

Leitbild

Wir sind ein offenes, kirchliches Haus, in dem Bildung und Begegnung stattfinden. Unser christlicher Glaube ist Grundlage unserer täglichen Arbeit. Die Achtung vor der Persönlichkeit jedes Menschen und die Erhaltung der Schöpfung sind uns Auftrag. Persönlichkeitsbildung und Nachhaltigkeit in allen Bereichen sind daher unsere Kernanliegen. Wir verstehen uns als Ideenschmiede und geben Denkanstöße und ermöglichen Lernen am Puls der Zeit im ländlichen Raum. Der verantwortungsvolle Umgang mit den uns zur Verfügung stehenden Mitteln und die stetige Qualitätsentwicklung sind uns wichtig.

Leben und Lernen unter einem Dach heißt für uns, am leitbildorientierten Bildung für Kopf, Körper und Seele. Wir bieten dazu ein vielfältiges Programm, das sowohl bewährte Seminare als auch stets neue Angebote und Formate enthält. Dabei berücksichtigen wir Rückmeldungen und Anregungen unserer Gäste, Referent*innen, Kooperations- und Netzwerkpartner*innen. Unsere motivierte, herzliche und fachkundige Belegschaft sorgt für das Wohl der Gäste und den gelungenen Ablauf der Veranstaltungen. Wir kochen gutes, gesundes Essen aus vorwiegend regionalen, saisonalen und fair gehandelten Lebensmitteln.

Unser mit modernen Medien gut ausgestattetes Haus steht hauseigenen Veranstaltungen und Gastgruppen zur Verfügung. Die nachbarschaftliche Verbundenheit mit dem Benediktinerkloster und die Nähe zur Donau prägen zudem die besondere Atmosphäre des Hauses.

Unser Bildungshaus ist Ideenschmiede, in der wir Denkanstöße geben und Lernen im ländlichen Raum ermöglichen. Von unserem Leitbild ausgehend findet Lernen immer auf Augenhöhe statt. Lernen wird als Pro-Lernen verstanden, als ein „für“ das eigene Leben lernen. Gäste, Referent*innen und wir im Haus sind Lernende, die sich in der Begegnung untereinander fördern, fördern und weiterentwickeln. Das breite Spektrum der Gäste, die zu uns kommen, und ihr Erfahrungsschatz tragen dazu bei.

Durch das Leben und Lernen in Gemeinschaft erfahren unsere Gäste Toleranz, Akzeptanz und Wertschätzung gegenüber den Mitmenschen und der Schöpfung. Dieses Lernen findet über den reinen Seminarbetrieb hinaus während des gesamten Aufenthalts statt.

„Unser Haus ist so gestaltet, dass es als Kraftort zum „Aufatmen“ erlebt und verstanden wird. Unsere Gäste erfahren, dass jeder Aufenthalt im Sinne des „Leben und Lernen unter einem Dach“ ein Zugewinn ist. Das ist nach unserer Auffassung gelungenes Lernen.“

„Es kommt niemals ein Pilger nach Hause, ohne ein Vorurteil weniger und eine neue Idee mehr zu haben.“
(Thomas Morus, englischer Staatsmann und Humanist, 1478 – 1535)

Pilgerwanderungen

28. April – 1. Mai/3. Mai 2023 93 | TS1.2
In Frieden sein

3-tägige, wahlweise 5-tägige Pilgerwanderung auf der VIA NOVA in Oberösterreich von Tarsdorf zum Mondsee, den eigenen Frieden während im Gehen, Schweigen, Singen und Staunen.

Pilgerwegbegleitung: Renate Veitl-Müller, Annette Plank
Kosten: 329 Euro 3-tägig, Verlängerung: 219 Euro
Die tägliche Rückfahrt ermöglicht uns, mit leichtem Tagesrucksack zu pilgern.

7. bis 11. Juni 2023 94 | TS1.2
Pilgernd unterwegs auf dem Gunthersteig

In 5 Tagen von Niederalteich nach Dobra Voda. In fünf Etappen verbindet der Gunthersteig mit Ausgangspunkt Niederalteich die Donau mit dem Böhmer Wald und mit dem südlichen Böhmen. Schweißgezeiten, spirituelle Impulse, gemeinsames Singen, Weggemeinschaft.

Pilgerwegbegleitung: Helga Grömer, Georg Duschl
Kosten: 349 Euro
Der Gepäcktransport von einer Unterkunft zur nächsten ermöglicht uns, mit leichtem Tagesrucksack zu pilgern. Dennoch erfordert die Tour Kondition und Ausdauer im Gehen (tägliche Etappen von 20, 19, 15, 21 und 14 km).

7. bis 9. Juli 2023 47 | TS1.2
Mit Pilgern und Yoga ankommen

Der Körper liebt Bewegung, der Geist liebt die Stille. Die Jetzt-Zeit erfordert, neue Wege zu gehen, ein neues tiefes Verstehen der Verbundenheit und der Einheit mit Allem. Pilgern und Yoga nähren das Bewusstsein dafür und stärken die Lebensenergie.

Pilgerwegbegleitung: Renate Veitl-Müller
Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
Kosten: 239 Euro

25. bis 29. September 2023 95 | TS1.2
Mit Gott Mauern überspringen

BERGEXERZIATIONEN auf dem Gunthersteig
Von Ludwigsthal steigen wir auf den Gipfel des großen Falkenstein und wagen uns dann auf dem Gunthersteig ins Böhmisches bis Zichovce. 5 Tage Zeit zum Schweigen, Nachsinnen über Grenzen und spirituelle Impulse, gemeinsames Singen und Unterwegssein. Mittelschwere Bergwanderwege. Trittsicherheit, Kondition für bis zu 1.000 Hm Anstieg und 16 km. Kein Gepäcktransport.

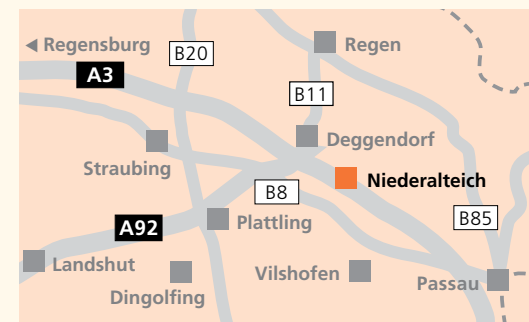
Pilgerwegbegleitung: Barbara J. Th. Schmidt, N.N.
Kosten: auf Anfrage

Nähere Informationen zu den Pilgerwanderungen finden Sie auf unserer Internetseite oder im Einzelflyer ab Januar 2023.



Mitarbeiter*innen der LVHS

Die Anmeldung erfolgt schriftlich, telefonisch oder per Internet. Die Kursgebühr wird nach Beginn der Veranstaltung von Ihrem Konto abgebucht, darum bei der Anmeldung bitte stets die Bankverbindung angeben. Sie erhalten ca. 2 Wochen vor Kursbeginn eine schriftliche Anmeldebestätigung. Eine Absage ist bis 4 Wochen vorher kostenfrei möglich. Danach berechnen wir laut unseren Geschäftsbedingungen 12 Euro, ab 2 Wochen 25%. Bei Absage am Vortag/Tag des Seminars 100%.
Preis: Die im Programm aufgeführten Preise beinhalten Kursgebühr, Übernachtung und Vollpension. Die Unterbringung erfolgt im Doppelzimmer mit Dusche/WC (Einzelmierzuschlag: 5,50 Euro pro Person/Nacht). Vegane Kost, Unverträglichkeiten usw. nach Absprache (Aufpreis: 20%). Nähere Einzelheiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.



