft stärkt die Gesundheit und fördert unsere Lebenskraft. Singen bereitet einen Raum der Verbundenheit: mit sich selbst, seinen Mitmenschen und der Schöpfung. Singen verleiht unserer Seele Flügel und lässt sie tanzen.

Referentin: Susanne Goebel

Mi 03.12.2025, 18.30 - 20.30 Uhr

📍 Pfarrzentrum, Bahnhofstr. 2, 93342 Saal a. d. Donau
 € 20,00 €, Lastschrift

Extras

Nr. 5-26775

Weihnachtslieder und ihre Geschichte

Einführung in das weihnachtliche Liedgut



Jedes Weihnachtslied ist irgendwann mal irgendwie entstanden. Hintergründe und Anekdoten zu bekannten Weihnachtsliedern werden vorgestellt und anschließend begleitet von Klavier und einer Vorsinggruppe gemeinsam gesungen.

Glühwein und weihnachtliches Gebäck zaubern eine stimmungsvolle Atmosphäre. Im Anschluss an die Veranstaltung gibt es Knackersemmeln und adventliche Köstlichkeiten.

Referent: Zachhof - Gast und Kultur

So 07.12.2025, 15.00 Uhr

📍 Zachhof - Niederleierndorf, Hauptstr. 8, 84085 Langquaid
 € Eintritt frei - Spenden erwünscht.
 📍 Zachhof - Gast+Kultur und KEB Kelheim

GESUNDHEIT



Angebote des Caritasverbands für den Landkreis Kelheim e.V.



caritas **Kelheim**

Caritas Suchthilfe – Offener Kaffeetreff

Wir sind für Sie da, wo andere wegschauen

Der Offene Kaffeetreff bietet interessierten Menschen die Möglichkeit sich regelmäßig einmal pro Woche mit Gleichgesinnten zu treffen, auf Wunsch auch die eigene Geschichte mit anderen zu teilen und vielleicht sogar neue Anregungen zur Freizeitgestaltung zu finden. Treffen Sie Menschen, die sich auf ähnlichen Lebenswegen befinden, profitieren Sie vom lockeren Austausch in einer zwangloser Atmosphäre und genießen Sie dabei eine Tasse Kaffee - die geht auf uns!

Referent: Jana Pedolzky, Sozialpädagogin B.A.

Dienstags zwischen 15:00 und 17:00 Uhr

Caritas Fachambulanz für Suchtprobleme, in der Pfarrhofgasse 1 in Kelheim, bei schönem Wetter auch im hauseigenen Garten

Kontaktieren Sie das Team der Suchtambulanz unter 09441/ 5007-42

Online-Training

Nr. 5-25902

Demenz, ärgere dich nicht! - „Gefühls-Werkstatt“ für pflegende Zu- und Angehörige

Die Pflege und Betreuung eines Angehörigen mit Alzheimer oder einer anderen Form der Demenz ist eine schwere Aufgabe. Viele pflegende Angehörige sind psychisch und körperlich überlastet und kennen Gefühle wie z.B. Wut, Schuld, Kränkung, Scham, Angst oder Niedergeschlagenheit nur zu gut. Im Training „Gefühls-Werkstatt“ werden pflegende Zu- und Angehörige dabei unterstützt, gelassener mit belastenden Gefühlen umzugehen, um die Pflegesituation langfristig zu bewältigen und dabei selbst gesund zu bleiben.

Ablauf und Kosten:

Die „Gefühls-Werkstatt“ wird online als Einzel-Training (1-2 Termine, Dauer je ca. 45-60 Minuten) durch geführt und richtet sich an pflegende Zu- und Angehörige aus ganz Bayern. Das Angebot wird durch die Alzheimer Gesellschaft für den Landkreis Kelheim

mit Hilfe von Spenden finanziert, die Teilnahme ist für Sie damit kostenlos.

Online Info-Veranstaltung: "Ist die Gefühls-Werkstatt das richtige für mich?" Mittwoch, 22. Oktober 17.00- 17.30 & Dienstag, 18.

November 17.00 - 17.30 Uhr.

Referent: Gerrit Idsardi

Zeitraum: 1. Oktober 2025 bis (voraussichtlich) Ende Juni 2026

Online

Terminvergabe unter: gerrit.idsardi@alzheimer-kelheim.de | 0175 6674574 | Mehr Infos unter www.alzheimer-kelheim.de

Information

Nr. 5-25905

Angebote der Beratungsstelle für seelische Gesundheit

- „Angehörige nach Suizid“, jeden 2. Mittwoch im Monat von 16.00 - 17.30 Uhr im Sozialzentrum in Abensberg
- Angehörigengruppe, Abensberg i. d. R. an einem Mittwoch im Monat von 14:00 Uhr bis 15:30 Uhr
- Achtsamkeitskurse zur Stressreduktion
- Achtsamkeit-Übungsgruppe, Mainburg
- Soziale Kompetenzgruppe, Kelheim, 1 x im Jahr, 10 Termine
- Selbsthilfegruppe „Wege aus der Depression“, Kelheim, i. d. R. jeden 2. Montag im Monat von 10:30 bis 12:00 Uhr
- Bewegungsgruppe, Kelheim, i. d. R. jeden Donnerstag, Uhrzeit variiert,
- Frauen-Freizeit-Gruppe, Kelheim, i.d.R. jeden letzten Do. im Mon. 15:00-17:00 Uhr
- Handarbeitstreff, jeden 2. Mittwoch ab 14 Uhr.
- Freizeitgruppe, Mainburg, i. d. R. Dienstag, 1 x monatlich, von 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr.
- Alleinerziehendengruppe, Mainburg, Austausch und gemeinsame Unternehmungen, i. d. R. jeden ersten Samstag im Monat ab 11 Uhr
- Frühstücksguppe 9-Uhr-Treff, Mainburg, i. d. R. Donnerstag, 14-tägig, von 9:00 Uhr bis 11:00 Uhr
- Frühstück am Freitag, Abensberg, i. d. R. jeden 2. Freitag von 9:30 Uhr bis 11:00 Uhr,
- Recovery-Schulung, Kelheim, 2 x im Jahr (im Frühjahr und Herbst), je 5 Termine
- IWS (In Würde zu sich selbst stehen), 2 x im Jahr (im Frühjahr und Herbst), je 4 Termine

Anmeldung und nähere Informationen direkt bei der Beratungsstelle für seelische Gesundheit unter: 09441/ 5007-26

Traumagruppe

Wenn nichts mehr ist wie es vorher war



Die ersten drei Termine dienen der Stabilisierung:

Ein traumatisches Erlebnis verändert unser Leben oft nachhaltig und dauerhaft.

Um mit den Symptomen der Erkrankung zurecht zu kommen braucht man Mechanismen um gut durchs Leben zu kommen. Die letzten drei Termine widmen sich der persönlichen Weiterentwicklung: Unter dem Motto: „Ich bin stärker als ich glaube“ werden Verhaltensweisen

reflektiert und neue Möglichkeiten aufgezeigt. Machen Sie sich auf den Weg und scheuen Sie sich nicht, sich wieder mit sich selbst zu beschäftigen. Wer kann teilnehmen? Jeder Mensch der unter Traumafolgestörungen leidet, die sein Leben nachhaltig beeinflussen.

Hinweis: Die Teilnahme kann nur nach einem Vorgespräch und der festgestellten Eignung einer Fachkraft des Sozialpsychiatrischen Dienstes stattfinden.

Referentin: Stephanie Bader, Dipl. Sozialpädagogin (FH), Traumapädagogin

📅 04.12.2025 | 11.12.2025 | 18.12.2025 |
08.01.2026 | 15.01.2026 | 22.01.2026 |
jeweils von 14.00 - 15.30 Uhr

📍 Caritas Sozialzentrum Abensberg, Max-Bronold-Str. 10, 93326 Abensberg
📄 Anmeldung und Informationen: Beratungsstelle für seelische Gesundheit
Tel.Nr.: 09441 5007 26, Anmeldeschluss 15.11.2025



Krankenhaus
St. Lukas

Krankenhaus des
Landkreises Kelheim



**Gesundheit
im Dialog**

Vortragsreihe

Nr. 5-26291

Gesundheit im Dialog – Veranstaltungsreihe Ihres Caritas-Krankenhauses St. Lukas vor Ort

Immer in Ihrer Nähe - Experten im Gespräch

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen! Daher informieren Sie die Expertinnen und Experten des Caritas-Krankenhauses St. Lukas zu wichtigen Gesundheitsthemen, sowohl hier im Haus, als auch in verschiedenen Orten des Landkreises. Für Sie ist die Teilnahme dabei kostenlos, auch eine Anmeldung ist nicht notwendig. Kommen Sie also gerne auch spontan vorbei und stellen Sie uns Ihre Fragen! Für die Veranstaltungsreihe „Gesundheit im Dialog“ arbeitet das Caritas-Krankenhaus St. Lukas mit der Katholischen Erwachsenenbildung im Landkreis Kelheim zusammen.

Vortrag

Nr. 5-26311

Wechseljahresbeschwerden und Hormonersatztherapie

In der Veranstaltungsreihe „Gesundheit im Dialog“



Hitzewallungen, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen - die Wechseljahre bringen oft große Veränderungen mit sich. Dr. Edgar Gonzalez Heiberger, Facharzt für Frauenheilkunde, erläutert in seinem Vortrag typische Beschwerden, deren Ursachen sowie Behandlungsmöglichkeiten. Darüber hinaus wird die Hormonersatztherapie als Methode zur Linderung von Wechseljahresbeschwerden vorgestellt - mit Blick auf Nutzen, Risiken und Alternativen.

Hitzewallungen, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen - die Wechseljahre bringen oft große Veränderungen mit sich. Dr. Edgar Gonzalez Heiberger, Facharzt für Frauenheilkunde, erläutert in seinem Vortrag typische Beschwerden, deren Ursachen sowie Behandlungsmöglichkeiten. Darüber hinaus wird die Hormonersatztherapie als Methode zur Linderung von Wechseljahresbeschwerden vorgestellt - mit Blick auf Nutzen, Risiken und Alternativen.

Referent: Dr. Univ. Asuncion Edgar Gonzales Heiberger, Chefarzt der Frauenklinik am Caritas-Krankenhaus St. Lukas, Kelheim

📅 Mi 10.09.2025, 18.00 Uhr

📍 Pfarrheim, Hintere Marktstr. 3, 84085 Langquaid

€ Kostenfrei.

📄 Keine Anmeldung notwendig.

∞ Caritas-Krankenhaus St. Lukas GmbH und KEB im Landkreis Kelheim

Vortrag

Nr. 5-26313

Wie funktioniert die Notaufnahme, wann sollte ich dort hin?

In der Veranstaltungsreihe „Gesundheit im Dialog“



Was passiert eigentlich in der Notaufnahme? Zwei erfahrene Experten des Caritas-Krankenhauses St. Lukas geben Einblick in die Abläufe der Notaufnahme: Sören Preis, Ärztlicher Leiter der Notaufnahme, und Dr. Markus Schmola, Chefarzt der Anästhesie und Intensiv-

medizin, erklären, wie die medizinische Ersteinschätzung (Triage) funktioniert, wer zuerst behandelt wird – und warum es manchmal zu Wartezeiten kommt.

Außerdem erfahren Sie, wann ein Besuch in der Notaufnahme sinnvoll ist – und wann andere Anlaufstellen wie der ärztliche Bereitschaftsdienst oder die Hausarztpraxis besser geeignet sind. Mit Fragerunde im Anschluss. Kommen Sie gerne vorbei!

Referenten:

Sören Preis, Ärztlicher Leiter der Notaufnahme, Caritas-Krankenhaus St. Lukas

Dr. med. Markus Schmola, Chefarzt für Anästhesie und Intensivmedizin, Caritas-Krankenhaus St. Lukas

Di 21.10.2025, 18.30 Uhr

Pfarrheim, Kirchplatz 1, 93155 Hemau

kostenfrei

Keine Anmeldung notwendig.

Caritas-Krankenhaus St. Lukas GmbH und KEB im Landkreis Kelheim

Vortrag

Nr. 5-26312

Herzgesundheit im Fokus - Herzwochen 2025

In der Veranstaltungsreihe „Gesundheit im Dialog“



Im Rahmen der Herzwochen 2025 der Deutschen Herzstiftung laden wir zu einem informativen Abend rund um das Thema Herzinfarktprävention und Herzgesundheit ein. Prof. Dr. Marcus Fischer, ausgewiesener Experte für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, erklärt verständlich und praxisnah, wie sich Risiken frühzeitig erkennen und Gefäße langfristig gesund halten lassen.

Referent: Prof. Dr. med. Marcus Fischer, Chefarzt der Kardiologie am Caritas-Krankenhaus St. Lukas, Kelheim

Mi 26.11.2025, 18.00 Uhr

Caritas-Krankenhaus St. Lukas, Traubenweg 3, 93309 Kelheim

Kostenfrei.

Keine Anmeldung notwendig.

Caritas-Krankenhaus St. Lukas GmbH und KEB im Landkreis Kelheim

Themenreihe

Nr. 5-26765

FRAUENGESUNDHEIT on Tour

Kostenlose Vortragsreihe im Landkreis Kelheim

Aufgrund der großen Nachfrage führen wir die Themenreihe "Frauengesundheit on Tour" im Landkreis Kelheim fort! Seien Sie gerne mit dabei und informieren Sie sich über verschiedene Gesundheitsthemen, angepasst speziell für Frauen.

