



KATH. ERWACHSENENBILDUNG IM
LANDKREIS SCHWANDORF

BILDUNGSPROGRAMM

KEB IM LANDKREIS SCHWANDORF



KATEGORIENVERZEICHNIS

Vorwort	3
Impressum	4
GLAUBE	7
VORTRAGSREIHE	11
EHEVORBEREITUNG	14
GESELLSCHAFT	17
FAMILIE	27
ELTERN-KIND-GRUPPEN	30
KOKI	42
KULTUR	57
DIE SONNTAGSDICHTER	60
STUDIENFAHRTEN	62
GESUNDHEIT	66
ERNÄHRUNG	74
PERSÖNLICHKEITSBILDUNG	77
Ortsregister	86
Bildverzeichnis	92
Geschäftsbedingungen	94
AGB und Datenschutz	96

Liebe Freundinnen und Freunde der Kath. Erwachsenenbildung,

die Bildungsarbeit der KEB Schwandorf startet nun erstmals unter neuer Leitung in das Frühlings- und Sommerprogramm 2026. Nach rasanter Einarbeitung und Eingewöhnung freuen wir uns, Ihnen das neue Programm pünktlich zum Märzbeginn präsentieren zu können.

Ebenso möchten wir kurz unsere neue Leitung, Philipp Weiß, vorstellen. Bis Ende Oktober war er als Wissenschaftlicher Dokumentar am Recherche- und Dokumentarfilm des Bayerischen Rundfunks tätig. Sein Studium hat er an der Universität Regensburg mit einem Master in Geschichte und Bachelor in Klassikstudien absolviert.



Es freut uns sehr, dass unsere Eltern-Kind-Gruppen hohe Nachfrage genießen und unsere Leiterinnen jedes Jahr starke Arbeit leisten. Bei Interesse an den Eltern-Kind-Gruppen fragen Sie gerne bei uns in der Geschäftsstelle nach.

Nach wie vor tragen auch viele Pfarreien und Verbände wertvoll und abwechslungsreich zu unserem Bildungsangebot bei.

Wir möchten uns an dieser Stelle ganz besonders bei unseren Kooperationspartnern bedanken, v.a. dem Mehrgenerationenhaus Wackersdorf, dem Hospizverein Schwandorf, dem Kneippverein Schwandorf, dem LBV Schwandorf und der Koordinationsstelle frühe Kindheit (KoKi), die in diesem Programm ein breites inhaltliches Spektrum unter dem Dach der KEB präsentieren.

Wir hoffen Ihnen mit diesem Frühlings- und Sommerprogramm etwas zu bieten, dass Ihr Interesse weckt. Auch in Zukunft werden wir uns stark für die Vielfalt unserer regionalen Bildungslandschaft im Landkreis Schwandorf einsetzen.

Herzlichst Ihre KEB im Landkreis Schwandorf

Impressum

Regionale KEB im Landkreis Schwandorf

Kreuzberg 4
92421 Schwandorf
Fon: 09431/2268
Fax: 09431/379805
info@keb-schwandorf.de
www.keb-schwandorf.de

Bürozeiten

Di. bis Do. 8.00 bis 12.00 Uhr
Fr. 8.00 bis 11.00 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Geschäftsstelle

Philipp Weiß, Leitender Bildungsreferent
Irene Bierler, Sachbearbeiterin

Ehrenvorsitzende

Ingeborg Baier

Geistl. Beirat

P. Francis Lawrance OCD

Bildungsrat

Ingeborg Baier
Dr. Annkatrin Blank
Brigitte Dummer
Christine Franke
Helmut Kramer
Maria Lell
Maria Richthammer
P. Francis Lawrance OCD
Stephanie Staudenmayer (2. Vorsitzende)

Träger

Die Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg e.V. (KEB) ist ein staatlich und kirchlich anerkannter Träger der Erwachsenenbildung. Zum 1. Januar 2024 sind die 11 regionalen KEBs (Vereine) mit der KEB im Bistum Regensburg e.V. zum Verein „KEB – Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg e.V.“ verschmolzen, darunter auch wir, die KEB im Landkreis Schwandorf.

Inhaltlich arbeiten wir aber wie gewohnt eigenständig weiter. Die KEB ist außerdem ein Zusammenschluss katholischer Pfarrgemeinden und Verbände. Als Mitglied der Katholischen Erwachsenenbildung Bayern sind wir als förderungswürdige Einrichtung der Erwachsenenbildung im Sinne des Bayerischen Erwachsenenbildungsgesetzes anerkannt und damit auch gemeinnützig.

Bankverbindung

Auf Anfrage

Qualitätsmanagement

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



Verantwortlich für den Inhalt

Philipp Weiß, Leiter der Regionalen KEB im Landkreis Schwandorf

Druck

Don Bosco Druck Design

Das Programmheft wurde klimaneutral hergestellt.

Corporate Design:

DESIGNGUARDS – Alexander Mühl

Titel- und Rückseite

Christine und Manfred Kellner

Informationen zu den Symbolen / Legende

Wichtige Informationen sind im Veranstaltungsprogramm und auch in den Veranstaltungsflyern mit einfachen Symbolen gekennzeichnet.

- Veranstaltungstermin mit Datum und Uhrzeit
- Veranstaltungsort / Start der Tour
- Teilnahmegebühren
- Anmeldeinformationen zur Veranstaltung
- Veranstalter / Kooperationspartner

GLAUBE



Vortrag

Nr. 9-20224

Religiöser Bildungstag zur Fastenzeit

Referentin: Susanne Albang, Pastoralreferentin

Di 03.03.2026, 14.30 Uhr

- 📍 Pfarrheim St. Georg, Neunburg v. Wald, Im Berg 20, 92431 Neunburg v. Wald
- 📝 Anmeldung und Infos über Seniorenkreis der Pfarrei Neunburg v. Wald.
- ✉️ Seniorenkreis Pfarrei Neunburg v. Wald

Vortrag

Nr. 9-20290

Frauenfrühstück

Nach gemütlichem Frühstück und lockrem Austausch folgt ein Vortrag mit geistlichem Impuls.

- 📍 Schönstattzentrum, Eichendorffstr. 100, 93149 Nittenau
- ✉️ Schönstattzentrum Nittenau

Frauenfrühstück: „Frau im Sturm - glaubensstark“

Nr. 9-20047

Mi 11.03.2026, 9.00 Uhr

Frauenfrühstück: Thema wird noch bekannt gegeben

Nr. 9-20048

Mi 15.04.2026, 9.00 Uhr

Frauenfrühstück: Thema wird noch bekannt gegeben

Nr. 9-20049

Mi 13.05.2026, 9.00 Uhr

Frauenfrühstück: Thema wird noch bekannt gegeben

Nr. 9-20050

Mi 17.06.2026, 9.00 Uhr

Frauenfrühstück: Thema wird noch bekannt gegeben

Nr. 9-20051

Mi 15.07.2026, 9.00 Uhr

Vortrag

Nr. 9-19871

Vergebung befreit

Versöhnung und Vergebung sind wesentlich für gelingendes Leben, für Gemeinschaft und Lebendigkeit. Wenn wir nicht vergeben - uns selbst oder anderen - geht Lebensfreude in uns verloren. Vergebung ist kein Vergessen. Es ist auch kein einfacher Entschluss, sondern ein Weg der inneren Heilung.

Der Vortrag „Vergebung befreit“ lädt dazu ein, die Kraft der Vergebung neu zu entdecken. Er zeigt auf, welche Folgen ungelöste Konflikte und fehlende Versöhnung für unser Leben haben und welche Wege heilsame Veränderungen ermöglichen. Dazu bietet der christliche Glauben eine befreiende Perspektive. Er ermutigt zu konkreten Schritten, die uns den Weg zum inneren Frieden ebnen: zur Versöhnung mit Gott, dem Nächsten und sich selbst.

Frau Karin Seethaler, erfahrene Meditationsleiterin, Autorin und in der geistlichen Begleitung tätig, wird dazu referieren mit anschließender Gesprächsmöglichkeit. Dazu ergeht eine herzliche Einladung.

Musikalisch umrahmt wird der Vortrag von Konrad Kraus, Gitarre.

Referentin: Karin Seethaler, Meditationsleiterin, Autorin, Fachberaterin Stressmanagement, Dipl. Sozialpädagogin (FH), M.A. Caritaswissenschaften

Mi 11.03.2026, 19.00 Uhr

Pastoralzentrum St. Josef, Joh.-Bapt.-Mayer-Str. 11, 93133 Burglengenfeld
 Stadtkirche Burglengenfeld & KEB Schwandorf

Seminar

Nr. 9-20160

Religiöser Bildungsnachmittag

Hinweis: Näheres wird noch bekannt gegeben!

Referent: Pfarrer Hackenspiel

Fr 13.03.2026, 14.00 Uhr

Pfarrheim Bodenwöhr, Kolpingstraße 2a, 92439 Bodenwöhr
 KDFB Bodenwöhr

Vortrag und Gespräch

Nr. 9-20095

WHAT THE BIBLE?!**Kuriose, irritierende und provozierende Bibelstellen unter die Lupe genommen**

Entdecken Sie mit dieser Online-Reihe Seiten der Bibel, wo andere kopfschützend weiterblättern oder gar nicht erst anfangen zu lesen! Finden Sie zu einem Umgang mit der Heiligen Schrift, der auch vor ihren unschönen Seiten nicht kapitulieren muss!

Start am 17. März 2026 um 19:00 Uhr mit „Der erste Vollrausch der Menschheitsgeschichte und seine Folgen (Gen 9,18-27)“, dann alle zwei Monate an einem Dienstagabend.

Referent: Tobias Maierhofer, Theol. Bildungsreferent

Di 17.03.2026 - Di 19.01.2027

online

kostenlos

Informationen und Anmeldung unter www.keb-bistum-regensburg.de

KEB im Bistum Regensburg e.V.

Vortrag

Nr. 9-20052

Religiöser Bildungstag

Referent: Pfarrer Johann Babel

Sa 21.03.2026, 13.30 Uhr

Schönstattzentrum, Eichendorffstr. 100, 93149 Nittenau

Schönstattzentrum Nittenau

Vortrag

Nr. 9-20162

Hoffnungstrimmtdichpfad

Referent: Josef Kratschmann, Leiter Fachstelle Seniorenpastoral

Mo 27.04.2026, 14.00 Uhr

Pastoralzentrum St. Josef, Joh.-Bapt.-Mayer-Str. 11, 93133 Burglengenfeld

Seniorencafé Stadtkirche Burglengenfeld

Workshop

Nr. 9-20053

Tag der Frau: Zukunft gestalten – Neuanfang

Referentin: Schw. Marion McClay

 **Sa 13.06.2026, 13.30 Uhr**

 Schönstattzentrum, Eichendorffstr. 100, 93149 Nittenau

 Schönstattzentrum Nittenau

Führung

Nr. 9-20216

Führung in der Moschee Neunburg v. Wald

Besuch der Moschee Neunburg v. Wald mit anschließendem Eisessen bei der „Eiszeit“.

 **Sa 11.07.2026, 13.00 Uhr**

 Anmeldung und Infos über KDFB Neunburg v. Wald

 KDFB Neunburg v. Wald

Vortrag

Nr. 9-20054

Religiöser Bildungstag

Referent: wird bekannt gegeben

 **Sa 18.07.2026, 14.00 Uhr**

 Schönstattzentrum, Eichendorffstr. 100, 93149 Nittenau

 Schönstattzentrum Nittenau

Kirchenführung

Nr. 9-20155

Führung: 425 Jahre Franziskanerkloster Pfreimd

Fahrrad-Exkursion nach Pfreimd

Hinweis: Abfahrt: 13.15 Uhr beim Feuerwehrhaus an der Naabbrücke

Referenten: Hans Paulus

Josef Eimer

 **Do 30.07.2026, 14.00 Uhr**

 Klosterkirche Pfreimd

 KDFB Oberlöblitz

Meyer



Vorträge auf dem Kreuzberg

Vortrag

Nr. 9-20097

Christus – ganz oder gar nicht

Vorträge auf dem Kreuzberg: „Glaubenszeugnisse“

Do 19.03.2026, 19.15 Uhr, Nach der Abendmesse (18.30)

Pfarrzentrum Kreuzberg, Kreuzberg 4, 92421 Schwandorf

Eintritt frei

Pfarrei Schwandorf Kreuzberg & KEB

P. Mag. Dr. CP Anton Lässer

Vortrag

Nr. 9-20098

Von einem, der katholisch wurde...