Sie erreichen uns mit dem Auto über die Autobahn A3, Ausfahrt Hengersberg (Nr. 111).

Sie erreichen uns mit dem Zug über den Bahnknotenpunkt Plattling (mit ICE-/IC-Anschluss) oder Deggendorf.

RUF BUS Deggendorf HBF – Niederalteich:
Der Bus fährt nur Haltestellen an, für die eine Anmeldung vorliegt. Telefonische Anmeldung unter Telefon 0991 28093095 ist jeden Tag von 6:30 Uhr bis 21 Uhr möglich. Bitte frühzeitig anrufen (mindestens eine Stunde vorher). Die Fahrt kann auch online über www.wohin-du-willst.de angemeldet werden.

Katholische Landvolkshochschule und Bildungshaus Niederalteich e.V.
Hengersberger Straße 10, D-94557 Niederalteich
Telefon 0049 (0)9901 9352-0
Telefax 0049 (0)9901 9352-19
anmeldung@lvhs-niederalteich.de

Home



www.lvhs-niederalteich.de



Bildungshaus
Landvolkshochschule
Niederalteich



VORWORT

Liebe Leserin, lieber Leser,

aus alten Mustern auszubrechen – darin liegt Herausforderung und Chance. Es braucht Mut, Gewohntes hinter sich zu lassen und neue Wege zu gehen. Es braucht Zeit und Raum, Begegnung und Austausch, um neue Muster zu entwickeln und ein anderes Gleichgewicht zu finden. Dazu lädt unser Jahresprogramm 2023 unter dem Motto *„Aus alten Mustern ausbrechen – neue Muster gestalten“* ein und zeigt vielfältige Perspektiven auf, die Ihrem *„Leben Richtung geben“* können.

Wir bieten die gewohnte Niederalteicher Qualität und Umfang der Leistungen (Seminarleitung, Bildungsangebot, Unterkunft, Vollverpflegung, Räumlichkeiten, Service), was aufgrund aktueller Entwicklungen nicht ohne Steigerung unserer Preise möglich ist. Sollte Ihre Teilnahme deshalb gefährdet sein, wenden Sie sich bitte an uns.

Herzliche Einladung im Namen des Pädagogischen Teams und der ganzen Belegschaft! Wir freuen uns auf Sie!

Rubriken

Unter dem Leitwort *„Dem Leben Richtung geben“* bietet unser Jahresprogramm vielfältige Kursangebote in folgenden Rubriken:

■ Glauben Suchen Unterwegssein

■ Land Wirtschafts Leben

■ Hand Werk Genuss

■ Gesund bleiben Rhythmus finden Tanzen

■ Stand Punkt Leben

Die Anmeldung erbeten wir schriftlich, telefonisch oder per Internet bis 10 Tage vor Seminarbeginn.

■ Elternschule

Die Anmeldung erbeten wir bei Tagesveranstaltungen bis 10 Tage vorher, bei Abendveranstaltungen bis 3 Tage vorher!

■ Niederalteicher Ausbildungskurse

■ Ideenschmiede Niederalteich

■ Niederalteicher Kreis & Kurstreffen



Förderung durch Bayerisches Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten.

Durch das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten geförderte Seminare sind in unserem Jahresprogramm und auf unserer Website mit dem Themenschwerpunkt und Bildungsbereich (TS) gekennzeichnet.

Über die Zusammenstellung im Jahresprogramm hinaus entstehen aktuell noch weitere Kursangebote (Pilgerwanderungen, NA Perspektiven u.s.w.). Nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage www.lvhs-niederalteich.de oder fordern Sie einen Flyer unter info@lvhs-niederalteich.de oder T: 09901 93520 an.

Niederalteicher Ausbildungskurse

Unsere Niederalteicher Ausbildungskurse im Bereich des Pilgerns und der Kräuterpädagogik geben Gelegenheit zur persönlichen und beruflichen Weiterentwicklung.

Ausbildungskurse zum/r Pilgerwegbegleiter*in 82 | TS1.2
Start des Lehrgangs: **21. bis 23. April 2023**

Online-Informationensende: 16. oder 23. Februar 2023

Der 5-teilige Zertifikatslehrgang vermittelt wesentliche Grundlagen zur Organisation und Durchführung von Pilgerwanderungen: inhaltliche, spirituelle und methodische Kompetenzen, rechtliche und gruppendynamische Hintergründe, Einführung in das Führen von Gruppen im Gelände sowie Raum für praktische Erfahrungen, Reflexion und Ideenaustausch in der Ausbildungsgruppe sowie Kenntnisse der vielfältigen Pilgerwege in Europa, speziell VIA NOVA.
Kosten: 1.219 Euro



Zertifikatslehrgang Kräuterpädagogik 83 | TS2.4
Start des 13. Lehrgangs: **4. bis 5. September 2023**

Der 10-teilige Zertifikatslehrgang Kräuterpädagogik weckt die Begeisterung für das „grüne Kleid der Erde“ und zielt darauf ab, vielfältiges fachliches, botanisches und traditionelles Wissen zu vermitteln. Ergänzend spielt das kulinarische Verarbeiten und Haltbarmachen von heimischen Wildkräutern eine Rolle. Der Lehrgang ermöglicht darüber hinaus eine fundierte naturraum-, berufsfield- und persönlichkeitsbezogene Weiterqualifizierung.
Kosten: auf Anfrage

Kräutervertieflingslehrgang NEU 84 | TS2.4
Start des Lehrgangs: **31. März bis 1. April 2023**

Im 5-teiligen Vertiefungslehrgang werden Beispiele aus dem Bereich der menschlichen Gesundheit erklärt. Von der einfachen Verkostung von Kräutern über die Tee- bis hin zur Tinkturbereitung lernen die Teilnehmenden einfache Heilmittel für den Hausbedarf herzustellen. Der Schwerpunkt des Kurses liegt auf der Anwendbarkeit!
Kosten: 1.300 Euro
Eine Kooperation mit dem KräuterPädagogenVerein Bayern e. V.



Bitte fordern Sie gern die Flyer zu den Niederalteicher Ausbildungskursen an oder entnehmen Sie die Informationen unserer Homepage www.lvhs-niederalteich.de

Ideenschmiede Niederalteich

Bildung und Begegnung sind die Grundlage für Denkanstöße sowie gesellschaftlichen Zusammenhalt. Dafür bietet die Ideenschmiede Niederalteich einen Ort und Netzwerke, um zusammen mit verschiedenen Kooperationspartner*innen zu aktuellen Themen in den ländlichen Raum hineinzuwirken – auf ganz unterschiedlichen Ebenen.