Vortrag

Nr. 5-26869

Wechseljahresbeschwerden und Hormonersatztherapie

Siehe auch auf der gegenüberliegenden Seite in der Veranstaltungsreihe „Gesundheit im Dialog“.



Hitzewallungen, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen - die Wechseljahre bringen oft große Veränderungen mit sich. Dr. Edgar Gonzalez Heiberger, Facharzt für Frauenheilkunde, erläutert in seinem Vortrag typische Beschwerden, deren Ursachen sowie Behandlungsmöglichkeiten. Darüber hinaus wird die Hormonersatztherapie als Methode zur Linderung von Wechseljahresbeschwerden vorgestellt - mit Blick auf Nutzen, Risiken und Alternativen.

Referent: Dr. Univ. Asuncion Edgar Gonzales Heiberger, Chefarzt der Frauenklinik am Caritas-Krankenhaus St. Lukas, Kelheim

Referent: Dr. Univ. Asuncion Edgar Gonzales Heiberger, Chefarzt der Frauenklinik am Caritas-Krankenhaus St. Lukas, Kelheim

Mi 10.09.2025, 18.00 Uhr

Pfarrheim, Hintere Marktstr. 3, 84085 Langquaid

Kostenfrei.

Keine Anmeldung notwendig.

Vortrag

Mit Genuss durch die Wechseljahre – Wie Ernährung Körper und Seele stärkt

Im Rahmen der kostenlosen Vortragsreihe „Frauengesundheit on Tour“

In diesem Vortrag erfahren Frauen, wie gezielte Ernährung die häufigsten Wechseljahresbeschwerden wie Hitzewallungen, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen und Gewichtszunahme positiv beeinflussen kann. Der Fokus liegt auf natürlichen Lebensmitteln, die den Hormonhaushalt unterstützen und das emotionale Wohlbefinden stärken. Wichtige Nährstoffe wie Phytoöstrogene, Magnesium, Vitamin D, Kalzium und Omega-3-Fettsäuren werden vorgestellt - inklusive alltagstauglicher Tipps für die praktische Umsetzung im Speiseplan.

Referent: Tim Englbrecht, B.Sc. Ernährungswissenschaften, Ernährungsberater/ DGE

Zwei Termine:

 **Do 09.10.2025, 18.00 Uhr - Riedenburg** **Nr. 5-26778**

 Haus des Gastes, Marktplatz 1, 93339 Riedenburg

 **Mi 10.12.2025, 18.00 Uhr - Mainburg** **Nr. 5-26783**

 Gemeindehaus, Mitterweg 23, 84048 Mainburg

€ kostenfrei

 ohne Anmeldung

 KEB Kelheim, Gesundheitsregion plus, AOK

Vortrag

Nr. 5-26779

Gesunder Beckenboden – Fit und sicher im Alltag mit dem Tanzberger-Konzept

Im Rahmen der kostenlosen Vortragsreihe „Frauengesundheit on Tour“

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie das Tanzberger-Konzept Sie dabei unterstützt, Funktionsstörungen des Beckenboden- und Kontinenzsystems vorzubeugen oder zu therapieren. Ziel ist der Erhalt bzw. die Wiederherstellung eines gesunden Beckenbodens und der Kontinenz. Durch funktionelle Übungen, Wahrnehmungsschulung und fundiertes Wissen begegnen Sie dem Alltag mit einem reaktionsstärkeren, leistungsfähigeren Beckenboden.

Referentin: Verena von Kolontaj, Physiotherapeutin und Beckenbodentrainerin

 **Do 23.10.2025, 18.00 Uhr**

 Karmelitsaal im Aventinum, Osterriedergasse 6, 93326 Abensberg

€ kostenfrei

 ohne Anmeldung.

Vortrag

Nr. 5-26780

Knochengesund durchs Leben: Was Frauen über Osteoporose wissen sollten – und wie Bewegung hilft

Im Rahmen der kostenlosen Vortragsreihe „Frauengesundheit on Tour“

Osteoporose betrifft viele Frauen gerade ab der Lebensmitte - oft schleichend und lange unbemerkt. In ihrem Vortrag gibt Dr. Andrea Fenk-Mayer einen fundierten Überblick über Symptome, Diagnose, Therapiemöglichkeiten und vor allem wirksame Maßnahmen zur Vorbeugung. Im Anschluss erläutert Physiotherapeutin Daniela Holzer, welche Rolle gezieltes Krafttraining spielt und wie es zur Erhaltung der Knochengesundheit beiträgt. Ergänzt wird der Vortrag durch praktische Übungen, die einfach in den Alltag integriert werden können.

Referentinnen: Dr. Andrea Fenk-Mayer, Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie, Oberärztin der Sektion Wirbelsäule an der Klinik für Orthopädie der Universität Regensburg am Asklepios-Klinikum Bad Abbach, Wirbelsäulenchirurgin (Master DWG und Eurospine), Osteologin DVO (Dachverband für Osteologie/Knochenkrankungen D/CH/AU)

Daniela Holzer, Physiotherapeutin

 **Di 04.11.2025, 18.00 Uhr**

 Kursaal (Tagungsraum), Kaiser-Karl-V-Allee, 93077 Bad Abbach

€ kostenfrei

 ohne Anmeldung.

 KEB Kelheim, Gesundheitsregion Plus, Asklepios, GEFO

Vortrag

Nr. 5-26782

Vortrag zum Thema: "Gesund durch die Pubertät"

Im Rahmen der kostenlosen Vortragsreihe „Frauengesundheit on Tour“

 **Termin in Planung! Nähere Infos auf www.keb-kelheim.de**

 Kloster Rohr, Abt-Dominik-Prokop-Platz 1, 93352 Rohr

€ kostenfrei

 ohne Anmeldung.

Kurs

Nr. 5-26325

Qi Gong im Herbst



Die Übungen des Qi Gong basieren auf dem Prinzip von Yin und Yang:

Die Ungleichgewichte im Körper werden ausbalanciert und Lebensgeister wieder geweckt.

Eine Wohltat für Körper, Geist und Seele!

Hinweis: Mindestteilnehmerzahl: 8

Referentin: Doris Berdzentsi

📍 Musikwerkstatt Abensberg, Starkstr. 2, 93326 Abensberg

€ 40,00 €, Lastschrift

📞 KEB Kelheim, Tel.: 09443/928238-0; E-Mail: info@keb-kelheim.de

Qi Gong im Herbst

Nr. 5-26727

Do 06.11.2025, 10.00 Uhr - Do 04.12.2025, 11.00 Uhr, 5 Treffen

Qi Gong im Herbst

Nr. 5-26728

Do 06.11.2025, 8.45 Uhr - Do 04.12.2025, 9.45 Uhr, 5 Treffen

Kurs

Nr. 5-26014

Die Zwiebel – Gesund und köstlich

Kneipp Verein
aktiv & gesund
Abensberg e.V.

Kochen mit Zwiebeln - leckere Rezepte und interessante Heilwirkungen

Referentin: Anette Hürter-Franz

📅 **Do 11.09.2025, 18.30 - 21.00 Uhr**

📍 Treffpunkt wird bei Anmeldung bekanntgegeben

€ 17,00 € Mitglieder / 20,00 € Nichtmitglieder

📞 Tel. 09443/9061101, Anmeldeschluss 04.09.2025

🔄 Kneipp-Verein Abensberg in Kooperation mit KEB

Kurs

Nr. 5-26015

Kräuterstammtisch: Bald beginnt die Wurzelernte!

Wissenswertes rund um die Wurzeln

Kneipp Verein
aktiv & gesund
Abensberg e.V.

Hinweis: Bitte Sammelkörbchen mitbringen!

Referentin: Gerda Pfaffeneder, Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA,

📅 **Do 18.09.2025, 19.00 Uhr**

📍 Kneipp-Anlage, Mayrstraße, 93326 Abensberg

€ 7,00 Mitglieder / 9,00 Nichtmitglieder

📞 Tel. 09443/3396, Anmeldeschluss 15.09.2025

🔄 Kneipp-Verein Abensberg in Kooperation mit KEB

Workshop

Nr. 5-26016

Kleines Übungsprogramm für Nacken und Schultern

Kurze Übungssequenzen aus dem Yoga und Feldenkrais mit Anleitungsskript für zu Hause

Kneipp Verein
aktiv & gesund
Abensberg e.V.

Hinweis: Bitte rutschfeste Bodenmatte, kleines Kissen, bequeme Kleidung, warme Socken und evtl. Getränk mitbringen

Referentin: Angela Obermeier

📅 **Fr 19.09.2025, 15.00 - 17.30 Uhr**

📍 Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben

€ 15,00 € Mitglieder / 20,00 € Nichtmitglieder

📞 Tel. 09443/7349 oder 0174/8245398, Anmeldeschluss 12.09.2025

🔄 Kneipp-Verein Abensberg in Kooperation mit KEB

Extras

Nr. 5-26483

Wildpflanzenführungen und Workshops



Referent: Norbert Goldberger, Kräuterpädagoge

Führung

Nr. 5-26732

„Wilde Weggefährten: Geschichten & Geheimnisse essbarer und giftiger Pflanzen im Spätsommer“



Wenn der Spätsommer die Natur in goldenes Licht taucht, laden wir Sie ein zu einer besonderen Kräuterwanderung für Erwachsene. Entdecken Sie mit uns die faszinierende Welt der Wildpflanzen: Welche Schätze wachsen am Wegesrand, welche Pflanzen sind essbar - und bei

welchen ist Vorsicht geboten?

Unsere geführte Tour verbindet botanisches Wissen mit spannenden Geschichten und historischen Anekdoten rund um heimische Wildkräuter und ihre oft überraschenden Doppelgänger. Sie erfahren, wie Pflanzen seit Jahrhunderten in Küche, Heilkunde und Volksglauben genutzt werden - und warum manche von ihnen besser nur bewundert als probiert werden sollten.

Ob Sie schon Kräuterkenner sind oder einfach neugierig auf die Natur vor Ihrer Haustür: Lassen Sie sich von der Vielfalt und den Mythen der Pflanzenwelt begeistern und nehmen Sie wertvolle Tipps für den Alltag mit nach Hause.

Referent: Norbert Goldberger, Kräuterpädagoge

Do 18.09.2025, 17.00 - 19.00 Uhr, ca. 2 Stunden

📍 Parkplatz beim NETTO, Rennweg 122, Kelheim

€ 9,00 €, Lastschrift

Workshop

Nr. 5-26733

„Wohl & Warm“ Volksheilkundliche Rezepte für die kalte Jahreszeit“



Wenn draußen die Temperaturen sinken, ist es Zeit, Körper und Seele auf die kalte Jahreszeit vorzubereiten. Unter dem Motto "Wohl & Warm" laden wir alle Interessierten zu einem besonderen Workshop ein.

In entspannter Atmosphäre erfahren die Teilnehmer*innen, wie sie mit bewährten, traditionellen Rezepturen aus der Volksheilkunde ihre Abwehrkräfte stärken und Erkältungskrankheiten vorbeugen können. Im theoretischen Teil tauchen wir ein in die Welt der Kräuter, Wurzeln und Hausmittel, die schon unsere Großeltern genutzt haben. Im praktischen Teil werden gemeinsam wohltuende Zubereitungen hergestellt - alles zum Mitnehmen und Ausprobieren zu Hause. Der Workshop richtet sich an Erwachsene, die Lust haben, altes Wissen neu zu entdecken und etwas Gutes für sich zu tun. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Referent: Norbert Goldberger, Kräuterpädagoge

Do 25.09.2025, 17.00 Uhr, ca. 3 Stunden

📍 „Salettl“ – der Familie Weinzierl, Dorfring 17, 93309 Kelheimwinzer

€ 25,00 € + ca. 10,00 € Materialkosten, Lastschrift

Workshop

Nr. 5-26735

„Arzneiconfekt und Apothekerschleck“ – Historische Süßigkeiten selbst gemacht



Wer hätte gedacht, dass Bonbons, Dragées und Konfekt einst nicht nur den Gaumen erfreuten, sondern auch als Heilmittel galten? In unserem Workshop „Arzneiconfekt und Apothekerschleck“ tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Apotheken vergangener Jahr-

hunderte. Erfahren Sie, wie Apotheken nicht nur Arzneien, sondern auch exotische Delikatessen und seltene Waren anboten - und wie Süßigkeiten als Medizin galten.

Im theoretischen Teil des Workshops beleuchten wir kurz und knapp die Kulturgeschichte der Apotheken: Von ihrer Rolle als Handelsplatz für Gewürze, Zucker und Luxusgüter bis hin zu den Aufgaben als Ort der Innovation und Heilkunst. Im ausgiebigen praktischen Teil stellen Sie unter fachkundiger Anleitung

ausgefallenes „Arzneikonfekt“ nach original historischen Rezepturen her.

Ob für den eigenen Genuss oder als außergewöhnliches Geschenk - Sie nehmen Ihre selbstgemachten Köstlichkeiten mit nach Hause. Lassen Sie sich entführen in die süße Welt der historischen Apothekenkunst!

