

Dialog und Begegnung



Programm

Februar – August 2024



Sinn und Orientierung

Leben in Fülle: Religiöse Erfahrungen
und spirituelle Wege 4–13



Gesellschaft und Leben

Chancen und Herausforderungen
in einer modernen Welt 14–28



Pilgern und Bergspiritualität

Aufbrechen, suchen,
neue Wege gehen 29–35



Eltern- und Familienbildung

Unterstützung und Ermutigung
für das Leben als Familie 36–45



Schöpfungsverantwortung

Mit Freude
nachhaltig leben 46–52



Gesundheitsbildung

Gesunder Körper –
Gesunde Seele 53–66



Heimat, Kultur und Geschichte

Die Spuren der Geschichte
und die Bedeutung der Zeit 67–74

Überblick der Angebote in den Pfarreien 73–79

Alle Termine im Überblick 79–83

Über uns 84/87

Geschäftsbedingungen 85

Datenschutzerklärung 86

Kontakt und Anmeldung zu unseren Angeboten:

Katholisches Kreisbildungswerk e.V.
Dompfaffstraße 1; 82467 Garmisch-Partenkirchen
Telefon 0 88 21/5 85 01; Telefax 0 88 21/7 47 01
info@kreisbildungswerk-gap.de
www.kreisbildungswerk-gap.de

Öffnungszeiten

Mo. – Mi. und Fr.: 8.30 – 13.00 Uhr
Do.: 12.00 – 16.00 Uhr

Wir sind Akzeptanzstelle für die Ehrenamtskarte.



Sie erhalten als Inhaber der Ehrenamtskarte
bei den gekennzeichneten Veranstaltungen
eine Vergünstigung von 50 %.

Freuen, durchatmen, loslegen

Ein erfolgreiches Jubiläumsjahr 2023 liegt hinter uns, jetzt warten neue Programm-Highlights auf Sie. In diesem Heft und auf unserer Internetseite haben wir sie zusammengestellt. Freuen Sie sich im neuen Jahr auf abwechslungsreiche Bildungsangebote: Wecken Sie Ihre Lebensgeister, entdecken Sie Flora und Fauna mit unseren geführten (Pilger-)Wanderungen und Exkursionen. Überwinden Sie die Frühjahrsmüdigkeit durch Entschlackung und Rückenstärkung, speziell im Bereich Frauengesundheit haben wir viel zu bieten. Wenn Sie es eher ruhiger mögen, dann lauschen Sie den Vorträgen zu Edith Stein und Teresa von Ávila. Und falls für den Sommer wieder lähmende Temperaturen vorausgesagt werden: Sorgen Sie vor und informieren Sie sich über einen wirksamen Hitzeschutz.

Stöbern Sie auch gerne auf unserer Internetseite, dort werden auch unterm Jahr laufend Bildungsangebote angekündigt, die erst nach Druck des Programmhefts organisiert wurden. Lassen Sie sich überraschen, wir freuen uns auf Sie!

Ihre
Christine Sontheim,
1. Vorsitzende



Christine Sontheim

Ihr
Wolfgang Küpper,
2. Vorsitzender



Wolfgang Küpper

Vergelt's Gott

Wir danken allen Anzeigenpartnern, die dieses Programmheft mit einem Inserat ermöglicht haben.

Herzlichen Dank auch all unseren ehrenamtlichen Bildungsbeauftragten, wohlgesonnenen Helfer/innen und Unterstützer/innen, die unsere Arbeit mittragen und unser Bildungsangebot für den Landkreis bereichern.

Besuchen Sie uns auch auf Social Media



Schon zum Newsletter angemeldet?

Jetzt kostenlos alle zwei Monate informiert bleiben:
werbung@kreisbildungswerk-gap.de

Sinn und Orientierung

Leben in Fülle:
Religiöse Erfahrungen
und spirituelle Wege



KBW digital: Vergebung – Die befreiende Kraft des Neuanfangs

Do., 01.02.2024
19.00 Uhr
Online via Zoom



© Julia Baumgart

Dr. Margot Käbmann



Vergeben zu können ist eine der schwierigsten Herausforderungen, vor der wir stehen. Jeder Mensch erfährt im Laufe seines Lebens Leid, das ihm andere Menschen zufügen. Manchmal ist der Groll so stark, dass er uns zu überwältigen droht: die Verletzungen beim Scheitern einer Ehe, der Ärger über ein Geschwisterteil, das uns tiefes Unrecht zugefügt hat. Oft bemerken wir das extrem negative Gefühl erst, wenn es schon zu spät ist: Ein Elternteil ist verstorben und wir spüren ungeklärte Konflikte, die uns belasten. Einfühlsam vermittelt Margot Käbmann, wie es gelingen kann, zu verzeihen. Sie berichtet von konkreten Fällen rund um Paare, Eltern und Kinder, Täter sowie Opfer und beleuchtet dabei auch theologische Aspekte und historische Zusammenhänge.

Referentin: Dr. Margot Käbmann, eine der bekanntesten kirchlichen Persönlichkeiten Deutschlands. In und nach ihrer Zeit als hannoversche Landesbischöfin und Ratsvorsitzende der Evangelischen Kirche in Deutschland gewann sie mit ihrer offenen und geradlinigen Art die Wertschätzung und Sympathien vieler Menschen.

Anmeldung erforderlich.

Gebühr pro Person: € 8,00 (pro Paar €12,00)

„Bilder meiner Seele!“

Kreativ-spirituelle Impulse zu den Evangelien der Fastenzeit

Do., 15.02.2024
15.00 Uhr
Peiting
Pfarrheim Peiting
Pfarrweg 3

und

Fr., 16.02.2024
15.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Kath. Pfarrheim
St. Martin Garmisch
Burgstr. 17



© P. Hagsbacher

Mit dem Aschermittwoch beginnt die 40-tägige Buß- und Fastenzeit. Sie möchte uns neu hinführen auf das hohe Osterfest, dem schönsten und höchsten Fest unseres christlichen Glaubens. Die Schriftlesungen der 5 Fastensonntage laden ein, dass wir sie neu betrachten. Ein Bild, das mir bei ihrem Betrachten und Hören in den Sinn kommt, ist ein Bild meiner Seele. Es zu mir sprechen lassen, ist eine wunderbare Erfahrung, ist „Gottes Botschaft an mich, mir in meinem Bild geschenkt!“

Bitte mitbringen: Wachsmalkreiden

Eine Veranstaltung der Seniorenpastoral im Dekanat Werdenfels-Rottenbuch in Kooperation mit dem KBW GAP.

Leitung: Pfarrer Peter Hagsbacher, Seniorenpastoral des Dekanats Rottenbuch-Werdenfels, Gestaltpädagoge IGB

Anmeldung beim Kreisbildungswerk oder bei Pfarrer Peter Hagsbacher (Seniorenpastoral-GAP@eomuc.de).

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Oasentag: „... dass heute Dinge mich finden, die Leben verheißen“ (Sabine Naegeli) Von Hoffnung und Lebendigkeit

*Sa., 02.03.2024
9.30 – 16.30 Uhr
Burgrain
Kath. Pfarrsaal
Kirchweg 1*

Was stärkt meine Hoffnung? Wann fühle ich mich so richtig froh und sorgenleicht? Und wer oder was entzieht mir die Kraft zum Weitergehen? Diesen Fragen und unseren Erfahrungen wollen wir an diesem Oasentag nachspüren. Wir lassen uns von interessanten Frauengestalten, ihren Mutgeschichten und voneinander inspirieren, tauschen spirituelle Impulse aus und entdecken tiefer die Kraftquellen unseres Daseins. Gespräche und Bewegung, Texte und Lieder, Kreativität und Muße sind Elemente unseres Zusammenseins.

*In Kooperation mit Frauenseelsorge Augsburg
Referentin: Dr. Elisabeth Thérèse Winter,
Diplomtheologin, Theol. Referentin bei der
Frauenseelsorge Augsburg
Anmeldung bis 28.02.2024.
Gebühr (inkl. Verpflegung): € 35,00*



© E. Blüha

Nahtoderfahrungen Was in ihnen wahrgenommen wird und wie sie unser Leben verändern

*Fr., 15.03.2024
19.00 Uhr
Oberammergau
Kath. Pfarrsaal
Herkulan-
Schwaiger-Gasse 5*

und

*Mo., 13.05.2024
20.00 Uhr
Garmisch-
Partenkirchen
Kath. Pfarrsaal
Partenkirchen
Badgasse 6*



Regina Stellner

Als Regina Stellner völlig unerwartet eine gute Freundin verlor, beschäftigte sie sich intensiv mit der Frage: Was kommt nach dem Tod? Dabei stieß sie auf Nahtoderfahrungen, die ihr faszinierende Antworten darauf gaben. Im Laufe der Zeit fielen ihr viele Zeugenberichte zu, die sie dazu bewegten, dieses Thema weiter zu erforschen und in Buchform einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Auf diesem Weg entdeckte die Autorin, wie sehr die Beschäftigung damit „Sprosse für Sprosse dem Leben entgehen“ (Titel ihres Buches) führt.

*In Partenkirchen in Kooperation mit der
Kolpingfamilie Partenkirchen und dem
Kolping-Bezirksverband Werdenfels
Referentin: Regina Maria Stellner, Autorin,
Realschullehrerin für Religion und Deutsch
Anmeldung erbeten.
Die Teilnahme ist kostenfrei,
*Spende willkommen.**

Themenreihe Glaubensfragen

Die ökumenisch getragene Themenreihe will anhand einiger Grundfragen in das Zentrum des christlichen Glaubens führen und jeweils im letzten Teil jedes Abends einen Raum der Gebetserfahrung eröffnen. Es sind alle willkommen! Jene, die suchen und neugierig sind – genauso wie all jene, die ihren Glauben vertiefen wollen.

jeweils
19.00 – 21.30 Uhr

Mi., 20.03.2024 **Was lässt mich zweifeln?**
Garmisch-Partenkirchen
Kleiner Saal Pfarrheim St. Martin
Burgstr. 17

Do., 18.04.2024 **Was gibt mir Zuversicht?**
Garmisch-Partenkirchen
Evangelisches Gemeindehaus
Hindenburgstr. 39



© M. Dubberke

Jeder der Abende wird in vier Schritten verlaufen:
„Miteinander essen“ eines einfachen Mahles,
„Hören“ zum Thema des Abends,
„Reden“ über das Erfasste,
„Erleben“ von gemeinsamen Gebeten unterschiedlicher Art.



In Zusammenarbeit mit den katholischen Pfarrverbänden und der Evang.-Luth. Kirchengemeinde in Garmisch-Partenkirchen.

Leitung:

Margareta Michalczyk, Kath. Dipl. Religionspädagogin, Bildungsreferentin

Martin Dubberke, Evang.-Luth. Pfarrer

Anmeldung erforderlich.

Die Veranstaltungen sind kostenfrei, Spende willkommen.



* Quelle für coolen Lesestoff

Wir gehen den Kreuzweg von Partenkirchen nach St. Anton

Di., 26.03.2024

19.00 Uhr

Garmisch-Partenkirchen

St.-Anton-Str. 18

1. Kreuzwegstation



© B. Schwarz

„Mit Adolph Kolping den Kreuzweg gehen“

In Kooperation mit der Kolpingsfamilie Grainau.

Leitung: Eva Höfler, Gemeindereferentin

Die Teilnahme ist kostenfrei und ohne Anmeldung möglich.

Bei jedem
das Besondere entdecken.

Engagementberatung

Di 9–11 Uhr und 16–18 Uhr · Do 16–18 Uhr

Ludwigstr. 80 · Garmisch-Partenkirchen

Auf geht's!
Das Freiwilligen-Zentrum

www.aufgehts-gap.de

HI. Edith Stein – zukünftige Kirchenlehrerin?

Fr., 12.04.2024

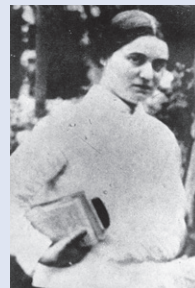
19.00 Uhr

Murnau

Kath. Pfarrheim

Murnau

Mayr-Graz-Weg 1



Edith Stein

**Frauen lehren
die Kirche**

1891 als Jüdin in Breslau geboren, wurde Edith Stein am 9.8.1942 als Karmelitin mit dem Ordensnamen Sr. Teresa Benedicta a Cruce in den Gaskammern von Auschwitz ermordet. Dazwischen liegt ein bewegtes Leben als Philosophin, Frauenrechtlerin, Atheistin, Konvertitin zur Katholischen Kirche, Pädagogin, Dozentin und nicht zuletzt als kontemplativ lebende Ordensfrau im Karmel der Teresa von Ávila in Köln und Echt/Niederlande. Als Christin hat sie sich ihre jüdische Identität bis ins Martyrium bewahrt und sogar vertieft. Heiliggesprochen wurde sie im Jahr 1998 und ein Jahr später zur Mit-Patronin Europas erhoben. Zurzeit wird ihre Erhebung zur Kirchenlehrerin der Katholischen Kirche geprüft. Was könnte Edith Steins Botschaft für uns heute sein?

In Kooperation mit dem Offenen Gesprächskreis St. Nikolaus Murnau.

Referentin: Dr. Beate Beckmann-Zöllner, Freiberufliche Religionsphilosophin, Dozentin, Autorin, Präsidentin der Edith-Stein-Gesellschaft Deutschland

Anmeldung erbeten.

Die Teilnahme ist kostenfrei, Spende willkommen.

Ettaler Klostergespräch

Der Bauplan eines Klosters – erklärt an einzelnen Räumen im Kloster Ettal

Sa., 20.04.2024
15.30 – 18.30 Uhr
Ettal
Klosterpforte
(rechts neben der
Basilika)
Kaiser-Ludwig-
Platz 1

Der Nachmittag bietet Einblicke in besondere Räume des Klosters, die ausgehend von der Regel des Hl. Benedikt erklärt und gedeutet werden.
Im Anschluss besteht um 18 Uhr die Möglichkeit zur Teilnahme an der Vesper, dem Abendgebet der Kirche, zusammen mit den Mönchen.
Der Rundgang ist nicht barrierefrei.

Referent: Abt Barnabas Bögle OSB
Anmeldung erbeten.
Die Teilnahme ist kostenfrei,
Spende willkommen.



Buchhandlung Gattner

Obermarkt 13, 82418 Murnau, Tel. 08841-4878890
Online Shop: www.buchhandlung-gattner.de

„Ich bin die Königin des Friedens“

Die Ereignisse von Medjugorje:
Vortrag über den Gebetsort in Bosnien-Herzegowina

Di., 23.04.2024
20.00 Uhr
Murnau
Kath. Pfarrheim
Mayr-Graz-Weg 1



Hubert Liebherr



© Medjugorje Deutschland e.V.

Die Gebetsstätte Medjugorje ist ein bekannter Wallfahrtsort in Bosnien-Herzegowina. Jährlich besuchen hunderttausende von Pilgernden aus allen Ländern der Erde den Ort, an dem nach Angaben von sechs Sehern Maria, die Mutter Jesu, seit Juni 1981 erscheinen soll. Durch ihr Kommen möchte sie alle Menschen zu einer lebendigen und tiefen Begegnung mit Jesus Christus führen und der Welt einen Weg zum Frieden zeigen. So hat Maria sich in Medjugorje vorgestellt: „Ich bin die Königin des Friedens“. Papst Franziskus hat vor einigen Jahren offiziell die Wallfahrt von Gemeinden und Diözesen zu diesem Ort des Gebets und der Versöhnung gestattet. Da die Erscheinungen bis heute nicht abgeschlossen sind, hat die Katholische Kirche bis jetzt kein Urteil über ihre Echtheit gefällt. Die geistlichen Früchte von Medjugorje sind jedoch deutlich sichtbar und erfahrbare.

Referent: Hubert Liebherr, Mitbegründer und Vorsitzender von „Medjugorje Deutschland e.V.“ (seit 1988) und von „Kirchen für den Osten e.V.“, begleitet seit 35 Jahren Wallfahrten nach Medjugorje.

Anmeldung erbeten.
Die Teilnahme ist kostenfrei,
Spende willkommen.

Unterm Dach der Kirche Spirituelle Kirchenspeicherführung

Fr., 26.04.2024
20.00 Uhr
Murnau
Pfarrkirche
St. Nikolaus
Mayr-Graz-Weg 6



Im Rahmen der Reihe „St. Nikolaus – Ort der Begegnung“ wird ein Einblick in einen unbekannten Ort in der Pfarrkirche in Murnau gegeben. Der Kirchenspeicher hält viel Interessantes bereit und bietet Gelegenheit für eine spirituelle Führung.

Führung: Rita Schäfer, Gemeindereferentin,
und Peter Schäfer, Mesner
Anmeldung erbeten.
Die Teilnahme ist kostenfrei,
Spende willkommen.


THEOLOGIE
IM FERNKURS
DOMSCHULE WÜRZBURG

Theologie im Fernkurs
studieren
individuell
flexibel
ortungebunden

Info zum Fernkurs und zum kostenlosen Begleitangebot
der Erzdiözese München und Freising: www.thif-muenchen.de

Teresa von Ávila – die erste Kirchenlehrerin Vortrag und Gespräch

Do., 02.05.2024
20.00 Uhr
Uffing
Kath. Pfarrsaal
Mühlstr. 3a



P. Dr. Ulrich Dobhan



© Bistum Augsburg - Deutschland

**Frauen lehren
die Kirche**

Teresa von Ávila (1515–1582) zählt zu den großen heiligen Mystikerinnen und wurde von Papst Paul VI. 1970 als erste Frau überhaupt zur „Kirchenlehrerin“ der katholischen Kirche erhoben. Unerschütterliches Gottvertrauen, tiefe Frömmigkeit, Mut und eine erstaunliche Tatkraft haben sie in einer von Männern beherrschten Kirche und Gesellschaft Großes vollbringen lassen. Nach existentiellen Krisen in ihrer Jugend gelangte sie zum „inneren Beten“, was für sie absichtsloses und unverzwecktes „Verweilen bei einem Freund“ ist. Um diese Erfahrung auch anderen Menschen mitzuteilen, entstand als neuer Ordenszweig der „Teresianische Karmel“, der im Gegensatz zur Gesellschaft ihrer Zeit von Geschwisterlichkeit und Gleichheit aller geprägt ist. Eine Vielzahl eigener Schriften zeugt von ihrer Schaffenskraft, der Gründung von 17 Frauen- und 2 Männerklöstern in ganz Spanien, sowie von ihrem reichen inneren Weg.

Referent: P. Dr. Ulrich Dobhan OCD,
Priester im Teresianischen Karmel, Mitüber-
setzer und Herausgeber der Schriften Teresas
von Ávila

Anmeldung erbeten.
Die Teilnahme ist kostenfrei,
Spende willkommen.

Querköpfe sind überlebenswichtig – Warum ich Heiligenbiograph geworden bin Autorengespräch mit Christian Feldmann

Mo., 06.05.2024
20.00 Uhr

Murnau

Kath. Pfarrheim
Mayr–Graz–Weg 1



Christian Feldmann



Edith Piaf liebte die kleine Thérèse von Lisieux als ihre himmlische Freundin. Präsident Kennedy betete häufig den Rosenkranz. Widerständler im Dritten Reich beriefen sich auf die Märtyrer. Warum der Buchautor Christian Feldmann Heiligenbiograf geworden ist? „Weil sie Menschen voller Leidenschaft und Gefühle sind, denen nichts so verhasst ist wie das bürgerliche Mittelmaß.“

Referent: Christian Feldmann, Theologe, Rundfunk- und Buchautor

Interview: Wolfgang Küpper, Theologe, Journalist

Gebühr: € 5,00

Anmeldung erbeten.



Ja wo samma denn? Ausblicke und Berglandschaften

Mo, 17.06.2024
14.30 – ca. 17.30 Uhr

**Garmisch–
Partenkirchen**

Treffpunkt:

Parkplatz
Kletterwald
am Wank



Ja, wo sind wir denn eigentlich? Hier in der Gegend, aber auch im Leben? Bei dieser Wanderung über die Eckenhüttenwiese, Tannenhütte, Hacker–Pschorr–Brücke und St. Anton erfahren wir zum einen mehr über die Natur, in der wir uns aufhalten, zum andern bekommen wir Anstöße für eine innere „Standortbestimmung“: Wo bin ich gerade und wo will ich noch hin? Martin Schneyder ist Biologe und Vorsitzender der Ortsgruppe Garmisch–Partenkirchen beim Bund Naturschutz, Florian Hammerl Tourismusseelsorger im Werdenfelser Land. Beide werfen bei dieser Wanderung ihr Wissen für Sie zusammen. Feste Wanderschuhe und – bei zweifelhaftem Wetter – Regenschutz mitnehmen. Bei ausdauerndem Regenwetter fällt es leider aus.

Dauer: 2,5 Stunden Gehzeit (plus Einkehrzeit unterwegs). Start- und Endpunkt ist der Parkplatz vom Kletterwald am Wank (Oberhalb der Wankbahn)

In Kooperation mit der Tourismuspastoral im Werdenfelser Land.

Leitung: Florian Hammerl, Theologe
Martin Schneyder, Biologe

Anmeldung beim KBW oder Florian Hammerl
FHammerl@eomuc.de, Tel. 0176 – 70 88 90 94

Gebühr: € 5,00

Kirchenführung mit Vorführung der Freywis-Orgel in Rottenbuch

Sa., 29.06.2024
15.00 Uhr
Rottenbuch
Treffpunkt:
Vorraum der
Pfarrkirche
Mariä Geburt
Klosterhof 32



© Bayerisches Landesamt für Denkmalpflege

Die Stiftskirche Mariä Geburt zu Rottenbuch bildet zusammen mit der Wieskirche und dem Welfenmünster in Steingaden die bayerische Dreifaltigkeit des Rokoko im Pfaffenwinkel. Der ursprünglich romanische Bau wurde von den Wessobrunner Stuckateuren Joseph und Franz Xaver Schmuzer barockisiert und von Matthäus Günther mit Fresken ausgemalt. Die Freywis-Orgel aus dem Jahre 1747 zählt zu den bedeutendsten Barock-Orgeln in Südbayern und wurde gerade für € 800.000 wieder in den Originalzustand zurückrenoviert. Der Kirchenmusiker und Organist in Rottenbuch wird die Orgel vorstellen und vorspielen. Rottenbuch muss man gesehen und seine Orgel gehört haben! Wer eine Mitfahrgelegenheit aus dem Staffelseeraum anbieten kann oder sucht, möge sich bitte bei Markus Zehetbauer (Tel.: 08846/921214 oder Email: Dr.M.Zehetbauer@t-online.de) melden.

Referent und Musiker: Florian Löffler,
Kirchenmusiker und Organist in Rottenbuch.
Anmeldung erbeten.
Die Teilnahme ist kostenfrei,
Spende willkommen.

Sanfte Verführung im Alltag Esoterik und New Age unter der Lupe

Fr., 12.07.2024
20.00 Uhr
Murnau
Kath. Pfarrheim
Mayr-Graz-Weg 1



© Raphael Schmidt

*Markus Michael
Riccabona*

In viele unserer Lebensbereiche haben sich Denkweisen und Angebote aus dem Weltbild des sogenannten „New Age“ fast unbemerkt eingeschlichen. Was kennzeichnet das „New Age“, wo liegen seine Wurzeln, welche Rolle spielen dabei „östliche Religionen“? Wie schauen die unterschiedlichsten Angebote zu Spiritualität und Lebenshilfe aus, die wir als „esoterisch“ bezeichnen können? Was unterscheidet ein esoterisches von einem christlichen Welt- und Gottesverständnis? Der Referent war bis zu einer persönlichen Lebensumkehr 15 Jahre als „Lehrer“ in der New Age-Szene tätig, kennt deren Innenseite aus eigener Anschauung und hat sich intensiv mit der „Unterscheidung der Geister“ beschäftigt. Seit seiner Weihe zum kath. Diakon 2009 ist er als verheirateter Familienvater im pastoralen Dienst tätig.