- **Ökosoziales Forum Niederalteich**
Frühjahr, Sommerexkursion und 24. bis 25. November 2023
- **Niederalteicher Tag der Kräuterpädagogik** 85 | TS2.4
16. bis 17. September 2023 | Kosten: 179 Euro
- **Forum Familie**
- **Netzwerk Kirche auf dem Land**
- **Kreativwerkstatt „Bildungsbedarf Ostbayern“**



Unsere Mitgliedschaften

Für die Entwicklung des Ländlichen Raumes und die Lebensqualität der Menschen auf dem Land arbeiten wir mit starken Partner*innen zusammen:

- Bayerische Akademie Ländlicher Raum e.V.
- Bayerisches Bündnis für Toleranz
- Diözesanrat der Katholiken im Bistum Passau
- EUREGIO Bayerischer Wald - Böhmerwald - Unterer Inn
- Lokale Aktionsgruppe Leader Deggendorf
- Slow Food Deutschland
- Verband der Bildungszentren im Ländlichen Raum e.V.
- Verband der Bildungszentren Ländlicher Raum in Bayern e.V.
- Verein Europäischer Pilgerweg VIA NOVA e.V.

Niederalteicher Kreis und Kurstreffen

Der Niederalteicher Kreis setzt sich mutig – kritisch – herzlich für Begegnung ein. Ehemalige Teilnehmende der Kurse Niederalteich und Englbau finden sich zusammen, um an „ihrer“ LVHS immer wieder gemeinsam dem Leben Richtung zu geben.

14. – 15. Januar 2023 86 | TS1.1
30-jähriges Kurstreffen des Jahrgangs 1992/93
Leitung: Helga Grömer
Beginn: Samstag, 12:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
Kosten: 139 Euro

14. – 15. Januar 2023 87 | TS1.1
25-jähriges Kurstreffen Grundkurs 1998
Leitung: Waltraud Eichinger und Sepp Holzbauer
Beginn: Samstag, 12:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
Kosten: 139 Euro

17. bis 18. Februar 2023 88 | TS1.1
35-jähriges Kurstreffen des Jahrgangs 1987/88
Leitung: Helga Grömer
Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Samstag, 16:00 Uhr
Kosten: 125 Euro

18. bis 19. Februar 2023 89 | TS1.1
Jährliches Kurstreffen der Kurse 81/82 – 83/84 mit 40-jährigem Jubiläum Hauptkurs 82/83
Leitung: Josef Rehl
Beginn: Samstag, 12:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
Kosten: 139 Euro

18. bis 19. Februar 2023 90 | TS1.1
Jährliches Kurstreffen des Kurses 1984/85
Verantwortlich: Josef Schwarz
Beginn: Samstag, 12:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
Kosten: 139 Euro

18. Juni 2023 91 | TS1.1
Jubiläumskurstreffen Niederalteich – Englbau
55-jähriges Jubiläum Jahrgang 1968
50-jähriges Jubiläum Jahrgang 1972/73
45-jähriges Jubiläum Jahrgang 1977/78
Leitung: Team der LVHS
Beginn: Sonntag, 9:30 Uhr | Ende: 16:00 Uhr
Kosten: 49 Euro

8. Oktober 2023 92 | TS1.1
Niederalteicher Begegnungstag
Am Namenstag des Heiligen Gunther laden wir alle mit der LVHS verbundenen zu Begegnung, Austausch, gemeinsamem Essen und Gottesdienstfeiern ein. Näheres in separatem Flyer.
Leitung: Niederalteicher Kreis, 9:30 Uhr bis 17:00 Uhr
Kosten: 43 Euro

DEM LEBEN *Richtung geben*

13. bis 14. Januar 2023 01 | TS1.2

„Frieden im Herzen – bewegt“
Einkehrzeit und Fortbildung
für Pilgerwegbegleiter*innen

Die Fortbildung bietet Raum, bei sich einzukehren und mit geistlichen Impulsen, Körpergebeten, Übungen aus dem Yoga, Liedern und Meditativen Tänzen den eigenen inneren Frieden zu finden und zu nähren, sich selber zu stärken für das neue Jahr. Die Erfahrungen können dann bei Pilgerwanderungen genutzt werden und helfen, so einen Beitrag zum Frieden zu leisten.

Referentin: Renate Veitl-Müller
Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Samstag, 16:00 Uhr
Kosten: 155 Euro

13. bis 15. Januar 2023 02 | TS1.3
Yoga

Yoga kann eine alltägliche Hilfestellung sein, aus der inneren Wahrheit heraus richtige Entscheidungen zu ermöglichen. Entspannte Yogaübungen prägen dieses Wochenende, um diese innere Haltung zu trainieren.

Referentin: Hannelore Anetsberger
Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
Kosten: 259 Euro

19. Januar 2023 03

**Raus aus alten Mustern?!
Jahresempfang mit Programmvorstellung**

Ein neues Jahr liegt vor uns. Was hält es bereit? Solidarität und Gottvertrauen geben Halt/gewinnen neuen Wert in krisengeschüttelten Zeiten. Freunde, Kooperationspartner*innen und Förderer der LVHS stellen ihre Highlights des neuen Jahresprogramms vor. Bei einem Abendessen mit Köstlichkeiten der Kreativen Landküche ist Gelegenheit miteinander ins Gespräch zu kommen. Ein politisches Nachtgebet lässt den Tag besinnlich ausklingen.

Referent*innen: Barbara J. Th. Schmidt mit Team
Beginn: Donnerstag, 18:00 Uhr | Ende: 20:30 Uhr

20. bis 22. Januar 2023 04 | TS1.3
Qigong

Im Sinne dieses alten Prinzips der Resonanz sind Sie eingeladen, mit der Kraft der Achtsamkeit Ihre alltäglichen Haltungen-, Denk- und Bewegungsmuster zu erkennen, zu erforschen. Mit den Übungen und Meditationen der uralten Qi Gonglehre, mit dem Atem und der Vorstellungskraft als weitere Werkzeuge kehren wir zurück in die Balance.

Referentin: Rotraud Wanner
Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
Kosten: 349 Euro

21. bis 22. Januar 2023 05 | TS1.5

Ölandtuch stricken/fair Isle Technik

Geübte Strickerinnen werden gemeinsam ein sogenanntes Ölandtuch stricken: es handelt sich um eine Fair Isle Technik. Wir stricken mit zwei Farben in Runden und werden eigenen sogenannten Steek mitstricken. Wenn das Muster fertig gestrickt ist, wird am Steek aufgeschnitten.
Referentin: Manuela Kallenowski
Beginn: Samstag, 12:00 Uhr | Ende: Sonntag, 15:30 Uhr
Kosten: 225 Euro, 129 Euro Material, 20 Euro Buch
(1 Monat vorher wird bestellt)

27. Januar 2023 06

**Niederalteicher Perspektiven
Generationenwechsel in der Landwirtschaft**

Professor Gerauer stammt selbst aus einem größeren landwirtschaftlichen Betrieb. Durch landjährige Erfahrung kennt er „wie kaum ein anderer“ die rechtliche und die persönliche Seite von Hofübergaben, da er nicht nur in Vorträgen, sondern auch persönlich Übergaben begleitet.

Referent: Prof. Alfred Gerauer
Beginn: Freitag, 14:30 Uhr | Ende: 17:00 Uhr
Kosten: 19 Euro
Kooperation mit: KEB Deggendorf

Weitere NA Perspektiven entstehen derzeit. Bitte entnehmen Sie diese dem Jahresprogramm und die Themen bezeichnen unserer Internetseite oder dem zugehörigen Flyer.

