

# Inhalt

Vorwort .....	3
Religion und Glaube .....	5
Lebensgestaltung und Erziehung.....	17
Gesundheit und Ernährung.....	27
Kreatives und Kultur .....	39
Gesellschaft und Politik .....	51
Natur und Reisen .....	63
Hospiz- und Trauerarbeit.....	73
Fort- und Weiterbildung .....	79
KEB im Bistum Passau .....	81
Terminübersicht .....	88
Geschäftsbedingungen .....	95
Adressen KEB im Bistum .....	96
Impressum.....	97

## Abkürzungen

KAB	Katholische Arbeitnehmerbewegung
KDFB	Katholischer Deutscher Frauenbund
KEG	Katholische Erziehergemeinschaft

Sehr geehrte Damen und Herren,

Sie halten das Programmheft für März bis August 2019 der Katholischen Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf in Händen. Mit großer Unterstützung der Bildungsbeauftragten vor Ort und dem großen Engagement der Geschäftsstelle konnte wiederum ein sehr vielfältiges und interessantes Bildungsangebot erstellt werden. Lassen Sie sich beim Durchblättern des Programmheftes von der Vielfalt unseres Angebotes überraschen.

Erlauben Sie mir einige Veranstaltungen, ohne andere Veranstaltungen hint` anstellen zu wollen, im Vorwort zu erwähnen.

Die Themenreihe „Wasser“ mit drei Vorträgen zu den Schwerpunkten Wasserverschmutzung, Klimawandel und Wassermangel wird fortgeführt.

Vor 30 Jahren, im Jahr 1989, kam es zum Mauerfall. Aus heutiger Sicht ist das wieder vereinte Deutschland schon lange selbstverständlich, wenn auch in anderen Teilen Europas die Gedanken der Separatisten wieder Fuß fassen können. Die Ereignisse im Jahr 1989 wird Joachim Jauer, bekannt durch seine Tätigkeit als Fernsehkorrespondent und Leiter des ZDF-Büros in der damaligen DDR sowie als Chronist des revolutionären Umbruchs des ehemaligen Warschauer Paktes, beleuchten. Er hat die Ereignisse hautnah als Hörfunk- und Fernsehjournalist erlebt.

Das „Hengersberger Forum“ bietet in diesem Jahr eine Vortragsreihe zum Thema „Aller Anfang“ an. Im Rahmen dieser Reihe dürfen wir am 9. Oktober den Landesbischof der evangelischen Kirche, Heinrich Bedford-Strohm begrüßen.

Dazu passend freut es uns besonders, dass Bischof Stefan Oster am 7. Mai im Kolpinghotel in Deggendorf seine Ideen und Vorstellungen zur Neuevangelisierung vortragen wird.

Die Pfarrei Sankt Magdalena in Plattling widmet sich dem Tag des Herrn, dem Sonntag, und beleuchtet die Bedeutung dieses Tages aus verschiedenen Blickwinkeln bei insgesamt 3 Vortragsabenden.

Einladen darf ich Sie wieder zu unserer Reihe „Kirche und Wirtshaus“, die ein fester Bestandteil unseres Veranstaltungsangebotes geworden ist. Diesmal besuchen wir die Kirche in Wallerdorf und die Wallfahrtskirche Geiersberg.

Nehmen Sie unsere Angebote wahr. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

gez.  
Wolfgang Geier  
1. Vorsitzender

gez.  
Brigitte Eichinger  
Geschäftsführerin

# Religion und Glaube





### "Wir trauen uns!"

Einstimmung auf Ehe und kirchliche Trauung

In den hektischen Wochen der Hochzeitsvorbereitung soll der sogenannte "Brautleutetag" dem Nachdenken über grundsätzliche Ziele einer Beziehung dienen. Mit erfahrenen Kursleiterinnen und Kursleitern können Sie über Ihre Erwartungen an eine partnerschaftliche Ehe nachdenken und Erfahrungen austauschen. Das Gespräch mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin und das Gruppengespräch spielen eine zentrale Rolle.

Der Vormittag setzt sich mit der Frage "Was lässt eine Ehe gelingen?" auseinander. Es werden Phasen der Ehe vorgestellt, über den Umgang mit Konflikten nachgedacht und es geht um Wertschätzung und Wünsche in der Partnerschaft.

Der Nachmittag steht unter dem Titel "Die kirchliche Trauung und die Ehe als Sakrament". Hier erhalten Sie Anregungen für den Ablauf des Trauungsgottesdienstes und Sie setzen sich mit dem Trauspruch auseinander.

#### Datum/Uhrzeit

Samstag 13.04.2019, 9.00 - 17.00 Uhr  
Samstag 25.05.2019, 9.00 - 17.00 Uhr

#### Referentin/Referent

Irmgard und Manfred Schmid

#### Datum/Uhrzeit

Samstag 06.07.2019, 9.00 - 17.00 Uhr

#### Referentin/Referent

Elisabeth und Rudolf Sitzberger

#### Datum/Uhrzeit

Samstag 16.03.2019, 9.00 - 17.00 Uhr  
Samstag 19.10.2019, 9.00 - 17.00 Uhr

#### Referentin/Referent

Barbara und Robert Heydenreich

#### Datum/Uhrzeit

Samstag 23.03.2019, 9.00 - 17.00 Uhr

#### Referentin/Referent

Elisabeth und Rudolf Sitzberger

#### Datum/Uhrzeit

Samstag 11.05.2019, 9.00 - 17.00 Uhr

#### Referentin/Referent

Tilla Hartwig und Alois Sauer

#### Datum/Uhrzeit

Samstag 30.03.2019, 9.00 - 17.00 Uhr

#### Referentin/Referent

Tilla Hartwig und Alois Sauer

#### Deggendorf

Pfarrzentrum St. Martin,  
Detterstr. 35

#### Niederaltich

Landvolkshochschule,  
Hengersberger Str. 10

#### Gebühr

15 Euro für Mittagessen

#### Neuhausen

Pfarrzentrum (Gebäude  
gleich bei der Kirche),  
Ildefons-Lehner-Str. 6

#### Osterhofen

Kolpinghaus,  
Seewiesen 6 ½

#### Riggerding

Pfarrheim,  
Riggerding 35

#### Schöllnach

Jugendheim,  
Kirchenweg 4



AUS UNSERER REIHE

## Kirche und Wirtshaus

Die Idee zur Aktion "Kirche und Wirtshaus" wurde 1999 in Regensburg geboren und war von Anfang an erfolgreich.

Im Herbst 2013 griff die KEB Deggendorf diese Idee auf und lädt seither ein, Kirchen und traditionsreiche Gasthöfe im Landkreis kennenzulernen. Die Reihe "Kirche und Wirtshaus" beginnt jeweils mit einer Kirchenführung. Im Anschluss geht es in das Gasthaus, wo die Wirtsfamilie oder eine dem Wirtshaus nahe stehende Person aus der Wirtshaus-Geschichte erzählt.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

### Die Herz-Jesu-Kirche Wallerdorf und das Wirtshaus Thalhauser

Im Januar 1899 wurde ein Bittgesuch an den Bischof von Passau und an das königliche Bezirksamt Vilshofen eingereicht mit dem Gesuch einer Genehmigung für den Bau einer Expositur in Wallerdorf. Im September 1900 war Spatenstich und es entstand unter dem Architekten Johann Schott eine wunderschöne neugotische Kirche, deren Glocken am 22. Dezember 1901 erstmals erklangen. Die neugotische Ausstattung ist bis heute in ihrem Ursprung erhalten. Pfarrer Alfred Binder wird im Rahmen der Führung neben den geschichtlichen Daten einiges zur Einrichtung erzählen. Im Anschluss geht es in den gemütlichen Landgasthof Thalhauser. Der Wirt Helmut Thalhauser gibt uns einen Einblick in seinen Betrieb, der Gastwirtschaft, Partyservice, diverse Feiern, insbesondere auch Hochzeiten umfasst.

#### Datum/Uhrzeit

Sonntag, 17.03.2019  
14.00 Uhr

#### Ort

Pfarrkirche Wallerdorf

#### Referenten

Pfarrer Alfred Binder,  
Helmut Thalhauser

### Die Wallfahrtskirche "Zur schmerzhaften Muttergottes" am Geiersberg

Die Wallfahrtskirche am Geiersberg zählt zu den ältesten Pilgerstätten Bayern. Laut Inschrift wurde die Wallfahrtskirche 1486 vollendet. Beeindruckend sind die Votivtafeln, die Zeugnis über das lebendige Wallfahrtswesen geben. Das Wirtshaus, das wir im Anschluss besuchen, steht zum Druckzeitpunkt noch nicht fest.

#### Datum/Uhrzeit

Sonntag, 30.06.2019  
15.00 Uhr

#### Ort

15.00 Uhr bei der  
Wallfahrtskirche  
am Geiersberg

#### Referent

Pfarrer Martin Neidl

**Datum/Uhrzeit**

jeweils donnerstags,  
7., 14. und 28. März und  
4. und 11. April um 19.45

**Ort**

94491 Schwanenkirchen  
Pfarrsaal

**Referent**

Thorsten Maier

**Datum/Uhrzeit**

Mittwoch, 13.03.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
St. Ursula Hospiz,  
St. Ursula Weg 5

**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 15.03.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

94560 Neuhausen,  
Pfarrzentrum,  
Idefons-Lehner-Straße 6

**Referent**

Dieter Stuka

**Jesu Wort - LebensWort**

Glaubenskurs für den Alltag

Gott lässt sich suchen und finden in allen Dingen (Hl. Ignatius von Loyola). Daher sind wir überzeugt, dass gerade der Alltag als Raum des Lebens, wie es eben ist, auch als Ort der Gegenwart Gottes entdeckt werden kann.

Bei diesem Kurs lernen wir Worte Jesu aus der hl. Schrift kennen, die uns zu Lebensworten werden können.

*Veranstalter: Pfarrgemeinderat*

**Franziskus - ein Mann des Wortes**

Filmvorführung mit Einführung und Diskussion

Dieser Film ist in einer außergewöhnlichen Zusammenarbeit mit dem Vatikan entstanden. Die Gedanken des Papstes, alle ihm wichtigen Themen, aktuelle Fragen zu globalen Herausforderungen und sein Reformbestreben innerhalb der Kirche, stehen im Zentrum des Porträts.

*Veranstalter: Seniorengemeinschaft*

**Alles zum Davonlaufen - Lebenskrisen im Spiegelbild biblischer Gestalten**

Mose wollte nicht reden, Sara bekam bis ins hohe Alter keine Kinder, Abraham wartet ewig auf die vorhergesagten Nachkommen, Petrus verleugnet Jesus.

Viele biblische Gestalten wollten manchmal einfach nur davon laufen. Was hat sie gehalten und wie haben sie ihre Krisen bewerkstelligt?

*Veranstalter: KAB*

AUS UNSERER REIHE

## Sonntag

**Der Tag des Herrn**

Zu Ursprung, Charakter und Feier des christlichen Sonntags

Der Vortrag geht den Ursprüngen der christlichen Sonntagsfeier nach und erhellt den Charakter des "Herrentags". Dabei wird auch gefragt, worin er sich vom jüdischen Sabbat unterscheidet und was ihn zum charakteristischen Feiertag der Christen macht.

*Veranstalter: Pfarrgemeinderat*

**Vom Tempo der Welt und warum der gemeinsame Sonntag mehr ist als der Kirchgang**

Der Alltag ist bei den meisten Menschen in unserer Zeit gefüllt mit Arbeit, Terminen, Stress und Hetze. Und auch der Sonntag ist zwischenzeitlich nicht mehr der "Tag des Herrn". Biblisch hat Jahwe bei der Erschaffung der Welt am siebten Tag geruht und sich an dem, was er geschaffen hat, erfreut. Wie wäre es, wenn wir die Zeit an unseren Sonntagen mit Gebet, Gemeinschaft und Muse verbringen und dem Tempo der Welt einen Kontrapunkt setzen.

*Veranstalter: Pfarrgemeinderat*

**Datum/Uhrzeit**

Mittwoch, 20.03.2019  
20.00 Uhr

**Ort**

94447 Plattling,  
Pfarrheim St. Magdalena,  
Bahnhofstr. 13 A

**Referent**

Prof. Dr. Harald Buchinger

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 26.03.2019  
20.00 Uhr

**Ort**

94447 Plattling,  
Pfarrheim St. Magdalena,  
Bahnhofstr. 13 A

**Referent**

Markus Nickl

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 02.04.2019  
20.00 Uhr

**Ort**

94447 Plattling, Pfarrheim  
St. Magdalena,  
Bahnhofstr. 13 A

**Referent**

Wolfgang Stöckl

**Die Sonntagsbibel**

Eine Einführung in Entstehung und Aufbau der Regensburger Sonntagsbibel und ihre Anwendung in der Glaubenspraxis

Über 11.000 Lektorinnen und Lektoren haben im Bistum mit der Regensburger Sonntagsbibel (RSB) ein im deutschsprachigen Raum einzigartiges Buch erhalten. Ziel ist es, das Wort Gottes wieder lebendig werden zu lassen und als Schatz für das Glaubensleben fruchtbar zu machen. Dazu soll auch diese Hinführungsveranstaltung des Projektleiters Wolfgang Stöckl dienen, in der Entstehung, Aufbau und Anwendung des Buches anschaulich erläutert werden.

*Veranstalter: Pfarrgemeinderat*

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 23.03.2019  
9.30-17.00 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
St. Ursula Hospiz, St.  
Ursula Weg 5

**Referent**

Hans Primus

**Gebühr**

35 Euro einschließlich  
Verpflegung

**Das Gleichnis vom barmherzigen Vater und seinem frustrierten (älteren) Sohn**

Zu den bekanntesten Texten des NT gehört das Gleichnis vom barmherzigen Vater. Es wird auch Gleichnis vom verlorenen Sohn genannt, weil manchmal eher der barmherzige Vater und manchmal eher der jüngere Sohn mit seiner abenteuerlichen Lebensgeschichte im Mittelpunkt des Interesses steht. Meist im Schatten aber steht der daheim gebliebene ältere Sohn, der sich stets redlich bemüht hat, seine "verdammte Pflicht und Schuldigkeit" zu tun und doch das Gefühl hat, stets zu kurz zu kommen. Aber gibt es nicht zuweilen Lebenssituationen, wo es uns ganz ähnlich geht? Bei diesem Bibliodrama-Tag wollen wir uns ausdrücklich diesem älteren Sohn zuwenden, uns mit den Gründen für seine Frustration befassen und nach einem Weg suchen, der aus dieser Lage herausführt  
*Veranstalter: Hospizverein*

**Christliches Pilgern - der Jakobsweg**

Der Pilgerweg nach Santiago de Compostela verbindet nicht nur geographische und zeitliche Räume, sondern auch Kulturen und individuelle Lebenslinien. Nach einem kurzen historischen Überblick über die Tradition der Wallfahrt zum Hl. Jakobus, wollen wir versuchen, den geistlichen Dimensionen des Pilgerns auf die Spur zu kommen.  
*Veranstalter: Kolping*

**Wie wird man selig- und heilig-gesprochen?**

Wenn der Papst einen Menschen selig- oder heiligsprechen will, dann prüft er genau, ob der Mensch so gelebt hat, wie die Gesetze der katholischen Kirche es vorsehen. Diese Untersuchung kann manchmal viele Jahre dauern. Ein Mensch kann nur dann selig- oder heiliggesprochen werden, wenn er bereits gestorben ist. Darüber hinaus gibt es noch weitere Kriterien, die Sie an diesem Nachmittag kennenlernen.

*Veranstalter: KAB-Senioren-Aktiv*

**Auf den Spuren Abrahams**

Abraham ist nicht nur der Stammvater des Volkes Israels, sondern auch Stammvater der Araber; von seinem Sohn Ismael soll der Prophet des Islam, Mohammed, abstammen. Abraham ist für Juden, Christen und Muslime die Person schlechthin, die an den einen einzigen Gott glaubte.

*Veranstalter: KEG*

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 26.03.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

94486 Osterhofen,  
Kolpingsaal,  
Seewiesen 6 1/2

**Referent**

Ambrosius Obermeier OSB

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 26.03.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94447 Plattling,  
Pfarrheim St. Magdalena,  
Bahnhofstr. 13 A

**Referent**

Johannes Klaus Müller

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 04.04.2019  
19:30 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
Abt-Joscio-Schule,  
Hengersberger Straße

**Referent**

Josef Smola



**Datum/Uhrzeit**

Mittwoch, 10.04.2019  
19.00 Uhr

**Ort**

94469 Deggendorf,  
Pfarrsaal St. Martin,  
Detterstr. 35

**Referent**

Dekan Dr. Werner Konrad

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 07.05.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

94469 Deggendorf,  
Kolping Stadthotel,  
Östlicher Stadtgraben 13

**Referent**

Bischof Stefan Oster SDB

**Laudato Si**

Die sogenannte "Umweltenzyklika" von Papst Franziskus und mögliche Konsequenzen für unsere Pfarrgemeinden

Papst Franziskus verknüpft in seiner Enzyklika drei Themen, die eng zusammengehören, auch wenn dies oft geleugnet wird: die gegenwärtige Zerstörung unserer natürlichen Lebensgrundlagen, die soziale Ungerechtigkeit, die durch die gegenwärtige globale Art des Wirtschaftens verursacht wird, und unser christlicher Glaube. Dabei findet er kühne und provozierende Worte auch in Richtung der eigenen Kirche. Dieses päpstliche Schreiben spricht das wichtigste Zukunftsthema für unsere menschliche Zivilisation, aber auch für unseren Glauben, an. Es sollte daher in jeder christlichen Gemeinde gehört und bedacht werden.

*Veranstalter: Pfarrgemeinderat*

**Gott ohne Volk?**

Suche nach Wegen aus der Krise

Der Passauer Bischof Dr. Stefan Oster SDB wird über den Glauben, die derzeitige Krise der Kirche und potenzielle richtungsweisende Wege referieren.

Dabei geht er auf die fortschreitende Veränderung in der Gesellschaft ein, die sich immer mehr löst von christlichen Werten hin zu säkularisiertem Leben. Wie Kirche, Religionsunterricht und jeder Katholik/ jede Katholikin dem begegnen kann, soll aufgezeigt werden.

Ein Dialog mit Bischof Dr. Stefan Oster SDB und den Zuhörerenden ist anschließend möglich.