In Kooperation mit dem Offenen Gesprächskreis St. Nikolaus, Murnau.

Referent: Markus Michael Riccabona,
hauptamtlicher katholischer Diakon in der
Pfarrseelsorge in Guben, Bistum Görlitz.
Anmeldung erbeten.
Die Teilnahme ist kostenfrei,
Spende willkommen.

Ja wo samma denn? Eine doppelte Standortbestimmung zwischen Griesen und dem Eibsee

Mo, 12.08.2024

14.30 bis ca.

17.30 Uhr

Griesen

Treffpunkt: Bahnhof



Ja, wo sind wir denn eigentlich? Hier in der Gegend, aber auch im Leben? Bei dieser Wanderung von Griesen zum Eibsee erfahren wir zum einen mehr über die Natur, in der wir uns aufhalten, zum andern bekommen wir Anstöße für eine innere „Standortbestimmung“: Wo bin ich gerade und wo will ich noch hin? Martin Schneyder ist Biologe und Vorsitzender der Ortsgruppe Garmisch-Partenkirchen beim Bund Naturschutz, Florian Hammerl Tourismusseelsorger im Werdenfelser Land. Beide werfen bei dieser Wanderung ihr Wissen für Sie zusammen. Achtung: Die ersten 30 Minuten geht es recht steil bergauf (200 Höhenmeter), etwas Kondition ist dazu gefragt. Ansonsten sind die Wege mit Wanderschuhen gut zu machen. Wer am Schluss noch in den Eibsee springen möchte: Badesachen einpacken! Bei schlechtem Wetter fällt es leider aus.

Dauer: ca. 2,5 Stunden. Ausgangspunkt ist der Bahnhof in Griesen (Möglichkeit mit dem Bus von Ga-Pa: Abfahrt Bahnhof um 14.05 Uhr); Endpunkt ist der Eibsee. Von dort Bus/Bahn zurück.



In Kooperation mit der Tourismuspastoral im Werdenfelser Land.

Leitung: Florian Hammerl, Theologe
Martin Schneyder, Biologe

Anmeldung beim KBW oder Florian Hammerl
FHammerl@eomuc.de, Tel. 0176 – 70 88 90 94

Gebühr: € 5,00



Wir pflegen Menschlichkeit

Caritas-Ambulante Pflege Garmisch-Partenkirchen

Gerne informieren und beraten wir Sie über unsere
Betreuungs- und Pflegeangebote!

Caritas Ambulante Pflege Garmisch-Partenkirchen

Dompfaffstraße 1

82467 Garmisch-Partenkirchen

Tel: 0 88 21 / 94 34 8-68

www.caritas-ambulanter-pflegedienst-garmisch-partenkirchen.de

Leben
im Alter



Chancen und Risiken in einer modernen Welt



Digital-Treff Digitale Beratung für Senioren und Seniorinnen

*ab Mi., 24.01.2024
Weitere Termine:
jeder 3. Mittwoch
im Monat
10.00 – 11.30 Uhr
Uffing
Quartiersbüro der
Generationen,
Mehrzweckraum
Kirchstraße 6*

Das Quartiersbüro der Generationen bietet jeden dritten Mittwoch im Monat einen Digital-Treff an. Senioren und Seniorinnen sind eingeladen, sich mit oder ohne digitalem Gerät zu digitalen Themen unterstützen zu lassen. Sie haben Fragen zu Ihrem Handy oder Smartphone? Möchten mehr über aktuelle Möglichkeiten der Videotelefonie erfahren, oder verstehen das Problem Ihres Laptops oder Tablets nicht? Nutzen Sie diesen kostenlosen Service in lockerer Runde – wir freuen uns auf Sie!

*In Kooperation mit dem Quartiersbüro
der Generationen Uffing*

Kursleitung: Rupert Raßhofer,
zert. Digitalbegleiter

Anmeldung: erforderlich, direkt bei Frau
Wohlfrom im Quartierbüro (08846 9212625),
oder per E-Mail an L.Wohlfrom@uffing.de

Diese Veranstaltung ist kostenfrei.



© Simone Malaguti_Korbweid



Uffing Singt!

Frühjahrsblock mit 5 Abenden

*ab Do., 08.02.2024
immer
19.00 – 21.00 Uhr
Weitere Termine:
22.02.2024,
07.03.2024,
21.03.2024,
18.04.2024*

Sommerblock mit 5 Abenden

*ab Do., 02.05.2024
immer
19.00 – 21.00 Uhr
Weitere Termine:
16.05.2024,
13.06.2024,
27.06.2024,
25.07.2024*

Uffing
Pfarrheim
St. Agatha
Mühlstr. 3

In einer Gruppe singfreudiger Menschen singen ohne Noten, die Melodien sind eingängig und laden ein zum spontanen Mitsingen. Im Mittelpunkt steht der Spaß und die Freude am gemeinsamen Klang und schon nach wenigen Tönen entsteht das erste Lied.

Wir singen Lieder der Welt, Gospel, Mantren, Lebenslieder und Herzenslieder, alte und neue Lieder in unserer Sprache und zwischendurch auch einen feinen alpenländischen Jodler. Mit kurzen Atem- und Stimmübungen wecken wir unsere Singstimme und lassen ihr dann freien Lauf... Kanongesänge, einfache Mehrstimmigkeit, rhythmische getanzte Lieder wechseln mit ruhigen Gesängen.

Bitte mitbringen: *bequeme Schuhe, Getränk und reichlich Singlust!*

Leitung: Gabriele Wanger, zertifizierte
Singleiterin

Anmeldung: *bis 01.02.2024 (Frühjahrsblock)
bzw. 24.04.2024 (Sommerblock)*

per Mail an gabrielewanger@t-online.de

Gebühr für je 5 Treffen: € 75,00 (Bezahlung
am ersten Abend vor Ort)

KBW digital: Mädchen stärken – New Moms for Rebel Girls

Do., 08.02.2024
20.00 Uhr
Online via Zoom



© Dorothee Vesper

Susanne Mierau



Viele Eltern denken heute, dass Mädchen und Frauen in unserer Gesellschaft längst gleichberechtigt wären und es keine großen Benachteiligungen mehr gäbe. Blicken wir jedoch auf Statistiken, zeigt sich ein anderes Bild: die gedachte Gleichberechtigung findet sich nicht im Alltag. Mädchen und Frauen sind verschiedenen Arten von Diskriminierung und anderer Gewalt ausgesetzt. Mit jeder Krise wird die Gefahr weiterer Benachteiligung sogar noch größer. Deswegen ist es wichtig, dass Eltern heute sensibel mit der Frage umgehen, wie sie Töchter stärken und unterstützen können, und gleichzeitig die Gesellschaft in eine andere Richtung bewegen. Susanne Mierau geht in dem Vortrag der Frage nach, an welchen Stellen Mädchen und Frauen auf geschlechtsspezifische Diskriminierung stoßen und wie Eltern damit umgehen können. Sie liest dabei aus ihrem Buch „New Moms for Rebel Girls“ und ermöglicht durch Reflexionsfragen eine individuelle Auseinandersetzung mit dem Thema.

Referentin: Susanne Mierau, Diplom-Pädagogin, Familienbegleiterin, Autorin und Bloggerin.

Anmeldung erforderlich.

Gebühr pro Person: 8,00 € (pro Paar 12,00 €)

Geschicklichkeitstraining an der Carrera-Rennbahn Spaßfaktor inklusive

ab Fr., 16.02.2024
14.30 – 16.30 Uhr
Weitere Termine:
22.03.2024
19.04.2024
17.05.2024
28.06.2024
16.08.2024
Farchant
Slotfreunde
Werdenfels e.V.
Untergeschoss
(unter Arztpraxis)
Partnachstraße 2

Lassen Sie sich und Ihre Begleitung mitreißen von den Carrera-Modellautos und ihrer Schnelligkeit und führen Sie das vierspurige Autorennen selbst mittels Zeigefinger am Handregler auf insgesamt 44 Meter Rennbahnlänge im Maßstab 1:24. Geben Sie Gas, bremsen Sie, meistern Sie die Kurven und trainieren Sie ganz nebenbei Ihre Geschicklichkeit durch die Auge-Hand-Koordination, die sich mit regelmäßiger Übung steigert.

Leitung: Christian Straub, 1. Vorsitzender Slotfreunde Werdenfels e.V.

Anmeldung erforderlich.

Gebühr pro Person: € 10,00; mit Enkel € 15,00
(Einzeltermine buchbar)

Getränke können vor Ort erworben werden.



© Slotfreunde Werdenfels e.V.

Sicher im Umgang mit Smartphone und Internet

Das Rote Kreuz zeigt in den praxisnahen Kursen den richtigen Umgang mit dem Smartphone und erklärt alles zum Thema Sicherheit. Wie installiert man eine App und wie bedient man WhatsApp, die Kamera des Handys oder die Suchmaschine Google richtig? Vorkenntnisse sind für die Einsteigerkurse nicht notwendig. Wenn Sie noch kein Smartphone haben, helfen wir Ihnen gerne bei der Anschaffung. Vor oder nach einer Stunde können Sie mit den Ausbildern Ihre persönlichen Fragen und Probleme klären. Jeder Kurs hat 8 Unterrichtseinheiten à 60 min.



Infos zur Anmeldung, Informationen und weitere Termine erhalten Sie im Internet unter:
www.brk-gap.de/digitalsprechstunde/sicher-im-umgang-mit-smartphone-und-pc.html
 oder telefonisch unter 08821-6036-140 oder beim Kreisbildungswerk.
Gebühr: € 80,00



Garmisch-Partenkirchen Falkenstraße 9

19.02.2024 bis 15.04.2024
 8 x montags
 Einsteiger 09.00 – 10.00 Uhr
 Fortgeschritten 10.30. – 11.30 Uhr

Murnau Seidlstraße 16

23.02.2024 – 19.04.2024
 8 x freitags
 Einsteiger 14.00 – 15.00 Uhr
 Fortgeschritten 15.30 – 16.30 Uhr

Mittenwald Am Anger 26

19.02.2024 – 11.03.2024
 4 x montags
 Einsteiger 14.00 – 16.00 Uhr



Zeit für Bildung

Semesterstart
4. März 2024

Jetzt anmelden!



Volkshochschule
 Garmisch-Partenkirchen e.V.

Gesellschaft | Kultur | Gesundheit
 Sprachen | EDV & Beruf | Junge vhs

Burgstraße 21
 82467 Garmisch-Partenkirchen
 Tel. 08821 9590-0 · info@vhs-gap.de
www.vhs-gap.de

Arbeit 4.0

Das geförderte Angebot richtet sich an Erwerbstätige (m/w/d), d.h. Angestellte, Selbstständige sowie Menschen in Elternzeit mit Wohn- oder Arbeitssitz in Bayern. Die Live-Kurse finden online über zoom statt.

ARBEIT 4.0 DIGITAL
AGIL
NACHHALTIG

Anmeldung: über die Homepage
www.arbeit-viernull.de.

Fit in digitalen Kollaborationstools

20.02.2024 bis
19.03.2024,
5 x Dienstag
13.30 – 16.45 Uhr

Trainerin: Ulrike Krause
Kosten: € 290,00

Wordpress-Websites selber pflegen

09.04.2024 bis
18.04.2024,
4 x Di. und Do.
13.00 bis 17.15 Uhr

Trainer: Franz-Rudolf Borsch
Kosten: € 290,00

Mein Onlineshop mit WooCommerce für Einsteiger

15.04.2024 bis
14.05.2024
2x wöchentlich
jeweils Mo. und Di.
10.00 – 11.30 Uhr

Trainer: Fabian Reyer
Kosten: € 290,00



Künstliche Intelligenz – Tools sinn- und verantwortungsvoll nutzen

23.04.2024 bis
02.05.2024
4 x Di. und Do.
13.00 – 17.15 Uhr

Trainer: Franz-Rudolf Borsch
Kosten: € 290,00

Nachhaltigkeitsmanagement im Unternehmen

14.5.2024 bis
05.06.2024
4 x Di. und Mi.
9.00 – 13.15 Uhr

Trainerin: Dr. Andrea Falkner
Kosten: € 290,00

Transformation und Strategieentwicklung mit Lego Serious Play®

07.06.2024 bis
14.06.2024
2 x Freitagvormittag,
1 x Donnerstag
ganztagig

Trainerin: Ulrike Krause
Kosten: € 290,00



Gefördert von



Finanziert von der
Europäischen Union

Bayrisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



In Zusammenarbeit mit



WirtschaftsForum
Oberland



Zugspitz Region

Projekträger



FRANZ & BEHR

Chancen und Gefahren von Künstlicher Intelligenz (KI) Die Frage des Gelingens menschlicher Entfaltung trotz oder mit KI

Mi., 21.02.2024
19.00 Uhr
Murnau
KTM Kultur- und
Tagungszentrum
Ödön-von-Hórath-
Platz 1

Immer wieder wird angesichts der neuen KI-Entwicklungen ein Moratorium gefordert. Im Deutschen Ethikrat haben wir die Frage nach den Kriterien für ein Gelingen im Umgang mit den neuen KI-Möglichkeiten formuliert. Neben Medizin trifft das auch den Bereich der Bildung oder auch der öffentlichen Verwaltung.

Referentin: Prof. Dr. Kerstin Schlögl-Flierl, seit 2015 Inhaberin des Lehrstuhls für Moralthologie an der Universität Augsburg. Zu ihren Forschungsschwerpunkten zählen die Bio-, Beziehungs- und KI-Ethik. Seit 2020 ist sie Mitglied im Deutschen Ethikrat.
Anmeldung erbeten.
Die Teilnahme ist kostenfrei.



© Pixels

KULTURBEUTEL E.V. U1

Kabarett Musik Kleinkunst Comedy aus Leidenschaft seit 1986
www.kulturbeutel-gap.de GAP-Ticket 730 1995



21. JULI - CONNY & DIE SONNTAGSFAHRER



01. AUGUST - MARTINA SCHWARZMANN



19. OKTOBER
WILLY ASTOR
23. NOVEMBER
KINGS OF FLOYD

Filme, Plausch & Wein

Monatliche Filmvorführung im Begegnungszentrum Lenzheim

jeden 3. Freitag
im Monat

ab 23.02.2024

17.00 – 20.00 Uhr

Garmisch–

Partenkirchen

Rummelsberger

Dienste für

Menschen im Alter

gemeinnützige

GmbH,

Begegnungszentrum

im Untergeschoss

Reintalstraße 29



Rummelsberger
Diakonie



Sie mögen Filme und tauschen sich gerne mit anderen darüber aus? Sie lieben das gemütliche Beisammensein bei einem guten Glas Wein?

Freuen Sie sich auf einen Überraschungsfilm mit anschließendem Austausch.

Das Programm ist offen für alle Interessierten aus der Nachbarschaft und im Landkreis – schauen Sie vorbei, wir freuen uns auf Sie!

*Das Projekt wird freundlich unterstützt von:
Karwendel-Imbiss Mittenwald.*

*In Kooperation mit RDA Rummelsberger
Dienste für Menschen im Alter gemeinnützige
GmbH und Altenpflegeverbund Garmisch–
Partenkirchen*

Projektleitung und Ansprechpartner:

Gerontopsychiatrischer Fachdienst

Anmeldung erforderlich bei:

verwaltung.gap@rummelsberger.net oder

Tel. 08821 943159-20 (bitte auf AB sprechen)

Die Teilnahme ist kostenfrei,

Spende willkommen.

Ausbildung Alltags- und Demenzbegleitung

*Fr., 23.02.2024 von
13:00 bis 18:15 Uhr*

*Sa., 24.02.2024 von
8:30 bis 16:30 Uhr*

*Sa., 09.03.2024 von
09:00–14:15 Uhr*

*Sa., 16.03.2024 von
09:00 bis 13:30 Uhr*

Garmisch–

Partenkirchen

Caritas-Zentrum

Dompfaffstr. 1

Caritas
Nah. | Am Nächsten

© iStock.com - Ockay Mark



In diesem Kurs wird Ihnen umfassendes rechtliches, medizinisches und kommunikatives Grundwissen im Kontext mit Pflegebedürftigkeit sowie Wissen zur Unterstützung bei der Haushaltsführung mit Pflegebedürftigen vermittelt.

Inhalte des Kurses:

- Betreuung von Pflegebedürftigen
- Kommunikation und Begleitung
- Unterstützung bei der Haushaltsführung

*In Kooperation mit dem Caritasverband
Garmisch-Partenkirchen.*

Anmeldung bis 15.02.2024 telefonisch unter 0151 5655 3646 oder per E-Mail unter: fpa-gap@caritasmuenchen.org.

Gebühr: € 100,00 (Gebühr wird zurückerstattet, wenn Sie sich nach dem Kurs ehrenamtlich als geschulte/r Alltags- und Demenzbegleiter/ in engagieren)

Die Familie Hanfstaengl, Hitler und Uffing Ein Filmabend von und mit Gabriele Dinsbacher

Mo., 04.03.2024
19.00 Uhr
Murnau
Staffelsee-
Gymnasium,
Ödön-Von-Horváth-
Aula
Weindorfer Str. 20



© Bundesarchiv

Der Vater, Ernst Hanfstaengl war ein Freund und Wegbereiter des jungen Hitler. Nach der Machtergreifung ernannte Hitler ihn zum Auslandspressesprecher der NSDAP. Ein genialer Schachzug, denn Putzi Hanfstaengl hatte in Harvard studiert, war mit Roosevelt befreundet, hatte eine Amerikanerin geheiratet. Dieser weltgewandte Mann verstand es, Hitlers Politik nach außen hin so darzustellen, dass er die Befürchtungen und die Skepsis im Ausland einige Jahre lang beschwichtigen konnte. Bis zuletzt hat sich sein Sohn Egon schwer damit getan, seinem Vater diese Rolle zu verzeihen. Egon erzählt, wie er als Kind seinen Patenonkel Hitler geliebt hatte, wie Hitler sich nach dem gescheiterten Marsch auf die Feldherrnhalle 1923 im Haus der Hanfstaengls in der Uffinger Bahnhofstrasse verschanzt hielt und wie Egons Mutter Hitler die Pistole abnahm, bevor er sich erschießen konnte, als die Polizei das Haus umstellte.

In Kooperation mit dem Staffelsee-Gymnasium Murnau.

Referentin: Gabriele Dinsbacher,
Regisseurin und Filmemacherin
Anmeldung erwünscht.
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Sehnsucht nach Ferne Vortrag mit der bekannten Reiseschriftstellerin Carmen Rohrbach

Do., 07.03.2024
20.00 Uhr
Uffing
Gasthof zur Post
Kirchstraße 10



Dr. Carmen Rohrbach

Die promovierte Biologin Carmen Rohrbach ist eine der bekanntesten Reiseschriftstellerinnen der Gegenwart. Geboren in Bischofswerda, aufgewachsen in Bautzen und Freyburg an der Unstrut wurde sie nach einem Fluchtversuch und zweijähriger Haft aus der DDR ausgewiesen und promovierte am Max-Planck-Institut See- wiesen. Inzwischen hat sie fast die halbe Welt erkundet, immer allein, höchstens in Begleitung von Dromedar, Pferd oder Esel.

In ihrer Beamer-Show erzählt Carmen Rohrbach zu Beginn von ihrer Kindheit und Jugend in der DDR und zeigt Fotos von damals. Anschließend präsentiert sie ausgewählte Bilder von ihren schönsten Reiseerlebnissen: Galapagos, Jemen, Island, bei den Ureinwohnern von Palawan (Philippinen) und bei den Massai.

In Kooperation mit dem Kulturverein Uffing e.V.
Referentin: Dr. Carmen Rohrbach, Biologin
und Reiseschriftstellerin
Anmeldung erforderlich.
Gebühr: € 10,00

Ladies Night

Mädelsfilmabend im Kino Oberammergau

Fr., 08.03.2024

19.30 Uhr

Oberammergau

MachBar und Kino

St.-Lukas-Str. 11



Ein Hoch auf die Frauen!

Ladies Night zum Internationalen Frauentag im Kino Oberammergau mit Überraschungsfilm und Welcome-Drink.

Im Anschluss Musik und Ratsch in der Mach-Bar. Lasst uns UNS feiern!

In Kooperation mit der MachBar Oberammergau.

Anmeldung erforderlich.

Gebühr: € 10,00



elch-design

Design ist unsere Stimme,
kommunizierend in Wort und Bild.
Design, das mehr will als werben.

www.elch-design.de

Digitales Gesundheitssystem

Einblicke zu aktuellen Informationen, Ressourcen und Unterstützungsangeboten

Do., 14.03.2024

16.30 Uhr

Garmisch-

Partenkirchen

Seniorentreff

Marianne

Aschenbrenner,

Multifunktionsraum

Parkstr. 2



Digitalisierung in der Gesundheit wird immer relevanter und stellt gleichzeitig für viele eine Herausforderung dar.

In diesem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über digitale Aspekte des Gesundheitssystems und wie Sie schnell und sicher an medizinische Hilfe kommen.

Welche Gesundheits-Apps (und Wearables) sind von Bedeutung, um Vitaldaten wie Herzfrequenz, Blutdruck und Schritte zu überwachen? Was bedeutet Telemedizin, wer ist DoctoLib und welche Gesundheitsapps können hilfreich sein? Nach einem theoretischen Überblick werden wir uns in der Praxis die Inhalte auf dafür zur Verfügung gestellten Tablets ansehen. Gerne können Sie auch selbst Ihr eigenes Gerät wie Smartphone oder Laptop mitbringen.

Referentin: Daniela Alves Pereira,
Referentin für „Leben im Alter“ und
zertifizierte Digitalbegleiterin

Anmeldung erforderlich.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Vorsicht Trickbetrug!

Wie einfach es wäre, Sie über's Ohr zu hauen

Fr., 15.03.2024

16.00 Uhr

Murnau

Kath. Pfarrheim

Mayr-Graz-Weg 1



Wer hat nicht schon einmal davon gehört oder gelesen: von falschen Polizeibeamten an der Haustüre oder vom Enkeltrick am Telefon? „Mir würde sowas nicht passieren!“, denken viele. Falsch gedacht!

Der Kriminalhauptmeister Martin Sponsel betreut seit vielen Jahren Opfer und Geschädigte von Trickbetrug und klärt auf: Fast niemand ist vor Trickbetrug gefeit. Gerade ältere Menschen jedoch sind die bevorzugte Zielgruppe von Kriminellen für immer gemeinere Fallen, auch im Internet und mit Hilfe künstlicher Intelligenz.

In diesem Vortrag erhalten Sie umfassende Informationen über die aktuellen Maschen und werden für den Zweifelsfall vorbereitet. Offen für alle Interessierten aus jeder Altersgruppe.

In Kooperation mit der Kolpingsfamilie Murnau e.V.

Bitte mitbringen: eigenes Schreibzeug und die Handynummern Ihrer Angehörigen.

Kriminalpolizeilicher Fachberater:

Martin Sponsel, Kriminaloberkommissar

Anmeldung erforderlich.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Taff mit Tablets: Vorteile kennenlernen –

Kompetenz entwickeln

Vormittagskurs, 6x

ab Do., 21.03.2024

10.00 – 12.00 Uhr

Weitere Termine:

28.03.2024

04.04.2024

11.04.2024

18.04.2024

25.04.2024

Garmisch-

Partenkirchen

Freiwilligenzentrum

„Auf geht's!“

Ludwigstraße 80

In diesem Kurs lernen wir die digitale Tablet-Welt kennen. Wir probieren uns an der Tablet-Technik und erhalten Einblick in verschiedene Anwendungsmöglichkeiten: Wie nutze ich das Internet? Welche Apps gibt es und sind für mich geeignet? Was ist mit dem Tablet alles möglich? Die Teilnehmenden sollen sich dabei interaktiv an Android Tablets (Samsung S6 Light) ausprobieren und Fragen stellen dürfen. Die Tablets werden im Kurs dafür zur Verfügung gestellt.

