Dialog und Begegnung

KBW GAP
Katholisches Kreisbildungswerk
Garmisch-Partenkirchen e.V.

Programm

September 2020 – Januar 2021

Inhaltsverzeichnis

Sinn und Orientierung
Leben in Fülle: Religiöse Erfahrungen
und spirituelle Wege 5–12

Gesellschaft und Leben
Die Chancen und Risiken
in einer modernen Welt 14–21

Pilgern und Bergspiritualität
Aufbrechen, suchen,
neue Wege gehen 22–25

Eltern- und Familienbildung
Unterstützung und Ermutigung
für das Leben als Familie 26–36

Schöpfungsverantwortung
Mit Freude
nachhaltig leben 37–44

Gesundheitsbildung
Gesund-sein, Körper und Seele
und die Kraft in unserer Kultur 45–60

Generation plus
Lebenserfahren und neugierig:
selbst-bestimmt leben 61–67

Heimat- und Kulturgeschichte
Die Spuren der Geschichte
und die Bedeutung der Zeit 68–74

Das Bayrische Aschenputtel
Eine lustige Märchenerzählung mit Musik
Seite 31

Zukunft und Relevanz der Kirche mit und nach Corona
Seite 6

Überblick der Angebote in den Pfarreien 75–82

Alle Termine im Überblick 82–86

Über uns 87–88
Geschäftsbedingungen 89
Kleingedrucktes 90

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

Titelbild: An den Sieben Quellen bei Eschenlohe – © Benjamin Schwarz

Christine Sontheim (rechts), 1. Vorsitzende und Wolfgang Küpper, 2. Vorsitzender

Als im Februar dieses Jahres unser letztes Programmheft erschien, war noch nicht absehbar, welche Ausmaße die Corona-Pandemie einnehmen würde. Wenngleich unser Motto *Dialog & Begegnung* erst durch reale Präsenz vor Ort richtig zum Tragen kommt, waren wir doch froh, dass in der Zeit des „Lock-Downs" einige Online-Kurse laufen und wir somit so manchen unserer Teilnehmenden die Zeit der weitgehenden Isolation etwas erleichtern konnten.
Dankbar sind wir, dass wir seit Mitte Juni wieder einige Präsenzveranstaltungen anbieten können. Unser großes Anliegen ist es, dass unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer auch in Zukunft in einem möglichst sicheren Rahmen unsere Veranstaltungen besuchen können. Um dies weiter bestmöglich zu gewährleisten, bitten wir Sie auch um die Beachtung unseres „Info-ABCs" auf Seite 4!

Mit etwas Verzögerung durch Corona konnte im Juni nun die Wahl eines zweiten Vorsitzenden stattfinden, nachdem Herr Fend dieses Amt letztes Jahr kommissarisch übernahm, bis ein geeigneter Kandidat bzw. eine Kandidatin gefunden ist. Herrn Fend sei an dieser Stelle nochmals herzlich für seine Bereitschaft gedankt.

Es freut uns alle sehr, dass Herr Wolfgang Küpper unser neuer zweiter Vorsitzender geworden ist. Hier nutzt er die Gelegenheit, sich kurz vorzustellen:

Wir sind Akzeptanzstelle für die Ehrenamtskarte.

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

Ich stamme aus Eschweiler in der Nähe von Aachen, seit vielen Jahren wohne ich in Murnau. Ich bin Diplom-Theologe, verheiratet und Vater von drei Kindern.
1977 begann meine berufliche Laufbahn beim Bayerischen Rundfunk, wo ich zuletzt Leiter der Fach-Redaktion *Religion und Orientierung* war. Dem Kreisbildungswerk bin ich seit einigen Jahren als Morderator z.B. der „Ettaler Klostergespräche" und einiger weiterer Veranstaltungen verbunden.

Wir sind sehr froh und dankbar, dass Herr Küpper – frisch in den sprichwörtlichen „Unruhestand" eingetreten – unser Kreisbildungswerk nun auch als 2. Vorsitzender vielfältig bereichert.

Noch eine Neuigkeit gibt es zu berichten: Im Mai 2020 gaben wir das Buch mit dem Titel *Biologische Vielfalt trifft Schöpfungsspiritualität. Die schönsten Pilgerwege im Landkreis Garmisch-Partenkirchen* heraus. Es behandelt die vier Pilgerwege zum Thema Biologische Vielfalt und Schöpfungsspiritualität, die unser Geschäftsführer Benjamin Schwarz in den vergangenen Jahren entwickelte. Ziel ist es, die Naturschätze und kulturellen Reichtümer vor unserer Haustür ins Bewusstsein zu heben und mit einer geistig-geistlichen Dimension zu verbinden. Die Wege und das Buch entstanden im Projekt *Alpenflusslandschaften. Vielfalt leben von Ammersee bis Zugspitze.*
Erhältlich ist das Buch im Buchhandel für 19 Euro.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Stöbern in unserem Programm und freuen uns, Sie bei der ein oder anderen Veranstaltung begrüßen zu dürfen!

Es grüßen Sie

Christine Sontheim Wolfgang Küpper

Info-ABC zu unseren Veranstaltungen

Aufgrund der Hygienebestimmungen und Schutzmaßnahmen zur Eindämmung der Ausbreitung von Covid-19 („Corona") starten auch unsere Veranstaltungen im Herbst unter besonderen Bedingungen. Wir bitten um Ihr Verständnis, dass nun Vorkehrungen getroffen werden müssen, um Sie als Teilnehmende und alle Referierenden und Kursleitungen zu schützen. Einen kurzen Überblick geben wir Ihnen hier, bei Fragen können Sie sich jederzeit an uns wenden:

Anmeldung: *Unsere Veranstaltungen werden nun überwiegend mit der Bitte um vorherige Anmeldung angeboten. Die Anmeldung erfolgt mit Angabe des Namens und mindestens einer Kontaktmöglichkeit. Somit können wir sicherstellen, dass die Personenanzahl soweit begrenzt ist, dass Abstandsregelungen eingehalten und im Falle einer Infektion die Teilnehmenden schnell informiert werden können.*

Datenschutz: *Durch die gesetzlichen Regelungen sind wir verpflichtet, bei Veranstaltungen Teilnahme-Listen zu führen, um die Nachverfolgung einer Infektionskette gewährleisten zu können. Daher benötigen wir bei Anmeldung die Angabe Ihres vollständigen Namens sowie eine Kontaktmöglichkeit (Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Post-Adresse). Wir versichern Ihnen, dass diese Daten nur für Belange, die die Veranstaltung betreffen, verwendet und nicht an Dritte weitergegeben werden.*

Digitale Angebote: *Bei erneuten Kontaktbeschränkungen ist es möglich, dass einige Präsenzveranstaltungen wieder digital angeboten werden. Auf unserer Homepage finde Sie entsprechende Informationen zu unseren Online-Angeboten.*

Gebühren: *Aufgrund der Ausfälle aller Veranstaltungen wegen der Corona-Kontaktbeschränkungen im Frühjahr 2020 und der Anmietung größerer Räume für die neuen Veranstaltungen ab September 2020 waren wir gezwungen, bei einigen Veranstaltungen die Teilnahmegebühren zu erhöhen. Diese Erhöhung dient lediglich der Kostendeckung der Mehrkosten bei den Veranstaltungen. Wir möchten Sie nochmals daran erinnern, dass aufgrund der Gebühren niemand von unseren Veranstaltungen ausgeschlossen werden soll – eine Vergünstigung für einkommensschwache BürgerInnen ist jederzeit möglich. Fragen Sie einfach nach!*

Hygienekonzept: *Das Kreisbildungswerk und alle Häuser, in welchen die Veranstaltungen stattfinden, haben – je nach Veranstaltungsart und -größe spezielle Hygienevorgaben, die in einem Hygienekonzept festgelegt werden. Diese Maßnahmen dienen zum Schutz aller, daher bitten wir um dringende Beachtung. Das Hygienekonzept erhalten Sie immer vor der Veranstaltung von uns.*

Mund-Nasen-Schutz: *Während unserer Veranstaltungen muss nicht generell eine Mund-Nasen-Bedeckung getragen werden, solange der Mindestabstand eingehalten werden kann. Sobald der Mindestabstand von 1,5m unterschritten werden muss, ist ein Mund-Nasen-Schutz Pflicht, ebenso beim Betreten oder Verlassen von Räumlichkeiten (am festen Platz ist keine Mund-Nasen-Bedeckung notwendig).*

Räumlichkeiten: *Da die Mindestabstände bei Veranstaltungen weitestgehend eingehalten werden müssen, müssen die Räumlichkeiten entsprechend groß gewählt werden. Räume, die wir für unsere Veranstaltungen „vor Corona" langjährig genutzt haben, sind nun teilweise zu klein oder geschlossen. Aufgrund der Umorganisation steht bei einigen Veranstaltungen „Raum noch offen". Sie erhalten aber vor der Veranstaltung die genaue Adresse des Treffpunktes.*

Rechtliche Grundlage: *Die Richtlinien für unsere Schutzbestimmungen bei Veranstaltungen gibt das Bayerische Staatsministerium vor. Ebenso sind wir eng mit dem Gesundheitsamt des Landkreises Garmisch-Partenkirchen in Kontakt, um Veranstaltungen unter bestmöglichen und sichersten Bedingungen durchführen zu können.*

„Zweite Welle": *Alle unsere Veranstaltungen sind vorbehaltlich der Corona-Entwicklungen geplant. Durch steigende Infektionszahlen können sich die Hygienebestimmungen jederzeit ändern und somit auch der Ablauf unserer Veranstaltungen betroffen sein. Aktuelle Bedingungen finden Sie tagesaktuell auf unserer Homepage.*

Leben in Fülle: Religiöse Erfahrungen und spirituelle Wege

KBW GAP

Zukunft und Relevanz der Kirche mit und nach Corona

Mi., 04.11.2020
19.00 Uhr
Oberammergau
Pfarrsaal
Herkulan-
Schwaiger-Gasse 5

Welche langfristigen Folgen hat die Corona-Pandemie für die Zukunft der Kirche? Könnte es sein, dass das Virus einen weiteren Säkularisierungsschub in unserer Gesellschaft auslöst, weil die Menschen in den Wochen ohne Gottesdienste, ohne Sakramenten-Spendung, ohne gewohntes seelsorgliches Angebot zu dem Schluss gekommen sind, dass es sich auch ohne Kirche ganz gut lebt? Kann die Kirche den Menschen, die durch Corona in Not geraten sind, überhaupt helfen? Wie spendet sie in dieser Situation Trost? Was kann der christliche Glaube dazu beitragen, die neue weltweite Bedrohung auszuhalten? Die Corona-Krise rührt an das Selbstverständnis von Glaube, Kirche und Theologie.

© B. Schwarz

Zu diesen Fragen sowie zu Erfahrungen aus der Praxis und Ideen für die Zukunft berichten und diskutieren Weihbischof Wolfgang Bischof, Dr. Angelika Winterer und Johannes van Kruijsbergen.

Das Podiumsgespräch wird von Wolfgang Küpper moderiert.

ReferentInnen/Diskussionsteilnehmende:
Weihbischof Wolfgang Bischof, Bischofsvikar für die Seelsorgsregion Süd des Erzbistums München und Freising.

Johannes van Kruijsbergen, seit 5 Jahren als Pastoralreferent im Münchner Westen tätig. Aus Überlegungen, wie die Seelsorge der Zukunft aussehen kann, entstand die Idee, Seelsorge ganz unkompliziert als Möglichkeit auf der Straße anzubieten, was er mit einem „Seelsorgebus" unternimmt.

Dr. Angelika Winterer, Pastoralreferentin im PV Oberammergau zur pastoralen Vorbereitung und Begleitung der Passionsspiele. Seit August 2020 testet sie auf Anregung des Seelsorgebusses die „Kirche im Dorf" in Form eines Zeltes an verschiedenen öffentlichen Plätzen im Dorf.

Die Teilnahme ist kostenfrei,
Spenden sind willkommen.
Um Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online wird gebeten.*

Ort der Begegnung

jeweils 20.00 Uhr
Murnau
Pfarrkirche
St. Nikolaus
Mayr-Graz-Weg 1
kostenfrei und
ohne Anmeldung

Termine und Themen werden im Vorfeld über unsere Homepage und in Murnau über Aushänge der Pfarrei St. Nikolaus bekannt gegeben.

Wir freuen uns auf spannende Begegnungen!

gemeinsam UNTERWEGS

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-werdenfels.de

HOSPIZVEREIN WERDENFELS E.V.

Besinnungsnachmittag mit neuen Liedern aus Taizé

Nachholtermin

„Gib mich ganz zu eigen Dir"

Sa., 19.09.2020
13.30 – ca. 18.30 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Open Air
neben der evang.
Christus-Kirche,
St.-Martin-Str. 50

© M. Michalczyk

Dieser Tag bietet die Gelegenheit, neue Taizé-Gesänge in verschiedenen Sprachen mit Hintergrundwissen zu erlernen und mehrstimmig zu singen, dazu gibt es geistliche Impulse aus Taizé. Wir schließen den Besinnungs-Nachmittag mit einem Spaziergang durch den Garmischer Kurpark zum Meditativen Abendgebet in der katholischen St. Martin-Kirche Garmisch, Marienplatz 6, in dem alle erlernten Lieder einbezogen sind. Das Gebet ist öffentlich, d.h. Sie können gerne ihre Freunde und Angehörigen dazu einladen. *Bitte einen kleinen Snack für die Pause selber mitbringen.*

In ökumenischer Zusammenarbeit mit der Evang.-Luth. Gemeinde und dem Kath. Pfarrverband Zugspitze in Garmisch-Partenkirchen
Leitung: *Margareta Michalczyk, theol. Referentin des KBW GAP, und Birgit Schiel, evang.-luth. Pfarrerin, Klinik-Seelsorgerin.*
Anmeldung *bis Fr. 18.09.2020, 11 Uhr, beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Diese Veranstaltung ist kostenfrei, *Spenden für Kopierkosten sind willkommen.*

Jakobsweg – Münchner Jakobsweg von Karlsfeld bei München nach Lindau

Nachholtermin

Multivisionsvortrag – Teil 1

Di., 20.10.2020
20.00 Uhr
Grainau
Pfarrheim Grainau
Am Kirchbichl 6

© H. Weinmann

Maria und Heinz Weinmann sind den Jakobsweg von Karlsfeld bis Santiago gegangen. Er führt die Isar entlang nach Schäftlarn, über Starnberg, durch die Maisinger Schlucht zum Kloster Andechs. Auf schmalen Steigen windet sich der Pfad durch die Ammerschlucht. Höhepunkt des Pfaffenwinkels mit seinen Rokokokirchen ist die Wieskirche, UNESCO-Weltkulturerbe. Das Moor Wiesfilz hat viel von seiner Ursprünglichkeit bewahrt. Zur kleinen Wallfahrtskapelle auf den Auerberg steigt man durch die wildromantische Feuersteinschlucht. Vorbei am sagenumwobenen Dengelstein erreicht man das von den Römern gegründete Kempten. Durch Simmerberg führte einst die historische Salzstraße und im Eistobel erlebt man Wasserfälle und blaue Gumpen. Die Burgruinen Alt-Trauchburg und Altenburg erzählen von vergangenen Zeiten. Die Käserei in Böserscheidegg gibt Einblick in die Käseherstellung. Die Scheidegger Wasserfälle zählen seit 2004 zu Bayerns schönsten Geotopen. Über die Weißensberger Halde erreicht man Lindau mit seiner einmaligen Lage auf einer Insel im Bodensee.

In Zusammenarbeit mit der Kolpingfamilie.
Vortragende: *Maria und Heinz Weinmann*
Die Teilnahme ist kostenfrei
und ohne Anmeldung möglich.

„Wer hofft, ist jung" (Rose Ausländer) – Spiritualität und Hoffnungskraft

Nachholtermin

Vortrag und Gespräch

Mi., 21.10.2020
20.00 Uhr
Murnau
Kath. Pfarrsaal
Mayr-Graz-Weg 1

Dr. E. Thérèse Winter

© M. Michalczyk

Angesichts der derzeitigen Krisen in der Gesellschaft, der Gefühle von Angst, Lähmung oder Ungewissheit kann uns die dunkle Spur der Resignation auf den Leib rücken. Die Widerstandskraft dazu wäre die Haltung der Hoffnung, die uns Antrieb gibt, trotzdem dem Leben zu vertrauen und diese Welt mitzugestalten. „Einer allein kann nie genug hoffen" - dieses schöne Wort von J. B. Metz verweist auf den engen Zusammenhang von Solidarität und Hoffnung. Die Frage ist: aus welchen Quellen schöpfe ich meine Hoffnung? Reicht es aus, Optimist zu sein und positiv zu denken? Was bewegt mich weiterzugehen, wenn alles dagegen zu sprechen scheint?
Der Vortrag geht – unter anderem entlang der biographischen Erfahrungen der Dichterin Rose Ausländer – solchen Fragen und Erfahrungen nach und sucht nach Schätzen, die die Hoffnungskräfte in uns wecken können.

Referentin: *Dr. E. Thérèse Winter, Diplomtheologin, theologische Referentin, freiberuflich tätig in der Erwachsenenbildung im Bereich christliche Spiritualität.*
Eintritt: *€ 5,00 (ohne Anmeldung)*

Ist Glück Glücksache?

Wie wir uns eine Haltung des Glücklich-Seins angewöhnen
Impulsabend mit Gespräch

Do., 22.10.2020
19.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Longleif Living Plus
(3. Stock)
Bahnhofstr. 37

© M. Loder

„Glücklich leben wollen alle", sagte schon Seneca im 1. Jahrhundert n. Chr. Doch für jeden Menschen bedeutet Glück etwas anderes – je nach Lebenssituation und persönlicher Erfahrung: Für den einen wäre es ein Glück, selbständig und unabhängig zu sein, für die andere eine Kleinigkeit als Kleinigkeit ansehen zu können, für Unschlüssige wäre es ein Glück, sich entscheiden zu können. Unsere Sehnsucht nach dem je eigenen Glück weist den Weg zum „Glück der Fülle", wie es der Philosoph Wilhelm Schmid nennt.
An diesem Abend schauen wir uns acht Arten von Glück an und wagen dann einige Schritte auf dem Weg hin zum Glück der Fülle. Es ist ganz einfach, aber nicht ganz leicht, in eine Haltung der Offenheit für die eigene Sehnsucht zu kommen und uns den kleinen Großartigkeiten und all den Möglichkeiten, die uns geschenkt sind, bewusst zu werden.

Referentin: *Dr. theol. Iris Geyer, Pfarrerin der Evang.-Luth. Kirche in Bayern, Geistliche Begleiterin, Anleiterin in christlicher Meditation, seit 2016 nebenberuflich Heilpraktikerin für Psychotherapie.*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Gebühr: *€ 6,00*

Unerlöste Schatten – Der „neue" Antisemitismus

Nachholtermin

Vortrag und Gespräch

Mi., 28.10.2020
20.00 Uhr
Oberammergau
Kath. Pfarrsaal
Herkulan-Schwaiger-Gasse 5

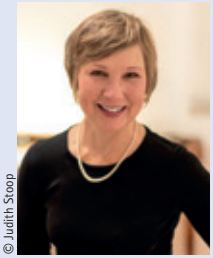
Der „neue" Antisemitismus ist dramatisch angewachsen. Das kann und darf niemanden gleichgültig lassen. Am allerwenigsten die Christen. Denn Antisemitismus ist die Perversion des Christentums - der furchtbare Selbstwiderspruch, in den das Christentum seit seiner Entstehung verstrickt ist. Antisemitismus zielt auf die Zerstörung des Judentums und zerstört damit zugleich die jüdische Herzmitte des christlichen Glaubens. Welche Wege führen aus der Falle des Antisemitismus?

Referent: *Dipl.-Theol. Hans Rehm, ehem. Fachreferent für Erinnerungsarbeit im Erzbistum München, Reiseleiter (Spezialgebiet Naher Osten)*
Gebühr: *€ 4,00 (ohne Anmeldung)*

© T. Reichart

Denke ich noch oder grüble ich schon?
Impulsabend mit Gespräch

Di., 10.11.2020
19.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Caritas-Zentrum
(Dachgeschoss)
Dompfaffstr. 1


© Judith Stoop

Dr. Iris Geyer

Alle Gedanken, die im Lauf eines Tages oder in der Nacht gedacht werden, entspringen unserer persönlich geprägten Wahrnehmung. Es sind nur Gedanken und nicht die Realität. Doch Grübelgedanken machen uns positive Versprechungen in Richtung auf eine Lösung von Problemen. Dabei führen sie häufig eher zu Selbstvorwürfen und Selbstzweifeln und meist beginnen die Gedanken, sich im Kreis zu drehen.
Tatsächlich sind Grübelgedanken Energieräuber, versetzen uns in eine getrübte und betrübte Stimmung und fördern eine pessimistische Lebenseinstellung. An diesem Abend können Sie für sich testen, ob Sie schon grübeln oder noch nachdenken und erhalten praktische Tipps, wie Sie das Gedankenkarussell anhalten. Wir haben mehr in der Hand als wir glauben.