Referent: Norbert Goldberger, Kräuterpädagoge

Do 09.10.2025, 17.00 Uhr, ca. 3 Stunden

„Salettl“ – der Familie Weinzierl, Dorfring 17, 93309 Kelheimwinzer

€ 25,00 € + ca. 15,00 € Materialkosten, Lastschrift

Führung

Nr. 5-26734

„Herbstlaub & Hexenzauber – Sagenhafte Wildkräuter im Oktober“



Wenn sich die Natur in goldene Farben hüllt und die Tage kürzer werden, beginnt die Zeit der Geschichten und Mythen. Entdecke die faszinierende Welt der Wildpflanzen, die gerade im Herbst mit einer Fülle an Legenden und Bräuchen

aufwartet. Die geführte Wanderung verbindet botanisches Wissen mit spannenden Erzählungen: Welche Pflanze galt als Schutz gegen böse Geister? Warum legten sich junge Frauen früher Schafgarbenblätter auf die Augen, um von ihrem Zukünftigen zu träumen? Die Teilnehmer erfahren, wie Wildkräuter einst in Volksglauben, Märchen und Heilkunst verwoben waren und welche Bedeutung sie heute noch haben. Neben den Geschichten werden auch praktische Tipps zur Bestimmung und Verwendung der Pflanzen gegeben. Lust auf Natur, Geschichte und eine Prise Magie ???

Referent: Norbert Goldberger, Kräuterpädagoge

Do 16.10.2025, 17.00 - 19.00 Uhr, ca. 2 Stunden

Parkplatz bei der Waldbauernschule am Goldberg, Kelheim

€ 9,00 €, Lastschrift

Workshop

Nr. 5-26737

„Wilde Schätze: Genuss & Gesundheit aus heimischen Wildfrüchten“

Wildfrüchte sind wahre Alleskönner: Sie bereichern nicht nur unsere Küche, sondern haben auch eine lange Tradition in der Volksheilkunde. Lernen Sie die faszinierende Welt von Quitte, Schlehe, Hagebutte und Co. kennen.

Im theoretischen Teil tauchen wir ein in die Kulturgeschichte der



Wildfrüchte und erfahren, wie sie seit Jahrhunderten als Heilmittel und kulinarische Spezialitäten genutzt werden. Im anschließenden ausgiebigen Praxisteil werden gemeinsam ausgefallene Produkte für das leibliche Wohl hergestellt - dabei stehen sowohl Gesundheit als auch

Genuss im Mittelpunkt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich - Neugier genügt!

Referent: Norbert Goldberger, Kräuterpädagoge

Do 06.11.2025, 17.00 Uhr, ca. 3 Stunden

„Salettl“ – der Familie Weinzierl, Dorfring 17, 93309 Kelheimwinzer

€ 25,00 € + ca. 10,00 € Materialkosten, Lastschrift

Workshop

Nr. 5-26738

„Würzige Wunder – Heilkunst & Genuss aus der Welt der Gewürze“



Entdecken Sie die faszinierende Welt der Aromen! Gewürze sind weit mehr als nur Aromageber: Seit Jahrhunderten werden sie in der Volksheilkunde geschätzt und verleihen nicht nur Speisen, sondern auch dem Wohlbefinden eine besondere Note.

Im theoretischen Teil erfahren Sie, welche Rolle Gewürze in verschiedenen Kulturen spielten, welche Heilkräfte ihnen zugeschrieben werden und wie sie bis heute in der Volksmedizin Anwendung finden. Der praktische Teil steht ganz im Zeichen des Selbermachens: Unter fachkundiger Anleitung stellen wir ausgefallene Gewürzkompositionen her - zum Teil nach überlieferten, historischen Rezepturen. Ob für die eigene Küche oder als liebevolles, selbstgemachtes Weihnachtsgeschenk: Ihre individuellen Gewürzmischungen sorgen garantiert für Begeisterung!

Referent: Norbert Goldberger, Kräuterpädagoge

Do 04.12.2025, 17.00 Uhr, ca. 3 Stunden

„Salettl“ – der Familie Weinzierl, Dorfring 17, 93309 Kelheimwinzer

€ 25,00 € + ca. 15,00 € Materialkosten, Lastschrift

Kurs

Nr. 5-26093

Tauchkurse in Saal a. d. Donau

Tauchen zu lernen ist der erste Schritt einer aufregenden Reise! Unvergessliche Erlebnisse und eine neue Wahrnehmung der Umwelt, schwerelose Unterwasserwelten und faszinierende Ökosysteme bleiben nicht länger unter der Wasseroberfläche verborgen.

Referent: Nabil Hamouda, Tauchlehrer

- 📍 Hallenbad, Lindenstr. 28, 93342 Saal
- € kostenpflichtig
- 📄 Anmeldung und Info bei:
Nabil Hamouda, Tel.: 0176/64768205

Einsteiger-Tauchkurs

Nr. 5-26089

Sa 25.10.2025, 15.00 Uhr - So 26.10.2025, 17.00 Uhr

OpenWaterDiver

Nr. 5-26091

Sa 25.10.2025, 15.00 Uhr - So 26.10.2025, 17.00 Uhr

Einsteiger-Tauchkurs

Nr. 5-26090

Sa 29.11.2025, 15.00 Uhr - So 30.11.2025, 17.00 Uhr

OpenWaterDiver

Nr. 5-26092

Sa 29.11.2025, 15.00 Uhr - So 30.11.2025, 17.00 Uhr

Themenreihe

Nr. 5-25420

Qi Gong – Miniurlaub im Alltag

Im Rahmen der Qi Gong Kurse bei der KEB geht es darum, verschiedene Techniken des traditionellen chinesischen Qi Gong zu nutzen. Sie helfen Spannungen und Stress abzubauen. Körper, Geist und Seele sollen zur Ruhe kommen und sich entspannen. Dies fördert einen gesunden

Schlaf, stärkt das Herz-Kreislauf-System und wirkt positiv bei psychosomatischen Erkrankungen. Durch die Qi Gong Übungen, die Sie im Kurs lernen, sorgen Sie eigenverantwortlich für Ihre Gesundheit, Ihr Wohlbefinden und regen die körpereigenen Kräfte an. Sie fühlen sich geistig und seelisch ausgeglichen und entspannt.

Kurs

Nr. 5-25422

Qi Gong – Miniurlaub im Alltag

Qi Gong ist eine jahrtausendealte chinesische Praxis, die durch sanfte Bewegungen, Atemübungen und Meditation den Energiefluss (Qi) im Körper harmonisiert. Sie dient der Stärkung von Gesundheit, innerer Ruhe und geistiger Klarheit.

Referentin: Gabriele Schneeberger

- 📅 **Mi 01.10.2025, 19.00 Uhr - Mi 29.10.2025, 20.00 Uhr, 5 Treffen**
- 📍 Grund- und Mittelschule, Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau
- € 48,00 €, Lastschrift

Workshop

Nr. 5-24876

Qi Gong – Wohlfühl-Workshop

in der Reihe Qi Gong - Miniurlaub im Alltag



Gönn dir eine Auszeit vom Alltag und lade neue Energie ein! Im Workshop lernst du sanfte Qi Gong-Übungen kennen, die Körper, Geist und Seele in Einklang bringen.

Unter anderem:

- * Achtsame Bewegungen zur Lockerung und Kräftigung
- * Atemübungen für innere Ruhe
- * Wertvolle Tipps, Qi Gong im Alltag zu integrieren

Der Workshop ist für Einsteiger und Geübte gleichermaßen geeignet – du brauchst keine Vorkenntnisse.

Hinweis: Bitte Getränke und Verpflegung für die kleine Pause selbst mitbringen.

Referentin: Gabriele Schneeberger

- 📅 **Sa 29.11.2025, 9.30 - 12.30 Uhr**
- 📍 Pfarrsaal, Bahnhofstr. 2, 93342 Saal a. d. Donau
- € 30,00 €, Lastschrift

Kurs

Nr. 5-25878

Pilze im Wald



Referent: Willibald Bittner, Pilzexperte

Di 23.09.2025, 17.00 Uhr

Siegenburg, Pfarrsaal, Landshuter Str. 8, 93354 Siegenburg

Workshop

Nr. 5-26403

Lebensmittel veredeln

Fermentieren, Trockenfermentation und Trocknen von Gemüse und Wildkräutern mit Vorführung und Kostproben.



Jetzt beginnt wieder die Zeit, in der die Gemüsegärten wahrlich explodieren und man mehr erntet, als man essen mag oder kann. Um nicht alles auf einmal essen zu müssen, wäre es doch schön, auch im Winter noch etwas davon zu haben und einen Teil des Gemüses haltbar zu

machen. Deswegen stellen wir euch einfache Konservierungsmethoden vor: Fermentieren, Trockenfermentation und Trocknen. Diese bieten die Möglichkeit, die wertvollen Inhaltsstoffe zu erhalten und trotzdem das Gemüse lange Zeit nach dem Kauf oder der Ernte nutzen zu können.

Referent: Silvia Lodermeier, EM-Expertin, Naturfrisörin

Mi 01.10.2025, 18.00 Uhr

Schulküche, Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau

€ 28,00 € all incl., Lastschrift

Vortrag

Nr. 5-26605

Selbsteilungskräfte mit der Fußreflexzonen-Massage



Referentin: Petra Reichl

Mi 08.10.2025, 18.30 Uhr

Pfarrheim Sandelzhausen, Sandolfstr. 10, 84048 Sandelzhausen

bei Heike Zeilbeck, Tel.: 08751/4302

KDFB

Workshop

Nr. 5-26525

„Fußgesund undmunter!“



Leiden Sie unter Hallux Valgus, Spreitfuß oder ähnlichem? Im Workshop erlernen Sie gezielte Übungen, die regelmäßig angewendet zu stabilen und schmerzfreien Füßen führen. Wer die Funktion seiner Füße richtig versteht und einsetzt, bleibt gut zu Fuß ein Leben lang.



Referentin: Regina Chmelicek,
Instructorin für anatomisches Ganzkörpertraining

Sa 11.10.2025, 14.00 - 16.00 Uhr, 1 x 120 Min.

Abensberg, Studio Chmelicek, Auf dem Weinberg 23, 93326 Abensberg

€ 25,00 €, Lastschrift

Vortrag

Nr. 5-26205

T C M – Einführung in die Traditionelle Chinesische Medizin

Vortrag mit Gespräch



Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz zur Gesundheit, bei dem Körper, Geist und Umwelt als miteinander verbunden betrachtet werden. Ziel der TCM ist es, diese Verbindungen zu stärken und das Gleichgewicht von Yin und Yang zu fördern, um Gesundheit und Wohlbefinden zu unterstützen.

In dieser Fortbildung unternehmen wir eine Reise in die Welt der TCM und erkunden ihre vielfältigen Wirkungen auf Körper, Geist und Seele.

Referentin: Doreen Schoppe

Mi 15.10.2025, 19.00 - 21.00 Uhr

Pfarrsaal, Bahnhofstr. 2, 93342 Saal a. d. Donau

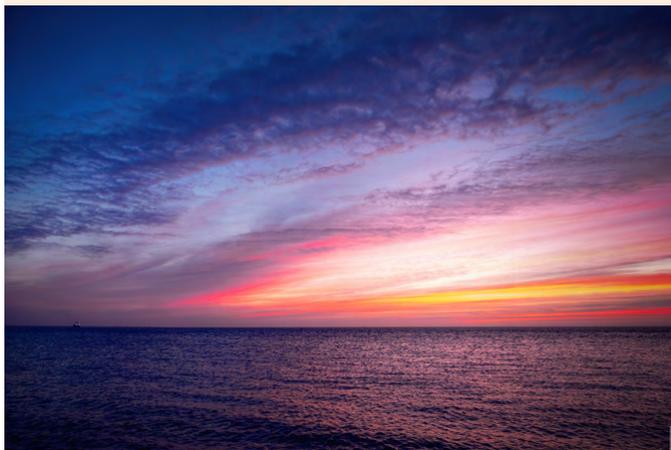
€ 8,00 €, Lastschrift

Kurs

Nr. 5-26131

Vipassana – Achtsamkeit & Stille erleben

Ein Weg zur inneren Ruhe, Klarheit und Regeneration



Inmitten des Alltags lädt dieser Abend ein, bewusst innezuhalten. Vipassana - eine der ältesten Formen der Achtsamkeitsmeditation - öffnet den Raum, sich selbst in der Tiefe zu begegnen. Durch stilles Sitzen und achtsames wahrnehmen kann der Geist zur Ruhe kommen, das Nervensystem reguliert sich, und ein Gefühl von innerer Weite entsteht.

Die Praxis unterstützt:

- mehr Gelassenheit im Alltag
- besseren Umgang mit Stress
- tiefere Verbindung zum eigenen Körper und Atem
- Förderung von Selbstregulation und Resilienz.

Der Abend bietet eine sanfte Einführung in die Praxis, Raum für Stille und einfache Impulse, um die Wirkung von Achtsamkeit auch im Alltag spürbar werden zu lassen.

Hinweis: Bitte mitbringen: Yogamatte, Sitzpolster oder Meditationshocker und Decke

Referentin: Nicole Meier, Yogalehrerin, Ayurvedaexpertin, Köchin

Mo 27.10.2025, 19.00 - 20.30 Uhr, ca. 1,5 Stunden

Grund- und Mittelschule, Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau – Handarbeitsraum

€ 12,00 €, Lastschrift

Extras

Nr. 5-26286

Klangbad – Klangreise



Bei diesem Klangbad können Sie vom stressigen Alltag abschalten und sich ganz auf sich selbst und Ihre innersten Wünsche einlassen.

Klänge der Klangschaalen, des Gongs, der HandPan und verschiedener anderer Klanginstrumente sprechen Erfahrungsräume in uns an, die oft jenseits der „begrifflichen“ Welt liegen, die befreiend und bereichernd sein können. Auf einer solchen Klangreise sind Raum- und Zeitgefühl, Körperempfinden und Denkprozesse oftmals verändert und führen ggf. zu neuen Erkenntnissen und Einstellungen. Die Klänge und Vibrationen des Gongs, im Zusammenspiel mit nepalesischen Klangschaalen, können im Körper Selbstheilungskräfte aktivieren und wohltuend zur Entspannung beitragen.