Vorträge auf dem Kreuzberg: „Glaubenszeugnisse“

Do 16.04.2026, 19.15 Uhr, Nach der Abendmesse (18.30)

Pfarrzentrum Kreuzberg, Kreuzberg 4, 92421 Schwandorf

Eintritt frei

Pfarrei Schwandorf Kreuzberg & KEB

Pfr. Hartmut Constien

Vortrag

Nr. 9-20099

„Geh mit Jesus und das Leben wird gut“

Vorträge auf dem Kreuzberg: „Glaubenszeugnisse“

Do 21.05.2026, 19.15 Uhr, Nach der Abendmesse (18.30)

Pfarrzentrum Kreuzberg, Kreuzberg 4, 92421 Schwandorf

Eintritt frei

Pfarrei Schwandorf Kreuzberg & KEB

Gabriele Kuby

Vortrag

Nr. 9-20100

Erfahrungen aus der Klinik- und Seniorenselbstseelsorge

Vorträge auf dem Kreuzberg: „Glaubenszeugnisse“

Do 18.06.2026, 19.15 Uhr, Nach der Abendmesse (18.30)

Pfarrzentrum Kreuzberg, Kreuzberg 4, 92421 Schwandorf

Eintritt frei

Pfarrei Schwandorf Kreuzberg & KEB

P. OCD Michael Jakel

Vortrag

Nr. 9-20102

Geheimnis der geistlichen Berufung

Vorträge auf dem Kreuzberg: „Glaubenszeugnisse“

Do 16.07.2026, 19.15 Uhr, Nach der Abendmesse (18.30)

- 📍 Pfarrzentrum Kreuzberg, Kreuzberg 4, 92421 Schwandorf
- € Eintritt frei
- ↳ Pfarrei Schwandorf Kreuzberg & KEB
- 👤 Sr. Maria Theresia Hauthaler v.U.L.F.

Vortrag

Nr. 9-20101

Vom Heavy-Metal-Atheisten zum Ordensmann und Priester

Vorträge auf dem Kreuzberg: „Glaubenszeugnisse“

Do 20.08.2026, 19.15 Uhr, Nach der Abendmesse (18.30)

- 📍 Pfarrzentrum Kreuzberg, Kreuzberg 4, 92421 Schwandorf
- € Eintritt frei
- ↳ Pfarrei Schwandorf Kreuzberg & KEB
- 👤 Dirk Egger C.R.V.

Vortrag

Nr. 9-20103

Spuren im Sand

Vorträge auf dem Kreuzberg: „Glaubenszeugnisse“

Do 17.09.2026, 19.15 Uhr, Nach der Abendmesse (18.30)

- 📍 Pfarrzentrum Kreuzberg, Kreuzberg 4, 92421 Schwandorf
- € Eintritt frei
- ↳ Pfarrei Schwandorf Kreuzberg & KEB
- 👤 OStRin i. K. Christine Maierhofer

EHEVORBEREITUNG

Seminar

Nr. 9-19965

Ehevorbereitung Neunburg v. Wald

Ihr traut euch ... wir begleiten euch



IHR „TRAUT“ EUCH
einen gemeinsamen BUND fürs Leben zu
schließen!
Euch gemeinsam auf den WEG für ein
langes, glückliches Eheleben vorzuberei-
ten!

Mit

- Kurzvorträgen und Impulsen zum Thema „christliche Ehe“
 - Austausch der Paare untereinander
 - Gestaltung des Trauungsgottesdienstes
- möchten wir Euch ein Stück weit begleiten.

Der Kurs selbst ist kostenlos. Es besteht darüber hinaus die Mög-
lichkeit zum gemeinsamen Mittagessen vor Ort. Dieses Angebot ist
freiwillig und wird direkt am Kurstag ausgemacht. Teilnahmebe-
stätigungen werden ausgeteilt.

Referent: Referenten-Team

📅 Sa 07.03.2026, 9.00 - 16.00 Uhr

📍 Pfarrheim St. Josef, Im Berg 10b, 92431 Neunburg v. Wald

€ Kurs kostenlos

✉ www.keb-schwandorf.de, info@keb-schwandorf.de, Tel.: 09431/2268

✉ Dekanat Nabburg-Neunburg

Seminar

Nr. 9-19711

Ehevorbereitung Burglengenfeld

Ihr traut euch ... wir begleiten euch

 **Sa 14.03.2026, 9.00 - 16.00 Uhr**

-  Pastoralzentrum St. Josef, Joh.-Bapt.-Mayer-Str. 11, 93133 Burglengenfeld
-  kostenlos
-  www.keb-schwandorf.de, info@keb-schwandorf.de, Tel.: 09431/2268
-  Dekanat Schwandorf, KEB
-  Referententeam

Seminar

Nr. 9-19712

Ehevorbereitung Burglengenfeld

Ihr traut euch ... wir begleiten euch

 **Sa 18.04.2026, 9.00 - 16.00 Uhr**

-  Pastoralzentrum St. Josef, Joh.-Bapt.-Mayer-Str. 11, 93133 Burglengenfeld
-  kostenlos
-  www.keb-schwandorf.de, info@keb-schwandorf.de, Tel.: 09431/2268
-  Dekanat Schwandorf, KEB
-  Referententeam

Seminar

Nr. 9-19818

Ehevorbereitung Niedermurach

Ihr traut euch ... wir begleiten euch

 **Sa 18.04.2026, 9.00 - 16.00 Uhr**

-  Pfarrheim Niedermurach, 92545 Niedermurach
-  Kurs kostenlos
-  www.keb-schwandorf.de, info@keb-schwandorf.de, Tel.: 09431/2268
-  Dekanat Nabburg-Neunburg
-  Ehepaar Müller, Pfr. Kaufmann, PR Fr. Albang

Seminar

Nr. 9-19714

Ehevorbereitung Nittenau

Ihr traut euch ... wir begleiten euch

 **Sa 09.05.2026, 9.00 - 16.00 Uhr**

-  Pfarrheim Eustachius Kugler, Kirchplatz 4, 93149 Nittenau
-  kostenlos
-  www.keb-schwandorf.de, info@keb-schwandorf.de, Tel.: 09431/2268
-  Dekanat Schwandorf, KEB
-  Pfarrer Holger Kruschina

GESELLSCHAFT



Kurs

Nr. 9-20234

Café Communio**Sprachcafé**

Wir wollen eine Möglichkeit schaffen Deutsch zu üben, ins Gespräch zu kommen, völlig ungezwungen, z.B. bei einer Tasse Kaffee oder Tee. Zunächst gibt es eine kleine „Unterrichtseinheit“ mit professioneller Anleitung, danach Gelegenheit zu Austausch und Vertiefung, ob in Tandems oder Kleingruppen, mit kleinen Dialogen oder Antworten zu speziellen Fragen zur Sprache, einer kleinen Diskussion, oder, oder - ganz nach Bedarf. Die Teilnahme ist kostenlos.

Referentin: Maryna Polyakova

Fortlaufend, immer Mittwoch von 17 - 20 Uhr.

Malteser Hilfsdienst, Brauhausstr. 15, 92421 Schwandorf

kostenlos

Astrid Knab: WhatsApp/Telefon 0151/18538698
Mail: wirhelfen@malteser.org.

Malteser-Ukrainehilfe Schwandorf und KEB

Vortrag

Nr. 9-20185

Der Kiebitz – Vom Allerweltsvogel zur Seltenheit

War der Kiebitz früher zahlreich auf den Feuchtwiesen in Bayern vertreten, ist er heute nur noch sehr selten anzutreffen. Durch Trockenlegung von Feuchtwiesen und die Intensivierung der Landwirtschaft hat sich der Bestand des Kiebitzes in den letzten 40 Jahren drastisch verringert. Aus diesem Grund befindet sich der Kiebitz wie viele andere Feldvögel auf der Roten Liste. Gebietsbetreuer Michael Wagner skizziert in seinem Vortrag die Probleme des Kiebitzes und Schutzmaßnahmen aus der Praxis.

Referent: Michael Wagner, LBV-Gebietsbetreuer Chamb- und Zellertal

Fr 06.03.2026, 19.00 Uhr

Gasthof Hauser, Holzhaus 1, 92421 Schwandorf

kostenlos

LBV Kreisgruppe Schwandorf & KEB

Kurs

Nr. 9-20055

Befähigungskurs für neue Hospizbegleiter/innen

caritas Schwandorf

Caritasverband für den
Landkreis Schwandorf e.V.

Über einen Zeitraum von 6 Monaten werden unsere neuen Hospizbegleiter/innen auf ihren Einsatz gut vorbereitet. Es werden unter anderem Themen wie Kommunikation, Trauer, Spiritualität, Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen angesprochen. Eine praktische Einheit in Form eines Praktikumeinsatzes von 20 Stunden gehört mit zur Ausbildung.

Hinweis: Weitere Informationen über Hospizbüro,
Tel.: 09436 / 3009313
hospiz@caritas-schwandorf.de
www.caritas-schwandorf.de/hospizdienst

 **Ab März bis Juli, jeden Mittwochvormittag und an zwei Samstagen**

 Hospizdienst der Caritas für den Landkreis Schwandorf



Kriegszäune - Friedens(t)räume

**Von der Hoffnung auf einen
unbewaffneten
und entwaffnenden Frieden**

**FREITAG, 27. MÄRZ 2026,
14.00 - 19.00 UHR**

Kriegszäune – Friedens(t)räume

Von der Hoffnung auf einen unbewaffneten und entwaffnenden Frieden



Der Friedenstag bildet den Abschluss des dreiwöchigen Festprogramms "Unsere Erde. Unsere Heimat" anlässlich 50 Jahre Zweckverband Straubing-Bogen unter der beleuchteten Kunstinstallation von Luke Jerram. Das Kunstwerk Gaia - in der griechischen Mythologie Mutter Erde - ist eine sieben Meter große, detailgetreue Abbildung unseres Planeten, die vom 06. - 27.03.26 in der Basilika St. Jakob schwebt. Weitere Infos:

Programm

14:30 - 15:00 Begrüßung in der Basilika St. Jakob, Erläuterung des Gesamtrahmens und der Kunstinstallation „Unsere Erde. Unsere Heimat“

15:00 - 16:00 Impulsvortrag im Sparkassensaal - „Friede diesem Haus“ - Perspektiven katholischer Friedensethik in einer zerrissenen Welt, Dr. Markus Patenge.

16:15 - 17:45 Praxisorientierte Workshops: Sparkassensaal und Pfarrheim

18:00 Austausch und Suppe im Pfarrheim

19:00 Interreligiöses Friedensgebet in der Basilika St. Jakob

Workshops

1. Vertiefende Lektüre: „Friede diesem Haus“ - Das Friedenswort der Deutschen Bischöfe von 2024. Dr. Markus Patenge, JuPax Berlin.
2. Vorstellung von Einsatzstellen: Freiwilliges Friedensjahr statt verpflichtendem Wehrdienst. Maria Reyes-Henkel, pax christi
3. Projektvorstellung: Die Kinder von Nikopol - Wie konkrete Ukrainerhilfe Frieden fördert. Reiner Dietl, Elisabethszell.
4. Praxistipps: Psychosoziale Erste-Hilfe in der Arbeit mit Geflüchteten. Rita Bücherl, Caritas Regensburg.
5. Praxiswerkstatt: Frieden vor Ort - Impulse und Ideen für Friedensprojekte an Schulen. Marion David, RL i.K.
6. Diskussion: Papst Franziskus und seine Abkehr von der Idee des „Gerechten Krieges“. Larissa Riener, KEB Straubing-Bogen.

Fr 27.03.2026, 14.00 - 20.00 Uhr

Basilika St. Jakob Pfarrplatz 11A, 94315 Straubing

Keine Kosten für Kurs und Verpflegung.

No-Show-Gebühr: 10€ für untentschuldigtes Nichterscheinen.

erwachsenenbildung@bistum-regensburg.de

Hauptabteilung Seelsorge

Führung

Nr. 9-20158

Führung: Bäckerei Glaab in Schwandorf

Hinweis: Genauer Termin und Näheres wird noch bekannt gegeben.

Referent: Bäckerei Glaab

📅 April 2026

📍 Schwandorf

🔗 KDFB Schwandorf Herz Jesu

Workshop

Nr. 9-20039

„I mog nimma“ Sterbehilfe – Sterbebegleitung

Was Palliativmedizin heute leisten kann



Nach dem Vortrag ist Gelegenheit für Fragen und persönlichen Austausch mit kostenlosen Snacks und Getränken.

Hinweis: Einlass ab 18:30

Infos zum Palliativ-Hospiz-Netzwerks im Landkreis SAD unter:

<https://www.palliativ-hospiz-netz-sad.de/>

Referent: Dr. med. Manfred Hausel

📅 Do 16.04.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

📍 Spitalkirche Schwandorf, Spitalstraße 9, 92421 Schwandorf

€ kostenlos, Spenden erbeten

🔗 Palliativ-Hospiz-Netzwerk Landkreis Schwandorf

Vortrag

Nr. 9-20067

Organspende Ja oder Nein?

Fragen / Antworten / Zweifel / Diskussion



Vortrag mit anschließendem Gespräch.

Referent: Xaver Bayer, Koordinator Deutsche Stiftung Organtransplantation

📅 Do 16.04.2026, 19.00 Uhr

📍 Pfarrzentrum Wackersdorf, Schwandorfer Straße 2, 92442 Wackersdorf

🔗 Pfarrei Wackersdorf

Vortrag

Nr. 9-20186

Der Vogel des Jahres 2026

Interessante Infos und schöne Bilder zum Vogel des Jahres 2026 präsentiert von der Biologin Dr. Angelika Nelson.