Referentin: *Dr. theol. Iris Geyer, Pfarrerin der Evang.-Luth. Kirche in Bayern, Geistliche Begleiterin, Anleiterin in christlicher Meditation, seit 2016 nebenberuflich Heilpraktikerin für Psychotherapie.*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Gebühr: *€ 6,00*

Ein Film über Karl Leisner
Mit Regisseur Max Kronawitter

Do., 12.11.2020
20.00 Uhr
Uffing
Gasthof Post
Kirchstraße 10

Karl Leisner gehört zu den bekanntesten Häftlingen des KZ Dachau. Seine geheime Priesterweihe im Lager empfanden viele Mitgefangene als „Wunder in einer gnadenlosen Zeit". Die Weihe am 17. Dezember 1944 in der KZ-Baracke hat nicht nur kirchengeschichtliche Bedeutung. Die Handauflegung durch den französischen Bischof Piguet wurde zur Handreichung der Feinde und nimmt die deutsch-französische Freundschaft vorweg. Der Dokumentarfilm beleuchtet nicht nur die KZ Haft von Leisner im „Pfaffen-Block" von Dachau, sondern auch seine Zeit als Jungscharführer. Darüber hinaus kommentieren jene Bischöfe sein Leben, deren Vorgänger Leisners Priesterweihe im KZ ermöglichten: Der Münchener Kardinal Reinhard Marx, der Münsteraner Bischof Felix Genn und der französische Bischof Hippolyte Simon.

Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Die Teilnahme ist kostenfrei,
Spenden sind willkommen.

© Ikarus Filmproduktion

Bewusstsein, Seele, Geist – eine verschränkte Wirklichkeit

Nachholtermin

Vortrag und Gespräch

Di., 17.11.2020
20.00 Uhr
Grainau
Pfarrheim Grainau

Pfarrer Josef Konitzer

Bewusstsein, Seele und Geist betrachtet aus philosophischer, theologischer und naturwissenschaftlicher Sicht.

In Zusammenarbeit mit der Kolpingfamilie.
Referent: *Pfarrer Josef Konitzer, Pfarrverbandsleiter im Pfarrverband Zugspitze. Neben Theologie hat er Mikrobiologie studiert und ist den Naturwissenschaften leidenschaftlich verbunden.*
Die Teilnahme ist kostenfrei
und ohne Anmeldung möglich.

SOZIALDIENST KATH. FRAUEN E.V.
ORTSVEREIN GARMISCH-PARTENKIRCHEN

SkF

Da sein, leben helfen!
Mit Ihrer Spende unterstützen Sie Frauen und Familien in Not.

- Betreuung nach dem Betreuungsgesetz (BtG)
- Frauen- und Familienberatung
- Fachstelle zur Vermeidung von Obdachlosigkeit
- Kinderkrippe Murnau
- Kath. Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen
- Krankenhaus-Besuchsdienst
- Straffälligenhilfe
- Wohnungslosenhilfe mit Tee- und Wärmestube
- Mutter-Kind-Haus mit Spielstube
- Interventionsstelle
- Wohngemeinschaft für psychisch Kranke
- Frauenhaus Murnau
- Flüchtlings- und Integrationsberatung

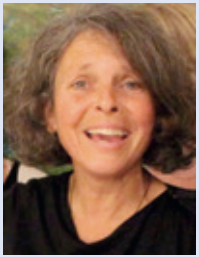
Werden Sie Mitglied!
Engagieren Sie sich ehrenamtlich!
Informationen erhalten Sie in unserer Geschäftsstelle

Parkstr. 9 I 82467 Garmisch-Partenkirchen
Fon 08821 - 96 67 20 I Fax 08821 - 96 67 25 0
info@skf-garmisch.de I www.skf-garmisch.de

Spendenkonto:
IBAN: DE72 7035 0000 0000 0296 29
BIC: BYLADEM1GAP I Kreissparkasse GAP

In mir ist Ruhe, Stille, Friede, Kraft
Meditatives Singen

So., 22.11.2020
19.00 Uhr
Murnau
Pfarrkirche
St. Nikolaus
Mayr-Graz-Weg



Gabriele Wanger

Gemeinsames Singen ist Balsam für Geist und Seele, lässt uns Kraft schöpfen und im wahrsten Sinne des Wortes ‚tief durchatmen'.
Die Kirche St. Nikolaus lädt dazu ein, einzutauchen in einen klangvollen Abend mit Liedern für Ruhe, Stille und Frieden. Wir erfahren die Kraft und die Tiefe der wunderbaren schlichten Gesänge, spüren die Stille ‚nach den Liedern' und lauschen kurzen meditativen Texten.
Jede Stimme ist – so wie sie ist – herzlich eingeladen, miteinzustimmen, es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

Leitung: *Gabriele Wanger, zertifizierte Singleiterin für Heilsames Singen*
Die Teilnahme ist kostenfrei
und ohne Anmeldung möglich.

Israel und Palästina – Begegnung mit den Religionen im Heiligen Land
Vorstellung einer Reise, mit Bildern und Gespräch

Mi., 20.01.2021
19.30 Uhr
Ort noch offen

Niemand kann sich der besonderen Ausstrahlung von Israel-Palästina entziehen: Jeder Quadratmeter des kleinen Landes am östlichen Rand des Mittelmeeres ist durchdrungen von Geschichte und religiösen Überlieferungen. Judentum, Christentum und Islam sind uns geläufig. Aber wer kennt Bahais, Drusen und Samaritaner? Der Vortrag zeigt das faszinierende Heilige Land mit Bildern für alle Interessierten. Im Juni 2021 ist eine Reise (mit dem Schwerpunkt der Religionen) nach Israel und Palästina geplant (nachgeholter Termin von Oktober 2020).

Referent: *Dipl.-Theol. Hans Rehm, ehem. Fachreferent für Erinnerungsarbeit im Erzbistum München, Reiseleiter (Spezialgebiet Naher Osten)*
Die Teilnahme ist kostenfrei
und ohne Anmeldung möglich,
Spenden sind willkommen.

© T. Reichart

Die schönsten Seiten der Heimat

mit der Münchner Kirchenzeitung entdecken

VIER WOCHEN KOSTENLOS LESEN!

Ob aus der Heimat oder aus Rom und der Welt, die Münchner Kirchenzeitung berichtet aus der Region und für die Region.

Auch als ePaper!

JETZT BESTELLEN: RUFEN SIE AN ODER SCHREIBEN SIE UNS!

Münchner Kirchenzeitung
Sankt Michaelsbund

Münchner Kirchenzeitung · Vertrieb · 80326 München · Tel. 089/23 225 - 260
E-Mail: vertrieb@muenchner-kirchenzeitung.de · www.muenchner-kirchenzeitung.de

Foto: Sankt Michaelsbund

Chancen und Risiken in einer modernen Welt

KBW GAP

Die nachfolgenden Veranstaltungen werden von der Servicestelle **Frau und Beruf** durchgeführt. Das Projekt wird vom europäischen und bayrischen ESF gefördert. Die Teilnahme ist deshalb an allen Terminen kostenfrei.

Information und Anmeldung *für alle Frau und Beruf-Veranstaltungen:*
Renate Frommbeck,
Servicestelle Frau und Beruf,
Mail: renate.frommbeck@frau-und-beruf.net,
Tel. 0151 52584436 (unter Angabe Ihres vollständigen Kontakts mit Name, Anschrift, Telefonnummer).

Wenn nicht anders angegeben, finden die Veranstaltungen in Garmisch-Partenkirchen im Seminarraum der Frau und Beruf GmbH, Chamonixstr. 3-9, und die Veranstaltungen in Murnau im Innovationsquartier, James-Loeb-Str. 11, statt.

elch-design

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

www.elch-design.de

Beruflich verändern – jetzt?! Wie ein neuer Start gelingen kann
Onlinekurs

Do., 17.09.2020,
Di., 22.09.2020 und
Do., 24.09.2020
3 Live-Termine,
jeweils
16.00-19:00 Uhr

Onlineveranstaltung per ZOOM

Referentin: *Christa Maurer*
Anmeldung *bis 14.09.2020*

Berufliche Orientierung – was passt zu mir?
Onlinekurs - Workshop

Do., 17.09.2020,
Do., 24.09.2020 und
Fr., 25.09.2020
3 Live-Termine,
jeweils
9.30 - 12.00 Uhr

Onlineveranstaltung per ZOOM

Referentin: *Renate Frommbeck*
Anmeldung *bis 14.09.2020*

Innere Widerstandsfähigkeit – stärken Sie Ihre Resilienz
Gruppencoaching

Di., 20.10.2020 und
Mi., 21.10.2020
2 Tage, jeweils
8.30 - 12.30 Uhr
Garmisch-Partenkirchen

Referentin: *Iris Grassl*
Anmeldung *bis 15.10.2020*

Klartext statt Kauderwelsch
Gruppencoaching

Mo., 16.11.2020 und
Di., 17.11.2020
2 Tage, jeweils
8.30 - 12.30 Uhr
Garmisch-Partenkirchen

Referentin: *Christiane Lambrecht*
Anmeldung *bis 11.11.2020*

Persönlich erfolgreich mit dem Züricher Ressourcenmodell
Gruppencoaching

Mo., 30.11.2020 und
Di., 01.12.2020
2 Tage, jeweils
8.30 - 12.30 Uhr
Garmisch-Partenkirchen

Referentin: *Anne Weinmüller-Atze*
Anmeldung *bis 25.11.2020*

Meistere deine Challenge – stell Dich Deiner beruflichen Veränderung!
Gruppencoaching

Fr., 27.11.2020 und
Sa., 28.11.2020,
2 Tage, jeweils
8.30 - 12.30 Uhr
Murnau

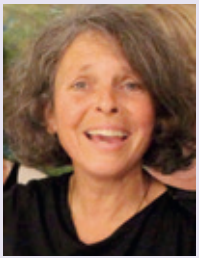
Referentin: *Mel Schüler*
Anmeldung *bis 23.10.2020*

© iStock.com/hobo_018

Offenes Singen

"If you can walk, you can dance, if you can talk, you can sing!" (afrikanisches Sprichwort)

Do., 17.09.2020
19.30 - 21.00 Uhr
Uffing
Kath. Pfarrheim
Mühlstr. 3A
Weitere Termine:
01.10.2020
08.10.2020
22.10.2020
05.11.2020
19.11.2020,
03.12.2020
07.12.2020



Gabriele Wanger

Singen ist gesund und macht glücklich....es schafft Verbindung und Begegnung, läßt uns abschalten vom Alltag und Kraft tanken. Das ‚Offene Singen' in Uffing ist entspanntes Feierabendsingen – im Mittelpunkt steht die Freude und der Spaß am gemeinsamen Gesang! Wir singen einen abwechslungsreichen Mix aus Liedern, Gesängen und Mantren der ganzen Welt – sie werden auf einfache Weise ohne Noten erlernt und laden ein zum spontanen Mitsingen! So ertönen afrikanische und indianische Lieder, indische Mantren, Gospelsongs, Lieder aus Taize, alte und neue Lieder in unserer Sprache u.v.m. Zu den offenen Singabenden sind ALLE willkommen – die Sing-Begeisterten, die Wenig-Sänger und alle, die von sich glauben, gar nicht singen zu können!

Die Teilnahme ist jederzeit und ohne Anmeldung möglich.
Leitung: *Gabriele Wanger, zertifizierte Singleiterin*
Gebühr *pro Abend: € 7,00*

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Do., 08.10.2020
19.00 Uhr
Mittenwald
Pfarrsaal

Christine Saller

Ab dem 18. Lebensjahr übernimmt jeder Mensch selbständig Verantwortung für seine persönlichen Belange. Doch was, wenn Wünsche und Entscheidungen einmal nicht mehr mitgeteilt werden können? Mit einer Vorsorgevollmacht und einer Patientenverfügung können im Vorfeld Maßnahmen für bestimmte Situationen festgelegt werden. Alles rund um die Erstellung erfahren Sie an diesem Abend.

In Kooperation mit dem Hospizverein Werdenfels e.V.
Referentin: *Christine Saller, Palliativfachkraft*

Die öffentlichen Büchereien in Garmisch-Partenkirchen

laden Sie herzlich ein zum Lesen und Hören

Bücherei St. Michael Burgrain, Kirchweg 1

Mo. 17.30 – 18.30 Uhr
Mi. 15.00 – 16.00 Uhr
Do. 10.00 – 11.00 Uhr

Bücherei Garmisch, Mohrenplatz 2

Mo. 17.00 – 19.00 Uhr
Di. 17.00 – 19.00 Uhr
Do. 17.00 – 19.00 Uhr
www.buecherei-garmisch.de

Partenkirchner Bücherei, Ludwigstraße 29

Mo. 16.30 – 19.00 Uhr
Di. 14.00 – 19.00 Uhr
Mi. 17.30 – 19.00 Uhr
Do. 09.30 – 11.30 Uhr
17.30 – 19.00 Uhr
Fr. 14.00 – 18.00 Uhr
Sa. 09.30 – 11.30 Uhr
www.buecherei-partenkirchen.de

Die Bücherei in der Hindenburgstraße vorübergehend Prof.-Carl-Reiser-Str. 2 (Eingang an der Seite)

www.gapa-evangelisch.de/buecherei

Di. 14.00 – 17.00 Uhr
Do. 16.00 – 18.00 Uhr
So. 10.00 – 12.00 Uhr

Erbrecht – Erbfolge – Testament

Testament und Erbfolge

Mi., 21.10.2020
19.00 Uhr
Saulgrub
Aura-Hotel,
Kur- und
Begegnungszentrum

Referent: *Hans Meier*
Die Teilnahme ist kostenfrei
und ohne Anmeldung möglich.

© M. Loder

Die Gemeinwohl-Ökonomie – ein verheißungsvolles neues Modell gerechten Wirtschaftens!?

Mi., 25.11.2020
20.00 Uhr
Uffing
Gasthof zur Post
Kirchstr. 9

© Clohann Jilka

Wilfried Knorr

Mit der Gemeinwohl-Bilanz misst ein Unternehmen (privat oder öffentlich, gemeinnützig oder gewinnorientiert, groß oder klein, jeder Branche) seinen Beitrag zum Gemeinwohl einer demokratischen Gesellschaft und im regionalen Sozialraum. Konkret legt es Rechenschaft darüber ab, wie die Werte Menschenwürde, soziale Gerechtigkeit, ökologische Nachhaltigkeit und Transparenz das Handeln der Organisation bestimmen.
Je besser das Gemeinwohl-Bilanz-Ergebnis, desto größer sollen in Zukunft die rechtlichen und wirtschaftlichen Vorteile für dieses Unternehmen sein: vom Zugang zum Kapitalmarkt und der Zinsfestlegung, über einen reduzierten Mehrwertsteuersatz und niedrigere Zolltarife bis zum Vorrang beim öffentlichen Einkauf. Die gleiche Möglichkeit steht Kommunen offen.
Im Vortrag wird zunächst mit einer Vorstellung der Idee begonnen und anschließend – im Gespräch – Chancen für Unternehmen und Kommunen in der post-Corona-Ökonomie beleuchtet.

Referent: *Dipl.-Päd. Wilfried Knorr, seit 1989 Leiter der Jugendhilfe in Herzogsägmühle, seit 2004 dort Direktor und Vorstandsmitglied Innere Mission München. Herzogsägmühle ist Pionier-Unternehmen der GWÖ in der Diakonie.*
Anmeldung: *bei Christina Igelmund, Tel. 01590 660 85 82*
Die Teilnahme ist kostenfrei.

GEPRÜFTE Qualität BAYERN
FÜR MILCH UND ERZEUGNISSE AUS MILCHBASIS
www.gq-bayern.de

Die Schaukäserei Ettal
Im Naturpark Ammergauer Alpen

Das Ausflugsziel für die ganze Familie:
- Verkauf
- Brotzeiten
- Präsentationen
(Auch nach Vereinbarung)

Zugspitz Region
Spitzenprodukt

Schaukäserei Ettal
Mandlweg 1 • 82488 Ettal
Tel. +49 (0) 88 22 / 92 39 26
www.schaukaeserei-ettal.de

Meinen Beziehungen auf der Spur

Selbsterfahrungsseminar für Einzelpersonen und Singles – Frauen und Männer

So., 06.12.2020 und
Sa., 09.01.2021
jeweils
9.00 Uhr
Riegsee –
Ortsteil Aidling
Seminarhaus
Im blauen Land
Kirchberg 10

Haben Sie das Gefühl in Beziehungen immer wieder an denselben Punkt oder Partner zukommen? Ist innere Zufriedenheit noch eine weit entfernte Wunschvorstellung? Jetzt ist der richtige Moment den ersten Schritt zu gehen und sich besser kennenzulernen. Denn nur wer seine Bedürfnisse kennt kann diese auch erfüllen.

In diesem Workshop haben sie die Möglichkeit ...
- in Kontakt zu ihrem eigenen Beziehungsvorbild zu kommen
- die eigene Haltung und Muster in Beziehungen zu erforschen
- die eigenen Beziehungswerte und Bedürfnisse zu formulieren
- der Frage nachzugehen welche Persönlichkeitsanteile ihren Kontakt mit anderen Menschen bestimmen
- Methoden der Körperarbeit und Kunsttherapie kennenzulernen
- theoretische Inputs zu Beziehungsdynamiken zu erfahren
- zur liebevollen Verabschiedung von alten Verstrickungen

Christina Albrecht-Pokorny

Viola Ott

- verdeckte Ressourcen und Stärken zu aktivieren
- Wertschätzung und Dankbarkeit im Innen und Außen zu erlernen

Referentinnen:
Christina Albrecht-Pokorny, Sozialpädagogin B.A., Systemische Einzel-, Paar- und Familientherapeutin i.A.
Viola Ott, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Imago-Facilitator, Katathym-Imaginative Psychotherapie, Mental-imaginative Traumatherapie
Anmeldung, Info und weitere Termine
unter www.violaott.de oder www.ankerplatz-beratung.de,
E-Mail: praxis@violaott.de, info@ankerplatz-beratung.de
Gebühr *(inkl. Verpflegung und Getränke):*
€ 85,00

THEOLOGIE IM FERNKURS
DOMSCHULE WÜRZBURG

Theologie im Fernkurs
studieren
individuell
flexibel
ortsungebunden

Informationen unter www.thif-muenchen.de oder bei
Dr. Jochen Ostheimer, Fachreferent für Theologie im Fernkurs,
Erzbischöfliches Ordinariat München
Tel. 089/2137 2019, E-Mail: JOstheimer@eomuc.de

Praxistipps rund um die Pflege daheim

Nachholtermin

Vortrag für pflegende Angehörige und Betroffene

Do., 21.01.2021
20.00 Uhr
Uffing
Pfarrheim
Mühlstr. 3

© iStock.com/Halfpoint

Wenn Familienmitglieder älter werden und Hilfe brauchen, bekommen sie oft - solange es möglich ist - Unterstützung zu Hause. Pflege daheim ist eine enorme Aufagbe, die dann zusätzlich neben dem „Alltagsgeschäft" noch auf dem Plan steht. Die gute Nachricht: Pflegende Angehörige und Betroffene sind nicht allein! Neben kleinen Praxistipps, die helfen, den Alltag zu erleichtern, gibt es staatliche Unterstützungsangebote und auch finanzielle Mittel stehen zur Verfügung. Oftmals ist es aber schwierig, sich auch dafür noch Zeit zu nehmen: Anträge müssen ausgefüllt und Unterstützer in der Umgebung gesucht und kontaktiert werden. Dieser praxisnahe Vortrag gibt einen „Crashkurs" rund um die Möglichkeiten der Pflege daheim - und bringt auf einfache und verständliche Weise ein wenig Licht in den „Pflegedschungel" .

Referentin: *Manuela Loder, exam. Gesundheits- und Krankenpflegerin, Pflegewissenschaftlerin B.Sc., Referentin Generation plus beim Kath. Kreisbildungswerk*
Gebühr: *€ 4,00 (ohne Anmeldung)*

Pilgern und Bergspiritualität

Aufbrechen, suchen, neue Wege entdecken

KBW GAP

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

Anmeldung zu allen Pilgertagen:
online oder telefonisch beim
Kath. Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen

Wanderung auf der Teilstrecke der „Via Romea" von Oberammergau nach Oberau

Nachholtermin

Magie der alten Pilgerwege

Fr., 09.10.2020
10.00 Uhr
Oberammergau
Parkplatz
Ammergauer Haus
Eugen-Papst-
Straße 98

Pilgerbegleitung: *Henny Schübel und Louise Benedikt*
Anmeldung: *bis 08.10.2020, 11 Uhr*
Gebühr *(zzgl. Busfahrt): € 10,00*

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

Anmeldung zu allen Spirituellen Bergtagen:
online oder telefonisch beim
Kath. Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen

Bergtag vom Gschwandtnerbauer auf den Wank

Wie im Himmel, so auf Erden?