Der Kurs richtet sich an Anfänger und an ein Publikum mit ersten digitalen Grundkenntnissen. Schwerpunkt ist das Thema Sicherheit mit Tablet und im Netz.

In Kooperation mit dem Freiwilligenzentrum „Auf geht's“.

Kursleitung: Christian Untergasser, zert. Digitalbegleiter

Anmeldung erforderlich.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Taff mit Tablets: Vorteile kennenlernen – Kompetenz entwickeln Nachmittagskurs, 10x

ab Fr., 22.03.2024
15.30 – 17.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Freiwilligenzentrum
„Auf geht's!“
Ludwigstraße 80

Dieser Nachmittags-Kurs richtet sich an ein Anfänger-Publikum, das von Grund auf Tablets kennenlernen möchte. Der Besuch von einzelnen Stunden ist nicht möglich.
Maximale Teilnehmerzahl: 6 Personen.

Kursleitung: Christian Straub und Günter Künzel, zert. Digitalbegleiter
Anmeldung erforderlich.
Die Teilnahme ist kostenfrei.



© Pixelis

A photograph of a man and a woman sitting at a table, looking at a laptop screen. The man is pointing at the screen while the woman looks on.

Gemeinsam die digitale Welt erkunden

Interessierte im Landkreis Garmisch-Partenkirchen aufgepasst!
Unterstützen Sie ehrenamtlich Senioren und Seniorinnen - werden Sie:

Neuer Qualifizierungskurs in Kürze!
Mehr Infos auf unserer Website

Digitalbegleiter:in
Beratung & Kurse

Digitale Schulpaten für Senioren und Seniorinnen Schülerinnen der 9. Klasse in St. Irmengard erklären Ihnen, wie's geht!

ab Do., 11.04.2024,
11.15 – 12.45,
insgesamt 6 Termine
Veranstaltungsort
Garmisch-Partenkirchen
St. Irmengard-Schulen,
Raum: wird noch bekannt gegeben

Welche Probleme haben Sie mit Ihrem Smartphone oder Tablet? Was wollten Sie schon immer einmal in Ruhe erklärt bekommen?

In Kooperation mit dem Seniorenbeirat Garmisch-Partenkirchen
Projektleitungen: Michael Hein und Eva Eiser, Lehrer
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Ziemlich beste Freunde Eine natürliche Hundeernährung für ein langes, gesundes Leben

Fr., 26.04.2024
19.00 Uhr
Online via Zoom

Viele Hunde leiden heutzutage unter immer wiederkehrenden Beschwerden, wie Durchfällen, Erbrechen, ständiges Kratzen, eitrige Ohren und vieles mehr. Caroline Sperling gibt in diesem Vortrag viele hilfreiche Tipps, wie Sie Ihrem Hund allein durch die richtige Ernährung etwas Gutes tun und sich im Dschungel des Fütterungsmarktes besser orientieren können.



Caroline Sperling

Referentin: Caroline Sperling, Tierheilpraktikerin und Hundeernährungsberaterin.
Anmeldung bis 13 Uhr am Veranstaltungstag möglich.
Gebühr: € 10,00

„Mein Alter, meine Lebensstationen!“ Impulse mit Gespräch und Austausch zum Thema

Do., 27.06.2024
15.00 Uhr
**Garmisch-
Partenkirchen**
LEIFHEIT
Service-Zentrum
(Kultursaal EG)
Von-Brug-Str. 5



© P. Hagsbacher

Altern betrifft jeden von uns. Mit 60, 65 oder 70 fühlen Menschen sich heute zwar nicht mehr alt, doch es ist hilfreich, sich rechtzeitig darüber Gedanken zu machen, wie wir das Leben im Alter(n) gestalten können. Wir haben nicht alles selbst in der Hand, aber es lohnt sich, auf die eigenen Ressourcen und die Rahmenbedingungen zu schauen. So können wir aktiv die Weichen für ein gelingendes Altern stellen.

Ausgangspunkt für das Gespräch werden vier Fragen sein, die den Kern des Lebens im Alter(n) umfassen:

1. Beziehungsfrage:
Mit wem will ich alt werden?
2. Frage nach dem Ort:
Wo will ich im Alter(n) einmal leben?
3. Frage der Ökonomie:
Wovon will bzw. kann ich im Alter leben?
4. Frage nach Sinn und Identität:
Wofür lebe ich im Alter?

Das Angebot ist an alle Seniorinnen und Senioren gerichtet, die Freude haben, sich über ihr Alter(n) auszutauschen.



Eine Veranstaltung der Seniorenpastoral im Dekanat Werdenfels-Rottenbuch und des Malteser Hilfsdienstes e.V. Garmisch-Partenkirchen in Kooperation mit dem KBW GAP.



ERZBISCHÖFliches ORDINARIAT
MÜNCHEN

Leitung: Pfarrer Peter Hagsbacher, Seniorenpastoral im Dekanat Werdenfels-Rottenbuch, Theologe, Gestaltpädagoge IGB
Anmeldung beim Kreisbildungswerk oder bei Pfarrer Peter Hagsbacher (Seniorenpastoral-GAP@eomuc.de).
Die Teilnahme ist kostenfrei.



Wir bieten kostenfreie Hilfe und Begleitung von schwerstkranken und sterbenden Menschen und unterstützen Angehörige und Freunde.
Sie erreichen uns unter der
Rufnummer 01 75/5 67 46 46

**Sterben heißt ...
... leben bis zuletzt**

Bahnhofstraße 21
82467 Garmisch-Partenkirchen
www.hospizverein-wardenfels.de

HOSPIZVEREIN WERDENFELS E.V.

Save the Date – 6. Pädagogischer Kongress Vielfalt – das Beste gegen Einfalt

Di., 19.11.2024
9.00 – 17.00 Uhr
Murnau
Kultur- und
Tagungszentrum
Ödön-von-Horváth-
Platz 1



Es ist normal verschieden zu sein.
Deshalb widmen wir uns beim 6. Pädagogischen Kongress den vielfältigen Blickwinkeln rund um den Themenbereich Diversität.
In verschiedenen Workshops teilen hochkarätige Referent/innen ihr Knowhow, ihre Ideen und Erfahrungen.
Zudem bieten wir eine Plattform für Begegnung und Vernetzung über die Professionen hinweg.



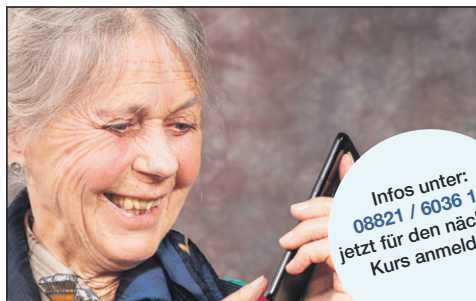
Eine Kooperationsveranstaltung der Bildungswerke Traunstein, Landshut und Garmisch-Partenkirchen.

Genauere Infos zu Anmeldung und Programm ab Mai 2024 unter www.paedagogischer-kongress.de

Gebühr: € 90,00

Frühbucher-Rabatt für die ersten 40 Plätze: € 80,00 (Teams erhalten ab der 10. Anmeldung einen Freiplatz)

Personen mit Ehrenamtskarte: € 45,00



Infos unter:
08821 / 6036 140
jetzt für den nächsten
Kurs anmelden.

„Fit mit dem Smartphone“

Lernen Sie den Umgang mit Smartphone und Tablet, wie Sie WhatsApp, E-Mail, Google und co. auf Ihrem Smartphone nutzen. Unsere Kurse bieten wir für Einsteiger ohne jede Vorkenntnisse und für Fortgeschrittene an.

Kursbeginne an unseren Standorten:

Garmisch-Partenkirchen

19.02.2024
9:00 – 10:00 Uhr
(Einsteiger)
10:30 – 11:30 Uhr
(Fortgeschrittene)

Murnau

23.02.2024
14:00 – 15:00 Uhr
(Einsteiger)
10:30 – 11:30 Uhr
(Fortgeschrittene)

Mittenwald

19.02.2024
14:00 – 16:00 Uhr
(Einsteiger)



BRK Kreisverband
Garmisch-Partenkirchen

Falkenstraße 9
82467 Garmisch-Partenkirchen
www.brk-gap.de

Seniorentreff Marianne Aschenbrenner



Senioren
TREFF
Marianne
Aschen
brenner

Wir bitten um vorherige Anmeldung:
persönlich im Seniorentreff, Parkstr. 2,
Partenkirchen
telefonisch: 08821 7810525
per E-Mail: info@seniorentreff-gapa.de

Weitere tagesaktuelle Termine entnehmen
Sie bitte den Aushängen am schwarzen Brett
im Seniorentreff oder auf
www.seniorentreff-gapa.de



Rummelsberger
Diakonie

Alles für einen erfüllten Lebensabend.

Alten- und Pflegeheim Lenzheim

Reintalstraße 29 | Garmisch-Partenkirchen
Telefon 08821 94 31 59-0
altenhilfeverbund-gap@rummelsberger.net

Menschen an Ihrer Seite. Die Rummelsberger
rummelsberger-diakonie.de/gap

Montag

9.30- 10.30 Uhr
11.00- 12.00 Uhr
15.00 – 16.00 Uhr

Gedächtnistraining
Spanisch für Anfänger
Yoga „auf dem Stuhl“

Dienstag

09.30 – 10.30 Uhr
10.45 – 12.00 Uhr
13.00 – 16.00 Uhr
14.30 – 15.00 Uhr
15.00 – 16.00 Uhr

Sprachcafé – Englisch
Englisch – Conversation
HandarbeitsTREFF
Gleichgewicht und Geschicklichkeit
Bewegung und Entspannung

Mittwoch

9.45 – 10.45 Uhr
11.00 – 12.00 Uhr

Sprachcafé – Englisch II
„Taiji Quan“

Donnerstag

9.30 – 10.45 Uhr
11.00 – 12.00 Uhr
13.00 – 16.00 Uhr

Sprachcafé – Italienisch
Sprachcafé – Französisch
KreativTREFF

Freitag

11.00 – 12.00 Uhr

„Aktiv & beweglich 60+“

Samstag

10.00 – 11.30 Uhr
10.00 – 11.30 Uhr

Politikforum jeden 1. Sa im Monat
Literaturforum alle 6 Wochen

Aufbrechen, suchen,
neue Wege entdecken



Aufbrechen, suchen, neue Wege gehen –
dazu laden wir Sie ein mit unseren Angeboten der Pilgertage

Pilgertag für Trauernde

„Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen ..." (Psalm 121)

Sa., 04.05.2024
9.00 Uhr

Krün

Treffpunkt:
Isarbrücke
(Soiernstraße), nahe
Wanderparkplatz
im Gries in Krün

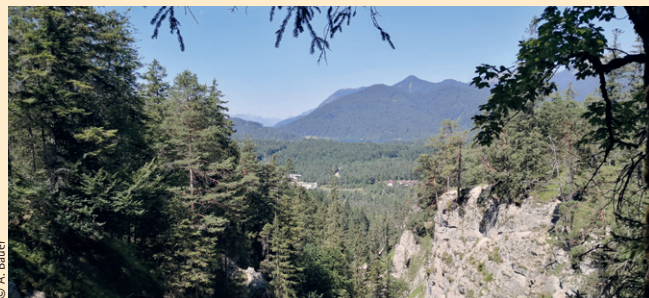
In Zeiten der Trauer nach einem Verlust fühlt man sich allein und wenig verstanden. Der Weg in die Zukunft liegt verborgen hinter Bergen aus Traurigkeit und Schmerz. Zusammen mit Menschen, die in einer ähnlichen Situation sind, machen wir uns auf den Weg und wollen der Kraft der Natur nachspüren, den Bergen, dem Wald und dem Fluss.

In Kooperation mit der Evang.-Luth. Kirchengemeinde Garmisch-Partenkirchen.

Leitung Pilgertag: Alexandra Bauer und Pfarrerin Uli Wilhelm

Anmeldung bis 02.05.2024, 11 Uhr.

Die Teilnahme ist kostenfrei.



© A. Bauer

Pilgern auf dem Tiroler Lechweg I Zurück zur Quelle® – S' Lechtal mal anders

Do., 23.05.2024, bis

So., 26.05.2024

Treffzeitpunkt:

8.00 Uhr,

Bahnhof Reutte

8.30 Uhr,

Bahnhof Füssen

4 Tage
unterwegs

Von Füssen geht es über Pflach, Weißenbach, Vorderhornbach nach Häselgehr. Die 4 Etappen zeichnen sich durch eine Streckenlänge von 15-20 km aus. Aufstiege bis zu 750 Höhenmetern sind möglich.

Schwierigkeitsgrad und Etappenlänge richten sich nach der Gruppensituation. Es erwartet Sie eine leichte bis mittelschwere Wanderung mit täglich zwischen 5 und 7 Stunden Gehzeit mit Tagesgepäck.

Treffpunkt in Füssen um 08:30 Uhr oder Reutte um 08:00 Uhr nach Absprache; Fahrgemeinschaften sind möglich!

Der Weg wird vom 24.08. – 29.08.2024 fortgesetzt.

Pilgerbegleiterinnen: Gabriele Hoss-Reinhard und Theresia Bereczuk

Anmeldung bis 19.04.2024, 11 Uhr.

Gebühr: € 180,00 (zzgl. Übernachtung, Verpflegung und Fahrtkosten)



© G. Hoss-Reinhard

Pilgern auf dem Benediktweg von Unterammergau zum Kloster Ettal

„... damit alles zur rechten Zeit geschieht“
(Regel des Hl. Benedikt 47,1)

*Sa., 22.06.2024
8.30 Uhr
Unterammergau
Treffpunkt: Bahnhof*



Ein Tag voll Stille, Staunen und besonderen Stationen mit Einblicken in die biologische Vielfalt und die christliche Schöpfungsspiritualität. Der Hl. Benedikt von Nursia und seine Impulse zur Schöpfung begleiten uns auf dem einzigartig schönen, ca. 15 km langen Weg von Unterammergau über die Romanshöhe, das Ettaler Weidmoos bis zum Kloster Ettal.

Pilgerbegleitung: Dr. Mechthild Echtler und Benjamin Schwarz
Anmeldung bis 21.06.2024, 11 Uhr.
Gebühr: € 15,00



© B. Schwarz

Wanderung auf dem Innsbrucker Zirbenweg „Ich sehe die Menschen wie Bäume“ (Markus 8,24)

*Di., 02.07.2024
9.00 Uhr
Tulfes
Treffpunkt:
Talstation der
Glungezerbahn
in Tulfes
Glungezerstraße 14*

Der Weg führt uns von der Bergstation der Glungezerbahn (Tulfes) in einem leichten Auf und Ab (190 Höhenmeter) bei 7 km Strecke zur Bergstation der Patscherkofelbahn. Die An- und Abreise sind öffentlich möglich.

In Kooperation mit der Evang.- Luth. Kirchengemeinde Garmisch-Partenkirchen.

Pilgerbegleitung: Pfarrer(in) Uli Wilhelm und Benjamin Schwarz

Anmeldung bis 01.07.2024, 11 Uhr.

Gebühr: € 15,00 (vor Ort direkt zu bezahlen sind außerdem Bergbahn und Bus zwischen Igls und Tulfes bzw. ab Innsbruck Hauptbahnhof, z.B. Kombiticket Glungezerbahn-Patscherkofelbahn und Busverbindung von Igls nach Tulfes: 35,50 €)



© B. Schwarz

Bewegen & Segen mit YOGA Ein Angebot für alle, die gerne unterwegs sind

*Mi., 10.07.2024
14.00 Uhr
**Garmisch-
Partenkirchen**
Wallfahrtskirche
St. Anton in
Partenkirchen*

Gemeinsam unterwegs sein mit allen Sinnen – frische Luft genießen – die Wahrnehmung schärfen – Stille, Bewegung und Begegnung erleben und sich stärken lassen – das ist Segen!

Pfarrerin Uli Wilhelm macht sich im Juli mit Ihnen auf den Weg rund um die Wallfahrtskirche St. Anton. Die Yogalehrerin Judith Rhomberg begleitet Sie auf dem Atemlehrpfad, wo so manche Entdeckung für Körper und Geist gemacht werden kann. Der Spaziergang findet bei jedem Wetter (außer Starkregen oder Sturm) statt. Bitte witterungsgemäße Kleidung und etwas zu trinken mitbringen.
Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Für weitere Rückfragen: Tel. 08821 – 95230
(Ev. Pfarramt Garmisch-Partenkirchen)

In Kooperation mit der Evang.- Luth. Kirchengemeinde Garmisch-Partenkirchen

Leitung: Pfarrerin Uli Wilhelm

Yogaleitung: Judith Rhomberg, zertifizierte Yogalehrerin

Anmeldung erforderlich.

Gebühr: € 10,00

Pilgern auf dem Tiroler Lechweg II Zurück zur Quelle® – S'Lechtal mal anders

*Sa., 24.08.2024 bis
Do., 29.08.2024
Treffpunkt:
10.00 Uhr
**Häselgehr
im Lechtal**
**Bushalte Gramais/
Schwimmbad***

**6 Tage
unterwegs**

Von Häselgehr pilgern wir über Stockach, Steeg, Warth und Zug zur Lechquelle beim Formarinsee. Schwierigkeitsgrad und Etappenlänge richten sich nach der Gruppensituation. Die 5 Etappen zeichnen sich durch eine Streckenlänge von 15-20 km aus. Es erwarten Sie zwischen 5 und 7 Stunden Gehzeit täglich.

Pilgerbegleiterinnen: Gabriele Hoss-Reinhard und Theresia Bereczuk

Anmeldung bis 19.07.2024.

Gebühr: 270,00 €



© G. Hoss-Reinhard

Eine Bergwanderung ist ein Bild für eine Lebensreise in konzentrierter Form. Alles, was mir widerfährt – Höhen, Tiefen, Gipfel, Täler, Mühlen und Freuden – spiegelt im Kleinen wider, was die Realität unseres Lebens ist.

Skitouren und Bergsteigen Spirituell **Hast Du Lust nach der Arbeit noch auf den Berg zu gehen?**

Skitouren

*ab Di., 30.01.2024
16.00 Uhr
Weitere Termine:
20.02.2024
05.03.2024*

Bergsteigen

*ab Di., 30.04.2024
17.00 Uhr
Weitere Termine:
14.05.2024
25.06.2024
16.07.2024
24.09.2024
15.10.2024*

*Treffpunkt für
Mitfahrgelegenheit:
Möbelzentrale
an der Dr.-Gotthilf-
Näher-Straße in
Penzberg*

Die Touren führen auf Berge in der Nähe von Penzberg, Kochel und Murnau. Wir lassen den Spätnachmittag an der frischen Luft sportlich und spirituell ausklingen. Vor dem gemeinsamen Aufstieg teilen wir einen spirituellen Impuls. Am Gipfelkreuz angekommen, halten wir inne, machen eine kurze Pause, genießen den Sonnenuntergang und kehren evtl. zusammen in die Hütten ein. Danach erfolgt der gemeinsame Abstieg mit Stirnlampe.

In Kooperation mit der Evang.-Luth. Kirchengemeinde Penzberg.

Leitung, Anmeldung und Ansprechpartner:
Pfarrer Philipp Ross, Philipp.Ross@elkb.de (für genauere Absprachen logistischer Art gern telefonisch melden: Tel. 0170 5538426)

Weitere Infos:
<https://glaubebergehoffnung.de/>
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Bergspiritualität im Friedergries **Mit allen Sinnen Schöpfung erfahren**

*Sa., 13.07.2024
10.00 bis ca. 15 Uhr
Griesen
Treffpunkt:
Parkplatz
Ochsenhütte
kurz vor Griesen*

Das Friedergries ist eine ganz besonders beeindruckende Naturlandschaft in den Ammergauer Alpen. In ihr wollen wir mit allen Sinnen lauschen, was uns die Schöpfung dort oben sagen will. Wir werden kreativ, wir tauschen uns aus, wir essen gemeinsam. Ein erfüllter Tag, der uns spüren lässt, wie sich Erde und Himmel berühren.

In Kooperation mit der Tourismuspastoral im Werdenfelser Land und der Evang.-Luth.-Kirchengemeinde Penzberg.

Leitung: Philipp Ross (Evang. Pfarrer in Penzberg) und Florian Hammerl (Tourismuspastoral)

Anmeldung bis 12.07.2024, 11 Uhr.
Die Teilnahme ist kostenfrei.



© F. Hammerl

Spirituelle Bergtag: Wetterstein, Stuiben Vom Verlieren und Wiederfinden

Do., 25.07.2024
8.15 Uhr
**Garmisch-
Partenkirchen**
Talstation der
Kreuzeckbahn
Am Kreuzeck-
bahnhof 1

Im Gleichnis vom „Verlorenen Sohn“ (Lk 15, 11–32) begegnen uns Gefühle wie Sehnsucht, Eifersucht, Glück. Über diese Lebensthemen wollen wir auf dem Weg ins Gespräch kommen. Vom Kreuzeck geht es über den Bernadineweg zur Stuibenhütte. Von dort weiter zum Mauer-schartenkopf und wieder zurück zum Kreuzeck. Bitte Verpflegung mitnehmen.

Leitung Bergtag: Christine Sontheim und
Pfarrerin Uli Wilhelm

Anmeldung bis 24.07.2024, 11 Uhr.

Gebühr: € 15,00 (zzgl. Fahrtkosten Seilbahn)

Im Frühjahr 2024 erscheint wieder unser Programm

Pilgern und Bergspiritualität

mit ausführlichen Infos zu diesen Angeboten.



Wanderung auf den Laber, Ammergauer Alpen „Der Mond ist aufgegangen ...“

Mo., 19.08.2024
16.30 Uhr
Oberammergau
Treffpunkt:
Talstation der
Laber-Bergbahn

Impulse des Liedes von Matthias Claudius „Der Mond ist aufgegangen ...“ inspirieren uns und lassen uns die Schönheit von Gottes Schöpfung und den Trost seines Beistandes im Leben spüren.

Von der Talstation führt uns der Weg am Wasser der Großen Laine entlang. Auf der Forststraße wandern wir vorbei an wunderbaren Blumen – und Kräuterwiesen zur Soilealm. Hier ist eine Brotzeitpause eingeplant. Der Weiterweg führt über den Soilesee in einigen Kehren zum Grat und über einen leichten Steig zum Gipfel. Im Aufstieg sind ca. 850 Höhenmeter zu bewältigen, dafür sind ca. 3 Stunden Gehzeit eingeplant.

Bitte nehmen Sie Getränk und Verpflegung für eine kleine Brotzeit im Freien, sowie eine Stirn- oder kleine Taschenlampe für den Abstieg mit. Am Laber Berghaus werden wir gemeinsam einkehren und den Abend ausklingen lassen.