Hinweis: Bitte mitbringen: Decke, Kissen, Matte, bequeme Kleidung, warme Socken, alles um gut liegen zu können

Referenten: Ute Bettenhausen, Klangtherapeutin, 2 Töne EINKlang

Ewald Ring, Ergotherapeut, Rhythustrainer

Do 23.10.2025, 18.30 - 20.00 Uhr

Pfarrsaal, Bahnhofstr. 2, 93342 Saal a. d. Donau

€ 18,00 €, Lastschrift

Vortrag

Nr. 5-26660

Stressärmer leben – ein Traum oder ist das möglich



Mi 05.11.2025, 19.00 Uhr

Pfarrheim, Hintere Marktstr. 3, 84085 Langquaid

Workshop

Nr. 5-26526

Migräne- und Spannungskopfschmerz – Energien fließen lassen



Der Nacken ist die Verbindung zwischen Kopf und Körper; Fehlbelastungen und Fehlhaltungen sind sichtbar und spürbar! In diesem Workshop lernen Sie, Ihre Nacken- und Kopfhaltung zu verbessern und wieder ins Lot zu bringen. Sie spüren sich augenblicklich erleichtert, freier und

offener.



Referentin: Regina Chmelicek, Instructorin für anatomisches Ganzkörpertraining

 Sa 15.11.2025, 14.00 - 16.00 Uhr

 Abensberg, Studio Chmelicek, Auf dem Weinberg 23, 93326 Abensberg

€ 25,00 €, Lastschrift

Fit durch Bewegung

Kurs

Nr. 5-26729

HATHA-YOGA für Alle



Regelmäßiges Praktizieren von Hatha Yoga stärkt nicht nur Muskeln und Knochen, sondern verbessert auch die Flexibilität und fördert die Durchblutung. Durch die Verbindung von körperlichen Übungen (Asanas) mit bewusster Atmung und Atemtechniken (Pranayama) sowie meditativen Praktiken lernen Sie, Ihre Konzentration zu vertiefen und Ihren Geist zu beruhigen. Dies trägt dazu bei, Stress abzubauen und ein inneres Gleichgewicht zu finden.

Hinweis: Bitte Isomatte und bequeme Kleidung mitbringen!

Referentin: Martina Hein, Yogalehrerin

 Bürgertreff, Am Markt 20, 93077 Bad Abbach

€ 48,00 €

HATHA-YOGA für Alle

Nr. 5-26571

Mi 17.09.2025, 8.30 Uhr - Mi 15.10.2025, 9.30 Uhr, 5 Treffen wöchentlich

HATHA-YOGA für Alle

Nr. 5-26572

Mi 12.11.2025, 8.30 Uhr - Mi 10.12.2025, 9.30 Uhr, 5 Treffen wöchentlich

Themenreihe

Nr. 5-26406

Anleitung zum Schneeschuhwandern

reine Gehzeit ca. 3 - 4 Stunden



Der Winterwanderer kommt mit der neuen Trendsportart Schneeschuhwandern voll auf seine Kosten beim Wandern mit den Schneeschuhen durch unberührte Winterlandschaften. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Nach einer fachkundigen Einweisung in das Material und die Gehtechnik starten wir zur individuell auf die Gruppe ausgelegten Tour, sodass kein Teilnehmer eine Überforderung zu befürchten hat denn das oberste Motto unserer Touren heißt „Sicherheit und viel Spaß“. Die Teilnehmer sollten jedoch eine durchschnittliche Grundbelastbarkeit was die Kondition anbelangt mitbringen.

Jeder Teilnehmer sollte neben festem Schuhwerk und der Witterung entsprechender Bekleidung einen Rucksack mit etwas Verpflegung (Getränk und Snack) für Unterwegs dabei haben.

Referent: Eduard Steindl, DSV-Trainer und Schneeschuh-Walking-Trainer uvm.

Tagesfahrt bei Schnee - Termine werden Anfang Dezember bekannt gegeben

€ 45,00 € incl. Schneeschuhleihgebühr und Guide

Workshop

Nr. 5-26421

Die Feldenkrais-Methode

Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.



Die Feldenkrais-Methode ist ein Weg sich selbst kennen zu lernen, über Körpererfahrung und Bewegung. Also, nicht wie man sein sollte, sondern wie ich bin. Und wenn ich mich näher kennen lerne, zeigen sich auch meine Potentiale, was mich hemmt und was ich brauche um diese zu entfalten, ob im Alltag, Sport, Beruf oder in der Kunst des Lebens.

Der dreistündige Workshop ist eine gute Gelegenheit Feldenkraisluft zu schnuppern und sogar in diese eigene Welt der Bewegung und Erfahrung einzutauchen.

Hinweis: Bitte Isomatte und/oder Decke, bequeme Kleidung und evtl. kleines Kissen und Getränk mitbringen!



Referent: Bernhard Westermeier, FELDENKRAIS-Lehrer

📍 Pfarrsaal, Bahnhofstr. 2, 93342 Saal a. d. Donau
 € 35,00 €

Die Feldenkrais-Methode

Nr. 5-26442

Sa 13.09.2025, 14.00 - 17.30 Uhr

Die Feldenkrais-Methode

Nr. 5-26443

Sa 13.12.2025, 14.00 - 17.30 Uhr

Kurs

Nr. 5-26580

Anleitung zur Seniorengymnastik



Referentin: Brigitte Diring

Mo 01.09.2025, 14.00 Uhr - Mo 20.10.2025, 15.00 Uhr, durchlaufend - 10 Treffen

📍 Biburg, Gemeinschaftshaus, Klosterstr. 21, 93354 Biburg

🔗 PGR und Helferkreis Biburg

Kurs

Nr. 5-26567

Pilates meets HIIT (Hochintensives Intervalltraining)

Kraft trifft Ausdauer - das Beste aus zwei Welten



„Pilates meets HIIT“ kombiniert die kontrollierte, tiefenmuskuläre Kräftigung des Pilates mit den kraftvollen, dynamischen Elementen des High Intensity Interval Training (HIIT). In diesem innovativen Kursformat wechseln sich gezielte Pilates-Übungen mit kurzen, intensiven

intervallen ab - für ein effektives Ganzkörpertraining, das zugleich stärkt, mobilisiert und ordentlich ins Schwitzen bringt:

- Pilatesbasierte Übungen für Stabilität und Körperhaltung
- HIIT-Einheiten zur Fettverbrennung,
- Herz-Kreislauf-Stärkung und Verbesserung der Kondition
- Fokus auf Körperbewusstsein, Atmung und fließende Übergänge

Bitte bequeme Sportkleidung, Handtuch und Getränk mitbringen!

Referentin: Ramona Gratzke

📍 Turnhalle, Schule Saal, Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau

€ 44,00 € Schnupperpreis zum Kennenlernen

Pilates meets HIIT (Hochintensives Intervalltraining)

Nr. 5-26684

Di 30.09.2025, 17.00 Uhr - Di 28.10.2025, 18.00 Uhr, 5 Treffen

Pilates meets HIIT (Hochintensives Intervalltraining)

Nr. 5-26686

Di 11.11.2025, 17.00 Uhr - Di 09.12.2025, 18.00 Uhr, 5 Treffen

Kurs

Nr. 5-26408

„Schmerzfrei“ – durch Bewegung

Dehnungsabende „LnB-Motion“ - Bewegungslehre nach Liebscher und Bracht



Unsere Knochen werden nur durch die Muskulatur gehalten und bewegt. Deshalb sind die Muskeln, Sehnen und die Faszien sehr bedeutend um dauerhaft schmerzfrei zu werden und auch zu bleiben. Weil verkürzte oder verspannte Muskeln starken Druck auf die Gelenke ausüben, kommt es zu „reibeisenartigen“ Schmerzen. Diese haben zur Folge, dass man sich weniger bewegt. Der folgende

Bewegungsmangel führt dann zur Schonhaltung und Muskelfehlstellung und dies wiederum - zum Abbau der Gelenksflüssigkeit.

Ein Teufelskreis entsteht. Spezielle Dehnübungen vermindern den Druck auf die Gelenke, Verklebungen der Faszien werden gelöst und es kommt zu einer schnellen Schmerzreduzierung. Die Beweglichkeit wird spürbar verbessert und auch die Nährstoffversorgung der Gelenke, Muskeln und des Bindegewebes wird sehr stark angeregt und dadurch wieder mit mehr Sauerstoff versorgt.

Dehnübungen für die Halswirbelsäule, Brustwirbelsäule, Schultergelenke sowie der Lendenwirbelsäule werden geübt. Dabei spielt die Gelenkigkeit keine Rolle. Deshalb ist das Alter / Geschlecht und / oder die Beweglichkeit unwichtig. Dehnen soll sich jeder der vital und schmerzfrei bis ins hohe Alter bleiben will.

Aus diesem Grunde sind die Dehnübungen auch für Männer besonders geeignet, die immer sehr willkommen sind.

Hinweis: Bitte bequeme Kleidung, Isomatte, Kopfkissen und kleines Handtuch mitbringen!

Referentin: Hildegard Freisleben

📍 Turnhalle, Schule, Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau

€ 35,00 €

„Schmerzfrei“ - durch Bewegung

Nr. 5-26486

Mo 22.09.2025, 18.00 Uhr - Mo 20.10.2025, 19.00 Uhr, 5 Treffen

„Schmerzfrei“ - durch Bewegung

Nr. 5-26487

Mo 22.09.2025, 19.15 Uhr - Mo 20.10.2025, 20.15 Uhr, 5 Treffen

„Schmerzfrei“ - durch Bewegung

Nr. 5-26488

Mo 17.11.2025, 18.00 Uhr - Di 16.12.2025, 19.00 Uhr, 5 Treffen

„Schmerzfrei“ - durch Bewegung

Nr. 5-26489

Mo 17.11.2025, 19.15 Uhr - Di 16.12.2025, 20.15 Uhr, 5 Treffen

Kurs

Nr. 5-26410

Burning Plus



Durch gezieltes Ausdauertraining zapfen wir unsere Energiedepots an und verbessern Beweglichkeit und Kraft. Mit Hilfe dieses speziellen Trainingsprogrammes werden die Muskulatur und das Bindegewebe gestrafft und der Fettanteil reduziert. Der Kurs ist durch individuell angepasste Bewegungsintensität für jeden geeignet. Im Vordergrund steht der Spaß an Bewegung!

Hinweis: Bitte mitbringen: feste Turnschuhe, bequeme Kleidung, Isomatte, Handtuch und Getränk



Referentin: Katja Skwara

📍 Turnhalle, Schule Saal, Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau
 € 20,00 €

Burning Plus
 Nr. 5-26476
 Mi 17.09.2025, 18.00 Uhr - Mi 15.10.2025, 19.30 Uhr, 5 Treffen

Burning Plus
 Nr. 5-26477
 Mi 22.10.2025, 18.00 Uhr - Mi 26.11.2025, 19.30 Uhr, 5 Treffen

Kurs

Nr. 5-26412

Hatha-Yoga für die Gesundheit



Entspannte, ruhige und tiefgehende Bewegungsübungen, Atemtechniken und Entspannungsübungen sorgen neben einer bewussten Körperhaltung für ein harmonisches Körpergefühl.

Hinweis: Bitte Isomatte, Decke, evtl. kleines Kissen und bequeme Kleidung mitbringen

Referentin: Nicole Meier, Yogalehrerin, Ayurvedaexpertin, Köchin

📍 Grund- und Mittelschule (Handarbeitsraum), Lindenstr. 28, 93342 Saal
 € 40,00 €

Hatha-Yoga für die Gesundheit

Nr. 5-26414
 Mo 22.09.2025, 18.00 Uhr - Mo 20.10.2025, 19.00 Uhr, 5 Treffen

Hatha-Yoga für die Gesundheit

Nr. 5-26415
 Mo 22.09.2025, 19.30 Uhr - Mo 20.10.2025, 20.30 Uhr, 5 Treffen

Hatha-Yoga für die Gesundheit

Nr. 5-26416
 Mo 17.11.2025, 18.00 Uhr - Mo 15.12.2025, 19.00 Uhr, 5 Treffen

Hatha-Yoga für die Gesundheit

Nr. 5-26417
 Mo 17.11.2025, 19.30 Uhr - Mo 15.12.2025, 20.30 Uhr, 5 Treffen

Kurs

Nr. 5-26429

Line Dance – Tanzen in perfekter Harmonie



Beim Line Dance tanzen alle in Reihen vor- und nebeneinander - ganz ohne Partner. Zu mitreißender Musik aus Country, Pop oder Rock werden festgelegte Schrittfolgen synchron getanzt. Die abwechslungsreichen Choreografien machen nicht nur Spaß, sondern fördern

auch Rhythmusgefühl, Koordination und Gemeinschaft.
 Ein Tanzvergnügen für jedes Alter!