**Sakramente im Lauf des Lebens**

Sakramente sind erfahrbare Zeichen der Nähe und Liebe Gottes. Sie sind in Jesus Christus begründet, der selber das Zeichen ist, in dem wir erkennen, wer Gott ist und was er für uns Menschen bedeutet. In der katholischen Kirche gibt es sieben Sakramente: die Taufe, die Firmung, die Eucharistie, die Buße, die Krankensalbung, die Weihe und die Ehe. Diese sieben Sakramente stellen gleichsam "Knotenpunkte" im Leben eines Christen und einer Christin dar; sie betreffen wichtige Erfahrungen und "Einschnitte" menschlichen Lebens.

*Veranstalter: Seniorenclub*

**Hildegard von Bingen**

Ein Gesprächskreisangebot

Der Hildegard-Kreis ist benannt nach der Äbtissin Hildegard von Bingen, die im 12.Jh. n. Chr. gelebt hat und die im Jahr 2012 zur Kirchenlehrerin erhoben wurde, neben Teresa von Avila, Katharina von Siena und Thérèse von Lisieux. Beim Hildegard-Kreis wollen wir die Frau und Äbtissin Hildegard von Bingen besser kennen lernen, ihre Heilkunde für uns heute deuten und anwenden lernen sowie ihre Grundregeln zur Ernährung für Leib und Seele neu entdecken.

*Veranstalter: Hildegard Kreis Niederalteich*

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 09.05.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94469 Deggendorf,  
Pfarrsaal St. Martin,  
Detterstr. 35

**Referent**

Sebastian Nüßl

**Datum/Uhrzeit**

jeweils donnerstags,  
26. Mai und 18. Juli  
um 19.30 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
Pfarrheim,  
Mauritiushof 1



**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 16.07.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94447 Plattling,  
Pfarrheim St. Magdalena,  
Bahnhofstr. 13 A

**Referent**

Pfarrer Josef Geismar

**Auf den Spuren des Apostels  
Paulus in Griechenland**

Zwei mehrjährige Missionsreisen führten den Apostel Paulus zwischen den Jahren 49 und 56 nach Christus nach Griechenland. Auch auf seiner letzten Reise, die mit seiner Enthauptung in Rom endete, betrat er mehrfach griechischen Boden. Bei einer Reise auf seinen Spuren lernen wir Korinth, Athen, verschiedene Inseln und vielleicht noch Kavala oder Samothrake kennen.  
*Veranstalter: KAB-Senioren-Aktiv*

# Lebensgestaltung und Erziehung





## Krabbelkäfer

**Datum/Uhrzeit**  
dienstags  
14tägig  
15.00-16.30 Uhr

**Ort**  
94491 Hengersberg,  
Eltern-Kind-Gruppenraum  
Simon-Breu-Str. 9

**Referentin**  
Christine  
Schwarzhuber-Gramalla

**Gebühr**  
2,50 Euro/Treffen

**Anmeldung**  
ist nicht erforderlich

DER Treff für Eltern mit ihren Babys bis zu einem Jahr

Mein Baby schläft nicht.

Mein Baby trinkt nicht.

Mein Baby schreit.

Wie geht's eigentlich mir?

Viele Fragen und Unsicherheiten kommen auf Mütter und Väter zu, die ein Kind bekommen.

Der Treff "Krabbelkäfer" möchte Ihnen hier Unterstützung anbieten und den Austausch und die Begegnung mit Gleichgesinnten ermöglichen.

Christine Schwarzhuber-Gramalla, die Leiterin, begleitet Sie fachlich, bereitet Themen auf und steht für Ihre Fragen zur Verfügung. Sie erhalten zudem erste Anregungen für Spiel- und Fördermöglichkeiten für Ihr Baby. Kommen Sie einfach ohne Anmeldung vorbei.

Informationen und Termine können Sie erfragen unter [spielgruppe@hotmail.com](mailto:spielgruppe@hotmail.com), [www.krabbelkaefer-hengersberg-1.jimdosite.com](http://www.krabbelkaefer-hengersberg-1.jimdosite.com)



## Eltern-Kind-Gruppen

In unseren Eltern-Kind-Gruppen treffen sich Eltern/Großeltern und Kleinkinder (bis zum Kindergartenalter) regelmäßig einmal in der Woche für maximal zwei Stunden. Hier werden Freundschaften geknüpft, die Kinder machen erste Gruppen- und soziale Lernerfahrungen. Die Eltern unterstützen sich gegenseitig, tauschen Erfahrungen aus und lernen voneinander.

Die Kinder erhalten in der Gruppe Gelegenheit, erste außerhäusliche Kontakte zu knüpfen, soziale Verhaltensweisen auszuprobieren, neue Erfahrungen zu sammeln und Freude am gemeinsamen Singen, Basteln und Spielen zu entwickeln.

Die Gruppen werden von ausgebildeten Eltern-Kind-Gruppenleiterinnen geleitet und finden wöchentlich statt.

Die Kosten pro Gruppe betragen 25 Euro für 10 Treffen

**Altenmarkt**  
Pfarrheim,  
Hauptstraße 63a

**Datum/Uhrzeit**  
donnerstags, 9.30 - 11.00 Uhr  
**Referentin**  
Claudia Müller, Tel. 09932 959285

**Datum/Uhrzeit**  
freitags, 8.15 – 09.45 Uhr  
freitags, 10.00 – 11.30 Uhr  
**Referentin**  
Melanie Dorfmeister-Hoppe,  
Tel. 09932 9595645

**Auerbach**  
Bürgerhaus Loh,  
Hengersberger Str.

**Datum/Uhrzeit**  
mittwochs, 9.00 - 11.00 Uhr  
**Referentin**  
Sandra Warbelow, Tel. 09901 949792

**Datum/Uhrzeit**  
freitags, 9.00 - 11.00 Uhr  
**Referentin**  
Lisa Simbeck, Tel. 09901 6723

**Bernried**  
Pfarrheim  
St. Katharina,  
Kirchplatz 2,

**Datum/Uhrzeit**  
mittwochs, 9.00 – 11.00 Uhr  
freitags, 9.00 - 11.00 Uhr  
**Referentin**  
Alexandra Tscholl, Tel. 09905 2969769

**Deggendorf -  
Mariä Himmelfahrt**  
Pfarrheim,  
Dr. Stich-Straße 4

**Datum/Uhrzeit**  
freitags, 9.15 – 10.45 Uhr  
**Referentin**  
Eva Mitterwallner, Tel. 0991-98819684

**Deggendorf - St. Josef**  
Mietraching,  
Jugendheim

**Datum/Uhrzeit**  
dienstags, 8.30 – 10.30 Uhr  
freitags, 9.00 - 11.00 Uhr  
**Referentin**  
Cäcilia Penzkofer, Tel. 0991 27888

**Edenstetten**  
Pfarrheim St. Nikolaus,  
Kirchweg 6

**Datum/Uhrzeit**  
dienstags, 9.00 - 11.00 Uhr  
**Referentin**  
Daniela Schindler, Tel. 09905 707622

**Datum/Uhrzeit**  
donnerstags, 9.00 - 11.00 Uhr  
**Referentin**  
Martina Grill, Tel. 09905 7073830

**Datum/Uhrzeit**  
mittwochs, 9.30 – 11.00 Uhr  
**Referentin**  
Bernadette Obermüller, Tel. 09903 2018547

**Datum/Uhrzeit**  
donnerstags, 15.00 - 16.30 Uhr  
**Referentin**  
Roswitha Altmann, Tel. 09903 535115

**Datum/Uhrzeit**  
dienstags, 8.45 - 10.15 Uhr  
**Referentin**  
Lydia Kurz, Simone Art Tel. 0175 4800808

**Datum/Uhrzeit**  
mittwochs, 8.30 - 10.00 Uhr  
**Referentin**  
Martina Weber, Tel. 0175 4800808

**Datum/Uhrzeit**  
donnerstags, 8.45 - 10.15 Uhr  
**Referentin**  
Christine Winter, Tel. 0175 4800808

**Datum/Uhrzeit**  
Freitags, 8.30 – 10.00 Uhr  
**Referentin**  
Carina Neumeier, Tel. 0175 4800808

Alle Gruppen in Hengersberg haben eine  
Warteliste von 6-12 Monaten

**Grattersdorf**  
Pfarrheim,  
Auguste-Winkler-Str. 1

**Hengersberg**  
Gruppenraum,  
Simon-Breu-Str. 9

**Hunding**

Gemeindehaus  
Hunding,  
Hauptstr. 23

**Datum/Uhrzeit**

montags, 9.00 - 11.30 Uhr  
mittwochs, 9.00 - 11.30 Uhr  
donnerstags, 9.00 - 11.30 Uhr

**Referentin**

Erika Eder, Tel. 09904 8119797

---

**Michaelsbuch**

Gamelberthaus,  
Alte Schulgasse

**Datum/Uhrzeit**

donnerstags, 8.30 - 10.00 Uhr

**Referentin**

Michaela Achatz, Tel. 09931 8958998

---

**Neuhausen**

Feuerwehrhaus

**Datum/Uhrzeit**

dienstags, 9.00 – 10.30 Uhr

**Referentin**

Kathrin Sträußl, Tel. 09906 9090280

---

**Niederalteich**

Pfarrheim,  
Mauritiushof 1

**Datum/Uhrzeit**

dienstags, 8.15 - 9.45 Uhr (14 tägig)  
dienstags, 10.00 - 11.30 Uhr (14 tägig)

**Referentin**

Bettina Wohlmuth, Tel. 09901 7519

---

**Osterhofen**

Kolpinghaus,  
Seewiesen 6 1/2

**Datum/Uhrzeit**

dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr

**Referentin**

Silvia Scheuer, Tel. 09932 4884

*Veranstalter: Kolping*

---

**Platting**

Globus Kinderhort,  
Dr.-Walter-Bruch-Str. 1

**Datum/Uhrzeit**

mittwochs, 9.00 - 11.00 Uhr  
freitags, 9.00 - 11.00 Uhr

**Referentin**

Carmen Haimerl, Tel. 09931 71315

---

**Platting**

Pfarrheim St. Michael  
Salvatorstr. 19 A

**Datum/Uhrzeit**

dienstags, 9.30 – 11.00 Uhr

**Referentin**

Maria Koller, Tel. 0175 2448722

**Datum/Uhrzeit**

mittwochs, 14.30 – 16.00 Uhr

**Referentin**

Susanne Peter, Tel: 0175 2533326

---

**Datum/Uhrzeit**

montags, 8.30 - 10.30 Uhr

**Referentin**

Virginie Pappel D'Ambrosio,  
Tel. 09904 811201

---

**Datum/Uhrzeit**

mittwochs, 9.30 bis 11.00 Uhr

**Referentin**

Nathalie Krawetz, Tel. 09903 201680

---

**Datum/Uhrzeit**

mittwochs, 9.00 - 10.30 Uhr

**Referentin**

Martina Leitl, Tel. 09935 903151

**Riggerding**

Pfarrsaal Riggerding,  
Riggerding 35

**Schaufling**

Pfarrheim, Kirchenweg 1

**Schwanenkirchen**

Pfarrheim

**Stephansposching**

Grundschule, Schulstr. 3

## 5 Schritte für ein erfülltes Leben

### Datum/Uhrzeit

Samstag, 09.03.2019  
14.00 Uhr

### Ort

94547 Iggenbach,  
Pfarrheim,  
Hauptstr. 1

### Referentin

Waltraud Wirthl

Was sind die Geheimnisse eines guten Lebens? Was macht uns glücklich? Was zählt? Alles Fragen, die jeden bewegen. An diesem Nachmittag gibt es Tipps, wie wir den Geheimnissen eines glücklichen und zufriedenen Lebens leichter auf die Spur kommen. Je eher wir sie entdecken, desto erfüllter wird unser Leben sein.

*Veranstalter: KDFB*

## Frühlingsgedanken

### Datum/Uhrzeit

Dienstag, 19.03.2019  
14.00 Uhr

### Ort

94486 Osterhofen,  
Cafe Siebenhandl,  
Plattlinger Str. 8

### Referentin

Barbara Eckl

An diesem Nachmittag darf ich Sie ganz herzlich einladen, den Frühlingsanfang mit Liedern und Gedichten zu begrüßen, um uns gemeinsam auf diese wunderschöne Jahreszeit einzustimmen.

*Veranstalter: Herzogstätter Spätlese*

## Erzählcafé im Caritas-Wohn- und Pflegezentrum Hengersberg

### Datum/Uhrzeit

jeweils mittwochs,  
20.03.; 10.04.; 15.05.;  
26.06. und 24.07.  
von 15.00-16.00 Uhr

### Ort

94491 Hengersberg,  
Cafeteria des Caritas-  
Wohn-Pflegezentrum  
St. Gotthard,  
Lindachweg 1

### Referent

Hermann Kramer

Wir laden alle interessierten Senioren- und Seniorinnen herzlich zum Erzählcafé ein.

Wir treffen uns, um gegenseitig Alltagsgeschichten zu erzählen und das in einem gemütlichen Rahmen. Jedes unserer Treffen steht unter einem Thema, das rechtzeitig bekannt gegeben wird.

Wir erzählen aus dem eigenen Leben, wir lauschen den Berichten anderer, wir erinnern uns, gewinnen neue Eindrücke und gehen reich beschenkt mit kostbaren Geschichten wieder auseinander. Das Erzählen dabei ist freiwillig - das Zuhören gehört auf jeden Fall dazu.

## Lebe den Tag, wie er dir gegeben!

Gedanken und Impulse, die Mut machen im Auf und Ab des Lebens, sowie Zuversicht und Vertrauen schenken - lebensnah, tiefgründig und gewürzt mit Humor. Ein Nachmittag zum Innehalten und Aufatmen.

*Veranstalter: Seniorengemeinschaft*

### Datum/Uhrzeit

Mittwoch, 27.03.2019  
14.00 Uhr

### Ort

94557 Niederalteich,  
Orangerie im Bürgerhaus,  
Guntherweg 3

### Referentin

Waltraud Eichinger

## Wegzeichen und Wegweiser

Wegzeichen und Wegweiser begleiten unser ganzes Leben. Bewusst oder unbewusst orientieren wir uns an ihnen. Wir erhoffen uns von ihnen - gerade bei schwierigen Entscheidungen und Umbruchsituationen - Orientierung und Sicherheit.

Bei dem Themennachmittag wollen wir den Wegzeichen und Wegweisern unseres Lebens nachspüren und uns bewusst machen, wo uns diese Kraft und Unterstützung geben können.

*Veranstalter: Herzogstätter Spätlese, KAB  
Senioren Aktiv*

### Datum/Uhrzeit

Dienstag, 04.06.2019  
14.00 Uhr

### Ort

94486 Osterhofen,  
Cafe Siebenhandl

### Datum/Uhrzeit

Dienstag, 18.06.2019  
14.00 Uhr

### Ort

94447 Plattling,  
Pfarrheim St. Magdalena

### Referent

Walter Sendner

## Wahre Freundschaft

Nähe zu Gott und lieben Menschen pflegen

"Freunde habe ich euch genannt", so lesen wir im Johannes-Evangelium. Jesus will unser Freund sein. Er liebt uns zu aller Zeit, auch wenn wir alt, vergesslich und gebrechlich werden. Gerade im Alter sind Freundschaften wichtig. Doch wir müssen sie pflegen. Manchmal lohnt es sich auch, Beziehungen neu zu knüpfen oder wieder zu stärken.

*Veranstalter: Seniorenclub*

### Datum/Uhrzeit

Dienstag, 09.07.2019  
14.00 Uhr

### Ort

94491 Hengersberg,  
Pfarrheim,  
Unverdorbenweg 1 a

### Referent

Walter Sendner

# Gesundheit und Ernährung

## **Ort**

94491 Hengersberg,  
Fitnessstudio  
Energy Fitness,  
Deggendorfer Str. 36

## **Referentin**

Zuleide Thalhammer

## **Gebühr**

trägt die gesetzliche  
Krankenkasse

## **Anmeldung**

Tel: 0160 98140446

## **Hinweis und Termine**

unter: [www.hebamme-niederalteich.de](http://www.hebamme-niederalteich.de)

## **Ort**

94491 Hengersberg,  
Fitnessstudio  
Energy Fitness,  
Deggendorfer Str. 36

## **Referentin**

Zuleide Thalhammer

## **Gebühr**

trägt die gesetzliche  
Krankenkasse

## **Anmeldung**

Tel: 0160 98140446

## **Hinweis und Termine**

unter: [www.hebamme-niederalteich.de](http://www.hebamme-niederalteich.de)

## **Geburtsvorbereitungskurs**

Die Zeit der Schwangerschaft bringt immer wieder neue Fragen, Gedanken, Gefühle und Ängste. Die Kurse zur Geburtsvorbereitung sollen Ihnen dabei helfen diese zu beantworten, sortieren und zu bewältigen. Bei diesem Geburtsvorbereitungskurs erhalten Sie wichtige Informationen zur Schwangerschaft, Geburt und zum Wochenbett. Auch ist genügend Zeit, Ihre Fragen zu beantworten. Wir machen miteinander Übungen zur Entspannung, zur Stärkung der Muskulatur und zur richtigen Atmung, wenn die Wehen beginnen. Zudem lernen Sie im Kurs Schwangere kennen, die etwa zur gleichen Zeit entbinden und daraus entwickeln sich immer wieder Freundschaften, die in der Baby- und Kleinkindzeit weiterbestehen.

## **Rückbildungsgymnastik**

Das Baby ist endlich da - und Mamas Körper durch Schwangerschaft und Geburt völlig ausgepowert. Mit Rückbildungsgymnastik finden Sie wieder zur alten Form. Mit der Gymnastik wird der Kreislauf angeregt, die Bauch- und Beckenbodenmuskulatur trainiert. Selbstverständlich können Sie Ihr Baby zur Gymnastik mitbringen. Die Rückbildungskurse werden von den Krankenkassen grundsätzlich innerhalb eines Zeitraumes von neun Monaten nach der Geburt akzeptiert. So können Frauen einen Rückbildungskurs auch besuchen, wenn der Nachwuchs bereits ein halbes Jahr alt ist.







## Mit Yoga innere Kräfte entdecken und nutzen

Yoga ist eine jahrtausendalte indische Lehre vom Leben. Ziel ist die Harmonie von Körper, Atem, Geist und Seele.

Eine Fülle von erprobten Haltungen und Bewegungsabläufen in Atemachtsamkeit wirken auf den Körper kräftigend und stabilisierend, machen gleichzeitig beweglicher und lebendiger. Verbunden mit Atem-, Entspannungsübungen und Meditation führt Yoga zu innerer Ruhe, Gelassenheit, Lebensfreude und Selbstbewusstsein.

Das ganzheitliche Üben spricht den Menschen in seiner ganzen Vielfalt an, körperliche und seelische Ausgeglichenheit kann sich einstellen.