27. bis 28. Januar 2023 07 | TS4.7

Die Kunst des Brotbackens (Basics – Sauerteig)

Selbst gebackenes Brot ist Glück, das man teilen kann. Anschaulich und umfassend wird gezeigt, wie man auf einfache Weise köstliches Sauerteigbrot mit langer Frischhaltung backt. Sie werden es nicht mehr missen wollen.

Referentin: Angela Marmor
Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Samstag, 17:00 Uhr
Kosten: 189 Euro

27. bis 29. Januar 2023 08 | TS1.3
Achtsamkeit – Resilienz im Alltag stärken – Ressourcen erweitern

Dieses Seminar bietet eine Einladung, Achtsamkeit mit sich selbst zu erfahren und Aufmerksamkeit dem eigenem Handeln zu schenken – was auch immer der Augenblick bringt. Dieses Bewusstsein ist eine Kraft, die Ihnen einen Kontakt mit sich selber bringt, dabei die eigenen Ressourcen stärkt. Dies kann helfen, die innere Weisheit zu entfalten und den Weg des Herzens zu gehen.
Referentin: Hildegard Himpf
Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
Kosten: 305 Euro

28. Januar 2023 NEU 09 | TS3.2

**Aktionstag
Zum Wohl von Mensch und Umwelt
Klima- und Enkeltauglichkeit wirtschaften
mit der Gemeinwohloökonomie**

Wie können wir so leben, dass nachfolgende Generationen noch zu leben haben? In Gesellschaft und Wirtschaft braucht es Orientierung am Gemeinwohl. Am Aktionstag stellen wir verschiedene Wege zu einer ethischen Marktwirtschaft vor und zeigen Entwicklungsmöglichkeiten an konkreten Beispielen auf.

Leitung: Barbara J. Th. Schmidt und Referent*innen
Beginn: Samstag, 9:30 Uhr | Ende: ca. 16:30 Uhr
Kosten: 25 Euro (incl. Mittagessen und Kaffee/Kuchen)
Die Einladung erfolgt gesondert, bitte beachten Sie die Preise und die Homepage.
Eine Kooperation mit der Stabstelle Umwelt, mit dem Diözesanrat der Katholiken, mit der KEB im Landkreis Deggendorf und der Regionalgruppe Gemeinwohloökonomie Unterer Bayerischer Wald

31. Januar 2023 10

Biblich motiviert – politisch engagiert (online)

Die Online-Reihe betrachtet das Heute aus biblischer Sicht und greift prophetisch-politische Aspekte der Heiligen Schrift im Gespräch auf.

Referent*innen: Barbara J. Th. Schmidt, Dr. Christine Abart, Max Aman, Sr. Susanne Schneider
Beginn: Dienstag, 19:00 Uhr | Ende: 20:30 Uhr
Anmeldung: erwachsenenbildung@eomuc.de
Weiterer Termin im Herbst 2023 geplant. Bei Interesse bitte in der LVHS melden.
Kooperation mit: Haus St. Rupert Traunstein, KEB München und Freising, MISBICER in Bayern, missio München



2. bis 3. Februar 2023 11 | TS4.3

**Gemeinsam die Übergabe meistern
Hofübergabe-Seminar**

Wie kann die anstehende Hofübergabe gelingen? Das Seminar bietet dazu Informationen, Erfahrungsaustausch und Tipps für Übergabende und Übernehmende.

Es geht zum einen um das Miteinander und die lebendige Kommunikation in der Familie. Darüber hinaus erhalten Sie umfassende Informationen zu steuerlichen und rechtlichen Regelungen.

Referent*innen: Helga Grömer und Referenten
Beginn: Donnerstag, 10:00 Uhr | Ende: Freitag, 16:00 Uhr
Kosten: 179 Euro
Kooperation mit: Ländliche Familienberatung Bistum Passau

7. Februar 2023 15

Wie können Eltern helfen, Konzentration und Ausdauer ihrer Kinder zu fördern?

Eltern und Erzieher beobachten oft, dass sich Kinder in speziellen Situationen ganz gut konzentrieren, z.B. beim Spielen, in anderen Situationen hingegen nur recht eingeschränkt, z.B. bei den Hausaufgaben. Woran liegt das? Wie entwickeln sich diese Fähigkeiten? Wie kann man dem Kind helfen, seine Möglichkeiten auszusuchen? Welche Wege es gibt, Ausdauer und Konzentrationsfähigkeit weiter zu entwickeln, soll dieser Abend zeigen.
Referentin: Regina Leitenmeier
Beginn: Dienstag, 19:00 Uhr | Ende: 21:00 Uhr
Kosten: 8 Euro
Kooperation mit: KEB Deggendorf

3. bis 4. Februar 2023 12 | TS1.5

Schmuck schmieden

Im traditionellen Handwerk des Schmuck schmiedens der künstlerischen Kreativität freien Lauf lassen, sich von Edelmetallen verzaubern lassen und zusammen mit Gold und Silber zu seinem einzigartigen, ganz besonders schönem Schmuckstück zu gelangen durch Entwurf (oder Intuition), hämmern, sägen, löten. Steine und Edelmetalle wird im Kurs gestellt!

Referentin: Daniela Koronowski
Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Samstag, 20:00 Uhr
Kosten: 179 Euro plus Material

3. bis 4. Februar 2023 13 | TS1.6

Tage für Verliebte

Sich als Paar Zeit nehmen, sich bewusst machen, was man am anderen hat und wie wertvoll die Partnerschaft ist, wird in diesen Tagen Thema sein. Das Gute und Besondere der Beziehung soll gestärkt werden.

Referentin: Stephanie Sellmayr
Beginn: Freitag, 15:30 Uhr | Ende: Samstag, 15:00 Uhr
Kosten: 315 Euro pro Paar

3. bis 5. Februar 2023 14 | TS1.5

Worldpercussion – Eine Welt voller Rhythmen

Neue Bewegungsmuster (Pattern) erweitern die rhythmischen Möglichkeiten und fördern die körperliche Koordination. Groovende Trommelrhythmen verschiedener Rhythmuskulturen entfalten in eine Welt der Dynamik und Lebendigkeit.

Referent: Helmut C. Kaiser
Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
Kosten: 299 Euro

7. Februar 2023 15

Wie können Eltern helfen, Konzentration und Ausdauer ihrer Kinder zu fördern?