Referentin: Christa Karg

📍 Grund- und Mittelschule (Aula), Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau
 📞 bei Anni Galli, Telefon 09441/8814
 🚗 KDFB

Line Dance - Anfänger

Nr. 5-26855
 ab Herbst 2025

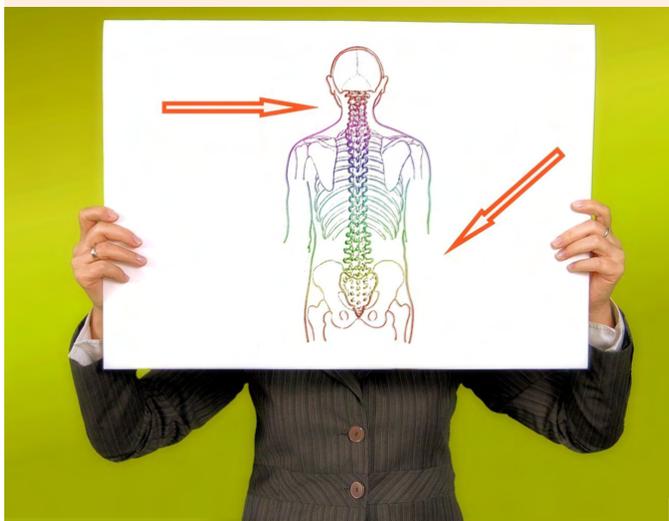
Line Dance - Fortgeschrittene

Nr. 5-26856
 ab Herbst 2025

Kurs

Nr. 5-26899

Wirbelsäulengymnastik – „Mein Rücken“



Wer kann von sich behaupten, niemals über Rückenschmerzen geklagt zu haben?

Wer möchte sich eine kurze Pause vom Alltag nehmen und sich und seinem Körper in Form von Bewegung etwas Gutes tun? Die Kursinhalte dieses Trainings enthalten Kräftigungs- und Mobilitätsübungen rund um die Wirbelsäule in Verbindung mit Haltungsaufbau, Gleichgewichtsübungen und Körperwahrnehmung. Die Übungen finden sich im Rhythmus der Musik wieder und das Training ist für jung und alt, sowie für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Hinweis: Bitte Isomatte, bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen! Anmeldung unbedingt erforderlich!!

Referentin: Lena Kolbinger, Fitness-Instructorin

📍 Turnhalle, Schule, Lindenstr. 28, 93342 Saal
 € 20,00 €

Wirbelsäulengymnastik - „Mein Rücken“

Nr. 5-26280

Di 16.09.2025, 18.00 Uhr - Di 14.10.2025, 19.00 Uhr, 5 Treffen

Wirbelsäulengymnastik - „Mein Rücken“

Nr. 5-26281

Di 11.11.2025, 18.00 Uhr - Di 09.12.2025, 19.00 Uhr, 5 Treffen

Kurs

Nr. 5-25613

Outdoor-Fitness im Park – Das Abend-Workout im Generationenpark

Für Fitnessbegeisterte oder die, die es werden wollen - für Anfänger und Fortgeschrittene



Angeboten wird ein einstündiges, kurzweiliges Fitnessstraining im Mehrgenerationenpark. Das Training gliedert sich in drei Teile und besteht aus einem Aufwärmtraining, in dem der Körper auf „Betriebstemperatur“ gebracht und auf die kommenden Übungen vorbereitet wird. Im Hauptteil, der abwechslungsreich gestaltet ist, gibt es verschiedene Übungen mit dem eigenen Körpergewicht und

Übungen mit oder an Geräten des Parks. Beim sogenannten Cool-Down mit Dehnübungen, wird der Körper wieder heruntergefahren und auf die Regeneration nach dem Training vorbereitet.

Hinweis: Bitte mitbringen: Sportkleidung die ggf. auch etwas schmutzig werden darf (das Training findet komplett im Freien statt), Handtuch, Getränk, optional Fitness- oder Radlhandschuhe, gute Laune

Referentin: Sandra Batz, Outdoor-Fitness-Trainerin

📍 Generationenpark, Lindenstraße, 93342 Saal a. d. Donau
 € 8,00 €
 📞 bei Sandra Batz, Handy: 0151/22604923

Outdoor-Fitness im Park - Das Abend-Workout im Generationenpark

Nr. 5-26725

Do 11.09.2025, 18.30 - 19.30 Uhr, durchlaufend jeden Donnerstag bei schönem Wetter

Kurs

Nr. 5-26720

TANZ DICH GANZ

Dies ist ein Angebot für alle die Freude an Bewegung haben.



Bewegung zu Musik ist eine Wohltat für Seele und Körper. Dabei ist nicht wichtig „tanzen“ zu können. Denn der Tanz will dich so wie du bist: so begabt, so ungeschickt, so lustig, so ernst, so dick, so dünn, so extrovertiert, so zurückgezogen - so wie du bist, kein bisschen anders. (B. Walsler) Wichtig ist nur Neugierde für Bewegung, die eigene und die der anderen und Freude an Rhythmus und Musik. Durch spielerische Übungen wollen wir die Bewegungsmöglichkeit unseres Körpers und damit unseres Selbst noch besser kennenlernen. Wir erkunden den Raum, wir variieren unseren Krafteinsatz, wir spielen mit Tempo und Fluss der Bewegung. Dabei ist alles willkommen: laut, leise, stark, zart, einfach, komplex, powern, pausieren. Es macht Spaß, sich ohne Leistungsanspruch der Musik und der Bewegung hinzugeben.

Referentin: Dr. Veronika Müller-Mühldorfer, Ärztin, Tanztherapeutin

📍 Pfarrsaal, Bahnhofstr. 2, 93342 Saal a. d. Donau
 € 10,00 €

Nr. 5-26330
 Mi 29.10.2025, 19.00 - 20.30 Uhr
 Nr. 5-26331
 Mi 26.11.2025, 19.00 - 20.30 Uhr

Kurs

Nr. 5-26411

Anatomisches Ganzkörpertraining



Mit Haltung und Bewegung die der Anatomie des Körpers entspricht fühlen wir uns leicht und voller Energie. Weichen wir von den Vorlagen unserer Anatomie ab, merken wir anfangs nur Nachlassen von Kraft und Beweglichkeit, langfristig können sich aber Organsenkungen,

Rückenschmerzen und Arthrosen einstellen. Durch eine gekräftigte Tiefenmuskulatur und ein ideal ausgerichtetes Becken erobern Sie sich Ihre Leichtigkeit und Bewegungsfreude zurück. Dieses Bewegungskonzept ist die Basis für Kraft, Haltung und Schmerzfreiheit. Bitte Isomatte, bequeme Kleidung und dicke Socken mitnehmen.

Referentin: Regina Chmelicek,
 Instructorin für anatomisches Ganzkörpertraining

📍 Turnhalle, Schule Saal, Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau
 € 45,00 €

Nr. 5-26522
 Di 23.09.2025, 19.30 Uhr - Di 21.10.2025, 20.45 Uhr, 5 Treffen
 Nr. 5-26523
 Di 11.11.2025, 19.30 Uhr - Di 09.12.2025, 20.45 Uhr, 5 Treffen

Kurs

Nr. 5-26520

Progressive Muskelrelaxation

Durch Progressive Muskelentspannung den eigenen Körper „neu“ spüren



Wir nehmen unseren Körper meist dann wahr, wenn er schmerzt oder Körperbereiche verspannt sind. Durch die Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen soll der Körper von der Anspannung zur Entspannung gelangen. Ziel ist es, eine sogenannte Wohlspannung zu erleben.

Durch Körperwahrnehmung und die Übungen aus der Progressiven Muskelentspannung widmen wir uns in diesem Kurs einzelnen Körperbereichen und lernen schrittweise, unseren Körper „neu“ zu spüren und können so ein angenehmes Körpergefühl entwickeln. Bitte mitbringen: Isomatte, Decke, kl. Kissen und ggf. dicke Socken.

Referentin: Carolin Ploner, Entspannungspädagogin, Burnoutberaterin

📅 Do 25.09.2025, 18.30 Uhr - Do 23.10.2025, 19.30 Uhr, 5 Treffen
 📍 Grund- und Mittelschule (Handarbeitsraum), Lindenstr. 28, 93342 Saal
 € 55,00 €, Lastschrift

Kurs

Nr. 5-26337

Pilates

„Nach 10 Stunden fühlen Sie sich besser, nach 20 Stunden sehen Sie besser aus, nach 30 Stunden haben Sie einen neuen Körper“ Joseph Pilates



Pilates ist ein wunderbares System von Bewegungen, das Körper und Geist gleichermaßen gut tut. Bei ruhiger Musik, im langsamen Tempo und mit großer Konzentration werden die Übungen unter Anleitung ausgeführt. Pilates eignet sich für jede Alters- und Leistungsstufe. Es

kräftigt und dehnt gleichzeitig die Muskulatur. Die Haltung wird verbessert, die Körperwahrnehmung wird geschult und das Gleichgewicht optimiert. Ohne sich völlig auszupeinern, verbessern Sie auf schonende Art Ihr Körperbewusstsein, Ihre Bewegungsabläufe, Ihr Aussehen und damit auch Ihr ganzes Lebensgefühl.

Referentin: Christina Kirchgeorg

Fr 10.10.2025, 9.00 Uhr - Fr 28.11.2025, 10.00 Uhr, 7 Treffen

📍 Pfarrsaal, Bahnhofstr. 2, 93342 Saal a. d. Donau

€ 49,00 €

Kurs

Nr. 5-26409

Bauchtanz – Aufbaukurs

Bewegungspädagogin Claudia Jung führt in den Kursen in die Traditionen der arabischen Welt ein und nutzt die Bewegungsabläufe des traditionellen Bauchtanzes für die Ziele körperlicher und seelischer Ausgeglichenheit.

Referentin: Claudia Jung

Mi 15.10.2025, 18.00 Uhr - Mi 03.12.2025, 19.30 Uhr, 7 Treffen

📍 Grund- und Mittelschule (Aula), Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau

€ 49,00 €, Lastschrift

Kurs

Nr. 5-26407

Anleitung zur Seniorengymnastik für Damen

Beweglichkeit erhalten / Muskulatur stärken / Sturzprophylaxe und Gleichgewichtssinn trainieren

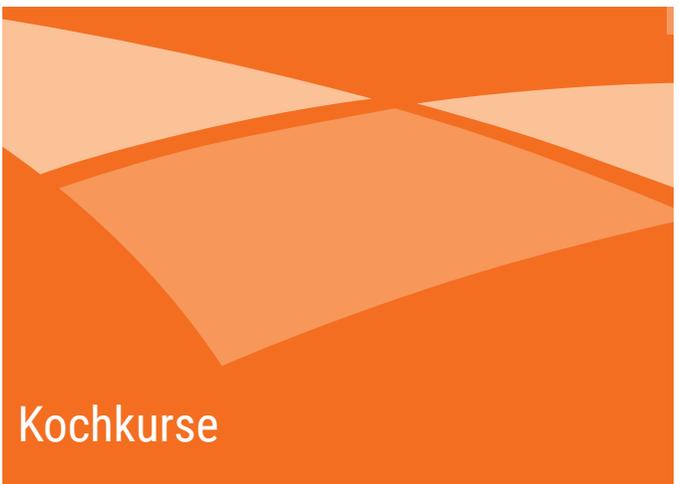
Referentinnen: Traudl Kammermeier

Ursula Wagner

ab September, jeden Donnerstag, 16.30 Uhr - 17.30 Uhr

📍 Pfarrzentrum, Bahnhofstr. 2, 93342 Saal a. d. Donau

€ 00,50 € / Std.



Kurs

Nr. 5-26644

Cocktailparty

Anleitung zum professionellen Cocktail mixen | mit und ohne Alkohol



Sa 13.09.2025, 19.00 Uhr

📍 Pfarrheim, Hintere Marktstr. 3, 84085 Langquaid

Kurs

Nr. 5-25566

Marokkanischen Küche – einzigartig und köstlich!



Die marokkanisches Essen ist vielfältig und verführerisch und spiegelt sich nicht nur in den Landschaften Marokkos, sondern auch in der Küche wider. Marokko hat viele Überraschungen in der kulinarischen Welt zu bieten, die von französischen, spanischen und arabisch-islamischen Einflüssen geprägt sind.

Einheimische Produkte, frische Gewürze und zarte Aromen lassen jedes Feinschmeckerherz höher schlagen. Die marokkanische Küche ist eine mediterrane Küche und umfasst herzhaftere Gerichte wie Couscous oder Tajines. Auf der Fleischseite wird u. a. Lamm und Hühnchen in verschiedenen Formen serviert aber auch Fisch und Gemüse verzaubern in den verschiedensten Variationen. Sind Sie bereit für eine kulinarische Tour durch Marokko?

Hinweis: Bitte haben Sie Verständnis, dass bei allen Kursen in denen Material oder Lebensmittel vorab organisiert werden, die Kurs- und Materialgebühren bezahlt werden müssen. Eine Absage ist bis zum Anmeldeschluss möglich. Danach kann eine Ersatzperson den Platz übernehmen.

Referent: Nabil Hamouda, Koch

Fr 10.10.2025, 18.00 Uhr

📍 Saal a. d. Donau, Schulküche, Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau

€ 25,00 € + ca. 49,00 € je nach Tagespreis der Lebensmittel (incl. Rezepte und Getränke), Lastschrift

📄 verbindlich und per Lastschriftinzug, Anmeldeschluss 02.10.2025

Kurs

Nr. 5-26211

Kochabend: Länder-Menü



Referentin: Maria Nunner, Hauswirtschaftsmeisterin

Fr 10.10.2025, 18.00 - 21.30 Uhr

📍 Bauernhofmuseum Echendorf, Brotzeitstüberl Böhm, Echendorf 11, 93339 Schambach

∞ Frauenkreis

Kurs

Nr. 5-26134

Anleitung zum Brot backen



Do 30.10.2025, 18.00 Uhr

📍 PMT- Prälat-Michael-Thaller-Schule, Regensburger Str. 56, Abensberg

€ 10,00 €

📄 bei Silvia Stocker, Tel.: 09443/3882

∞ KDFB

Kurs

Nr. 5-26130

Winterküche für ein starkes Immunsystem

Antientzündlich, vegetarisch und mit heilsamen Gewürzen



Die kalte Jahreszeit stellt unser Immunsystem vor besondere Herausforderungen. In diesem Kochkurs stehen wärmende, stärkende Gerichte im Mittelpunkt, die nicht nur gut schmecken, sondern dem Körper auch helfen, in Balance zu bleiben.