**Anmeldung für alle Kurse**  
Tel. 09901 6228

### Datum/Uhrzeit

ab Mittwoch, 08.05.2019, 16.30 – 18.00 Uhr  
ab Mittwoch, 10.07.2019, 16.30 – 18.00 Uhr

### Referentin

Renate Veitl-Müller

### Anmeldung

Tel. 09901 6228

### Gebühr

36 Euro/4 Einheiten

---

### Datum/Uhrzeit

ab Dienstag, 07.05.2019, 15.00 - 16.30 Uhr  
ab Dienstag, 07.05.2019, 17.00 - 18.30 Uhr  
ab Dienstag, 09.07.2019, 15.00 - 16.30 Uhr  
ab Dienstag, 09.07.2019, 17.00 - 18.30 Uhr

### Referentin

Renate Veitl-Müller

### Anmeldung

Tel. 09901 6228

### Gebühr

36 Euro/4 Einheiten

---

### Datum/Uhrzeit

ab Mittwoch, 08.05.2019, 9.00 – 10.30 Uhr

### Referentin

Melanie Polansky

### Anmeldung

Tel. 09901 6228

### Gebühr

72 Euro/8 Einheiten

### Deggendorf - Yoga für Aufrichtung und Gelassenheit

Senioren-Aktiv-Club,  
Starzenbachweg 59,  
94469 Deggendorf

### Hengersberg – Yoga für Aufrichtung und Gelassenheit

Evangelisches  
Gemeindezentrum,  
Friedenstraße 21,  
4491 Hengersberg

### Hengersberg - Hatha-Yoga

Evangelisches  
Gemeindezentrum,  
Friedenstraße 21,  
94491 Hengersberg





## Lebensqualität im Alter – LeA

Ein ganzheitliches Trainingsprogramm für Körper, Geist und Seele

Wer sein Gedächtnis, seine Beweglichkeit und seine Fähigkeiten zur Alltagsbewältigung gezielt übt, kann dem Alterungsprozess langfristig entgegenwirken.

Wenn Sie das Alter aktiv gestalten wollen oder sich auf das Alter vorbereiten wollen, sind Sie in unseren LeA-Gruppen herzlich willkommen. Das Angebot richtet sich an Frauen und Männer ab ca. 55 Jahren. Ein Kurs besteht aus 10 Kurseinheiten und umfasst die Bereiche Gedächtnistraining, geistige und körperliche Beweglichkeit, Bewältigung von Alltagsproblemen sowie Sinn- und Glaubensfragen.

### Datum/Uhrzeit

dienstags, 09.30 - 11.00 Uhr  
14-tägig (jeweils 8 Einheiten)

### Referentin

Maria Sperl, Tel. 09901 5968

### Niederalteich

Orangerie im Bürgerhaus,  
Guntherweg 3

### Datum/Uhrzeit

donnerstags, 09.30–11.00 Uhr  
(jeweils 10 Einheiten)  
donnerstags, 14.30 - 16.00 Uhr  
(jeweils 10 Einheiten)

### Referentin

Christine Obermeier, Tel. 09931 1328

### Plattling

Pfarrsaal St. Michael,  
Salvatorstr. 19 A

**Datum/Uhrzeit**

ab 13. März,  
immer mittwochs,  
Ferien ausgenommen

**Ort**

94491 Hengersberg,  
Turnhalle Mittelschule

**Referentin**

Sabine Loher

**Gebühr**

1,50 Euro/Treffen

**Datum/Uhrzeit**

jeweils dienstags  
von 10.30 - 11.30 Uhr,

**Ort**

Buchhofen, Sportheim

**Datum/Uhrzeit**

jeweils donnerstags  
von 9.00 - 10.00 Uhr,

**Ort**

94557 Niederalteich,  
Bürgerhaus,  
Guntherweg 3

**Referentin**

Susanne Jogwich

**Information**

KEB, Tel: 09901 6228

**Gymnastik für Frauen**

Diese Gymnastik hilft, die Beweglichkeit zu erhalten bzw. zu verbessern. Jede Frau bringt andere Voraussetzungen mit, deshalb werden mit den Teilnehmerinnen angepasste Übungen durchgeführt. Ob Anfängerin oder Fortgeschrittene, alle sind willkommen! Bei den abgerundeten Kursstunden kommt die Freude in der Gruppe nicht zu kurz.

Bitte bequeme Kleidung und Gymnastikschuhe o.ä. mitbringen.

*Veranstalter: KDFB*

**Altersgerechte Seniorengymnastik**

Die Seniorengymnastik ist ein wirksamer Ausgleich für den oft vorhandenen Bewegungsmangel und seine Folgen.

Anhand von angeleiteten Übungen bleibt die Funktionstüchtigkeit des Bewegungs- und Haltungsapparates erhalten und wird verbessert. Die Atmung wird bei diesen Übungen angeregt, so dass der Sauerstoffbedarf erhöht wird und dadurch Herz, Kreislauf und Stoffwechsel in Schwung kommen. In spielerischer Weise trainieren Sie Ihre Geschicklichkeit, insbesondere Ihre Koordination und Ihr Reaktionsvermögen.

*Mitveranstalter: KDFB, Runder Tisch "Schritte ins Alter"*

**Heilfasten - ein Weg zu Vitalität und Gesundheit**

Heilfasten im Frühjahr nach Dr. Buchinger/  
Dr. Lütznert

Fasten ist der freiwillige Verzicht auf feste Nahrung und Genussmittel für eine begrenzte Zeit.

Dabei gibt Fasten dem Körper die notwendige Ruhepause, um angesammelte Schadstoffe auszuscheiden und sich mit verstärkter Intensität zu heilen. Nach einer Fastenkur erlangen Sie ein neues Bewusstsein.

Ihre natürlichen Instinkte kehren zurück. Heilfasten ist eine große Unterstützung bei der inneren Reinigung und bietet einen guten Einstieg in eine gesündere Ernährung und Lebensweise.

Die Fastenwoche beginnt mit 2 Entlastungstagen und 5 Fastentagen (mehr oder weniger Tage individuell möglich) sowie 3 Aufbautagen.

Den Flyer mit sämtlichen Terminen finden Sie auf der Homepage unter [www.keb-deggendorf.de](http://www.keb-deggendorf.de)

**Heil- und Genusstee**

Kräutertees sind beliebt, vor allem weil ihnen gesundheitliche Wirkung nachgesagt wird. Die passenden Heilpflanzen für die häufigsten Beschwerden sowie die Zusammensetzung einer wohlschmeckenden Kräutermischung erfahren Sie bei einer guten Tasse Tee. Tauchen Sie ein in die Welt der Kräuter.

*Veranstalter: Seniorenclub*

**Kursstart**

Kurs 1  
Mo 11.03.2019,  
19.00 - 21.00 Uhr

Kurs 2  
Einführung  
Mo 18.03.2019,  
19.00 - 21.00 Uhr

Kurs 3  
Einführung  
Mo 25.03.2019,  
19.00 - 21.00 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
Orangerie im Bürgerhaus,  
Guntherweg 3

**Referentin**

Hildegard Himpfl

**Gebühr**

80 Euro

**Anmeldung**

KEB Deggendorf,  
Tel: 09901 6228

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 12.03.2019  
14.00-16.00 Uhr

**Ort**

94577 Winzer,  
BRK Seniorenheim,  
Passauer Str. 77a

**Referentin**

Karin Müller

**Datum/Uhrzeit**

Mittwoch, 13.03.2019  
19.00 Uhr

**Ort**

94554 Moos,  
Schlosswirtschaft,  
Preysingstr. 23

**Referentin**

Maria Boyen

**Datum/Uhrzeit**

Einführung:  
Mi. 20.03. um 18.00 Uhr  
weitere Treffen:  
Fr. 22.03. und So. 24.03.  
jeweils 19.00 Uhr  
Fastenbrechen:  
Di. 26.03.; 18.00 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
Pfarrheim,  
Mauritiusshof 1

**Referentin**

Angela Jakob

**Gebühr**

80 Euro zuzgl. Gewürze

**Anmeldung**

jm.thalhammer@t-online.de

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 02.04.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94486 Osterhofen,  
Cafe Siebenhandl,  
Plattlinger Str. 8

**Referentin**

Trixi Resch

**Weißt du noch, was du isst?**

Sich zurechtfinden im Schlaraffenland der Lebensmittel ist nicht immer einfach. Da fragt man sich dann: "Was ist drin in unserem Essen und ist das alles noch gesund?"  
*Veranstalter: Pfarrgemeinderat*

**Gemäßigtes Heilfasten nach Hildegard von Bingen**

Maßhalten für Leib und Seele - kann ich das noch?

Das Maßhalten ist nach Hildegard von Bingen eine der wichtigsten Regeln zur Gesunderhaltung von Leib und Seele.

Das Hildegardfasten ist ein gemäßigtes Fasten mit bekömmlichen und heilenden Nahrungsmitteln.

Erleben Sie eine Woche zur befreienden Reinigung und Entlastung von Leib und Seele und eine Woche der Gemeinschaft. Das Fasten in der Gruppe hat sich besonders bewährt.

Ziel des Heilfastenkurses ist aus krankmachenden Gewohnheiten auszusteigen und neue Ordnung in das Leben zu bringen.

*Veranstalter: Seniorenclub*

**Die Heilkraft des Sonnenhormons Vitamin D**

Das Neueste aus der Forschung

In unseren Breiten besteht oft besonders bei älteren Menschen ein Mangel an Vitamin D. Die Referentin berichtet an diesem Nachmittag von neuen Erkenntnissen aus der Forschung und gibt Ihnen Auskunft zu Ihren Fragen:

*Veranstalter: Herzogstätter Spätlese*

**Bluthochdruck**

Man sieht und spürt ihn nicht

Im Rahmen dieses Vortrages erfahren Sie, welches die ersten Hinweise auf Bluthochdruck sind und wo die Ursachen für Bluthochdruck liegen. Die Referentin zeigt die Folgen von Bluthochdruck auf und gibt Tipps zum Thema Ernährung und Bewegung bei Bluthochdruck.

*Veranstalter: Senioren-Treff*

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 02.04.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94491 Schwanenkirchen, Pfarrsaal

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 21.05.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94447 Plattling, Pfarrheim St. Magdalena, Bahnhofstr. 13 A

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 18.06.2019  
14.00-16.00 Uhr

**Ort**

94577 Winzer, BRK Seniorenheim, Passauer Str. 77a

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 25.06.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94491 Hengersberg, Pfarrheim, Unverdorbenweg 1 a

**Referentin**

Gerda Blaschke

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 02.04.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94447 Plattling,  
Pfarrheim St. Magdalena,  
Bahnhofstr. 13 A

**Referent**

Christian Ludwig Scholler

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 06.04.2019  
13.00-17.00 Uhr

**Ort**

94486 Osterhofen,  
Kolpingsaal,

**Referent**

Andreas Stumpf

**Anmeldung**

Tel: 09932 3342

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 09.04.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94447 Plattling,  
Pfarrheim St. Magdalena,  
Bahnhofstr. 13 A

**Referenten**

Helmut Brandl,  
Klaus Stieglbauer

**Altersdiabetes**

Typ-2-Diabetes, die häufigste Diabetesform, wird oft als "Altersdiabetes" bezeichnet. Bei dieser Stoffwechselerkrankung sprechen die Körperzellen zunehmend schlechter auf das Hormon Insulin an, das den Zucker aus dem Blut ins Zellinnere schleusen soll.

*Veranstalter: KAB-Senioren-Aktiv*

**Erste-Hilfe-Kurs**

Training, Auffrischung und Neues

Dieser Kurs ist gedacht, um schon mal Gelerntes aufzufrischen und zu wiederholen. Insbesondere Menschen, die in Gruppen als Leiterinnen und Leiter tätig sind, können in diesen 3 Stunden ihr Wissen aktualisieren. Kolpingmitglieder zahlen keine Gebühr.

*Veranstalter: Kolping*

**Gefahren im Straßenverkehr**

Bei allen Maßnahmen für mehr Sicherheit im Straßenverkehr geht es darum, den sich ständig verändernden Rahmenbedingungen im Straßenverkehr Rechnung zu tragen. Eine dieser Herausforderungen ist der demografische Wandel. Ein zentrales gesellschaftliches Anliegen ist es, eine sichere Mobilität bis ins hohe Alter zu erhalten.

*Veranstalter: KAB-Senioren-Aktiv*

**Schlagen Frauenherzen anders?**

Bluthochdruck bei Frauen

Bei Bluthochdruck, Schlaganfall und Herzinfarkt denken viele zunächst an Männer. Statistiken sprechen eine andere Sprache. Jede dritte Frau zw. 45 und 65 Jahren leidet unter Bluthochdruck. Über 65 erkrankt jede 2 Frau daran. An diesem Abend erfahren Sie, wie Frauen Bluthochdruck besser erkennen können und welche Maßnahmen hilfreich sind.

*Veranstalter: PGR*

**Kräuter und Gewürze**

Im Laufe des Lebens werden die Sinneswahrnehmungen wie Schmecken und Riechen allmählich schwächer. Vieles schmeckt nun nicht mehr so intensiv wie früher. Kräuter und Gewürze bringen "Pepp" ins Essen! Erfahren Sie mehr über die Wirkung von Kräutern und Gewürzen und deren praktische Verwendung in der Küche und entdecken Sie dabei deren Vielfalt! Kostproben inklusive!

*Veranstalter: Seniorenclub*

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 07.05.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

94571 Schaufling,  
Pfarrheim, Kirchenweg 1

**Referentin**

Gerda Blaschke

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 25.06.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94447 Plattling,  
Pfarrheim St. Magdalena,  
Bahnhofstr. 13 A

**Referentin**

Karina Schwaiberger

# Kreatives und Kultur

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 09.04.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94491 Hengersberg,  
Pfarrheim,  
Unverdorbenweg 1a

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 09.07.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94447 Plattling,  
Pfarrheim St. Magdalena,  
Bahnhofstr. 13 A

**Referentin**

Andrea Maier

## Wasser - Elixier des Lebens

Sie erfahre, warum wir Menschen Wasser lebensnotwendig brauchen, welche Wassersorten es gibt und wie diese auf unseren Körper wirken. Und Sie erfahren welche Bedeutung Wasser in der äußerlichen Anwendung hat. Als Referentin steht uns hierzu Andrea Maier, Vorsitzende des Kneippvereins Hengersberg und Apothekerin zur Verfügung.

*Veranstalter: Seniorenclub,  
KAB-Senioren-Aktiv*





## Kulturbüro Palais im Stadtpark – Forum für Kunst und Kultur

**Vorträge zur europäischen Kunstgeschichte mit Dr. Stefan Schmitt**  
Spannend-unterhaltsam-lehrreich

**Datum/Uhrzeit**  
Mittwoch, 13.03.2019  
19.00 Uhr

**Ort**  
94469 Deggendorf,  
Georg-Haberl-Saal,  
Palais im Stadtpark,  
Am Stadtpark 22

**Referent**  
Dr. Stefan Schmitt

### Andrea Palladio - Weltberühmte Villen und der "Palladianische Klassizismus"

Andrea Palladio (1508 – 1580) ist ohne jeden Zweifel einer der bedeutendsten Architekten aller Zeiten. Er verkörperte als erster Künstler den "reinen Architekten", denn er war ausschließlich Architekt. Seine Zeitgenossen erkannten schnell das große Talent des jungen Mannes und er erhielt zahlreiche Aufträge, in denen er seinen Stil entwickelte hin zu jenem "Palladianischen Klassizismus", der Architekten und Kunstliebhaber bis auf den heutigen Tag begeistert. In seiner unverwechselbaren Interpretation des Renaissance-Vitruvianis-

mus entstanden Architekturen in perfekten Proportionen. Seine Villen wurden in England vom 17. bis ins 19. Jahrhundert ebenso Vorbild wie im Klassizismus in ganz Europa. Der Vortrag wird den Architekten und seine bedeutendsten Villen wie die weltberühmte "Rotonda" und die Villa Ma-ser in Barbaro analysieren und die Gründe für ihre gewaltige spätere Rezeptionsgeschichte herausarbeiten.

*Veranstalter: Kulturbüro Palais im Stadtpark*

### Rembrandt -Psychologie im Helldunkel

Der Meister des malerischen Helldunkels und psychologischer Durchdringung der Protagonisten seines so vielfältigen Oeuvres war schon zu Lebzeiten ein prominenter Künstler. Sein heutiger Ruhm aber ist phänomenal und die weltberühmte „Nachtwache“ im Amsterdamer Rijksmuseum gilt als holländische Nationalikone schlechthin. Rembrandt (1606– 1669) wollte nach seinem Bankrott infolge eines allzu aufwendigen Lebensstiles immer weniger dem künstlerischen Repräsentationsbedürfnis seiner Zeit entsprechen und ging eigene Wege. Das Licht in seinen Werken, die tiefe Menschlichkeit seiner Figuren und eine virtuose und einmalige Malweise ließen ihn endgültig zu einem der großen "Genies" der Weltkunst werden. Er ist zum Inbegriff des um sein Werk und die Wahrheit ringenden einsamen Malers geworden.

*Veranstalter: Kulturbüro Palais im Stadtpark*

**Datum/Uhrzeit**  
Mittwoch, 10.04.2019  
19.00 Uhr

**Ort**  
94469 Deggendorf,  
Georg-Haberl-Saal,  
Palais im Stadtpark,  
Am Stadtpark 22

**Referent**  
Dr. Stefan Schmitt



**Datum/Uhrzeit**  
Mittwoch, 08.05.2019  
19.00 Uhr

**Ort**  
94469 Deggendorf,  
Georg-Haberl-Saal,  
Palais im Stadtpark,  
Am Stadtpark 22

**Referent**  
Dr. Stefan Schmitt

### Diego Velazquez - Grandezza und malerische Bravour

In der klassischen Kunstgeschichte Spaniens gibt es wohl keinen größeren Maler als Velazquez. Der Hofmaler des spanischen Königs kannte seine spanische Tradition, aber auch die großen klassischen und barocken Werke Roms, die er in der Ewigen Stadt studierte. Sein malerischer Naturalismus ist grandios und von spielerischer Leichtigkeit. Zugleich pflegt er die höfische Eleganz und genügt dem repräsentativen Ideal im Umkreis des Königs, wobei er in Malweise, Komposition und Gehalt seiner Werke einmalig und unverwechselbar arbeitete. Schon die Zeitgenossen wussten, dass er einer der größten Meister aller Zeiten war. Eine Einschätzung, die ab Mitte des 19. Jahrhunderts von den größten Meistern geteilt wurde. Von Manet über Picasso bis Francis Bacon - viele ließen sich von ihm inspirieren.