Sa., 12.09.2020
9.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Parkplatz
Gschwandtnerbauer
(von der B2
GAP-Mittenwald
bei Höfle links
abbiegen)

Leitung: *Johannes Werhahn und Alexandra Bauer*
Anmeldung: *bis 11.09.2020, 11 Uhr*
Gebühr *(zzgl. Fahrtkosten Seilbahn): € 10,00*

© Werhahn

Bergtag über die Höllentalklamm auf das Kreuzeck
„Die Kraft des Wassers“

Fr., 18.09.2020
8.30 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Kreuzeckbahn-Parkplatz

Leitung: *Hans-Georg Frühschütz und Alexandra Bauer*
Anmeldung *bis 17.09.2020, 11 Uhr*
Gebühr: *(zzgl. Zugfahrt, Seilbahn, Eintritt Klamm): € 10,00*

© iStock.com - Andreas Weber

Bergtag auf den Hochalplkopf (1770 m)
Ein Tag zum Hinspüren und Staunen

Sa., 19.09.2020
9.00 Uhr
Hinterriß
Karwendel-Naturparkhaus
(Das Naturparkhaus befindet sich gleich am Ortseingang Hinterriß nach dem alten Zollhaus an der rechten Straßenseite.)

Leitung: *Marion Zwerger und Anton Heufelder (Naturpark Karwendel)*
Anmeldung *bis 18.09.2020 telefonisch oder online über das Kreisbildungswerk oder bei Anton Heufelder (Tel: 0043 664 8844 6225)*
Gebühr: *€ 10,00*

© M. Zwerger

Gipfeltreffen

Spirituelle Bergtage

„Gipfeltreffen" lautet der Titel einer bekannten Fernsehsendung des Bayerischen Rundfunks. Darin begibt sich der Moderator zusammen mit einer prominenten Persönlichkeit auf eine Bergtour, um sie dabei den Zuschauern näher vorzustellen.
Bei unseren „Gipfeltreffen" wollen wir biblischen Personen begegnen, die ebenfalls eine prominente Rolle spielen – im Oberammergauer Passionsspiel. Was uns diese Frauen und Männer sagen können, dem wollen wir auf verschiedenen Touren überwiegend in den Ammergauer Alpen buchstäblich nachgehen.

„Gipfeltreffen..." mit Jesus am Ostermorgen

Spiritueller Bergtag auf den Aufacker

Mo., 28.09.2020
8.00 Uhr
Oberammergau
Talstation der
Laber-Bergbahn
Ludwig-Lang-
Straße 59

Leitung: *Dr. Angelika Winterer*
Anmeldung *bis 25.09.2020, 11 Uhr*
Die Teilnahme ist kostenfrei.

© Passionsspiele Oberammergau 2020

Eltern- und Familienbildung

Unterstützung und Ermutigung für das Leben als Familie

KBW GAP

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

Familienbildung

Eltern-Kind-Programm
Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahre

mittwochs
9.30 - 11.30 Uhr
Burgrain
Pfarrheim
Kirchweg 1

Leitung und Anmeldung:
Daniela Wildenauer, Tel. 0151 22 59 65 03
Gebühr für 9 Treffen: *€ 45,00*

Eltern-Kind-Programm
Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahre

dienstags und
mittwochs,
9.00 - 11.00 Uhr
Farchant
Pfarrheim,
Am Gern 4

Leitung und Anmeldung:
Marina Tietz, Tel. 0157 52 66 36 13
Gebühr für 12 Treffen: *€ 60,00*

Eltern-Kind-Programm
Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahre

dienstags und
donnerstags
9.00 - 11.00 Uhr
Grainau
Pfarrheim,
Kirchbichl 6

Leitung und Anmeldung:
Barbara Erhardt, Tel. 08821 81 9 81
Gebühr für 12 Treffen: *€ 60,00*

Eltern-Kind-Programm
Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahre

dienstags
9.00 - 11.00 Uhr
Mittenwald
Kolpingheim,
Obermarkt 4

Leitung und Anmeldung:
Bernadette Zwerger,
Tel. 0151 10 62 86 52
Gebühr für 12 Treffen: *€ 60,00*

Eltern-Kind-Programm
Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahre

mittwochs
9.30 - 11.30 Uhr
Oberau
Kath. Pfarrheim,
Kirchweg 4

Leitung und Anmeldung:
Veronika Schönberger,
Tel. 0176 24 34 88 05
Gebühr für 12 Treffen: *€ 60,00*

Eltern-Kind-Programm
Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahre

mittwochs
9.30 – 11.30 Uhr

Leitung und Anmeldung:
Michaela Erhardt, Tel. 0171 3871266

freitags
9.30 - 11.15 Uhr
jeweils
Ohlstadt
Pfarrheim
Hagrainstraße 10

Leitung und Anmeldung:
Marianne Fischer, Tel. 08841 4891918
Gebühr für 13 Treffen: *€ 65,00*

Eltern-Kind-Programm
Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahre

mittwochs
9.00 – 11.00 Uhr

Leitung und Anmeldung:
Manuela Skinner, Tel. 01520 2429806
Gebühr für 12 Treffen: *€ 60,00*

montags,
dienstags und
freitags
9.00-11.00 Uhr
jeweils
Partenkirchen
Pfarrheim
Badgasse 6

Leitung und Anmeldung:
Regina Kaufmann, Tel. 08821 3825
Gebühr für 12 Treffen: *€ 60,00*

Eltern-Kind-Programm
Für Eltern mit Kindern ab 1 ½ Jahre

donnerstags
9.15 - 11.15 Uhr
Seehausen
Pfarrheim
Seestraße 1

Leitung und Anmeldung:
Marila Ram, Tel: 08841 62 56 66
Gebühr für 12 Treffen: *€ 60,00*

© iStock.com - wundervisuals

Café Klatsch – der Treff für die ganze Familie
Elternfragen rund um die Erziehung

jeden ersten Montag des Monats (außer Feiertage und Ferien), ab Mo., 05.10.2020
9.30 - 11.30 Uhr
Burgrain
Sportheim Riedwiesenstr. 18

Habt ihr Lust,
- mal auswärts zu frühstücken
- eure Kinder mit anderen Kindern spielen zu lassen
- in gemütlicher Runde mit anderen Müttern und Vätern zu plaudern
- und euch auch mal Rat zu holen?

Der Sportclub Burgrain bietet die Räumlichkeiten mit Spielsachen und Spielplatz. Für das Frühstück ist gesorgt. Eltern mit und ohne Kinder sind herzlich eingeladen!
(Bitte Hausschuhe/dicke Socken mitbringen.)

Leiterinnen: *Daniela Wildenauer (EKP Leiterin) und Claire Eber*
Die Teilnahme ist kostenfrei
und ohne Anmeldung möglich,
Frühstück gibt es zum Selbstkostenpreis.

© C. Zellinger

Herbstblatt und Brombeerranke

Mi., 14.10.2020
15.00 – 17.00 Uhr
Grainau
Oberer Dorfplatz

Der Herbst schenkt uns die schönsten Farben. So vieles, was am Wegrand liegt, muss man einfach mitnehmen. Wir sammeln ein, was uns gefällt und basteln daraus Herbstdekoration.

© M. Amann

Leitung: *Barbara Zerhoch, Sprachheilpädagogin M.A., Lese-Rechtschreibtherapeutin*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online*
Gebühr *pro Kind: € 5,00, (Geschwisterkinder € 3,00)*

Herbst im Bergwald
Familientag mit der Försterin

Sa., 17.10.2020
14.00 – 17.00 Uhr
Ettal
Walderlebnispfad
Treffpunkt:
Parkplatz hinter dem Kloster an der Käserei

Abenteuer, Spiele, Ruhe, Wald und Natur erleben im Bergwald für Jung und Alt. Reine Gehzeit ca. 1,5 h.

Bitte mitbringen: Gutes Schuhwerk, Brotzeit/ Getränke, regenfeste Kleidung
Referentin: *Christina Bauer, Försterin*
Anmeldung *bis 16.10.2020, 11 Uhr beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online oder bei Christina Bauer unter Tel. 0170 305 44 44 bis zum Vorabend möglich.*
Gebühr pro Familie *(bitte bar mitbringen): € 10,00*

© I. Schaffer

Das Bayrische Aschenputtel
Nachholtermin
Eine lustige Märchenerzählung mit Musik von und mit Heinz-Josef Braun und Stefan Murr

Sa., 07.11.2020
17.00 Uhr
(Dauer: 65 Minuten)
Garmisch-Partenkirchen
Raum noch offen

Aschenputtel Evi erlebt ein spannendes und lustiges Abenteuer in einer völlig eigenen bayerischen Art. Die beiden Schauspieler lassen dabei ganz neue Figuren quicklebendig werden: den kauzigen Erfinder Huber mit seiner Tochter Evi, Prinz Quirin und seinen königlich-bayerischen Hofpapagei, die hochnäsigen Damen Marylin und Chantal Obermeier, sowie die Show-Ratten Ratzi Williams und Frank Razzata.
Unter dem Motto „I bin halt einfach i" und mit den richtigen Schuhen erobert das bayrische Aschenputtel am Ende sogar noch das Herz des Prinzen.

Für Kinder ab 5 Jahren und Erwachsene.
Infos zum Veranstaltungsort und zum Vorverkauf werden noch bekannt gegeben.
Karten und Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online*
Gebühr *pro Nase: € 7,00*

© S. Murr und H.-J. Braun, Live 3

Spätherbst im Wiesmahd
Familientag mit der Försterin

Sa., 14.11.2020
11.00 – 14.00 Uhr
Oberammergau
Treffpunkt:
Parkplatz der
Laberbergbahn /
Wellenberg
St. Gregorkapelle

Wir entdecken auf einer kleinen Wanderung am Altherrenweg die spätherbstliche Schönheit der Wiesmahdflächen.

Mitbringen: *Gutes Schuhwerk, Brotzeit/ Getränke, regenfeste Kleidung*
Referentin: *Christina Bauer, Försterin*
Anmeldung *bis 13.11.2020, 11 Uhr beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online oder bei Christina Bauer unter Tel. 0170 305 44 44 bis zum Vorabend möglich.*
Gebühr pro Familie *(bitte bar mitbringen): € 10,00*

© iStock.com - rcphotography

Himmelswerkstatt

Mi., 09.12.2020
15.00 – 17.00 Uhr
Partenkirchen
Pfarrheim
Partenkirchen
Badgasse 6

Wir wollen miteinander eine Geschichte hören, singen, basteln, einen adventlichen Nachmittag erleben.

Leitung: *Regina Kaufmann*
Anmeldung *bis 08.12.2020 bei Regina Kaufmann, Tel. 08821 3825*
Gebühr pro Kind: *€ 5,00 (Geschwisterkinder € 3,00)*

© C. Zellinger

Waldweihnacht mit der Försterin

Sa., 19.12.2020
17.00 – 19.00 Uhr
Oberammergau
Ammertal
Treffpunkt
wird noch
bekannt gegeben

Ruhe kehrt ein in den Bergen und wir schmücken einen kleinen Tannenbaum für die Tiere im Wald. Bei Punsch und Keksen und mit Liedern und Geschichten feiern wir die Vorweihnachtszeit.

Ausrüstung: *Gutes Schuhwerk, Brotzeit/ Getränke, regenfeste und warme Kleidung, reine Gehzeit: ca. 0,5 h*
Referentin: *Christina Bauer, Försterin*
Anmeldung *bis 18.12.2020, 11 Uhr, telefonisch oder online beim Kreisbildungswerk oder bei Christina Bauer unter 0170 305 44 44 bis zum Vorabend möglich.*
Gebühr pro Familie *(bitte in bar mitbringen): € 10,00*

© C. Zellinger

Winter in den Bergen
Familientag mit der Försterin

Sa., 23.01.2021
14.00 – 16.00 Uhr
Ettal / Graswang
Parplatz
Graswang
Schattenwald
Schattenwaldweg

Wir begeben uns auf winterliche Spurensuche und erleben zusammen die Natur im Gries.

Mitbringen: *Gutes Schuhwerk, Brotzeit/Getränke, regenfeste und warme Kleidung, reine Gehzeit: ca. 1 h*
Referentin: *Christina Bauer, Försterin*
Anmeldung *bis 22.11.2020, 11 Uhr beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online oder bei Christina Bauer unter Tel. 0170 305 44 44 bis zum Vorabend möglich.*
Gebühr pro Familie *(bitte in bar mitbringen): € 10,00*

© B. Schwarz

KESS erziehen®. Weniger Stress – mehr Freude
Elternkurs

Mo., 05.10.2020,
Mo., 12.10.2020,
Mo., 19.10.2020 und
Mo., 26.10.2020
jeweils
19.30 - 21.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Raum noch offen

Kess erziehen
Weniger Stress. Mehr Freude.

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. Der Kurs knüpft an konkrete Erfahrungen der Teilnehmenden an.

Die Themen der vier Abende sind:
- Das Kind sehen – soziale Grundbedürfnisse achten
- Verhaltensweisen verstehen – angemessen reagieren
- Kinder ermutigen – die Folgen des eigenen Handelns zumuten
- Konflikte entschärfen – Probleme lösen
- Selbstständigkeit fördern – Kooperation entwickeln

Für Eltern mit Kindern im Alter von ca. 2-10 Jahren.
Leitung: *Dieter Güntner, Ehe- und Familienseelsorge Diözesanregion Weilheim-Oberland, KESS-Trainer*
Anmeldung *bis 01.10.2020 beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online*
Gebühr *pro Person: € 40,00, Preis pro Paar: € 60,00*

miteinander füreinander
kje Kinder-, Jugend- und Erwachsenenhilfe e.V.
Werdenfelser 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

Kinder im Blick
Ein Kurs für getrennte Eltern

Do., 15.10.2020
16.30 - 19.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Caritas-Zentrum
Dompfaffstr. 1
Weitere Termine:
29.10.2020
12.11.2020
26.11.2020
10.12.2020
14.01.2021

„Kinder im Blick" ist ein von der Ludwigs-Maximilians-Universität München und dem Familiennotruf München entwickeltes Gruppenangebot für getrennte Eltern. Im Fokus des Kurses stehen drei grundlegende Fragen:

- Wie kann ich die Beziehung zu meinem Kind positiv gestalten und seine Entwicklung fördern?
- Was kann ich als Mutter/Vater tun, um die eigenen Ressourcen zu aktivieren?
- Wie kann ich den Kontakt zum anderen Elternteil im Sinne des Kindes gestalten?

Bei Interesse beider Elternteile können Sie getrennt an verschiedenen Kursen teilnehmen.
Anmeldung: *Caritas Familienberatungsstelle, Tel. 08821 94348-40 oder eva.huhn@caritasmuenchen.de*
Gebühr: *€ 60,00*

FamilienTeam®
Ein Training zur Stärkung der Erziehungskompetenz

Mi., 28.10.2020
18.30 - 21.30 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Caritas-Zentrum
Dompfaffstr. 1
Weitere Termine:
18.11.2020
02.12.2020
16.12.2020

Ziel des Trainings ist es, schwierige Erziehungssituationen in Zukunft leichter und gelassener zu meistern. Themen sind u.a., wie Eltern ihren Kindern die Zuwendung geben können, die sie brauchen, ohne sie zu verwöhnen und wie man liebevoll, aber konsequent Grenzen setzt, ohne dass es Gewinner und Verlierer gibt.

Anmeldung *bei der Caritas Familienberatungsstelle, Tel. 08821 94348-40, juliane.conradt@caritasmuenchen.de*
Gebühr: *€ 40,00*

FamilienTeam
Das Miteinander stärken

Kinderleicht präsentiert: The Toolbox is you

Di., 03.11.2020
14.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Caritas-Zentrum
Dompfaffstr. 1

Wir laden Sie ein, in dem Workshop „The Toolbox is you" viele unterschiedliche Methoden kennen zu lernen und deren Wirkung zu erfahren. Darüber hinaus gibt das Mitmachbuch „The Toolbox is You" viele praktische Tipps und Hilfestellungen für den (Schul-)Alltag - von denen Erwachsene und Kinder gleichermaßen profitieren. Ein wertvoller Werkzeugkoffer also, der an diesen Tagen freudvoll miteinander erforscht werden kann.
Zielgruppe: LehrerInnen, SozialpädagogInnen, BeraterInnen, Coaches, MitarbeiterInnen aus psychosozialen, pädagogischen, psychotherapeutischen, medizinischen und verwandten Berufsfeldern, die mit Kindern und Jugendlichen wirken.

Anmeldung *per Email an:*
fachambulanz-gap@caritasmuenchen.de
Gebühr: *€ 40,00 (inkl. Arbeitsheft)*

Wie kommt da Leben rein?

Nachholtermin

Fortbildung: Handpuppen und Objekte pädagogisch bespielen

Mi., 18.11.2020
9.00 – 13.00 Uhr
Murnau
Murmel
Familienzentrum
Dr.-August-
Einsele-Ring 18

© C. Zellinger

Sie haben beruflich mit Kindern zu tun und möchten gerne mit einer Handpuppe oder Marionette arbeiten? Sie wissen um die Faszination von Puppen, die als Identifikationsfigur für Kinder und als Mittel für eine gelungene Kommunikation eingesetzt werden können? Sie wissen nur nicht, wie das geht?
In diesem Seminar lernen Sie:
- Ihren persönlichen und spielerischen Einstieg in das Spiel mit Puppen
- Handwerkszeug für den täglichen Einsatz und Hilfestellungen zur Wahl der geeigneten Puppe kennen
- die eigenen Spiellust zu entdecken
- wie Puppen Ihren beruflichen Alltag mit Kindern und Gruppen bereichern können

Speziell konzipiert für Erzieher*innen, Natur- und Erlebnispädagog*innen, Museums- und Theaterpädagog*innen und all diejenigen, die im Beruf mit Gegenständen oder Puppen zu tun haben oder zu tun haben könnten, wenn Sie nur wüssten, „wie kommt da Leben rein"?

Leitung: *Dorothee Jordan, Handpuppentrainerin*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online*
Gebühr: *€ 40,00*

KBW GAP

Mit Freude nachhaltig leben

Mit Freude nachhaltig leben –
ökologische Herausforderungen ernst nehmen

Seit 2020 gibt es den neuen Bereich „Schöpfungsverantwortung" im Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen, der Veranstaltungen umfasst, die sich mit den Themen Nachhaltigkeit, Umwelt und Naturschutz befassen. Alle Veranstaltungen finden Sie auch in unserem Flyer „Wovon leben wir?", der gerne in der Geschäftsstelle des Kreisbildungswerks angefordert werden kann und auch auf unserer Homepage zum Download bereitsteht.

Die aktuelle Reihe wird gefördert durch Innovative Projekte der KEB München-Freising

„Biologische Vielfalt trifft Schöpfungsspiritualität"
Vorstellung des Buches über vier Pilgerwege im Landkreis Garmisch-Partenkirchen

Di., 22.09.2020
19.00 Uhr
Murnau
Pfarrheim
Mayr-Graz-Weg 10

Im Rahmen des Projekts „Alpenflussland-schaften. Vielfalt leben von Ammersee bis Zugspitze" entstanden vier Pilgerwege, die die herausragende biologische Vielfalt im Landkreis Garmisch-Partenkirchen mit der christlichen Schöpfungsspiritualität verbinden möchten. Der Autor des Buches, Benjamin Schwarz, stellt das neue Buch und das Konzept der vier Pilgerwege vor und gibt fotografische Einblicke in die artenreichen Lebensräume vor unserer Haustür.

In Kooperation mit der Buchhandlung Gattner, Murnau.
Referent: *Dipl.-Biol. und Mag.-Theol. Benjamin Schwarz. Als Projektkoordinator „Biodiversität & Schöpfungsspiritualität" begleitet er beim Kath. Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen das Projekt „Alpenflusslandschaften. Vielfalt leben von Ammersee bis Zugspitze". Er hat hierzu die vier Pilgerwege „Franziskus", „Benedikt", „Jakob" und „Hildegard" ausgearbeitet - www.pilgerwege-gap.de*
Die Teilnahme ist kostenfrei. *Um Anmeldung beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online wird gebeten.*

© oekom-verlag

Das Murnauer Moos als Hort der Artenvielfalt
Waum Moore für eine nachhaltige Zukunft so wichtig sind

Fr., 25.09.2020
17.00 Uhr
Murnau
Biologische Station
Murnau
Ramsachstr. 15

In einem Vortrag mit anschließender Exkursion erläutert Prof. Michael Succow, einer der besten Moorkenner weltweit, die Bedeutung von Mooren und speziell des Murnauer Mooses für eine nachhaltige Zukunft.
In dem Vortrag geht es nicht nur um Hintergründe, weshalb Moore so bedeutsam sind für die Artenvielfalt, den Klimaschutz oder für alternative, zukunftsfähige Landnutzungen, sondern auch um die konkrete Praxis vor Ort.
Eine Exkursion im Anschluss an den Vortrag lässt hautnah erleben, wie Biodiversität vor Ort gefördert wird und wie jeder Einzelne dazu beitragen kann, diese Schatzkammer der Natur zu bewahren. Begleitet wird die Veranstaltung von Dr. Heiko Liebel vom Landratsamt Garmisch-Partenkirchen.

© B. Schwarz

Dr. Michael Succow

Dr. Heiko Liebel

In Kooperation mit der Biologischen Station Murnauer Moos.