Leitung Bergtag: Hans-Georg Frühschütz

Anmeldung bis 16.08.2024

Gebühr: € 15,00

Angebote der Evangelischen Kirchengemeinde Garmisch-Partenkirchen

Infos und Anmeldung: bei der Evangelischen
Kirchengemeinde Garmisch-Partenkirchen,
Tel. 08821 95230

Bewegen & Segen

*jeden 2. Mittwoch
im Monat
ab 10.01.2024
immer
14.00 – 16.00 Uhr
Garmisch-
Partenkirchen*

Unterschiedliche Treffpunkte
bei jedem Wetter (außer Glätteis, Starkregen
oder Sturm)

Ökumenische Bergandachten

Wank ab 22.06.2024, wöchentl. samstags, 12 Uhr
Zugspitze ab 25.06.2024, wöchentl. dienstags, 12 Uhr
Kreuzalm ab 01.08.2024, alle 2 Wo. donnerstags, 12 Uhr
Gschwandtnerbauer 24.07., 07.08., 28.08. und 18.09.2024, 11 Uhr

Vollmondwanderung

*Mo., 19.08.2024
20.30 Uhr*

Treffpunkt: Markuskirche Farchant

Sonnenaufgangstour

*Sa., 07.09.2024
3.15 Uhr*

Treffpunkt: Wank-Parkplatz

Spirituelle Wanderungen und Spaziergänge

*Mo., 25.03.2023
05.30 Uhr*

Meditativer Morgenspaziergang zum Beginn
der Karwoche
Treffpunkt: Strauß-Villa

*Mo., 01.04.2024
10.15 Uhr*

Emmaus-Wanderung am Ostermontag
Treffpunkt: Heilandkirche Oberau

*Mi., 21.08.2024
10.00 Uhr*

Spirituelle Wanderung zur Tannenhütte
Treffpunkt: Ende Hasentalstraße
Partenkirchen

*Do., 05.09.2024
10.00 Uhr*

Spirituelle Wanderung nach Wamberg
Treffpunkt: Kainzenbadstr. 22a, Partenkirchen



Unterstützung
und Ermutigung
für das Leben als Familie



Eltern-Kind-Programm (EKP®)

Gemeinsam Wachsen – ein Angebot für Familien

Sie sind seit kurzem Eltern? Und ...

- suchen Kontakt und Austausch mit anderen Familien?
- möchten die Entwicklung Ihres Kindes gut begleiten und fördern?
- suchen Anregungen für den Familienalltag?
- haben Fragen zu Erziehungs- und Familienthemen?



Was ist EKP®?

Das Eltern-Kind-Programm steht für einen ganzheitlichen Ansatz, der Kinder ab 3 Monaten in ihrer kognitiven und emotionalen Entwicklung stärkt und fördert. Unter qualifizierter Leitung werden in wöchentlichen Treffen mit viel Freude und Spaß die Basiskompetenzen der Kinder von Anfang an gefördert. Dazu gehören die Freude an Bewegung, kreativer Umgang mit Farben und Materialien, Singen, Musizieren, Kreis- und Fingerspiele und vieles mehr ...

EKP® ermöglicht

für die Kinder

- erste Kontaktaufnahme mit Gleichaltrigen
 - auf den kindlichen Entwicklungsstand abgestimmte Aktivitäten
 - spielerischer Umgang mit Natur- und Alltagsmaterialien
 - bewusstes Erleben des Jahreskreises durch kreative Sinnes- und Naturerfahrungen
 - Förderung der kindlichen Basiskompetenzen im Bereich Motorik, Sprache, Kreativität, Resilienz und Wahrnehmung
- für die Mütter und Väter
- Spaß und Anregungen im gemeinsamen Spiel mit den Kindern
 - Ideen für das alltägliche Familienleben
 - Kontakt und Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern

Rahmenbedingungen:

- wöchentliche Treffen, für 1,5 – 2 Stunden
- pro Gruppe 5 – 8 Familien
- 10 Gruppentreffen mit Kindern + 2 Elterntreffen (Aktionen mit der ganzen Familie ...)
- Die Anmeldung zu den Gruppen erfolgt über die jeweilige EKP®- Leiterin vor Ort
- Qualifizierte EKP®-Leiterinnen, die regelmäßig vom Kreisbildungswerk fortgebildet werden.

Haben Sie Lust ...?

... dann kommen Sie in eine unserer vielen Gruppen des Eltern-Kind-Programms im Landkreis Garmisch-Partenkirchen

Leiterinnen von EKP-Gruppen gesucht!

Wir bieten:

- eine Tätigkeit auf Honorarbasis
- eine umfassende Pädagogische Qualifizierung und Begleitung
- die Möglichkeit, ihr eigenes Kind mit in die Gruppe zu nehmen
- Vernetzung vor Ort und wunderbare neue Erfahrungen

Interesse? Wir informieren Sie gerne!

Ansprechpartnerin und EKP-Referentin:

Christina Zellinger,

E-Mail: c.zellinger@kreisbildungswerk-gap.de

Eltern-Kind-Programm

Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahren

mittwochs
9.30 – 11.30 Uhr
Bad Kohlgrub
Pfarrheim
Hauptstr. 21

Leitung und Anmeldung:
Judith Wierich-Schnell, Tel. 0160 7670875
Gebühr für 12 Treffen: € 72,00

Eltern-Kind-Programm

Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahren

mittwochs
9.30 – 11.30 Uhr
Burgrain
Pfarrheim
Kirchweg 1

Leitung und Anmeldung:
Daniela Wildenauer, Tel. 0151 22596503
Gebühr für 12 Treffen: € 72,00

Eltern-Kind-Programm

Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahren

dienstags und
mittwochs
9.30 – 11.30 Uhr
Farchant
Pfarrheim,
Am Gern 4

Leitung und Anmeldung:
Marina Tietz, Tel. 0157 52 66 3613
Gebühr für 12 Treffen: € 72,00

Eltern-Kind-Programm

Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahren

dienstags
9.30 – 11.30 Uhr
Garmisch
Pfarrheim,
Burgstr. 17

Leitung und Anmeldung:
Janina Daisenberger, Tel. 0176 73507340
Gebühr für 12 Treffen: € 72,00

Eltern-Kind-Programm

Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahren

freitags
9.30 – 11.30 Uhr
Oberau
Pfarrheim
Kirchweg 4

Leitung und Anmeldung:
Marzella Fischer, Tel. 0151 23091940
Gebühr für 12 Treffen: € 72,00

Eltern-Kind-Programm

Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahren

dienstags
9.00 – 11.00 Uhr
Ohlstadt
Pfarrheim
Hagrainstraße 10

Leitung und Anmeldung:
Marianne Fischer, Tel. 08841 4891918
Gebühr für 12 Treffen: € 72,00

Eltern-Kind-Programm

Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahren

freitags
9.30 – 11.00 Uhr

Leitung und Anmeldung:
Angelika Bäck, Tel. 0160 1617309
Gebühr für 12 Treffen: € 72,00

dienstags und
mittwochs
9.00-11.00 Uhr
jeweils

Partenkirchen
Pfarrheim
Badgasse 6

Leitung und Anmeldung:
Regina Kaufmann, Tel. 08821 3825
Gebühr für 12 Treffen: € 72,00

Eltern-Kind-Programm

Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahren

donnerstags
9.15 – 11.15 Uhr
Seehausen
Pfarrheim
Seestraße 1

Leitung und Anmeldung:
Marile Ram, Tel: 08841 62 56 66
Gebühr für 12 Treffen: € 72,00

Kindererziehung und Achtsamkeit – passt das zusammen? Hohe Ideale in der Rush-hour des Lebens.

Do., 29.02.2024
19.00 Uhr

Murnau
Kultur- und
Tagungszentrum,
Raum Staffelsee
Ödön-von-Horváth-
Platz 1

Abendvortrag für Eltern und Pädagog/innen

Früher war der Umgang mit Kindern autoritär. Heute wollen viele Eltern und Pädagog/innen mit Kindern „nett“ sein. Aber wenn wir damit nicht weiterkommen, fallen wir schnell in die alten Muster zurück. Wenn wir mit Kindern „nett“ sein wollen, reden wir uns in schwierigen Situationen oft den Mund fusselig und glauben, wir könnten Frustration weg-erklären; oder wir versuchen Kinder zu überreden, anstatt selbst Verantwortung zu übernehmen und Entscheidungen zu treffen.

Achtsamkeit ist heute ein Zauberwort und es ist tatsächlich ein Schlüssel, aber es klingt manchmal wie heile Welt und unerreichbare Ideale: „Wie kann ich in Stress-Situationen gelassener sein?“ Fast verzweifelt sehnen wir uns manchmal danach anders zu sein, als wir es jetzt sind. Achtsam mit Kindern beginnt achtsam mit uns selbst. Und achtsam beginnt mit dem, was ist, anstatt mit dem, was sein soll. Besser echt statt perfekt und vor allem: gütig, achtsam, gnädig mit uns selbst.

Referent: Steve Heitzer, Pädagoge, Theologe, Achtsamkeitslehrer, Autor des Buches „Kinder sind nichts für Feiglinge“

Anmeldung erforderlich bis 16.02.2024.

Gebühr: € 10,00



© Arbor-Verlag

Nett war gestern – Wie geht achtsam und was brauchen Kinder und Erwachsene heute?

Tages-Fortbildung für Pädagog/innen

Fr., 01.03.2024
9.00 – 16.00 Uhr
Murnau
Kultur- und
Tagungszentrum,
Raum Staffelsee
Ödön-von-Horváth-
Platz 1



© Sebastian Schieder

Steve Heitzer

Heute wissen viele Pädagog/innen und Eltern gut, was sie nicht mehr wollen, aber sie wissen noch nicht so recht, wie „das Neue“ geht. Wie geht Autorität ohne autoritär zu sein? „Achtsam“ mit Kindern wird oft missverstanden. Was ist eigentlich Achtsamkeit? Recht verstanden ist es der Schlüssel,

- um unsere Verantwortung als Erwachsene zu übernehmen und zugleich die Würde der Kinder zu achten;
- und mit Kindern zu wachsen, anstatt sie wie früher selbstverständlich zu „erziehen“;
- und nicht zuletzt: um uns selbst gerecht zu werden, unsere Bedürfnisse und Grenzen zu spüren und zu achten.

Was braucht es heute in der Arbeit mit Kindern, um die Würde von Kindern zu achten und zugleich professionell zu sein, authentisch und kompetent? Wie geht die hohe Kunst der Balance von liebevoller Zuwendung und gesunder Distanz? Steve Heitzer gibt keine Antworten oder Rezepte, sondern teilt Erfahrungen aus über 20 Jahren mit Eltern und Kindern.

Referent: Steve Heitzer, Pädagoge, Theologe, Achtsamkeitslehrer, Autor des Buches „Kinder sind nichts für Feiglinge“

Anmeldung erforderlich bis 16.02.2024.

Gebühr: € 60,00

Gute Aussichten!

Mit ehrenamtlichem Engagement
wächst du über dich hinaus
und erweiterst deinen Horizont.

*Werde ein Teil von uns –
wir freuen uns auf dich!*



KBW GAP

Katholisches Kreisbildungswerk
Garmisch-Partenkirchen e.V.

Tel. 08821 58501 · info@kreisbildungswerk-gap.de

Fit in Erster Hilfe am Kind Für Eltern und alle, die mit Kindern zu tun haben

Mo., 11.03.2024
18.00 – 21.00 Uhr
Mittenwald
Bayerisches
Rotes Kreuz
Am Anger 26



In diesem Kurs werden praxisnahe Fähigkeiten vermittelt, um den Umgang mit Notfallsituationen bei Kindern zu verbessern. Der Kurs behandelt verschiedene Aspekte, darunter die korrekte Wundversorgung, die Behandlung unterschiedlicher Verletzungen sowie das angemessene Verhalten bei akuten Erkrankungen. Das Ziel besteht darin, dein Wissen und deine Fertigkeiten zu stärken, damit du in kritischen Momenten besonnen handeln kannst.

In Kooperation mit dem Familienstützpunkt Mittenwald

Referentin: Birgit Tichatschke, Fortbildungsreferentin BRK

Anmeldung bis 03.03.2024 beim KBW oder beim Familien-Stützpunkt
(Tel. 0175 - 6828651, E-Mail: Sabrina.Westerbarkey@caritasmuenchen.org)

Gebühr: € 15,00

Hasenwerkstatt Ein Kreativnachmittag für Kinder auf Ostern zu

Mi., 13.03.2024
15.00 – 17.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Kath. Pfarrheim
Partenkirchen
Badgasse 6

Ein kreativer Nachmittag für Kinder von 3 bis 6 Jahren mit Begleitperson.

Wir wollen miteinander den Frühling begrüßen, eine Geschichte hören, singen, viel basteln, zwei Stunden genießen

Leitung und Anmeldung: Regina Kaufmann,
Tel. 08821 3825

Gebühr: pro 1 Kind mit 1 begleitendem Erwachsenen € 5,00 (pro Geschwisterkind € 3,00)



Fair einkaufen im



Murnau, Bahnhofstraße 8
Telefon 0 88 41- 68 82 42

Öffnungszeiten
Mo – Fr 10.00 – 18.00 Uhr
Sa 9.30 – 13.00 Uhr

Im Weltladen finden Sie hochwertige Lebensmittel meist mit einem Biosiegel, sowie schöne handwerkliche Produkte wie Lederwaren, Musikinstrumente, Seidenschals, Schmuck, ...

Gut gewickelt mit Stoff Stoffwindel-Beratung für Schwangere, Eltern und alle mit Wickelkindern

*Termin wird noch
bekanntgegeben
Murnau
Familienstützpunkt
Dr.-August-Einsele-
Ring 18*



© J. Storch

Du willst weg von Einweg-Windeln, weißt aber nicht wie? Du willst für die Haut deines Babys lieber Stoff statt Plastik, scheust dich aber vor dem Aufwand an Wäsche? Du hast schon über Stoffwindeln nachgedacht, hast aber keinen Überblick über die verschiedenen Windelsysteme? Julia Storch berät dich zu den unterschiedlichen Systemen, klärt über den tatsächlichen Aufwand auf und zeigt, wie das Stoffwickeln mit ein paar geübten Handgriffen im Handumdrehen gelingt.

*In Kooperation mit dem Familienstützpunkt
Murnau*

Referentin: Julia Storch, Stoffwindel-
Beraterin (www.storchenwickelei.de)

Gebühr: € 8,00

KESS erziehen® – Weniger Stress – mehr Freude Für Eltern mit Kindern im Alter zwischen 3–10 Jahren

*ab Di., 09.04.2024
jeweils
19.30 – 21.30 Uhr
Weitere Termine:
16.04.2024
23.04.2024
30.04.2024
Online via Zoom*



Eltern sein ist schön – mitunter aber auch anstrengend. Oft zwingt uns der Alltag unterschiedliche Bedürfnisse und Ansprüche gleichzeitig auf. Wie gehe ich mit diesen Herausforderungen um und wie können wir uns in der Familie gegenseitig unterstützen?

Kess-erziehen (kooperativ – ermutigend – sozial – situationsorientiert) vermittelt Eltern viele praktische Anregungen für den Erziehungsalltag und, noch wichtiger: eine Einstellung, die das Zusammenleben in der Familie erleichtert. All dem ist inklusive: der Austausch mit den anderen Teilnehmern/innen.

Die Themen der vier Abende:

- Störendes Verhalten verstehen
- Drohende Konflikte entschärfen
- Respektvoll miteinander umgehen
- Die Selbstverantwortung des Kindes fördern
- Absprachen treffen – Positionen finden
- Notwendige Grenzen durchsetzen
- Gelassener reagieren
- Das Familiengefühl stärken
- Oasen schaffen
- die eigenen Ressourcen achten und schützen
- Wertschätzung des anderen Elternteils für die Entwicklung der Kinder finden.

Referent: Dieter Güntner, Ehe- und Familien-
seelsorge Diözesanregion Weilheim-Oberland;
KESS-Trainer.

Anmeldung erforderlich bis 08.04.2024.

Gebühr (für 4 Online-Treffen, inkl. Begleitheft):
€ 50,00

Eltern- und Familienbildung

Ein Kraut für alle Fälle Kräutertag für die ganze Familie

Mi., 24.04.2024
14.00 – 17.00 Uhr
Oberau
Gärtnerei Fischer
Unterfeldstr. 37



© B. Löw-Schneijder

Viele verschiedene Kräuterstationen warten auf euch und können zwischen 14 und 17 Uhr besucht werden. Groß und Klein sind willkommen! Ein Spendenschwein steht bereit.

Leitung: Judith Fischer, Biologielehrerin, Kinderkräuterpädagogin i.A.
Anmeldung erwünscht (auch direkt bei Judith Fischer möglich – Tel: 0170 2906201).
Die Teilnahme ist kostenfrei, Spende willkommen.

Mit den öffentlichen Büchereien in Garmisch-Partenkirchen LESEN, HÖREN und ERLEBEN Sie das ganze Jahr



PFARRVERBAND
ZUGSPITZE

Bücherei St. Michael Burgrain, Kirchweg 1
<https://pv-zugspitze.de/st-michael-burgrain/pfarrbuecherei/>



BÜCHEREI GARMISCH

Bücherei Garmisch, Mohrenplatz 2
www.buecherei-garmisch.de



Partenkirchner Bücherei, Ludwigstraße 29
www.buecherei-partenkirchen.de



Bücherei in der Hindenburgstraße
www.gapa-evangelisch.de/buecherei

Boah – schau einmal! Mit unseren Kindern und allen Sinnen die Natur erleben

So, 28.04.2024

und

So, 16.06.2024
11.00 – ca. 14.30 Uhr
Farchant
Treffpunkt:
Parkplatz am
Kuhfluchtgraben



Florian Hammerl

An diesem Tag erleben wir in der Natur mit allen Sinnen, wie wunderbar die Welt und unser Leben ist. Wir spielen am Bach, wir werden kreativ mit Naturmaterial, wir picknicken zusammen und feiern gemeinsam einen Kindergottesdienst zum Abschluss. Wer will, kann hinterher noch in eigener Regie zum Wasserfall wandern, Weiterspringen, Weiterspielen, den Walderlebnispfad erkunden... Wichtig: für das Picknick bitte Essen mitbringen, das wir miteinander teilen können. Dann füttern und futtern wir uns gegenseitig durch (dafür die Picknickdecke nicht vergessen). Für Familien mit Kindergartenkindern und Schulkindern bis ca. 2. Klasse. Bei Regen fällt es leider aus.

In Kooperation mit der Tourismuspastoral im Werdenfelser Land.

Leitung: Florian Hammerl (Tourismuspastoral)
Anmeldung bis jeweils freitags vor der Veranstaltung, 11 Uhr erforderlich.
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Die Wunderwelt der Bienen Familienausflug ins Reich der Honigbiene

Sa., 11.05.2024
9.30 – 12.30 Uhr
Grainau

Treffpunkt:
Huberpark Grainau
(Parken am Bahnhof
Untergrainau)

Was macht die Bienenkönigin auf Hochzeitsflug? Wer füttert die Bienenbabys? Wie kommt der Honig in die Waben? Wer baut die 5.000–60.000 Zimmer-WG? Und: wie fleißig ist die Biene wirklich? Viele Fragen rund um das Leben der Bienen werden an diesem Vormittag gemeinsam und spielerisch erforscht. Wir schauen den Bienen bei der Arbeit zu und lernen so die Wunderwelt der Bienen näher kennen.

Für Familien mit Kindern ab 5 Jahren (kleinere Geschwisterkinder willkommen).

Leitung: Angelika Bäck, EKP-Leiterin, Hobbyimkerin

Anmeldung bis 08.05.2024.

Gebühr: € 8,00 pro Familie



© M. Viehweger



Sommer Paradies

Alpine Coaster – die Sommerrodelbahn

Spaß, Freude und Vergnügen für die ganze Familie: von der Kolbensattelhütte geht es auf einer Länge von 2.600 Metern mit atemberaubenden Ausblicken und abenteuerlichen Kurven ins Tal.

Kolbensattelhütte

Sich was gönnen und genießen: in malerischer Umgebung auf einer Höhe von 1.270 m bei Oberammergau. Genießen Sie leckere, regionale und vitale Gerichte.

Kolbensattelhütte & Alpine Coaster Oberammergau

Bogenparcours

Entspannen und Natur erleben: Bogenschießen auf 4 Parcours mit je 14 Zielen im dortigen Bergwald.

Bergabenteuer Kinderspielplatz
Zeit füreinander haben: mit den Kindern den Tag genießen und Abstand zum Alltag gewinnen.

Bergwandern

Natur erleben, frische Kraft sammeln: wandern Sie im gesunden Berg- und Waldklima im Naturpark der Ammergauer Alpen. Viele Wege führen zum Kolbensattel.

Holzspielplatz

Mit Holzkugeln auf Naturholzbahnen im Bergwald spielen.



kolbensattel.de und auf

Eltern- und Familienbildung

... der Sommer, der ist da! Ein Kreativnachmittag für Kinder

Fr., 28.06.2024
15.00 – 17.00 Uhr
**Garmisch-
Partenkirchen**
Kath. Pfarrheim
Partenkirchen
Badgasse 6

Egal, ob es draußen regnet, oder die Sonne scheint – wir freuen uns auf den Sommer! Damit er bei jedem Wetter Einzug hält und wir ihn gebührend begrüßen können nehmen wir uns an diesem Nachmittag Zeit zum Basteln, Singen und Spielen rund um den Sommer.

Für Kinder von 3-6 Jahren mit Begleitperson
Leitung und Anmeldung: Regina Kaufmann,
Tel. 08821 3825
Gebühr pro 1 Kind mit 1 begleitenden
Erwachsenen: 5,00 € (Geschwisterkind € 3,00)

Angebote der Caritas

Im Familienprogramm kooperieren wir mit der Familienberatungsstelle der Caritas.



**Nähere Infos zu den Kursen, den Terminen
sowie Anmeldung:**
Caritas Familienberatungsstelle,
Dompfaffstr. 1, 82467 Garmisch-Partenkirchen,
Tel. 08821 94348-40,
E-Mail: eb-garmisch@caritasmuenchen.de

Angebote der Familienstützpunkte

Im Familienprogramm kooperieren wir mit den vier Familienstützpunkten im Landkreis Garmisch-Partenkirchen.

Die Familienstützpunkte bieten vielfältige Angebote für Familien, Treffpunkte zum Kennenlernen, für Gespräche und Austausch, Beratung und Unterstützung bei allen Fragen rund ums Familienleben.

Ein Überblick zu allen Veranstaltungen ist zu finden unter www.kreisbildungswerk-gap.de

Ansprechpartnerinnen vor Ort sind:

in Garmisch- Partenkirchen

Christina Girgnhuber
Christina.Girgnhuber@sos-kinderdorf.de

in Murnau

Anissa Wagner
familienstuetzpunkt@murm-el-ev.de

in Oberammergau

Sabine Reiser
Sabine.Reiser@caritasmuenchen.org

in Mittenwald

Sabrina Westerbarkey
fsp-isartal@caritasmuenchen.org



Mit Freude
nachhaltig leben



Das geheime Netzwerk des Lebens in unseren Böden Das Bodenleben als unsere Lebensgrundlage – wie kann es unterstützt werden?

Mo., 19.02.2024
19.30 Uhr
Uffing
Kath. Pfarrheim
Mühlstr. 3a



© B. Wimmer

Das vielfältige Netzwerk des Bodenlebens sorgt für die Fruchtbarkeit unserer Böden – und ist durch Pestizide, Bodenbearbeitung und die Folgen des Klimawandels bedroht! Obwohl von der Bodenfruchtbarkeit und damit vom Bodenleben unsere Existenz abhängt, beginnt die Wissenschaft erst, die vielfältigen Zusammenhänge im Boden zu erforschen. Wie kommunizieren Pflanzen mit dem Bodenleben? Welche Aufgaben erfüllen Bodenlebewesen? Wie kann das Bodenleben unterstützt werden, so dass es zu weniger Ernteaussfällen durch extreme Witterung kommt, die Pflanzengesundheit gefördert wird und Dünger und Pflanzenschutzmittel reduziert werden können?

Der Vortrag gibt einen Einblick in eine faszinierende Welt unter unseren Füßen, in der sich Vieles im Verborgenen abspielt.

Referentin: Bernadette Wimmer, Kreisfachberatung für Gartenkultur und Landespflege, Gartenfachberaterin Landkreis GAP

Anmeldung erbeten.

**Die Teilnahme ist kostenfrei,
Spende willkommen.**

E-Mobilität – elektrisiert in die Zukunft?