*Veranstalter: Kulturbüro Palais im Stadtpark*

### Lob der Flora - Kunst und Idee des Gartenbaus in der frühen Moderne

Der barocke Schlosspark als Bild der geordneten Natur fand Anfang des 18. Jahrhundert bereits seine Kritiker und es entstand in England der Landschaftsgarten. Die Gartentheoretiker suchten Natürlichkeit und erforschten die Geschichte der Gartenbaukunst. Als vorbildlich erkannte man die als natürlich empfundenen antiken Gärten und ganz im Sinne des Exotismus jener Zeit auch chinesische Gärten. Der Landschaftsgarten kam im deutschsprachigen Kulturraum mit der späteren Aufklärung auf (z. B. der Schlosspark von Wörlitz bei Dessau) auf. In der Romantik setzte Friedrich Ludwig Sckell in München

**Datum/Uhrzeit**  
Mittwoch, 12.06.2019  
19.00 Uhr

**Ort**  
94469 Deggendorf,  
Georg-Haberl-Saal,  
Palais im Stadtpark,  
Am Stadtpark 22

**Referent**  
Dr. Stefan Schmitt

mit seinem Englischen Garten Maßstäbe für den weiteren Verlauf des 19. Jahrhunderts. Die Entwicklungen in der Geschichte der Gartenbaukunst dokumentieren das gewandelte Naturgefühl: Die Sehnsucht hin zum Natürlichen im Sinne Rousseaus, aber auch eine poetische und bisweilen sentimentale Sehnsucht nach dem Ursprung und der Einheit mit der Natur.  
*Veranstalter: Kulturbüro Palais im Stadtpark*

### Gustave Courbet und der moderne Realismus

Gustave Courbet entwickelte sich Mitte des 19. Jahrhunderts zum ersten großen realistischen Maler der Moderne. In Paris, der bedeutendsten Kunstmetropole seiner Zeit, wurde er zum Vorbild für die nachfolgenden Künstlergenerationen, denn er schilderte die soziale Wahrheit und lehnte die Positionen des Idealismus ab. Um seine Person entflammten heftige Kontroversen, in denen bedeutende Literaten und Kritiker aus seinem Freundeskreis für ihn Partei ergriffen. Courbet pochte kompromisslos auf die „Autonomie“ des Künstlertums und lehnte staatliche Einmischungen in die Kunst programmatisch ab. Er gilt als Inbegriff des modernen Künstlers schlechthin, der auch noch in den politischen Konflikten seiner Zeit - "Pariser Kommune" - maßgeblich mitwirkte. Seine erdige und dunkle Palette prägte die Malerei auf beiden Seiten des Rheins gleichermaßen und sie provozierte die offizielle Kunstwelt ebenso wie seine Themen.  
*Veranstalter: Kulturbüro Palais im Stadtpark*

**Datum/Uhrzeit**  
Mittwoch, 10.07.2019  
19.00 Uhr

**Ort**  
94469 Deggendorf,  
Georg-Haberl-Saal,  
Palais im Stadtpark,  
Am Stadtpark 22

**Referent**  
Dr. Stefan Schmitt



## Theaterfahrten nach Passau mit Einführung in das jeweilige Werk

### Datum/Uhrzeit

Sonntag, 28.04.2019  
18.00 Uhr

### Ort

94032 Passau,  
Stadttheater Passau,  
Fritz-Schäffer-Straße 2

### Bayernsonate

Zur bayerischen Gemütlichkeit gehören nicht nur Bier und Brotzeit, Oktoberfest und Lederhosen, sondern auch Lieder, Schnaderhüpfl und Gstanzl. Meist handeln sie von Lebens und Liebesfreude, von Eheleid oder befriedigen einfach nur die Lust am "Derblecken". Oberspielleiter Wolfgang Maria Bauer, der bereits in der vergangenen Saison das bayerische Herz mit „Der Brandner Kaspar kehrt zurück“ höher hüpfen ließ, versammelt eine Auswahl bayerischer Volkslieder zu einem Theaterabend und erzählt darüber hinaus noch eine echt zünftige G'schicht. Wie in einer Sonate präsentiert das Ensemble des Landestheaters Niederbayern in immer neuer Zusammensetzung bayerisches Liedgut - ein Abend der ganz besonderen Art.

*Veranstalter: Abo-Kreis Osterhofen*

### Arsen und Spitzenhäubchen

Theaterfahrt

Der in New York geborene Joseph Kesselring (1902-1967), Sohn deutschstämmiger Eltern, arbeitete als Schauspieler, Regisseur und Autor. Mit seiner schwarzen Komödie Arsen und Spitzenhäubchen (1941) gelang ihm sein einziger bleibender Erfolg, der zum "Long-Runner" unter den Broadway-Erfolgstücken wurde und bis heute zu den Klassikern des Unterhaltungstheaters zählt. An diesem Triumph hatte sicherlich auch die Verfilmung durch Frank Capra von 1942 großen Anteil, in der Größen wie Raymond Massey, Peter Lorre und Cary Grant mitwirkten.

*Veranstalter: Abo-Kreis Osterhofen*

## Exkursion

### München - Museumsstadt von Weltrang Königsplatz/Museumsareal und Alte Pinakothek

München ist heute eine Museumsstadt von Weltrang. Den Anfang machte König Ludwig I. von Bayern, der systematisch den Ausbau der neuen Residenzstadt vorantrieb.

Bei unserem Besuch in München bieten wir zwei Themenschwerpunkte:

#### **11.00 Uhr bis 12.30 Uhr**

#### **München als Museumsstadt**

Die Wittelsbacher als Kunstsammler und das heutige Museumsareal rund um den Königsplatz.

#### **13.45 Uhr bis 17.45 Uhr mit Kaffeepause**

#### **Alte Pinakothek**

Die weltberühmte Sammlung niederländischer Malerei vom Spätmittelalter bis Rubens und Rembrandt.

#### **Hinweis**

11.00 Uhr Treffpunkt am Königsplatz (Propyläen - Seite zum Königsplatz) in München

#### **Mögliche Zugverbindungen**

Deggendorf 8.45 Uhr

Plattling 9.02 Uhr

Ankunft in München 10.36 Uhr

Rückfahrt um 18.24 Uhr möglich

### Datum/Uhrzeit

Sonntag, 05.05.2019  
11.00 Uhr

### Referent

Dr. Stefan Schmitt

### Gebühr

18 Euro für Führungen und Eintritt ohne Anfahrt

### Anmeldung

KEB, Tel: 09901 6228,  
bis 30.04.2019

**Datum/Uhrzeit**

jeweils samstags,  
16.03.; 15.06. und  
17.08.2019  
von 14.00 - 16.00 Uhr

**Ort**

94486 Altenmarkt,  
Pfarrheim, Hauptstr. 54

**Referentin**

Anni Frammersberger

**Gebühr**

Spendenbasis

**Anmeldung**

jeweils bis einen Tag  
vorher bei  
Anni Frammersberger,  
Tel: 09932 1529

### Lust auf Nähen? - Nähwerkstatt in Altenmarkt

#### Hilfe zur Selbsthilfe

Mit unserem Projekt Nähwerkstatt wollen wir Hilfe zur Selbsthilfe anbieten: Sie lernen von erfahrenen Frauen wie man Hosen flickt, Reißverschlüsse einnäht, Saum kürzt, Hosen kürzt, Knöpfe annäht, Nähte repariert, Vorhänge kürzt oder verlängert u.v.m.

Wir zeigen Ihnen, wie es geht, Sie dürfen es selber machen

*Veranstalter: Frauen- und Mütterverein,  
Pfarrgemeinderat*

**Hinweis**

Nähkenntnisse sind nicht erforderlich.  
Bitte Nähmaschine mitbringen.

### Workshop für Nähanfänger und kreative Neugierige

Der Frauenbund Niederalteich lädt monatlich ein zu einem Workshop für Nähanfänger und kreative Neugierige.

Carola Schmidt, Fachlehrerin, verarbeitet mit den Teilnehmerinnen moderne Materialien wie veganes Leder, Wachstuch und Jersey; weiterhin wollen wir alte Jeans und T-Shirts zu trendigen Accessoires und Dekoartikeln upcyclen.

Dafür benötigen Sie keine besonderen Nähkenntnisse; auch Anfängerinnen sind herzlich willkommen!

Die Termine und Materialien werden rechtzeitig über die Presse und die Homepage der KEB bekannt gegeben.

*Veranstalter: KDFB*

### Strick ma mitanand – Strick-Cafè

Das Niederalteicher Strick-Cafè bietet Ihnen einmal im Monat die Möglichkeit unter Anleitung zu stricken oder zu häkeln. Oft gibt es Fragen zu Mustern, zum Zu- und Abnehmen oder es gelingt die Ferse beim Sockenstricken nicht mehr so recht. Es gibt viele Tipps und Tricks. Wir helfen gerne weiter.

Kommen Sie zu unserem Treffpunkt "Strick ma mitanand" ins Cafè am Kirchplatz in Niederalteich. Die monatlichen Termine entnehmen Sie bitte der Presse.

*Veranstalter: KDFB*

**Ort**

94557 Niederalteich,  
Werkraum der  
Abt-Joscio-Schule,  
Hengersberger Straße

**Referentin**

Carola Schmidt

**Ort**

94557 Niederalteich,  
Cafè am Kirchplatz

**Referentin**

Gaby Stieglmeier

**Datum/Uhrzeit**  
Dienstag, 05.03.2019  
14.00 Uhr

**Ort**  
94491 Hengersberg,  
Pfarrheim,  
Unverdorbenweg 1 a

**Referent**  
Heinrich Troiber

**Datum/Uhrzeit**  
Montag, 11.03.2019  
17.00 Uhr

**Ort**  
94577 Winzer,  
Sternwarte, Pledlberg

**Referenten**  
Gerhard Dietrich,  
Helmut Przybyllok

**Datum/Uhrzeit**  
Donnerstag, 14.03.2019  
14.00 Uhr

**Ort**  
94469 Deggendorf,  
Pfarrzentrum St. Martin,  
Detterstr. 35

**Referentin**  
Anneliese Wagerer

### Fasching früher und heute

Fasching wird seit Jahrhunderten gefeiert. Doch die Bräuche und die Art den Fasching zu feiern, haben sich verändert. An diesem Nachmittag werden wir einen Blick in die Faschingstraditionen in unserer Region werfen.

*Veranstalter: Seniorenclub*

### Mythologie am Sternenhimmel

Sagen zu den Sternzeichen und Besuch in der Sternwarte in Winzer

Ist Ihre Oma Sternzeichen Jungfrau? Aber, wer war diese Jungfrau? Sie lernen an diesem Abend unsere Sternzeichen und die dahinterstehenden Geschichten kennen. Bei der anschließenden Führung im Planetarium werden die Sternzeichen gezeigt und Sie erhalten einen Einblick ins Weltall.

### Gedichte und Geschichten aus vergangenen Zeiten

Sie hören an diesem Nachmittag bekannte Gedichten und Geschichten und erfahren hierbei was zu den jeweiligen Autoren bzw. Autorinnen. Daneben wird Anneliese Wagerer auch eigene Gedichte und Geschichten vortragen.

*Veranstalter: Seniorenclub*

### Weidensculptur

Mit langen Weiden flechten wir einen großen Kranz, der mit Weidenflechtarbeiten ausgeschmückt wird. Aufgesteckt auf lange Eisenstäbe kann er als Türwächter, Rankobjekt oder Sichtschutz dienen... Dieses Objekt kann in der kleinen oder großen Variante gemacht werden.  
*Veranstalter: Kolping*

**Gebühr**  
18 Euro kleine Variante  
28 Euro große Variante

### Lieder aus der Jugendzeit

Wir singen an diesem Nachmittag Lieder aus unserer Kindheit und Jugendzeit, seien dies Kinderlieder, Volkslieder etc. Was hat sich zu heute verändert? Singen wir noch mit unseren Enkelkindern?  
*Veranstalter: Seniorenclub*

### Tanzreise in den Frühling

Tanzwochenende im Kloster Neustift/  
Ortenburg

Ich lade Sie ein auf eine "Tanzreise", mit Tänzern aus unterschiedlichen Ländern. Wir reisen in die Mongolei, nach Israel, und wer weiß wohin uns die Reiselust noch treibt. Unser Reisetempo ist mal heiter beschwingt, dann wieder ruhig und meditativ. Gedichte oder Texte werden je nach Bedarf unser Tanzen begleiten. Tanzkenntnisse sind nicht erforderlich, die Tänze werden erklärt und angeleitet.

**Datum/Uhrzeit**  
Dienstag, 19.03.2019  
19.00 Uhr

**Ort**  
94486 Osterhofen,  
Kolpingsaal,  
Seewiesen 6 1/2

**Referentin**  
Mechthild Kapfinger

**Anmeldung**  
Köhlberger,  
Tel: 09932 4776

**Datum/Uhrzeit**  
Dienstag, 09.04.2019  
14.00-16.00 Uhr

**Ort**  
94577 Winzer,  
BRK Seniorenheim,  
Passauer Str. 77a

**Referent**  
Andrea Berger

**Datum/Uhrzeit**  
Freitag, 12.04.2019  
15.00 Uhr bis  
Samstag, 13.04.2019  
16.00 Uhr

**Ort**  
94496 Ortenburg,  
Kloster Neustift,  
Klosterberg 28

**Referentin**  
Rosalinde Mader

**Gebühr**  
80 Euro mit ÜN,  
60 Euro ohne ÜN

**Datum/Uhrzeit**

Montag, 06.05.2019  
18.00-19.30 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
Landvolkshochschule,  
Hengersberger Straße 10

**Referent**

Helmut Przybyllok

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 04.06.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94491 Hengersberg,  
Pfarrheim,  
Unverdorbenweg 1 a

**Referent**

Roland Bernreiter

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 13.06.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94469 Deggendorf,  
Pfarrsaal St. Martin,  
Detterstr. 35

**Referent**

Dr. med. Erich Stockbauer

## Römische Mythologie

Von Äneas bis zur Gründung Roms

Ein sagenhafter Trojaner wird der Stammvater der Römer, doch Rom sah er nie. Hören Sie mehr über Äneas und wie es zur Gründung Roms kam.

## Die Geschichte der Evergreens

Kultsongs, Evergreens oder Dauerbrenner sind Musikstücke, deren Entstehungszeit schon einige Jahre zurückliegt und bis heute noch gerne und oft gespielt wird. Anhand einiger Evergreens wird diese Definition erläutert.

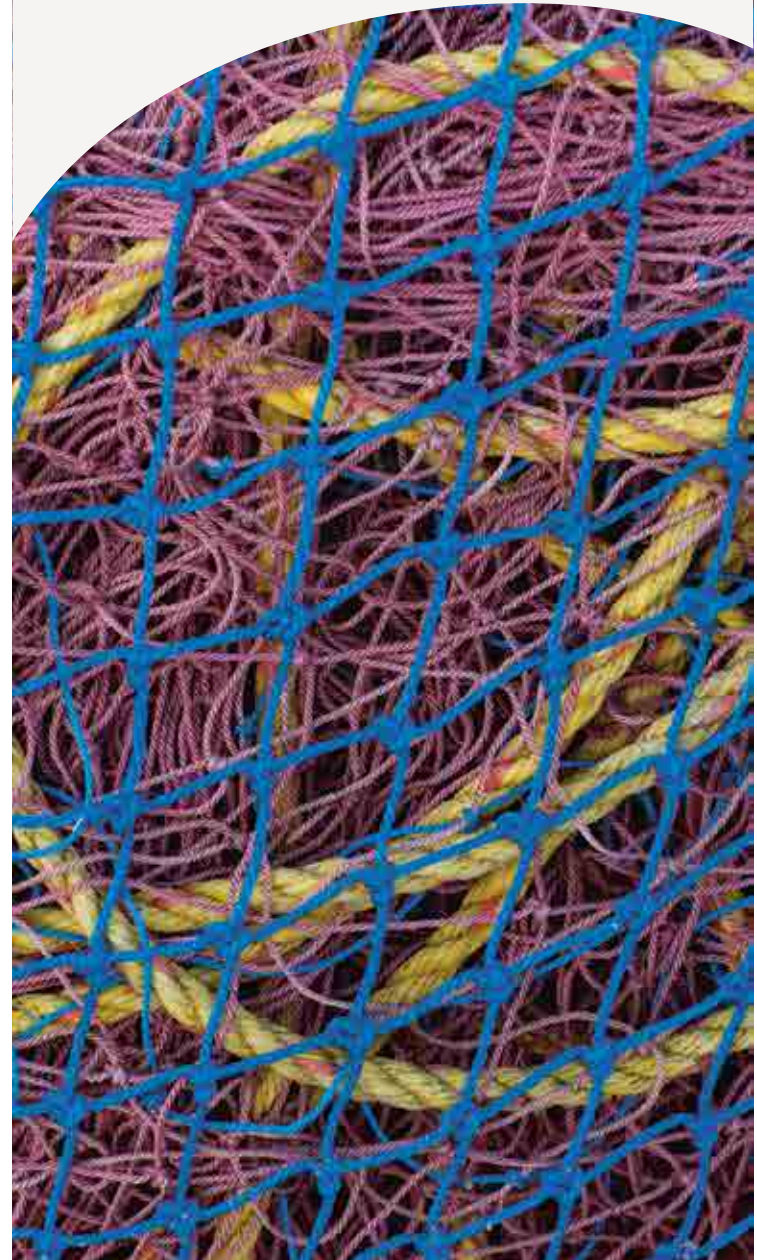
*Veranstalter: Seniorenclub*

## Geschichten aus Niederbayern

"Niederbayern ist Bayern ohne Make-up", sagt der in Plattling aufgewachsene und seit vielen Jahren in Hamburg lebende Teja Fiedler. An diesem Nachmittag stellt Ihnen der Referent Dr. Stockbauer seine Geschichte und Geschichten n aus Niederbayern vor, mit oder ohne Make-up, das können Sie entscheiden.

*Veranstalter: Seniorenclub*

# Gesellschaft und Politik







## Themenreihe "Wasser"

Wasser - chemisch betrachtet nichts anderes als eine Verbindung aus den Elementen Sauerstoff und Wasserstoff. Und doch für die Natur und uns Menschen so viel mehr. Ohne Wasser gibt es kein Leben. Wasser ist zunächst ein unscheinbares Element, das zumindest in unseren Regionen einfach da ist. Wasser hat viele Facetten - es ist Lebenswelt, Konfliktgrund, eine umkämpfte Ware u.v.m. Im Rahmen unserer 5teiligen Themenreihe betrachten wir folgende Aspekte: Wasser als Lebenselixier, Trinkwasser, Wasserverschmutzung, Konfliktfeld Wasser und Wasser und der Klimawandel.