Referenten:
Prof. Dr. Michael Succow, Träger des Alternativen Nobelpreises, entwickelte den Studiengang „Landschaftsökologie & Naturschutz" an der Universität Greifswald und ist weltweit als Berater bei der Einrichtung von Schutzgebieten und Biosphärenreservaten tätig.
Dr. Heiko Liebel, Geoökologe mit Schwerpunkt Botanik und Ornithologie, seit 2016 ist er für den Aufbau und Betrieb der Biologischen Station Murnau Moos zuständig.

Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online erforderlich.*
Die Teilnahme ist kostenfrei.
Um Spenden wird gebeten.

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

Wie wird ein Unternehmen nachhaltig?
Einblick in die Murnauer Kaffeerösterei

Di., 29.09.2020
19.00 Uhr
Murnau
Murnauer Kaffeerösterei
Am Mösl 4

© STROHWASSER-LICHT

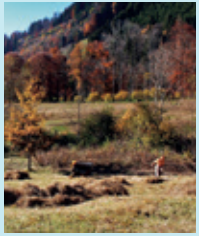
Thomas Eckel

„Schritt für Schritt zu mehr Nachhaltigkeit" ist das Konzept, das Thomas Eckel, der Geschäftsführer der Murnauer Kaffeerösterei zusammen mit seinen Mitarbeiter*innen verfolgt. Das fängt bei der Auswahl naturverträglichen und Artenvielfalt fördernden Kaffeeanbaus an, geht über eine faire Bezahlung der meist kleinbäuerlichen Produzenten in den Anbaugebieten und setzt sich in der Weiterverarbeitung und dem Verkauf in Deutschland fort. Neben den ökologischen Kriterien spielen stets auch soziale Aspekte eine wichtige Rolle. Nachhaltigkeit heißt auch, den Vertragspartnern und ebenso den eigenen Mitarbeiter*innen faire und attraktive Rahmenbedingungen zu bieten.
Ausgehend von den vielfältigen beispielhaften Maßnahmen dieses Unternehmens bietet die Veranstaltung Anregungen und Ermutigungen im eigenen Umfeld nachhaltig zu handeln.

In Kooperation mit der Murnauer Kaffeerösterei.
Referent: *Thomas Eckel, Betriebswirt, Gründer der Murnauer Kaffeerösterei.*
Die Teilnahme ist kostenfrei. *Anmeldung beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online erforderlich.*

Wiesmahd-Aktion in Ettal
Schöpfungsverantwortung in der Praxis

Termin noch offen
10.00 Uhr
Ettal
Schaukäserei
Mandlweg 1



© B. Schwarz

Die Wiesmahd stellt einen wichtigen und unmittelbaren Beitrag zum Erhalt der Biodiversität dar. Die Flächen haben einen hohen Naturschutzwert und werden von Landwirten traditionell extensiv bewirtschaftet, d.h. nicht gedüngt und nur einmal im Jahr gemäht. Bei der Wiesmahd gibt es immer auch einen Einblick in die Artenvielfalt unserer Heimat; zugleich leisten wir einen aktiven Beitrag zum Erhalt dieser Vielfalt. Wir betrachten diese Aktionen als konkret praktizierte Schöpfungsverantwortung, sozusagen als gelebte Schöpfungsspiritualität. Sie lernen vor Ort auch kennen, wie Schöpfungsspiritualität und Biodiversität zusammenhängen. Körperliche Fitness ist Voraussetzung.

Dieser Termin wird in Ettal auf einer Fläche am Enzianweg durchgeführt. Treffpunkt ist vor der Schaukäserei in Ettal.
Das genaue Datum für diese Veranstaltung steht noch nicht fest; es wird über unsere Homepage sowie in der Presse bekannt gegeben.
Referent: *Benjamin Schwarz, Theologe und Biologe, Geschäftsführer des Kath. Kreisbildungswerks Garmisch-Partenkirchen*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online erforderlich.*
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Schöpfungsspiritualität
Ohne spirituelle Beziehung zur Natur kein Umweltschutz

Do., 15.10.2020
19.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Kongresshaus, Olympiasaal
Richard-Strauß-Platz 1a

Die ökologische Krise erfordert ganzheitliche Lösungen. In seiner Enzyklika Laudato si' betont Papst Franziskus die Wichtigkeit einer „ökologischen Umkehr". Die christliche Spiritualität kann dazu Wesentliches beitragen.
Die Motivation, im Umweltschutz aktiv zu werden, hängt essentiell von den eigenen Werten und der Beziehung zur Natur ab. P. Anselm Grün gewährt mit seinem Vortrag Einblicke in die Schätze der Schöpfungsspiritualität und wie diese zur Lösung der großen Herausforderungen unserer Zeit beitragen können.

P. Anselm Grün, OSB

Referent: *Dr. theol. Pater Anselm Grün, OSB, Mönch der Benediktinerabtei Münsterschwarzach. Als Bestsellerautor und geistlicher Begleiter zählt er zu den bekanntesten Ordensleuten im deutschsprachigen Raum.*
Um Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online wird gebeten.*
Gebühr: *€ 5,00*

buchhandlung
ADAM
Am Kurpark 20
T: 08821 57375
www.buch-adam.de

Nachhaltig kochen und sinnvoll genießen
Koch-Workshop

Nachholtermin

Fr., 16.10.2020
16.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
AOK Gesundheitstreff
Hindenburgstr. 43

Fertigpizza? Tiefkühlkost? Schon wieder Nudeln? Es geht auch anders!
Fridays for Future, Greta Thunberg, Plastikfrei leben und Artenvielfalt – Namen und Begriffe, die unseren Alltag prägen. Nachhaltigkeit und Umweltschutz sind die Themen, die uns beschäftigen. „Einer allein kann doch nicht viel tun" ist ein Satz, der dabei oft fällt. Aber ist das wirklich so? Fängt Nachhaltigkeit nicht schon im Kleinen – z.B. in der heimischen Küche an? Ideenreich, schnell und ressourcenschonend kochen ist das Thema – innerhalb von 15 Minuten zaubern wir ein nachhaltiges Essen auf den Tisch, das lecker schmeckt, gesund und außerdem klimafreundlich ist.
Wir besprechen alles rund um Nachhaltigkeit und Umweltschutz beim Einkaufen, Kochen und Essen, Verpackung, Saisonalität, regionale Produkte etc. Es darf experimentiert werden, wir werden Erfahrungen austauschen und ganz pragmatisch erproben und anschließend genießen, wie Sie Nachhaltigkeit in Ihren Kochalltag integrieren – auch, wenn es mal schnell gehen muss.

KBW GAP
Katholisches Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen e.V.

Leitung: *Anschi Hacklinger, Mit-Gründerin des Nachhaltigkeitsforums „Wirkstatt" (gemeinsam mit Monika Ziegler von KulturVision im Rahmen von „Anders wachsen") in Weyarn. Hier sollten neue Ideen fürs Tun geboren und umgesetzt werden (www.wirkstatt-anders-wachsen.de).*

In Kooperation mit der vhs Garmisch-Partenkirchen.
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online erforderlich.*
Gebühr *(einschl. Material): € 30,00*

© C. Müller

Besser leben ohne Plastik

Mo., 19.10.2020
19.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Kongresshaus
Olympiasaal
Richard-Strauss-Platz 1a

Nadine Schubert

Verdreckte Strände, strangulierte Tiere, Weichmacher im Blut. Diese Tatsachen veranlassten Nadine Schubert zur Konsequenz, dass es so nicht weitergehen kann. Seit dem großen Erfolg von »Besser leben ohne Plastik« ist sie gefragt wie nie. Im gesamten deutschen Sprachraum wird sie gebucht und ist gern gesehener Gast in Funk und Fernsehen. Die Spiegel-Bestsellerautorin hat sich auch mit dem Thema Mikroplastik beschäftigt und präsentiert neue Tipps und Anregungen, den ebenso unschönen wie schädlichen „Kunst"-Stoff aus unserem Leben zu verbannen.
In Ihren unterhaltsamen Vorträgen gibt Nadine Schubert viele Praxistipps und macht Lust darauf, Plastik aus dem Alltag zu verbannen - ohne den erhobenen Zeigefinger. „Es soll Spaß machen und muss einfach sein", so die Autorin. Und wer die Tipps einmal gehört hat, will schnell loslegen.

Referentin: *Nadine Schubert, Journalistin, Bestseller-Autorin*
Um Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online wird gebeten.*
Gebühr: *€ 5,00*

Die Zeit ist reif für einen Wandel
Die Vision einer gemeinwohl-orientierten Zukunft

Fr., 30.10.2020
18.30 Uhr
Murnau
Kultur- und Tagungszentrum
Ödön-von-Horváth-Platz 1

© www.simonrueger.de

Dr. Gunther Moll

Günter Grzega

Ungerechte Verteilung der Güter, die sich weiter öffnende Schere zwischen Arm und Reich, die Zunahme von psychischen Störungen und „Wohlstandserkrankungen" sowie zunehmende Umweltprobleme sind Herausforderungen unserer Zeit, die zusammenhängen. Eine Veränderung hin zu einer ökologisch wie sozial gerechteren Welt ist möglich, so sind die beiden Referenten des Abends überzeugt.
Menschenwürde, Solidarität, ökologische Nachhaltigkeit, soziale Gerechtigkeit und demokratische Mitbestimmung sind die Grundsätze der Gemeinwohl-Ökonomie.
Für mögliche Wege dorthin beleuchtet der Vortrag unsere Biologie und Psychologie, das Wesen des Geldes, der Steuern und Schulden und blickt voraus auf das Jahr 2050, wie dieses aussehen könnte, wenn sich das Konzept der Gemeinwohl-Ökonomie durchsetzt.

Referenten:
Prof. Dr. Gunther Moll, Leiter der Kinder- und Jugendabteilung für Psychische Gesundheit am Universitätsklinikum Erlangen.
Günter Grzega, ehem. Vorstandschef der Sparda-Bank München.
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Die Teilnahme ist kostenfrei,
Spenden sind willkommen.

In 28 Tagen zum Nordkap
Diashow mit Eindrücken einer Radreise fürs Gemeinwohl

Di., 10.11.2020
20.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Kolpingsheim Garmisch
Promenadestr. 13

© Ralf A. Schnabel

Im Juli 2019 ist der Schongauer Ralf Schnabel alias ‚GWOe-biker' auf seine Radreise von Schongau über die Norwegische Westküste bis ans Nordkap aufgebrochen. Nach 28 Tagen und 4.079 Kilometer erreichte er das Nordkap.
Über dieses Vorhaben will der Schongauer berichten. „Mein Vortragsabend richtet sich an Radsportbegeisterte Bürger, Norwegen-Fans und Interessierte für die Gemeinwohl Ökonomie (GWÖ)".
Darüber hinaus wird Bernhard Bayer, zertifizierter GWÖ Berater, Impulse und Informationen zu seinem Herzensthema, der Gemeinwohl-Ökonomie, geben. Die GWÖ macht sich für ein ethisches Wirtschaftsmodul stark, was sowohl dem Gemeinwohl als auch der Umwelt dient.

In Kooperation mit der Kolpingsfamilie Garmisch.
Referenten:
Ralf A. Schnabel, Unternehmensberater und Business Coach, und
Bernhard Bayer Trainer, Berater und Coach.
Um Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online wird gebeten.*
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Psychologische Mechanismen für (ausbleibendes) nachhaltiges Handeln
Vortrag mit Gespräch

Fr., 13.11.2020
19.00 Uhr
Murnau
Kultur- und Tagungszentrum Murnau
Ödön-von-Horváth-Platz 1

Dr. Antonia Misch

Dr. Roland Quabis

Was hindert Menschen daran, einen nachhaltigeren Lebensstil zu beginnen, auch wenn sie sich der Notwendigkeit hierfür bewusst sind? Mit „Fridays for Future" kam der Klimaschutz mit Macht zurück auf die politische und mediale Agenda. Die Bewegung erfuhr aus Politik und Gesellschaft hierfür hohe Anerkennung und trotzdem ist der Ausstoß von CO2 in Deutschland 2019 weiter angestiegen.
Was hindert Menschen psychologisch daran zu handeln? Was kann der Einzelne beitragen – und wer kann wie Menschen dazu bewegen, nach über 30 Jahren Diskussion endlich mit dem Handeln zu beginnen?

In Kooperation mit dem Bund Naturschutz, Ortsgruppe Murnau.
ReferentInnen:
Dr. Antonia Misch, Department Psychologie der LMU München,
Dr. Roland Quabis, Department Psychologie der LMU München.
Beide Wissenschaftler sind Mitglied der Münchner Regionalgruppe Scientists4Future.
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Die Teilnahme ist kostenfrei,
Spenden sind willkommen.

Gesund-sein, Körper und Seele und die Kraft in unserer Kultur

KBW-GAP

© iStock.com/Michal Boubin

Forum „Gesundheit & Fitness für Körper & Geist“

Die Kurse des Forums finden unter der Leitung von Karin Christmann statt.
Informationen und Anmeldung *bei ihr direkt unter Tel. 08841 5713*

Aktiv und beweglich mit 60+
ausgewogene Gymnastik für Körper und Geist

dienstags
ab 15.09.2020
09.30 – 10.30 Uhr
Murnau
Kath. Pfarrheim
Mayr-Graz-Weg 1

Ein ausgewogenes zielgerichtetes Trainingsprogramm ist ein wichtiger Beitrag, Körper und Geist gesund und fit zu halten. Aktiv und beweglich mit 60+ ist ein intensives und ausgewogenes Trainingsprogramm. Der ganze Körper wird vom Kopf bis in die Füße durchgearbeitet. Wir trainieren nach den Pilates-Grundprinzipien: mit Konzentration und Präzision aus der Körpermitte. Das sensibilisiert das Körpergefühl und stärkt die Tiefenmuskulatur im Rücken, Gesäß, Bauch und Beckenboden. Jede Stunde schließt mit Dehnungsübungen oder einer Entspannungsübung ab, das vitalisiert Körper, Geist und Seele. Ein ausgewogenes Training, das fordert, aber nicht überfordert und richtig Spaß macht. Wenn sie schon seit längerer Zeit keinen Sport mehr machen, dann ist dieses Training eine gute Gelegenheit für einen Wiedereinstieg in ein aktives und gesundes Leben.

Bitte bringen Sie eine Matte mit!
Gebühr für 15 Treffen: *€ 82,50*

Geistig fit bis ins hohe Alter
Gedächtnistraining für Senioren

dienstags
ab 08.09.2020
14.30 - 15.30 Uhr
und
mittwochs
ab 16.09.2020
9.30 - 10.30 Uhr
jeweils
Murnau
Kath. Pfarrheim
Mayr-Graz-Weg 1

Frische Farben für die grauen Zellen, warum? Wer rastet, der rostet!
In jeder Lebensphase ist es wichtig, Kontakte zu pflegen und etwas für die körperliche und geistige Fitness zu tun. Für ein selbstbestimmtes und selbständiges Leben ist körperliche und geistige Fitness unabdingbar.
In diesem Kurs können sie etwas dafür tun. Wir befassen uns mit den Themen Merkfähigkeit, Aufmerksamkeit und Konzentration. Sie erfahren, wie sie sich Namen und die Dinge des Alltags besser behalten können. Sie lernen Yogaübungen kennen, die helfen, sich selbst zu spüren, die Konzentration auf Körper und Geist zu richten und Veränderungen zuzulassen. Ein fröhliches und doch diszipliniertes miteinander Arbeiten in einer wunderbaren Gruppe.

Gebühr für 15 Treffen *(dienstags)***:** *€ 120,00*
Gebühr für 14 Treffen *(mittwochs)***:** *€ 112,00*

© J. Unterstein

Pilates und Yoga

mittwochs
ab 16.09.2020
8.00 - 9.15 Uhr
Murnau
Kath. Pfarrheim
Mayr-Graz-Weg 1

Ein Pilates-Lehrsatz lautet: „Lass die Bewegung aus einer starken Mitte fließen". Diese Mitte, das Kraftzentrum „Powerhouse" ist der Ausgangspunkt für jede Bewegung. Die Konzentration auf die Übung führt zu einer korrekten Ausrichtung, Haltung und Stabilisation des Körpers. Die Atmung ist der Motor für die Pilates-Körperarbeit. Eine bewusste Atmung unterstützt bei der Wahrnehmung und Aktivierung der Tiefenmuskulatur, dadurch wird das Gefühl für den eigenen Körper sensibilisiert. Jede Pilates-Übung wird präzise, konzentriert und bewusst angeleitet und durchgeführt. Alle an einer Bewegung beteiligten Muskeln werden aktiviert. Gleichmäßig fließende Bewegungen und das Zusammenspiel von Bauch, Rücken und Beckenboden führen zu einer starken Körpermitte, einer aufrechten Haltung und anmutigen Bewegungen. Pilates ist ein ausgewogenes System von Bewegungen, das Körper, Geist und Seele gut tut. Bitte bringen Sie eine Matte mit.

Wichtiger Hinweis: Dieses Training ist nicht geeignet für sportlich ungeübte Menschen.
Gebühr für 14 Treffen: *€ 112,00*

Gymnastik auf dem Stuhl – Aktiv und gesund ins Alter

montags
ab 14.09.2020
14.00 - 15.00 Uhr
Ohlstadt
Kath. Pfarrheim
Hagrainstr. 10

und

donnerstags
ab 17.09.2020
10.45 – 11.45 Uhr
Murnau
Kath. Pfarrheim,
Murnau
Mayr-Graz-Weg 1

© iStock.com - Silvia Jansen

Die beste Möglichkeit, ein selbständiges und gesundes Leben bis ins hohe Alter zu führen, ist die Bewegung. Alle körperlichen Fähigkeiten, die nicht mehr ausgeübt werden, verkümmern, insbesondere im Alter. Die Muskulatur wird schwächer, die Gelenke werden steif und der ganze Körper ist unbeweglich und träge. Deshalb ist Bewegung im Alter eine unabdingbare Voraussetzung, um möglichst lange selbständig, fit und gesund leben zu können. Mit diesem ausgewogenen und altersgerechten Bewegungsprogramm auf und hinter dem Stuhl werden alle Muskeln, die zur Aufrechterhaltung der Selbständigkeit wichtig sind, trainiert. Dazu gehören die Beine und das Gesäß, Rücken, Bauch und Beckenboden, Schultern und Arme. Das Trainieren des Gleichgewichtes zur Vermeidung von Stürzen und die allgemeine Beweglichkeit werden ebenso berücksichtigt. Jede Stunde schließt mit einer Entspannungsübung ab. Ein Bewegungstraining für ältere Menschen, das viel Freude und Spaß macht.

Gebühr für 15 Treffen *(Ohlstadt)***:** *€ 82,50*
Gebühr für 14 Treffen *(Murnau)***:** *€ 77,00*

Yoga für den Rücken
Energie - Balance - Entspannung

montags
ab 14.09.2020
17.30 - 19.00 Uhr
Seehausen
Kath. Pfarrheim
Seestraße 1

Yoga hat in der Rückentherapie und im Rückentraining einen festen Platz gefunden. Die Asanas formen und fordern den Körper, kräftigen die Muskulatur und lösen Verspannungen. Durch die Konzentration auf den Atem vereinen sich Körper und Geist. Wir lernen, uns selbst zu spüren, die eigenen Grenzen wahrzunehmen und zur Ruhe zu kommen.

Bitte bringen Sie eine Matte und eine Decke mit.
Gebühr für 15 Treffen: € *135,00*

Karin Christmann

Leitung der Kurse im Forum „Gesundheit & Fitness für Körper & Geist": Karin Christmann, Gedächtnistrainerin BVGT, Gesundheitspädagogin, Lehrerin für Bewegung, Körperentspannung und Fitness, Rückenschullehrerin. „Meine Erfahrung ist: Regelmäßiges Training der Beweglichkeit und Koordination, der Reaktion und der Wahrnehmungsfähigkeit verbessert die Leistungsfähigkeit des Gehirns."

Ashtanga-Yoga
Sportlich-meditatives Yoga für alle Altersgruppen

montags,
18.15 - 19.45 Uhr
ab 14.09.2020
Murnau
Kath. Pfarrheim
Mayr-Graz-Weg 1

Im Ashtanga-Yoga wird eine feststehende Serie von Yoga-Positionen durchgeführt, die, begleitet von tiefer, gleichmäßiger Atmung, fließend ineinander übergehen. Dieses Yoga ist sportlicher und dynamischer als die meisten Yogaformen (Schwitzen ist erwünscht!), wobei im kontinuierlichen Fluß der Bewegungen tiefe Meditation stattfindet. Die Übungen fordern und fördern unsere geistige Konzentration und körperliche Ausdauer und wirken reinigend auf Körper, Geist und Seele. Sie vermitteln uns Entspannung, Kraft und Lebensfreude.
Nicht geeignet ist Ashtanga-Yoga für Menschen mit ernstlichen gesundheitlichen Beschwerden oder für Frauen in der Schwangerschaft. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Kursleiterin Dinah Marker, Tel. 08841 - 90543.