Hinweis: Weitere Infos:
schwandorf.lbv.de

Referentin: Dr. Angelika Nelson, Biologin

Fr 17.04.2026, 19.00 Uhr

Brauereigasthof Jakob, Ludwigsheide 2, 92439 Bodenwöhr

kostenlos

LBV Kreisgruppe Schwandorf & KEB

Workshop

Nr. 9-20041

Begleitete Trauerwanderung an den Oberpfälzer Weiher in Fensterbach

Das Wandern in der Natur soll den Trauernden eine Möglichkeit geben, ihren Gedanken selbständig nachzugehen, zu sich selbst zu finden und die Wirkung des Waldes zu spüren. Die Teilnehmer können den Weg in Gesellschaft oder auch für sich alleine gehen, ganz individuell den jeweiligen Bedürfnissen angepasst.

Im Anschluss gäbe es die Möglichkeit in der Gaststätte des Hotels einzukehren oder bei schönem Wetter vielleicht schon im Biergarten zu sitzen.

Die Teilnahme geschieht auf eigene Verantwortung und Gefahr.

Die Trauerwanderung wird von zwei ausgebildeten Trauerbegleitern begleitet.

Hinweis: Strecke: ca. 4 km

Mitbringen: wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk und evtl. Getränk

Sa 25.04.2026, 13.30 - 15.30 Uhr

Kapelle, Wolfringmühle 3, 92269 Fensterbach

über Hospizverein:

E-Mail: info@hospizverein-schwandorf.de

Tel: 09431/799876

Hospizverein Stadt und Landkreis Schwandorf e. V. KEB Schwandorf

Thementag

Nr. 9-20292

EINFACH DIGITAL

Auch im Jahr 2026 setzt das BayernLab seine kostenfreie Veranstaltungsreihe „Einfach digital!“ fort. Jeden ersten Dienstag im Monat erwarten Sie im BayernLab Nabburg kompakte Impulse zu digitalen Alltagsthemen - einfach erklärt und mit

Raum für Ihre Fragen.

- 📍 BayernLAB, Obertor 10, 92507 Nabburg
- 📝 Keine Anmeldung erforderlich
- ✉️ BayernLAB

EINFACH DIGITAL: QR-Codes - Nutzen und Gefahren

Nr. 9-20119

Di 03.03.2026, 18.00 Uhr

EINFACH DIGITAL: Die Bayern App - Digitale Bürgerdienste in Bayern

Nr. 9-20121

Di 07.04.2026, 18.00 Uhr

EINFACH DIGITAL: Google Lens - praktischer Helfer im Alltag

Nr. 9-20122

Di 05.05.2026, 18.00 Uhr

EINFACH DIGITAL: Luftbildrecherche - Ein Blick aus der Vogelperspektive

Nr. 9-20123

Di 02.06.2026, 18.00 Uhr

Führung

Nr. 9-20187

Vogelstimmen im Oberpfälzer Freilandmuseum

Viele Vögel haben sich im ländlichen Siedlungsraum eingerichtet. Aktive der LBV-Kreisgruppe zeigen, welche Potentiale Siedlungen mit Gärten, Scheunen und Ställen für heimische Vogelarten bieten.

Referent: LBV Kreisgruppe Schwandorf

- 📅 **Fr 01.05.2026, 9.00 - 11.00 Uhr**
- 📍 Freilandmuseum Oberpfalz, Neusath 200, 92507 Nabburg
- 📝 Anmeldung und weitere Infos: www.freilandmuseum-oberpfalz.de
- ✉️ LBV Kreisgruppe Schwandorf & Freilandmuseum Oberpfalz

Exkursion

Nr. 9-20042

Exkursion: Gärtnerei Ziereis mit Führung

Halbtägige Exkursion mit Führung und anschließendem Kaffee und Kuchen.

Hinweis: Genaueres wird bekanntgegeben.

Nährere Infos des KDFB Bruck erfolgen per Zeitung, Pfarrbrief, Facebook-Kanal oder WhatsApp-Gruppe.

Fr 08.05.2026

- 📍 92436 Bruck i. d. Oberpfalz
- 📝 über Roswitha Schießl:
Tel. 09434 / 1669
Mobil 0173 3978959
- 🔗 KDFB Bruck

Führung

Nr. 9-20159

Führung: Mulzerhof in Naabsiegenhofen

Hinweis: Genauer Termin und Näheres wird noch bekannt gegeben.

Referent: Mulzerhof

Juni 2026

- 📍 Naabsiegenhofen
- 🔗 KDFB Schwandorf Herz Jesu

Workshop

Nr. 9-20040

Kreative Auszeit für Trauernde Erwachsene

Malen Sie sich die Trauer von der Seele



Mit Farbe, Pinsel und Papier können Sie Ihre Gedanken, Erinnerungen und Gefühle ausdrücken. Es gibt kein richtig und kein Falsch.

Zwei Maler/innen und Trauerbegleiter/innen begleiten den Kurs im Hospizgarten.

Hinweis: Bei schlechtem Wetter in den Räumlichkeiten des Hospizvereins (gleiche Adresse).

Referent: Zwei ausgebildete Hospizbegleiter/innen und Maler/innen

Sa 13.06.2026, 10.00 - 12.00 Uhr

- 📍 Hospizgarten des Bruder-Gerhard-Hospiz, Hoher-Bogen-Straße 5, 92421 Schwandorf
- € Materialkosten: 8,00 €
- 📝 Hospizverein Stadt und Landkreis Schwandorf:
Tel.: 09431 / 799876
Mail: info@hospizverein-schwandorf.de
- 🔗 Hospizverein Stadt und Landkreis Schwandorf e. V. KEB Schwandorf

Exkursion

Nr. 9-20203

Da sind wir daheim

Vohensstraß- und Grenzlandrundfahrt im Oberpfälzer Wald

Referentin: Agnes Ernst

 **Mi 15.07.2026, 11.30 Uhr**

 92421 Klardorf

 Infos und Anmeldung bei KDFB Klardorf-Bückelkühn

 KDFB Klardorf-Bückelkühn

Vortrag

Nr. 9-20133

Grundlagen des 3D-Drucks

Vom digitalen Modell zum physischen Objekt



Der Vortrag des BayernLab Nabburg vermittelt einen Überblick über die Entstehung und Entwicklung des 3D-Drucks. Dabei werden die grundlegenden Prinzipien der additiven Fertigung erläutert und verschiedene 3D-Druckverfahren

miteinander verglichen. Anhand typischer Anwendungsfelder aus Industrie, Design und Forschung wird das Potenzial der Technologie aufgezeigt. Es wird der Weg veranschaulicht, vom digitalen Modell bis zum fertigen physischen Objekt.

Referent: BayernLab Nabburg

 **Di 11.08.2026, 16.00 - 17.00 Uhr**

 Mehrgenerationenhaus Maxhütte-Haidhof, Regensburger Str. 20, 93142 Maxhütte-Haidhof

 kostenlos

 Anmeldung über KEB im Landkreis Schwandorf:

Tel.: 09431/2268;

Mail: info@keb-schwandorf.de;

online:

www.keb-schwandorf.de/aktuelle-veranstaltungen/9-20133-grundlagen-des-3d-drucks/

 KEB, MGH Maxhütte-Haidhof, BayernLab

Smartphone Grundlagen

Erste Schritte mit dem Android-Smartphone - für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse



In dem zweistündigen Kurs des BayernLab geht es um die grundlegende Bedienung eines Android-Geräts. Wir thematisieren essenzielle Funktionen und Einstellungen, wie z.B. Displayeinstellungen und Verbindungen. Außerdem befassen wir uns mit Anwendungen (genannt „Apps“), von der Installation bis zu Berechtigungen. Zudem erhalten Sie Tipps für den Basischutz Ihres Smartphones und Ihrer Daten. Praktische Übungen können Sie gleich an Ihrem eigenen Smartphone ausführen.

Der Kurs richtet sich an alle, die ihr Smartphone besser kennenlernen und nutzen wollen.

Hinweis: Bei der Online-Anmeldung für diesen Kurs benötigen wir lediglich Mail und Namen. Wenn Sie die restlichen Felder nicht angeben möchten, füllen Sie diese gerne mit „1“ oder einem anderen Platzhalter aus.

Referent: BayernLab Nabburg

Do 01.10.2026, 9.30 - 11.30 Uhr

Mehrgenerationenhaus Maxhütte-Haidhof, Regensburger Str. 20, 93142 Maxhütte-Haidhof

kostenlos

Anmeldung über KEB im Landkreis Schwandorf:

Tel.: 09431/2268;

Mail: info@keb-schwandorf.de;

online:

www.keb-schwandorf.de/aktuelle-veranstaltungen/9-20145-smartphone-grundlagen/

KEB, MGH Maxhütte-Haidhof, BayernLab

FAMILIE



Kurs

Nr. 9-20116

nappydancers®**Tanzen für Kinder im Alter von 20 bis 40 Monaten****- immer gemeinsam mit Mama oder Papa**

Das erste deutschlandweite Kindertanzprogramm für Kleinkinder im Alter von 20 bis 40 Monaten mit eigener Musik! nappydancers® verbindet

In nappydancers®Kursen tanzen die Kids immer zusammen mit einer vertrauten Bezugsperson, meist Mama oder Papa. Bewegungsschule, Tänze und Musik beziehen diese Bezugsperson mit ein. Eltern sollen nicht nur dabei sein, sondern aktiv mitmachen!

nappydancers® macht Musik

Alle Kurse basieren auf der eigens mit

Kindermusikexperten produzierten nappydancers®Musik. Die Kids sollen gefördert aber nicht überfordert werden und vor allem: Spaß haben!

nappydancers® ist fundiert

Die Bewegungsschule wurde in Abstimmung mit erfahrenen Bewegungstherapeuten und Kinderärzten erarbeitet. Diese Inhalte sind, genau wie die nappydancers®Musik, fester Bestandteil jeder Kurseinheit und berücksichtigen die grenzenlose Neugierde und den natürlichen Bewegungsdrang eines jeden Kindes. Hier lernen die „nappys“ ihren Körper mit jedem Kurstag besser kennen.

nappydancers® ist gemeinsam

Unsere nappydancers®Kurse sind ein Ort der Begegnungen und Erlebnisse. Hier dreht sich alles um Klein UND Groß: Denn auch die Eltern lernen sich kennen. Jede Woche bietet sich somit die Möglichkeit Erfahrungen auszutauschen und sich mit anderen Mamas und Papas zu vernetzen.

nappydancers® ist persönlich

Jede nappydancers®Kurseinheit wird von einem ausgebildeten nappydancers®Kursleiter nach festen Prinzipien gestaltet. Alle Kurseinheiten werden vollständig angeleitet und

bieten trotzdem genügend Freiraum für Kreativität

nappydancers® fördert Tanzen macht nicht nur Spaß, sondern zahlt auch noch wunderbar auf die Entwicklung von Kleinkindern ein.

**nappy
dancers®**

Unsere nappydancers®Kurse fördern...

- " die natürliche Bindung zwischen Eltern und Kind
- " die Koordination von Bewegungsabläufen
- " die Musikalität und das Rhythmusgefühl
- " die Grob- und Feinmotorik
- " die Körperwahrnehmung
- " das Selbstbewusstsein
- " das Sozialverhalten in einer Gruppe

7 Treffen

max. 10 Teilnehmer

Hinweis: Bitte teilen Sie bei der Anmeldung die Sockengröße ihres Kindes mit.



Referentin: India Eigenseer, Soz.-Päd. B.A., Musik- und Bewegungsorientierte Soziale Arbeit, zert. Nappydancers-Kursleiterin

📅 Ab 16.04.2026, immer Do 15.15 - 16.15 Uhr (außer 30.04. und Ferien), 7 Treffen.

📍 Johanniter Kinderhaus Weltgestalter, Irlacher Weg 2a, 92421 Wackersdorf

€ 63,- €; plus 8,- € Materialkosten (NappyDancer-Socken)

🔗 online: www.keb-schwandorf.de

Tel.: 09431-2268

Mail: info@keb-schwandorf.de

👉 KEB

Vortrag

Nr. 9-19686

„Pubertät – Zwischen Loslassen und Halt geben!“



Während der Pubertät nehmen Heranwachsende Abschied von gestern, sie verlassen allmählich ein gewohntes Zuhause, vertraute Strukturen und zugleich haben sie noch keine neuen Sicherheiten, keine Regeln und Rituale, die ihnen Verlässlichkeit bieten. Pubertierende sind

deshalb häufig orientierungslos - und bei der Suche nach Halt schlagen sie nicht selten um sich.

In dieser Phase haben Eltern so viele Fragen: Wie kann es gelingen, im Gespräch zu bleiben, auch wenn sich das Kind zurückzieht und sich die Kommunikation als schwierig erweist? Wie kann man loslassen und doch Halt geben?