Do., 07.03.2024
18.00 Uhr
Online via Zoom

„Mein nächstes Auto wird ein E-Auto.“ Diesen Satz hört man mittlerweile häufig. Vor der Anschaffung stellen sich aber noch einige Fragen: Worauf sollte man achten? Wo kann ich laden? Welche Förderungen gibt es? Und ist das E-Auto wirklich eine umweltfreundlichere Alternative? Der Vortrag klärt viele offene Fragen und gibt eine Einführung in die elektromobile Zukunft.

ACHTUNG: Es besteht eine sehr hohe Nachfrage. Eine schnelle Anmeldung wird dringend empfohlen.

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale Bayern.

Referierende: Daniel Eisel, Energieberater, und Christina Auburger, Energiekoordinatorin, Verbraucherzentrale Bayern

Anmeldung erforderlich.

Die Teilnahme ist kostenfrei.



© Pixabay

Soziale Landwirtschaft Die Idee und deren Chancen

Mo., 18.03.2024
20.00 Uhr
Uffing
Kath. Pfarrheim
Mühlstrasse 3

Als Möglichkeit zur weiteren Diversifizierung in der Landwirtschaft werden soziale Angebote im Bereich bäuerlicher Betriebe immer interessanter.
Was steckt dahinter? Wie sieht es bei uns dazu aus? Wer sind Akteure, Anbieter, Nutzer? Der Vortrag gibt einen Einblick in dieses Thema und stellt Möglichkeiten vor, die bereits umgesetzt werden.

Referentin: Doris Kettner, 1. Vorstand der Alzheimer Gesellschaft Lechrain e.V. und damit auch Teil des „Praxisnetz Soziale Landwirtschaft“.
Sie ist Fachkraft für Gesundheits- und Sozialdienstleistungen und zertifizierte Generationenmanagerin (KSH München).
Die Teilnahme ist kostenfrei.



© B. Schwarz

Vorösterliche Wanderung in Ohlstadt Frühblüher und Auferstehungshoffnung

Sa., 30.03.2024
14.00 – ca. 17.00 Uhr
Ohlstadt
Bahnhof
Loisachstr. 15

Bei einer kleinen Rundwanderung von gut 5 km über die Hügellandschaft am Boschet kann das neue Leben in der Natur etwa anhand zahlreicher Frühblüher bestaunt werden. Kleine Impulse zu den Kar- und Ostertagen ergänzen die naturkundlichen Eindrücke.

Leitung: Benedikt Faas, Biologe und Benjamin Schwarz, Biologe & Theologe
Anmeldung bis 28.03.2024.
Die Teilnahme ist kostenfrei,
Spende willkommen.



© B. Schwarz

Amsel, Drossel, Fink und Star – Frühling im Murnauer Moos Anfänger-Vogelstimmen-Exkursion

Mo., 15.04.2024
7.00 – ca. 10.00 Uhr
Murnau
Biologische Station
Murnauer Moos
Ramsachstraße 15



© B. Schwarz

Im April sind bereits die meisten Zugvögel aus ihren Überwinterungsgebieten zurückgekehrt und werben um die Gunst einer Partnerin. Auf der ca. zweistündigen Wanderung werden wir uns intensiv mit den Vögeln des Murnauer Moores beschäftigen und etwas über die verschiedenen Gesänge und Lebensräume erfahren. Zeitrahmen: ca. 2 h Exkursion, ca. 1 h Ausstellung Biologische Station & Nachbesprechung.

In Kooperation mit der Biologischen Station Murnauer Moos und dem Haus der Begegnung Innsbruck.

Die Veranstaltung ist Teil der Reihe „Vogelperspektiven“, die das KBW GAP zusammen mit dem Haus der Begegnung der Diözese Innsbruck veranstaltet.

Nähere Informationen und weitere Termine für Tirol unter <https://hdb.dibk.at/Termine>.



Referent: Tim Korschefsky, Leiter Biol. Station Murnauer Moos, Landschaftsökologe
Anmeldung erbeten.
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Einblicke in die Staatliche Vogelschutzwarte „Kultur vor Ort“

Mo., 22.04.2024
18.30 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Staatliche
Vogelschutzwarte
Gsteigstraße 43



© Armin Geigen

Die Staatliche Vogelschutzwarte oberhalb von Partenkirchen ist eine Dienststelle des Bayerischen Landesamtes für Umwelt. Sie beschäftigt sich an diesem Standort seit über 70 Jahren mit allen Fragen des Vogelschutzes, von speziellen Artenhilfsprogrammen für gefährdete Arten über Schutzkonzepte für besondere Vogel-lebensräume, das Monitoring der heimischen Vogelwelt bis zu Öffentlichkeitsarbeit und der Beratung von anderen Behörden. Das Grundstück um die VSW wird seit über 70 Jahren naturnah entwickelt und ohne Dünge- und Pflanzenschutzmittel bewirtschaftet. Der Lohn dafür ist eine reichhaltige Artenvielfalt weit über die heimischen Brutvögel hinaus.

In Kooperation mit der VHS Garmisch-Partenkirchen und dem Haus der Begegnung Innsbruck. Die Veranstaltung ist Teil der Reihe „Vogelperspektiven“.

Nähere Informationen und weitere Termine für Tirol unter <https://hdb.dibk.at/Termine>.



Referent: Bernd-Ulrich Rudolph, Dipl.-Biol., Leiter Staatl. Vogelschutzwarte
Anmeldung erbeten.
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Nachhaltiges Wärmekonzept im ländlichen Raum Besichtigung der Dorfheizung/Nahwärme Leibersberg

Sa., 27.04.2024
14.00 Uhr
Riegsee
Weiler Leibersberg
Leibersberg 1



© W. Eckert u. G. Miller

Im Rahmen des „KLIMAFRÜHLING Oberland“ besichtigen wir die Dorfheizung im Weiler Leibersberg/Riegsee, der durch eine Hackschnitzelheizung mit Fernwärmenetz nachhaltig und klimafreundlich beheizt wird. Dabei geht es um die Vorstellung eines Wärmekonzepts mit Zukunft.

Referent: Georg Miller, Geschäftsführer der Bäueralichen Hackschnitzel-Liefergesellschaft, Land-, Forst- und Energiewirt
Anmeldung erbeten.
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Tipps zum Hitzeschutz Kühle Wohnräume auch an heißen Tagen

Di., 02.07.2024
18.00 Uhr
Online via Zoom



© Pixabay

Kühler wohnen – aber wie? Außenrollo? Nachtlüftung? Ventilator oder Klimaanlage? Welche Maßnahmen sind am effizientesten, um an heißen Tagen die Wohnung kühlen zu können? Und was benötigt wie viel Strom?

ACHTUNG: Es besteht eine sehr hohe Nachfrage. Eine schnelle Anmeldung wird dringend empfohlen.

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale Bayern.

Referentinnen: Dipl.-Ing.(FH) Gisela Kienzle, Energieberaterin, und Andrea Kahl, Energiekoordinatorin, Verbraucherzentrale Bayern
Anmeldung erbeten.
Die Teilnahme ist kostenfrei.



Am Kurpark 8
82467 Garmisch-Partenkirchen

www.grasegger.de

/

IHR HAUS FÜR TRADITION UND GEGENWART

Klimawandel und Schöpfungsverantwortung vor Ort Wanderung zwischen Ettal und Ettaler Mühle

Sa., 06.07.2024
10.00 – ca. 13.00 Uhr
Ettal
*Wartehäuschen der
RVO-Bushaltestelle
„Klostergasthof“*

Ungebremster Ressourcenverbrauch und Klimaschwankungen werden fallweise als maßgeblich für ein Scheitern und den Untergang regionaler menschlicher Gesellschaften in allen Zeitaltern diskutiert. Mit dem jetzt global wirksam werdenden Klimawandel stellt sich eine enorme Herausforderung für alle menschlichen Kulturen gleichermaßen. Wir wollen auf einer Wanderung von ca. 6 km zwischen Ettal und Ettaler Mühle anhand von Beispielen aus unserer kleinen Welt vor Ort Zusammenhänge zwischen Landschaft und ihrer nachhaltigen Bewirtschaftung im Kontext von Klimawandel und Schöpfungsverantwortung ansprechen.

Referent: Martin A. Kleiner, Dipl.-Biologe und
Landschaftsökologe
Anmeldung erbeten.
Die Teilnahme ist kostenfrei,
Spende willkommen.



© M. Kleiner

Schöpfungsverantwortung in der Landwirtschaft Hofführung auf dem Warbichlhof in Oberammergau

Di., 09.07.2024
18.30 Uhr
Oberammergau
Warbichlhof
Warbergstraße 28



© Fam. Fend

Der Warbichlhof, seit 2003 ein Öko-Betrieb, bezeichnet sich im eigenen Betriebskonzept als „Biodiversitätshof“. Seit einigen Jahren produziert der Hof nichts mehr für den Weltmarkt, sondern nur noch für die Direkt- und Regionalvermarktung. Neben der Zucht seltener Tierrassen wie dem Murnau-Werdenfelser Rind mit Hörnern und braunen Bergschafen spielt die Mahd von Steilhang- und Streuwiesen eine wichtige Rolle und trägt wesentlich zum Erhalt von biologischer Vielfalt bei. Die Familie Fend bewirtschaftet 45 ha Grünland, davon werden 30 ha FFH-Flächen mit dem Motormäher mit einem Doppelmesserbalken sehr insektenschonend gemäht. An die Tiere wird keine Silage verfüttert. Ziele der kommenden Jahre sind eine mobile Schlachtung für noch mehr Tierwohl und ein Hofladen.

Referenten: Klement und Leonhard Fend,
Betriebsinhaber
Anmeldung erbeten.
Die Teilnahme ist kostenfrei,
Spende willkommen.

Kooperationsveranstaltungen mit dem Naturpark Ammergauer Alpen



Der Naturpark Ammergauer Alpen e.V. will gemeinsam mit motivierten, freiwilligen Helfern einen Beitrag zum Erhalt der vielfältigen Kultur- und Naturlandschaft des Naturparks Ammergauer Alpen leisten.

Zugleich lernen die Teilnehmenden dabei Hintergründe über die Natur, die Tier- und Pflanzenwelt und ihren Schutz vor Ort kennen.

Ranger-Führungen

31.03.2024	Zwischen Moorleichen und Giftschlangen
07.04.2023	Hunde im Naturschutzgebiet
21.04.2024	Wilde Kräuterwanderung
05.05.2024	Das geheime Leben des Bergwaldes
26.05.2024	Wildbienenführung
02.06.2024	Botanische Wanderung im NSG Pulvermoos
16.06.2024	Kräuterwanderung gewürzt mit zahlreichen Anekdoten



30.06.2024	Botanische Wanderung Ettaler Weidmoos
14.07.2024	Im Reich der Auer- und Birkhühner
28.07.2024	Hunde im Naturschutzgebiet
04.08.2024	Ammer – der letzte Wildfluss
11.08.2024	Almenrausch am Hörnle
18.08.2024	Landwirtschaft und Naturschutz
25.08.2024	Lebensader Ammer
01.09.2024	Naturjuwel Ammerschlucht
Mitmach-Aktionen sowie weitere Informationen zu Ort, Zeit usw. finden Sie auf der Homepage des Naturparks: www.naturpark-ammergauer-alpen.de/naturpark-erleben. Anmeldung direkt bei Rangerin Deniz Göcen (dg@ammergauer-alpen.de) oder unter Tel. 08822 922 74 67.	

Gesunder Körper – Gesunde Seele



Forum Gesundheit & Fitness für Körper & Geist



Karin Christmann

Kursleitung: Karin Christmann,
Gedächtnistrainerin BVGT, Gesundheits-
pädagogin, Lehrerin für Rückengesundheit,
Bewegung und Körperentspannung.
Infos und Anmeldung bei Karin Christmann
unter Tel. 08841 5713

Gymnastik auf dem Stuhl Ohlstadt und Murnau

ab Mo., 08.01.2024
14.00 – 15.00 Uhr
Ohlstadt
Kath. Pfarrheim
Hagrainstr. 10

UND

ab Mi., 10.01.2024
10.30 – 11.30 Uhr
Murnau
Kath. Pfarrheim,
großer Saal
Mayr-Graz-Weg 1

Die beste Möglichkeit, ein selbstständiges und gesundes Leben bis ins hohe Alter zu führen, ist die Bewegung. Mit diesem ausgewogenen und altersgerechten Bewegungsprogramm werden alle Muskeln von Beinen, Gesäß, Rücken, Bauch, Beckenboden, Schultern und Arme aktiviert und trainiert. Das Trainieren des Gleichgewichts zur Vermeidung von Stürzen und die allgemeine Beweglichkeit werden ebenso berücksichtigt. Jede Stunde schließt mit einer Entspannungsübung ab.

Gebühr für 12 Treffen: € 66,00



Yoga für den Rücken am Vormittag

ab Di., 09.01.2024
9.10 – 10.20 Uhr

UND

für Fortgeschrittene in Präsenz und online

ab Mi., 10.01.2024
8.00 – 9.15 Uhr

Murnau
Kath. Pfarrheim
Mayr-Graz-Weg 1



© Pixels

Yoga hat in der Rückentherapie und im Rücken-training einen festen Platz gefunden. Yoga für den Rücken stärkt die Rumpfmuskulatur, die Dehnungsübungen lockern die häufig verspannten Körperpartien.

Mit Achtsamkeit, gleichmäßig fließenden und mobilisierenden Bewegungsfolgen, arbeiten wir uns durch alle Bereiche des Rückens und des gesamten Körpers. Wir achten auf den Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung, lernen uns selbst zu spüren und die persönlichen Grenzen wahrzunehmen. Gerne dürfen Sie teilnehmen, auch wenn Sie noch keine Erfahrung mit Yoga haben.

Bitte mitbringen: Matte und Decke.
Gebühr für 12 Treffen: 108,00 €





**Sozialdienst
katholischer
Frauen e.V.
SkF
Garmisch-Partenkirchen**



@SkFGarmisch



Ihre Hilfe vor Ort – willkommen und wichtig

Bereits mit einem geringen Mitgliedsbeitrag oder einer Spende können Sie Menschen und Projekte **in der Region** unterstützen. Die Angebote des SkF sind für Betroffene kostenlos und darum hilft jede Spende. Wir vom SkF sagen herzlich **Vergelt's Gott!**

Spendenkonto

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.
Garmisch-Partenkirchen
Kreissparkasse GAP
IBAN: DE72 7035 0000 0000 0296 29

Spende, Mitgliedschaft und Kontakt: Telefonisch und auch online möglich!

Telefon: 08821 - 96 67 20

www.skf-garmisch.de

Mitten im Leben. In unseren Arbeitsbereichen.



Beratung in besonderen Lebenslagen



Flüchtlings- und Integrationsberatung



Hilfe für psychisch Kranke & Menschen mit Behinderung



Angebote für Eltern & Kinder



Katholische Schwangerschaftsberatung



Hilfen bei häuslicher Gewalt

Aktiv und beweglich mit 60+

*ab Di., 09.01.2024
10.30 – 11.30 Uhr
Murnau
Kath. Pfarrheim
Mayr-Graz-Weg 1*

Dieses Programm arbeitet den ganzen Körper von Kopf bis Fuß durch, um körperliche Dysbalancen vorzubeugen. Wir trainieren nach dem Pilates-Prinzip, d.h. mit Konzentration auf die Körpermitte. Das sensibilisiert das Körpergefühl und stärkt die Tiefenmuskulatur im Rücken, Gesäß, Bauch und Beckenboden. Jede Stunde schließt mit einer Entspannungsübung ab. Ein ausgewogenes Training, das fordert, aber nicht überfordert und den Wiedereinstieg in ein aktiv-gesundes Leben erleichtert.

*Bitte mitbringen: Matte und Decke.
Gebühr für 12 Treffen: € 66,00*

Gedächtnistraining für die nachberufliche Phase

*ab Di., 09.01.2024
14.30 – 16.00 Uhr
Murnau
Kath. Pfarrheim,
Konferenzraum
Mayr-Graz-Weg 1*

In jeder Lebensphase ist es wichtig, die geistige Fitness aufrechtzuerhalten, denn: wer rastet, der rostet! In diesem Kurs können Sie etwas dafür tun, Ihre Merkfähigkeit, Aufmerksamkeit und Konzentration zu verbessern und somit Namen und Dinge des Alltags behalten zu können. Spezielle Yogaübungen unterstützen uns, diszipliniert aber fröhlich miteinander zu arbeiten.

Gebühr für 12 Termine: € 96,00

Yoga – aus der Bewegung in die Stille

ab Do., 25.01.2024
19.30 – 21.00 Uhr
Eschenlohe
Saidabei-Raum
in der Grundschule
Murnauer Str. 13

UND

ab Di., 30.01.2024
18.30 – 20.00 Uhr
Ohlstadt
Pfarrsaal
Hagrainstr. 10

Die Yogahaltungen bewirken die Beweglichkeit der Gelenke und deren Durchblutung. Die Muskeln werden aufgebaut, der Rücken gestärkt, Körper und Geist bleiben flexibel. Die Atemübungen wecken die Lebensenergie, steigern die Konzentration und bringen den Geist zur Ruhe. Das Entspannen vor und nach den Übungen gibt Körper und Geist Gelegenheit, die Auswirkungen der Haltungen positiv zu erfahren. Tiefenentspannung und Meditation bauen Stress ab und führen zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit. Die Lebensfreude wird geweckt.

Leitung und Anmeldung:
Rosa-Maria Frombeck (BDY/EMP) mit
Weiterbildung in Fachdidaktik, Tel. 08841 7181
Gebühr für 12 Treffen: € 108,00

Flow Yoga in Oberau

ab Mo., 29.01.2024
10.00 – 11.15 Uhr
Oberau
Kath. Pfarrheim
Kirchweg 4



© iStock.com - Xesai

Ein Ziel des Yoga ist das zur Ruhe kommen des Geistes. Dies gelingt durch einen Wechsel aus kräftigenden, mobilisierenden und entspannenden Übungen. Die Kombination aus Körperhaltungen, Atemübungen und Entspannung fördert Flexibilität und verhilft zu einem besseren Bewusstsein für den eigenen Körper. Basierend auf dem klassischen Hatha-Yoga. Der Kurs ist für Anfänger und Geübte gleichermaßen geeignet.

Bitte mitbringen: eigene Matte, Decke, Kissen und Getränk.

Leitung: Regina Niggemann,
Dipl. Sportökonomin und Yogalehrerin
Anmeldung beim Kreisbildungswerk.
Gebühr für 15 Treffen: € 150,00

Ankommen



Geniessen

Kaffee, Kuchen
& Kurse

MURNAUER KAFFEEHAUS

AM MÖSL 4 · 82418 MURNAU · ☎ 08841.4895035



Heilsames Singen ...

Frühjahrstermine

Mi., 07.02.2024
19.30 – 21.30 Uhr
Weitere Termine:
21.02.2024
06.03.2024
20.03.2024
17.04.2024

Sommertermine

Mi., 15.05.2024
19.30 – 21.30 Uhr
Weitere Termine:
29.05.2024
12.06.2024
26.06.2024
10.07.2024
24.07.2024

Murnau
Pfarrsaal
St. Nikolaus
Mayr-Graz-Weg 1



© G. Wanger

... macht Freude! Jeder Mensch ist in der Lage zu singen, dazu sind weder Notenkenntnisse noch musikalische Vorkenntnisse erforderlich. Im Vordergrund steht die Freude an der eigenen Stimme, am gemeinsamen Klang, am Miteinander-Sein. 'Heilsames Singen' ist eine Mischung aus Singen, Bewegung und Tanz, aus Tönen und Lauschen, aus Singen und sich – besingen – lassen ... Wir singen Lieder und Mantras aus aller Welt, sowie heilsame Kraft- und Rituallieder, die das Leben und die Seele besingen. Alle Lieder werden auf einfache Weise ohne Noten erlernt und laden ein zum spontanen Mitsingen. Jede Stimme ist, so wie sie ist, herzlich willkommen – die Singbegeisterten, die vorsichtigen SängerInnen und alle, die von sich glauben, gar nicht singen zu können!

Leitung: Gabriele Wanger, zert. Singleleiterin für Heilsames Singen

Anmeldung per E-mail an:
gabrielewanger@t-online.de
Tel. 08846 9218920

Gebühr für 5 Abende (Frühjahrsblock): € 60,00

Gebühr für 6 Abende (Sommerblock): € 72,00

Einzelabend: € 15,00

Bezahlung vor Ort bei Kursbeginn.

Mit QiGong den (Arbeits)Tag ausklingen lassen Onlinekurs für Anfänger und Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Mo., 19.02.2024
17.30 Uhr
Online via Zoom

Termine Folgekurs:

Mo, 08.04.2024
Mo, 15.04.2024
Mo, 22.04.2024
Mo, 29.04.2024
Mo, 06.05.2024
Mo, 13.05.2024



© Pixels allma-vilthrenko

Diese Stunden am späten Nachmittag sollen uns die Möglichkeit geben, Körper, Geist und Seele zu erfrischen. Mit Atemregulierungen versuchen wir An- und Verspannungen zu lösen, die sich ggf. im Tagesverlauf gebildet haben. Durch harmonische Körperübungen wird das Qi bewegt, Blockaden gelöst und die Leitbahnen durchlässig gemacht. Die achtsame Durchführung der Bewegungen reduziert Zerstreuung und lässt uns wieder zu unserer Mitte kommen. Die Übungen können auch sitzend durchgeführt werden.

Voraussetzung: zuverlässiges Internet und ein Endgerät (z.B. PC, Laptop, Smartphone, etc.). Der Teilnahme-Link wird kurz vor Kursbeginn per E-Mail zugeschickt.

Referentin: Marion Fritzsche, zert. QiGong- und Yogalehrerin

Gebühr: € 54,00

Anmeldung bis 14.02.2024 beim Kreisbildungswerk telefonisch oder online

Rückenfit-Kurs in Schwaigen Bewusster zum gesunden Rücken

ab Di., 20.02.2024
17.45 – 18.45 Uhr
Schwaigen
Mehrzweckhalle
Schwaigen/
Grafenachau
Stroblhofweg 8

Nach einem lockeren Aufwärmprogramm werden Bauch- und Rückenmuskulatur gekräftigt. Balanceübungen stärken die Tiefenmuskulatur und Mobilisierungsübungen machen die Wirbelsäule geschmeidig. Durch abschließendes Dehnen stellt sich Wohlfühl und Entspannung ein.

Bitte mitbringen: saubere Hallenturnschuhe, Matte, Handtuch, Getränk.

Kursleitung: Regina Niggemann,
Dipl. Sportökonomin und Yogalehrerin

Anmeldung beim Kreisbildungswerk.
Gebühr für 10 Termine: € 90,00



Feldenkrais – Präsenzkurs Bewusstheit durch Bewegung®

ab Di., 20.02.2024
18.30 – 20.00 Uhr
**Garmisch-
Partenkirchen**
Caritas-Zentrum,
Dachgeschoss
Dompfaffstr. 1

Zahlreiche Aufgaben unseres Alltags erledigen wir mit so viel Kraft und Anstrengung, dass es uns erschöpft. Wie bringen wir Leichtigkeit in unser Handeln und bleiben zugleich ausdauernd und konzentriert? Mit der Feldenkrais-Methode gehen wir einen möglichen Weg. Die mit Aufmerksamkeit ausgeführten Bewegungen lassen uns spüren und erleben und helfen uns, überflüssige Anstrengungen loszulassen und uns als Mensch zu erfahren.

Bitte mitbringen: eigene Körper- und Kopfunterlage.