Bitte mitbringen:
- *leichte, nicht zu lockere Sportkleidung (ohne Schuhe)*
- *eine rutschfeste, nicht elastische Yoga-Matte*
- *ein Tuch oder kurzes Seil (für weniger Gelenkige)*

Leitung: *Dinah Arosa Marker, Heilpraktikerin für Klangheilung, Ganzheitliche Stimmentfaltung, Sanfte Wirbelsäulenkorrektur und Traditionelle Chinesische Medizin in Murnau.*

Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Gebühr für 11 Treffen: € *110,00*

© Lisa W.

Yoga für Einsteiger

mittwochs,
19.00 - 21.15 Uhr
ab Mi., 16.09.2020
Garmisch-Partenkirchen
Caritas-Zentrum
(Dachgeschoss)
Dompfaffstraße 1

„Wir beginnen dort, wo wir sind,
so wie wir sind und was geschieht, geschieht"
T.K.V. Desikachar

Im Zentrum von Vinyasa-Yoga 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 (Pranayama) und kleine Meditationseinheiten dazu, uns auf unseren Körper und Geist zu konzentrieren und 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 (Shavasana), in der die in der Stunde zur Schwingung gebrachten Energien zur Ruhe kommen und wir uns dem puren Sein hingeben dürfen.

Bitte mitbringen: *Eine Decke oder Yogamatte und ein kleines Kissen, bequeme Kleidung, Getränke.*
Leitung: *Judith Rhomberg, Yogalehrerin*
Anmeldung *bis 14.09.2020 beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Gebühr für 10 Treffen: € *100,00*

Yoga für die Generation plus

dienstags
18.00 - 19.15 Uhr
ab Di., 15.09.2020
Garmisch-Partenkirchen
Caritas-Zentrum
(Dachgeschoss)
Dompfaffstr. 1

Yoga ist keine Frage des Alters. Durch sanfte, achtsame und altersgerechte Yogaübungen (Asanas) kann man sich den eigenen Möglichkeiten und auch mit Einschränkungen entsprechend fordern und den Geist zur Ruhe bringen. Yoga trägt dazu bei, das Körpergefühl zu verbessern, Gelenke und Muskeln zu kräftigen und den Gleichgewichtssinn und die Konzentration zu stärken. Durch gezielte Atemübungen (Pranayama) und kleinen Meditationseinheiten wird die Konzentration auf den eigenen Körper und Geist gelenkt und die Seele beginnt sich zu entspannen. Sie lernen durch Yoga mit den Begleiterscheinungen des Alters besser umzugehen und die Gesundheit und Lebensqualität im fortgeschrittenen Alter zu erhalten.

Bitte mitbringen: *Eine Decke oder Yogamatte und ein kleines Kissen, bequeme Kleidung, Getränke.*
Leitung: *Judith Rhomberg, Yogalehrerin*
Anmeldung *bis 14.09.2020 beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Gebühr für 10 Treffen: € *100,00*

© J. Rhomberg

KATHAN
ERGONOMIE
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

Yoga – aus der Bewegung in die Stille

dienstags
ab 08.09.2020
19.00 - 20.30 Uhr
Ohlstadt
Kath. Pfarrheim,
Hagrainstr. 10

Bei Asanas, Atem- und Entspannungsübungen entdecken wir unsere Vitalität und innere Harmonie. Bitte bringen Sie eine Decke, Matte und Sitzkissen mit und ziehen Sie bequeme Kleidung an.

Leitung: *Rosa-Maria Frombeck, ärztlich geprüfte Yogalehrerin*
Anmeldung: *Rosa-Maria Frombeck, Tel. 08841 7181*
Gebühr für 12 Treffen: *€ 108,00*

Fair einkaufen im

Weltladen Murnau

Mo – Fr 9.30 – 12.30 Uhr
und 15.00 – 18.00 Uhr
Sa 9.30 – 12.30 Uhr

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

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

Reiz-Volles Leben?
Hochsensibilität als Stärke

Nachholtermin

Fr., 18.09.2020
19.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Caritas-Zentrum,
Dachgeschoss
Dompfaffstr. 1

Angela Pfeiffer

Hochsensible Menschen nehmen Reize wie Düfte. Gerüche, Geräusche, visuelle Eindrücke oder die Emotionen anderer Menschen deutlich intensiver wahr als ihre Mitmenschen. Sie fühlen sich in Alltagssituationen, in denen andere Menschen erst richtig loslegen, schnell überlastet oder erschöpft. Viele Betroffene wissen allerdings nicht, dass sie hochsensibel sind und können keine für sie passende Hilfe finden. Deshalb will dieser Vortrag über Hochsensibilität informieren.
Folgende Inhalte werden thematisiert:

- Die Entdeckung des Phänomens Hochsensibilität
- Merkmale von Hochsensibilität
- Neurobiologische Erkenntnisse
- Reiz-Voll oder reizvoll? Hochsensibilität als Herausforderung und Stärke

Referentin: *Angela Pfeiffer ist zertifizierter Coach für Hochsensibilität (Aurum Cordis) und Gesundheitspädagogin (Sebastian Kneipp Akademie). Aufgrund ihrer eigenen Hochsensibilität ist es ihr ein persönliches Anliegen, über dieses besondere Persönlichkeitsmerkmal und dessen Umgang im (Berufs-) Alltag zu informieren.*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Eintritt: *€ 4,00*

Waldbaden-Seminar
Mit Shinrin Yoku die Natur intensiv erleben

So., 20.09.2020
und
So., 18.10.2020
jeweils 9.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Wankparkplatz
Wankbahnstraße 2

© Judith Rhomberg

Zur Ruhe kommen, Stress abbauen, den Wald und die Natur mit allen Sinnen intensiv erleben - das ganzheitliche Konzept „Shinrin Yoku" stammt ursprünglich aus Japan und wird auf Deutsch „Waldbaden" genannt. Es soll uns dabei helfen, wieder in einen intensiveren Kontakt mit der Natur und uns selbst zu kommen. Waldbaden ist das achtsame, absichtslose Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes, bei dem wir alle Sinne öffnen. Der Fokus liegt auf dem Fühlen, nicht auf dem Denken.

Das Seminar beinhaltet folgende Themen:

- Meditations- und Atemübungen, um ganz im Augenblick anzukommen
- einfache Yogaübungen, dass auch der Körper Stress abbauen und entspannen kann
- Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsschulung durch unterschiedliche Sinnes-Übungen
- eine kleine Brotzeit im Wald, um den Geschmackssinn zu schulen

Zwischendurch ist genügend Zeit, um sich einfach ziellos treiben zu lassen und um die Ruhe des Waldes zu genießen.

Bitte mitbringen: *dem Wetter angepasste Kleidung, Sonnenschutz, kleinen Imbiss und Getränke*
Bei sehr schlechten Wetterbedingungen wird ein Ersatztermin vereinbart.
Leitung: *Judith Rhomberg, Shinrin Yoku Kursleiterin, M.Sc. Umweltwissenschaften, Yogalehrerin*
Anmeldung *bei Judith Rhomberg, Tel. 0162-8203067 oder balance-kurse@t-online.de*
Gebühr: *€ 20,00*

Willkommen zurück!

Semesterstart
21. Sept. 2020

Jetzt online im Programm stöbern und anmelden!

vhs
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

Heilsames Singen in Eschenlohe ...
Herbstblock

dienstags
19.30 - 21.30 Uhr
ab 22.09.2020
Eschenlohe
Kath. Pfarrsaal
Bahnhofstr. 1
Weitere Termine:
13.10.2020
27.10.2020
10.11.2020
24.11.2020
08.12.2020

Gabriele Wanger

... macht Freude, entspannt und verbindet, läßt uns abschalten vom Alltag und Kraft tanken. 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 Mantren 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, examinierte Krankenschwester und zertifizierte Singleiterin für Heilsames Singen*
Anmeldung: *per Mail über gabrielewanger@t-online.de*
Gebühr für 6 Treffen: *€ 54,00*
Einzel-/Schnupperabend: *€ 12,00*
Bezahlung vor Ort bei Kursbeginn

Feldenkrais
Bewusstheit durch Bewegung®

dienstags
18.30 - 20.00 Uhr
ab 29.09.2020
Garmisch-Partenkirchen
Caritas-Zentrum,
Dachgeschoss
Dompfaffstr. 1

Zahlreiche Aufgaben unseres Alltags erledigen wir mit soviel 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 Achtsamkeit ausgeführten Bewegungen lassen uns spüren und erleben, wie sich Leichtigkeit und Ausdauer verbinden können. Wir lassen überflüssige Anstrengungen los und fühlen uns wohl. Wir erfahren uns als Menschen, die fähig sind, das zu tun, was uns angemessen ist, das, was uns in unserer Entwicklung weiter bringt.

Leitung: *Sr. Margit Bauschke OP, Gilde-lizenzierte Feldenkraislehrerin*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Gebühr für 10 Treffen: *€ 108,00*

© Margit Bauschke

Crashkurs Selbstverteidigung
von Frauen für Frauen

Di., 29.09.2020
18.30 Uhr
Garmisch
Longleif
Musterwohnung
(3. Stock)
Bahnhofstraße 37

und

Fr., 09.10.2020
18.30 Uhr
Murnau
Pfarrheim,
Konferenzraum
Mayr-Graz-Weg 10

© J. Rhomberg

Dieser 3-stündige Intensiv-Crash-Kurs ist für all jene geeignet, die sich „kurz und knapp" die wichtigsten Basics für die Selbstverteidigung aneignen wollen oder die einfach mal in einen Selbstverteidigungskurs „hineinschnuppern" möchten. An dem Abend werden wir wichtige theoretische Aspekte anschneiden und uns anhand effektiver, praktischer Übungen unserer eigenen physischen und mentalen Stärken bewusst werden. Hauptpunkte des Kurses sind u.a.: Selbstbehauptung (Grenzen setzen durch Mimik, Gestik und der Stimme), Rollenspiele, Einüben einfacher & effektiver Schlagtechniken und Abbau von Schlaghemmungen (Einsatz von Ganzkörper-Dummys).

Körperliche Fitness ist keine Voraussetzung für die Kursteilnahme!
Bitte mitbringen: einfache bequeme Kleidung und einen kleinen Imbiss und Getränke

Leitung: *Judith Rhomberg, zertifizierte Trainerin für Selbstverteidigung*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk oder bei Judith Rhomberg (Tel. 0162 8203067, Mail: balance-kurse@t-online.de)*
Gebühr *30,00*

ZEN-Meditation
Der Weg in die Stille

montags
18.30 - 20.00 Uhr
ab 12.10.2020
Murnau
Kath. Pfarrheim
Mayr-Graz-Weg 1

und

donnerstags
18.30 - 20.00 Uhr
ab 08.10.2020
Farchant
Raum noch offen

Cora Heide

Grundkurs an 5 Abenden:
Einführung und Weiterleitung

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

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie Decke und Socken mit. Bänkchen und Kissen stehen zur Verfügung.
Leitung: *Cora Heide, Ausbildung bei Jesuiten-Pater und Zen-Meister Enomiya Lasalle*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Gebühr für 5 Treffen: *€ 25,00*

AOK
Die Gesundheitskasse.
BAYERN
Auf die Extras kommt’s an
Sie erwarten etwas mehr? Wir bieten Ihnen den AOK-Gesundheitsvorteil
www.aok.de/bayern/gesundheitsvorteil
Einfach nah. Meine AOK.

Selbstverteidigungskurs für Frauen
Realistisch und effektiv

dienstags,
19.30 - 21.30 Uhr
ab Di., 13.10.2020
Garmisch-Partenkirchen
Raum noch offen

© J. Rhomberg

Sich der eigenen Grenzen bewusst werden, diese selbstsicher zu vertreten und im Notfall handlungsfähig zu sein - das sind die wesentlichen Ziele dieses Kurses, die auch in vielen anderen alltäglichen Situationen von Vorteil sein werden. Die Inhalte sprechen spezielle Probleme an, mit welchen sich Frauen oftmals auseinandersetzen müssen (wie z.B. unangebrachte Berührungen, verbale Belästigungen bis hin zu gewalttätigen Übergriffen).
Theoretisches Hintergrundwissen und intensives praktisches Üben effektiver Kampftechniken führen zu einer Verbesserung der mentalen und körperlichen Verteidigungsfähigkeit. Durch den Kurs erfährt man, in Konflikt- und Gefahrensituationen zielgerichtet, sicherheitsbewusst und deeskalierend zu reagieren.

Körperliche Fitness ist keine Voraussetzung für die Kursteilnahme!
Bitte mitbringen: *einfache bequeme Kleidung und einen kleinen Imbiss und Getränke*
Leitung: *Judith Rhomberg zertifizierte Trainerin für Gewaltvermeidung, Deeskalation & Selbstverteidigung, WingTsun-Trainerin, Yogalehrerin*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Gebühr: *€ 90,00*

Fermentier-Workshop

Sa., 17.10.2020
14.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
AOK Gesundheitstreff
Hindenburgstr. 43

© D. Zardini

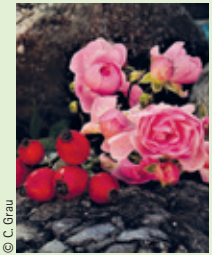
Gemüse fermentieren – eine in Vergessenheit geratene Technik, die wieder an Interesse und Beliebtheit gewinnt. Warum das so ist und wie man ganz einfach selbst zu Hause schmackhaftes und gesundes, milchsauer vergorenes Gemüse vorbereiten kann, wird in diesem Workshop erklärt.
Diane Zardini gibt Einblicke in die faszinierende Welt der fermentierten Lebensmittel und erklärt die Vorteile dieser Technik. Nach der Theorie geht es dann in die Praxis – und die mitgebrachten saisonalen Gemüse werden für den Hausgebrauch fermentiert.

Bitte mitbringen:
- 5 Spannbügelgläser von ca. 300 - 400 ml groß, rund (eignen sich besser als viereckige Gläser)
- Geschirrtuch
- ggf. Kochschürze
- saisonales Gemüse (Menge und Art werden vor Kursbeginn bekannt gegeben)

Leitung: *Dr. rer. nat. Diane Zardini*
Gebühr: *€ 40,00*

Die Rhythmen des Lebens annehmen
Für Frauen in der Lebensmitte

dienstags,
19.30 - 21.30 Uhr
ab 13.10.2020
Garmisch-Partenkirchen
Longleif
Living Plus (3. Stock)
Bahnhofstr. 37


© C. 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 verrücktspielen, 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 vielleicht, ob man im Beruf wirklich noch 15 Jahre oder länger so 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.

Leitung: *Christa Grau, Kinesiologin*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Gebühr für 5 Treffen: *€ 45,00*

Kneipp Vital – Immunboost für den Herbst
Das Kleine 5 x 1 nach Sebastian Kneipp

Fr., 23.10.2020
19.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Caritas-Zentrum,
Dachgeschoss
Dompfaffstr. 1

Mit der 5-Elemente Lehre nach Sebastian Kneipp lernen Sie ein Gesundheitskonzept kennen, das in der heutigen Zeit aktueller ist denn je, sich wunderbar einfach in den Alltag integrieren lässt und zudem den Geldbeutel schont. In diesem Vortrag erhalten Sie einen Überblick über die Elemente Wasser, Ernährung, Heilpflanzen, Bewegung und Lebensordnung, mit denen Sie Ihr Immunsystem gezielt stärken können. Mit Kneipp gelingt es Ihnen sehr leicht, Ihre Widerstandskräfte so zu aktivieren, dass Sie mit mehr Vitaltität, Gelassenheit und Freude im Leben stehen.

Referentin: *Angela Pfeiffer ist Gesundheitspädagogin (Sebastian Kneipp Akademie) und zertifizierter Coach für Hochsensibilität (Aurum Cordis).*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Eintritt: *€ 4,00*

Baumriesen im Graswangtal – Spaziergang mit Eindrücken für Körper, Geist und Seele

Nachholtermin

Sa., 24.10.2020
14.00 Uhr
Ettal
Wanderparkplatz
Graswang
Schattenwald

Wissenswertes über Bäume im Graswangtal anschaulich erklärt, besinnlich geführt, untermalt mit schönen Texten.

Referentin: *Christina Bauer, Försterin*
Anmeldung *bis 23.10.2020, 11 Uhr beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online, bis zum Vorabend bei Gabriele Daisenberger (Tel. 0174 100 26 59) möglich.*
Gebühr *(zzgl. Parkplatzgebühr): € 4,50*

© Ch. Bauer

Autogenes Training
Kurs

montags,
10.00 - 11.15 Uhr
ab 02.11.2020
Farchant
Pfarrheim
Am Gern 4

Judith Böhmer

Unser Alltag, das Berufs- und Familienleben, aber auch inzwischen die Freizeit ist beherrscht von Stress und Leistung. Beim Autogenen Training lenken wir unsere Gedanken weg von „etwas schaffen müssen" hin zu unseren Körperempfindungen. Das autogene Training ist ein Entspannungsverfahren, welches bei regelmäßiger Anwendung eine gewisse Gelassenheit und Stressreduzierung mit sich bringt und die Wahrnehmung für seinen eigenen Körper schult. Bei den Treffen wird neben praktischen Entspannungstechniken Theorie vermittelt, um Stressfaktoren aufzudecken, sich diese zu notieren, um einen „Fahrplan" für die Entspannung zu haben.

Bitte mitbringen: *eine Decke oder Yoga-Matte, Schreibzeug/Notizbuch/Block und eigene Getränke*
Leitung: *Judith Böhmer weiß mit 5 Kindern und Patchworkfamilie, was Stress bedeutet und sieht, wie wichtig es ist, aus diesem „Hamsterrad" auszusteigen.*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Gebühr für 8 Treffen: *€ 100,00*

Die sieben Säulen der Gesundheit
Vortrag

Fr., 20.11.2020
18.30 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Caritas-Zentrum
(Dachgeschoss)
Dompfaffstraße 1

Diane Zardini

Wir besitzen einen Körper, der eine wunderbare Schöpfung ist. Wir verfügen über viele Möglichkeiten, um mit unserem Körper und unserer Gesundheit richtig umgehen zu können. Aber warum warten wir oft erst ab krank zu werden, bevor wir etwas für die eigene Gesundheit tun? In Ihrem Vortrag verschafft uns die Heilpraktikerin Diane Zardini einen Einblick in die sieben Säulen der Gesundheit: Ernährung, Flüssigkeitsaufnahme, Atmung, der Ort wo man lebt bzw. wo man arbeitet, Gedanken und Emotionen, gesunder Lebensstil und körperliche Aktivität - und zeigt Wege auf, diese Säulen zu stärken und Ressourcen freizuschalten.

Referentin: *Dr. rer. nat. Diane Zardini, Heilpraktikerin mit eigener Praxis in Garmisch-Partenkirchen*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Gebühr: *€ 6,00*

Gemeinschaftliches Kochen – mit Dominik Richter

© Foto Naglik

Dominik Richter

Daheim Kochen wie ein Profi? Mit den Tipps und Tricks von Dominik Richter, der seine Ausbildung in der Vier-Sterne-Küche des Hotels Schillinghof in Bad Kohlgrub absolviert hat, kann das gelingen. Nach der Kochausbildung folgte noch ein Abschluss als Sport- und Fitnessfachwirt mit dem Schwerpunkt Ernährung: Deshalb gibt es neben dem praktischen Kochen noch viele spannende Informationen rund um gesunde Ernährung und den Umgang mit regionalen und saisonalen Produkten und hochwertigen Zutaten.

Alle Kurse finden in der Küche des AOK Gesundheitstreffs, Hindenburgstraße 43, in Garmisch-Partenkirchen statt.
Bitte bringen Sie eine Tupperdose mit Deckel, ein Geschirrtuch und ggf. eine Schürze mit.
Gebühr pro Kurs *(inkl. Material und Kursunterlagen): € 48,00*

Sa., 28.11.2020 *10.00-13.00 Uhr*	**Männerkurs – Einfach guad essen**
Sa., 12.12.2020 *10.00-13.00 Uhr*	**Garkurs – die Vielfalt der Garmethoden**
Sa., 16.01.2021 *10.00-13.00 Uhr*	**Soßen-Einsteigerkurs –** **von der Brühe zur fertigen Soße**
Sa., 30.01.2021 *10.00-13.00 Uhr*	**Blitzrezepte - schnell, regional und saisonal**
Sa., 13.02.2021 *10.00-13.00 Uhr*	**Dinner for two –** **gehobenes 3-Gang-Menü für Zwei**

© Foto Naglik

Feldenkrais: Kompaktkurs
Bewusstheit durch Bewegung®

Sa., 30.01.2021
10.00 – 13.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Caritas-Zentrum,
Dachgeschoss
Dompfaffstr.1

Zahlreiche Aufgaben unseres Alltags erledigen wir mit soviel 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 Achtsamkeit ausgeführten Bewegungen lassen uns spüren und erleben, wie sich Leichtigkeit und Ausdauer verbinden können. Wir lassen überflüssige Anstrengungen los und fühlen uns wohl. Wir erfahren uns als Menschen, die fähig sind, das zu tun, was uns angemessen ist, das, was uns in unserer Entwicklung weiter bringt.