So stellt die Pubertät eine spannende Phase in der Eltern-Kind-Beziehung dar - voller Dramatik, voller kleinerer und größerer Konflikte, deren Sinn und Tiefe manchmal erst im Nachhinein geschätzt wird.

Hinweis: Teilnahme auch online möglich; bitte bei der Anmeldung entsprechend angeben!

Referentin: Psychotherapeutin Kinder/Jug. Anita Gradl, Kinder- und Jugendlichen Psychotherapeutin, Schwandorf

📅 Mo 02.03.2026, 19.00 Uhr

- 📍 Mehrgenerationenhaus Maxhütte-Haidhof, Regensburger Str. 20, 93142 Maxhütte-Haidhof
- € kostenlos
- 📝 dringend erforderlich bei dem Verbund der Volkshochschulen im Landkreis Schwandorf www.vhs-schwandorf-land.de
- 🔗 Lokales Bündnis für Familien

Vortrag

Nr. 9-20226

Gleichstellung familiärer Kleinkindbetreuung mit der Fremdbetreuung

Hinweis: Der Vortrag ist öffentlich und findet im Rahmen der KAB Jahreshauptversammlung statt.

Referentin: Dr. med. Dorothea Asensio

📅 Sa 14.03.2026, 19.00 Uhr

- 📍 Pfarrheim St. Georg, Neunburg v. Wald, Im Berg 20, 92431 Neunburg v. Wald
- 📝 Anmeldung und Infos über die KAB Neunburg v. Wald
- 🔗 KAB Neunburg v. Wald

ELTERN-KIND-GRUPPEN

Die Eltern-Kind-Gruppen der KEB

sind ein Angebot für Mütter und Väter mit ihren Kindern im Altern von 0 - 3 Jahren.



Das Eltern-Kind-Projekt im Bistum Regensburg

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

Durch das gemeinsame Gespräch erhalten die Eltern Einblicke in die Entwicklungsphasen der Kinder, Impulse für den Erziehungsalltag.

Die gemeinsame aktive Zeit von Eltern und Kindern vertieft den

Kontakt und stärkt die Bindung zu den Kindern. Das regt die Selbstständigkeit der Kinder an. Ausgewählte Lieder und Spiele machen Spaß und fördern Sprachentwicklung, Feinmotorik und Freude an Bewegung.

Die Eltern-Kind-Gruppe bietet einen sicheren Rahmen, in dem die Kinder eigene Freiräume austesten und ihre Fähigkeiten ausprobieren können. Nach und nach knüpfen sie erste soziale Kontakte.

Alle Familien sind willkommen mit ihren unterschiedlichen Familienformen, Lebensentwürfen, Konfessionen oder Nationalitäten.

Nr. 9-20170

Bodenwöhr – Eltern-Kind-Programm

- 🕒 **Laufender Kurs, immer Mo. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍 Pfarrheim Bodenwöhr, Kolpingstraße 2a, 92439 Bodenwöhr
- ☛ Pfarrei
- 👤 Tanja Benninghoff-Ruhland

Nr. 9-20171

Bodenwöhr – Eltern-Kind-Programm

- 🕒 **Laufender Kurs, immer Di. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍 Pfarrheim Bodenwöhr, Kolpingstraße 2a, 92439 Bodenwöhr
- ☛ Pfarrei
- 👤 Tanja Benninghoff-Ruhland

Nr. 9-20172

Bodenwöhr – Eltern-Kind-Programm

- 🕒 **Laufender Kurs, immer Fr. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍 Pfarrheim Bodenwöhr, Kolpingstraße 2a, 92439 Bodenwöhr
- ☛ Pfarrei
- 👤 Tanja Benninghoff-Ruhland

Nr. 9-20164

Bruck – Eltern-Kind-Programm

- 🕒 **Laufender Kurs, immer Mi. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍 Altes Rathaus, Rathausstr. 1, 92436 Bruck
- ☛ Pfarrei
- 👤 Miriam Walter

Nr. 9-20144

Burglengenfeld Stadtkirche – Eltern-Kind-Programm

- 🕒 **Laufender Kurs, immer Mi. von 15.00 - 17.00 Uhr.**
- 📍 Pastoralzentrum St. Josef, Joh.-Bapt.-Mayer-Str. 11, 93133 Burglengenfeld
- ☛ Pfarrei, KDFB
- 👤 Martina Prehn

Nr. 9-20182

Burglengenfeld Stadtkirche – Eltern-Kind-Programm

🕒 **Laufender Kurs, immer Di. von 9.00 - 11.00 Uhr.**

📍 Pastoralzentrum St. Josef, Joh.-Bapt.-Mayer-Str. 11, 93133 Burglengenfeld

✉ Pfarrei, KDFB

👤 Verena Heitzer

Nr. 9-20183

Burglengenfeld Stadtkirche – Eltern-Kind-Programm

🕒 **Laufender Kurs, immer Do. von 9.00 - 11.00 Uhr.**

📍 Pastoralzentrum St. Josef, Joh.-Bapt.-Mayer-Str. 11, 93133 Burglengenfeld

✉ Pfarrei, KDFB

👤 Verena Heitzer

Nr. 9-20240

Burglengenfeld Stadtkirche – Eltern-Kind-Programm

🕒 **Laufender Kurs, immer Mo. von 9.00 - 11.00 Uhr.**

📍 Pastoralzentrum St. Josef, Joh.-Bapt.-Mayer-Str. 11, 93133 Burglengenfeld

✉ Pfarrei, KDFB

👤 Nicole Gaßner



Nr. 9-20241

Burglengenfeld Stadtkirche – Eltern-Kind-Programm

🕒 **Laufender Kurs, immer Mi. von 9.00 - 11.00 Uhr.**

- 📍 Pastoralzentrum St. Josef, Joh.-Bapt.-Mayer-Str. 11, 93133 Burglengenfeld
- ➡ Pfarrei, KDFB
- 👤 Nicole Gaßner

Nr. 9-20242

Burglengenfeld Stadtkirche – Eltern-Kind-Programm

🕒 **Laufender Kurs, immer Fr. von 9.00 - 11.00 Uhr.**

- 📍 Pastoralzentrum St. Josef, Joh.-Bapt.-Mayer-Str. 11, 93133 Burglengenfeld
- ➡ Pfarrei, KDFB
- 👤 Nicole Gaßner



50 Jahre Eltern-Kind-Gruppen

- das Erfolgsrezept
der Katholischen Erwachsenenbildung (KEB)
im Bistum Regensburg

Seit fünf Jahrzehnten sind Eltern-Kind-Gruppen
ein wertvoller Ort der Begegnung für Familien.

Ein herzliches Dankeschön an alle, die diese Erfolgsgeschichte mitgetragen
haben: an die Pfarreien, die den Familien einen guten Platz gegeben haben,
an die engagierten Leiterinnen für ihre wertvolle Begleitung und an die vielen
Familien, die dieses Angebot lebendig machen.

 **Schön, dass es euch gibt.
Und auf viele weitere Jahre.**

KEB – Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg e.V.
Obermünsterplatz 7 · 93047 Regensburg

Tel. 0941 597-2360 · Mail: erwachsenenbildung@bistum-regensburg.de

www.keb-bistum-regensburg.de

KEB
KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG
IM BISTUM REGensburg e.V.

Nr. 9-20146

Dürnsricht – Eltern-Kind-Programm

- 📅 Laufender Kurs, immer Di. von 8.30 - 10.30 Uhr.**
- 📍 „Beim Winter“, St.-Ulrich-Str. 15, 92269 Fensterbach-Dürnsricht**
- ↔ Pfarrei**
- 👤 Sandra Raum**

Nr. 9-20143

Fischbach – Eltern-Kind-Programm

- 📅 Laufender Kurs, immer Do. von 8.30 - 10.30 Uhr.**
- 📍 Grundschule Fischbach, Mittagsbetreuung
Gruppenraum, 93149 Fischbach**
- ↔ Pfarrei**
- 👤 Angelika Pongratz**

Nr. 9-20135

Fronberg – Eltern-Kind-Programm

- 📅 Laufender Kurs, immer Fr. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍 Pfarrheim St. Andreas Fronberg, St.-Andreas-Straße 6, 92421 Schwandorf**
- ↔ Pfarrei**
- 👤 Nadine Kübler**

Nr. 9-20174

Fronberg – Eltern-Kind-Programm

- 📅 Laufender Kurs, immer Di. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍 Pfarrheim St. Andreas Fronberg, St.-Andreas-Straße 6, 92421 Schwandorf**
- ↔ Pfarrei**
- 👤 Constanze Schuhmann**

Nr. 9-20175

Fronberg – Eltern-Kind-Programm

- 📅 Laufender Kurs, immer Mi. von 9.00- 11.00 Uhr.**
- 📍 Pfarrheim St. Andreas Fronberg, St.-Andreas-Straße 6, 92421 Schwandorf**
- ↔ Pfarrei**
- 👤 Constanze Schuhmann**

Nr. 9-20176

Fronberg – Eltern-Kind-Programm Wald- und Wiesen-Gruppe

- 🕒 Laufender Kurs, immer Do. von 9.00 - 11.00 Uhr.
- 📍 EKG Wald- und Wiesen-Gruppe Fronberg, Mappenberg 5, 92442 Wackersdorf
- ↤ Pfarrei
- 👤 Constanze Schuhmann

Nr. 9-20165

Klardorf-Büchelkühn – Eltern-Kind-Programm

- 🕒 Laufender Kurs, immer Mi. von 9.00 - 11.00 Uhr.
- 📍 Feuerwehrhaus Büchelkühn, 92421 Büchelkühn
- ↤ Pfarrei
- 👤 Melanie Helmig

Nr. 9-20166

Klardorf-Büchelkühn – Eltern-Kind-Programm

- 🕒 Laufender Kurs, immer Mo. von 9.00 - 11.00 Uhr.
- 📍 Feuerwehrhaus Büchelkühn, 92421 Büchelkühn
- ↤ Pfarrei
- 👤 Carmen Büchold

Nr. 9-20167

Klardorf-Büchelkühn – Eltern-Kind-Programm

- 🕒 Laufender Kurs, immer Di. von 9.00 - 11.00 Uhr.
- 📍 Feuerwehrhaus Büchelkühn, 92421 Büchelkühn
- ↤ Pfarrei
- 👤 Carmen Büchold

Nr. 9-20140

Leonberg – Eltern-Kind-Programm

- 🕒 **Laufender Kurs, immer Mo. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍 St. Clemenshaus, 93142 Leonberg, Leonhardszimmer
- ↔ Pfarrei
- 👤 Sylvia Meth

Nr. 9-20141

Leonberg – Eltern-Kind-Programm

- 🕒 **Laufender Kurs, immer Di. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍 St. Clemenshaus, 93142 Leonberg, Leonhardszimmer
- ↔ Pfarrei
- 👤 Sylvia Meth

Nr. 9-20129

Nabburg – Eltern-Kind-Programm

- 🕒 **Laufender Kurs, immer Mo. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍 Kath. Jugendwerk, Obertor 5, 92507 Nabburg
- ↔ Pfarrei, KDFB
- 👤 Marie-Theres Brell

Nr. 9-20130

Nabburg – Eltern-Kind-Programm

- 🕒 **Laufender Kurs, immer Fr. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍 Kath. Jugendwerk, Obertor 5, 92507 Nabburg
- ↔ Pfarrei, KDFB
- 👤 Marie-Theres Brell

Nr. 9-20138

Nabburg – Eltern-Kind-Programm

- 🕒 **Laufender Kurs, immer Di. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍 Kath. Jugendwerk, Obertor 5, 92507 Nabburg
- ↔ Pfarrei, KDFB
- 👤 Miriam Maderer

Nr. 9-20139

Nabburg – Eltern-Kind-Programm

🕒 **Laufender Kurs, immer Mi. von 9.00 - 11.00 Uhr.**

📍 Kath. Jugendwerk, Obertor 5, 92507 Nabburg

✉ Pfarrei, KDFB

👤 Miriam Maderer

Nr. 9-20132

Neukirchen – Eltern-Kind-Programm

🕒 **Laufender Kurs, immer Mi. von 9.00 - 11.00 Uhr.**

📍 Pfarrheim Neukirchen, 92421 Schwandorf-Neukirchen

✉ Pfarrei, KDFB

👤 Christine Franke

Nr. 9-20134

Neukirchen – Eltern-Kind-Programm

🕒 **Laufender Kurs, immer Do. von 9.00 - 11.00 Uhr.**

📍 Pfarrheim Neukirchen, 92421 Schwandorf-Neukirchen

✉ Pfarrei, KDFB

👤 Christine Franke

Nr. 9-20131

Neukirchen-Balbini – Eltern-Kind-Programm

EKG „Sonnenschein“

🕒 **Laufender Kurs, immer Mi. von 08.30 - 10.30 Uhr.**

📍 Pfarrheim, 92445 Neukirchen-Balbini

✉ Pfarrei, KDFB

👤 Christine Elsner

Nr. 9-20220

Nittenau – Eltern-Kind-Programm – Wald-EKG

- 📅 **Laufender Kurs, immer Mi. von 15.00 - 17.00 Uhr.**
- 📍 Nittenau im Wald beim goldenen Kreuz
- ↔ Pfarrei, KDFB
- 👤 Marion Elsinger