Eltern und Erzieher beobachten oft, dass sich Kinder in speziellen Situationen ganz gut konzentrieren, z.B. beim Spielen, in anderen Situationen hingegen nur recht eingeschränkt, z.B. bei den Hausaufgaben. Woran liegt das? Wie entwickeln sich diese Fähigkeiten? Wie kann man dem



MÄRZ

6. März 2023 201 | TS1.3
Niederaltercher Frühstück für Frauen auf dem Land
 Die Lebensfreude ist das Ziel
 Nach einem gesunden und leckeren Frühstück wird die Lebensführung nach Hildegard von Bingen vorgestellt. In ihrer Heilkunde finden wir viele positive Lebensregeln, die uns zu einer gesundmachenden Lebensführung verhelfen können.
 Referentin: Angela Jakob
 Beginn: Montag, 9:00 Uhr | Ende: 12:00 Uhr
 Kosten: 35 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

6. bis 10. März 2023 211 | TS1.5
Humanistische Kurseive „Aufbruch aus veralteten Strukturen“ – Die Schrift der Aufklärung
 Die Humanistische Kursive ist vom Aufbau sehr einfach u. in ihren Formen zeitlos. Daher ist sie ideal für d. Einstieg i.d. Kunst des schönen Schreibens.
 Referent: Thomas Hoyer
 Beginn: Montag, 10:00 Uhr | Ende: Freitag, 13:00 Uhr
 Kosten: 499 Euro

10. bis 12. März 2023 22 | TS1.3
Eutonie – Aus alten Mustern neue bauen
Wie kann ich durch bewusstes Körperempfinden meinen Alltag neu gestalten?
 Spielerisch neue Bewegungsabläufe entwickeln und für den Alltag nutzbar machen. Die Frage: „Wie kann ich mir das Leben leichter gestalten?“ kann über sanfte Körpererfahrung Annäherung finden.
 Referentin: Helene Roitinger
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 279 Euro

15. März 2023 23
Film ab ... in Niederaltelch
 Die Niederaltelcher Filmbande in der LVHS laden ein, interessante Filme gemeinsam anzusehen und im Anschluss, wer möchte, ins Gespräch zu kommen. Willkommen im „Cinema Gunther“!
 Referent*in: Team der LVHS
 Beginn: Mittwoch, 19:00 Uhr | Ende: ca. 22:00 Uhr
 Kosten: 8 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

23. März 2023 24
„Unter meinem Bett wohnt ein Monster!“
Kinderängste erkennen und verstehen
 Die meisten kindlichen Ängste sind Zeichen für eine gesunde Entwicklung. Jeder Entwicklungsschritt lässt das Kind reifen und hilft selbstständiger und autonomer zu werden. Kinder „erobern“ so die Welt. Welche Strategien helfen, erfahren Erziehende an diesem Abend.
 Referentin: Dr. Sandra Scheuer
 Beginn: Donnerstag, 19:00 Uhr | Ende: 21:00 Uhr
 Ort: LVHS Niederaltelch | Kosten: 8 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

24. bis 26. März 2023 251 | TS1.2 NEU
Was ist uns heilig?
Ein anderer Blick auf uns und die Welt
 Mitten in der Fastenzeit fragen wir uns: Was ist uns heilig? Unverfügbar? Was tasten wir nicht an? Was ist uns das Leben wert? Ein besinnlich-kreatives Wochenende mit dem MISEREOR-Hungertuchkünstler Emeka Udemba
 Referent*in: Emeka Udemba, Barbara J. Th. Schmidt
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 255 Euro Kooperation mit: Abteilungen Weltkirche Passau und Regensburg

31. März bis 2. April 2023 261 | TS1.3
Einführung von Achtsamkeit in sozialen Einrichtungen
 Dieses praxisorientierte Einführungsprogramm für Achtsamkeit gibt einen fundierten Überblick über Nutzen, Wirkbereiche und Anwendung von Achtsamkeits-Praxis in sozialen Einrichtungen.
 Referent: Georg Gullatz
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 395 Euro Kooperation mit: Abteilungen Weltkirche Passau und Regensburg

APRIL

18. April 2023 27
Ein Baby tragen: keine Last, sondern Entlastung
 Referentin: Melanie Falkowski
 Beginn: Dienstag, 9:30 Uhr | Ende: 11:30 Uhr
 Ort: Donum Vitae e.V. Deggendorf | Anmeldung Tel. 0991 371966
 Kostenlos! Kooperation mit: KEB Deggendorf

20. April 2023 28
Niederaltelcher Feierabend
 Die LVHS lädt zum Abendbuffet mit Köstlichkeiten der kreativen Landküche, einem Impulsvortrag und Austausch oder kulturellem Schmankei sowie einem politischen Nachtgebet für Frieden und Solidarität.
 Beginn: Donnerstag, 18:00 Uhr | Ende: 20:30 Uhr
 Kosten: 15 Euro mit Abendessen Kooperation mit: KEB Deggendorf

21. April 2023 29
Niederaltelcher Perspektiven
 Thema bitte der Internetseite oder dem zugehörigen Flyer entnehmen.
 Beginn: Freitag, 14:30 Uhr | Ende: 17:00 Uhr
 Kosten: 19 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

22. bis 23. April 2023 30 | TS1.1
Das Leben ist (k)ein Wunschkonzert.
Musikalischer Lebenslauf Biografiearbeit
 Musik im Leben ist wie Salz in der Suppe. Melodien sind eng verknüpft mit unseren Lebensgeschichten – in Moll oder in Dur. Welchen Platz hat Musik in Ihrem Leben? Finden Sie es heraus.
 Referentin: Andrea Parzefall
 Beginn: Samstag, 9:00 Uhr | Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 255 Euro

MAI

2. Mai 2023 31 | TS4.7
Kreative Landküche
 Gemeinsam werden saisonale Gerichte zubereitet und im Anschluss in gemütlicher Runde verzehrt. Nehmen Sie ein Stück der Niederaltelcher Küche mit nach Hause!
 Referentin: Beate Oppenkowski
 Beginn: Dienstag, 17:00 Uhr | Ende: 21:00 Uhr
 Kosten: 45 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

5. Mai 2023 32
Waldschatzsucher unterwegs
Kräuterwanderung für Familien mit Kindern im Alter von 4 – 8 Jahren.
 Bei einem Spaziergang durch Wald und Wiese gibt es jede Menge zu entdecken.
 Referentin: Elisabeth Emlinger
 Beginn: Freitag, 14:00 Uhr | Ende: 16:30 Uhr
 Ort: Niederaltelch/Seebach
 Genaue Ort wird noch mitgeteilt
 Kosten: 10 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

5. bis 6. Mai 2023 33 | TS1.1
Leuchtpuren in meinem Leben
Biografisches Schreiben: Inspiration & Handwerk
 Der Duft von Dampfudeln oder die Mutprobe am Fluss: All diese Erinnerungen sind es wert, aufgeschrieben zu werden.
 Wir finden unseren eigenen Ausdruck dafür und gewinnen eine neue Sicht darauf. Sie lernen Inspirationsquellen und Ideen zur Gliederung ihrer Texte kennen und wenden poetische Kleinformen an.
 Referentin: Gesine Hirtler-Rieger
 Beginn: Freitag, 14:00 Uhr | Ende: Samstag, 15:00 Uhr
 Kosten: 255 Euro

8. bis 12. Mai 2023 34 | TS4.1
Kirche auf dem Weg durch die Zeit
Seniorenbildungswoche
 In dieser Seniorenbildungswoche wird der Frage nachgegangen, was Kirche ist, was sie ausmacht und ob Kirche wandelbar ist, auch im Kontext des Synodalen Weges. Gemeinsame Zeit und Gütes für Leib und Seele kommen dabei nicht zu kurz. *Ab 65 J.*
 Referentin: Stephanie Sellmayr
 Beginn: Montag, 14:30 Uhr | Ende: Freitag, 13:00 Uhr
 Kosten: 329 Euro

8. bis 12. Mai 2023 35 | TS1.5
Kalligrafie-Schreibwerkstatt
 In dieser Woche steht kein Neues Thema im Mittelpunkt, sondern Ihr Thermal Dieser Workshop bietet die Möglichkeit, sich in kreativer Umgebung mit einem eigenen Thema zu beschäftigen.
 Referent: Thomas Hoyer
 Beginn: Montag, 10:00 Uhr | Ende: Freitag, 13:00 Uhr
 Kosten: 499 Euro