Mit ausgewählten Hülsenfrüchten, saisonalem Gemüse und der Heilkraft traditioneller Gewürze wie Kurkuma, Ingwer und Zimt entsteht eine alltagstaugliche, antientzündliche Winterküche - rein vegetarisch, nährend und wohltuend. (Glutenfrei)

Neben dem gemeinsamen Kochen gibt es Impulse zur Wirkung einzelner Zutaten und praktische Tipps für eine gesunde Ernährung in der kalten Jahreszeit.

Ein Abend für alle, die mit Genuss und Achtsamkeit etwas für ihre Gesundheit tun möchten.

Hinweis: Bitte haben Sie Verständnis, dass bei allen Kursen in denen Material oder Lebensmittel vorab organisiert werden, die Kurs- und Materialgebühren bezahlt werden müssen. Eine Absage ist bis zum Anmeldeschluss möglich. Danach kann eine Ersatzperson den Platz übernehmen.

Referentin: Nicole Meier, Yogalehrerin, Ayurvedaexpertin, Köchin

Mo 10.11.2025, 18.00 Uhr

📍 Saal a. d. Donau, Schulküche, Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau

€ 25,00 € + ca. 35,00 € je nach Tagespreis der Lebensmittel (incl. Rezepte und Getränke), Lastschrift

📄 verbindlich und per Lastschriftzug

Kurs

Nr. 5-25724

Anleitung zur Herstellung handgefertigter Pralinen

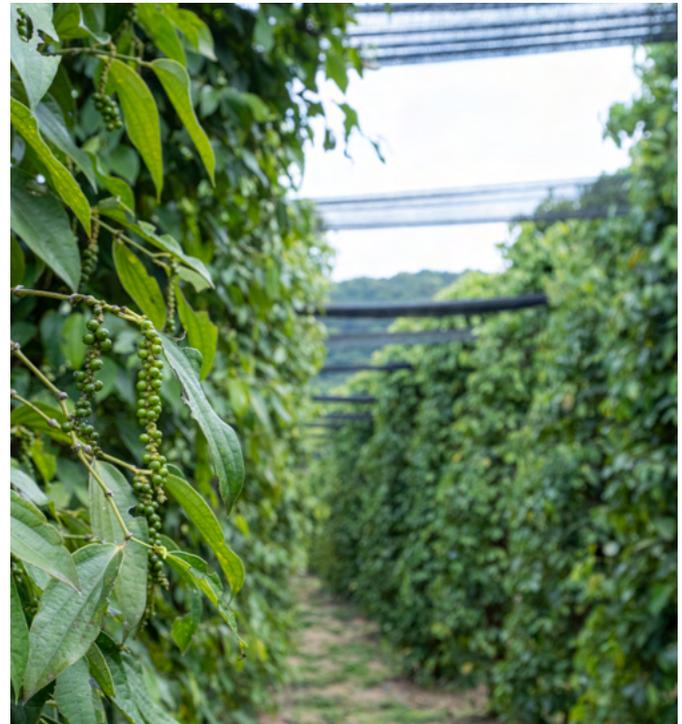


Referentin: Ingrid Pollinger

Fr 14.11.2025, 19.00 Uhr

📍 Kelheimwinzer, Pfarrheim, Kelheimwinzerstr. 286, 93309 Kelheim

👥 Frauen- und Mütterverein und KEB



PERSÖNLICHKEITS- BILDUNG



Studententag

Nr. 5-26873

Fachtag Seniorenbildung



Programmwurf:

- 14.00 Begrüßung
- 14.05 Vortrag zum Thema „Seniorenbildung“ mit Prof.Dr. Irmgard Schroll-Decker
- 15.30 Kaffee & Gebäck (& Getränke)
- 16.00 Diverse Workshops und Infostände
- 18.45 Fazit & Verabschiedung
- 19.00 Ende

Verantwortliche und Leiter*innen von

Gruppen (kommunal wie kirchlich) sind eingeladen, sich mit dem Thema Seniorenbildung zu beschäftigen. Persönliche und örtliche Rahmenbedingungen für ein gesundes und aktives Leben (auch im Alter) werden erläutert. Mögliche Maßnahmen und eventuelle Forderungen an die politische Gemeinde werden besprochen. Anregungen für die Umsetzung vor Ort bieten die verschiedenen Vorträge und Workshops.

Referent: Christiane Mais, Regensburg

Prof. Dr. Irmgard Schroll-Decker, Regensburg

Fr 24.10.2025, 14.00 - 19.00 Uhr

- 📍 Diözesanzentrum Obermünster, Obermünsterplatz 7, 93047 Regensburg
- € Aufgrund einer Spende wird die Teilnahmegebühr von 25,00 € für Sie übernommen. Bei unentschuldigtem Nichterscheinen wird der Betrag jedoch in Rechnung gestellt.
- ✉ KEB im Bistum Regensburg e.V., Mail: christiane.mais@bistum-regensburg.de, Tel. 0941 597-2368
- 🔗 KEB im Bistum Regensburg e.V.

Vortrag

Nr. 5-26129

Talisman – mein Freund und Helfer?



Im Umgang mit Unwägbarkeiten, Ohnmachtsgefühlen und Ängsten spielt der magische Bezug zu Dingen (und Ritualen) häufig eine wichtige Rolle. Die Grenzen zwischen Glauben und Aberglauben sind dabei oft fließend. Und was der eine positiv in seine Lebensbewältigung einbauen

kann, wird dem anderen zur Abhängigkeit. Der Vortrag informiert über Formen und Quellen des Aberglaubens, seine psychologischen Funktionen und Fallstricke.

Referentin: Marianne Brandl, Dipl. Theologin, M.A., Psychologische Beraterin, Leiterin der Fachstelle Sekten- und Weltanschauungsfragen im Bistum Regensburg.

Do 30.10.2025, 19.00 Uhr

- 📍 Pfarrzentrum, Bahnhofstr. 2, 93342 Saal a. d. Donau
- € kostenfrei

Autorenlesung | Autorengespräch

Nr. 5-26767

Gedichte mit Geschichten aus dem Leben

Eine literarische Begegnung



Wir laden Sie herzlich zu einem besonderen Autorinnengespräch ein, das sich ganz dem Zauber von Gedichten und ihren Geschichten widmet. Die Autorin nimmt uns mit auf eine literarische Reise, bei der Poesie und Erzählkunst aufeinander treffen - berührend, humorvoll und

lebensnah. Ob heitere Alltagsszenen, Erinnerungen an früher oder kleine Weisheiten des Lebens. In entspannter Atmosphäre liest die Autorin ausgewählte Gedichte und plaudert über deren Entstehung, Inspiration und Bedeutung. Neben einem Blick hinter die Kulissen bleibt noch Zeit für Austausch, Fragen und Gespräche.

Referentin: Lisa Stögbauer

Di 04.11.2025, 13.00 - 15.00 Uhr

- 📍 Pfarrhaus, Ludwigstr. 17, 93342 Teuerting
- € kostenfrei
- 🔗 Senioren

Vortrag

Nr. 5-25870

„Mensch ärgere dich nicht“

Verständnisvoller Umgang mit den eigenen Ärger-Gefühlen



Sie lernen wohlwollend und achtsam mit sich und Anderen im Ärger und mit dem Ärger umzugehen. Sie werden verstehen, dass Sie dadurch ihre Handlungsmöglichkeiten erweitern können, die zu schnelleren und konstruktiveren Lösungen führen.

Referentin: Karin Eberl,

Juristin, Mediatorin und Trainerin für gewaltfreie Kommunikation

Di 18.11.2025, 19.00 - 21.00 Uhr

- 📍 Kelheim, Pfarrheim Affecking, Schloßbuckel 7, 93309 Kelheim
- ✉ bei Bianca Bühringer, Tel.: 0170/4331056
- 🔗 KDFB Affecking

Kurs

Nr. 5-26554

IAIDO – Die Kunst das Schwert zu ziehen

Einführungskurs



Das Wort Iaido besteht aus zwei Silben: iai und do. Die Silbe iai setzt sich aus zwei Schriftzeichen zusammen. I (ru) = sein und ai (au) = zusammen, Harmonie. Beides zusammen bedeutet soviel wie „ganz dabei sein“.

Die zweite Silbe do bedeutet Weg. Mit diesem Weg ist der Verlauf der persönlichen Entwicklung und Ausbildung gemeint. Im Mittelpunkt des do steht immer das Üben einer bestimmten Fertigkeit mit einem überwiegend spirituellen Aspekt.

Aufgabe des Iaido ist das Erlernen, wie man das Schwert in allen möglichen Situationen gezielt und sicher bewegen kann. Der Anfänger lernt zuerst die einzelnen Elemente, aus der eine Kata besteht. Eine Kata ist ein vorgegebener Bewegungsablauf, der einem realen Schwertkampf nachempfunden ist.

Jede Kata beinhaltet vier Elemente: Ziehen des Schwertes / Schnitt / Schwert reinigen / Schwert einstecken
Kursinhalte sind das Erlernen der Grundtechniken und verschiedene Katas mit den dazu gehörigen vier Elementen. Ebenfalls werden ungefährliche Partnerübungen mit dem Bokken (Holzschwert) geübt.

Bokken werden gestellt. Trainiert wird in normaler Sportbekleidung (Trainingshose, T-Shirt)

Referent: Heinz Perzl, Trainer der Karateabteilung des SC Mitterfecking - 5. Dan Karate, 2. Dan Iaido

📅 **Fr 14.11.2025, 20.00 Uhr - Fr 21.11.2025, 21.30 Uhr, 2 Treffen**

📍 PMT-Schule, Turnhalle, Oberfeckinger Straße, 93342 Mitterfecking

€ 35,00 €, Lastschrift

Seminar

Nr. 5-26586

„In die Stille hören“



Mit diversen Impulsen, Begegnungen mit der Natur im Einklang, Anleitung zum Qi Gong und zur Meditation

📅 **Fr 28.11.2025, 15.00 Uhr - Mo 01.12.2025, 15.00 Uhr, Wochenendseminar**

📍 Kath. Pfarramt Abensberg, Tel.: 09443/1342

🔗 PGR Abensberg

Kreativität

Workshop

Nr. 5-25575

Neurografisches Zeichnen

Neurografisches Zeichnen ist eine kreative Methode, die sowohl Entspannung als auch Selbsterkenntnis fördert. Es wurde von Pavel Piskarev, einem russischen Psychologen, entwickelt und kombiniert Elemente der Kunsttherapie, Neuropsychologie und Meditation.

Diese Art von Malen macht Spaß, fördert die Kreativität und ist ein guter Einstieg in die Malerei.

Bitte mitbringen: Fineliner, Kreide und Gouache

Referentin: Martina Wimmer, Künstlerin

Do 02.10.2025, 19.00 - 21.00 Uhr

Grund- und Mittelschule, Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau – Werkraum

€ 20,00 € + ca. 8,00 € Material, Lastschrift

Workshop

Nr. 5-25574

Intuitives Malen – Lebensfreude und Kreativität entdecken!

„Meine tiefste Überzeugung: Unsere Intuition und unser Körperbewusstsein können Dinge erschaffen, von denen Gedanken nicht einmal ansatzweise eine Ahnung haben, dass es diese Welten gibt.“



Wollen Sie die Freude reiner Kreativität entdecken? Möchten Sie lernen Kreativitätsblockaden zu überwinden? Dann sind Sie herzlich eingeladen, den Prozess des intuitiven Malens kennenzulernen.

Malen um der Freude willen - ohne Erwartungen oder Vorstellungen und frei von dem Anspruch ein bestimmtes Produkt des Verstandes zu Papier zu bringen, sondern dem Gefühl und der Intuition folgend! Im Vordergrund stehen der spontane und kreative Ausdruck und die Freude

am Malen. Hier entstehen ganz eigene Herzens- und Seelenbilder.

Wir malen mit Gouache, Ölpastellfarben, Kreide und Buntstiften, DIN A 4 oder DIN A 3 Mablock. Material wird gestellt oder kann gerne auch selbst mitgebracht werden.

Referentin: Martina Wimmer, Künstlerin

Do 23.10.2025, 19.00 - 21.00 Uhr

Grund- und Mittelschule, Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau – Werkraum

€ 20,00 € + ca. 8,00 € Material, Lastschrift

Kurs

Nr. 5-26560

„Näh-Werkstatt“

Anleitung zum nachhaltigen Nähen - Upcycling für Kleidung



Referentin: Simone Pirthauer

5 x jeden 1. Dienstag im Monat

Grund- und Mittelschule (Handarbeitsraum), Lindenstr. 28, 93342 Saal

€ 20,00 €

Kurs

Nr. 5-26405

„Weiber Werkstatt“ – Wissen von A bis Z

Anleitung zum kreativen Gestalten und umweltfreundlicher Lebensweise



Referentin: Simone Pirthauer

5 x jeden 1. Montag im Monat

Grund- und Mittelschule (Aufenthaltsraum), Lindenstr. 28, 93342 Saal

€ 30,00 €

Workshop

Nr. 5-26806

„Wichtel nähen“

Anleitung zum Nähen und Gestalten von Dekoartikeln



Hinweis: Max. 15 Personen

Sa 15.11.2025, 14.00 Uhr

Kelheim, Pfarrsaal St. Pius, Elsterstr. 2, 93309 Kelheim

bei Lucia Schmailzl, Tel.: 09441/28671, Anmeldeschluss 11.11.2025

KDFB



Seminar

Nr. 5-26263

Frauensprachtreff in Kelheim

„Alle sprechen Deutsch“



Sprachkurse Deutsch für Frauen und Mütter mit Kleinkindern, die keine Möglichkeit haben einen Integrations Sprachkurs zu besuchen.