Leitung: Sr. Margit Bauschke OP und
Martina Tietz, lizenzierte Feldenkrais-
lehrerinnen

Anmeldung beim Kreisbildungswerk.
Gebühr für 10 Treffen: € 115,00

Die Rhythmen des Lebens annehmen Für Frauen in der Lebensmitte

Di., 20.02.2024
19.00 – 20.30 Uhr
Weitere Termine:
27.02.2024
05.03.2024
12.03.2024
19.03.2024
**Garmisch-
Partenkirchen**
Praxis für
Kinesiologie
Ludwigstr. 55



© Christa Grau

Unter diesem Motto sind Frauen in der Lebensmitte ganz herzlich eingeladen, sich mit den physischen und psychischen Veränderungen, die die Wechseljahre mit sich bringen, auseinanderzusetzen.

Als ob es nicht schon reichen würde, dass die Hormone verrückt spielen, auch das Leben stellt uns in dieser Zeit vor große Herausforderungen. Die Kinder gehen aus dem Haus, man muss sich in der Partnerschaft neu finden, fragt sich, wie man im Beruf weiter machen will, oder man ist schon mit der Pflegebedürftigkeit der eigenen Eltern konfrontiert. Die gute Nachricht ist: wir sind dem nicht hilflos ausgeliefert, sondern können aktiv werden, um wieder mehr Ausgeglichenheit und Wohlbefinden zu erlangen. Die Abende sind eine Mischung aus Bewegung, Entspannung und gezielten Übungen, die das Hormonsystem stabilisieren und aufgestaute Energien wieder zum Fließen bringen.

Kursleitung: Christa Grau, Kinesiologische
Entspannungstrainerin
Anmeldung beim Kreisbildungswerk.
Gebühr für 5 Termine: € 60,00

Entgiften und Entschlacken – den Körper reinigen Vortrag

Di., 20.02.2024
19.30 Uhr
Mittenwald
Kath. Pfarrsaal
Matthias-Klotz-
Straße 4



© Pixabay

Leber, Haut, Niere, Darm und Lunge sind lebenswichtige Organe und verdienen ab und an ein „Wellnessprogramm“. Dafür benötigt man keine teuren Luxusartikel, oft eignen sich einfache Hausmittel zur Reinigung und Entgiftung des Körpers, beispielsweise Ölziehen, Fußbäder etc. Nach den theoretischen Informationen schreiten Sie dann selbst zur Tat und bereiten unter Anleitung den sogenannten „Meisterreiniger“ zu. Was Sie dafür brauchen und wie die Mischung wirkt, erfahren Sie an diesem Abend. Den hergestellten Reiniger können Sie dann mit nach Hause nehmen und daheim Gutes für Ihren Körper tun.

Referent: Oliver Schumann, Heilpraktiker
Anmeldung beim Kreisbildungswerk.
Gebühr Kurs: € 10,00 (zzgl. Materialgebühr
inkl. Skript: € 5,00 – bitte in bar mitbringen)

Entspannt und gelassen bei mir zuhause (online) Christlicher Körper- und Achtsamkeitskurs

Mi., 21.02.2024
19.30 - 20.30 Uhr
Weitere Termine:
28.02.2024
06.03.2024
13.03.2024
Online via Zoom



© Garsky/Planforferneice

Zur Ruhe kommen... Nichts leisten müssen...
Mich für einige Zeit um mich kümmern...
Achtsam sein, heißt: Fokussiert sein auf den gegenwärtigen Moment. Viele Menschen sehnen sich nach diesem Leben im Hier und Jetzt, nach Durchatmen und Zur-Ruhe-Kommen. Dazu werden im Kurs einfache, alltagstaugliche Körper- und Achtsamkeitsübungen im Stehen, Sitzen und Liegen vermittelt. Inhaltliche Impulse thematisieren, wie das christliche Menschenbild zu einem achtsamen Lebensstil und einem hilfreichen Umgang mit dem eigenen Körper einlädt.

Bitte bereithalten: Stuhl, Matte, Kissen, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken.

Voraussetzung: Internet sowie ein Endgerät (PC, Laptop, Smartphone, etc.).

Der Zugangs-Link für zoom wird den Teilnehmenden kurz vor Kursbeginn per E-Mail zugeschickt.

Referentin: Catrin Walz, Entspannungspädagogin und Anleiterin für christliche Meditation

Anmeldung beim Kreisbildungswerk.

Gebühr für 4 Termine: € 36,00

Vinyasa-Yoga



© J. Rhomberg

Im Zentrum stehen atemsynchrone Übungsfolgen, wie z.B. Variationen des Sonnengrußes, die fließend und dynamisch ineinander übergehen. Die Asanas fördern die Beweglichkeit und Ausdauer, stärken unsere Muskulatur und führen zu mehr Ausgeglichenheit. Zu Beginn der Stunde führen uns Atemübungen und kleine Meditationseinheiten dazu, im Hier und Jetzt anzukommen. Je weiter wir im Yoga vorankommen, desto mehr spüren wir die Einheit von Körper, Geist und Seele. Den Abschluss einer jeden Yogastunde bildet die Endentspannung, in der wir uns dem puren Sein hingeben dürfen.

Bitte mitbringen: Decke, kleines Kissen, Yogamatte, Getränk.

Kursleitung: Judith Rhomberg, zert. Yogalehrerin

Anmeldung beim Kreisbildungswerk.

Die folgenden Yoga-Kurse werden bezuschusst: Für eine Bezuschussung durch die Krankenkasse muss an 8 von 10 aufeinanderfolgenden Kurseinheiten (mind. 80 %) teilgenommen werden.

Yoga für Einsteiger

ab Mo., 26.02.2024 **Gebühr für 10 Termine: € 120,00**
18.00 – 19.15 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Caritas-Zentrum
(Dachgeschoss)
Dompfaffstraße 1

Yoga für Bewegungsfreudige

ab Mo., 26.02.2024 **Gebühr für 10 Termine: € 120,00**
19.30 – 20.45 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Caritas-Zentrum
(Dachgeschoss)
Dompfaffstraße 1

Yoga für Anfänger und Quereinsteiger

ab Do., 29.02.2024 **Gebühr für 10 Termine: € 120,00**
19.00 – 20.15 Uhr
Murnau
Raum wird noch
bekanntgegeben

Wirbelsäulengymnastik mit Rückenschule

ab Mi., 06.03.2024
9.00 – 10.00 Uhr
Bad Bayeroien
Physiopraxis
Moosanger
Ludwigstr. 21

Durch gezieltes Training aller Muskelgruppen, auch der tiefen Rückenmuskeln, wird die Wirbelsäule stabilisiert und mobilisiert und somit Rückenschmerzen vorgebeugt. Nach einem spielerischem Ausdauertraining und Koordinationsübungen erfolgt ein Kräftigungsteil, teilweise mit Kleingeräten oder Zirkeltraining, sowie speziellen Elementen der Rückenschule und abschließender Entspannung.

Kursleitung: Beate Stückl-Piendl, Sport- und
Gymnastiklehrerin

Anmeldung beim Kreisbildungswerk.

Gebühr für 6 Termine: € 60,00

mit
für
einander



Werdenfeller Werkstätten

Werkstattladen • Industrielle Fertigung • Wäscherei • Schreinerei • Weberei

Werkstattladen für Sie geöffnet:

MO bis DO: 8 - 12 und 13 - 16 Uhr

FREITAG: 8 - 11:30 und 12:30 - 15:30 Uhr

Tel: 08821 943094-0 | Fax: 08821 943094-40 | E-mail: werkstatt@kje-hilfe.de



Dompfaffstraße 3 | 82467 Garmisch-Partenkirchen | www.kje-hilfe.de

Hormon-Yoga Hormonelle Balance der weiblichen Natur

ab Do., 07.03.2024
19.15 – 20.30 Uhr
**Garmisch-
Partenkirchen**
AOK-
Gesundheitstreff,
Bewegungsraum
Hindenburgstr. 43



Verena Bartelsheim

Hormon-Yoga ist ein natürliches ganzheitliches Übungsprogramm als Anti-Stress-Management zur Wiederherstellung der hormonellen Balance bei Frauen. Es ist hilfreich in den Wechseljahren, beim prämenstruellen Syndrom, unerfülltem Kinderwunsch und verfrühter Menopause. Diese Form von Yoga entspricht dem klassischen Hatha-Yoga in Verbindung mit Atemtechniken, tibetischer Energielenkung und Stimulation durch Akkupressurpunkte. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Um mögliche Kontraindikationen auszuschließen, wird nach der Anmeldung ein Gesundheitsfragebogen verschickt.

Bitte mitbringen: eigene Kopf- und Körperunterlage

Kursleitung: Verena Bartelsheim,
zert. Yogalehrerin

Anmeldung beim Kreisbildungswerk.

Gebühr für 6 Termine: 66,00 €

Der Himmel in Dir! Meditative Tänze berühren Leib und Seele himmelsnah!

Mi., 20.03.2024
14.30 – 15.30 Uhr
**Garmisch-
Partenkirchen**
Pfarrheim St. Martin
Burgstr. 17

Weitere Termine:

Mi., 10.04.2024
14.30 – 15.30 Uhr
Burgain
Pfarrheim
Kirchweg 1

Mi., 08.05.2024
14.30 – 15.30 Uhr
Ort wird noch
bekanntgegeben

Sich neu erfahren im Tanz und in der Bewegung im Sitzen oder im Kreis, je nach Vermögen und Können, sich neu erspüren durch die Impulse von Musik, Liedern, Gesang und Text. Wenn wir uns zur Musik bewegen, dann bietet diese Bewegung Raum dafür, positive Lebensenergie zu tanken und die eigene Spiritualität neu zu entdecken. Das Sich-bewegen in der Gruppe ist ein besonderer Schatz. Es lädt uns ein zu tieferer Selbstwahrnehmung und der Erfahrung des verbunden Seins. Sie wählen im Seminar die Art der Bewegung und des Mitschwingens, die für Sie möglich ist.

Eine Veranstaltung der Seniorenpastoral
im Dekanat Werdenfels in Kooperation mit
dem KBW GAP.

Leitung: Pfarrer Peter Hagsbacher
Anmeldung beim Kreisbildungswerk oder
bei Pfarrer Peter Hagsbacher
(Seniorenpastoral-GAP@eomuc.de).
Die Teilnahme ist kostenfrei.



© P. Hagsbacher

„Vergesst mir die Seele nicht!“

Do., 21.03.2024
19.00 Uhr

**Garmisch-
Partenkirchen**
Caritas-Zentrum,
Dachgeschoß
Dompfaffstr. 1

Seelisches Wohlbefinden war schon für Sebastian Kneipp die Basis für ein gesundes Leben und ist auch heute noch eine zentrale Säule seiner 5 Elemente-Lehre. Dieser Vortrag beleuchtet verschiedene Erkenntnisse aus der empirischen Glücksforschung und Positiven Psychologie und wie seelisches Wohlbefinden in der heutigen Zeit trotz all ihrer Herausforderungen gefunden werden kann bzw. welche vermeintlichen Glückswege sich oft als Glücksfallen herausstellen.

Referentin: Frau Angela Pfeiffer, zert. Coach für Hochsensibilität (Aurum Cordis) und Gesundheitspädagogin (Sebastian Kneipp Akademie).

Anmeldung erbeten.

Gebühr: € 5,00



© pixabay

Chronisch müde und erschöpft Sind Frühjahrsmüdigkeit, Sommersiesta und Herbstblues normal?!

Mi., 03.04.2024
19.30 Uhr

Mittenwald
Kath. Pfarrsaal
Matthias-Klotz-
Straße 4

Humorvoll und kurzweilig machen wir uns auf die Suche nach den körperlichen und emotionalen Ursachen. Schauen uns an, was der Darm dabei für eine Rolle spielt. Wir mixen einen Fitmacher und besprechen Wege zu mehr Lebensfreude und Energie.

Bitte mitbringen: Kleines Glas mit Schraubverschluß, Küchentuch, Löffel
Referent: Oliver Schumann, Heilpraktiker
Anmeldung erbeten.

Gebühr: € 10,00 (zzgl. Materialgebühr inkl. Skript € 5,00 – bitte in bar mitbringen)



© Pixels

ZEN-Meditation – Der Weg in die Stille

Grundkurs an 5 Abenden: Einführung und Weiterleitung

Mo., 08.04.2024
18.30 – 20.00 Uhr
Weitere Termine:

15.04.2024
22.04.2024
29.04.2024
06.05.2024

Murnau
Kath. Pfarrheim
Mayr-Graz-Weg 1



Meditation öffnet einen Weg zur Selbstbesinnung und Vertiefung des eigenen christlichen Glaubens und durch Achtsamkeit und Mitgefühl für sich und andere da zu sein. In der Meditation finden wir mehr Klarheit über unser Leben, die Ruhe hilft, Stress abzubauen. Der Weg zum inneren Frieden ist zugleich ein Weg nach Außen zur neuen Lebensfreude.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, Socken. Bänkchen und Kissen stehen zur Verfügung.

Leitung: Cora Heide, Mediationslehrerin

Anmeldung beim Kreisbildungswerk.

Gebühr für 5 Treffen: € 30,00



Selbsthilfe zeigt Wege auf

Sprechen
Sie uns an

Selbsthilfegruppen sind wichtige Anlaufstellen, insbesondere für chronisch Kranke und ihre Angehörigen. Wir unterstützen die Selbsthilfe.

Infos unter der Telefonnummer 089 12345-6789

Gesundheit nehmen wir persönlich.
AOK Bayern. Die Gesundheitskasse.

Meditatives Tanzen im Jahreskreis

*Mi., 17.04.2024
18.00 Uhr
Tanzabend
in der Osterzeit
Garmisch
Evangelisches
Gemeindehaus,
Saal 2
Hindenburgstr. 39*

Weitere Termine:

*Mi., 15.05.2024
Tanzabend im Mai*

*Mi., 19.06.2024
Tanzabend zum
Sommeranfang*

*Mi., 17.07.2024
Sommerfülle*



© Dr. M. Echter

Beim gemeinsamen Tanzen im Kreis um eine Mitte erleben wir in der Gemeinschaft Freude an Musik und Bewegung, Besinnung und Entspannung und gehen gestärkt zurück in den Alltag. Bitte leichte saubere Schuhe und eventuell etwas zum Trinken mitbringen.

In Kooperation mit der Evang.-Luth. Kirchengemeinde Garmisch-Partenkirchen

Referentin: Dr. Mechthild Echter, Leiterin für Meditativen Tanz

Anmeldung und weitere Infos:
bei der Referentin unter mhm.echter@web.de
oder telefonisch unter 0175 1614785

Gebühr: € 10,00

Essen und Trinken nach der inneren Uhr Ein Vortrag für Schönheit und Wohlbefinden

*Do., 25.04.2024
18.30 Uhr
Ort wird noch
bekanntgegeben*

Wie, wann sowie die Reihenfolge und Kombination der Speisen und mit wem ich esse, wirkt sich auf die Bekömmlichkeit meiner Speisen aus. Schon eine kleine Änderung beim Ess- und Trinkverhalten kann das Wohlbefinden und die Gesundheit steigern und Magen-Darm-Beschwerden lindern.

Referentin: Heidi Ehrhardt, Dipl.Oecotrophologin/Fastenleiterin UGB

Anmeldung beim Kreisbildungswerk.

Gebühr: € 8,00



Ihr Ergonomie-Fachgeschäft
für **bewegtes Arbeiten**
und **gesundes Schlafen**

Bahnhofstraße 21, 82467 Garmisch-Partenkirchen
Tel 08821 591 09 Mail info@kathan-ergonomie.de

● www.kathan-ergonomie.de

„Zu-Frieden“ – mit dem erfahrbaren Atem 2-Tages Seminar zum Innehalten und Wohlfühlen

Sa., 08.06.2024
09.30 – ca. 17.00 Uhr
(inkl. Kaffee, Kuchen
und Mittagessen)
So., 09.06.2024
09.30 – ca. 13 Uhr
(inkl. Kaffee und
Kuchen)
Bad Kohlgrub
Haus Sebalbus,
Wintergarten
Mühlstraße 1



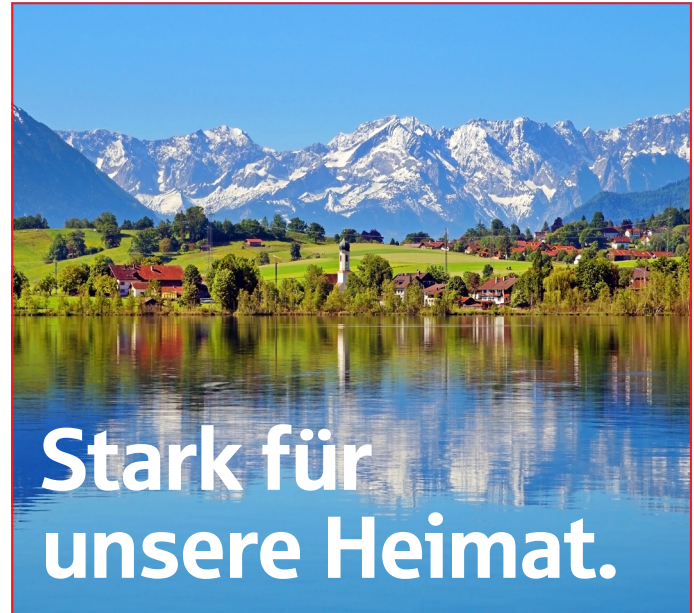
© Pexels

Um zufrieden zu sein, braucht es oft gar nicht so viel. Mit Atemübungen nach Professor Mindendorff kommen wir zur Ruhe und ins Gleichgewicht. Alle Übungen sind einfach auszuführen, meist im Sitzen, manchmal im Stehen oder Liegen. Mit achtsamen Bewegungen und Tönen sprechen wir unsere Atemräume an. Über den Körper empfinden wir den lebendigen Atem und dies öffnet neue Räume: Wir können uns vertrauensvoll tragen lassen, manch seelische Last kann sich verwandeln. Vom Atem beschwingt, beschenkt und mit Freude erfüllt, kehren wir in den Alltag zurück.

Bitte mitbringen: Socken oder Hausschuhe. Körperunterlagen sind vorhanden, können jedoch auch mitgebracht werden.

Kursleitung: Susanne Rössler und Tanja Galvan Estacio, Atemtherapeutinnen
Verbindliche Anmeldung bis spätestens 17.05.2024 beim Kreisbildungswerk (Stornierungen ab diesem Datum müssen leider voll in Rechnung gestellt werden).

Gebühr für 2 Tage: € 160,00
(zzgl. Getränke und Verpflegung: € 18,00 – Abrechnung direkt vor Ort)
Informationen zu Übernachtungen können gerne angefragt werden.



Stark für unsere Heimat.

**Ob persönlich in unseren
Filialen oder in der digitalen
Welt - wir sind überall dort,
wo Sie uns brauchen.**

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Oberland**

Die Spuren der Geschichte und die Bedeutung der Zeit



Bildungsreihe Kultur – Geschichte – Heimat

Diese Bildungsreihe umfasst insgesamt sechs Vorträge und zwei Exkursionen, die vorab einmalig zu begleichen sind. Für jedes Halbjahr werden besondere Themen und Orte ausgewählt, in denen Geschichte und Geschichten unserer Region für Sie erfahrbar werden. Es gibt keine Zulassungsvoraussetzungen, jede/jeder kann daran teilnehmen und mithören, allein Ihr Bildungsinteresse sowie Freude am Austausch mit Gleichgesinnten ist ausschlaggebend.

**Veranstaltungsort
für alle Vorträge**
(wenn nicht anders
angegeben):

Seehausen
Kath. Pfarrsaal
Seestr. 1



Jan-Peter Tölkes

Projektleitung: *Jac-Peter Tölkes, lebt seit fast 20 Jahren in Murnau und ist dort u.a. zert. Gästeführer.*

Anmeldung (einmalig für die gesamte Bildungsreihe): Kath. Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen, 08821 58501

Gebühr für die gesamte Bildungsreihe (8 Termine): € 115,00

Weitere Informationen zur Bildungsreihe stehen im Internet und erhalten Sie nach erfolgter Anmeldung.



Vortrag: Heimat Bayern: Der Landesverein für Heimatpflege

Di., 06.02.2024
9.30 Uhr

Referent: *Dr. Rudolf Neumaier, Historiker*

Vortrag: Lovis Corinth, als Mensch und Künstler

Di., 05.03.2024
9.30 Uhr

Referentin: *Gabriele Macher*

Exkursion: Die NATO-Schule Oberammergau

Fr., 15.03.2024
14.00 Uhr

Treffpunkt: *Nato Schule Oberammergau,
Am Rainenbichl 54*

Referent: *Jac-Peter Tölkes*

Vortrag: Grainauer Maler und Maler Grainaues

Di., 19.03.2024
9.30 Uhr

Referent: *Dr. Wolfgang Ollendorf*

Vortrag: Neuschwanstein und Hohenschwangau: Vorgängerburgen und Burgenrezeption

Di., 09.04.2024
9.30 Uhr

Referent: *Dr. phil. Joachim Zeune*



Vortrag: Flora und Fauna bei uns umher

Di., 23.04.2024
9.30 Uhr

Referent: Dr.Ing. Heinfried Barton

Vortrag: Die Organisation der Olympischen Spiele 1972 in München

Di., 07.05.2024
9.30 Uhr

Referentin: Irmtraud Karlitschek

Exkursion: Suffragetten, Amazonen und Göttinnen – Frauenbewegung, Frauenbilder und Frauenrollen vor 100 Jahren

Di., 11.06.2024
10.00 Uhr

Treffpunkt. Königsplatz vor der Antikensammlung, München

Referent: Georg Reichlmayr

Die Römer in Bayern

500 Jahre römische Präsenz im oberbayerischen Alpenvorland

Mo., 18.03.2024
20.00 Uhr

Mittenwald
Kolpingheim
Ecke Malerweg /
Kolpingweg



Karl Wilhelm

Die alten Römer gründeten vor etwa 2000 Jahren die Reichsprovinz „Raetia et Vindelicia“, zu der das oberbayerische Alpenvorland und nicht zuletzt das Werdenfelser Land gehörten. Die Römer residierten u.a. in Kempten, Augsburg und Regensburg. Ihre Straßen führen uns heute noch durch das Land zwischen Alpen und Donau. Wir kennen Funktion und Standorte ihrer Bauten und Einrichtungen. Mit ihrer Sprache, Technik und Kultur gestalten sie bis zum heutigen Tag unser Leben in einer Weise, die man kaum überschätzen kann. Der Referent gibt einen Überblick über 500 Jahre römischer Präsenz im südlichen Bayern. Zahlreiche Bilder zeigen das Wesen und die vielfältigen Spuren dieser bemerkenswerten Epoche der Geschichte unserer Heimat.

In Kooperation mit der Kolpingfamilie Mittenwald und der VHS Garmisch-Partenkirchen.

Referent: Karl Wilhelm, OStR i.R. f. Latein, Englisch, Ethik

Die Teilnahme ist kostenfrei und ohne Anmeldung möglich, Spende willkommen.

„Latein in aller Munde“ – Sprechen wir wie die Alten Römer? Erforschen Sie mit dem Referenten das Latein in der Sprache unserer Zeit!

Do., 11.04.2024
19.00 Uhr
**Garmisch-
Partenkirchen**
Evang. Gemeinde-
saal
Hindenburgstr. 39



© K. Wilhelm

Latein sei eine tote Sprache, heißt es. Tatsächlich sind die Alten Römer längst ausgestorben. Ihre Sprache hat jedoch überlebt und erfreut sich guter Gesundheit.

Denn sie lebt fort in den romanischen Sprachen wie Spanisch und Italienisch und hat großen Anteil am englischen Wortschatz. Auch in der deutschen Sprache gibt es nicht wenige lateinische Vokabeln, wie z. B. „gratis“ und „quasi“. Dazu kommen die überaus zahlreichen lateinischen Fremdwörter, ganz abgesehen von den Lehnwörtern, die schon unsere bajuwarischen Vorfahren von den Römern übernommen haben, wie „Haxn“ und „Radi“. Produktnamen aller Art und sogar das neudeutsche Sprachgemisch des „Denglischen“ haben oftmals lateinische Wurzeln. Sprechen wir also immer noch ein bisschen wie die alten Römer?