12. bis 14. Mai 2023 36 | TS1.5
Patchwork – Aus alten Mustern ausbrechen – Neue Muster gestalten
 Jeder hat sie – seine Standardquiltmuster. In diesem Kurs wollen wir diese ganz bewusst bei Seite legen und neue Muster ausprobieren. Auch der Bereich Zentangle auf Stoff wird mit einfließen.
 Referentin: Renate Mauerer
 Beginn: Freitag, 15:30 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 245 Euro

12. bis 14. Mai 2023 37 | TS1.3
Quellwege – Ein Wochenende zum Auftanken und zur Regeneration der Seelenkräfte
 Ein Wochenende zum Kraft schöpfen und Energie für den Alltag tanken! Wichtige Elemente: Entspannung, Meditation, Impulse aus Philosophie u. Weisheit, Reflexion von Berufs- u. Lebenssituation.
 Referent: Robert Auberger
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 279 Euro

18. Mai 2023 38 | TS2.4
Bier brauen
 In Theorie und Praxis erfahren Sie die wichtigsten Schritte zum erfolgreichen Bierbrauen. Die Grundrohstoffe werden dabei ebenso behandelt, wie Möglichkeiten dem Bier durch eine Mischung an vielfältigen Hopfenaromen und wilden Kräutermischungen eine persönliche Note zu verleihen.
 Referent*in: Thomas Janschek, Jilian Sopper
 Beginn: Do. *(Christi Himmelfahrt)*, 9:00 Uhr | Ende: 17:00 Uhr
 Kosten: 135 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf



26. bis 28. Mai 2023 39 | TS1.1
Tango Argentino
 Der Tango Argentino ist ein gefühlvoller Tanz, in dem die verborgene Sprache der Seele ihren Ausdruck durch die Bewegung im Rhythmus findet. Der Workshop beginnt mit Atem- und Achtsamkeitsübungen und dem Bewegungscode des Tango Argentino. *Für Paare und interessierte Einzelpersonen auch ohne Vorkenntnisse geeignet.*
 Referent*in: Susanne und Herbert Kaiser
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 499 Euro für Paare/DZ, 279 Euro pro Person/DZ

JUNI

6. bis 7. Juni 2023 40 | TS4.7
Vorratshaltung
 Wie mache ich Lebensmittel haltbar? Wie kann ich Düfte und Aromen von Pflanzen konservieren? Dazu gibt es eine Vielzahl von bewährten und wieder neu entdeckten Methoden zur Konservierung. In Theorie und Praxis werden die unterschiedlichen Prinzipien der Haltbarmachung vermittelt.
 Referentin: Edeltraud Fichtner
 Beginn: Dienstag, 18:00 Uhr | Ende: Mittwoch, 17:00 Uhr
 Kosten: 175 Euro plus 15 Euro Material

13. Juni 2023 41 | TS2.5
BILDung visualisieren
 Ein Fortbildungstag, in dem es um die Grundlagen und Einsatzmöglichkeiten der Flipchartgestaltung geht.
 Referentin: Stephanie Sellmayr
 Beginn: Dienstag, 8:30 Uhr | Ende: 16:30 Uhr
 Kosten: 125 Euro, 85 Euro für Ehrenamtliche

15. Juni 2023 42
Niederaltelcher Feierabend
 Beginn: Donnerstag, 18:00 Uhr | Ende: 20:30 Uhr
 Kosten: 15 Euro mit Abendessen Kooperation mit: KEB Deggendorf



23. bis 25. Juni 2023 43 | TS1.6
Familienwochenende zu Johanni
 Familien werden gemeinsam die Tradition und Bräuche rund um den Johannitag kennenlernen.
 Referentin: Stephanie Sellmayr
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 231 Euro bis 462 Euro je nach Familiengröße

30. Juni bis 2. Juli 2023 44 | TS2.5
Schlagfertigkeit für Frauen*
 Ein Kurs speziell für Frauen*, die den eigenen Standpunkt finden und verteidigen wollen. Gemeinsam erarbeiten und üben wir starke Kommunikationsstrategien.
 Referentin: Jenny Huber
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 285 Euro

30. Juni bis 2. Juli 2023 45 | TS1.3
Qigong für Männer
Kraft aus dem Fluss der Bewegung schöpfen
 In Europa ist Qi Gong eine eher ungewohnte Form, für Männer in China jedoch eine uralte Tradition, um kraftvoll zu trainieren. Mit Qi Gong stärken Sie Ihre gesunde Körperhaltung, erweitern Ihre Beweglichkeit und Selbstwahrnehmung. Sie werden flexibler im ganzheitlichen Sinne und erspüren gesunde Grenzen, die es zu wahren gilt. Sie vertiefen Ihre Atmung und bringen Körper und Geist zur Ruhe.
 Referent: Andreas Busse
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 325 Euro

JULI

4. Juli 2023 46 | TS4.7
Kreative Landküche
 Gemeinsam werden saisonale Gerichte zubereitet und im Anschluss in gemütlicher Runde verzehrt. Nehmen Sie ein Stück der Niederaltelcher Küche mit nach Hause!
 Referentin: Beate Oppenkowski
 Beginn: Dienstag, 17:00 Uhr | Ende: 21:00 Uhr
 Kosten: 45 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

7. bis 9. Juli 2023 47 | TS1.2
Mit Pilgern und Yoga ankommen
 Der Körper liebt Bewegung, der Geist liebt die Stille. Die Jetzt-Zeit erfordert, neue Wege zu gehen, ein neues tiefes Verstehen der Verbundenheit und der Einheit mit Allem. Pilgern und Yoga nähren das Bewusstsein dafür und stärken die Lebensenergie.
 Referentin: Renate Veitl-Müller
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 239 Euro

10. Juli 2023 48 | TS1.3
Workshop
Ich werde großer Bruder/große Schwester – Was passiert dann?
 Wie kann jeder seinen Wohlgefühlplatz in der wachsenden Familie finden? Welche Bedürfnisse sind jetzt wichtig? Wie gehe ich mit Eifersucht um? Antworten auf diese und mehr Fragen erhalten Sie an diesem Vormittag.
 Referentin: Melanie Falkowski
 Beginn: Montag, 9:30 Uhr | Ende: 11:00 Uhr
 Ort: Caritas Schwangerschaftsberatung, Dettnerstr. 35, Deggendorf
 Anmeldung über Caritas: 0991 29051
 Kostenlos! Kooperation mit: KEB Deggendorf

14. bis 16. Juli 2023 49 | TS1.5
Gemeinsam Trommeln – die Faszination der Trommeln und Percussioninstrumente
 Trommeln bedeutet Lebensfreude, Energie, Dynamik und Eintauchen in den Fluss verschiedenster Rhythmen, ein ursprüngliches Hör-Erlebnis und das Kennenlernen der Musik anderer Kulturen. Bei schönem Wetter wird an der Donau bei Lagerfeuer und Mondschein getrommelt.
 Referent: Helmut C. Kaiser
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 299 Euro

20. Juli 2023 50
Niederaltelcher Feierabend
 Beginn: Donnerstag, 18:00 Uhr | Ende: 20:30 Uhr
 Kosten: 15 Euro mit Abendessen Kooperation mit: KEB Deggendorf