Nr. 9-20221

Nittenau – Eltern-Kind-Programm

- 📅 **Laufender Kurs, immer Fr. von 9.00 -11.00 Uhr.**
- 📍 Nittenau, Kindergarten St. Josef, Gartenweg 26, 93149 Nittenau
- ↔ Pfarrei, KDFB
- 👤 Marion Elsinger

Nr. 9-20228

Nittenau – Eltern-Kind-Programm

- 📅 **Laufender Kurs, immer Do. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍 Nittenau, Kindergarten St. Josef, Gartenweg 26, 93149 Nittenau
- ↔ Pfarrei, KDFB
- 👤 Monika Kandlbinder

Nr. 9-20239

Nittenau – Eltern-Kind-Programm

- 📅 **Laufender Kurs, immer Mo. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍 ehem. Förderschule, Fischbacher Str. 45, 93149 Nittenau
- ↔ Pfarrei, KDFB
- 👤 Christina Schmid

Nr. 9-20137

Pfreimd – Eltern-Kind-Programm

- 📅 **Laufender Kurs, immer Mi. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍 Kath. Jugendheim, Familienzimmer, Freyung 19, 92536 Pfreimd
- ↔ Pfarrei, Kolping
- 👤 Andrea Lorenz

Nr. 9-20215

Pfreimd – Eltern-Kind-Programm

 **Laufender Kurs, immer Mo. von 8.45 - 10.45 Uhr.**

 Kath. Jugendheim, Familienzimmer, Freyung 19, 92536 Pfreimd

 Pfarrei, Kolping

 Franziska Weig

Nr. 9-20232

Pirkensee – Eltern-Kind-Programm

 **Laufender Kurs, immer Mi. von 9.00 - 11.00 Uhr.**

 Pfarrheim Pirkensee, Hauptstr. 1, 93142 Pirkensee

 Pfarrei

 Corinna Graf

Nr. 9-20142

Rottendorf – Eltern-Kind-Programm

 **Laufender Kurs, immer Fr. von 9.00 - 11.00 Uhr.**

 Grundschule Rottendorf, 92546 Rottendorf

 Pfarrei, KDFB

 Nadine Plößl

Nr. 9-20147

Schmidgaden – Eltern-Kind-Programm

 **Laufender Kurs, immer Mo. von 8.00 - 10.00 Uhr.**

 Mittelschule Schmidgaden, 92546 Schmidgaden

 Pfarrei, KDFB

 Anita Ries

Nr. 9-20148

Schmidgaden – Eltern-Kind-Programm

 **Laufender Kurs, immer Mo. von 10.00 - 12.00 Uhr.**

 Mittelschule Schmidgaden, 92546 Schmidgaden

 Pfarrei, KDFB

 Anita Ries

Nr. 9-20168

Steinberg am See – Eltern-Kind-Programm

- 📅 Laufender Kurs, immer Mo. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍** Grundschule, Untergeschoss, Eingang Pausenhof, 92449 Steinberg am See
- ✉** Pfarrei
- 👤** Anneliese Weber

Nr. 9-20149

Teublitz – Eltern-Kind-Programm

- 📅 Laufender Kurs, immer Mo. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍** Kath. Pfarrheim Teublitz, EKG-Raum, Schützenstr. 2, 93158 Teublitz
- ✉** Pfarrei
- 👤** Sabrina Wunsch

Nr. 9-20223

Teublitz – Eltern-Kind-Programm

- 📅 Laufender Kurs, immer Mi. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍** Kath. Pfarrheim Teublitz, Pfarrsaal, Schützenstr. 2, 93158 Teublitz
- ✉** Pfarrei
- 👤** Nina Gürtler

Nr. 9-20229

Teublitz – Eltern-Kind-Programm

- 📅 Laufender Kurs, immer Di. von 9.00 - 11.00 Uhr.**
- 📍** Kath. Pfarrheim Teublitz, Pfarrsaal, Schützenstr. 2, 93158 Teublitz
- ✉** Pfarrei
- 👤** Elisabeth Kirschneck

Nr. 9-20230

Teublitz – Eltern-Kind-Programm

 **Laufender Kurs, immer Do. von 9.00 - 11.00 Uhr.**

-  Kath. Pfarrheim Teublitz, Pfarrsaal, Schützenstr. 2, 93158 Teublitz
-  Pfarrei
-  Elisabeth Kirschneck

Nr. 9-20136

Wackersdorf – Eltern-Kind-Programm

 **Laufender Kurs, immer Do. von 9.00 - 11.00 Uhr.**

-  Mehrgenerationenhaus Wackersdorf, Hauptstr. 15, 92442 Wackersdorf
-  Pfarrei
-  Nadine Kübler

Nr. 9-20280

Wackersdorf – Eltern-Kind-Programm

 **Ab 28.04.2026 jeweils Di. von 9.00 - 11.00 Uhr.**

-  Mehrgenerationenhaus Wackersdorf, Hauptstr. 15, 92442 Wackersdorf
-  Pfarrei
-  Martina Vetter

Nr. 9-20238

Winklarn – Eltern-Kind-Programm

 **Laufender Kurs, immer Di. von 9.00 - 11.00 Uhr.**

-  Gemeindehaus, alter Sitzungssaal, 92559 Winklarn
-  KEB
-  Sabrina Schwendner

KOKI

Windelrocker

Monatlicher Treff für Mütter / Väter mit Kindern bis zu 3 Jahren



Ein monatlicher Treff für Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren zum gemeinsamen Austausch und zur fachlichen Information entsprechend den Wunschthemen der Teilnehmer unter Anleitung einer Sozialpädagogin der Schwangerenberatungsstelle. Mütter und Väter bewegen viele Fragen in der Zeit nach der Geburt und beim Hineinwachsen in die elterliche Rolle - der offene Treff „Windelrocker“ versucht einen gemeinsamen Informations- und Erfahrungsaustausch auf Augenhöhe rund um das Leben mit dem Nachwuchs zu ermöglichen.

burt und beim Hineinwachsen in die elterliche Rolle - der offene Treff „Windelrocker“ versucht einen gemeinsamen Informations- und Erfahrungsaustausch auf Augenhöhe rund um das Leben mit dem Nachwuchs zu ermöglichen.

Nr. 9-20247

Windelrocker: Osterfrühstück gestalten

📅 Mi 04.03.2026, 9.30 - 11.00 Uhr

📍 Schwangerenberatungsstelle Donum Vitae, Breite Straße 12, 92421 Schwandorf

€ kostenlos

**📝 Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/**

👉 KoKi mit KEB Schwandorf

Nr. 9-20245

Windelrocker: Babymassage

Monatlicher Treff für Mütter / Väter mit Kindern bis zu 3 Jahren

 **Mi 08.04.2026, 9.30 - 11.00 Uhr**

 Schwangerenberatungsstelle Donum Vitae, Breite Straße 12, 92421

Schwandorf

 kostenlos

 Online-Anmeldeformular:

koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

 KoKi mit KEB Schwandorf

Nr. 9-20246

Windelrocker: Blick in die Zukunft

Monatlicher Treff für Mütter / Väter mit Kindern bis zu 3 Jahren

 **Mi 06.05.2026, 9.30 - 11.00 Uhr**

 Schwangerenberatungsstelle Donum Vitae, Breite Straße 12, 92421

Schwandorf

 kostenlos

 Online-Anmeldeformular:

koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

 KoKi mit KEB Schwandorf

Nr. 9-20244

Windelrocker: Waldspielplätze nutzen?

Monatlicher Treff für Mütter / Väter mit Kindern bis zu 3 Jahren

 **Mi 10.06.2026, 9.30 - 11.00 Uhr**

 Schwangerenberatungsstelle Donum Vitae, Breite Straße 12, 92421

Schwandorf

 kostenlos

 Online-Anmeldeformular:

koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

 KoKi mit KEB Schwandorf

**Workshop****Nr. 9-20013**

Mamma Mia



Vorbereitungskurs für werdende Mütter und Väter in kompakter und individueller Form. Themenschwerpunkte verteilt auf 3 Module (auch einzeln buchbar).

Termine:

05.03.2026 - Modul 1: Säuglingspflege

19.03.2026 - Modul 2: Finanzielle Leistungen

26.03.2026 - Modul 3: Schwangerschaft/Geburt

Zielgruppe: werdende Mütter und Väter

Referent: Tina Habermeier, Milena Hack, Verena Raab

📅 Do 05.03.2026, 9.30 - 11.00 Uhr, Folgetermine 19.03. und 26.03. um 09:30

- 📍** Caritas Schwandorf Schwangerschaftsberatung, Ettmannsdorfer Str. 2-4, 92421 Schwandorf
- €** kostenlos
- 📝** Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/
- ➡** KoKi mit KEB Schwandorf

Workshop

Nr. 9-20014

**Notfälle und Verletzungen bei Säuglingen/
Kleinkindern**

Im Kurs erfahren Eltern wie sie im Ernstfall z. B. bei Fieberkrampf, Verschlucken, Wunden, Insektstichen oder Allergien schnell und kompetent reagieren können.

Zielgruppe: Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren.

Referentin: Tina Habermeier, Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin

Sa 14.03.2026, 9.00 - 13.00 Uhr

- 📍 Bürgertreff, Europaplatz 1, 93133 Burglengenfeld
- € kostenlos
- 📝 Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/
- ✉ KoKi mit KEB Schwandorf

Vortrag

Nr. 9-20015

Eltern-Baby-Bindung: Babyschlaf

von Anfang an verstehen



In dem Vortrag möchte ich (werdenden) Eltern hilfreiche Informationen zum Thema Baby- und Kleinkindschlaf geben. Warum schläft mein Baby unruhig? Wie schlafen Kinder eigentlich? Warum sind unsere Nächte so anstrengend? Wann sollte mein Kind eigentlich durchschlafen?

Ich möchte Ihnen nützliche Informationen sowie Tipps und Tricks für dieses wichtige Thema an die Hand geben.

Zielgruppe: werdende Eltern, Eltern von Babys u. Kleinkinder aber auch Großeltern oder andere Interessierte

Referentin: Lisa Kraupner, Fachgesundheits-, Krankenplegerin; Dipl. Gesundheitsökonomin

Mi 18.03.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

- 📍 Spitzweg-Apotheke, Regensburger Straße 31, 93158 Teublitz
- € kostenlos
- 📝 Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/
- ✉ KoKi mit KEB Schwandorf

Workshop

Nr. 9-20016

Säuglingspflegekurs

Der Säuglingspflegekurs beinhaltet neben Baden/Waschen, Wickeln, Trage- u. Haltegriffe viele Informationen über notwendige Pflegeartikel, Pflege, Grundlagen der Ernährung im ersten Lebenshalbjahr sowie sinnvolle Ausstattung und sicheren Babyschlaf. Die Teilnehmer lernen individuelle Bedürfnisse und Signale wie Hunger, Müdigkeit, Angst oder Schmerzen der Babys zu erkennen!

Zielgruppe: werdende Eltern sowie Großeltern, Interessierte, die ihr Wissen gerne auffrischen wollen

Referentin: Tina Habermeier, Familien-, Gesundheits-, Kinderkrankenpflegerin

Mi 25.03.2026, 18.00 - 20.00 Uhr

Fronfeste Neunburg, Im Berg 17, 92431 Neunburg v. Wald

kostenlos

Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

KoKi mit KEB Schwandorf

Workshop

Nr. 9-20017

Großelternkurs

Der Kurs bereitet Großeltern auf ihre „neue/andere“ Rolle vor und informiert über Neuerungen in der Versorgung, Pflege und Ernährung von Neugeborenen.

Zielgruppe: (werdende) Eltern und Großeltern von Neugeborenen, idealerweise als Tandemveranstaltung.

Referentin: Tina Habermeier, Familien-, Gesundheits-, Kinderkrankenpflegerin

Mi 15.04.2026, 18.00 - 20.00 Uhr

Mehrgenerationenhaus Wackersdorf, Hauptstr. 15, 92442 Wackersdorf

kostenlos

Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

KoKi mit KEB Schwandorf

Vortrag

Nr. 9-20018

Eltern-Baby-Bindung: Abschied von der Windel

Der Schritt zum Trockenwerden und der Windel „tschüss“ zu sagen ist für Kleinkinder ein großer Entwicklungsschritt. Viele Eltern sind



sich oft unsicher, ob ihr Kind nicht diesbezüglich ein zu langsames Tempo vorgibt. In diesem Vortrag würde ich Ihnen gerne wichtige Informationen zur Entwicklung der Blasen- und Darmkontrolle bei Kindern geben und wie Eltern sie dabei unterstützen können. Warum man Kinder nicht unter Druck setzt soll und eine gute und achtsame Bindung die Autonomie verstärkt. Wann ist der richtige Zeitpunkt dafür und was ist besser, Töpfchen oder Toilette? Soll ich meinem Kind eine Trainingsunterhose anziehen?