In Kooperation mit der Evang.-Luth. Kirchengemeinde Garmisch-Partenkirchen und der VHS Garmisch-Partenkirchen.

Referent: Karl Wilhelm, OStR i.R.

Gebühr: € 5,00

Entdecken Sie artenreiche Natur- und Kulturlandschaften auf uralten Wegen



Pilgern schärft die Sinne, hebt den Blick für das Unscheinbare im Alltag und öffnet die Ohren für die leisen Töne des Lebens. Der Landkreis Garmisch-Partenkirchen ist eine Schatzkiste der biologischen Vielfalt, die sich entlang uralter Wege entdecken lässt. Vier Pilgerwege laden dazu ein, aufzubrechen in diese artenreichen Natur- und Kulturlandschaften.

Bereichert mit geistlichen Impulsen

Schritt für Schritt bleiben Pilgerinnen und Pilger hier dem Leben auf der Spur und lernen kennen, wovon sie und ihr Leben getragen sind. Die vielfältige Natur ist dabei nicht nur abwechslungsreiches Fotomotiv, sondern sorgt für ein funktionierendes Ökosystem. Sie trägt darüber hinaus auch zur Gesundheit bei und ist Quelle lebendiger Spiritualität. Dieser Pilgerführer gibt Einblicke in die reichhaltige Flora und Fauna und ist doch mehr. Er versorgt Pilgernde mit »geistlichem Proviant« und hilft ihnen, sich mit Leib und Seele auf den Weg zu machen.



224 Seiten

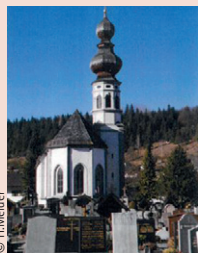
Euro 19,00

ISBN: 978-3-96238-221-6

im Buchhandel
erhältlich

Kirchenführung St. Nikolaus, Mittenwald Gotik und Barock vereint

So., 14.04.2024
14.00 Uhr
Mittenwald
Kirche St. Nikolaus
Untermarkt



Die Kirche stand zur Zeit ihrer Erbauung am Ortsrand des Geigenbauortes, nahe der Floßlände an der Isar und wurde dem Schutzpatron der Flößer, dem heiligen Nikolaus von Myra geweiht. Die Führung bietet ein näheres Kennenlernen dieses Sakralbaus, der manchmal ein wenig im Schatten steht und bis in das Mittelalter zurückweist.

Führung: Herbert Meider, Diplom-Religionspädagoge, Kirchenführer mit Zertifikat.
Anmeldung erwünscht.
Gebühr: € 5,00

„Musica coelestis – himmlische Musik“? Grundlegende Gedanken zu Geistlicher Musik

Mi., 24.04.2024
19.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Richard-Strauss-Institut
Schnitzschulstr. 19

In Kooperation mit Richard-Strauss-Institut Garmisch-Partenkirchen.
Referent: Dr. Dominik Šedivý, Musikwissenschaftler, Leiter des Richard-Strauss-Instituts Garmisch-Partenkirchen
Anmeldung erwünscht.
Die Veranstaltung ist kostenfrei, Spende willkommen.

Geistliche Musik

Heimatkundliche Sonntags-Fahrten mit Henny Schübel

Themenkreis „Alpgeister, Römer und Ritter“

Die Exkursions-Fahrten mit Henny Schübel finden in Zusammenarbeit mit der Evang.-Lutherischen Kirchengemeinde Garmisch-Partenkirchen statt.

Alle Fahrten werden mit einem Bus vom Reisebüro Ferienglück (Tel. 08825 / 599), das Reiseveranstalter ist, durchgeführt. Die Fahrtkosten werden unter den Teilnehmenden aufgeteilt. Treffpunkt zur Abfahrt jeder Exkursion ist der Rathausplatz Garmisch-Partenkirchen.



Kontakt für weitere Infos und Fragen:
Henny Schübel, Tel. 0151 551 455 74
Anmeldung beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.

Eichstätt, Dom und Altstadt

28.04.2024
9.00 Uhr

Fahrt ins Ur-Donautal, Altmühltal, bayrische Missions-Geschichte

Chiemgau 3. Teil

29.05.2024
9.00 Uhr

Fahrt über Bedaïum, durchs Alz-Tal, mit Besuch der Kirche in Rabenden

Magische Steinkreise

23.06.2024
8.00 Uhr

Mittsommerrfahrt zur Steinkreis-Anlage am Bürserberg über Arlberg nach Bludenz, Mittagessen auf der Tschengla

Karthäuser und Benediktiner

21.07.2024
8.00 Uhr

Kloster Buxheim und nachmittags Orgelkonzert in Ottobeuren

Heil-Kraut und Klosterwissen

18.08.2024
8.00 Uhr

Fahrt ins West-Allgäu entlang am Immenstädter Alpsee nach Oberstaufen, Nachmittag Besuch des Kräuter-Garten „Artemisia“ in Stiefenhofen.

Drachen-Ort und Ritter-Burgen

15.09.2024
9.00 Uhr

Nach Brannenburg zum Wendelstein, Auf- fahrt mit der Zahnradbahn, mit Gelegenheit Besichtigung der Wendelstein-Höhle und der Gipfel-Kapelle

Die Schulen für Holz und Gestaltung des Bezirks Oberbayern Kultur vor Ort

Mo., 13.05.2024
18.30 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Schulen für Holz und Gestaltung des Bezirks Oberbayern
Hauptstr. 70

Die Schulen für Holz und Gestaltung des Bezirks Oberbayern – im Volksmund schlicht „Schnitzschule“ genannt – sind eine weit über Bayern hinaus bekannte Bildungseinrichtung für das Schreiner- und Holzbildhauerhandwerk mit einer 150-jährigen Tradition. Derzeit bietet die Einrichtung insgesamt rund 150 Aus- und Weiterbildungsplätze in vier Schulzweigen und ein umfangreiches Kursangebot in der Krippenbauschule an. Die bauliche und technische Ausstattung sowie ein engagiertes Kollegium sorgen für eine Ausbildung auf höchstem Niveau. Derzeit ist u. a. ein Erweiterungsbau geplant, der künftig ein Kompetenzzentrum für digitale Holzbearbeitung beherbergen soll.

Eine Veranstaltungsreihe in Kooperation mit der VHS GAP und ehrenamtlicher Initiative, unterstützt vom Markt Garmisch-Partenkirchen.

Referent: Jörg Stigge, stellv. Schulleiter

Anmeldung erbeten

Die Teilnahme ist kostenfrei.



© SGH

„Die Zukunft war früher auch besser!“ Literarisch-schauspielerische Schlaglichter auf „Bayerische Originale“

So., 09.06.2024
16.00 Uhr
**Garmisch-
Partenkirchen**
*Raum wird noch
bekanntgegeben*



Gedankenakrobatik (Karl Valentin), Sozialkritik (Ludwig Thoma) und Spott (Weiß Ferdl) bietet unsere Veranstaltung „Bayerische Originale“ und versucht damit, manch einseitiges „Weiß-Blau-Klischee“ in den Hintergrund zu drängen. Zwischen Darbietungen literarischer und schauspielerischer Kostproben erklingen zur Erholung bayerische Weisen.

Interpretation: Herbert Meider, Buch-Autor
und Rezitator
Anmeldung erwünscht.
Gebühr: € 5,00



**JEDER
BRAUCHT
MAL HILFE**


TelefonSeelsorge®

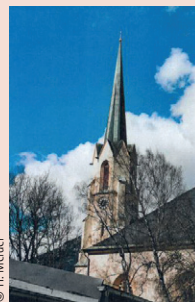
0800-1110111
0800-1110222

www.telefonseelsorge.de

(Kunst-)historischer Rundgang durch Partenkirchen „Phoenix aus der Asche“

So., 07.07.2024
14.00 Uhr
**Garmisch-
Partenkirchen**
Treffpunkt:
*Kirche St. Sebastian
Ludwigstr. /
Ecke Münchner Str.*

Wie sich das bis in die Römerzeit zurückreichende historische Partenkirchen nach dem großen Brand von 1865 zu einem stattlichen Markt entwickelte, vermittelt unser Rundgang, bei dem Geschichte, Kunst und Autobiographisches beleuchtet werden und ein besonderes Augenmerk auf den einheimischen Künstler Professor Josef Wackerle gerichtet wird.



Referent: Herbert Meider, Diplom-Religions-
pädagoge, Kirchenführer mit Zertifikat.
Anmeldung erwünscht.
Gebühr: € 5,00



Wir suchen Sie!

Schaffen Sie Orte der Begegnung!

Setzen Sie Impulse!

- *Sie sind kreativ, haben Ideen und knüpfen gerne Kontakte?*
- *Sie brennen für ein Herzensthema und wünschen sich, das an die Menschen heranzubringen?*

Werden Sie ehrenamtliche/r Bildungsbeauftragte/r!

<https://www.bildungsbeauftragte.de/>



Mehr Informationen erhalten Sie beim Kreisbildungswerk oder in Ihrer Pfarrei

Bad Kohlgrub

Pfarramt Bad Kohlgrub: 08845 703040

Bildungsbeauftragte: Barbara Fischer

2-Tages Seminar: „Zu-Frieden“ – mit dem erfahrbaren Atem

Sa., 08.06.2024 – So., 09.06.2024 65

Bad Bayersoien

Pfarramt: 08845 703040

Wirbelsäulengymnastik mit Rückenschule

ab Mi., 06.03.2024, immer 9.00 – 10.00 Uhr 60

Burgain

Pfarramt: 08821 4480

Oasentag: „... dass heute Dinge mich finden, die Leben verheißen“ (Sabine Naegeli)

Sa., 02.03.2024, 9.30 Uhr 6

Literarisch-schauspielerische Schlaglichter auf „Bayerische Originale“

So., 09.06.2024, 16.00 Uhr 72

Eschenlohe

Pfarramt: 08824 1784

Bildungsbeauftragte: Barbara Schnitzenbaumer, Eva Pichler

Yoga – aus der Bewegung in die Stille

ab Do., 25.01.2024, immer 19.30 – 21.00 Uhr 55

Überblick der Angebote in den Pfarreien

Ettal

Pfarramt: 08822 746205

Bildungsbeauftragte: Elisabeth Komm

Ettaler Klostersgespräch

Sa., 20.04.2024, 15.30 Uhr 9

Klimawandel und Schöpfungsverantwortung vor Ort

Sa., 06.07.2024, 10.00 Uhr 50

Farchant

Pfarramt: 08821 6245

Bildungsbeauftragte: Christine Emmerdt

Geschicklichkeitstraining an der Carrera-Rennbahn

Fr., 16.02.2024, 14.30 – 16.30 Uhr 16

Boah – schau einmal!

So., 28.04.2024, 11.00 – 14.30 Uhr 42

Garmisch

Pfarramt: 08821 9439140

Bewegen & Segen – Ein Angebot für alle, die gerne unterwegs sind

ab Mi., 10.01.2024, immer 14.00 – 16.00 Uhr 31

„Bilder meiner Seele!“

Fr., 16.02.2024, 15.00 Uhr 5

Sicher im Umgang mit Smartphone und Internet

ab Mo., 19.02.2024, immer 9.00 – 11.30 Uhr 17

Feldenkrais-Kurs

ab Di., 20.02.2024, immer 18.30 – 20.00 Uhr 57

Filme, Plausch & Wein: Monatliche Filmvorführung im Begegnungszentrum Lenzheim

ab Fr., 23.02.2024, immer 17.00 – 20.00 Uhr 20

Digitales Gesundheitssystem

Do., 14.03.2024, 16.30 Uhr 22

Der Himmel in Dir!

Mi., 20.03.2024, 14.30 – 15.30 Uhr 61

Themenreihe Glaubensfragen: Was lässt mich zweifeln?

Mi., 20.03.2024, 19.00 Uhr 7

„Latein in aller Munde“ – Sprechen wir wie die Alten Römer?

Do., 11.04.2024, 19.00 Uhr 69

Meditatives Tanzen im Jahreskreis

ab Mi., 17.04.2024, immer 18.00 Uhr 64

Essen und Trinken nach der inneren Uhr

Do., 25.04.2024, 18.30 Uhr 64

„Mein Alter, meine Lebensstationen!“

Do., 27.06.2024, 15.00 Uhr 25

Bewegen & Segen & YOGA

Mi., 10.07.2024, 14.00 Uhr 31

Spirituellel Bergtag: Wetterstein, Stuiben Vom Verlieren und Wiederfinden

Do., 25.07.2024, 8.15 Uhr 33

Ja wo samma denn?

Mo., 12.08.2024, 14.30 - ca. 17.30 Uhr 13

Grainau

Pfarramt: 08821 8805

Bildungsbeauftragter: Bernhard HeiB (Kolpingfamilie)

Die Wunderwelt der Bienen

Sa., 11.05.2024, 9.30 Uhr 43

Mittenwald

Pfarramt: 08823 92290

Entgiften und Entschlacken

Di., 20.02.2024, 19.30 Uhr 58

Fit in Erster Hilfe am Kind

Mo., 11.03.2024, 18.00 Uhr 40

Die Römer in Bayern: 500 Jahre römische Präsenz im oberbayerischen Alpenvorland

Mo., 18.03.2024, 19.00 Uhr 68

Chronisch müde und erschöpft: Sind Frühjahrsmüdigkeit, Sommersiesta und Herbstblues normal?!

Mi., 03.04.2024, 19.30 Uhr 62

Kirchenführung St. Nikolaus

So., 14.04.2024, 14.00 Uhr 70

Murnau

Pfarramt: 08841 1326

*Bildungsbeauftragte: Bathasar Brandhofer, Monika Sepp,
Johannes Unterstein*

Yoga für den Rücken am Vormittag

ab Di., 09.01.2024, immer 9.10 - 10.20 Uhr 53

Aktiv und beweglich mit 60+

ab Di., 09.01.2024, immer 10.30 - 11.30 Uhr 54

Gedächtnistraining für die nachberufliche Phase

ab Di., 09.01.2024, immer 14.30 - 16.00 Uhr 54

Yoga für den Rücken am Vormittag - Fortgeschrittene

ab Mi., 10.01.2024, immer 8.00 - 9.15 Uhr 53

Gymnastik auf dem Stuhl

ab Mi., 10.01.2024, immer 10.30 - 11.30 Uhr 53

Heilsames Singen

Mi., 07.02.2024, 19.30 - 21.30 Uhr 56

Rücken fit: Bewusster zum gesunden Rücken

ab Di., 20.02.2024, immer 17.45 - 18.45 Uhr 57

Sicher im Umgang mit Smartphone und Internet

ab Mo., 19.02.2024, immer 14.00 - 16.00 Uhr 17

ab Fr., 23.02.2024, 14.00 - 16.30 Uhr 17

Überblick der Angebote in den Pfarreien

Chancen und Gefahren von Künstlicher Intelligenz (KI)

Mi., 21.02.2024, 19.00 Uhr 19

Yogakurs für Anfänger, Ein- und Aufsteiger

ab Do., 29.02.2024, 19.00 - 20.15 Uhr 60

Kindererziehung und Achtsamkeit – passt das zusammen?

Do., 29.02.2024, 19.00 Uhr 38

Nett war gestern – Wie geht achtsam und was brauchen Kinder und Erwachsene heute?

Fr., 01.03.2024, 9.00 Uhr 39

Die Familie Hanfstaengl, Hitler und Uffing

Mo., 04.03.2024, 19.00 Uhr 21

Vorsicht Trickbetrug!

Fr., 15.03.2024, 16.00 Uhr 23

Gut gewickelt mit Stoff

Di., 19.03.2024, 10.00 Uhr 41

ZEN-Meditation – Der Weg in die Stille

ab Mo., 08.04.2024, 18.30 - 20.00 Uhr 63

Hl. Edith Stein – zukünftige Kirchenlehrerin?

Fr., 12.04.2024, 19.00 Uhr 8

Amsel, Drossel, Fink und Star – Frühling im Murnauer Moos

Mo., 15.04.2024, 7.00 Uhr 48

„Ich bin die Königin des Friedens“ –

Die Ereignisse von Medjugorje

Di., 23.04.2024, 20.00 Uhr 9

Unterm Dach der Kirche: Spirituelle Kirchenspeicherführung

Fr., 26.04.2024, 20.00 Uhr 10

Querköpfe sind überlebenswichtig:

Warum ich Heiligenbiograph geworden bin

Mo., 06.05.2024, 20.00 Uhr 11

Heilsames Singen

ab Mi., 15.05.2024, immer 19.30 - 21.30 Uhr 56

Sanfte Verführung im Alltag –

Esoterik und New Age unter der Lupe

Fr., 12.07.2024, 20.00 Uhr 12

Oberammergau

Pfarramt: 08822 92290

Bildungsbeauftragte: Monika Schöber und Elke Stanek

Ladies Night

Fr., 08.03.2024, 19.30 Uhr 22

Nahtoderfahrungen – was in ihnen wahrgenommen wird und wie sie unser Leben verändern

Fr., 15.03.2024, 19.00 Uhr 6

Schöpfungsverantwortung in der Landwirtschaft:

Hofführung auf dem Warbichlhof in Oberammergau

Di., 09.07.2024, 18.30 Uhr 50

Wanderung auf den Laber, Ammergauer Alpen

Mo., 19.08.2024, 16.30 Uhr 33

Oberau

Pfarramt: 08824 553

Bildungsbeauftragte: Peter Bitzl und Günter Meck

Flow Yoga in Oberau

ab Mo., 29.01.2024, immer 10.00 - 11.15 Uhr 55

Ein Kraut für alle Fälle

Mi., 24.04.2024, 14.00 Uhr 42

Ohlstadt

Pfarramt: 08841 4880611

Gymnastik auf dem Stuhl

ab Mo., 08.01.2024, immer 14.00 - 15.00 Uhr 53

Yoga – aus der Bewegung in die Stille

ab Di., 30.01.2024, 18.30 - 20.00 Uhr 55

Vorösterliche Wanderung in Ohlstadt

Sa., 30.03.2024, 14.00 Uhr 47

Partenkirchen

Pfarramt: 08821 9670080

Bildungsbeauftragter: Dr. Rolf Morhart

Die Rhythmen des Lebens annehmen

ab Di., 20.02.2024, immer 19.00 - 20.30 Uhr 58

Ausbildung Alltags- und Demenzbegleitung

ab Fr., 23.02.2024 20

Yoga für Einsteiger

ab Mo., 26.02.2024, immer 18.00 - 19.15 Uhr 60

Yoga für Bewegungsfreudige

ab Mo., 26.02.2024, 19.30 - 20.45 Uhr 60

Hormon-Yoga

ab Do., 07.03.2024, immer 19.15 - 20.30 Uhr 61

Hasenwerkstatt

Mi., 13.03.2024, 15.00 Uhr 40

Taff mit Tablets: Vorteile kennenlernen – Kompetenz entwickeln

ab Do., 21.03.2024, immer 10.00 - 11.30 Uhr 23

ab Fr., 22.03.2024, immer 16.30 - 17.00 Uhr 24

„Vergesst mir die Seele nicht!“

Do., 21.03.2024, 19.00 Uhr 62

Wir gehen den Kreuzweg von Partenkirchen nach St. Anton

Di., 26.03.2024, 19.00 Uhr 8

Überblick der Angebote in den Pfarreien

Themenreihe Glaubensfragen: Was gibt mir Zuversicht?

Do., 18.04.2024, 19.00 Uhr 7

Kultur vor Ort – Einblicke in die Staatliche Vogelschutzwarte

Mo., 22.04.2024, 18.30 Uhr 48

Reihe „Geistliche Musik“:

Musica coelestis – himmlische Musik?

Mi., 24.04.2024, 19.00 Uhr 70

Heimatkundliche Sonntags-Fahrten mit Henny Schübel

ab So., 28.04.2024, immer 9.00 Uhr 70

Kultur vor Ort – Die Schulen für Holz und Gestaltung des Bezirks Oberbayern

Mo., 13.05.2024, 18.30 Uhr 71

Nahtoderfahrungen: Was in ihnen wahrgenommen wird und wie sie unser Leben verändern

Mo., 13.05.2024, 20.00 Uhr 6

Ja wo samma denn?

Mo., 17.06.2024, 14.30 – ca. 17.30 Uhr 11

... der Sommer, der ist da!