Leitung: *Sr. Margit Bauschke OP, Gilde-lizenzierte Feldenkraislehrerin*
Anmeldung *beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Teilnehmergebühr: *€ 35,00*

Lebenserfahren und neugierig: selbst-bestimmt leben

KBW GAP

Seniorentreff Marianne Aschenbrenner

Der Seniorentreff Marianne Aschenbrenner bietet verschiedene wöchentliche Veranstaltungen an. Hinzu kommen Vorträge und Ausflüge, die Sie im aktuellen Programm vom Seniorentreff finden. Zu unseren Aufgaben gehört es ebenso, ein offenes Ohr für alle Senioren zu haben.

Seniorentreff Marianne Aschenbrenner

Sie erreichen uns telefonisch unter 08821 7810525, per E-Mail unter info@seniorentreff-gapa.de oder persönlich in der Ludwigstraße 73 in Partenkirchen. Für Veranstaltungen und Kurse bitten wir um vorherige Anmeldung

Montag

10.15 - 11.15 Uhr **Tanzen im Sitzen**
Leitung: *Elsbeth Melcher (qualifizierte Tanzleiterin)*
Spende: *€ 2,00*

14.00 - 15.00 Uhr **Yoga „auf dem Stuhl"**
mit fachkundiger Anleitung
Leitung: *Sandra Trapp (zertifizierte Yogalehrerin)*
Spende: *€ 2,00*

Dienstag

9.30 - 10.30 Uhr **Sprachcafé – englisch**
mit Anleitung

14.00 - 16.00 Uhr **HandarbeitsTREFF**
mit Anleitung

Mittwoch

10.00 – 11.00 Uhr **Yoga „auf dem Stuhl"**
Leitung: *Verena Bartelsheim (zertifizierte Yogalehrerin)*
Spende: *€ 3,00*

13.00 - 16.00 Uhr **KreativTREFF**
Malen mit Aquarell-, Acryl- und Wasserfarben und Basteln

17.00 – 19.00 Uhr **Meditation für Senioren**
Leitung: *Nityapriya Gangnus (Meditationsbegleiterin)*

Samstag

10.00 - 11.30 Uhr **Politikforum**
(jeden 1. Samstag im Monat)

10.00 – 11.30 Uhr **Literaturforum**
(alle 6 Wochen)
Bitte das auserwählte Buch bis zum nächsten Treffen lesen.

Abenteuer Demenz – ein Lächeln schenken

Do., 12.11.2020
18.30 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Longleif Living Plus, Dachgeschoss Bahnhofstr. 37

Die Gründer*innen des Vereins „Abenteuer Demenz" haben sich vorgenommen, „den positiven Weg zu einem guten Leben trotz Demenz zu gehen": Tatjana Pospisil stellt die Ideen vor – Rikschafahrten, Spaziergänge, Begegnungen als wundervolle Beispiele für ein Miteinander ohne Berührungsängste & ein Verschränken der Generationen. Die Aktionen der Nachbar*innen in Innsbruck sollen inspirieren: was davon wäre hier in Garmisch-Partenkirchen hilfreich, wert es zu versuchen, es konkret umzusetzen?
Der Abend richtet sich an Betroffene und ihre (pflegenden) Angehörigen, an Engagierte wie auch Fachpersonal aus Pflege und der sozialen Landschaft.

Referentin: *Tatjana Pospisil, Obfrau des Vereins „Abenteuer Demenz", Innsbruck*
Teilnahmegebühr: *€ 20,00*
(mit Teilnahmebestätigung)
Für ehrenamtlich Engagierte und Privatpersonen ist die Veranstaltung kostenlos.
Anmeldung und weitere Information:
Longleif gGmbH, Tel. 08821 730 76 84 oder bls@longleif.de

© Felix Dallago

LONGLEIF
LIVING
PLUS

KOSTENFREIE WOHNBERATUNG:
FÜR EINEN SELBST-BESTIMMTEN ALLTAG VON SENIORINNEN & SENIOREN

WWW.LONGLEIF-WOHNBERATUNG.DE • TEL.: 08821 966 1625 • BAHNHOFSTRASSE 37, GARMISCH-PARTENKIRCHEN

Wohnen im Alter – wenn Unterstützung nötig wird
Inforeihe

Wenn im Alter Unterstützung nötig wird, heißt das nicht zwangsläufig, in ein Pflegeheim umziehen zu müssen. Es gibt heutzutage eine Vielfalt an unterschiedlichen Wohnmöglichkeiten: Vom Wohnen in den eigenen vier Wänden mit technischer Unterstützung über das Zusammenleben in einer WG. Doch was möchte ich im Alter, wenn ich Unterstützung brauche? Wer übernimmt die Kosten? Und wo finde ich Wohnangebote? Diese Fragen und viele weitere Tipps und Informationen werden in dieser Reihe behandelt. Und Sie werden staunen: Es gibt mehr Wohn-Variationen als gedacht!

Die Teilnahme an den Veranstaltungen der Reihe ist kostenfrei.

Pflege braucht ein starkes Team
Caritas
Wir sind für Sie verlässlich an 365 Tagen unterwegs

Mit uns als starkem Partner können Sie sicher sein, dass Sie und Ihre Angehörigen bei uns in den besten Händen sind.

Gerne informieren und beraten wir Sie über unsere Pflege- und Betreuungsangebote im gesamten Landkreis.

Wir pflegen Menschlichkeit
Caritas-Sozialstation Garmisch-Partenkirchen
Dompfaffstraße 1, 82467 Garmisch-Partenkirchen
Telefon: 08821/94348-60
E-Mail: sozialstation-gap@caritasmuenchen.de
www.caritas-garmisch-partenkirchen.de

Mein Leben im Alter

Wohnen daheim mit Hausnotruf
Hilfe auf Knopfdruck

Mi., 07.10.2020
18.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Longleif Living Plus
Dachgeschoss
Bahnhofstraße 37

Allein zu wohnen ist im Alter nicht immer einfach: Es kann passieren, dass man z.B. im Badezimmer ausrutscht, das Telefon aber im Wohnzimmer steht. Oder man fühlt sich nicht gut, Kinder und Enkelkinder sind in der Arbeit und nicht erreichbar. Wenn man sich nicht mehr sicher fühlt, weil körperliche Einschränkungen vorhanden sind, dann ist es gut zu wissen, dass es Hilfe gibt: Mit einem Hausnotruf ist das möglich. Dort ist immer jemand erreichbar - und das auf Knopfdruck.

Referentin: *Steffie Jung-Wirz, Fachdienst Hausnotruf, Malteser*
Anmeldung *bis 08.10.2020 beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*

Wohnen daheim trotz Demenz – Wohnberatung
Für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

Do., 29.10.2020
18.30 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Longleif,
Living plus
(Dachgeschoss)
Bahnhofstraße 37

Sich in den eigenen vier Wänden geborgen, aufgehoben und sicher fühlen – für Menschen mit demenziellen Veränderungen ist das ganz besonders wichtig, gerade dann, wenn sie bei fortschreitenden Krankheitsbild Unterstützung und Vorsorge durch ihre Angehörigen oder die sie Pflegenden benötigen.
Oft sind es gerade die kleinen Dinge, die Ihnen helfen, sich besser zu orientieren und sich im Raum zu bewegen. Antworten zum Thema „Erhalt der Selbständigkeit in den eigenen vier Wänden – trotz Demenz", Impulse und Praxistipps bringt der Abend mit Markus Heberle von der Longleif Wohnberatung..

Referent: *Markus Heberle,*
Longleif Wohnberatung
Anmeldung *bis 28.10.2020 beim*
Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.

© Longleif

Wohnen unter einem Dach – Filmvorführung

Do., 03.12.2020
18.00 Uhr
Garmisch-Partenkrichen
Longleif,
Living plus
(Dachgeschoss)
Bahnhofstraße 37

Rund 60 Senioren sowie Alleinerziehende mit ihren Kindern sind in Nürnberg im Rahmen des Wohnprojekts „anders WOHNEN" zusammengezogen. Im Wohnbereich entstanden zuvor 44 Einheiten, die je nach den unterschiedlichen Bedürfnissen der Bewohner zugeschnitten wurden. Eine Kindertagesstätte, in der auch Senioren ehrenamtlich tätig sind sowie ein Café mit Bäckerei ergänzen die Wohnform und sorgen für Vernetzung und Miteinander im Sozialraum.

Ein Film unter der Regie von Julia Thomas und Thomas Steigerwald stellt das Konzept vor, das auf gegenseitige Unterstützung sowie den unterschiedlichen Ressourcen aufbaut – und zeigt auch die Schwierigkeiten des neuen und ungewohnten Miteinanders auf.

Anmeldung *bis 02.12.2020 beim*
Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.

© M. Loder

Rat und Tat für Kümmerer ist ein zweiteiliger Workshop - es gibt die Möglichkeit, an einem Termin oder an beiden Terminen teilzunehmen. Der zweite Teil findet am 13.11.2020 statt.

Rat und Tat für Kümmerer – Teil 1

Nachholtermin

Workshop

Sa., 07.11.2020
11.00 – 16.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Seniorentreff Marianne Aschenbrenner
Ludwigstraße 73

Gefördert durch Innovative Projekte der KEB München und Freising e.V.

Sie müssen Freunden absagen, weil Sie Ihre Mutter zum Arzt fahren? Sie müssen früher von der Arbeit weg, weil Ihr Vater angerufen hat? Sie fahren nach dem Einkauf einen Umweg zu Ihren Großeltern, um ihnen die Einkäufe vorbeizubringen? Schlechtes Gewissen, Überforderung, fehlende Anerkennung und das Gefühl, niemandem gerecht werden zu können, kennen Sie zu gut. Wenn das zu Ihrem Alltag gehört, dann sind Sie ein „Kümmerer". Ihr Angehöriger ist kein Pflegefall, dennoch verbringen Sie einen Großteil Ihrer Zeit damit, diesen zu unterstützen. Beim Workshop „Rat und Tat für Kümmerer" mit der Coaching-Expertin Petra Schlitt wird der Blick genau auf diese „Vorphase" der Pflege gelenkt und Besonderheiten dieser „Rundum-Organisation" beleuchtet. Was bedeutet diese „Kümmerzeit" für Sie und Ihr Umfeld? Wie verändern sich Ihre Beziehungen und Ihre Rolle gegenüber den Geschwistern, Eltern und Kindern, Nachbarn und Freunden und sonstigen Angehörigen? Und wie können Sie Konflikte vermeiden oder ihnen gut begegnen? Machen Sie sich bewusst, was Sie täglich leisten und wie Sie dabei auf sich selbst achten.

© Eva Giovannini_Jule Kühn

Petra Schlitt

Referentin: *Petra Schlitt, Coach für Kümmerer und Demenzberaterin, Gründerin von „Rat und Tat für Elternkümmerer", Autorin des Buches „Überlebenstipps für Elternkümmerer"*
Anmeldung *bis 30.10.2020 beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Gebühr: *€ 10,00*

BRK Kreisverband
Garmisch-Partenkirchen

Bayerisches Rotes Kreuz

Fit in Smartphone und Internet

Jeden Montag in **Garmisch-Partenkirchen**, jeden Dienstag in **Murnau**. Einstieg jederzeit möglich.

www.brk-gap.de/digitalsprechstunde
oder anrufen: 08821-94321-12

Rat und Tat für Kümmerer – Teil 2
Praxistipps

Nachholtermin

Fr., 13.11.2020
18.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Seniorentreff
Marianne Aschenbrenner
Ludwigstraße 73

An diesem Abend erhalten Sie Impulse zur Unterstützung im Alltag und Informationen zu Hilfsangeboten und Kontaktstellen. Neben „kleinen" Alltagshilfen erfahren Sie hier ebenfalls, ab welchem Zeitpunkt und wie Sie einen Pflegegrad beantragen können, welche ambulanten Hilfen es für daheim gibt und wie Sie sich selbst als „Kümmerer" Zeit und Raum zum Atmen verschaffen können.

Rat und Tat für Kümmerer ist ein zweiteiliger Workshop - es gibt die Möglichkeit, an einem Termin oder an beiden Terminen teilzunehmen.
Referentin: *Manuela Loder, exam. Gesundheits- und Krankenpflegerin, Pflegewissenschaften B.Sc.*
Anmeldung *bis 12.11.2020 beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*

© iStock.com – Ocskay Mark

Heimat- und Kulturgeschichte

Die Spuren der Geschichte und die Bedeutung der Zeit

KBW GAP

Studienreihe Kultur – Geschichte – Heimat

Nachholtermine

Für die Studienreihe Kultur – Geschichte – Heimat wählen wir für Sie immer besondere Themen und Orte aus, in denen Geschichte und Geschichten unserer Region erfahrbar werden. Dabei gibt es immer wieder Neues zu erfahren und sicher auch die Gelegenheit, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen. Sie können die Studienreihe für das Halbjahr buchen. Es gibt keine Zulassungsvoraussetzungen, allein das Interesse an den Themen ist entscheidend. Die Studienreihe steht allen Interessierten offen. Einen Flyer mit ausführlichen Informationen zu den Themen und Referenten erhalten Sie über die Geschäftsstelle des Kreisbildungswerkes.

Marilen Strobel

Studienbegleitung: *Marilen Strobel ist seit 20 Jahren Gästeführerin des Marktes Murnau sowie Museumsführerin im Freilichtmuseum Glentleiten. Seit 2009 ist sie engagiert im Studiengang „Kultur und Geschichte im Satffelsee-Gebiet" für das Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen als Projektleitung und Studienbegleiterin tätig.*

Infos zur Studienreihe:
Kath. Kreisbildungwerk, telefonisch oder per E-Mail.

Frauen in Politik und Kunst Von der Jahrhundertwende bis in die 1920er Jahre

Studienreihe

Di., 29.09.2020
9.30 Uhr
Seehausen
Gasthof „Zum Stern"
Dorfstraße 2

Referentin: *Dr. Barbara Kink*

Possenhofen Kleinod unter Pöckings Dörfern mit fürstlicher Vergangenheit

Studienreihe

Di., 13.10.2020
9.30 Uhr
Seehausen
Gasthof „Zum Stern"
Dorfstraße 2

Referentin: *Dr. Gertrud Rank*

Vorstufe zum Paradies? Joseph von Hazzi und das Land Bayern um 1800

Studienreihe

Di., 27.10.2020
9.30 Uhr
Seehausen
Gasthof Zum Stern
Dorfstraße 2

Referent: *Markus Wagner*

Ein Literaturstreit zwischen Lion Feuchtwanger und Georg Queri um die Passionsspiele in Oberammergau im Jahre 1910

Studienreihe

Di., 10.11.2020
9.30 Uhr
Seehausen
Gasthof Zum Stern
Dorfstraße 2

Referent: *Dr. Michael Stephan*

Christoph Probst (1919 – 1943) Eine Spurensuche in Murnau und Kochel

Studienreihe

Di., 08.12.2020
9.30 Uhr
Seehausen
Gasthof Zum Stern
Dorfstraße 2

Referentin: *Dr. Marion Hruschka*

Alles ganz anders: die Burgen von Schongau und Peiting im Licht neuester Forschungen

Studienreihe

Di., 04.02.2020
9.30 Uhr
Seehausen
Gasthof Zum Stern
Dorfstraße 2

Referent: *Dr. phil Joachim Zeune*

Grasegger
Am Kurpark 8
82467 Garmisch-Partenkirchen
www.grasegger.de

/
IHR HAUS FÜR TRADITION
UND GEGENWART

„Vom Steinbeil zur Austermuschel"
Sonderausstellung bis 8. November 2020

Mo., 07.09.2020
10.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Museum Werdenfels
Ludwigstrasse 47

Das Museum Werdenfels in Garmisch-Partenkirchen zeigt 25 besondere, vor- und frühgeschichtliche Funde aus dem Landkreis Garmisch-Partenkirchen. Alle Stücke stammen aus den Beständen des Museum Werdenfels oder sind Leihgaben aus dem Landkreis.
Die Zeitspanne reicht von einer steinzeitlichen Beilklinge, die im Jahr 2000 nahe der ehemaligen Römerstraße bei Gerold gefunden wurde, bis zur Austermuschel aus der Burg Werdenfels aus dem 15./16. Jahrhundert.

Die Besichtigung der Ausstellung im Museum ist ohne Anmeldung möglich.

© Museum Werdenfels

Exkursion: Alpgeister - Ritter und Mönche

Sa., 26.09.2020
13.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Partenkirchen, Rathausplatz

© iStock.com - juegen2008

Exkursion über Aidling – Kloster Polling – Kloster Wessobrunn mit Besichtigungen, kleinen Spaziergängen und Pausen. Auf einer gemütlichen Nachmittags-Fahrt zum Themenkreis ALPGEISTER erfahren und erspüren wir weitere geheimnisumwobene Wege und Orte, Burgen und Klöster in unserem Oberland. Henny Schübel erzählt von Sagen und Mythen, die unsere tiefen geschichtlichen Wurzeln bezeugen. Dazu ist uns mit den Klöstern und herrlicher Landschaft, eine unvergessliche Kulisse für die Sagen, „Mönche, Ritter und ALPGEISTER", in nächster Nähe präsent.

Je nach Teilnehmerzahl fahren wir mit einem geordneten Sprinter oder Bus, die Fahrkosten werden unter den Teilnehmenden aufgeteilt.
Referentin: *Henny Schübel, zertifizierte Pilgerbegleiterin, Natur- und Landschaftsführerin.*
Anmeldung *bis 18.09.2020 beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*
Gebühr: *Kosten für die Busfahrt.*

Märchen für Erwachsene
Schätze der Literatur

Di., 29.09.2020
19.00 Uhr
Saulgrub
Aura-Hotel,
Kur- und
Begegnungszentrum
Alte Römerstr. 41-43

Referentin: *Maria Schuhmacher*
Die Teilnahme ist kostenfrei
und ohne Anmeldung möglich.

Kloster Ettal
seit 1330

Benediktinerabtei Ettal
Kaiser-Ludwig-Platz 1
82488 Ettal
Tel. 08822 – 746212
fuehrung@kloster-ettal.de

Basilika · Die Führung ist kostenfrei, um eine Spende für den Unterhalt der Kirche wird gebeten.

Liqueurmanufaktur · Dauer ca. 45 Minuten, Beginnend am Torbogen „Zur Destillerie". Inhalte zur Geschichte des Klosters und der Liqueurmanufaktur, Geschichte des Liqueurs, Rohstoffe, Herstellungsmethoden.
Inkl. kleiner Liqueurprobe. **Gebühr:** € 9,00

Klosterbrauerei · Dauer ca. 60 Minuten, Beginnend am Torbogen zum Brauereihof. Geschichte des Klosters, der Brauerei, des Bieres und dem Brauprozess. Inkl. kleiner Bierprobe. **Gebühr:** € 12,00

Zeiten und Infos: ***www.kloster-ettal.de****.*
Lösen Sie die Tickets für die Führungen durch Liqueurmanufaktur und Brauerei bitte vorab im Klosterladen.

Wald und Baum
Naturerscheinungen und Lebewesen

Do., 15.10.2020
19.00 Uhr
Saulgrub
Aura-Hotel,
Kur- und
Begegnungszentrum
Alte Römerstr. 41-43

Referent: *Günter Gleißner*
Die Teilnahme ist kostenfrei
und ohne Anmeldung möglich.

© M. Amann

Rauh- oder Rauchnächte – die 12 heiligen Nächte

Fr., 30.10.2020
19.00 Uhr
Partenkirchen
Atlas Grand Hotel
Alte Poststube
Ludwigstraße 49

© I. Schaffer

Perchten, die wilde Jagd und ein Orakel für das kommende Jahr – die Rauh- oder Rauchnächte. 12 Heilige Nächte, wenn sich der Winter wendet, wenn christliche und vorchristliche Bräuche sich mischen, sowohl Jahres-Abschluss als auch Neubeginn, geheimnisumwittert und vielleicht ist ja doch was dran ...
Die Rauhnächte sind in unserem bayrischen Brauchtumskalender sehr wichtige Tage. Welche tiefe Bedeutung die 12 Nächte zwischen Thomas-Tag und Dreikönig im Volksglauben, in der Tradition, im Brauchtum und für uns persönlich haben, wird in diesem Vortrag erhellt. Und zwar dort, wo's hingehört - im Wirtshaus.

Es wird eine kleine Abendkarte mit Essens- und Getränkeauswahl geben, der Verzehr erfolgt auf eigene Kosten.
Referentin: *Henny Schübel, Natur- und Landschaftsführerin.*
Die Teilnahme ist kostenfrei
und ohne Anmeldung möglich.
Spenden sind willkommen.

Das Richard-Strauss-Institut „Kultur vor Ort"

Mo., 09.11.2020
18.30 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Richard-Strauss-Institut
Schnitzschulstr. 19

© wikipedia_dguendel

Das Richard-Strauss-Institut ist mit seinen vier Säulen Wissenschaft, Ausstellung, Saisonkonzerte (GAPA Klassik) und Festival ein zentraler Kulturträger des Ortes und der Region.
Im Jahr 1982 in München gegründet, wurde das Institut 1998 nach Garmisch-Partenkirchen verlegt und im Folgejahr in der historischen „Villa Christina" im Ortsteil Partenkirchen eröffnet. Seit Frühjahr 2018 wird das Richard-Strauss-Institut von Dr. Dominik Šedivý geleitet, der uns an diesem Abend spannende Einblicke aus erster Hand geben wird.