Zielgruppe: werdende Eltern, Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren

Referentin: Lisa Kraupner, Fachgesundheits- und Krankenpflegerin, Dipl.-Gesundheitsökonomin

📅 Mi 15.04.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

📍 Spitzweg-Apotheke, Regensburger Straße 31, 93158 Teublitz

€ kostenlos

📝 Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

🔗 KoKi mit KEB Schwandorf

Workshop

Nr. 9-20019

Bewährte Hausmittel bei Säuglingen und Kleinkindern



Das Immunsystem von Kindern baut sich in den ersten Lebensjahren langsam auf. Häufig sind sie deshalb von Infekten geplagt. Kleine Beschwerden lassen sich sehr gut mit Hilfe von bewährten Hausmitteln und Rezepturen aus dem Kräutergarten lindern. In unserem Workshop aus

Theorie und Praxis bekommen Eltern Tipps und lernen Hausmittel praktisch anzuwenden.

Zielgruppe: (werdende) Eltern mit Kindern bis drei Jahre

Referentin: Tina Habermeier, Familien-, Gesundheits-, Kinderkrankenpflegerin

📅 Mi 22.04.2026, 18.00 Uhr

📍 Praxis Unter'm Herz, Seiffener Str. 6, 92436 Bruck

€ kostenlos

📝 Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

🔗 KoKi mit KEB Schwandorf

Workshop

Nr. 9-20020

Frühe Kindheit in einer digitalisierten Welt

Dieser Workshop richtet den Fokus auf den Austausch der Teilnehmer und den bewussten Blick auf digitale Medien im Alltag mit Kleinkindern. Eltern erhalten die Möglichkeit, eigene Erfahrungen, Beobachtungen und Herausforderungen zu teilen. Der Kurs vermittelt, wie sich Bildschirmzeit, elterliches Medienverhalten und digitale Reize auf Bindung, Sprache, Konzentration und die soziale Entwicklung auswirken können.

Zielgruppe: Eltern mit Kleinkindern, Großeltern und weitere Interessierte

Referent: Ute Hilpert, Selina Leicht

Fr 24.04.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

CJD Schwandorf Mobile Hilfen, Bahnhofstraße 2-4, 92421 Schwandorf

Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

KoKi mit KEB Schwandorf

Vortrag

Nr. 9-20021

Digitale Balance: Mediennutzung im Kleinkindalter sinnvoll gestalten

Dieser Vortrag vermittelt Wissen und Orientierungshilfe rund um die positiven Potenziale aber auch um mögliche Risiken digitaler Medien für Kleinkinder. Zum Kennenlernen konsequenter aber alltagspraktischer Strategien, mit denen eine gesunde Balance zwischen digitalen Angeboten und realen Erfahrungen gestaltet werden kann.

Zielgruppe: Eltern mit Kleinkindern, Großeltern und weitere Interessierte

Referent: Ute Hilpert, Selina Leicht

Do 07.05.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

CJD Schwandorf Mobile Hilfen, Bahnhofstraße 2-4, 92421 Schwandorf

Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

KoKi mit KEB Schwandorf

Workshop

Nr. 9-20022

**Notfälle und Verletzungen bei Säuglingen/
Kleinkindern**

Im Kurs erfahren Eltern wie sie im Ernstfall z. B. bei Fieberkrampf, Verschlucken, Wunden, Insektstichen oder Allergien schnell und kompetent reagieren können.

Zielgruppe: Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren.

Referentin: Tina Habermeier, Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin

📅 Sa 09.05.2026, 9.00 - 13.00 Uhr

📍 Mehrgenerationenhaus Wackersdorf, Hauptstr. 15, 92442 Wackersdorf

€ kostenlos

📝 Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

👉 KoKi mit KEB Schwandorf

Vortrag

Nr. 9-20023

Eltern-Baby-Bindung: „Abstillen“

Eine Stillbeziehung besteht nicht nur aus dem Stillen an sich, sondern auch aus dem Abstillen. Leider ist der Abstillprozess oftmals nur ein Randthema unserer Gesellschaft, sodass es schwierig ist, an fachliche Informationen zu kommen. In diesem Vortrag möchte ich ohne jegliche

Wertung, warum an das Abstillen gedacht wird, hilfreiche Informationen vermitteln. „Wann? Warum? und Wie?“ - all diese Fragen möchte ich Ihnen beantworten.

Zielgruppe: werdende Eltern, Eltern in der Stillzeit

Referentin: Lisa Kraupner, Fachgesundheits-, Krankenplegerin; Dipl. Gesundheitsökonomin

📅 Di 12.05.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

📍 Spitzweg-Apotheke, Regensburger Straße 31, 93158 Teublitz

€ kostenlos

📝 Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

👉 KoKi mit KEB Schwandorf

Workshop

Nr. 9-20231

Mit den eigenen Kräften haushalten**Entschleunigung und Selbstfürsorge im Familienalltag**

Führen Sie auch ein Leben im Galopp? Kinder, Job, Haushalt, Ballett, Fußball, Backen für die Geburtstagsparty... Wo bleibt da noch Zeit zum Durchatmen? Zeit für Muße und schnödes Nichtstun? An diesem Abend gehen wir den Ursachen der „Zeitkrankheit durch Beschleunigung“

auf den Grund. Wir sehen uns außerdem die Folgen an, die aus einem Zu viel an Stress und Hektik für uns Eltern aber auch für unsere Kinder entstehen können. Den Rest des Abends widmen wir ganz pragmatisch der Frage: „Was kann ich tun, um meinen/unseren Alltag zu entschleunigen und gut für mich/uns zu sorgen?“

Zielgruppe: (werdende) Eltern von Kindern im Alter von 0-3 Jahren



Referentin: Renate Pielmeier, selbständige Erziehungsberaterin, Erzieherin, Heilpädagogin, Psychologin (B.Sc.)

Mi 13.05.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

Bürgertreff, Europaplatz 1, 93133 Burglengenfeld

Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

KoKi mit KEB Schwandorf

Workshop

Nr. 9-20025

Papa werden – mit Herz, Humor und Realitätssinn

Papa werden ist aufregend - und manchmal auch ganz schön herausfordernd! Bei Snacks, Getränken und ehrlichen Gesprächen erfährst du, was dich in deiner neuen Rolle erwartet: Was ändert sich in der Partnerschaft, wie kannst du unterstützen und trotzdem du selbst bleiben? Offen, echt und mit einer Portion Humor!

Zielgruppe: werdende und frischgebackene Väter (bis ca. 6 Monate nach der Geburt)

Referent: Tina Habermeier und Lisa Kraupner

 **Di 19.05.2026, 18.00 - 19.30 Uhr**

 Mehrgenerationenhaus Wackersdorf, Hauptstr. 15, 92442 Wackersdorf

 kostenlos

 Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

 KoKi mit KEB Schwandorf

Workshop

Nr. 9-20024

Mit den eigenen Kräften haushalten

Entschleunigung und Selbstfürsorge im Familienalltag



An diesem Abend wird es praktisch: Wie kann ich konkret meinen Alltag entlasten? Diese Frage steht im Zentrum des Workshops. Im gemeinsamen Austausch nähern wir uns diesem Thema. Sie bekommen außerdem konkrete Ideen und Strategien an die Hand, um Ihren ganz persönlichen Weg zu mehr Entschleunigung aktivgestalten zu können - so wie er zu Ihnen und Ihrer Familie passt.

Zielgruppe: (werdende) Eltern von Kindern im Alter von 0-3 Jahren



Referentin: Renate Pielmeier, selbständige Erziehungsberaterin, Erzieherin, Heilpädagogin, Psychologin (B.Sc.)

 **Mi 20.05.2026, 18.00 - 19.30 Uhr**

 Bürgertreff, Europaplatz 1, 93133 Burglengenfeld

 Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

 KoKi mit KEB Schwandorf

Vortrag

Nr. 9-20026

Eltern-Baby-Bindung: Stillvorbereitung

Muttermilch ist die natürlichste Nahrung für ein Baby. Sie enthält alle wichtigen Nährstoffe und Abwehrstoffe für eine gute Entwicklung des Kindes, stärkt die Bindung zwischen Mutter und Baby und hat zudem noch schützende Effekte auf die Gesundheit der Mutter. Ich möchte Ihnen viele Informationen zu den Themen Muttermilch, die ersten Stillversuche und verschiedene Anlegetechniken geben, aber auch grundsätzliches Wissen zu den Themen „Was braucht mein Baby in den ersten Monaten an Nahrung“ und „Wie kann ich Probleme erkennen und Lösen“

Zielgruppe: werdende Eltern, Eltern in der Stillzeit

Referentin: **Lisa Kraupner**, Fachgesundheits- und Krankenpflegerin, Dipl.-Gesundheitsökonomin

Di 09.06.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

Spitzweg-Apotheke, Regensburger Straße 31, 93158 Teublitz

kostenfrei

Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

KoKi mit KEB Schwandorf

Workshop

Nr. 9-20027

Beikost und Familienkost

In unserem Workshop lernen Eltern alles rund um Klassische Beikost, BLW (baby geleitete Beikost- Fingerfood) und den Übergang zur Familienkost kennen, sowohl theoretisch als auch praktisch mit frischen Lebensmitteln. Themen sind außerdem vegetarisch/vegane Ernährung,

kritische Nährstoffe, Süßigkeiten etc.

Zielgruppe: Familien mit Kindern ab dem 3. Lebensmonat (Start Beikost) bis zum 18. Lebensmonat (Übergang zur Familienkost)

Referentin: **Tina Habermeier**, Familien-, Gesundheits-, Kinderkrankenpflegerin

📅 Mi 24.06.2026, 18.00 Uhr

📍 Praxis Unter'm Herz, Seiffener Str. 6, 92436 Bruck

€ kostenlos

📝 Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

🔗 KoKi mit KEB Schwandorf

Workshop

Nr. 9-20028

Kindergerechte Medienwelt

Apps sicher wählen & Alternativen entdecken



Dieser Workshop widmet sich der praktischen Seite der Medienerziehung: Welche Apps, Spiele und digitalen Tools eignen sich überhaupt für Kleinkinder? Wie erkenne ich Qualität? Und welche Alternativen gibt es, wenn Medienzeit reduziert oder ersetzt werden soll? Der Kurs gibt konkrete Empfehlungen, zeigt Beispiele und unterstützt Eltern dabei, kompetent und selbstbewusst Entscheidungen zu treffen.

Zielgruppe: Eltern mit Kleinkindern, Großeltern und weitere Interessierte

Referent: Ute Hilpert, Selina Leicht

📅 Do 25.06.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

📍 CJD Schwandorf Mobile Hilfen, Bahnhofstraße 2-4, 92421 Schwandorf

📝 Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/

🔗 KoKi mit KEB Schwandorf

Workshop

Nr. 9-20029

Notfälle und Verletzungen bei Säuglingen/ Kleinkindern



Im Kurs erfahren Eltern wie sie im Ernstfall z. B. bei Fieberkrampf, Verschlucken, Wunden, Insektstichen oder Allergien schnell und kompetent reagieren können.

Zielgruppe: Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren.

Referentin: Tina Habermeier, Familien-, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin

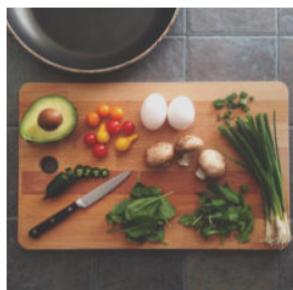
Sa 04.07.2026, 9.00 - 13.00 Uhr

- 📍 Mehrgenerationenhaus, Am Sandradl 20, 92526 Oberviechtach
- € kostenlos
- 📝 Online-Anmeldeformular: koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/
- ↔ KoKi mit KEB Schwandorf

Workshop

Nr. 9-20030

Schnell, gesund und selbstgemacht



Im stressigen Alltag fehlt es oft an Ideen und Zeit zum Kochen, eine schnelle Lösung bietet dann häufig der Griff zu Fertiggerichten. In unserem Workshop zeigen wir, wie nur durch ein paar kleine Veränderungen schnelle, vielfach auch günstigere und gesündere Alternativen gezaubert werden können, die der ganzen Familie schmecken. Um sie zu überzeugen, kochen und probieren wir natürlich gleich vor Ort.

Zielgruppe: Eltern von Kleinkindern ab 1,5 Jahren

Referentin: Tina Habermeier, Familien-, Gesundheits-, Kinderkrankenpflegerin

Mi 08.07.2026, 18.00 Uhr

- 📍 Schulküche, 92431 Neunburg v. Wald
- € kostenlos
- 📝 Online-Anmeldeformular: koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/
- ↔ KoKi mit KEB Schwandorf

Vortrag

Nr. 9-20031

Eltern-Baby-Bindung: Babyschlaf

von Anfang an verstehen

In dem Vortrag möchte ich (werdenden) Eltern hilfreiche Informationen zum Thema Baby- und Kleinkindschlaf geben. Warum schläft mein Baby unruhig? Wie schlafen Kinder eigentlich? Warum sind unsere Nächte so anstrengend? Wann sollte mein Kind eigentlich durchschlafen?