*Mitveranstalter: Referat Umwelt im Bistum Passau, Lokal/Global, BUND Kreisgruppe Deggendorf*

### Wasser in Gefahr

Was wir glauben im Überfluss zu haben gerät durch diverse Einflüsse zunehmend in Not. Neben der weltweit generell zunehmenden Süßwasserknappheit sind es vor allem die Abfallprodukte unseres Lebensstils, die das Wasser weltweit gefährden, ganze Ökosysteme geraten dadurch aus den Fugen. Medikamente, Mikroplastik, Nitrate und Schadstoffe aller Art, oder auch nur die unachtsam weggeworfene Zigarettenkippe belasten unsere Gewässer im Übermaß. Deshalb ist handeln dringend geboten. Neben der allgemeinen Gesetzgebung hat es jeder Mensch selber in der Hand Wasser zu schützen, denn ohne schnelles und konsequentes Handeln ist unsere Existenz unmittelbar bedroht.

### Wasser und Klima

Wasser ist eine der wertvollsten Gaben der Natur. Wir alle leben von und mit Wasser. Die Wasserwirtschaft trägt eine hohe Verantwortung, die Lebensgrundlage Wasser dauerhaft zu sichern und auch vor möglichen Gefahren zu schützen. Jedoch stellt uns der Klimawandel vor eine neue Herausforderung: Nach heutigem Wissensstand wird die mittlere Temperatur auf unserer Erde bis zum Ende des Jahrhunderts um 1,5 bis 3,5 °C ansteigen, regional möglicherweise sogar deutlich stärker. Es ist damit zu rechnen, dass sich damit auch der Wasserkreislauf merklich verändern wird. Teilweise sind diese Veränderungen heute schon messbar. Was der (zukünftige) Klimawandel für das Wasser in seinen verschiedenen Formen als unsere Lebensgrundlage und Lebensraum genau bedeutet, ist derzeit nur schwer absehbar.

#### Datum/Uhrzeit

Dienstag, 05.02.2019  
19.00 Uhr

#### Ort

94557 Niederalteich,  
Landvolkshochschule,  
Hengersberger Straße 10

#### Referent

Josef Holzbauer

#### Datum/Uhrzeit

Dienstag, 26.03.2019  
19.00 Uhr

#### Ort

94557 Niederalteich,  
Landvolkshochschule,  
Hengersberger Straße 10

#### Referent

Maria Foltyn

**Datum/Uhrzeit**

Mittwoch, 29.05.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
Landvolkshochschule,  
Hengersberger Straße 10

**Referent**

Dr. Sebastian Kistler

### Wenn der Garten Eden austrocknet - Der Kampf ums Wasser

Eine Gewitterwolke mit Blitzen - in Europa würde dieses Bild als Gefahr gedeutet werden. Unter diesem Bild aus Malawi, das in der Ausstellung von missio München zu sehen ist, tanzen jedoch Leute und freuen sich - denn das Gewitter bringt Regen und dieser ist lebensnotwendig für viele Menschen in Afrika. 2016 und 2017 herrschte in Äthiopien eine große Hungersnot aufgrund großer Trockenheit, aktuell bahnt sich eine ähnliche Katastrophe in Burkina Faso an. Der Klimawandel ist ein Grund für die Dürren, aber auch viele andere Faktoren spielen dafür eine Rolle. Nach einer allgemeinen Einführung zu den Themen um den Lebensquell Wasser, werden am Veranstaltungsabend anhand eines Wiederaufforstungsprojekts in Tansania konkrete Schritte aufgezeigt, wie arme afrikanische Gemeinden versuchen, der Wasserknappheit zu entkommen.

### AUS UNSERER REIHE Aller Anfang...

Das Hengersberger Forum hat für seine Vortragsreihe 2019 als Dachthema „Aller Anfang ...“ gewählt, wobei nicht nur der Anfang, sondern auch die daran anschließende Entwicklung betrachtet werden soll. Ein Thema trägt den Titel „Vom Urknall zum menschlichen Geist“ wofür uns Professor Christian Kummer SJ aus München als Referent zugesagt hat. Ein weiteres Thema widmet sich dem Beginn und der Entwicklung der Frauenrechte. Ein eher philosophisch-literarisches Thema hat den Titel „Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne“, einer Zeile aus dem Gedicht „Stufen“ von H. Hesse. Das vierte Thema beleuchtet die Entwicklung der Ökumene. Für dieses Thema konnten wir bereits den evangelischen Landesbischof Heinrich Bedford-Strohm gewinnen, der im 9. Oktober 2019 nach Hengersberg kommt.

### Vom Urknall zum menschlichen Geist. Punkte des Staunens im Ablauf der Evolution.

In der Reihe "Aller Anfang..."

Naturwissenschaftliches Denken und religiöser Glaube müssen nicht unversöhnt nebeneinander stehen. Der Vortrag verrät, worüber man als Biologe bzw. Kosmologe ins Staunen geraten kann, wenn wir uns mit der Evolution des Universums abgeben. Es wird sich zeigen, dass nicht so sehr das Unbekannte, sondern gerade das schon Verstandene und Durchschaute in der Natur ist, was nach einer metaphysischen Horizonterweiterung verlangt.  
*Veranstalter: Hengersberger Forum*

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 14.03.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

94491 Hengersberg,  
Evangelisches  
Gemeindezentrum,  
Friedenstraße 21

**Referent**

Prof. Dr. Christian Kummer

**Datum/Uhrzeit**

Mittwoch, 09.10.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

94491 Hengersberg,  
Aula der Mittelschule,  
Rohrberg 5

**Referent**

Bischof Heinrich  
Bedford-Strohm

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 12.03.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

94486 Osterhofen,  
Kolpingsaal,  
Seewiesen 6 1/2

**Referent**

Josef Holzbauer

**Die Ökumene**

Aus der Reihe "Aller Anfang..."

Der Vortrag betrachtet die Entwicklung und den heutigen Stand der Ökumene. Katholische und evangelische Christen sollen ihre Identität nicht länger aus der Abgrenzung zu den anderen gewinnen. Ziel ist eine sichtbare Einheit in versöhnter Verschiedenheit. Wie kann es uns gelingen, diese Einheit der Kirchen zu vertiefen?

*Veranstalter: Hengersberger Forum*

**Freiwillig klimaneutral**

Der Klimawandel ist neben der Explosion der Weltbevölkerung das für die Zukunft wahrscheinlich größte Problem für die Menschheit. Zur Erreichung des Kohlendioxid-Ziels, der Begrenzung der Erderwärmung reichen politische Anstrengungen allein nicht aus. Die Dekarbonisierung, die Umstellung der Wirtschaftsweise, besonders der Energiewirtschaft, in Richtung eines niedrigen Umsatzes von Kohlenstoff, kann nur mit Hilfe des Privatsektors erfolgen.

Menschen, die es sich leisten können, Organisationen, Unternehmen, aber auch wohlhabende Städte und Gemeinden müssen handeln. Sie können sich freiwillig und auf eigene Kosten klimaneutral stellen und ihr Geld in Kompensationsmaßnahmen stecken.

Einschlägige Projekte in sich entwickelnden Ländern, Aufforstungskonzepte, Bekämpfung der Wüstenausbreitung und Humusaufbau in semi-ariden (halbtrockenen) Gebieten sind die Wege dazu.

Der Vortrag bietet Einblicke in eine neue Gedankenwelt und regt zur Diskussion an.

*Veranstalter: Kolping*

**Patientenverfügung**

aus juristischer Sicht

Ein würdevolles Leben bis zuletzt kann sowohl die Anwendung als auch den Verzicht auf die Anwendung intensiver Medizin bedeuten. Eine letzte Entscheidung muss aus der konkreten Lage des sterbenden Menschen heraus und von seinen Wünschen und Bedürfnissen her getroffen werden. Eine Patientenverfügung dokumentiert den Willen eines Menschen für den Fall, dass er sich nicht mehr äußern und sein Selbstbestimmungsrecht nicht mehr wirksam ausüben kann.

*Veranstalter: KAB-Senioren-Aktiv*

**Russlanddeutsche in Niederbayern - do dahoam, aber noch nicht ganz zu Hause?**

Land und Leute in Russland, arabische Küche und bayerische Musik

Wie bei der ersten Veranstaltung dieser Art soll es wieder einen bunten Kultur-Mix aus Information, Musik und Kulinarischem geben. Neben einem Informationsteil über die Situation der nicht geringen Zahl von Russlanddeutschen, die mit Deutschen oder Russen verheiratet sind, seit vielen Jahren hier leben, aber dennoch immer wieder Sehnsucht verspüren nach der alten Heimat, werden traditionelle bairische Volksmusik zu hören und kulinarische Spezialitäten aus dem arabischen Kulturraum zu verkosten sein, die eine Familie aus dem Irak vorbereitet, die seit vielen Jahren in Deggendorf lebt und hier eine neue Heimat gefunden hat.

Der Abend lädt dazu ein, einander besser kennen und verstehen zu lernen, in der

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 12.03.2019  
14.00 Uhr

**Ort**

94447 Plattling,  
Pfarrheim St. Magdalena,  
Bahnhofstr. 13 A

**Referent**

Wolfgang Geier

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 30.03.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

94469 Deggendorf,  
Pfarrsaal St. Martin,  
Detterstr. 35

**Referenten**

Katharina Bakaev,  
Familie Estifan



Heimat Urlaubsgefühle aufkommen zu lassen, weil das Exotische gleich ums Eck zu entdecken und zu erleben ist, und in der Fremde sich ein bisschen besser daheim zu fühlen, weil auch in Deggendorf Menschen zu finden sind, die einen annehmen wie altbekannte Nachbarn und Freunde. Diese Veranstaltung wird gefördert im Rahmen des Bundesprogramms "Demokratie leben!" durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.  
*Veranstalter: Pfarrgemeinderat*

### Vorstellung des Deggendorfer Ankerzentrums

Entstehung, Aufgaben und Bezug zu unserer Pfarrei

In Betrieb gegangen ist die Einrichtung im Januar 2015 als Erstaufnahmeeinrichtung. Bislang war es so, dass neu ankommende Asylbewerber für sechs Wochen bis drei Monate in solchen Erstaufnahmeeinrichtungen untergebracht waren und dann auf so genannte Gemeinschaftsunterkünfte verteilt wurden. Zwischenzeitlich wurde es in ein Ankerzentrum umfunktioniert. Was sich dahinter verbirgt, wer in der Einrichtung lebt, welche Formalien zu beachten sind und vieles mehr erfahren Sie bei diesem Vortrag.

*Veranstalter: Seniorenclub*

#### Datum/Uhrzeit

Donnerstag, 04.04.2019  
14.00 Uhr

#### Ort

94469 Deggendorf,  
Pfarrsaal St. Martin,  
Detterstr. 35

#### Referent

Ulrich Kett

### Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung

Drei Instrumente stehen zur Verfügung, um in gesunden Tagen im Sinne der Selbstbestimmung schriftliche Willenserklärungen für den Fall einer späteren Einwilligungsunfähigkeit abgeben zu können. An diesem Nachmittag lernen Sie diese kennen und erfahren, was Sie beachten sollen.

*Veranstalter: Seniorenclub Grattersdorf*

#### Datum/Uhrzeit

Mittwoch, 10.04.2019  
14.00 Uhr

#### Ort

94541 Grattersdorf,  
Pfarrheim,  
Auguste-Winkler-Str. 1

#### Referentin

Inge Sigl

### Kritischer Filmabend im Café Holler

Die Gruppe Lokal/Global in Zusammenarbeit mit der Kreisgruppe des BUND Deggendorf bieten vierteljährlich einen Filmabend im Café Holler an. Gemeinsam mit Ihnen wollen wir einen Film ansehen und darüber diskutieren. Die Auswahl des Films übernimmt die Vorbereitungsgruppe der Organisationen. Gerne können an diese Vorschläge herangetragen werden.

*Veranstalter: Lokal-Global, BUND Naturschutz Kreisgruppe Deggendorf*

#### Datum/Uhrzeit

Mittwoch, 10.04.2019  
und 24.07.2019  
19.00 Uhr

#### Ort

94469 Deggendorf,  
Café Holler, Amanstr. 8

### Aus alt mach neu - Reparatur-Café in Deggendorf

Reparieren statt Wegwerfen - Hilfe zur Selbsthilfe - Ursache finden, unter Anleitung selbst reparieren

Wir wollen Menschen, die eventuell noch zu reparierende Elektrogeräte (Haushaltsgeräte, Lampen, Handys usw.), Kleidung, Möbel haben, mit Menschen zusammenbringen, die zu derartigen Reparaturen Anleitungen geben können bzw. diese unterstützend ausführen.

Ziel dabei ist es, sich gegenseitig bei der Reparatur zu helfen und es so auch

#### Datum/Uhrzeit

Donnerstag, 11.04.2019  
und 25.07.2019  
17.00-19.00 Uhr

#### Ort

94469 Deggendorf,  
Cafe Holler,  
Amanstr. 8

technisch weniger versierten Gästen zu ermöglichen, defekte Geräte zu reparieren, anstatt sie wegwerfen zu müssen.

Im Vordergrund stehen der Erfahrungsaustausch, der Spaß am Reparieren und die Erkenntnis, dass viele Defekte mit wenig Aufwand selbst behoben werden können. Auch wer gerade nichts zu reparieren hat, kann natürlich gerne bei uns vorbeikommen und zuschauen.

Die Veranstaltung ist als Hilfe zur Selbsthilfe zu verstehen, entsprechend sind von Laien bis zu Experten alle herzlich willkommen.

Beim Reparatur-Cafè handelt es sich um eine ehrenamtliche Aktion. Das heißt: Die Hilfe ist kostenlos, es wird allerdings auch keine Gewähr gegeben, dass eine Reparatur erfolgreich ist. Im Gegenteil kann nicht ausgeschlossen werden, dass bei einem Reparaturversuch mehr kaputtgeht als zuvor schon kaputt war. Entsprechend raten wir davon ab, Geräte mitzubringen, für die noch ein Garantie- oder Gewährleistungsanspruch besteht.

*Mitveranstalter: LokalGlobal, BUND  
Naturschutz Kreisgruppe Deggendorf*

### Damals in Hengersberg

Die Gründung von Hengersberg geht auf das Jahr 997 zurück. Soweit zurück in die Geschichte wollen wir an diesem Nachmittag nicht. Wir wollen uns erinnern an das letzte Jahrhundert. Sie hören Geschichte und Geschichte aus dieser Zeit.

*Veranstalter: Seniorenclub*

### 30 Jahre Mauerfall

Hintergründe und Einschätzungen aus heutiger Sicht

1989 stürzten die kommunistischen Diktaturen von Polen über Ungarn bis nach Rumänien. Das SED-Regime zerbrach an der Friedlichen Revolution. Die Sowjetunion zerfiel.

Christliche Männer und Frauen hielten den kommunistischen Machthabern und deren Atheismus einen anderen Wertekanon entgegen. Der polnische Papst Johannes Paul II. hat das 1979 mit seinem Ruf nach "Gerechtigkeit und Wahrheit" angestoßen. Der sowjetische Parteichef Gorbatschow hat das zehn Jahre später zugelassen.

#### **Datum/Uhrzeit**

Freitag, 24.05.2019  
19.30 Uhr

#### **Ort**

94469 Deggendorf,  
Kolping Stadthotel,  
Östlicher Stadtgraben 13

#### **Referent**

Joachim Jauer

#### **Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 30.04.2019  
14.00 Uhr

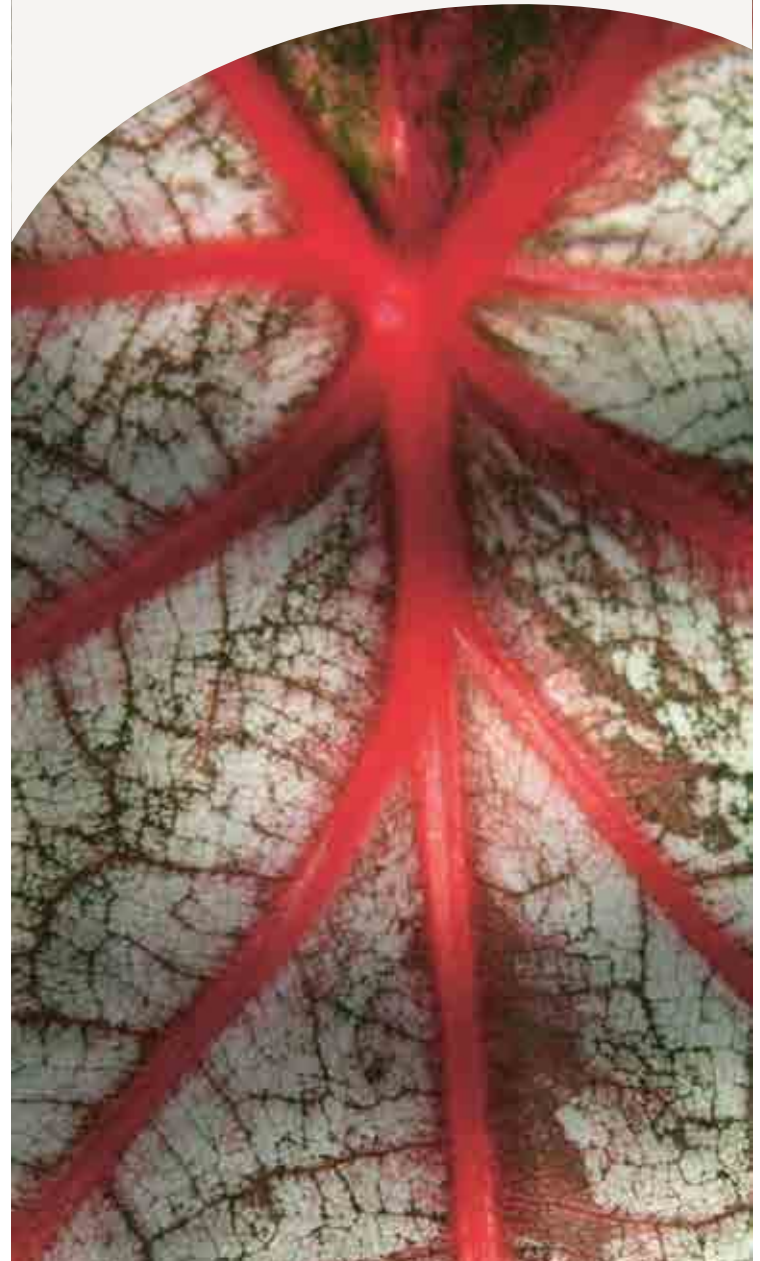
#### **Ort**

94491 Hengersberg,  
Pfarrheim,  
Unverdorbenweg 1 a

#### **Referent**

Josef Ammerer

# Natur und Reisen



**Datum/Uhrzeit**  
Mittwoch, 13.03.2019  
19.00 Uhr

**Ort**  
94562 Niederpörling,  
Pfarrstadel

**Referenten**  
Klaus Kreuzer

### Auf den Spuren des heiligen Gunther von Niederalteich nach Prag Kultur entlang des Gunthersteiges

Viele Fernwanderwege durchkreuzen den Bayer- und Böhmerwald und einer der schönsten davon folgt grenzüberschreitend den Spuren des heiligen Gunther von der Donau über den Böhmerwald bis nach Prag. Folgen Sie den geschichtsträchtigen Pfaden und erfahren Sie dabei vom Natur- und Landschaftsführer Klaus Kreuzer viel Wissenswertes über die Bayerisch-Böhmische Geschichte, sowie über das Leben und Wirken Gunthers und lernen Sie dabei nicht zuletzt traumhafte Wander- und Pilgerwege kennen.