Fr., 28.06.2024, 15.00 Uhr 44

(Kunst-) historischer Rundgang durch Partenkirchen

So., 07.07.2024, 14.00 Uhr 72

Peiting

Pfarramt: 08861 930910

Bildungsbeauftragte: Margit Kees

„Bilder meiner Seele!“

Do., 15.02.2024, 15.00 Uhr 5

Rottenbuch

Pfarramt: 08867 1008

Kirchenführung mit Vorführung der Freywis-Orgel

Sa., 29.06.2024, 15.00 Uhr 12

Seehausen/Uffing

Pfarramt: 08841 1304 (Seehausen), 08846 488 (Uffing)

Bildungsbeauftragte: Sophie v. Bechtolsheim, Dr. Joachim Güntzer,
Bettina Manz, Dr. Beate Thannheimer, Dr. Markus Zehetbauer

Digital-Treff – Digitale Beratung für Seniorinnen und Senioren

ab Mi., 24.01.2024, 10.00 Uhr 15

Start der Bildungsreihe Kultur – Geschichte – Heimat

ab Di., 06.02.2024, 6 Vorträge und 2 Exkursionen 67

Uffing Singt!

ab Do., 08.02.2024, immer 19.00 – 21.00 Uhr 15

Das geheime Netzwerk des Lebens in unseren Böden

Mo., 19.02.2024, 19.30 Uhr 46

Überblick der Angebote in den Pfarreien

Sehnsucht nach Ferne

Do., 07.03.2024, 20.00 Uhr 21

Soziale Landwirtschaft: Die Idee und deren Chancen

Mo., 18.03.2024, 20.00 Uhr 47

Teresa von Ávila – die erste Kirchenlehrerin

Do., 02.05.2024, 20.00 Uhr 10

Unterammergau

Pfarramt: Tel. 08822 3590

Pilgern auf dem Benediktweg

von Unterammergau zum Kloster Ettal

Sa., 22.06.2024, 8.30 Uhr 30

Alle Termine im Überblick

Januar 2024			
08.01.	Gymnastik auf dem Stuhl – Kursbeginn <i>mit Karin Christmann</i>	Ohlstadt	53
09.01.	Yoga für den Rücken am Vormittag Kursbeginn <i>mit Karin Christmann</i>	Murnau	53
09.01.	Aktiv und beweglich mit 60+ Kursbeginn <i>mit Karin Christmann</i>	Murnau	54
09.01.	Gedächtnistraining für die nachberufliche Phase – Kursbeginn <i>mit Karin Christmann</i>	Murnau	54
10.01.	Yoga für den Rücken am Vormittag – Kursbeginn für Fortgeschrittene <i>mit Karin Christmann</i>	Murnau	53
10.01.	Gymnastik auf dem Stuhl – Kursbeginn <i>mit Karin Christmann</i>	Murnau	53
10.01.	Bewegen & Segen – Start der Reihe <i>mit Pfarrerin Uli Wilhelm</i>	GAP	34
24.01.	Digital-Treff – Digitale Beratung für Seniorinnen und Senioren <i>Rupert Raßhofer</i>	Uffing	15
25.01.	Yoga – aus der Bewegung in die Stille Kursbeginn <i>mit Rosmarie Frombeck</i>	Eschenlohe	55
29.01.	Flow Yoga in Oberau – Kursbeginn <i>mit Regina Niggemann</i>	Oberau	55
30.01.	Skitouren Spirituell <i>mit Philipp Ross</i>	Penzberg	32
30.01.	Yoga – aus der Bewegung in die Stille Kursbeginn <i>mit Rosa-Maria Frombeck</i>	Ohlstadt	55

Alle Termine im Überblick

Februar 2024								
01.02.	Vergebung – Die befreiende Kraft des Neuanfangs KBW digital	Online	5	20.02.	Entgiften und Entschlacken <i>mit Oliver Schumann</i>	Mittenwald	58	
06.02.	Start der Bildungsreihe Kultur – Geschichte – Heimat <i>mit Jac-Peter Tölkes</i>	Seehausen	67	21.02.	Chancen und Gefahren von Künstlicher Intelligenz (KI) <i>mit Prof. Dr. Kerstin Schlögl-Flierl</i>	Murnau	19	
07.02.	Heilsames Singen <i>mit Gabriele Wanger</i>	Murnau	56	21.02.	Entspannt und gelassen – bei mir zuhause – Kursbeginn <i>mit Catrin Walz</i>	Online	59	
08.02.	Uffing Singt! <i>mit Gabriele Wanger</i>	Uffing	15	23.02.	Ausbildung zur Alltags- und Demenzbegleitung	GAP	20	
08.02.	Mädchen stärken – New Moms for Rebel Girls KBW digital	Online	16	23.02.	Start der Abende „Filme, Plausch & Wein“ <i>mit Steffi Meng</i>	GAP	20	
15.02.	„Bilder meiner Seele!“ <i>mit Pfarrer Peter Hagsbacher</i>	Peiting	5	23.02.	Kursbeginn: Sicher im Umgang mit Smartphone und Internet	Mittenwald	17	
16.02.	Geschicklichkeitstraining an der Carrera-Rennbahn <i>mit Christian Straub</i>	Farchant	16	26.02.	Yoga für Einsteiger – Kursbeginn <i>mit Judith Rhomberg</i>	GAP	60	
16.02.	„Bilder meiner Seele!“ <i>mit Pfarrer Peter Hagsbacher</i>	GAP	5	26.02.	Yoga für Bewegungsfreudige – Kursbeginn <i>mit Judith Rhomberg</i>	GAP	60	
19.02.	Kursbeginn: Sicher im Umgang mit Smartphone und Internet	GAP	17	29.02.	Yogakurs für Anfänger, Ein- und Aufsteiger – Kursbeginn <i>mit Judith Rhomberg</i>	Murnau	60	
19.02.	QiGong <i>mit Marion Fritzsche</i>	Online	56	29.02.	Kindererziehung und Achtsamkeit – passt das zusammen? <i>mit Steve Heitzer</i>	Murnau	38	
19.02.	Das geheime Netzwerk des Lebens in unseren Böden <i>mit Bernadette Wimmer</i>	Uffing	46	März 2024				
20.02.	Rücken fit – Kursbeginn <i>mit Regina Niggemann</i>	Schwaigen	57	01.03.	Nett war gestern – Wie geht achtsam und was brauchen Kinder und Erwachsene heute? <i>mit Steve Heitzer</i>	Murnau	38	
20.02.	Feldenkrais – Kursbeginn <i>mit Sr. Margit Bauschke OP</i>	GAP	57					
20.02.	Die Rhythmen des Lebens annehmen <i>mit Christa Grau</i>	GAP	58					

Alle Termine im Überblick

02.03.	Oasentag „... dass heute Dinge mich finden, die Leben verheißen“ (Sabine Naegeli) <i>mit Dr. E. Thérèse Winter</i>	Burgrain	6	20.03.	Der Himmel in Dir! <i>mit Pfarrer Peter Hagsbacher</i>	GAP	61
04.03.	Die Familie Hanfstaengl, Hitler und Uffing <i>mit Gabriele Dinsenhacher</i>	Murnau	21	20.03.	Themenreihe Glaubensfragen: Was lässt mich zweifeln? <i>mit Martin Dubberke und Margareta Michalczyk</i>	GAP	7
06.03.	Wirbelsäulengymnastik mit Rückenschule – Kursbeginn <i>mit Beate Stückl-Piendl</i>	Bad Bayersoien	60	21.03.	Taff mit Tablets – Kursbeginn <i>mit Christian Untergasser</i>	GAP	23
07.03.	E-Mobilität – elektrisiert in die Zukunft? <i>mit Daniel Eisel und Christina Auburger</i>	Online	46	21.03.	„Vergesst mir die Seele nicht!“ <i>mit Angela Pfeiffer</i>	GAP	62
07.03.	Hormon-Yoga – Kursbeginn <i>mit Verena Bartelsheim</i>	GAP	61	22.03.	Taff mit Tablets – Kursbeginn <i>mit Christian Straub und Günter Künzel</i>	GAP	24
07.03.	Sehnsucht nach Ferne <i>mit Dr. Carmen Rohrbach</i>	Uffing	21	26.03.	Wir gehen den Kreuzweg von Partenkirchen nach St. Anton <i>mit Eva Höfler</i>	GAP	8
08.03.	Ladies Night	Oberammergau	22	30.03.	Vorösterliche Wanderung in Ohlstadt <i>mit Benedikt Faas und Benjamin Schwarz</i>	Ohlstadt	47
11.03.	Fit in Erster Hilfe am Kind <i>mit Birgit Tichatschke</i>	Mittenwald	40		April 2024		
13.03.	Hasenwerkstatt <i>mit Regina Kaufmann</i>	GAP	40	03.04.	Chronisch müde und erschöpft <i>mit Oliver Schumann</i>	Mittenwald	62
14.03.	Digitales Gesundheitssystem <i>mit Daniela Alves Pereira</i>	GAP	22	08.04.	ZEN-Meditation: Der Weg in die Stille – Kursbeginn <i>mit Cora Heide</i>	Murnau	63
15.03.	Vorsicht Trickbetrug! <i>mit Martin Sponsel</i>	Murnau	23	09.04.	KESS erziehen – Weniger Stress – mehr Freude (Kursbeginn) <i>mit Dieter Güntner</i>	Online	41
15.03.	Nahtoderfahrungen <i>mit Regina Maria Stellner</i>	Oberammergau	6	11.04.	„Latein in aller Munde“ – Sprechen wir wie die Alten Römer? <i>mit Karl Wilhelm</i>	GAP	69
18.03.	Die Römer in Bayern <i>mit Karl Wilhelm</i>	Mittenwald	68	12.04.	Hl. Edith Stein – zukünftige Kirchenlehrerin? <i>mit Dr. Beate Beckmann-Zöller</i>	Murnau	8
18.03.	Soziale Landwirtschaft: Die Idee und deren Chancen <i>mit Doris Kettner</i>	Uffing	47				
19.03.	Gut gewickelt mit Stoff <i>mit Julia Storch</i>	Murnau	41				

Alle Termine im Überblick

14.04.	Kirchenführung St. Nikolaus <i>mit Herbert Meider</i>	Mittenwald	70	Mai 2024		
15.04.	Amsel, Drossel, Fink und Star – Frühling im Murnauer Moos <i>mit Tim Korschefsky</i>	Murnau	48	02.05.	Uffing Singt! <i>mit Gabriele Wanger</i>	Uffing 15
17.04.	Meditatives Tanzen im Jahreskreis <i>mit Dr. Mechthild Echlter</i>	GAP	64	02.05.	Teresa von Ávila – die erste Kirchenlehrerin <i>mit P. Dr. Ulrich Dobhan OCD</i>	Uffing 10
20.04.	Ettaler Klostergespräch <i>mit Abt Barnabas Bögle OSB</i>	Ettal	9	04.05.	Pilgertag für Trauernde <i>mit Alexandra Bauer und Uli Wilhelm</i>	Krün 29
22.04.	Kultur vor Ort – Einblicke in die Staatliche Vogelschutzwarte <i>mit Bernd-Ulrich Rudolph</i>	GAP	48	06.05.	Querköpfe sind überlebenswichtig <i>mit Christian Feldmann</i>	Murnau 11
23.04.	„Ich bin die Königin des Friedens“ – Die Ereignisse von Medjugorje <i>mit Hubert Liebherr</i>	Murnau	9	11.05.	Die Wunderwelt der Bienen <i>mit Angelika Bäck</i>	Grainau 43
24.04.	Ein Kraut für alle Fälle <i>mit Judith Fischer</i>	Oberau	42	13.05.	Kultur vor Ort – Die Schulen für Holz und Gestaltung des Bezirks Oberbayern <i>mit Jörg Stigge</i>	GAP 71
24.04.	Reihe „Geistliche Musik“: Musica coelestis – himmlische Musik? <i>mit Dr. Dominik Sedivy</i>	GAP	70	13.05.	Nahtoderfahrungen <i>mit Regina Maria Stellner</i>	GAP 6
25.04.	Essen und Trinken nach der inneren Uhr <i>mit Heidi Ehrhardt</i>	GAP	64	15.05.	Meditatives Tanzen im Jahreskreis <i>mit Dr. Mechthild Echlter</i>	GAP 64
26.04.	Ziemlich beste Freunde – wie wir unseren Hunden etwas Gutes tun können <i>mit Caroline Sperling</i>	Online	24	15.05.	Heilsames Singen <i>mit Gabriele Wanger</i>	Murnau 56
26.04.	Unterm Dach der Kirche – Kirchenführung <i>mit Rita und Peter Schäfer</i>	Murnau	10	23.05.	Pilgern auf dem Tiroler Lechweg I (4-tägig, Do bis So) <i>mit Gabriele Hoss-Reinhard und Theresia Bereczuk</i>	Füssen 29
27.04.	Nachhaltiges Wärmekonzept im ländlichen Raum <i>mit Georg Miller</i>	Riegsee	49	Juni 2024		
28.04.	Boah – schau einmal! <i>mit Florian Hammerl</i>	Farchant	42	08.06.	„Zu-Frieden“ – mit dem erfahrbaren Atem <i>mit Susanne Rössler und Tanja Galvan Estacio</i>	Bad Kohlgrub 65
30.04.	Bergsteigen Spirituell <i>mit Philipp Ross</i>	Penzberg	32	09.06.	Literarisch-schauspielerische Schlaglichter auf „Bayerische Originale“ <i>mit Herbert Meider</i>	GAP 72

Alle Termine im Überblick

17.06.	Ja wo samma denn? <i>mit Florian Hammerl</i>	GAP	11	12.07.	Esoterik und New Age unter der Lupe <i>mit Markus Michael Riccabona</i>	Murnau	12
19.06.	Meditatives Tanzen im Jahreskreis <i>mit Dr. Mechthild Echlter</i>	GAP	64	13.07.	Bergspiritualität im Friedergries <i>mit Florian Hammerl und Philipp Ross</i>	Griesen	32
22.06.	Pilgern auf dem Benediktsweg von Unterammergau zum Kloster Ettal <i>mit Dr. Mechthild Echlter und Benjamin Schwarz</i>	Unterammergau	30	17.07.	Meditatives Tanzen im Jahreskreis <i>mit Dr. Mechthild Echlter</i>	GAP	64
27.06.	„Mein Alter, meine Lebensstationen!“ <i>mit Pfarrer Peter Hagsbacher</i>	GAP	25	25.07.	Spirituelle Bergtag: Wetterstein, Stuibn <i>mit Christine Sontheim und Uli Wilhelm</i>	GAP	33
28.06.	... der Sommer, der ist da! <i>mit Regina Kaufmann</i>	GAP	44	August 2024			
29.06.	Kirchenführung mit Vorführung der Freywis-Orgel <i>mit Florian Löffler</i>	Rottenbuch	12	12.08.	Ja wo samma denn? <i>mit Florian Hammerl und Martin Schnyder</i>	GAP	13
Juli 2024				19.08.	Wanderung auf den Laber, Ammergauer Alpen <i>mit Hans-Georg Frühschütz</i>	Oberammergau	33
02.07.	Wanderung auf dem Innsbrucker Zirbenweg <i>mit Uli Wilhelm und Benjamin Schwarz</i>	Tulfes	30	24.08.	Pilgern auf dem Tiroler Lechweg II (6-tägig, Sa bis Do) <i>mit Gabriele Hoss-Reinhard und Theresia Bereczuk</i>	Häselgehr	31
02.07.	Tipps zum Hitzeschutz – Kühle Wohnräume auch an heißen Tagen <i>mit Gisela Kienzle und Andrea Kahl</i>	Online	49	September 2024			
06.07.	Klimawandel und Schöpfungsverantwortung vor Ort <i>mit Martin A. Kleiner</i>	Ettal	50	18.09.	Heilsames Singen <i>mit Gabriele Wanger</i>	Murnau	56
07.07.	(Kunst-) historischer Rundgang durch Partenkirchen <i>mit Herbert Meider</i>	GAP	72	19.09.	Uffing Singt! <i>mit Gabriele Wanger</i>	Uffing	15
09.07.	Schöpfungsverantwortung in der Landwirtschaft <i>mit Leonhard Fend und Klement Fend</i>	Oberammergau	50				
10.07.	Bewegen & Segen & YOGA <i>mit Uli Wilhelm und Judith Rhomberg</i>	GAP	31				



Geschäftsstelle

Katholisches Kreisbildungswerk e.V.
Dompfaffstraße 1; 82467 Garmisch-Partenkirchen
Telefon 0 88 21/5 85 01; Telefax 0 88 21/7 47 01
e-Mail: info@kreisbildungswerk-gap.de
Internet: www.kreisbildungswerk-gap.de

Neue Öffnungszeiten

Mo. – Mi. und Fr.: 8.30 – 13.00 Uhr
Do.: 12.00 – 16.00 Uhr

Vorstand

1. Vorsitzende: Christine Sontheim,
82467 Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 9 66 95 17
2. Vorsitzender: Wolfgang Küpper
Kontakt über die Geschäftsstelle

Vereins-Nr. 50165, Registergericht München

Mitglieder im Geschäftsführenden Ausschuss:

- Peter Bitzl, Oberau
- Christine Emmerdt, Farchant
- Klement Fend, Oberammergau
- Pfr. Andreas Lackemeier, Partenkirchen
- Stefanie Maier, Garmisch-Partenkirchen
- Dr. Rolf Morhart, Garmisch-Partenkirchen
- Barbara Schnitzenbaumer, Eschenlohe
- Johannes Unterstein, Murnau
- Martin Utschneider, Oberammergau

Team der Geschäftsstelle:

Geschäftsführer: Benjamin Schwarz
Stellvertretende Geschäftsführerin: Gabriela Ferraro
Pädagogische Referentin und EKP-Programm: Christina Zellinger
Referentin für Theologische Bildung: Margareta Michalczyk
Sekretariat und Verwaltung: Kathrin Furtner
Werbung und Öffentlichkeitsarbeit: Ursula Abele, Regina Wäger
Buchhaltung: Barbara Hutter

**Danke für Ihre Spende –
Sie unterstützen damit wertvolle Bildung
für Menschen in unserer Region!**

Bankverbindung:

Katholisches Kreisbildungswerk e.V.
Sparkasse Oberland
BIC: BYLADEM1WHM
IBAN: DE65 7035 1030 0000 0324 41

Teilnahmebedingungen

Unsere Veranstaltungen stehen allen Interessierten offen. Die Teilnehmergebühren sind jeweils angegeben. Eine Vergünstigung der Gebühr ist möglich – bitte fragen Sie nach: Es soll niemand von unseren Angeboten ausgeschlossen werden.

Anmeldung und Bezahlung

Eine Anmeldung ist nur notwendig, wenn dies angegeben ist. Die Anmeldung kann persönlich in unserer Geschäftsstelle, schriftlich, telefonisch, per E-Mail und über die Homepage www.kreisbildungswerk-gap.de erfolgen. Bitte füllen Sie alle notwendigen Angaben dafür vollständig aus. Die Teilnehmergebühren können Sie per Überweisung auf unser Geschäftskonto, via Lastschrift oder bar in der Geschäftsstelle bezahlen. Anmeldungen für Präsenz- und Onlineveranstaltungen können bis zum Veranstaltungstag bis 13 Uhr entgegengenommen und bearbeitet werden. Die Anmeldung ist verbindlich, nachdem sie in der Geschäftsstelle eingegangen ist. Mit Ihrer verbindlichen Anmeldung wird die ausgeschriebene Kursgebühr fällig. Sie werden benachrichtigt, wenn eine Veranstaltung, zu der Sie sich angemeldet haben, nicht stattfindet.

Rücktritt – Was ist, wenn ich nicht teilnehmen kann?

Für den Rücktritt – schriftlich, persönlich oder telefonisch in der Geschäftsstelle – gilt: Ein Rücktritt/ Widerruf ist bis 14 Tagen vor Beginn der Veranstaltung kostenfrei möglich. Der Widerruf ist in Textform ans Kreisbildungswerk zu richten. Bei einem Rücktritt bis 5 Werktage vor Kursbeginn wird eine Verwaltungsgebühr von 10 Euro erhoben. Bei einem späteren Rücktritt wird die gesamte Gebühr fällig, eine Ersatzperson kann benannt werden. Bei mehrtägigen Veranstaltungen (z.B. Pilgerwanderungen) fallen zusätzlich ggf. die Stornogebühren der Unterkunft an. Im Einzelfall (Erkrankung mit ärztlichem Attest) kann eine (teilweise) Erstattung schriftlich beantragt werden, ein Anspruch besteht jedoch nicht.

Freizeitpass und Ehrenamtskarte

Der Freizeitpass ist gedacht für einkommensschwache Bürgerinnen und Bürger, die ihren Wohnsitz im Landkreis Garmisch-Partenkirchen haben. Wir unterstützen dieses Projekt und gewähren Inhabern des Freizeitpasses 50% Gebührenermäßigung für unser Bildungsangebot. Auch sind wir Akzeptanzstelle für die Ehrenamtskarte. Als Inhaber der Ehrenamtskarte erhalten Sie 50% Rabatt bei den mit Sternen gekennzeichneten Veranstaltungen.



Hochwertige und qualitative Bildung ist uns ein Anliegen

Unsere Bildungseinrichtung ist zertifiziert nach QESPlus.



Datenschutz

Die Teilnehmenden erklären sich mit der Verarbeitung personenbezogener Daten einverstanden, insofern dies für interne Verwaltungs- und Veranstaltungszwecke erforderlich ist. Wir behandeln Ihre Daten im Sinne der EU-DSGVO. Unsere ausführlichen Datenschutzhinweise finden Sie auf Seite 105 sowie auf unserer Internetseite.

Datenschutzrechtliche Informationen nach § 15 KDG – Programmheft, Stand 10.08.2020

Wir danken Ihnen für Ihr Interesse an unserem Programmheft und unseren Angeboten.

Das Kath. Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen nimmt den Schutz von persönlichen Daten sehr ernst und hält sich an die Regeln der Datenschutzgesetze, insbesondere des Gesetzes über den Kirchlichen Datenschutz (KDG). Die nachfolgenden Erläuterungen geben einen Überblick, wie der Datenschutz im Bildungsbetrieb umgesetzt wird:

1. Kontaktdaten des Verantwortlichen

Kath. Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen e.V.

Vorsitzende Christine Sontheim

Dompfaffstraße 1, 82467 Garmisch-Partenkirchen

Telefon: 08821 58501

E-Mailadresse: info@kreisbildungswerk-gap.de

2. Kontaktdaten des Datenschutzbeauftragten

Erzbischöfliches Ordinariat München

AC.2.DS Stabsstelle Datenschutz

Kapellenstr. 4, 80333 München

E-Mailadresse: datenschutz@ordinariat-muenchen.de

3. Allgemeines zur Datenverarbeitung: Die nachfolgende Erklärung gibt einen Überblick darüber, welche Art von personenbezogenen Daten (§ 4 Nr. 1 KDG) der Betroffenen, zu welchem Zweck und auf welcher Rechtsgrundlage im Zusammenhang mit der Durchführung einer Veranstaltung verarbeitet werden und welche Rechte die Betroffenen gegenüber dem Verantwortlichen haben.

4. Datenverarbeitung: Personenbezogene Daten der Betroffenen werden von dem Verantwortlichen ausschließlich zur Durchführung von Veranstaltung verarbeitet. Rechtsgrundlage hierfür ist § 6 Abs. 1 lit. c KDG. Nach Beendigung sowie den hieraus folgenden rechtlichen Verpflichtungen, werden die verarbeiteten personenbezogenen Daten (wie Name, Anschrift, Kontaktdaten etc.) datenschutzgerecht gelöscht, sofern gesetzliche Auf-

bewahrungspflichten nicht eine längere Speicherung erfordern.

5. Weitergabe personenbezogener Daten: Soweit zur Durchführung von Veranstaltung erforderlich, gibt der Verantwortliche personenbezogene Daten in dem jeweils erforderlichen Umfang an Dritte (wie z.B. andere Vertragspartner, usw.) weiter. Dies erfolgt stets unter Beachtung der jeweils geltenden Regelungen über den Datenschutz, insbesondere der Voraussetzungen von § 6 KDG und erforderlichenfalls auf Grundlage einer Vereinbarung über die Verarbeitung personenbezogener Daten im Auftrag nach § 29 KDG.

6. Rechte der Betroffenen nach §§ 17 ff. KDG: Die Betroffenen haben gegenüber dem Verantwortlichen folgende Rechte hinsichtlich der sie betreffenden personenbezogenen Daten:

- Recht auf Auskunft (§ 17 KDG),
- Recht auf Berichtigung (§ 18 KDG) oder Löschung (§ 19 KDG),
- Recht auf Einschränkung der Verarbeitung (§ 20 KDG),
- Recht auf Widerspruch gegen die Verarbeitung (§ 23 KDG) und
- Recht auf Datenübertragbarkeit (§ 22 KDG).

Zur Geltendmachung dieser Rechte steht der Datenschutzbeauftragte des Verantwortlichen zur Verfügung (vgl. Ziffer 2). Die Wahrnehmung dieser Rechte ist grundsätzlich kostenfrei.

Die Betroffenen haben zudem das Recht, sich beim Diözesandatenschutzbeauftragten (Datenschutzaufsicht) über die Verarbeitung ihrer personenbezogenen Daten durch den Auftraggeber zu beschweren.

Die Kontaktdaten des Diözesandatenschutzbeauftragten lauten:
Gemeinsame Datenschutzaufsicht der bayerischen (Erz-) Diözesen
Diözesandatenschutzbeauftragter

Kapellenstr. 4

80333 München

Telefon: 089 2137-1796

E-Mailadresse: JJoachimski@ordinariat-muenchen.de

Weitere Informationen finden Sie auch im Internet unter www.kreisbildungswerk-gap.de

Zuschussgeber

Danke, für Ihre Unterstützung und die gute Zusammenarbeit:



www.erzbistum-muenchen.de



www.keb-bayern.de



www.keb-muenchen.de



Förderung von besonders
innovativen Bildungsprojekten

Des Weiteren finanzieren wir uns durch Mitgliedsbeiträge von Pfarreien, Zuschüssen des Landratsamtes Garmisch-Partenkirchen, Spenden sowie durch Teilnehmergebühren aus unseren Bildungsangeboten.

Weitere Details sind auf unserer Internetseite nachzulesen:
<https://www.kreisbildungswerk-gap.de/ueber-uns/traeger>

Impressum

Herausgeber:

Katholisches Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen e.V.

Auflage dieses Programmheftes: 3500 Expl.

Layout und Gestaltung: elch-design Alexander Schmid, Bad Füssing

Herstellung: dieUmweltDruckerei GmbH



Gedruckt auf 100% Recycling-Papier, Druckfarben auf Basis nachwachsender Rohstoffe, hergestellt mit Strom aus erneuerbaren Energien.



Das nächste Programmheft des Katholischen Kreisbildungswerkes Garmisch-Partenkirchen e.V. erscheint im **September 2024**.



Ihr starker Partner in der Region!

Echt. Bayerisch.

Einzigartig.