Ich möchte Ihnen nützliche Informationen sowie Tipps und Tricks für dieses wichtige Thema an die Hand geben.

Zielgruppe: werdende Eltern, Eltern von Babys u. Kleinkinder aber auch Großeltern oder andere Interessierte

Referentin: Lisa Kraupner, Fachgesundheits-, Krankenplegerin; Dipl. Gesundheitsökonomin

Do 09.07.2026, 18.00 - 19.30 Uhr

- 📍 Spitzweg-Apotheke, Regensburger Straße 31, 93158 Teublitz
- € kostenlos
- 📝 Online-Anmeldeformular:
koki-landkreis-schwandorf.de/angebote/koki/
- 🔗 KoKi mit KEB Schwandorf

KULTUR



Studentag

Nr. 9-20094

„Räume öffnen“

Ausbildungskurs für ehrenamtliche Kirchenentdeckerinnen und -entdecker



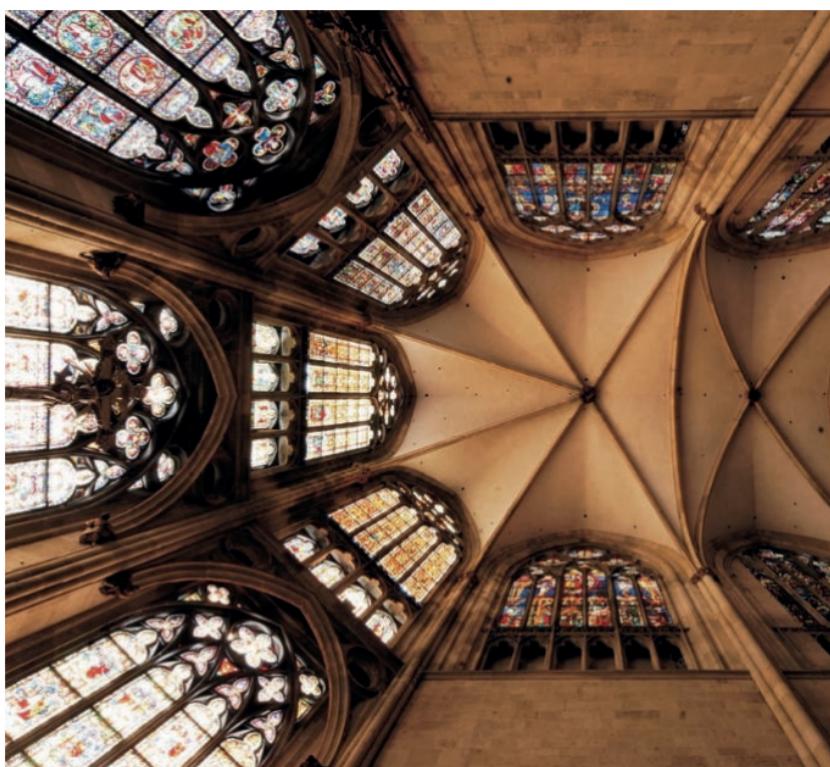
Für alle, die mit dem Gedanken spielen, andere durch Kirchen zu führen bzw. diese zusammen mit ihren Teilnehmerinnen und Teilnehmern zu entdecken...

Der Kurs ist modular aufgebaut, der Einstieg jederzeit möglich!

Referent: Fachspezifische Expertinnen und Experten

So 01.03.2026 - So 28.02.2027

- Je nach Seminar
- Es entstehen je nach Kurstag unterschiedliche, jedoch immer günstige Kursbeiträge.
- Weitere Informationen und Anmeldung zu den einzelnen Veranstaltungen unter www.keb-bistum-regensburg.de/raeume-oeffnen
- KEB im Bistum Regensburg e.V.



Meditatives Zeichnen

Anleitung und Einführung



Wollen auch Sie Ihrem hektischen Alltag kurzzeitig entkommen und einen Zustand der Ruhe & der entspannten Konzentration erreichen? Dann entdecken Sie eine andere Art der Achtsamkeitsmeditation.

Die Kunst des meditativen Zeichnens schafft nicht nur schöne Kunstwerke, sondern kann zur Stressreduzierung und Achtsamkeitsförderung eingesetzt werden.

Geeignet für ALLE auch ohne Zeichenerfahrung!

Hinweis: Material wird komplett gestellt.

Referentin: Simone Pronath, Künstlerin

Mehrgenerationenhaus Wackersdorf, Hauptstr. 15, 92442 Wackersdorf

3.- Euro

Anmeldung und Infos:
Stephanie Staudenmayer
Tel.: 09431 3789-353
Mail: S.Staudenmayer@Wackersdorf.de

Mehrgenerationenhaus Wackersdorf & KEB

Nr. 9-20262

Do 05.03.2026, 17.30 - 19.30 Uhr

Nr. 9-20263

Do 12.03.2026, 17.30 - 19.30 Uhr

Nr. 9-20264

Do 19.03.2026, 17.30 - 19.30 Uhr

Nr. 9-20265

Do 26.03.2026, 17.30 - 19.30 Uhr

AutorInnengespräch

Nr. 9-20217

Märchen und Geschichten**mit musikalischer Begleitung durch die Gruppe Allerhand Saiten**

Vom Josefstag, über das Fastenbier zu den Vogelrufen und dem Rattenfänger mal anders

Hinweis: im Rahmen des monatlichen Stammtisches ab 60

Referentin: Erika Eichenseer

📅 Do 19.03.2026, 14.00 Uhr

📍 Stodlwirtschaft Pertolzhofen, 92545 Niedermurach

♾ PGR

Workshop

Nr. 9-20213

Malabend im Museum**unter künstlerischer Anleitung**

Referentin: Conny Walbrun, Künstlerin

📅 Ende April, genauer Termin wird bekannt gegeben.

📍 Schwarzachtaler Heimatmuseum, Im Berg 12, 92431 Neunburg v. Wald

📝 Anmeldung und Infos über KDFB Neunburg v. Wald.

♾ KDFB Neunburg v. Wald

Carola68@pixabay



DIE SONNTAGSDICHTER

„Erlaubt ist, was gefällt!“

Literaturkreis - Die Sonntagsdichter

Leitung: Ingeborg Baier

- 📅 I. d. R. jeden 3. Sonntag im Monat, ab 19:00 Uhr**
Termine: 15.03., 19.04., 17.05., 14.06. (Ausnahme), 19.07., 16.08., 20.09., 18.10., 15.11., 13.12.2026 (Ausnahme)
- 📍** Vortragssaal der KEB, Kreuzberg 4, 92421 Schwandorf
- ✉️** KEB

AutorInnengespräch mit musikalischer Umrahmung

Nr. 9-20169

Sonnwendlesung im Türmerhaus-Biergarten des OWV am Blasturm in Schwandorf**Vortrag mit Lesungselementen**

Wie bereits im vergangenen Jahr werden die Sonntagsdichter im zeitlichen Umfeld der Sommersonnenwende den Türmerhaus-Biergarten des OWV Schwandorf zu einer Lesung besuchen. Dieser von mehreren Bürgerfesten erprobte Veranstaltungsort gilt als die schönste Bühne der Stadt und ist mit einer unvergleichlichen Aussicht gesegnet, die auch bei einzelnen Vorträgen in die Lesung integriert wird. Musikalisch werden die „D'Selbergstrickten“ den Abend umrahmen. Auch bei Regen müssen sich die Besucherinnen und Besucher keine Sorgen machen, nass zu werden, da es ein ausreichend großes Zelt gibt.

Hinweis: Es werden Bücher der Sonntagsdichter zum Verkauf angeboten.

Die Sonntagsdichter: Leitung Ingeborg Baier

Fr 19.06.2026, 19.00 Uhr

Blasturm Schwandorf, Blasturmstraße 4, 92421 Schwandorf

Der Eintritt ist frei, Spenden werden erbeten.

[KEB Schwandorf mit Sonntagsdichter](#)

STUDIENFAHRTEN

Studienfahrt

Nr. 9-20273

Der Bayerische Rundfunk hinter den Kulissen

Studienfahrt nach München und Führung am BR-Campus München-Freimann



Wie sieht es in den Büros des Bayerischen Rundfunks aus? Was geschieht im Hintergrund einer Radiosendung? Wo werden tagesaktuelle Nachrichten vorbereitet?

Am 25.07. begibt sich die KEB Schwandorf auf Studienfahrt nach München und findet das heraus. Bei einer Führung gibt es Gelegenheit den BR-Campus München-Freimann zu entdecken. Der Campus bildet das journalistische Herz des Bayerischen Rundfunks und ist die letzten Jahre kontinuierlich ausgebaut worden. In naher Zukunft sollen nahezu alle Bereiche des BR in Freimann beheimatet sein. Die beste Zeit um die historische Veränderung hautnah mitzuerleben.

Hinweis: Genauere Angaben zum Tagesplan werden frühzeitig auf www.keb-schwandorf.de bekannt gegeben. Für weitere Fragen oder Reservierung können Sie uns gerne kontaktieren

- 📅 Tagesfahrt am 25.07.2026. Abfahrt am frühen Vormittag. Genauere Reisedaten werden online bekanntgegeben.**
- € Selbstkostenbeitrag zu Fahrtkosten.**
- 📝 Online-Anmeldung wird mind. einen Monat vor Tag der Studienfahrt freigeschaltet: www.keb-schwandorf.de.**
- ✉ KEB im Landkreis Schwandorf**

Studienfahrt

Nr. 9-20214

Studienfahrt nach Schweinhütt mit Führung im Bibelgarten **Di 02.06.2026**

92431 Neunburg v. Wald

Anmeldung und Infos über Seniorenkreis der Pfarrei Neunburg v. Wald.

Seniorenkreis Pfarrei Neunburg v. Wald

Studienfahrt

Nr. 9-20236

Studienfahrt nach Abensberg

Spargelhof Röll, Abensberg und Schifffahrt nach Weltenburg

Di 09.06.2026

92431 Neunburg v. Wald

Anmeldung und Infos über KDFB Neunburg v. Wald

KDFB Neunburg v. Wald

Studienfahrt

Nr. 9-20059

Studienfahrt nach Hahnbach

Besichtigung von Brauerei und Direktvermarktung

Di 16.06.2026, 14.00 Uhr

Pfarrheim Stulln, Kirchstraße 13 a, 92551 Stulln

Über Seniorenkreis Stulln:

Irmgard Prechtl: 09435 901502 oder

Helmut Kramer: 09435 1456 oder 0178 3334357

Seniorenkreis Stulln

Studienfahrt

Nr. 9-20043

Studienfahrt: Geschichtspark Bärnau-Tachov **Sa 04.07.2026**

92436 Bruck i. d. Oberpfalz

über Roswitha Schießl:

Tel. 09434 / 1669

Mobil 0173 3978959

KDFB Bruck

Studienfahrt

Nr. 9-20060

Studienfahrt nach Weltenburg und Schierling

 **Mi 26.08.2026**

 Pfarrheim Stulln, Kirchstraße 13 a, 92551 Stulln

 Über Seniorenkreis Stulln:

Irmgard Prechtl: 09435 901502 oder

Helmut Kramer: 09435 1456 oder 0178 3334357

 Seniorenkreis Stulln

GESUNDHEIT



Kurs

Nr. 9-20065

Rückenfit für Senioren

Erlernen von Bewegungsübungen zur Wirbelsäulenstärkung unter Anleitung und Einführung für Teilnehmer mit und ohne Vorkenntnisse



Referent: Christine Bauer

 **jeweils Donnerstag 9.00 - 10.00 Uhr**

 Pfarrheim Schwarzenfeld, Marienplatz 2, 92521 Schwarzenfeld

 KAB Schwarzenfeld

Kurs

Nr. 9-20274

Gesund und fit mit Yoga

Hatha-Yoga unter Anleitung und Einführung für Teilnehmer mit und ohne Vorkenntnisse



Durch Atem und körperliche Übungen bringen wir auf wohltuende Art und Weise, Körper, Geist und Seele wieder ins Gleichgewicht und schaffen so die Voraussetzungen für ein gesundes Leben. Im Yoga geht es nicht darum, die Zehen zu berühren. Es geht darum, was du auf dem

Weg nach unten lernst.

Hinweis: Yogamatte, evtl Yoga-Blöcke und Yogagurt sowie bitte Decke und bequeme Kleidung mitbringen.