Der Sprachtreff ist für alle Frauen aller Nationen. Es besteht die Möglichkeit, Kinder mitzunehmen. Auch ohne Deutsche Sprachkenntnisse - alltagsnahe

Kommunikation auf Deutsch (beispielsweise beim Einkaufen, Arztbesuch, Sprechen über Gefühle) erlernen

Referentin: Abir Murad, Sprachlehrerin

Jeden Freitag, 9.00 - 11.00 Uhr

Begegnungszentrum, Emil-Ott-Straße 6-8, 93309 Kelheim

€ kostenfrei

Anmeldung bei der Referentin: Frau Abir Murad: 0155/63258980

KEB Kelheim mit Caritasverband für die Diözese Regensburg e.V., Landratsamt Kelheim, Stadt Kelheim, Pfarrei Mariä Himmelfahrt Kelheim

Kurs

Nr. 5-26425

Englisch Sprachkurse



Referentin: Dr. Andrea Adelung

Grund- und Mittelschule (Aufenthaltsraum), Lindenstr. 28, 93342 Saal a. d. Donau

€ 52,00 €

Englisch Fortgeschrittene

Nr. 5-26555

Mo 22.09.2025, 19.00 Uhr - Mo 17.11.2025, 20.30 Uhr, 8 Treffen

Silver Time: Englisch für Senioren

Nr. 5-26556

Di 23.09.2025, 9.00 Uhr - Di 18.11.2025, 10.30 Uhr, 8 Treffen

„Silver-Surfer“-Projekt

Nr. 5-25478

Schulungsangebote in ABENSBERG

Referent: Rainer Brückmaier, Softwareentwickler, Referent für Digitalkurse

-  Caritas-Sozialzentrum, Max-Bronold-Str. 10, 93326 Abensberg
-  Kostenfrei, Spenden erwünscht.
-  KEB Kelheim

Nr. 5-26842
Di 14.10.2025, 15.00 - 17.00 Uhr

Nr. 5-26843
Di 18.11.2025, 15.00 - 17.00 Uhr

Nr. 5-26844
Di 02.12.2025, 15.00 - 17.00 Uhr

„Silver-Surfer“-Projekt

Nr. 5-25916

Schulungsangebote in MÜHLHAUSEN

Referent: Rainer Brückmaier, Softwareentwickler, Referent für Digitalkurse

-  Pfarrheim St. Vitus Mühlhausen, Geibenstettener Str. 17, 93333 Neustadt a.d. Donau
-  Kostenfrei, Spenden erwünscht.
-  KEB Kelheim

Nr. 5-26839
Fr 10.10.2025, 10.00 - 12.00 Uhr

Nr. 5-26840
Fr 14.11.2025, 10.00 - 12.00 Uhr

Nr. 5-26841
Fr 05.12.2025, 10.00 - 12.00 Uhr

„Silver-Surfer“-Projekt

Nr. 5-26315

Schulungsangebote in BIBURG

-  Gemeinschaftshaus, Klosterstr. 21, 93354 Biburg
-  Kostenfrei, Spenden erwünscht.
-  KEB Kelheim

Nr. 5-26845
Mi 24.09.2025, 15.00 - 17.00 Uhr

Nr. 5-26846
Mi 08.10.2025, 15.00 - 17.00 Uhr

Nr. 5-26847
Mi 22.10.2025, 15.00 - 17.00 Uhr

Nr. 5-26848
Mi 05.11.2025, 15.00 - 17.00 Uhr

Nr. 5-26849
Mi 26.11.2025, 15.00 - 17.00 Uhr

**Bei allen Kursen ist die Teilnehmerzahl begrenzt!
Anmeldung erforderlich!**

„Silver-Surfer“-Projekt

Schulungsangebote in KELHEIM **Termine in Planung!**

-  Kostenfrei
-  Weitere Infos bei der Seniorenstelle des Landkreises unter: 09441 207-1040.

„Silver-Surfer“-Projekt

Schulungsangebote in MAINBURG **Termine in Planung!**

-  Kostenfrei
-  Weitere Infos bei der Seniorenstelle des Landkreises unter: 09441 207-1040.

„Silver-Surfer“-Projekt

Schulungsangebote im MGH in LANGQUAID **Termine in Planung!**

-  Mehrgenerationenhaus, Hintere Marktstraße 20, 84085 Langquaid
-  Kostenfrei
-  Weitere Infos unter: 09452/91220 | mgh@langquaid.de

Workshop

Nr. 5-26676

Große Smartphone – Infoveranstaltung zum „Silver-Surfer-MuT“ Projekt

Das Landratsamt Kelheim lädt mit der Seniorenstelle, mit der KEB Kelheim und mit dem Mehrgenerationenhaus Langquaid zur großen Smartphone-Infoveranstaltung ein.

Referent: Christian Gabler

 **Fr 26.09.2025, 9.00 - 13.00 Uhr**

-  Landratsamt Kelheim, Donaupark 12, 93309 Kelheim, Großer Sitzungssaal
-  KEB Kelheim, Seniorenstelle des Landratsamtes Kelheim

ORTSREGISTER



Abensberg

	Schulungsangebote in ABENSBERG für ältere Menschen im Umgang mit digitalen Medien und Technik („MuT“)	68
	Glaubensgespräche – die Schätze unseres Glaubens	8
Do	11.09. CABRINI – DIE GESANDTE DES PAPSTES	15
Do	18.09. Künstliche Intelligenz einfach erklärt!	25
Do	18.09. Kräuterstammtisch: Bald beginnt die Wurzelerte!	47
Mi	24.09. THE FATHER	15
Do	25.09. Liebt Gott mich wirklich?	8
Fr	26.09. KI entdecken: Der Starter-Workshop für Künstliche Intelligenz	22
Do	02.10. Workshop: Biografiearbeit	8
Mo	06.10. Praxis-Seminar: Der erste Brei selbstgemacht!	34
Do	09.10. Warum gerade die katholische Kirche?	8
Sa	11.10. „Fußgesund und munter!“	51
Di	14.10. Smartphone-Kurs (ANDROID)	68
Do	16.10. ZWEIGSTELLE	16
Mo	20.10. Autorenlesung: Unter Heiden	9
Mi	22.10. Die bildgewaltige Filmwelt von Stefan Erdmann	17
Mi	22.10. DIE SEELE DES WALDES	17
Mi	22.10. ISLAND 63° 66° N – Atemberaubend. Wild. Faszinierend.	18
Do	23.10. Was bietet die katholische Kirche?	8
Do	30.10. Anleitung zum Brot backen	60
Di	04.11. Smartphone-Kurs (ANDROID)	68
Mi	05.11. BHUTAN 26° 28° N – Königreich im Himalaya	18
Mi	05.11. KANAREN 27° 29° N – Acht Inseln – Acht Welten	19
Do	06.11. Qi Gong im Herbst	47
Do	06.11. Praxis-Seminar: Schnelle Gerichte für den Übergang	34
Do	06.11. Qi Gong im Herbst	47
Do	13.11. SeniorenKino	20
Do	13.11. Wie kann ich ein neues Leben starten? – Die Taufe	8
Sa	15.11. Migräne- und Spannungskopfschmerz – Energien fließen lassen	52
Di	25.11. MORGEN IST AUCH NOCH EIN TAG	19
Do	27.11. Was hilft mir meinen Glauben zu bezeugen? – Die Firmung	8
Di	02.12. Smartphone-Kurs (ANDROID)	68
Sa	13.12. Jesus in einem Stück Brot? – Die Eucharistie und Gibt es noch eine Chance für mich? – Die Buße	8
Sa	14.03. Ehevorbereitungs – Seminar (Abensberg)	13

Bad Abbach

Mi	17.09. HATHA-YOGA für Alle	53
Di	04.11. Knochengesund durchs Leben: Was Frauen über Osteoporose wissen sollten – und wie Bewegung hilft	46
Mi	12.11. HATHA-YOGA für Alle	53
Do	13.11. Testament oder gesetzliche Erbfolge? Nachlassplanung	25

Bad Gögging

Sa	13.09. Geführte Halbtages-Pilgerwanderung „Via Nova“ von Bad Gögging bis Staubing	11
Sa	18.10. Geführte Halbtages-Pilgerwanderung „Via Nova“ von Bad Gögging bis Staubing	11

Biburg

	Schulungsangebote in BIBURG für ältere Menschen im Umgang mit digitalen Medien und Technik („MuT“)	68
	Anleitung zur Seniorengymnastik	54
Mi	24.09. Smartphone-Schulung für Senioren (Grundlagen)	68
Mi	08.10. Smartphone-Schulung für Senioren (Grundlagen)	68
Di	21.10. Baby oder Smartphone im Blick – Feinfühligkeit im Umgang mit digitalen Medien im Alltag	35
Mi	22.10. Smartphone-Schulung für Senioren (Grundlagen)	68
Mo	27.10. KI entdecken: Der Starter-Workshop für Künstliche Intelligenz	22
Mi	05.11. Smartphone-Schulung für Senioren (Grundlagen)	68
Mi	26.11. Smartphone-Schulung für Senioren (Grundlagen)	68

Hemau

Di	21.10. Wie funktioniert die Notaufnahme, wann sollte ich dort hin?	45
----	---	----

Herrnsaal

Sa	11.10. Klosterweg auf der VIA NOVA – Von Kelheim nach Herrnsaal Etappe 4.2 halbtags	12
----	--	----

Ihrlerstein

Mi	29.10. Fake News, Hate Speech oder die Frage nach der Wahrheit	26
----	---	----

Kelheim

	Frauensprachtreff in Kelheim	66
	Internationales Kulturcafé	23
	Themenreihe zur christlichen Soziallehre	7

		Kleine Auszeit – Bibelkreis	7	Di	18.11.	„Mensch ärgere dich nicht“	63
		Glaube im Gespräch	7	Sa	22.11.	„3. Kesser Vatertag“ – Väterseminar	36
Do	04.09.	Informationsabend für werdende Eltern mit Kreißsaalführung	36	Mi	26.11.	Herzwochen 2025	45
Do	11.09.	1. Ein Blick auf den Menschen in der Neuzeit Wende zum Subjekt bei Immanuel Kant	7	Do	04.12.	Informationsabend für werdende Eltern mit Kreißsaalführung	36
Di	16.09.	„Nachts im Rathaus“	22	Fr	05.12.	Kleine Auszeit – Bibelkreis	7
Do	18.09.	2. „Zum ewigen Frieden“ Kants Vision einer gerechten Gesellschaft	7	Mo	08.12.	Glaube im Gespräch	7
Fr	19.09.	Kleine Auszeit – Bibelkreis	7	Do	01.01.	Ehevorbereitungs – Seminar (Kelheim)	13
Fr	19.09.	Klimawandel in der Heimat Niederbayern – was wir aus der Vergangenheit für die Zukunft lernen können	25	Kelheimwinzer			
Sa	20.09.	Klosterweg auf der VIA NOVA – Von Weltenburg nach Kelheim Etappe 4.1 halbtags	12			Offener Treff für Alleinerziehende in Kelheim	32
Do	25.09.	3. Christliche Soziallehre Ursprünge von Kant bis Leo XIII.	7	Do	25.09.	„Wohl & Warm“ Volksheilkundliche Rezepte für die kalte Jahreszeit“	48
Sa	27.09.	Auf dem ostbayerischen Jakobsweg von Kelheim nach Buch	10	Do	09.10.	„Arzneiconfect und Apothekerschleck“ – Historische Süßigkeiten selbst gemacht	48
Di	30.09.	Seniorenvertretung gestalten – Öffentlichkeitsarbeit und Netzwerk	23	Do	06.11.	„Wilde Schätze: Genuss & Gesundheit aus heimischen Wildfrüchten“	49
Do	02.10.	Informationsabend für werdende Eltern mit Kreißsaalführung	36	Fr	14.11.	Anleitung zur Herstellung handgefertigter Pralinen	61
Do	02.10.	4. Entwicklung der christlichen Soziallehre in den päpstlichen Enzykliken bis Papst Franziskus	7	Do	04.12.	„Würzige Wunder – Heilkunst & Genuss aus der Welt der Gewürze“	49
Mo	06.10.	Glaube im Gespräch	7	Langquaid			
Fr	10.10.	Kleine Auszeit – Bibelkreis	7	Mi	10.09.	Wechseljahresbeschwerden und Hormonersatztherapie	44
Di	14.10.	Nachhaltigkeit im Alltag – Wie wir Plastik vermeiden und Müll reduzieren	26	Sa	13.09.	Cocktailparty	59
Mi	22.10.	Männer Doppelbelastung: Wenn Männer von heute in Strukturen von gestern arbeiten!	26	Mi	05.11.	Stressärmer leben – ein Traum oder ist das möglich	52
Sa	25.10.	Studienfahrt nach Bodenmais zum Silberbergwerk	39	Do	20.11.	Kinder und Jugendliche in digitalen Lebenswelten – was Eltern wissen sollten.	36
Mi	29.10.	Die Kunst des (freien) Redens – Rhetorikseminar fürs Ehrenamt	20	Mainburg			
Do	30.10.	Frauen Stopp – Grenzen setzen am Arbeitsplatz	26	Mi	17.09.	Elektronische Patientenakte – alles was Sie wissen müssen!	23
Di	04.11.	Schnell ist man ein Opfer! Der Weisse-Ring und seine Aufgaben	26	Mi	26.11.	Energetische Sanierung von Wohngebäuden – Maßnahmen und Förderungen	27
Do	06.11.	Informationsabend für werdende Eltern mit Kreißsaalführung	36	Mo	01.12.	Die Kunst des (freien) Redens – Rhetorikseminar fürs Ehrenamt	21
Fr	07.11.	Kleine Auszeit – Bibelkreis	7	Mi	10.12.	Mit Genuss durch die Wechseljahre – Wie Ernährung Körper und Seele stärkt	32
Mo	10.11.	Glaube im Gespräch	7	So	08.02.	Ehevorbereitungs – Seminar (Mainburg)	13
Di	11.11.	„Patientenverfügung, Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht“ – Rechtliche Vorsorge	24	Mitterteckung			
Do	13.11.	Was bleibt, wenn alles zu Ende geht?	9	Fr	14.11.	IAIDO – Die Kunst das Schwert zu ziehen	64
Sa	15.11.	„Wichtel nähen“	66				