*Mitveranstalter: Pfarrgemeinderat*

**Datum/Uhrzeit**  
Dienstag, 19.03.2019  
14.00 Uhr

**Ort**  
94491 Hengersberg,  
Pfarrheim,  
Unverdorbenweg 1 a

**Datum/Uhrzeit**  
Dienstag, 02.07.2019  
14.00 Uhr

**Ort**  
94447 Plattling,  
Pfarrheim St. Magdalena,  
Bahnhofstr. 13 A

**Referent**  
Peter Abart

### Iran - Eine Annäherung Bildervortrag

Der Iran gehört zu den Ländern, die unsere gesicherten Ansichten über die Welt ins Wanken bringen. Die Presse vermittelt uns vor allem die Probleme, in denen dieses Land steckt und beschreibt die Gefahren, die von diesem Land ausgehen. Und dennoch versucht das Volk der Iraner, wie jedes andere auch, in erster Linie mit dem täglichen Leben zurecht zu kommen. Bei einem Besuch im Iran wird man nicht nur mit den unzähligen kulturellen Highlights konfrontiert, man kommt auch immer wieder in Kontakt mit den Iranern, ihrer freundlichen Aufgeschlossenheit und Gastfreundschaft, wie es scheint weit weg von der aktuellen Politik. Wer auf Reisen nicht nur das sucht, was er schon kennt, der sollte den Iran besuchen.

*Veranstalter: Seniorenclub, KAB Senioren-Aktiv*

### Studienfahrt nach Oberpfaffenhofen Besichtigung des Deutschen Luft- u. Raumfahrtzentrum (DLR)

Als der mitarbeiterstärkste Standort des Deutschen Zentrums für Luft- und Raumfahrt (DLR), zählt das Gelände in Oberpfaffenhofen zu den größten Forschungszentren in Deutschland. Insgesamt 13 wissenschaftliche Einrichtungen und Institute sind auf dem Areal außerhalb von München beheimatet.

*Veranstalter: Seniorenclub*

### Exkursion zum Haus der Jugend in Passau Führung

Bei unserer Studienfahrt erhalten Sie eine Führung durch das Haus der Jugend in Passau. Der Hausleiter, Thomas Graf, erzählt von der Geschichte des Hauses, dem großen Umbau in den 90er Jahren und den Anbauten in den vergangenen Jahren. Sie lernen das Hauskonzept kennen und erfahren, welche Gruppen früher und heute ins Haus kommen. Abschließend feiert die Gruppe gemeinsam eine Kreuzwegandacht in der Kapelle des Hauses.

*Veranstalter: Herzogstätter Spätleser*

### Armenien

Ein faszinierendes Land im Spannungsfeld zwischen Ost und West.

Armenien mit seiner 3000-jährigen Geschichte war schon immer im Spannungsfeld zwischen Ost und West. Das Land liegt an der alten Seidenstraße und findet sich heute eingeklemmt zwischen

**Datum/Uhrzeit**  
Donnerstag, 28.03.2019  
8.30 Uhr  
Abfahrt Pfarrzentrum  
Deggendorf St. Martin

**Anmeldung**  
Pfarrbüro, Tel: 0991 29650

**Datum/Uhrzeit**  
Dienstag, 16.04.2019  
13.15 Uhr  
Abfahrt Osterhofen

**Anmeldung**  
Siebenhandl,  
Tel: 09932 1490

**Datum/Uhrzeit**  
Mittwoch, 17.04.2019  
19.30 Uhr

**Ort**  
94469 Deggendorf,  
Pfarrheim  
Mariä-Himmelfahrt,  
Dr.-Stich-Str. 4

**Referent**  
Peter Abart

zwei als feindlich empfundenen Staaten, der Türkei und Aserbaidschan. Es ist, vor allem seit dem Zerfall der Sowjetunion 1991, ein armes Land, dessen Mehrzahl der Bürger und Bürgerinnen im Ausland leben. Armenien war das erste Land, in dem das Christentum Staatsreligion wurde und so ist auch heute noch die Religion ein wichtiger einigender Faktor der Nation. Die vielen Kreuzsteine, Kirchen und Klöster, die nach feindlichen Einfällen oder Erdbeben immer wieder aufgebaut wurden, zeugen von der Widerstandskraft dieses Volkes, das sich über die Jahrhunderte seine Gastfreundschaft bewahrt hat. Neben der Hauptstadt Jerevan fasziniert von allem die Kargheit der dominierenden Hochgebirgslandschaft, die es jedoch der Landbevölkerung schwer macht ihr Brot zu verdienen.

*Veranstalter: KAB*

**Im Wunderland der Bienen**

Über so manches "Wunder am Bienenstand", über Staunenswertes und Unglaubliches vom Leben der Bienen hören Sie an diesem Nachmittag von Imker Günter Schmid.

*Veranstalter: Herzogstätter Spätlese*

**Studienfahrt nach Weihenstephan-**  
Führung durch den Sichtungsgarten und in der Kirche St. Kastulus, Moosburg

1947 wurde der Garten in Weihenstephan gegründet mit einer Fläche von mehr als 5 Hektar. Ein wichtiger Aspekt ist die standortgerechte Verwendung von Stauden in ästhetisch ansprechenden Kombinationen. Lassen Sie sich von der Vielfalt und dem Zusammenspiel von Stauden, Blumen und

Gehölzen inspirieren. Auf dem Heimweg lernen wir noch das Münster St. Kastulus in Moosburg kennen, deren Geschichte bis in das 8. Jhd. zurückgeht.

*Veranstalter: Seniorenclub*

**Frühling im botanischen Garten**  
Studienfahrt nach München

Neben dem Besuch des Botanischen Gartens und der Parkanlagen von Schloss Nymphenburg wird eine Führung in der modernen Dreifaltigkeitskirche des nahe gelegenen Klosters der Congregatio Jesu (Englische Fräulein) angeboten. In der Kirche sind mehrere Kunstwerke von Schwester Bernhardine Weber aus Zilling bei Hengersberg zu sehen.

*Veranstalter: Seniorengemeinschaft*

**Bildungsfahrt nach Südtirol**  
Bozen und Meran

Bei unserer Bildungsfahrt nach Südtirol stehen die Städte Bozen und Meran im Mittelpunkt. Es erwarten Sie Stadtführungen, ein unterhaltsames Abendprogramm und auch mal Zeit zum Bummeln.

Nähere Informationen finden Sie demnächst auf der Homepage der KEG unter <https://keg-niederbayern.de>

*Veranstalter: KEG*

**Datum/Uhrzeit**  
Samstag, 25.05.2019  
9.00 Uhr Abfahrt  
Niederalteich,  
Mäuselplatz

**Gebühr**  
18 Euro (Fahrt und  
Eintritt Bot. Garten)

**Anmeldung**  
Allinger, Tel: 09901 7257

**Datum/Uhrzeit**  
Freitag, 31.05.2019 bis  
Sonntag, 02.06.2019

**Datum/Uhrzeit**  
Dienstag, 07.05.2019  
14.00 Uhr

**Ort**  
94486 Osterhofen,  
Cafe Siebenhandl,  
Plattlinger Str. 8

**Referent**  
Günter Schmid

**Datum/Uhrzeit**  
Donnerstag, 23.05.2019

**Ort**  
8.30 Uhr Abfahrt  
Deggendorf,  
Pfarrzentrum St. Martin

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 01.06.2019

4.00 Uhr

Treffpunkt Parkplatz Waldhäuser Aussicht, Oberhalb der Ortschaft Waldhäuser.

**Referent**

Alois Sauer

**Hinweis**

Die Veranstaltung findet nur bei schönem Wetter statt.

**Anmeldung**

Sauer Alois  
Tel: 09907 1430,  
alois.sauer@gmx.de

**Gebühr**

Spendebasis

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 01.06.2019

14.30 Uhr

Treffpunkt  
Streuobstwiese  
in Neuhausen

**Referentin**

Elisabeth Emlinger

**Der sagenumwobene Lusen**

Wanderung zum Sonnenaufgang am Lusen

Während der Wanderung sind kurze Meditationen für die Seele und zur Entspannung eingebaut. Vom Ausgangspunkt "Parkplatz Waldhäuser Aussicht" müssen ca. 250 Höhenmeter bis zum Berggipfel des Lusen geschafft werden. Hierbei sollten Sie eine gewisse Grundkondition mitbringen, sowie entsprechende Kleidung und Verpflegung für eine Rast auf dem Berggipfel. Für die Wanderung sind 3-4 Std. eingeplant, die Wegstrecke ist ca. 5 Km und ist mittelschwer. Eine Einkehr im Schutzhaus Lusen und in der Ortschaft Waldhäuser ist geplant.

Begleitet werden Sie von Alois Sauer, zertifizierten Natur- und Landschaftsführer (ANL) und Nationalparkwaldführer.

*Veranstalter: Heimatfreunde Daxstein, Gartenbauvereine Zenting, Daxstein und Ranfels*

**Es liegt was in der Luft**

Wildkräuterwanderung

"Riechen - Tasten - Schmecken" - nach diesem Motto wollen wir bei dieser Kräuterwanderung die Augen öffnen für unsere heimischen Wild- und Heilkräuter. Wir werden die Natur im Sommer mit ihrer heimischen Pflanzenwelt und dem Reichtum an Köstlichkeiten kennen lernen und erfahren Rezepte für die Küche (Essig, Öl) und Hausapotheke.

*Veranstalter: KAB*

**Unsere Stadt Osterhofen**

Stadtrundfahrt mit Bürgermeisterin Liane Sedlmeier

Bei dieser Stadtrundfahrt lernen Sie die Stadt Osterhofen mal aus anderer Perspektive kennen, darüber hinaus erhalten Sie Informationen zur Geschichte der Stadt sowie Einblicke in politische Entscheidungen nicht nur in Sachen Stadtentwicklung.

*Veranstalter: Herzogstätter Spätlese*

**Rosenblüte im "Glasdorf Weinfurter", Arnbruck**

Studienfahrt zur Glaswerkstatt Weinfurter

Der weitläufige Erlebnispark mit seinen fantasievollen Skulpturen lädt zum Staunen und Verweilen ein.

*Veranstalter: Seniorengemeinschaft*

**Studienfahrt zum Starnberger See**

Die Münchner nennen den Starnberger See liebevoll "Badewanne", weil er so nahe bei München liegt. Bekannt wurde der See vor allem durch den mysteriösen Tod König Ludwig II, dem Märchenkönig.

*Veranstalter: Seniorenclub*

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 18.06.2019

13.15 Uhr

Abfahrt Osterhofen

**Anmeldung**

Siebenhandl,  
Tel: 09932 1490

**Datum/Uhrzeit**

Mittwoch, 26.06.2019

13.30 Uhr

Abfahrt Niederalteich,  
Mäuselplatz

**Gebühr**

10 Euro

**Anmeldung**

Allinger, Tel: 09901 7257

**Datum/Uhrzeit**

Donnerstag, 27.06.2019

8.30 Uhr

Abfahrt Deggendorf,  
Pfarrzentrum St. Martin

**Anmeldung**

Pfarrbüro, Tel: 0991 29650

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 06.07.2019  
8.00 Uhr, Treffpunkt:  
Wanderparkplatz Daxstein  
(neben Berghotel bei der  
Wanderkarte)

**Referent**

Alois Sauer

**Hinweis**

Bei Regenwetter fällt die  
Veranstaltung aus.

**Anmeldung**

Sauer Alois  
Tel: 09907 1430,  
alois.sauer@gmx.de

**Gebühr**

Spendenbasis

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 09.07.2019  
13.00 Uhr Abfahrt Winzer

**Anmeldung**

Weinzierl,  
Tel: 09901 7888

## Der Hausberg des Sonnenwaldes, der "Brotjacklriegel"

Als höchste Erhebung ragt der Brotjacklriegel aus dem Gebiet Sonnenwald hervor. Bei optimalen Wetterbedingungen werden Blicke zu den südlichen Alpen möglich sein. Mit faszinierenden Blicken vom Aussichtsturm, auf die abwechslungsreiche Landschaft Niederbayerns mit den kleinen Dörfern wird der Aufstieg belohnt. Feste und der Witterung entsprechende Kleidung wird empfohlen. Beim Aufstieg müssen ca. 200 Höhenmeter geschafft werden, wobei eine gewisse Grundkondition mitgebracht werden sollte. Eine Einkehr im Turmstüberl und am Ende der Wanderung ist nach Absprache mit den Teilnehmenden möglich.

Begleitet wird die ca. 2 stündige Wanderung von Alois Sauer - zertifizierter Natur und Landschaftsführer (ANL) und Nationalparkwaldführer.

*Veranstalter: Heimatfreunde Daxstein, Gartenbauvereine Zenting, Daxstein und Ranfels*

## Studienfahrt zum Stift Reichersberg

Führung durch das Stift Reichersberg

1084 von Wernher von Reichersberg gegründet, befindet sich das Stift Reichersberg im Besitz der Augustiner Chorherren. Ein Besuch im Stift macht nicht nur kulturell sondern auch kulinarisch viel Freude.

*Veranstalter: Seniorenclub*

## Betriebsbesichtigung der Firma Freiherr von Moreau Saatzucht GmbH

Im Jahr 1991 wurde der Grundstein für die Maiszüchtung in Bruderhammer gelegt und von Ludwig Feldmeier über Jahre hinweg konsequent bearbeitet und weiterentwickelt. Lernen Sie das Anwesen in Osterhofen mit Kühllager, Tagungsraum, Werkstatt und großem Bürokomplex kennen, sowie die Felder für effiziente Pflanzenzüchtung.

*Veranstalter: Kolping*

## Studienfahrt nach Rinchnach

Führung durch die Kirche

Unsere Fahrt führt uns nach Rinchnach, wo wir die Pfarrkirche besichtigen, ehemalige Klosterkirche des Klosters in Rinchnach, welche 1019 vom hl. Gunther, einen Benediktinermönch vom Kloster Niederaltaich gegründet wurde. Das Kloster wurde im Rahmen der Säkularisation aufgelöst. Die Kirche wurde zur Pfarrkirche und ist dem heiligen Johannes dem Täufer geweiht.

*Veranstalter: Seniorenclub*

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 16.07.2019  
18.30 Uhr Treffpunkt  
Osterhofen, Kolpinghaus

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 23.07.2019  
13.00 Uhr Abfahrt  
Hengersberg, Nettomarkt



**Datum/Uhrzeit**  
Mittwoch, 24.07.2019  
12.30 Uhr Abfahrt  
Niederalteich, Mäuselplatz

**Gebühr**  
10 Euro

**Anmeldung**  
Allinger,  
Tel: 09901 7257

**Datum/Uhrzeit**  
Donnerstag, 25.07.2019  
8.30 Uhr Abfahrt  
Deggendorf,  
Pfarrzentrum St. Martin

**Anmeldung**  
Pfarrbüro,  
Tel: 0991 29650

### **Sehenswürdigkeiten im Dekanat Altötting**

Studienfahrt nach Altötting und Umge-  
bung

Mit Dekan Heribert Schauer, gebürtiger Nie-  
deralteicher, lernen wir Sehenswürdigkeiten  
und Besonderheiten in seinem Dekanat  
kennen.

*Veranstalter: Seniorengemeinschaft, Pfarrge-  
meinderat*

### **Studienfahrt nach Moos und nach Wallersdorf**

Besichtigung des Wasserwerks und des  
Holunderhofes von Hr. Aster

Mit dem neuen Wasserwerk in Moos wird  
die Versorgungssicherheit für die Menschen  
im ostbayerischen Raum mit gesundem  
Trinkwasser in Zukunft weiter gestärkt. Sie  
erhalten einen Einblick in das neue Was-  
serwerk bevor die Fahrt zum Holunderhof  
weitergeht. Hier erhalten Sie interessante  
Informationen zum Holunder, seine Heil-  
wirkung, seine Verarbeitungsmöglichkeiten  
und natürlich haben Sie die Möglichkeit  
von den Leckereien zu probieren.

*Veranstalter: Seniorenclub*

# Hospiz und Trauerarbeit



**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 19.03.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
St. Ursula Hospiz,  
St. Ursula Weg 5

**Referent**

Manfred Ketzner

**...und plötzlich ist der Nachbar nicht mehr da!**

Über den Umgang mit Trauernden im  
Freundes- und Bekanntenkreis

Wichtig ist dem Referenten bei diesem Vortrag darauf hinzuweisen, dass es kein "Rezeptbuch" und keine allgemein gültigen Regeln für den Umgang mit Trauernden gibt. Jeder Mensch, jede Geschichte und jede Trauer ist anders. Nehmen Sie diesen Vortrag als eine Sammlung von Anregungen und als Hilfestellung für eine konstruktive Begleitung von Bekannten im Trauerfall.

*Mitveranstalter: Hospizverein*

**Informationsabend  
Sterbebegleitung**

Der Hospizverein Deggendorf e.V. lädt Interessierte herzlich ein, sich über das Freiwilligen-Engagement im Hospizbereich zu informieren.

Verstärken Sie das Hospiz-Team und engagieren Sie sich für sterbende Menschen in häuslicher Umgebung und in stationären Pflegeeinrichtungen.

*Veranstalter: Hospizverein*

**Letzte Lieder Solo**

Autor Stefan Weiller führt seit 2010 Gespräche mit sterbenden Menschen im Hospiz zur Musik ihres Lebens. Eine Frage lautet: „Welche Musik ist Ihnen kostbar und welche Erinnerung verbinden Sie damit?“ Im Zentrum der "Letzten Lieder" stehen die Fragen nach Sinn, Werten und Lebensqualität, die in jeder Lebensphase zu finden sind.