Referent: *Dr. Dominik Sedivý, Institutsleiter Richard-Strauss-Institut*
Anmeldung *bis 09.11.2020 beim Kath. Kreisbildungswerk telefonisch oder online.*

Heimat ist Leben

Aktuelle Gedanken & Bilder zum „gemeinsamen Haus" (Laudato si') im Loisachtal

Do., 12.11.2020
19.00 Uhr
Garmisch-Partenkirchen
Caritas-Zentrum
Dachgeschoß
Dompfaffstr. 1

Laudato Si', die päpstliche Enzyklika, ist nun seit fünf Jahren ein Weckruf an Christen in aller Welt und an alle Menschen guten Willens. An uns ist es, in Achtung und Bewahrung der göttlichen Schöpfung für uns, für unsere Umwelt und Nachwelt unser Lebensverhalten so zu gestalten, dass wir weiterhin auf Erden in „unserem gemeinsamen Haus" wohnen können.
Dieser Vortrag ist eine Gegenwartsbetrachtung mit Rückblick und Vorschau gegenüber unserer eigenen Wertschätzung und Bewahrung der heimatlichen Lebensqualität im Loisachtal.

Referentin: Henny Schübel, Zertifizierte Pilgerbegleiterin, Natur- und Landschaftsführerin.
Die Teilnahme ist kostenfrei *und ohne Anmeldung möglich.*

© B. Schwarz

Wir danken allen Partnern, die uns mit einem Inserat in diesem Programmheft unterstützen.

AOK; Garmisch-Partenkirchen
Benediktinerabtei Ettal
BRK Kreisverband Garmisch-Partenkirchen
Buchhandlung Adam; Garmisch-Partenkirchen
Buchhandlung Gattner; Murnau
Caritas-Zentrum; Garmisch-Partenkirchen
elch-design Alexander Schmid; Bad Füssing
Freiwilligen-Zentrum „Auf geht's!"
Gärtnerei Böhmer; Farchant
Gräfe+Unzer Buchhandlung; Garmisch-Partenkirchen
Grasegger Trachten- und Modehaus; Garmisch-Partenkirchen
Hospizverein Werdenfels e.V.
Kathan Ergonomie; Garmisch-Partenkirchen
Kinder-, Jugend- und Erwachsenenhilfe; Garmisch-Partenkirchen
Kreissparkasse Garmisch-Partenkirchen
Kulturbeutel e.V.; Garmisch-Partenkirchen
Longleif GaPa gGmbH
Münchner Kirchenzeitung – St. Michaelsbund
Rummelsberger Diakonie, Garmisch-Partenkirchen
Schaukäserei eG; Ettal
Sozialdienst katholischer Frauen; Garmisch-Partenkirchen
Theologie im Fernkurs, Domschule Würzburg
VHS Garmisch-Partenkirchen
VR-Bank Werdenfels e.G.
Weltladen Murnau

Mit einer Anzeige unterstützen Sie die Herstellung unseres Programmheftes. Gerne informieren wir Sie zu den aktuellen Anzeigenpreisen.

Altenau/Saulgrub/Bad Kohlgrub/Bad Bayersoien

Pfarramt Bad Kohlgrub, Tel. 08845 703040
Bildungsbeauftragte: Barbara Fischer

Erbrecht – Erbfolge – Testament
Mi., 21.10.2020, 19.00 Uhr 18
Referent: Hans Meier

Wald und Baum
Naturerscheinungen und Lebewesen
Do., 15.10.2020, 19.00 Uhr 72
Referent: Günter Gleißner

Märchen für Erwachsene
Schätze der Literatur
Di., 29.09.2020, 19.00 Uhr 72
Referentin: Maria Schuhmacher

Burgrain

Pfarramt, Tel. 08821 4480

Eltern-Kind-Programm Burgrain
mittwochs, 9.30 - 11.30 Uhr 28
Leitung: Daniela Wildenauer

Café Klatsch
Der Treff für die ganze Familie
ab Mo., 05.10.2020, 9.30 - 11.30 Uhr 30
Leitung: Daniela Wildenauer und Claire Eber

Eschenlohe

Pfarramt, Tel. 08824 1784
Bildungsbeauftrage: Barbara Schnitzenbaumer und Eva Pichler

Heilsames Singen in Eschenlohe – Herbstblock
ab Di., 22.09.2020, 19.30 - 21.30 Uhr 53
Leitung: Gabriele Wanger

Ettal

Pfarramt, Tel. 08822 746205
Bildungsbeauftragte: Gabriele Daisenberger und Claudia Kilg

Wiesmahd-Aktion in Ettal
Schöpfungsverantwortung in der Praxis
Oktober 40
Leitung: Benjamin Schwarz

Herbst im Bergwald
Sa., 17.10.2020, 14.00 Uhr 31
Leitung: Christina Bauer

Baumriesen im Graswangtal – Spaziergang mit Eindrücken für Körper, Geist und Seele
Sa., 24.10.2020, 14.00 Uhr 58
Leitung: Christina Bauer

Winter in den Bergen – Familientag
Sa., 23.01.2021, 14.00 Uhr 33
Leitung: Christina Bauer

Überblick der Angebote in den Pfarreien

Farchant

Pfarramt, Tel. 08821 6245
Bildungsbeauftragte: Christine Emmerdt

Eltern-Kind-Programm Farchant
dienstags und mittwochs, 9.00 - 11.00 Uhr *28*
Leitung: Marina Tietz

ZEN-Meditation – Der Weg in die Stille
ab Do., 08.10.2020, 18.30 Uhr *54*
Leitung: Cora Heide

Autogenes Training
ab Mo., 02.11.2020, 10.00 Uhr *58*
Leitung: Judith Böhmer

Garmisch

Pfarramt, Tel. 08821 9439140
Bildungsbeauftragte: Markus Baur, Monika Krämer

Besinnungsnachmittag mit neuen Liedern aus Taizé
„Gib mich ganz zu eigen Dir"
Sa., 19.09.2020, 13.30 Uhr *7*
Leitung: Margareta Michalczyk und Birgit Schiel

Crashkurs Selbstverteidigung- von Frauen für Frauen
Di., 29.09.2020, 18.30 Uhr *54*
Leitung: Judith Rhomberg

Kess erziehen. Weniger Stress – mehr Freude
ab Mo., 05.10.2020, 19.00 Uhr *34*
Leitung: Dieter Güntner

Die Rhythmen des Lebens annehmen –
für Frauen in der Lebensmitte
Di., 13.10.2020, 19.30 Uhr *57*
Referentin: Christa Grau

Selbstverteidigungskurs für Frauen – realistisch und effektiv
ab Di., 13.10.2020, 19.00 Uhr *56*
Leitung: Judith Rhomberg

Schöpfungsspiritualität
Ohne Spirituelle Beziehung zur Natur kein Umweltschutz
Do., 15.10.2020, 19.00 Uhr *41*
Referent: Anselm Grün

Besser leben ohne Plastik
Mo., 19.10.2020, 19.00 Uhr *43*
Referentin: Nadine Schubert

Wohnen daheim trotz Demenz – Wohnberatung
Do., 29.10.2020, 18.30 Uhr *65*
Referent: Markus Heberle

Das Bayrische Aschenputtel – Nachholtermin
Sa., 07.11.2020, 17.00 Uhr *31*
Mit Stefan Murr und Heinz-Josef Braun

In 28 Tagen zum Nordkap
Diashow mit Eindrücken einer Radreise fürs Gemeinwohl
Di., 10.11.2020, 20.00 Uhr *44*
Referenten: Ralf A. Schnabel und Bernhard Bayer

Abenteuer Demenz – ein Lächeln schenken
Do., 12.11.2020, 18.30 Uhr *63*
Referentin: Tatjana Pospisil

Wohnen unter einem Dach – Filmvorführung
Do., 03.12.2020, 18.00 Uhr *65*

Israel und Palästina – Begegnung mit den Religionen im Heiligen Land
Vorstellung einer Reise, mit Bildern und Gespräch
Mi., 20.01.2021, 19.30 Uhr *12*
Referent: Hans Rehm

Grainau

Pfarramt, Tel. 08821 8805
Bildungsbeauftragte: Elisabeth Gamböck, Bernhard Heiß (Kolpingsfamilie)

Eltern-Kind-Programm Grainau
dienstags und donnerstags, 9.00 - 11.00 Uhr *28*
Leitung: Barbara Erhardt

Herbstblatt und Brombeerranke
Mi., 14.10.2020, 15.00 Uhr *30*
Leitung: Barbara Zerhoch

Jakobsweg – Multivisionsvortrag
Di., 20.10.2020, 20.00 Uhr *8*
ReferentInnen: Maria und Heinz Weinmann

Bewusstsein, Seele, Geist – eine verschränkte Wirklichkeit
Vortrag und Gespräch
Di., 17.11.2020, 20.00 Uhr *11*
Referent: Pfarrer Josef Konitzer

Mittenwald

Pfarramt, Tel. 08823 92290
Bildungsbeauftragte: Renate Pokorny und Monika Kolle

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht
Do., 08.10.2020, 19.00 Uhr *17*
Referentin: Christine Saller

Eltern-Kind-Programm Mittenwald
dienstags, 9.00 - 11.00 Uhr *28*
Leitung: Bernadette Zwerger

Murnau

Pfarramt, Tel. 08841 1326
Bildungsbeauftragte: Monika Sepp, Balthasar Brandhofer, Johannes Unterstein und Michael Will

Ort der Begegnung
ab September, je 20.00 Uhr *7*

Aktiv und beweglich mit 60+ – ausgewogene Gymnastik
ab Di., 15.09.2020 ..... *46*
Leitung: Karin Christmann

Geistig fit bis ins hohe Alter – Gedächtnistraining
ab Di., 15.09.2020, 14.30 Uhr *46*
ab Mi., 16.09.2020, 9.30 Uhr *46*
Leitung: Karin Christmann

Pilates und Yoga
ab Mi., 16.09.2020, 8.00 Uhr *47*
Leitung: Karin Christmann

Gymnastik auf dem Stuhl – aktiv und gesund ins Alter
ab Do., 17.09.2020, 10.45 Uhr *47*
Leitung: Karin Christmann

„Biologische Vielfalt trifft Schöpfungsspiritualität"
Vorstellung des Buches über vier Pilgerwege
im Landkreis Garmisch-Partenkirchen
Di., 22.09.2020, 19.00 Uhr *38*
Referent: Benjamin Schwarz

Das Murnauer Moos als Hort der Artenvielfalt
Fr., 25.09.2020, 17.00 Uhr *39*
Leitung: Benjamin Schwarz

Wie wird ein Unternehmen nachhaltig?
Murnauer Kaffeerösterei
Di., 29.09.2020, 19.00 Uhr *40*
Referent: Thomas Eckel

Crashkurs Selbstverteidigung – von Frauen für Frauen
Fr., 09.10.2020, 18.30 Uhr *54*
Leitung: Judith Rhomberg

ZEN-Meditation – der Weg in die Stille
ab Mo., 12.10.2020, 18.30 Uhr *54*
Leitung: Cora Heide

„Wer hofft, ist jung" (Rose Ausländer) –
Spiritualität und Hoffnungskraft
Vortrag und Gespräch
Mi., 21.10.2020, 20.00 Uhr *8*
Referentin: Dr. E. Thérèse Winter

Die Zeit ist reif für einen Wandel.
Die Vision einer gemeinwohl-orientierten Zukunft
Fr., 30.10.2020, 18.30 Uhr *43*
Referenten: Prof. Dr. Gunther Moll und Günter Grzega

Psychologische Mechanismen für (ausbleibendes)
nachhaltiges Handeln
Fr., 13.11.2020, 19.00 Uhr *44*
ReferentInnen: Dr. Antonia Misch und Dr. Norbert Quabis

Wie kommt da Leben rein? Handpuppen und
Objekte pädagogisch bespielen – Fortbildung
Mi., 18.11.2020, 9.00 Uhr *36*
Leitung: Dorothee Jordan

Meditatives Singen
So., 22.11.2020, 19.00 Uhr *12*
Leitung: Gabriele Wanger

Meinen Beziehungen auf der Spur
So., 06.12.2020 und Sa., 09.01.2021, jeweils 9.00 Uhr *20*
Leitung: Viola Ott und Christina Albrecht-Pokorny

Oberammergau

Pfarramt, Tel. 08822 92290
Bildungsbeauftragte: Barbara Streibl, Martin Eitzenberger
und Martin Utschneider

„Gipfeltreffen..." mit Jesus am Ostermorgen
Mo., 28.09.2020, 8.00 Uhr *25*
Leitung: Dr. Angelika Winterer

Magie der alten Pilgerwege
Fr., 09.10.2020, 10.00 Uhr *23*
Leitung: Henny Schübel

Unerlöste Schatten – Der „neue" Antisemitismus Vortrag und Gespräch
Mi., 28.10.2020, 20.00 Uhr *9*
Referent: Hans Rehm

Zukunft und Relevanz der Kirche mit und nach Corona – Podiumsdiksussion
Mi., 04.11.2020, 19.00 Uhr *6*
Moderation: Wolfgang Küpper

Spätherbst im Wiesmahd – Familientag bei Oberammergau
Sa., 14.11.2020, 11.00 Uhr *32*
Leitung: Christina Förster

Waldweihnacht mit der Försterin
Sa., 19.12.2020, 17.00 Uhr *33*
Leitung: Christina Bauer

Oberau

Pfarramt, Tel. 08824 553
Bildungsbeauftragte: Ursula Daisenberger und Peter Bitzl

Eltern-Kind-Programm Oberau
mittwochs, 9.30 - 11.30 Uhr *28*
Leitung: Veronika Schönberger

Ohlstadt

Ohlstadt, Tel. 08841 4880611
Bildungsbeauftragte: Hubert Laber und Florian Hammerl

Eltern-Kind-Programm Ohlstadt
mittwochs, 9.00 - 11.00 Uhr *28*
Leitung: Michaela Erhardt

Gymnastik auf dem Stuhl – aktiv und gesund ins Alter
ab Mo., 14.09.2020, 14.00 Uhr *47*
Leitung: Karin Christmann

Yoga – aus der Bewegung in die Stille
ab Do., 08.09.2020 19.00 - 20.30 Uhr *51*
Leitung: Rosa-Maria Frombeck

Partenkirchen

Pfarramt, Tel. 08821 9670080
Bildungsbeauftragte: Annalena Kaufmann und Rolf Morhart

Eltern-Kind-Programm Partenkirchen
mittwochs., 15.01.2020, 9.00 - 11.00 Uhr *29*
Leitung: Manuela Skinner
montags und dienstags, 09.00 – 11.00 Uhr *29*
freitags, 9.30 - 11.30 Uhr
Leitung: Regina Kaufmann

„Vom Steinbeil zur Austermuschel" – Sonderausstellung
ab Mo., 07.09.2020, 10.00 Uhr *71*
Museum Werdenfels

Überblick der Angebote in den Pfarreien

Yoga für die Generation plus
ab Di., 15.09.2020, 10.00 Uhr 50
Leitung: Judith Rhomberg

Yoga für Einsteiger
Mi., 16.09.2020, 19.00 Uhr 49
Leitung: Judith Rhomberg

Reiz-Volles Leben? Hochsensibilität als Stärke
Fr., 18.09.2020, 19.00 Uhr 51
Referentin: Angela Pfeiffer

Waldbaden-Seminar
So., 20.09.2020, 9.00 Uhr 52
So., 18.10.2020, 9.00 Uhr 52
Leitung: Judith Rhomberg

Exkursion: Alpgeister – Ritter und Mönche
Sa., 26.09.2020, 13.00 Uhr 71
Leitung: Henny Schübel

Feldenkrais
Bewusstheit durch Bewegung ®
Di., 29.09.2020, 18.30 Uhr 53
Leitung: Sr. Margit Bauschke

Kinder im Blick – ein Kurs für getrennte Eltern
ab Do., 15.10.2020, 16.30 Uhr 35
Caritas

Nachhaltig kochen und sinnvoll genießen (Koch-Workshop)
Fr., 16.10.2020, 16.00 Uhr 42
Leitung: Anschi Hacklinger

Fermentier-Workshop
Sa., 17.10.2020, 14.00 Uhr 56
Leitung: Dr. rer. Nat. Diane Zardini

Ist Glück Glücksache? Wie wir uns eine Haltung des Glücklich-Seins angewöhnen
Do., 22.10.2020, 19.00 Uhr 9
Referentin: Dr. Iris Geyer

Kneipp Vital – Immunboost für den Herbst
Fr., 23.10.2020, 19.00 Uhr 57
Referentin: Angela Pfeiffer

FamilienTeam® – Training zur Stärkung der Erziehungskompetenz
ab Mi., 28.10.2020, 18.30 - 21.30 Uhr 35
Caritas

Rauh- oder Rauchnächte – die 12 heiligen Nächte
Fr., 30.10.2020, 19.00 Uhr 73
Referentin: Henny Schübel

Kinderleicht präsentiert: The Toolbox is you
Di., 03.11.2020, 14.00 Uhr 36
Caritas

Rat und Tat für Kümmerer – Teil 1 (Workshop)
Sa., 07.11.2020, 11.00 Uhr 66
Referentin: Petra Schlitt

Das Richard-Strauss-Institutv (Kultur vor Ort)
Mo., 09.11.2020, 18.30 Uhr 73
Referent: Dr. Dominik Sedivý

Denke ich noch oder grüble ich schon? Impulsabend mit Gespräch
Di., 10.11.2020, 19.00 Uhr *10*
Referentin: Dr. Iris Geyer

Vortrag – Heimat ist Leben
Fr., 12.11.2020, 19.00 Uhr *74*
Referentin: Henny Schübel

Rat und Tat für Kümmerer – Teil 2 (Praxistipps)
Fr., 13.11.2020, 18.00 Uhr *67*
Referentin: Manuela Loder

Die sieben Säulen der Gesundheit
Fr., 20.11.2020, 18.30 Uhr *59*
Referentin: Dr. rer. Nat. Diane Zardini

Gemeinschaftliches Kochen – Männerkurs
Sa., 28.11.2020, 10.00 Uhr *60*
Leitung: Dominik Richter

Himmelswerkstatt
Mi., 09.12.2020, 15.00 Uhr *32*
Leitung: Regina Kaufmann

Wohnen daheim mit Hausnotruf – Hilfe auf Knopfdruck
Mi., 07.10.2020, 18.00 Uhr *64*
Referentin: Steffie Jung-Wirz

Gemeinschaftliches Kochen – Garkurs
Sa., 12.12.2020, 10.00 Uhr *60*
Leitung: Dominik Richter

Gemeinschaftliches Kochen – Soßen-Einsteigerkurs
Sa., 16.01.2021, 10.00 Uhr *60*
Leitung: Dominik Richter

Gemeinschaftliches Kochen – Blitzrezepte
Sa., 30.01.2021, 10.00 Uhr *6*
Leitung: Dominik Richter

Feldenkrais: Kompaktkurs
Sa., 30.01.2021, 10.00 Uhr *60*
Leitung Sr. Margit Bauschke

Gemeinschaftliches Kochen – Dinner for two
Sa., 13.02.2021, 10.00 Uhr *60*
Leitung: Dominik Richter

Seehausen

Pfarramt, Tel. 08841 1304

Eltern-Kind-Programm Seehausen
donnerstags, 9.15 - 11.15 Uhr *29*
Leitung: Marila Ram

Ashtanga-Yoga – sportlich-meditatives Yoga für alle Altersgruppen
ab Mo., 14.09.2020, 18.15 Uhr *48*
Leitung: Dinah Arosa Marker

Yoga für den Rücken
ab Mo., 14.09.2020, 17.30 - 19.00 Uhr *48*
Leitung: Karin Christmann

Überblick der Angebote in den Pfarreien

Studienreihe
ab Di., 29.09.2020, 9.30 Uhr *69*
Leitung: Marilen Strobel

Uffing
Pfarramt, Tel. 08846 488
Bildungsbeauftragte: Sophie v. Bechtolsheim, Dr. Markus Zehetbauer, Dr. Beate Thannheimer, Bettina Manz, Joachim Güntzer

Offenes Singen
ab Do., 17.09.2020, 19.30 Uhr *17*
Leitung: Gabriele Wanger

Ein Film über Karl Leisner
Do., 12.11.2020, 20.00 Uhr *10*
Mit Regisseur Max Kronawitter

Die Gemeinwohl-Ökonomie – ein verheißungsvolles neues Modell gerechten Wirtschaftens!?
Mi., 25.11.2020, 20.00 Uhr *19*
Referent: Wilfried Knorr

Praxistipps rund um die Pflege daheim – Vortrag
Do., 21.01.2020, 20.00 Uhr *21*
Referentin: Manuela Loder