Mühlhausen

	Schulungsangebote in MÜHLHAUSEN für ältere Menschen im Umgang mit digitalen Medien und Technik („MuT“)	68
Fr	10.10. Smartphone-Kurs – „Silver Surfer“ (Mühlhausen)	68
Fr	14.11. Smartphone-Kurs – „Silver Surfer“ (Mühlhausen)	68
Fr	05.12. Smartphone-Kurs – „Silver Surfer“ (Mühlhausen)	68

Niederleierndorf

Sa	11.10. Führung durch die Ausstellung Muna 2/VII 1945	39
So	07.12. Weihnachtslieder und ihre Geschichte	41

Offenstetten

Di	14.10. Die elektronische Patientenakte – Was Sie wissen müssen!	23
----	--	----

Riedenburg

Do	09.10. Mit Genuss durch die Wechseljahre – Wie Ernährung Körper und Seele stärkt	46
----	---	----

Rohr

Di	25.11. Psychisch gesund durch die Pubertät	46
----	---	----

Saal a. d. Donau

	„Näh-Werkstatt“	65
	„Weiber Werkstatt“ – Wissen von A bis Z	65
	Die Feldenkrais-Methode	54
	Seniorenachmittage	7
	Tauchkurse in Saal a. d. Donau	50
	Pilates meets HIIT (Hochintensives Intervalltraining)	54
	„Schmerzfrei“ – durch Bewegung	55
	Burning Plus	56
	Hatha-Yoga für die Gesundheit	56
	Line Dance – Tanzen in perfekter Harmonie	56
	Line Dance – Anfänger	56
	Outdoor-Fitness im Park – Das Abend-Workout im Generationenpark	57
	Englisch Sprachkurse	66
	TANZ DICH GANZ	58
	Line Dance – Fortgeschrittene	56
	Anatomisches Ganzkörpertraining	58
Do	11.09. Seniorenachmittag: Studienfahrt ins Stiftland	7

Do	11.09. Outdoor-Fitness im Park – Das Abend-Workout im Generationenpark	57
Sa	13.09. Die Feldenkrais-Methode	54
Di	16.09. Wirbelsäulengymnastik – „Mein Rücken“	57
Mi	17.09. Burning Plus	56
Do	18.09. Anleitung zur Seniorengymnastik für Damen	59
Mo	22.09. Hatha-Yoga für die Gesundheit	56
Mo	22.09. „Schmerzfrei“ – durch Bewegung	55
Mo	22.09. Englisch Fortgeschrittene	66
Mo	22.09. „Schmerzfrei“ – durch Bewegung	55
Mo	22.09. Hatha-Yoga für die Gesundheit	56
Di	23.09. Silver Time: Englisch für Senioren	66
Di	23.09. Anatomisches Ganzkörpertraining	58
Do	25.09. Progressive Muskelrelaxation	58
Di	30.09. Pilates meets HIIT (Hochintensives Intervalltraining)	55
Mi	01.10. Lebensmittel veredeln	51
Mi	01.10. Qi Gong – Miniurlaub im Alltag	50
Do	02.10. Neurografisches Zeichnen	64
Mo	06.10. Seniorennachmittag: Wie Wind und Weite und wie ein Zuhause	7
Mi	08.10. Bitter & Bös – Die Jubiläumslesung!	38
Fr	10.10. Pilates	59
Fr	10.10. Marokkanischen Küche – einzigartig und köstlich!	59
Mi	15.10. Bauchtanz – Aufbaukurs	59
Mi	15.10. Ukulele Grundkurs	38
Mi	15.10. T C M – Einführung in die Traditionelle Chinesische Medizin	51
Mi	15.10. Ukulele Aufbaukurs	38
Mi	22.10. Burning Plus	56
Do	23.10. Klangbad – Klangreise	52
Do	23.10. Intuitives Malen – Lebensfreude und Kreativität entdecken!	65
Sa	25.10. Einsteiger-Tauchkurs	50
Sa	25.10. OpenWaterDiver	50
Mo	27.10. Vipassana – Achtsamkeit & Stille erleben	51
Mi	29.10. TANZ DICH GANZ	58
Do	30.10. Talisman – mein Freund und Helfer?	63
Mo	10.11. Seniorennachmittag: „Sich öffnen und Zuversicht wagen“	7
Mo	10.11. Winterküche für ein starkes Immunsystem	60
Di	11.11. Pilates meets HIIT (Hochintensives Intervalltraining)	55
Di	11.11. Wirbelsäulengymnastik – „Mein Rücken“	57

Di	11.11.	Anatomisches Ganzkörpertraining	58
Mo	17.11.	Hatha-Yoga für die Gesundheit	56
Mo	17.11.	„Schmerzfrei“ – durch Bewegung	55
Mo	17.11.	„Schmerzfrei“ – durch Bewegung	55
Mo	17.11.	Hatha-Yoga für die Gesundheit	56
Mi	19.11.	Anleitung zum sakralen Tanz – „Wer gehen kann, kann auch tanzen“	40
Do	20.11.	Die Magie des Räucherns mit heimischen Kräutern	40
Mi	26.11.	TANZ DICH GANZ	58
Fr	28.11.	Whisky-Tasting – „Die Woidler“	40
Sa	29.11.	Qi Gong – Wohlfühl-Workshop	50
Sa	29.11.	Einsteiger-Tauchkurs	50
Sa	29.11.	OpenWaterDiver	50
Mi	03.12.	Heilsames Singen – Chanten im Advent	41
Sa	13.12.	Die Feldenkrais-Methode	54
Mo	15.12.	Seniorenachmittag: „Unterwegs im Advent“	7

Sandelzhausen

Mi	08.10.	Selbstheilungskräfte mit der Fußreflexzonen-Massage	51
----	---------------	---	----

Schambach

Fr	10.10.	Kochabend: Länder-Menü	60
----	---------------	------------------------	----

Siegenburg

Di	23.09.	Pilze im Wald	51
Di	07.10.	„Patientenverfügung, Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht“ – Rechtliche Vorsorge	24

Teuerting

Di	04.11.	Gedichte mit Geschichten aus dem Leben	63
----	---------------	--	----

BILDERVERZEICHNIS

- © KEB Kelheim - 39
- © KI_KEB_Kelheim - 7f., 10
- © Landratsamt Kelheim - 25
- © Pfarrei Mariä Himmelfahrt, Kelheim - 7
- © Stecklein Jessica - 32
- © Stefan Erdmann - 1, 17, 18, 19, 76
- © Tourismusverband im Landkreis Kelheim e.V. - 11
- © Verleih 24 Bilder Film GmbH - 15
- © Zachhof - 39
- ©AdobeStock_184718018_Syda Productions - 34
- ©AdobeStock_196492388_maho - 27
- ©AdobeStock_208570355_Tomsickova - 33
- ©AdobeStock_244923083_Mediterraneo - 34
- ©AdobeStock_290774220_MQ-Illustrations - 23
- ©AdobeStock_315451889 - 33
- ©AdobeStock_424517526_KWstudio - 20
- ©AdobeStock_488186681_MQ-Illustrations - 24
- ©AdobeStock_572971329_tippapatt - 22
- ©AdobeStock_85066326_Mara Zemgaliete - 33f.
- ©AdobeStock_262343623_triocean - 35
- ©AdobeStock_573329128_Daniel - 67
- ©AdobeStock_568120537_JJfoto - 61
- ©eliasmaier.de - 17
- ©Filmverleih_Weltkino - 16
- ©KI_generiert_KEB_Kelheim - 20f., 23, 24, 25, 38, 45, 54ff, 63
- ©Landratsamt Kelheim - 26
- ©Tobis Film - 15, 19
- ©Luis Zeno Kuhn - 16, 16
- © Birgit Hyna - 59
- ©Agnieszka Paluch - 58
- ©Andrea Petermichl - 58
- ©Birgit Hyna - 59
- ©c.Agnieszka Paluch - 51f., 58
- ©Caritas Kelheim - 43
- ©Caritasverband für den Landkreis Kelheim e.V. – 44
- ©Andreas Hornauer - 25
- ©eliasmaier.de - 17f.
- ©Georg Lodermeier - 51
- ©Gregor Tautz - 10, 12
- ©Kllona Weiß - 63
- ©Inge Jung-Leiritz - 40
- ©Landratsamt Kelheim – 26, 45
- ©Letzte Hilfe Deutschland - 21
- ©Lisa Stögbauer - 63
- ©Martina Wimmer - 65
- ©Meier Luis - 56
- ©Microsoft CoPilot (KI) Schöfer Bernhard - 40
- ©Nadja Freisleben - 55
- ©Penguin Verlag (www.penguin.de) - 9
- ©Perzl Heinz - 64
- ©pixabay.com.de - 7ff., 13, 13, 22f., 25f., 32, 35f., 38, 40f., 46ff., 56ff., 59, 63ff. privat - 40f., 56, 64f.
- ©Stecklein - 32
- ©Robert Golden - 54
- ©Sandra Batz - 57
- ©Sebastian Wurmdobler - 36
- ©Simone Pirthauer - 65
- ©Sonja Hamberger - 54
- ©Steindl Eduard - 54
- ©stock.adobe.com - 33, 36
- ©Wimmer Martina - 64

Allgemeine Geschäftsbedingungen der Katholischen Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg e.V. (KEB)

0. Grundsätzliches

- Die Veranstaltungen der KEB stehen grundsätzlich allen Interessierten der jeweiligen Zielgruppe offen. Einschränkungen sind vereinzelt nötig, um externe Rechte per jeweilige Hausrechte auszuschließen.
- Die AGBs der Mitveranstalter (beispielsweise Bildungshäuser und Reiseunternehmen) sind bei den einzelnen Veranstaltungen zudem zu berücksichtigen.

1. Anmeldeschluss

- Der Anmeldeschluss der Ausschreibung ist in der Regel mit einem konkreten Datum gekennzeichnet.
- Nach dem jeweiligen Termin können Anmeldungen nur noch nach individueller Absprache angenommen werden.
- Der zeitliche Abstand des Anmeldeschlusses zur Veranstaltung wird von der KEB variabel so kurzfristig wie möglich gehandhabt und berücksichtigt die Stornozeiten des Veranstaltungshauses sowie etwaige Kooperationsvereinbarungen.

2. Kursgebühren und mögliche Ermäßigungen

- Für die Erhebung der Kursgebühren gilt die jeweilige Regelung in den einzelnen Ausschreibungen der Kurse, Seminare und Fahrten: Folgendes Prozedere wird angewendet:
 - Soweit Kursgebühren vor Kursbeginn in Rechnung gestellt werden, sind diese innerhalb von 10 Tagen durch die Teilnehmenden 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 einzelnen Veranstaltungsausschreibung 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.
- Ermäßigungen werden in der Ausschreibung bekannt gegeben.
- Grundsätzlich soll eine angedachte Teilnahme an einer Bildungsveranstaltung nicht an den Kosten scheitern. Im Einzelfall wird um eine direkte Kontaktaufnahme mit der KEB gebeten.

3. Veranstaltungsanmeldung

- Anmeldungen sind zu allen Kursen der Katholischen Erwachsenenbildung erforderlich, bei denen dies im Programm ausgewiesen ist. 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.

4. Rücktritts- / Bearbeitungsgebühren

Diese Rücktrittsbedingungen gelten, sofern in der konkreten Veranstaltungsausschreibung keine anderen Konditionen geregelt sind.

- Ein Rücktritt/Widerruf (entweder fernmündlich zu den Bürozeiten oder schriftlich per E-Mail, Brief oder Fax) ist möglich.

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

5. 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.

6. 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.

7. Urheberrecht

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

8. 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.

Für Veranstaltungen/Seminare, die von unserer **Moodle-Lernplattform** unterstützt werden, gilt ergänzend zu diesen Geschäftsbedingungen eine Nutzungsordnung. (siehe unter www.keb-regensburg.de/agb/)

Für Veranstaltungen/Seminare im Bereich der **Eltern-Kind-Gruppen-Ausbildung/bzw. -Fortbildung** gelten z.T. gesonderte Regelungen zu diesen Geschäftsbedingungen. (siehe unter www.keb-regensburg.de/agb/)

Stand: 01.01.2024



KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG
IM BISTUM REGENSBURG E.V.
Regionale KEB im Landkreis Kelheim
Max-Bronold-Str. 10
93326 Abensberg
09443 / 92 82 380
info@keb-kelheim.de