*Veranstalter: Hospizverein*

**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 29.03.2019  
19.00-20.30 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
St. Ursula Hospiz,  
St. Ursula Weg 5

**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 12.04.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
St. Ursula Hospiz,  
St. Ursula Weg 5

**Referent**

Stefan Weiller

**Ausbildungskurs Hospizbegleitung**

Grundkurs Sterbebegleitung

Qualifizierte und namhafte Dozenten/Dozentinnen vermitteln Ihnen den Zugang zu den Themen Sterben, Tod und Trauer und ermöglichen eine geleitete Auseinandersetzung mit folgenden Themen:

- Auseinandersetzung mit Krankheit
- Schmerz, Tod, Endlichkeit
- Selbsterfahrungsübungen
- Geschichte und Inhalte der Hospizarbeit
- Formen Nähe und Distanz

*Veranstalter: Hospizverein*

**Ich lass dich nicht allein im Sterben**

Lesung mit Gespräch

Der bekannte Sterbe-Forscher Bernard Jakoby und die Hospiz-Leiterin Marie-Luise Nieberle machen Menschen Mut, Sterbende nicht allein zu lassen. Sie zeigen auf, was man bei der Begleitung eines Sterbenden wissen sollte. Wichtig hierbei ist ihnen die Erfahrung, dass jemand, der einen Sterbenden begleitet, eine ganz neue Sicht auf das eigene Leben gewinnen kann.

*Veranstalter: Hospizverein*

**Datum/Uhrzeit**

Fr. 10. Mai und  
Fr. 24. Mai 18 - 21.00 Uhr  
Sa. 25. Mai 09 - 16.00 Uhr  
Fr. 28.06. 16 - 21.00 Uhr  
Sa. 06. Juli 09 - 13.00 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
St. Ursula Hospiz  
Niederalteich,  
St. Ursula Weg 5

**Gebühr**

75 Euro/5 Abende

**Anmeldung**

Hospizverein, Tel: 09901  
9003105

**Datum/Uhrzeit**

Montag, 13.05.2019  
19.30 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
St. Ursula Hospiz,  
St. Ursula Weg 5

**Referentin**

Marie-Luise Nieberle

**Gebühr**

Spenden erwünscht

**Datum/Uhrzeit**

Dienstag, 14.05.2019  
9.00-16.00 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
St. Ursula Hospiz,  
St. Ursula Weg 5

**Referentin**

Marie-Luise Nieberle

**Gebühr**

Noch nicht bekannt

**Anmeldung**

Hospizverein  
Tel: 09901 9003105

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 18.05.2019  
10.00-16.00 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
St. Ursula Hospiz,  
St. Ursula Weg 5

**Referent/In**

Dr. Ulrich Krüninger,  
Dr. Ernst Engelke,  
Nadine Lexa

## Ich lass Dich nicht allein im Sterben Workshop

Bei diesem Workshop lernen Sie die wichtigsten Fakten aus der Sterbe-Forschung, die am Bett eines Sterbenden hilfreich sein können, kennen. Sie lernen Möglichkeiten der Versöhnung, die auch das Leben der Verbliebenen leichter machen, kennen. Dieser Workshop ermöglicht, sich mit dem Tod auseinander zu setzen und zu entdecken, wie wertvoll die schwere Zeit des Abschieds sein kann.

*Veranstalter: Hospizverein*

## Kongress für Palliativmedizin

Auch in diesem Jahr findet wieder ein Kongress für Palliativmedizin im St. Ursula Hospiz in Niederalteich statt. Die Themen und Referenten/Referentinnen können zeitnah erfragt werden bzw. sind auf der Homepage des St. Ursula Hospiz zu finden <https://hospizverein-deggendorf.com>.

*Veranstalter: Hospizverein*

**Anmeldung:**

Tel: 09901 9003105

**Gebühr**

20 Euro

## Ausbildung zur Kindertrauerbegleitung

Eine berufsbegleitende Weiterbildung  
über 40 Unterrichtseinheiten

Kinder in Trauer brauchen besonderes Augenmerk, um wirksame Trauerarbeit zu leisten und sich später wieder ganz dem Leben zuwenden zu können. Im Alltag sind sie mit ihrer Verlusterfahrung meist allein. Gleichaltrigen fehlt die Erfahrung, um sich einfühlen zu können, Erwachsene sind oft unbeholfen.

Während bei Erwachsenen schon das Verbalisieren erleichtert, brauchen Kinder zusätzlich kreative und spielerische Möglichkeiten, um ihre Gefühle erfassen und ausdrücken zu können. Kinder haben ein anderes Verständnis vom Tod und akzeptieren diese Realität meist besser als Erwachsene. Sie brauchen aber die Unterstützung gereifter Erwachsener, die ihnen mit Mitgefühl die Wahrheit zumuten, die sie in ihrer Not auffangen.

Diese Fortbildung sensibilisiert Sie als Teilnehmer für die Sichtweise und Gefühlswelt eines Kindes und dessen typische Reaktionen auf Verlust. Wir vermitteln Ihnen zudem aktuelles Fachwissen zu kindgerechtem Handeln auf psychischer, sozialer und spiritueller Ebene.

*Veranstalter: Hospizverein*

**Datum/Uhrzeit**

Mittwoch, 29.05.2019  
14.00 Uhr bis Sonntag,  
02.06.2019 14.00 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
St. Ursula Hospiz,  
St. Ursula Weg 5

**Referentin**

Gudrun Huber

**Gebühr**

750 Euro

**Information und  
Anmeldung**

Hospizverein,  
Tel: 09901 9003105

**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 28.06.2019  
16.00-21.00 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
St. Ursula Hospiz,  
St. Ursula Weg 5

**Referent**

Dr. Christoph Seidl

**Datum/Uhrzeit**

Montag, 01.07.2019  
8.30-16.00 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich,  
St. Ursula Hospiz,  
St. Ursula Weg 5

**Referentin**

Barbara Hartmann

**Gebühr**

Kann erfragt werden.

**Anmeldung**

Hospizverein,  
Tel: 09901 9003105

**Gibt es einen guten Tod?**

Beim Thema Tod verschließen wir gerne die Augen. Doch kein Mensch entgeht dem Tod, der bei den meisten Menschen mit Angst behaftet ist. Welche Antworten fallen einem auf die Fragen ein: Gibt es einen guten Tod und wie sieht dieser aus?

*Veranstalter: Hospizverein*

**Gebühr**

Spenden erwünscht

**Palliative Care in der Behindertenarbeit**

"Unheilbar krank" zu sein bezieht sich nicht ausschließlich auf Krebsdiagnosen, die zum Tod führen. Chronisch kranke Menschen leiden ebenso an Erkrankungen, bei denen nicht mit einer Heilung zu rechnen ist. Menschen, die psychisch krank sind oder körperlich oder geistig behindert sind, haben einen Anspruch auf eine adäquate palliative Versorgung. Wie diese aussehen kann, erfahren Sie bei dieser Fortbildung.

*Veranstalter: Hospizverein*

# Fort- und Weiterbildung





**Datum/Uhrzeit**

i.d.R. am letzten Montag im Monat von 17.00-18.30 Uhr

**Ort**

94557 Niederalteich, Lateinstudio  
Helmut Przybyllok, Abt-Bernhard-Weg 9

**Referent**

Helmut Przybyllok

**Anmeldung**

Tel. 09901 6228

**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 10.05.2019  
15.00-20.00 Uhr

**Ort**

94491 Hengersberg, Cafeteria des Caritas-Wohn-Pflegezentrum St. Gotthard, Lindachweg 1

**Referentin**

Brigitte Eichinger

**Gebühr**

10 Euro für Verpflegung

**Anmeldung**

bis 02.05.2019,  
Tel: 09901 6228

**Datum/Uhrzeit**

Ende Juli/Anfang August

**Ort**

94557 Niederalteich, Bildungshaus St. Pirmin, Mauritiushof 1

**Informationen**

KEG, Tel: 0851 3937341

**Wieviel Latein steckt noch in mir?**

Haben Sie in der Schule Latein gepaukt, aber vieles ist in Vergessenheit geraten? Sie können Ihre Kenntnisse in kleiner Runde - ganz ohne Schule und Noten - wieder auffrischen.

An Hand der Quellen „De bello Gallico“ (Caesar) und „Germania“ (Tacitus) bewegen wir uns auf den Spuren unserer Vorfahren - der Germanen. Wir übersetzen Texte, analysieren Satzkonstruktionen und wiederholen Grammatikregeln.

**Ihr habt mich besucht**

Austausch- und Aufbaunachmittag für Ehrenamtliche, im Besuchsdienst.

Sie sind ehrenamtlich engagiert in einem Besuchsdienst - sei es als Anfänger/in oder schon mit längerer Erfahrung.

Dieser Nachmittag bietet Ihnen die Möglichkeit der Vernetzung unter "gleich Gesinnten", sowie zur Weiterbildung und Weiterqualifizierung in Ihrem Engagement. Neben dem Erfahrungsaustausch und einem spirituellen Impuls gibt es Informationen zum Themenfeld "Wenn Helfen nicht mehr gut tut - Grenzen setzen, Distanz schaffen".

*Veranstalter: Gemeindec Caritas, Mach Mit Deggenndorf*

**Niederalteicher Ferienakademie**

Erholen Sie sich in der Stille des Klosters und erweitern Sie Ihr Wissen durch hochkarätige Referenten und Referentinnen. Diese sind Trainer und Trainerinnen, Seminarleiter und -leiterinnen sowie Lehrkräfte und Erzieherinnen mit viel Erfahrungen in ihrem Bereich.

*Veranstalter: KEG, Hans-Seidl-Stiftung*



**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 08.03.2019  
17.00 Uhr bis  
Sonntag, 10.03.2019  
13.00 Uhr

**Ort**

Spectrum Kirche,  
Schärdinger Str. 6,  
94032 Passau

**Referentin**

Ingeborg Lenz-Schikore

**Gebühr**

Kursgebühr, Übernachtung  
und Verpflegung:  
156 Euro im DZ, 1  
66 Euro im EZ;  
116 Euro ohne Übernachtung  
und Frühstück

**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 15.03.2019  
18.00 Uhr bis  
Sonntag, 17.03.2019  
13.00 Uhr

**Ort**

Gäste- und Tagungs-  
haus "St. Benedikt",  
Schweiklberg 1,  
94474 Vilshofen

**Referentin**

Susanne Blach

**Anmeldung**

Tel: 0851 393-7411;  
Fax: 0851 393-7419,  
keb@bistum-passau.de

**Gebühr**

140 Euro inkl.  
Kursgebühr, Unterkunft  
und Verpflegung  
71 Euro ohne  
Übernachtung

**Lebensgestaltung und Erziehung**

Und es ward Abend, es ward Morgen, ein  
neuer Tag - "Die Schöpfung" - Kreistänze &  
Harmonien-Meditation der Gebärde.

Das Thema: "Die Schöpfung" erschließen  
wir uns mit meditativen Kreistänzen  
und Gebärden. Wir tasten uns Schritt für  
Schritt in den Schöpfungsbogen und in  
die Geschichte hinein. "Denn Gott lehrt die  
Menschen den Tanz, damit sie gemeinsam  
das Werk der Schöpfung vollenden." Lass  
dich vom Leben berühren und bleib in  
Verbindung mit aller Kreatur und vertiefe in  
dir täglich das Leben.

INHALTE: Kreistänze, Gebärden, Harmonie-  
übungen und Körperarbeit nach Impulsen  
von Nanni Kloke; sowie die Texte des  
Schöpfungsberichtes.

**"Es war einmal..."**

Märchen bei Menschen mit Demenz Raum  
geben

Die Arbeit mit Märchen bei älteren Men-  
schen, insbesondere bei demenziell verän-  
derten Menschen, ist besonders sinnvoll,  
verbinden sich doch mit Märchen frühe  
Kindheitserinnerungen und bilden eine  
Brücke zum emotionalen Gedächtnis.  
Eine erfahrene Märchenerzählerin erzählt  
bei diesem Seminar nicht nur, sie gibt  
Anleitung zum freien Erzählen der Märchen.  
Auch werden Übungen aus dem Gedäch-  
nistraining vorgestellt, die demenziell  
veränderten Menschen Unterhaltung und  
Abwechslung geben.

**Hinweis**

Das Zertifikat des Bundesverbandes Ge-  
dächtnistraining e.V. kann hier verlängert  
werden.

**Ausbildung zum/r Seniorentanzlei-  
ter/in des BVST e.V.**

Seniorentanz - eine zielgruppengerechte,  
partnerunabhängige Tanzart

Gemeinsames Tanzen in der Gruppe macht  
Spaß und schafft Erfolgserlebnisse. Das  
Erlernen unterschiedlicher Tanzformen mit  
entsprechenden Schritt- und Figurenfolgen  
fördert die körperliche und geistige Fitness.  
Die KEB im Bistum Passau e.V. führt in Ko-  
operation mit dem Bundesverband Senio-  
rentanz e.V. (BVST), Landesverband Bayern,  
einen Grundlehrgang Seniorentanz durch.  
Er ist der erste Abschnitt der mehrstufigen  
Ausbildung des BVST. Sie basiert auf den  
vom DOSB anerkannten Rahmenrichtlinien  
zur Qualifizierung von Trainer/innen C -  
Breitensport Seniorentanz. Die Ausbildung  
schließt mit einem Zertifikat ab (Lizenz-  
ausstellung erfolgt in einem gesonderten  
Verfahren).

Schwerpunkte des Grundlehrgangs  
- Exemplarische Tänze und Tänze im Sitzen  
- Didaktik und Methodik  
- Musikalische Grundlagen  
- Physiologische Prozesse des Alterns  
Der Lehrgang umfasst 40 Lerneinheiten,  
die auch in den Abendstunden stattfinden.  
*Mitveranstalter: Bundesverband Seniorentanz*

**"Das Herz wird nicht dement!"**

Fortbildung für Betreuungsassistenten/-  
assistentinnen, Ehrenamtliche in der Senio-  
renbildung, Angehörige und LeA-Gruppen-  
leiter, die mit Demenzkranken arbeiten

**Kursinhalte:**

- Informationen zum Thema "Demenz"
- wertschätzende Kommunikation und  
Einführung in die validierende Gesprächs-  
führung

**Datum/Uhrzeit**

Sonntag, 17.03.2019  
14.30 Uhr bis  
Donnerstag, 21.03.2019  
13.00 Uhr

**Ort**

Spectrum Kirche,  
Schärdinger Str. 6,  
94032 Passau

**Referentinnen**

Renate Tappe,  
Dagmar Stadelmayer

**Anmeldung**

Tel: 0851 393-7411;  
Fax: 0851 393-7419,  
keb@bistum-passau.de

**Gebühr**

500 Euro im DZ,  
520 Euro im EZ  
370 Euro ohne ÜN

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 06.04.2019  
9.30-16.30 Uhr

**Ort**

Spectrum Kirche,  
Schärdinger Str. 6,  
94032 Passau

**Referentin**

Ulrike Hofstädter-Brauner



**Gebühr**

40 Euro  
25 Euro Ehrenamtliche,  
zusätzlich  
4 Euro für Materialmappe

**Anmeldung**

Tel: 0851 393-7411;  
Fax: 0851 393-7419,  
keb@bistum-passau.de

**Datum/Uhrzeit**

Freitag, 03.05.2019  
14.00 Uhr bis  
Samstag, 23.11.2019  
17.00 Uhr

**Ort**

Landvolkshochschule  
Niederalteich,  
Hengersberger Str. 10,  
94557 Niederalteich

**Referentinnen**

Brigitte Krecan-Kirchbichler,  
Karin Wimmer-Billeter,  
Prof. Irmgard Schroll-  
Decker, Lioba Scherer

**Gebühr**

Grundkurs: 150 Euro  
100 Euro Ehrenamtliche;  
Aufbaukurs: 100 Euro,  
60 Euro Ehrenamtliche

**Anmeldung**

Tel: 0851 393-7411;  
Fax: 0851 393-7419,  
keb@bistum-passau.de

- Tipps zum Umgang mit herausfordernden Verhalten
- Selbsterfahrungsmöglichkeit mit dem "Demenz-Balance-Modell" - eine Methode, um sich der Erlebenswelt demenzkranker Menschen anzunähern und deren Ängste und Bedürfnisse besser zu verstehen.

### Generationen miteinander in Kontakt bringen, ein Miteinander schaffen

Qualifizierungskurs Generationenmentorin, Generationenmentor

**Grundkurs 1. Tag:** Lebenswelten der

Generationen - individueller Blick  
Freitag 03.05.2019, 14.00 -21.00 Uhr  
Jede Generation hat etwas Besonderes.  
Es geht darum, die Unterschiede und die Gemeinsamkeiten zu erkennen, damit man voneinander, miteinander und übereinander lernen kann.  
Referentinnen: Prof. Dr. Irmgard Schroll-Decker, Lioba Scherer

**2. Tag:** Generationenfreundlicher Ort - gesellschaftlicher Blick

Samstag 08.06.2019, 10.00 -17.00 Uhr  
Es geht darum, den jeweiligen Ort (= Kommunale Gemeinde, Pfarrgemeinde, Einrichtungen, Quartier, Nachbarschaften etc.) in den Blick zu nehmen. Wann ist ein Ort generationenfreundlich und wie kann er es werden?  
Referentin: Brigitte Krecan-Kirchbichler

**3. Tag:** Als Generationenmentor/in unterwegs

Freitag 28.06.2019, 14.00 -21.00 Uhr  
An diesem Tag lernen Sie, wie die Arbeit

mit Generationen gelingt. Sie bekommen Ideen für mögliche Projekte und das Handwerkszeug, um diese umzusetzen.  
Referentin: Brigitte Krecan-Kirchbichler  
Aufbaukurs mit Praxisprojekt - Generationen-Mentorenkonkret

**4. Tag:** Praxisprojekte konkret

Samstag 14.09.2019, 10.00 - 17.00 Uhr  
Mit Mut und Methode ein eigenes Projekt entwickeln, das Generationen miteinander vor Ort umsetzen. Praxisprojekt durchführen  
Referentin: Karin Wimmer-Billeter

**5. Tag:** Vorstellung der Praxisprojekte und Reflexion, Zertifikatsverleihung

Samstag 23.11.2019, 10.00 -17.00 Uhr  
Die unterschiedlichen Projekte werden präsentiert. Dazu gibt es wertschätzendes Feedback von der Leitung und von den Teilnehmenden.  
Referentin: Karin Wimmer-Billeter  
Mitveranstalter: KEB im Bistum Regensburg e.V.

**Welterbe-Weingenuß-Wohlgefühl**

2-Tagesfahrt von KEB und EBP nach Würzburg

Die evangelische und katholische Erwachsenenbildung bieten eine 2-tägige Studienfahrt nach Würzburg an. Dabei lernen Sie die wichtigsten Sehenswürdigkeiten der Stadt am Main kennen.