21. Juli 2023 51
Niederaltelcher Perspektiven.
 Thema bitte der Internetseite oder dem zugehörigen Flyer entnehmen.
 Beginn: Freitag, 14:30 Uhr | Ende: 17:00 Uhr
 Kosten: 19 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

SEPTEMBER

11. bis 15. September 2023 52 | TS1.5
Moderne Texturen
Von der Norm zur freien Form
 Will man in der Kalligrafie weiter kommen, ist es unabhängigbar, sich von den Grundformen der einmal gelernten Buchstaben zu lösen. Ein Weg dahin ist das Entwickeln von Texturen.
 Referent: Thomas Hoyer
 Beginn: Montag, 10:00 Uhr | Ende: Freitag, 13:00 Uhr
 Kosten: 499 Euro

19. September 2023 53 | TS4.7
Kreative Landküche
 Gemeinsam werden saisonale Gerichte zubereitet und im Anschluss in gemütlicher Runde verzehrt. Nehmen Sie ein Stück der Niederaltelcher Küche mit nach Hause!
 Referentin: Beate Oppenkowski
 Beginn: Dienstag, 17:00 Uhr | Ende: 21:00 Uhr
 Kosten: 45 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

21. September 2023 54
Niederaltelcher Feierabend
 Beginn: Donnerstag, 18:00 Uhr | Ende: 20:30 Uhr
 Kosten: 15 Euro mit Abendessen Kooperation mit: KEB Deggendorf

21. bis 22. September 2023 55 | TS4.1
Ü60 – Wendepunkt Ruhestand – Tage zum Aufbruch in den dritten Lebensabschnitt
 Der Übergang in den Ruhestand ist eine Lebenswende. Diese Zeit bewusst zu gestalten und eigene Wege zu suchen und zu finden ist Ziel des Seminars.
 Referent: Dr. Franz Lummer
 Beginn: Donnerstag, 14:00 Uhr | Ende: Freitag, 16:00 Uhr
 Kosten: 259 Euro Kooperation mit: Referat Senioren Bistum Passau



22. bis 24. September 2023 56 | TS1.3
Qigong
 Im Sinne dieses alten Prinzips der Resonanz sind Sie eingeladen, mit der Kraft der Achtsamkeit Ihre alltäglichen Haltungs-, Denk- und Bewegungsmuster zu erkennen, zu erforschen. Mit den Übungen und Meditationen der uralten Qigonglehre, mit dem Atem und der Vorstellungskraft als weitere Werkzeuge kehren wir zurück in die Balance.
 Referentin: Rotraud Wanner
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 349 Euro

2. bis 6. Oktober 2023 57 | TS4.1
Mein Lebensmuster
Seniorenbildungswoche
 Das Leben ist bunt und vielfältig wie ein großer Lebens-teppich, mit verschiedenen Mustern und Farbnuancen. Diese Seniorenbildungswoche geht der Frage nach, wie mein Leben „gestrickt“ ist und was es der mein roter Faden in meinem Leben war und ist. Gemeinsame Zeit und Gütes für Leib und Seele kommen dabei nicht zu kurz. *Ab 65 Jahren.*
 Referentin: Stephanie Sellmayr
 Beginn: Montag, 14:30 Uhr | Ende: Freitag, 13:00 Uhr
 Kosten: 329 Euro

3. Oktober 2023 58 | TS4.7
Käse selbst gemacht – Genuss erleben, Käse erlernen!
Aus frischer Milch lernen Sie Joghurt, Quark und Feta herzustellen, aus Ziegenmilch bereiten Sie Kochkäse zu. Sie erfahren einiges über die Milch, ihre Keime und Bakterien sowie verschiedene Milcharten und sammeln bei einer Kräuterwanderung frische Kräuter.
 Referentin: Heidi Weigl
 Beginn: Dienstag, 10:00 Uhr | Ende: 17:00 Uhr
 Kosten: 99 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

5. Oktober 2023 59
Was Kinder stark macht – Die Wunderkraft Resilienz
 Wir alle wollen Kinder, die stark und selbstbewusst für sich und andere einstehen. Wie Kinder jedoch mit schlechten Erfahrungen in der Schule, mit Streit mit Freund*innen oder Alltagssituationen, in denen sie sich unwohl fühlen umgehen können, hängt von der eigenen Resilienz ab. Was Eltern tun können, wie man Resilienz üben kann, damit diese „Wunderkraft“ wirken kann, erfahren Sie an diesem Abend.
 Referentin: Christina Bayer
 Beginn: Donnerstag, 19:00 Uhr | Ende: 21:00 Uhr
 Ort: LVHS Niederaltelch
 Kosten: 8 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

6. bis 8. Oktober 2023 60 | TS1.3
Werde der Mensch der du bist – entfalten, was in uns liegt
 Jetzt ist der Zeitpunkt, die Weichen für mein Wohlergehen in der Zukunft zu stellen. Mich zu lösen von alten Mustern und neue, lebensbejahende zu fördern, liegt in meiner Hand.
 Referentin: Melanie Polansky
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 295 Euro

11. Oktober 2023 61
Film ab ... in Niederaltelch
 Die Niederaltelcher Filmbande in der LVHS laden ein, interessante Filme gemeinsam anzusehen und im Anschluss, wer möchte, ins Gespräch zu kommen. Willkommen im „Cinema Gunther“!
 Referent*in: Team der LVHS
 Beginn: Mittwoch, 19:00 Uhr | Ende: ca. 22:00 Uhr
 Kosten: 8 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf und KDFB Passau

13. und 14. Oktober 2023 62 | TS1.2
Sing-Werkstatt
 Kathi Stimmer-Salzeder bringt bunt gemischte Glaubens- und Lebenslieder in die Chorwerkstatt mit. Lieder für drei- oder vierstimmig (gemischten) Chor werden vorgestellt und einstudiert.
 Referentin: Kathi Stimmer-Salzeder
 1. Termin: Freitag, 18:30 Uhr | Ende: 21:30 Uhr
 Kosten: 45 Euro
 2. Termin: Freitag, 10:00 Uhr | Ende: 16:00 Uhr
 Kosten: 65 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

13. bis 15. Oktober 2023 63 | TS2.5
Stimme – Körper – Schauspiel – eine theaterpädagogische Werkstatt
 Ob als Reise-, Pilgerwegbegleitung, in der Kräuterpädagogik und andere Menschen die vor Gruppen stehen: in diesem Seminar lernen und erproben Ausdrucksmöglichkeiten für Stimme und Körper. Sie spielen schließlich eine Szene mit Bezug zum Haus.
 Referent*innen: Babette Leitgeb; N.N
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 299 Euro

16. Oktober 2023 64 | TS1.3
Niederaltelcher Frühstück für Frauen auf dem Land
 Referentin: N.N.
 Beginn: Montag, 9:00 Uhr | Ende: 12:00 Uhr
 Kosten: 35 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

19. Oktober 2023 65
Niederaltelcher Feierabend
 Beginn: Donnerstag, 18:00 Uhr | Ende: 20:30 Uhr
 Kosten: 15 Euro mit Abendessen Kooperation mit: KEB Deggendorf

20. Oktober 2023 66
Niederaltelcher Perspektiven.
 Thema bitte der Internetseite oder dem zugehörigen Flyer entnehmen.
 Beginn: Freitag, 14:30 Uhr | Ende: 17:00 Uhr
 Kosten: 19 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf



26. Oktober 2023 67
Wenn Kinder trauern – Kinder trauern anders
 Schon Kinder sind in ihrem Leben mit Tod und Sterben konfrontiert, egal, ob ein geliebter Mensch oder ein Haustier stirbt. Kinder zeigen und leben jedoch ihre Trauer anders als Erwachsene.
 Für selbst betroffene Eltern und alle Erziehenden ist es oft schwierig, das trauernde Kind zu begleiten. Wie Kinder trauern, wie man der Trauer betrogene Eltern und wie Sie letztlich dem Kind durch ihre Unterstützung helfen, erfahren Sie an diesem Abend.
 Referentinnen: Tanja Heining, Claudia Sebralla
 Beginn: Donnerstag, 19:00 Uhr | Ende: 21:00 Uhr
 Ort: Hospiz Niederaltelch, St. Ursula Weg 5
 Kosten: Spenden für Hospiz erbeten Kooperation mit: KEB Deggendorf

27. bis 29. Oktober 2023 68 | TS1.5
Die Schönheit der Natur in Stoff festhalten
Patchwork
 Mit verschiedenen Techniken wird die Pracht des Herbstes eingefangen und mit Naturmaterialien und Stoff ins Bild gesetzt.
 Referentin: Renate Mauerer
 Beginn: Freitag, 15:30 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 245 Euro

27. bis 29. Oktober 2023 69 | TS1.2
Raus aus alten Mustern?! – Widerspruch zur oder Frucht der benediktinischen Lebensweise?
 Das klösterliche Leben ist geprägt vom Wechsel von Gebets- und Arbeits-, Lese- und Essens- und Freien Zeiten. Dies kann uns wertvolle Impulse für ein achtsames u. geerdetes Leben in Zeiten voller Unsicherheit und Übergängen/Krisen, Leistungsdruck und Ökonomisierung sein.
 Referent*in: Abt Marianus Bieber OSB, Barbara J. Th. Schmidt
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 259 Euro

28. Oktober 2023 70 | TS1.6
Frau werden, Frau sein
Ein Tag für Mädchen (10 bis 12 Jahre) und ihre Mütter.
 Wie Mädchen ihren eigenen Körper erleben und bewerten, hat großen Einfluss auf ihr Selbstbild und ihr Lebensgefühl. Sich als Frau zu bejahen, ist eine entscheidende Entwicklungsaufgabe. Gemeinsam machen wir uns auf Entdeckungstreise zum Frau werden und Frau sein.
 Referentinnen: N.N.
 Beginn: Samstag, 9:30 Uhr | Ende: 17:00 Uhr
 Ort: LVHS Niederaltelch
 Kosten: 79 Euro Mutter und Tochter
 MFM-Projekt 19 = Mädchen-Frauen-Meine Tage
 Kooperationsveranstaltung mit dem Referat Ehe und Familie in der Diözese Passau

NOVEMBER

9. November 2023 71
Babys schlafen anders
 Babys schlafen anders als Erwachsene. Dieses Wissen soll Eltern helfen, ihr Baby besser zu verstehen und damit möglichst gut durch diese erste, meist von Schlafmangel geprägte Zeit zu kommen. Denn so, wie sich das Baby laufend weiterentwickelt, nimmt auch seine Fähigkeit mit dem Ein- und Durchschlafen zurechtzukommen, stetig zu.
 Referentin: Sabine Bernauer
 Beginn: Donnerstag, 18:00 Uhr | Ende: 20:00 Uhr
 Prof. Dr. LVHS Niederaltelch
 Kosten: 8 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

9. bis 10. November 2023 72 | TS4.3
Gemeinsam die Übergabe meistern
Hofübergabe-Seminar
 Wenn kann die anstehende Hofübergabe gelingen? Das Seminar bietet dazu Informationen, Erfahrungsaustausch und Tipps für Übergabende und Übernehmende. Es geht zum einen um das Miteinander und die lebendige Kommunikation in der Familie. Darüber hinaus erhalten Sie umfassende Informationen zu steuerlichen und rechtlichen Regelungen.
 Referent*innen: Helga Grömer und Referenten
 Beginn: Donnerstag, 10:00 Uhr | Ende: Freitag, 16:00 Uhr
 Kosten: 179 Euro Kooperation mit: Ländliche Familienberatung Bistum Passau



10. bis 12. November 2023 73 | TS1.5
Schmuck schmieden
 Im traditionellen Handwerk des Schmuck schmiedens der künstlerischen Kreativität freien Lauf lassen, sich von Edelsteinen verzubern lassen und zusammen mit Gold und Silber zu seinem einzeuartigen, ganz besonders schönen Schmuckstück zu gelangen durch Entwurf (oder Intuition), hämmern, sägen, löten.
Steine und Edelmetall wird im Kurs gestelt!
 Referentin: Daniela Koronowski
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 249 Euro plus Material

10. bis 12. November 2023 74 | TS1.3
Daheim bleiben können
 Die Pflege zu Hause wird als wertvoll empfunden, kann aber an ihre Grenzen stoßen. Die palliative Versorgung kann hier helfen. Medizinische, pflegerische, ethische und spirituelle Aspekte palliativer Versorgung werden in diesem Seminar auf anschauliche und praxisnahe Weise vor- und dargestellt.
 Referent*innen: Stephanie Sellmayr, Prof. Dr. Bernhard Bleyer, Prof. Dr. Eckard Frick, Antje Rubi, Hildegard Plaschzyk
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 269 Euro

15. November 2023 75
Niederaltelcher Feierabend
 Beginn: Mittwoch, 18:00 Uhr | Ende: 20:30 Uhr
 Kosten: 15 Euro mit Abendessen Kooperation mit: KEB Deggendorf

17. bis 19. November 2023 76 | TS1.3
Yoga
 Neue Erkenntnisse werden durch täglich neue Erfahrungen entwickelt und verändern uns. Dieser Wandel ist Leben und Yoga kann helfen, durch die wunderbare Selbstbeobachtung zur Selbsterkenntnis zu führen.
 Referentin: Hannelore Anetsberger
 Beginn: Freitag, 18:00 Uhr | Ende: Sonntag, 13:00 Uhr
 Kosten: 259 Euro



21. November 2023 77 | TS4.7
Kreative Landküche
 Gemeinsam werden saisonale Gerichte zubereitet und im Anschluss in gemütlicher Runde verzehrt. Nehmen Sie ein Stück der Niederaltelcher Küche mit nach Hause!
 Referentin: Beate Oppenkowski
 Beginn: Dienstag, 17:00 Uhr | Ende: 21:00 Uhr
 Kosten: 45 Euro Kooperation mit: KEB Deggendorf

25. November 2023 78 | TS4.8
Landwirtschaftstagung
 Mit namhaften Referent*innen werden aktuelle Fragen zur Zukunft der Landwirtschaft diskutiert.
 Nähere Informationen ab Mitte 2023
 Leitung: Stefan Köberl
 Beginn: Samstag, 9:30 Uhr | Ende: 17:00 Uhr
 Kosten: 49 Euro In Zusammenarbeit mit dem Ökologischen Forum Niederaltelch und dem Landesbildungswerk KLB Bayern e.V.