Alle Termine im Überblick

	September 2020		
07.09.	„Vom Steinbeil zur Austermuschel" Museum Werdenfels – Beginn Sonderausstellung	Ga.-Pa.	71
07.09.	Tanzen im Sitzen Seniorentreff Marianne Aschenbrenner	Ga.-Pa.	62
07.09.	Yoga „auf dem Stuhl" Seniorentreff Marianne Aschenbrenner	Ga.-Pa.	62
08.09.	Yoga - aus der Bewegung in die Stille *mit Rosmarie Frombeck* - Kursbeginn	Ohlstadt	51
08.09.	Sprachcafé – englisch Seniorentreff Marianne Aschenbrenner	Ga.-Pa.	62
08.09.	HandarbeitsTREFF Seniorentreff Marianne Aschenbrenner	Ga.-Pa.	62
08.09.	Geistig fit bis ins hohe Alter *mit Karin Christmann* – Kursbeginn	Murnau	46
09.09.	KreativTREFF Seniorentreff Marianne Aschenbrenner	Ga.-Pa.	62
09.09.	Meditation Seniorentreff Marianne Aschenbrenner	Ga.-Pa.	62
12.09.	Bergtag vom Gschwandtnerbauer auf den Wank *mit Johannes Werhahn und Alexandra Bauer*	Ga.-Pa.	23
14.09.	Yoga für den Rücken *mit Karin Christmann* – Kursbeginn	Seehausen	48
14.09.	Gymnastik auf dem Stuhl Ohlstadt *mit Karin Christmann* – Kursbeginn	Ohlstadt	47
14.09.	Ashtanga-Yoga (Herbst-Winter) *mit Dinah Arosa Marker* – Kursbeginn	Murnau	48
15.09.	Aktiv und beweglich mit 60 + *mit Karin Christmann* - Kursbeginn	Murnau	46

16.09.	Pilates und Yoga *mit Karin Christmann* - Kursbeginn	Murnau	47
16.09.	Geistig fit bis ins hohe Alter *mit Karin Christmann* - Kursbeginn	Murnau	46
16.09.	Yoga für die Generation plus *mit Judith Rhomberg* - Kursbeginn	Ga.-Pa.	50
16.09.	Yoga für Einsteiger *mit Judith Rhomberg* - Kursbeginn	Ga.-Pa.	49
17.09.	Gymnastik auf dem Stuhl Murnau *mit Karin Christmann* - Kursbeginn	Murnau	47
17.09.	Berufliche Orientierung – was passt zu mir? *mit Renate Frommbeck* Online-Veranstaltung		15
17.09.	Beruflich verändern – jetzt?! *mit Christa Maurer* Online-Veranstaltung		15
17.09.	Offenes Singen *mit Gabriele Wanger*	Uffing	17
18.09.	Bergtag über die Höllentalklamm auf das Kreuzeck *mit Hans-Georg Frühschütz und Alexandra Bauer*	Ga.-Pa.	24
18.09.	Reiz-Volles Leben? Hochsensibilität als Stärke *mit Angela Pfeiffer*	Ga.-Pa.	51
19.09.	Bergtag auf den Hochalplkopf (1770 m) *mit Marion Zwerger und Anton Heufelder*	Hinterriß	24
19.09.	Besinnungsnachmittag mit neuen Liedern aus Taizé *mit Margareta Michalczyk und Birgit Schiel*	Ga.-Pa.	7
20.09.	Waldbaden-Seminar *mit Judith Rhomberg*	Ga.-Pa.	52
22.09.	Buchvorstellung „Biologische Vielfalt trifft Schöpfungsspiritualität" *mit Benjamin Schwarz*	Murnau	38
22.09.	Heilsames Singen in Eschenlohe... *mit Gabriele Wanger*	Eschenlohe	53
25.09.	Das Murnauer Moos als Hort der Artenvielfalt *mit Michael Succow und Heiko Liebel*	Murnau	39
26.09.	Exkursion: Alpgeister - Ritter und Mönche *mit Henny Schübel*	Ga.-Pa.	71
28.09.	„Gipfeltreffen..." mit Jesus am Ostermorgen *mit Angelika Winterer*	Oberammergau	25
29.09.	Frauen in Politik und Kunst – Studienreihe *mit Barbara Kink*	Seehausen	69
29.09.	Crashkurs Selbstverteidigung *mit Judith Rhomberg*	Ga.-Pa.	54
29.09.	Feldenkrais *mit Sr. Margit Bauschke* - Kursbeginn	Ga.-Pa.	53
29.09.	Märchen für Erwachsene *mit Maria Schuhmacher*	Saulgrub	72
29.09.	Wie wird ein Unternehmen nachhaltig? Murnauer Kaffeerösterei *mit Thomas Eckel*	Murnau	40

Oktober 2020

05.10.	Café Klatsch (wöchentlich) *mit Daniela Wildenauer und Claire Ebner*	Burgrain	30
05.10.	Kess erziehen. Weniger Stress – mehr Freude *mit Dieter Güntner*	Ga.-Pa.	34
07.10.	Wohnen daheim mit Hausnotruf *mit Steffie Jung Wirz*	Ga.-Pa.	64
08.10.	ZEN-Meditation *mit Cora Heide* - Kursbeginn	Farchant	54
08.10.	Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht *mit Christine Saller*	Mittenwald	17
09.10.	Magie der alten Pilgerwege *mit Henny Schübel und Louise Benedikt*	Oberammergau	23
09.10.	Crashkurs Selbstverteidigung *mit Judith Rhomberg* - Kursbeginn	Murnau	54
10.10.	Wiesmahd-Aktion in Ettal *mit Benjamin Schwarz*	Ettal	40
12.10.	ZEN-Meditation *mit Cora Heide*	Murnau	54
13.10.	Possenhofen - Kleinod unter Pöckings Dörfern mit fürstl. Vergangenheit Studienreihe *mit Gertrud Rank*	Seehausen	69
13.10.	Selbstverteidigungskurs für Frauen *mit Judith Rhomberg* - Kursbeginn	Ga.-Pa.	56
13.10.	Die Rhythmen des Lebens annehmen *mit Christa Grau*	Ga.-Pa.	57
14.10.	Herbstblatt und Brombeerranke *mit Barbara Zerhoch*	Grainau	30
15.10.	Kinder im Blick *Caritas*	Ga.-Pa.	35
15.10.	Wald und Baum *mit Günter Gleißner*	Saulgrub	72
15.10.	Schöpfungsspiritualität *Pater Anselm Grün OSB*	Ga.-Pa.	41
16.10.	Nachhaltig kochen und sinnvoll genießen *mit Anschi Hacklinger*	Ga.-Pa.	42
17.10.	Herbst im Bergwald *mit Christina Bauer*	Ettal	31
17.10.	Fermentier-Workshop mit Diane Zardini	Ga.-Pa.	56
18.10.	Waldbaden-Seminar mit Judith Rhomberg	Ga.-Pa.	52
19.10.	Besser leben ohne Plastik *mit Nadine Schubert*	Ga.-Pa.	43
20.10.	Innere Widerstandsfähigkeit - stärken Sie Ihre Resilienz *mit Iris Grassl*	Ga.-Pa.	15
20.10.	Jakobsweg *mit Maria und Heinz Weinmann*	Grainau	8
21.10.	Erbrecht - Erbfolge - Testament *mit Hans Meier*	Saulgrub	18
21.10.	„Wer hofft, ist jung" (Rose Ausländer) Spiritualität und Hoffnungskraft *mit E. Thérèse Winter*	Murnau	8
22.10.	Ist Glück Glücksache? *mit Iris Geyer*	Ga.-Pa	9
23.10.	Kneipp Vital – Immunboost für den Herbst *mit Angela Pfeiffer*	Ga.-Pa.	57

24.10.	Baumriesen im Graswangtal *mit Christina Bauer*	Ettal	58
27.10.	Vorstufe zum Paradies? (Studienreihe) *mit Markus Wagner*	Seehausen	69
28.10.	FamilienTeam® *Caritas*	Ga.-Pa.	35
28.10.	Unerlöste Schatten – Der „neue" Antisemitismus *mit Hans Rehm*	Oberammergau	9
29.10.	Wohnen daheim trotz Demenz – Wohnberatung *mit Markus Heberle*	Ga.-Pa	65
30.10.	Die Zeit ist reif für einen Wandel *mit Gunther Moll und Günter Grzega*	Murnau	43
30.10.	Rauh- oder Rauchnächte - die 12 heiligen Nächte *mit Henny Schübel*	Ga.-Pa.	73

November 2020

02.11.	Autogenes Training *mit Judith Böhmer* - Kursbeginn	Farchant	58
03.11.	Kinderleicht präsentiert: The Toolbox is you *Caritas*	Ga.-Pa.	36
04.11.	Zukunft und Relevanz der Kirche mit und nach Corona	Oberammergau	6
07.11.	Rat und Tat für Kümmerer - Teil 1 *mit Petra Schlitt*	Ga.-Pa.	66
07.11.	Das Bayrische Aschenputtel *mit Heinz-Josef Braun und* *Stefan Murr*	Ga.-Pa.	31
09.11.	Das Richard-Strauss-Institut – Kultur vor Ort *mit Dominik Sedivý*	Ga.-Pa.	73
10.11.	Ein Literaturstreit zwischen Lion Feuchtwanger und Georg Queri Studienreihe *mit Michael Stephan*	Seehausen	70
10.11.	Denke ich noch oder grüble ich schon? *mit Iris Geyer*	Ga.-Pa.	10
10.11.	In 28 Tagen zum Nordkap *mit Ralf A. Schnabel und* *Bernhard Bayer*	Ga.-Pa.	44
12.11.	Abenteuer Demenz - ein Lächeln schenken *mit Tatjana Pospisil*	Ga.-Pa.	84
12.11.	Ein Film über Karl Leisner *mit Max Kronawitter*	Uffing	10
12.11.	Vortrag - Heimat ist Leben *mit Henny Schübel*	Ga.-Pa.	74
13.11.	Rat und Tat für Kümmerer - Teil 2 *mit Manuela Loder*	Ga.-Pa.	67
13.11.	Psychol. Mechanismen für (ausbleibendes) nachhaltiges Handeln *mit Antonia Misch und Norbert Quabis*	Murnau	44
14.11.	Spätherbst im Wiesmahd *mit Christina Bauer*	Oberammergau	32
16.11.	Klartext statt Kauderwelsch *mit Christiane Lambrecht*	Ga.-Pa.	16
17.11.	Bewusstsein, Seele, Geist – eine verschränkte Wirklichkeit *mit Pfarrer Josef Konitzer*	Grainau	11
20.11.	Wie kommt da Leben rein? *mit Dorothee Jordan*	Murnau	36

20.11.	Die sieben Säulen der Gesundheit *mit Diane Zardini*	Ga.-Pa.	59
22.11.	Meditatives Singen *mit Gabriele Wanger*	Murnau	12
25.11.	Die Gemeinwohl-Ökonomie *mit Wilfried Knorr*	Uffing	19
27.11.	Meistere deine Challenge - stell Dich Deiner beruflichen Veränderung! *mit Mel Schüler*	Murnau	16
28.11.	Gemeinschaftliches Kochen – Männerkurs *mit Dominik Richter*	Ga.-Pa.	60
30.11.	Persönlich erfolgreich mit dem Züricher Ressourcenmodell *mit Anne Weinmüller-Atze*	Ga.-Pa.	16
	Dezember 2020		
03.12.	Wohnen unter einem Dach – Filmvorführung	Ga.-Pa.	65
06.12.	Meinen Beziehungen auf der Spur *mit Viola Ott und Christina Albrecht-Pokorny*	Riegsee/Aidling	20
08.12.	Christoph Probst (1919 - 1943) – eine Spurensuche (Studienreihe) *mit Marion Hruschka*	Seehausen	70
09.12.	Himmelswerkstatt *mit Regina Kaufmann*	Ga.-Pa.	32
12.12.	Gemeinschaftliches Kochen - Garkurs *mit Dominik Richter*	Ga.-Pa.	60
19.12.	Waldweihnacht mit der Försterin *mit Christina Bauer*	Oberammergau	33
	Januar 2021		
16.01.	Gemeinschaftliches Kochen – Soßen-Einsteigerkurs *mit Dominik Richter*	Ga.-Pa.	60
20.01.	Israel und Palästina - Begegnung mit den Religionen im Heiligen Land *mit Hans Rehm*	-	12
21.01.	Praxistipps rund um die Pflege daheim *mit Manuela Loder*	Uffing	21
23.01.	Winter in den Bergen *mit Christina Bauer*	Ettal, Graswang	33
30.01.	Gemeinschaftliches Kochen – Blitzrezepte *mit Dominik Richter*	Ga.-Pa.	60
30.01.	Feldenkrais: Kompaktkurs *mit Sr. Margit Bauschke*	Ga.-Pa.	60
	Februar 2021		
04.02.	Alles ganz anders: die Burgen von Schongau und Peiting (Studienreihe) *mit Joachim Zeune*	Seehausen	70
13.02.	Gemeinschaftliches Kochen – Dinner for two *mit Dominik Richter*	Ga.-Pa.	60

KBW GAP

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
Besuchen Sie uns auch auf Facebook

Öffnungszeiten
Mo., Di.: 8.30 - 15.00 Uhr
Mi. - Fr.: 8.30 - 13.00 Uhr

Bankverbindung
Kreissparkasse Garmisch-Partenkirchen
IBAN: DE02 7035 0000 0000 0324 41; BIC: BYLADEM1GAP

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:
- Balthasar Brandhofer, Murnau
- Christine Emmerdt, Farchant
- Klement Fend, Oberammergau
- Pfr. Thomas Gröner, Dekan, Oberammergau
- Helmut Hornsteiner, Mittenwald
- Pfr. Andreas Lackermeier, Dekan, Partenkirchen
- Dr. Rolf Morhart, Garmisch-Partenkirchen
- Barbara Schnitzenbaumer, Eschenlohe
- Johannes Unterstein, Murnau
- Martin Utschneider, Oberammergau
- Otmar Würl, Garmisch-Partenkirchen

Team der Geschäftsstelle:
Geschäftsführer: Benjamin Schwarz
Pädagogische Referentin und stellvertretende Geschäftsführerin: Manuela Loder
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

© Jo Jonietz

Träger

Erzdiözese München und Freising

Die Erzdiözese unterstützt das Katholische Bildungswerk Garmisch-Partenkirchen e.V., um Erwachsenenbildung in (Stadt und) Landkreis Garmisch-Partenkirchen zu ermöglichen. Dies geschieht auf der Grundlage der „Leitlinien Katholische Erwachsenenbildung in der Erzdiözese München und Freising" in denen es heißt: „Katholische Erwachsenenbildung und alles daraus abgeleitete Bildungshandeln folgt dem Verkündigungsauftrag der Kirche an alle Menschen" (München, 2012). Das Katholische Bildungswerk Garmisch-Partenkirchen ist als eingetragener Verein (e.V.) ein lebendiger, eigenständiger Teil der Kirche und Dienstleister für seine Mitglieder, das sind v.a. Pfarreien und Verbände. Mit seinem Angebot leistet das Bildungswerk einen profilierten kirchlichen Beitrag zur staatlichen geförderten Aufgabe der Erwachsenenbildung (vgl. BayEbFöG) und trägt so zu deren pluralen Charakter bei.
Das katholische Bildungswerk Garmisch-Partenkirchen erhält einen finanziellen Zuschuss der Erzdiözese München und Freising für Sach-, Personal- und Maßnahmekosten des Vereins. Günstige Teilnahmegebühren, sowie ein qualifiziertes und vielfältiges Angebot werden dadurch möglich. Zudem werden vom Erzbistum bis zum Jahr 2020 Sondermittel zur strukturellen Stärkung der Katholischen Bildungswerke zur Verfügung gestellt. Ebenso tragen die freiwilligen Zuschüsse von Pfarreien, Landkreis, Kommunen und Spenden dazu bei, den kirchlichen und öffentlichen Bildungsauftrag des Bildungswerkes zu erfüllen.

ERZBISCHÖFLICHES ORDINARIAT MÜNCHEN

www.erzbistum-muenchen.de

KEB München und Freising

Das Bildungswerk Garmisch-Partenkirchen ist Mitglied in der „Arbeitsgemeinschaft Katholische Erwachsenenbildung in der Erzdiözese München und Freising e.V.".
In der KEB München und Freising arbeiten alle freien Träger, Bildungshäuser und weitere kirchlichen Einrichtungen zusammen, die kontinuierlich Katholische Erwachsenenbildung anbieten, um gemeinsam ein qualifiziertes Angebot zu gewährleisten und Synergieeffekte zu erzielen. Die KEB München und Freising (www.keb-muenchen.de) stellt Katholische Erwachsenenbildung in kirchlicher, politischer, fachlicher und gesellschaftlicher Öffentlichkeit dar und fördert Innovative Projekte, die zur Profilierung und Weiterentwicklung der kirchlichen Erwachsenbildungsträger führen.

KEB München und Freising

www.keb-muenchen.de

KEB Bayern

Das Katholische Bildungswerk Garmisch-Partenkirchen ist auch Mitglied der „Landesarbeitsgemeinschaft für katholische Erwachsenenbildung in Bayern e.V. (KEB Bayern)" und damit anerkannter Träger der öffentlichen Erwachsenenbildung. Es wird durch den Freistaat Bayern nach dem Erwachsenenbildungsförderungsgesetz (BayEBFöG) gefördert.

KEB Katholische Erwachsenenbildung Bayern

www.keb-bayern.de

Wir danken allen Zuschussgebern und Spendern, ohne deren Unterstützung unsere Arbeit nicht möglich wäre.

Teilnahmebedingungen
Die Veranstaltungen des Katholischen Kreisbildungswerkes stehen grundsätzlich 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 Fax, per E-Mail, 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. Wenn Sie das Lastschriftverfahren wünschen, erhalten Sie von uns ein SEPALastschriftmandat, das Sie uns bitte ausgefüllt und unterschrieben zurückschicken. Die Anmeldung ist verbindlich, nachdem sie in der Geschäftsstelle eingegangen ist. Mit Ihrer verbindlichen Anmeldung wird die ausgeschriebene Kursgebühr fällig. Sie werden nur benachrichtigt, wenn eine Veranstaltung, zu der Sie sich angemeldet haben, nicht stattfindet. Eine Anmeldebestätigung durch das Kath. Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen e.V. erfolgt i.d.R. nicht.

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 an das 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
Der Freizeitpass ist gedacht für einkommensschwache Bürgerinnen und Bürger, die ihren Wohnsitz im Landkreis Garmisch-Partenkirchen haben. Auch das Katholische Kreisbildungswerk unterstützt dieses Projekt und gewährt Preisnachlässe für Inhaber des Freizeitpasses: 50 % Gebührenermäßigung für Vorträge, Ermäßigung für Kurse/Seminare.
Bitte fragen Sie einfach nach!

Ehrenamtskarte
Wir sind ebenfalls Akzeptanzstelle für die Ehrenamtskarte. Sie erhalten als Inhaber der Ehrenamtskarte bei den gekennzeichneten Veranstaltungen eine Vergünstigung von 50 %.

Bildungsqualität
Zusammen mit dem Leipziger Institut für angewandte Weiterbildungsforschung e.V. (LIWF) und dem Verein für Qualität für Bildung und Beratung e.V. (QuiBB) wurde ein Qualitätsentwicklungs-System mit Zertifizierung aufgebaut (QES^{Plus}), das ab 2020 das vorherige System „QES.T" ablöst.
Im Oktober 2016 wurde das Katholische Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen e.V. erfolgreich von einer externen Zertifizierungsstelle nach QES.T rezertifiziert, 2020 erfolgt die Rezertifizierung nach QES^{Plus}.

Kleingedrucktes

Impressum
Herausgeber dieses Programmheftes ist das
Katholische Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen e.V.
Auflage dieses Programmheftes: 3500 Expl.
Layout und Gestaltung: elch-design Alexander Schmid, Bad Füssing
Herstellung: dieUmweltDruckerei GmbH

klimaneutral
natureOffice.com | DE-275-JNSBVTV
gedruckt

dieUmwelt Druckerei
www.dieUmweltDruckerei.de

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

Datenschutz
Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer 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. Die ausführliche Datenschutzerklärung sowie die Kontaktdaten des Datenschutzbeauftragten im Kreisbildungswerk, Dominikus Zettl, finden Sie auf unserer Homepage.

KBW GAP

Das nächste Programmheft des Katholischen Kreisbildungswerkes Garmisch-Partenkirchen e.V. erscheint im **Februar 2021**.

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.

Bereichert mit geistlichen Impulsen

Vier Pilgerwege laden dazu ein, aufzubrechen in diese artenreichen Natur- und Kulturlandschaften. 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.

»Eine spirituelle, religiöse Beziehung zur Natur fördert den achtsamen Umgang mit der Schöpfung. Dieses Buch lässt die Schöpfung als Geschenk erkennen, das zu hüten ist.«
Pater Anselm Grün OSB

224 Seiten, Euro 19,00
ISBN: 978-3-96238-221-6

ab sofort im Buchhandel erhältlich

KBW GAP
Katholisches Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen e.V.

Aus der Region für die Region!

Echt. Bayerisch.

Einzigartig.

VR-Bank Werdenfels eG