Außerdem ist eine Begegnung mit der ehemaligen Dekanin Dr. Edda Weise vorgesehen.

Mitveranstalter: Evangelisches Bildungswerk im Dekanatsbezirk Passau e.V.

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 04.05.2019  
6.30 Uhr bis  
Sonntag, 05.05.2019  
22.00 Uhr

**Referenten**

Gerhard Mager,  
Pfr. Norbert Stapfer

**Gebühr**

180 Euro EZ

**Anmeldung**

Tel: 0851 393-7411;  
Fax: 0851 393-7419,  
keb@bistum-passau.de

**Datum/Uhrzeit**

Fr, 17.5.2019 14.00 Uhr bis  
Sa, 18.5.2019 14.00 Uhr

**Ort**

Spectrum Kirche,  
Schärdinger Str. 6,  
94032 Passau

**Referentin**

Agnes Boos

**Anmeldung**

Tel: 0851 393-7411;  
keb@bistum-passau.de

**Datum/Uhrzeit**

So, 16.6.2019 18.00 Uhr bis  
Mi, 19.6.2019 13.00 Uhr

**Ort**

Landvolkshochschule,  
Hengersberger Str. 10,  
94557 Niederalteich

**Referent/Referentin**

Konrad Habegger,  
Sophia Schützeneder

**Gebühr**

160 Euro

**Datum/Uhrzeit**

Samstag, 06.07.2019  
9.30-16.30 Uhr

**Ort**

Spectrum Kirche,  
Schärdinger Str. 6,  
94032 Passau

**Referentin**

Sybille Lichti

**Gebühr**

50 Euro/30 Euro Ehrenamt

**Anmeldung**

Tel: 0851 393-7411;  
keb@bistum-passau.de

**Denk-Bar, Hör-Bar, Fühl-Bar**

12 Trainingsziele bieten die Möglichkeit, immer einen passenden Übungsmix zum ganzheitlichen Gedächtnistraining zusammenzustellen. Kommen Sie doch einfach in meine Gedächtnis-Bar und lassen Sie sich einen neuen Übungscocktail servieren, mit dem Sie das Gedächtnis Ihrer Kursteilnehmer trainieren können.

**Gebühr**

80 Euro mit ÜN, 65 Euro ohne ÜN

**Von guten Mächten wunderbar geborgen**

Bildungstage für Menschen mit Behinderung

Die Begegnungstage für behinderte Menschen und ihre Eltern ermöglichen Begegnung und Erfahrungsaustausch; dazwischen ist viel Zeit für Bewegung, Erholung und Geselligkeit.

Für die Teilnehmenden mit Behinderung werden sowohl kreative als auch erholsame Einheiten zum Thema "Lebensfreude, Lebenssinn" angeboten.

**"Die Hand ein Meisterwerk der Natur und von besonderer Bedeutung für das Gehirn"**

Die Hände nehmen einen Großteil des Gehirns in Anspruch. In diesem Tagesseminar lernen Sie, wie Sie Ihre Hände in der Arbeit mit Hochbetagten, bettlägerigen und demenziell erkrankten Menschen gezielt nutzen können. Das Seminar schafft darüber hinaus ein Bewusstsein für die "Sprache der Hände".

# Terminübersicht

## Allgemeines



## VORTRÄGE IN DEN PFARREIEN

### ALTENMARKT

Eltern-Kind-Gruppe	20
Lust auf Nähen? – Nähwerkstatt in Altenmarkt	46

### AUERBACH

Eltern-Kind-Gruppe	20
--------------------	----

### BERNRIED

Eltern-Kind-Gruppe	20
--------------------	----

### BUCHHOFEN

Seniorengymnastik	32
-------------------	----

### DEGGENDORF MARIÄ HIMMELFAHRT

Eltern-Kind-Gruppe	20
Yogakurs	29
10.04. Kritischer Filmabend im Cafe Holler	59
11.04. Aus alt mach neu - Reparatur-Cafe in Deggendorf	59
17.04. Armenien	65
24.05. 30 Jahre Mauerfall	61
30.06. Die Wallfahrtskirche "Zur schmerzhaften Muttergottes" am Geiersberg	9
24.07. Kritischer Filmabend im Cafe Holler	59
25.07. Aus alt mach neu - Reparatur-Cafe in Deggendorf	59

### DEGGENDORF-ST. JOSEF

Eltern-Kind-Gruppe	20
--------------------	----

### DEGGENDORF-ST. MARTIN

Ehevorbereitung	7
-----------------	---

13.03. Andrea Palladio - Weltberühmte Villen und der "Palladianische Klassizismus"	40
14.03. Gedichte und Geschichten aus vergangenen Zeiten	48
28.03. Studienfahrt nach Oberpfaffenhofen	65
30.03. Russlanddeutsche in Niederbayern - do dahoam, aber noch nicht ganz zu Hause?	57
04.04. Vorstellung des Deggendorfer Ankerzentrums	58
10.04. Laudato Si	14
10.04. Rembrandt -Psychologie im Helldunkel	41
07.05. Gott ohne Volk?	14
08.05. Diego Velazquez - Grandeza und malerische Bravour	42
09.05. Sakramente im Lauf des Lebens	15
23.05. Studienfahrt nach Weihenstephan	66
12.06. Lob der Flora - Kunst und Idee des Gartenbaus in der frühen Moderne	42
13.06. Geschichten aus Niederbayern	50
27.06. Studienfahrt zum Starnberger See	69
10.07. Gustave Courbet und der moderne Realismus	43
25.07. Studienfahrt nach Moos und nach Wallersdorf	72

### EDENSTETTEN

Eltern-Kind-Gruppe	21
--------------------	----

### GRATTERSDORF

Eltern-Kind-Gruppe	21
10.04. Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung	59

### HENGBERSBERG

Eltern-Kind-Gruppe	21
Yogakurse	29
Gymnastik für Frauen	32

	Geburtsvorbereitung	26
	Rückbildungsgymnastik	26
05.03.	Fasching früher und heute	48
14.03.	Vom Urknall zum menschlichen Geist. Punkte des Staunens im Ablauf der Evolution.	55
19.03.	Iran - Eine Annäherung	64
20.03	Erzählcafé im Caritas-Wohn- und Pflegezentrum Hengersberg	24
09.04.	Wasser - Elixier des Lebens	38
30.04.	Damals in Hengersberg	60
10.05.	Ihr habt mich besucht	80
04.06.	Die Geschichte der Evergreens	50
25.06.	Bluthochdruck	35
09.07.	Wahre Freundschaft	25
23.07.	Studienfahrt nach Rinchnach	71

## HUNDING

	Eltern-Kind-Gruppe	22
--	--------------------	----

## IGGENSBACH

09.03.	Fünf Schritte für ein erfülltes Leben	24
--------	---------------------------------------	----

## ISARHOFEN

13.03.	Weißt du noch, was du isst?	34
--------	-----------------------------	----

## MICHAELSBUCH

	Eltern-Kind-Gruppe	22
--	--------------------	----

## NEUHAUSEN

	Eltern-Kind-Gruppe	22
	Ehevorbereitung	7
15.03.	Alles zum Davonlaufen - Lebenskrisen im Spiegelbild biblischer Gestalten	10
01.06.	Es liegt was in der Luft	68

## NIEDERALTEICH

	Eltern-Kind-Gruppe	22
	Lebensqualität im Alter (LeA)	31
	Ehevorbereitung	7
	Yoga	29
11.03.	Heilfasten - ein Weg zu Vitalität und Gesundheit	33
13.03.	Franziskus - ein Mann des Wortes	10
18.03	Heilfasten - ein Weg zu Vitalität und Gesundheit	33
19.03.	...und plötzlich ist der Nachbar nicht mehr da!	74
20.03	Gemäßigtes Heilfasten nach Hildegard von Bingen	34
23.03.	Das Gleichnis vom barmherzigen Vater und seinem frustrierten (älteren) Sohn	12
25.03.	Heilfasten - ein Weg zu Vitalität und Gesundheit	33
27.03.	Lebe den Tag, wie er dir gegeben!	25
27.03.	Wieviel Latein steckt noch in mir?	80
29.03.	Informationsabend Sterbebegleitung	74
04.04.	Auf den Spuren Abrahams	13
12.04.	Tanzreise in den Frühling	49
12.04.	Letzte Lieder Solo	74
05.05.	München - Museumsstadt von Weltrang	45
06.05.	Römische Mythologie	50
10.05.	Ausbildungskurs Hospizbegleitung	75
13.05.	Ich lass Dich nicht allein im Sterben - Lesung	75
14.05.	Ich lass Dich nicht allein im Sterben - Workshop	76
18.05.	Kongress für Palliativmedizin	76
25.05.	Frühling im botanischen Garten	67
26.05.	Hildegard von Bingen	15
29.05.	Ausbildung zur Kindertrauerbegleitung	77
31.05.	Bildungsfahrt nach Südtirol	67

26.06.	Rosenblüte im "Glasdorf Weinfurtner", Arnbruck	69
28.06.	Gibt es einen guten Tod?	78
01.07.	Palliativ Care in der Behindertenarbeit	78
24.07.	Sehenswürdigkeiten im Dekanat Altötting	72

## NIEDERPÖRING

13.03.	Auf den Spuren des heiligen Gunthers	64
--------	--------------------------------------	----

## OSTERHOFEN

	Eltern-Kind-Gruppe	22
	Ehevorbereitung	7
12.03.	Freiwillig klimaneutral	56
19.03.	Frühlingsgedanken	24
19.03.	Weidenskulptur	49
26.03.	Christliches Pilgern - der Jakobsweg	13
02.04.	Die Heilkraft des Sonnenhormons Vitamin D	34
06.04.	Erste-Hilfe-Kurs	36
16.04.	Exkursion zum Haus der Jugend in Passau	65
28.4.	Bayernsonate	44
07.05.	Im Wunderland der Bienen	66
26.05.	Arsen und Spitzenhäubchen	44
04.06.	Wegzeichen und Wegweiser	25
18.06.	Unsere Stadt Osterhofen	69
16.07.	Betriebsbesichtigung der Firma Freiherr von Moreau Saatzucht GmbH	71

## PLATTLING-ST. MAGDALENA & ST. MICHAEL

	Eltern-Kind-Gruppe	22
	Lebensqualität im Alter (LeA)	31
12.03.	Patientenverfügung	57
20.03.	Der Sonntag	11
26.03.	Wie wird man selig- und heilig gesprochen?	13

02.04.	Altersdiabetes	36
09.04.	Gefahren im Straßenverkehr	36
21.05.	Bluthochdruck	35
18.06.	Wegzeichen und Wegweiser	25
25.06.	Kräuter und Gewürze	37
02.07.	Iran - Eine Annäherung	64
09.07.	Wasser - Elixier des Lebens	38
16.07.	Auf den Spuren des Apostels Paulus in Griechenland	16

## RIGGERDING

	Eltern-Kind-Gruppe	23
	Ehevorbereitung	7
01.06.	Der sagemumwobene Lusen	68
06.07.	Der Hausberg des Sonnenwaldes, der "Brotjacklriegel"	70

## SCHAUFLING

	Eltern-Kind-Gruppe	23
07.05.	Schlagen Frauenherzen anders?	37

## SCHÖLLNACH

	Ehevorbereitung	7
--	-----------------	---

## SCHWANENKIRCHEN

	Eltern-Kind-Gruppe	23
07.03.	Jesu Wort - LebensWort	10
02.04.	Bluthochdruck	35

## STEPHANSPOSCHING

	Eltern-Kind-Gruppe	23
--	--------------------	----

## WALLERDORF

17.03.	Die Herz-Jesu-Kirche Wallerdorf und das Wirtshaus Thalhauser	9
--------	--	---

## Geschäftsbedingungen

### Anmeldung

Die Veranstaltungen der KEB – Katholischen Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e. V. sind öffentlich. Veranstaltungen, bei denen eine Anmeldung erforderlich ist, sind mit dem entsprechenden Hinweis versehen.

Sie erleichtern unsere Planung erheblich bei frühzeitiger Anmeldung, spätestens jedoch bis 1 Woche vor Maßnahmenbeginn. Sie können sich schriftlich, per Fax, per e-mail, telefonisch, persönlich in der Geschäftsstelle bzw. bei der angegebenen Anmeldestelle und bei einigen Angeboten auch online anmelden. Ihre Anmeldung ist ab diesem Zeitpunkt verbindlich.

Angemeldete Interessierte werden rechtzeitig über Beginn bzw. Absage einer Maßnahme schriftlich oder telefonisch in Kenntnis gesetzt.

### Teilnahmebeiträge

Teilnahmebeiträge für Kursveranstaltungen werden nach den zu erwartenden Kosten berechnet und sind bei der jeweiligen Veranstaltung ausgewiesen. Die Kursbeiträge verstehen sich grundsätzlich ausschließlich der Material- und Lehrbuch-Gebühren. Anderes wird entsprechend vermerkt.

Die Zahlung erfolgt per Überweisung oder Bankeinzug, Bargeld wird nur bei Abendvorträgen entgegengenommen.

### Veranstaltungsabsage

Die Katholische Erwachsenenbildung (KEB) im Landkreis Deggendorf e. V. kann aufgrund von ungenügender Teilnehmerzahlen oder Ausfall einer Kursleitung eine Veranstaltung absagen. In diesen Fällen werden unter Ausschluss weitergehender Ansprüche bereits geleistete Zahlungen voll zurückerstattet.

### Rücktritt

Bei Rücktritt von der Kursanmeldung gelten folgende Stornoregelungen: 1 Monat bis 14 Tage vor Kursbeginn 50 % der Kursgebühr, unter 14 Tage 100 % der Kursgebühr.

Wird ein begonnener Kurs aus nachgewiesenem triftigem Grund (längere Erkrankung, berufliche Verpflichtung von Teilnehmern u. ä.) abgebrochen, ist auf Antrag eine anteilige Erstattung von Gebühren möglich.

### Haftung

Die Haftung der KEB – Katholischen Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e. V. beschränkt sich auf Schäden jeglicher Art, die durch schuldhaftes Verhalten einem Dritten gegenüber verursacht wurden.

Bei Studienfahrten tritt die KEB – Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e. V. nur als Vermittler auf. Es gelten dort die besonderen Reiserechtsbedingungen des jeweiligen Veranstalters.

### Datenschutz

Für die Verwaltung von Veranstaltungen werden Teilnehmerdaten gespeichert. Ihre weitergehende Verwendung ist ausgeschlossen.

## WINZER

11.03.	Mythologie am Sternenhimmel	9
12.03.	Heil- und Genusstee	33
09.04.	Lieder aus der Jugendzeit	49
18.06.	Bluthochdruck	35
09.07.	Studienfahrt zum Stift Reichersberg	70



## Die KEB im Bistum Passau

In der KEB im Bistum Passau haben sich Bildungseinrichtungen zusammengeschlossen, die offene Erwachsenenbildung in katholischer Trägerschaft anbieten. Mitglieder sind die fünf KEB's im Bistum, die Bildungseinrichtungen der katholischen Verbände und weitere Bildungseinrichtungen im Bistum, die Erwachsenenbildung anbieten.

Bei Interesse auf die Angebote der jeweiligen KEB's vor Ort, wenden Sie sich an die jeweilige Einrichtung.

### KEB im Bistum Passau e.V.

Große Messergasse 1, 94032 Passau

Tel. 0851 3937512

[www.keb-bistum-passau.de](http://www.keb-bistum-passau.de)

### Landkreise Altötting und Pfarrkirchen

#### KEB Rottal-Inn-Salzach e. V.

Kapellplatz 8/1, 84503 Altötting

Tel. 08671 4144

[www.keb-ris.de](http://www.keb-ris.de)

### Landkreis Deggendorf

#### KEB Deggendorf e. V.

Gundelauer Str. 7, 94557 Niederalteich

Tel. 09901 6228

[www.keb-deggendorf.de](http://www.keb-deggendorf.de)

### Landkreis Freyung-Grafenau

#### KEB Freyung-Grafenau e. V.

Abteistr. 23, 94078 Freyung

Tel. 08551 4581

[www.keb-freyung.de](http://www.keb-freyung.de)

### Landkreis Passau

#### KEB in Stadt und Landkreis Passau e. V.

Große Messergasse 1, 94032 Passau

Tel. 0851 393-7512

[www.keb-passau.de](http://www.keb-passau.de)

### Landkreis Regen

#### KEB Regen e. V.

Kirchplatz 18, 94209 Regen

Tel. 09921 7814

[www.keb-regen.de](http://www.keb-regen.de)

### Vorstand

Wolfgang Geier, Niederalteich, 1. Vorsitzender  
Roswitha Kaufmann, Hengersberg, stellvertretende Vorsitzende

### Beirat

Peter Abart, Hengersberg  
Anna Beer, Winzer  
Thomas Brandel, Schaufling  
Erika Eder, Lalling  
Andreas Michael Heigl, Deggendorf  
Erwin Müller, Deggendorf  
Pater Ambrosius Obermeier, OSB, Niederalteich  
Angelika Renner, Ottmaring  
Beate Sagmeister, Deggendorf  
Karin Schubert, Iggenbach  
Christine Schwarzhuber-Gramalla, Hengersberg

### Geschäftsstelle

Brigitte Eichinger, Geschäftsführerin  
Sabine Hauzenberger, Sekretärin  
Sonja Kroiß, Sekretärin

### Anschrift

Katholische Erwachsenenbildung (KEB) im Landkreis Deggendorf  
Gundelauer Str. 7, 94557 Niederalteich  
Telefon 09901 6228  
Telefax 09901 902880  
[keb.deggendorf@bistum-passau.de](mailto:keb.deggendorf@bistum-passau.de)  
[www.keb-deggendorf.de](http://www.keb-deggendorf.de)

### Bankverbindung

Raiffeisenbank Niederalteich,  
BLZ 741 616 08, Kto.-Nr. 308 773  
IBAN: DE33 7416 1608 0000 3087 73  
BIC: GENODEF1HBW

### Herausgeber

KEB im Landkreis Deggendorf

### Inhalt

Brigitte Eichinger, Niederalteich

### Fotos

Asenkerschbaumer, Dionys: S. 6  
Abart, Peter: S. 5, 17, 27, 39, 51, 52, 63, 73, 79, 81  
clipdealer: S. 30  
fotolia: S. 28  
privat: S. 8, 18, 19, 40, 46,

### Satz & Layout (Innenteil)

Britta Thaler

### Umschlaggestaltung

Christian Fuchs, Kommunikationsdesign

### Druck

Druckerei Mühlbauer, Hengersberg

### Auflage

2.000 Stück