Referent: Christine Bauer, Yoga-Lehrerin

 Pfarrheim Schwarzenfeld, Marienplatz 2, 92521 Schwarzenfeld

 KAB Schwarzenfeld

Gesund und fit mit Yoga - Kurs I

Nr. 9-20062

jeweils Montag von 17.00 - 18.00 Uhr

Gesund und fit mit Yoga - Kurs II

Nr. 9-20063

jeweils Montag von 18.15 - 19.15 Uhr

Gesund und fit mit Yoga - Kurs III

Nr. 9-20064

jeweils Montag von 19.30 - 20.30 Uhr

Kursreihe

Nr. 9-20267

Indoor Fitness für Frauen**Einführung und Anleitung**

Auf ein Aufwärmtraining folgt eine Mischung aus Übungen zur Kräftigung, Beweglichkeit und Koordination. Zum Abschluss gibt es Entspannung für Körper und Geist. Sie werden schon nach wenigen Trainingseinheiten die körperliche Veränderung spüren und Ihre Ausdauer nimmt zu.

Benötigt wird bequeme Kleidung und Sportschuhe.
Bitte eine eigene Fitnessmatte mitbringen!

Hinweis: Die Kurse finden ganzjährig und fortlaufend statt, außer in den Schulferien. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Referentinnen: Anita Frank

Regina Köppl-Huml

- 📍 Turnhalle des Sonderpädagogischen Förderzentrum Maxhütte-Haidhof, Kapplstr. 10, 93142 Maxhütte-Haidhof – Leonberg
- € 2.- € pro Treffen
- 📝 Anmeldung ist bei jedem Termin möglich.
- ♾ Frauengruppe St. Leonhard e.V.

Nr. 9-20076
Mo 02.03.2026, 18.00 - 19.00 Uhr

Nr. 9-20083
Mo 09.03.2026, 18.00 - 19.00 Uhr

Nr. 9-20075
Mo 16.03.2026, 18.00 - 19.00 Uhr

Nr. 9-20084
Mo 23.03.2026, 18.00 - 19.00 Uhr

Nr. 9-20074
Mo 30.03.2026, 18.00 - 19.00 Uhr

Nr. 9-20085
Mo 13.04.2026, 18.00 - 19.00 Uhr

Nr. 9-20077
Mo 20.04.2026, 18.00 - 19.00 Uhr

Nr. 9-20078
Mo 27.04.2026, 18.00 - 19.00 Uhr

Nr. 9-20086
Mo 04.05.2026, 18.00 - 19.00 Uhr

- Nr. 9-20079**
Mo 11.05.2026, 18.00 - 19.00 Uhr
- Nr. 9-20087**
Mo 18.05.2026, 18.00 - 19.00 Uhr
- Nr. 9-20088**
Mo 08.06.2026, 18.00 - 19.00 Uhr
- Nr. 9-20080**
Mo 15.06.2026, 18.00 - 19.00 Uhr
- Nr. 9-20089**
Mo 22.06.2026, 18.00 - 19.00 Uhr
- Nr. 9-20081**
Mo 29.06.2026, 18.00 - 19.00 Uhr
- Nr. 9-20090**
Mo 06.07.2026, 18.00 - 19.00 Uhr
- Nr. 9-20082**
Mo 13.07.2026, 18.00 - 19.00 Uhr

Kurs

Nr. 9-20154

Seniorenturnen

Hinweis: Näheres wird von KAB Dürnsricht-Wolfring bekannt gegeben.

Referent: Fr. Beck

 **geplant ab März 2026**

 „Beim Winter“, St.-Ulrich-Str. 15, 92269 Fensterbach-Dürnsricht

 KAB Dürnsricht-Wolfring

Kurs

Nr. 9-20276

Rückenschule mit Henry Seifert

Referent: Henry Seifert, Physiotherapeut, Rückenschullehrer, Fitnesstrainer

 Feuerwehrhaus Neunburg, Rötzer Straße 10, 92431 Neunburg v. Wald

 Anmeldung und Infos über Kolping Neunburg v. Wald.

 Kolping Neunburg v. Wald

- Nr. 9-20207**
Mi 04.03.2026, 16.30 Uhr
- Nr. 9-20209**
Mi 11.03.2026, 16.30 Uhr
- Nr. 9-20210**
Mi 18.03.2026, 16.30 Uhr

Kurs

Nr. 9-20212

Fitnesskurs „Rückenaktiv“**Anleitung und Einführung**

Hinweis: 8 Kurseinheiten

Referent: Fitness Corner

- 📅 am 03.03. / 10.03. / 17.03. / 24.03. / 31.03. / 07.04. / 14.04. / 21.04.
- 📍 Fitness Corner, Reithof 17, 92431 Neunburg v. Wald
- 📝 Anmeldung und Infos über KDFB Neunburg v. Wald
- ✉️ KDFB Neunburg v. Wald

Vortrag

Nr. 9-20153

Vortrag: Starkes Immunsystem

Hinweis: Öffentlicher Vortrag im Rahmen der Jahreshauptversammlung

Referent: Herr Wittleben, Apotheker

- 📅 Sa 07.03.2026, 19.00 Uhr
- 📍 Pfarrsaal Albertus-Magnus, Kirchplatz 2, 92269 Fensterbach-Dürnsricht
- ✉️ KAB Dürnsricht-Wolfring

Vortrag

Nr. 9-20092

Frühjahrsputz mit der Natur

Referentin: Gassner Nicole, Naturpädagogin

- 📅 Mo 09.03.2026, 14.00 - 16.30 Uhr
- 📍 Pastoralzentrum St. Josef, Joh.-Bapt.-Mayer-Str. 11, 93133 Burglengenfeld
- ✉️ Seniorencafé Stadtkirche Burglengenfeld

Kursreihe

Nr. 9-20271

Erste-Hilfe-Kurs – Malteser Hilfsdienst e. V.



Malteser

...weil Nähe zählt.

Der Malteser Hilfsdienst e.V. bietet wieder Erste-Hilfe-Kurse an. Die Kurse eignen sich für Führerschein-Anwärter, betriebliche Ersthelfer, Jugendgruppenleiter, Sportübungsleiter oder einfach zum Auffrischen.

Jeder Einzelkurs ist, wie alle Erste-Hilfe-Kurse der Malteser, bei den Berufsgenossenschaften anerkannt.

- 📍 Malteser Hilfsdienst e.V., Brauhausstr. 15, 92421 Schwandorf
- € Teilnahmegebühr 60,-€.
- 📝 Onlineanmeldung: www.malteser.de/erste-hilfe.html
- 🔗 Malteser Hilfsdienst e. V.

Nr. 9-20189

Sa 14.03.2026, 9.00 - 17.00 Uhr

Nr. 9-20190

Sa 11.04.2026, 9.00 - 17.00 Uhr

Nr. 9-20191

Sa 09.05.2026, 9.00 - 17.00 Uhr

Nr. 9-20192

Sa 13.06.2026, 9.00 - 17.00 Uhr

Nr. 9-20193

Sa 11.07.2026, 9.00 - 17.00 Uhr

Nr. 9-20194

Sa 08.08.2026, 9.00 - 17.00 Uhr

Nr. 9-20195

Sa 12.09.2026, 9.00 - 17.00 Uhr

Vortrag

Nr. 9-20225

Pflegeversicherung und Med. Dienst

Referent: AOK Frau Amann

📅 Fr 20.03.2026, 14.00 Uhr

- 📍 Pfarrheim St. Georg, Neunburg v. Wald, Im Berg 20, 92431 Neunburg v. Wald
- 📝 Anmeldung und Infos über die „Kontaktgruppe Behinderte / Nichtbehinderte“ der Pfarrei Neunburg v. Wald.
- ♾ Kontaktgruppe Behinderte / Nichtbehinderte

Vortrag

Nr. 9-20200

E-Patientenakte

Referentin: Barbara Schmidmeier, Referentin vom Verbraucherschutz Bayern

📅 Do 26.03.2026, 19.00 Uhr

- 📍 Pfarrheim St. Georg Klardorf, St.-Georg-Weg 1, 92421 Schwandorf
- 📝 Infos und Anmeldung bei KDFB Klardorf-Bückelkühn
- ♾ KDFB Klardorf-Bückelkühn

Workshop

Nr. 9-20037

Tag der Entspannung – Yin Yoga**Eine Reise durch die Elemente und unsere Meridiane****Ablauf:**

Ab 10:00 Uhr: Begrüßung, Erste Yin-Yogaeinheit; Mittagessen: Vegetarisches Thai-Gericht; Spaziergang ca. 1 Std.

Ab 14:00 Uhr: Zweite Yin Yogaeinheit; Abschluss mit einer Klangreise.

Beide Yogaeinheiten sind für Anfänger, sowie erfahrene Yogis geeignet.

Erste Yin Yogaeinheit: 90 Minuten

Was sind Meridiane in unserem Körper und was haben diese mit den 5 Elementen zu tun?

Zweite Yin Yogaeinheit: 90 Minuten

Es folgen die restlichen drei Elemente: Feuer, Erde und Metall. Auch hier begleiten uns die Meridiane durch die Praxis und lassen uns den Tag tiefenentspannt und voller Energie gemeinsam abschließen.

Alle benötigten Hilfsmittel sind im Yogaraum vorhanden.

Mit zu bringen: Bequeme Kleidung, kl. Kissen, Outdoorkleidung, Teller und Besteck.

Aus rechtlichen Gründen wird darauf hingewiesen, dass die Teilnahme an der Veranstaltung jeweils auf eigene Gefahr besteht und keine Haftung übernommen wird.

Hinweis: Kurzfristige Änderungen werden auf der Homepage des Kneippvereins bekannt gegeben:

www.kneippverein-schwandorf.de

Referentin: Andrea König, Yogalehrerin

Sa 28.03.2026, 10.00 - 16.00 Uhr

Yogaraum, Zielheimer Straße 22a, 92421 Klardorf

Mitglieder: 42 €; Nichtmitglieder: 49 €

Gebühr bis spätestens eine Woche vorher auf Kneippkonto mit Kursbezeichnung überweisen:

Sparkasse Schwandorf

IBAN: DE60 7505 1040 0380 0066 68

BIC: BYLADEM1SAD

Die Überweisung gilt als verbindliche Anmeldung.

bei Theresia Lorenz: Tel. 09438 943232, Mail: Theresia.Lorenz@t-online.de oder Roswitha Fietz: Tel. 09431/60820 Mail: r.fietz@gmx.de

Kneippverein Schwandorf & KEB

Vortrag

Nr. 9-20161

Authentisches TCM Finger-Qi-Gong

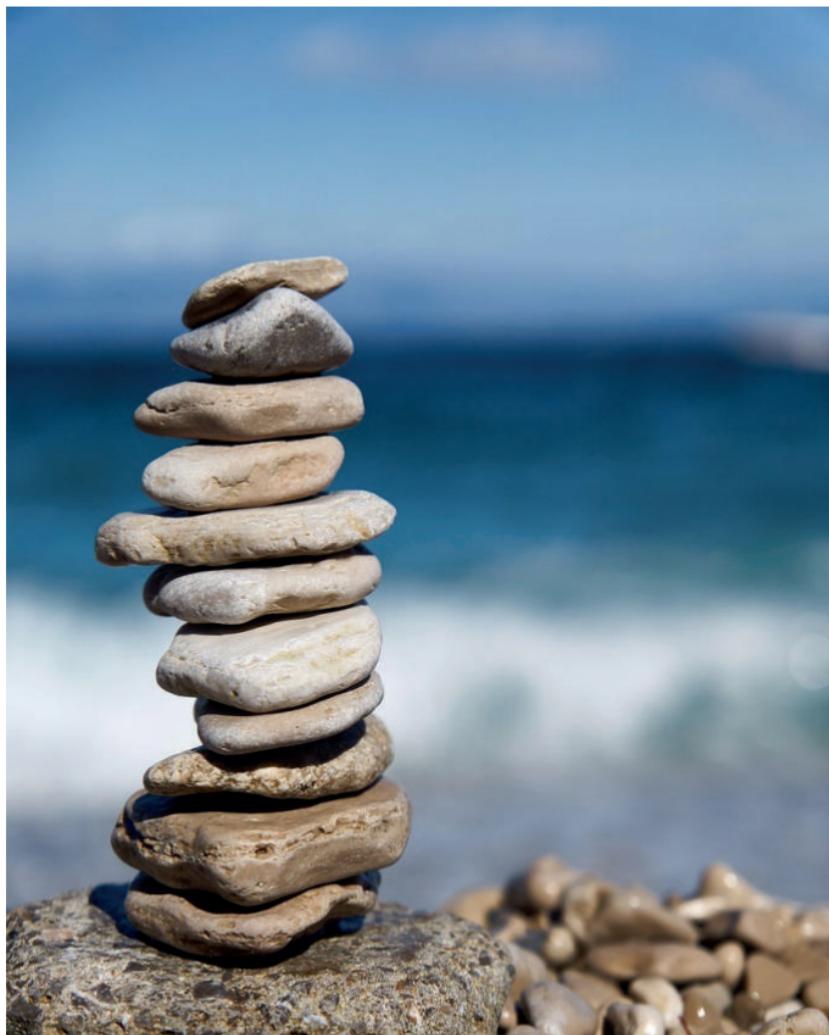


Hinweis: Näheres wird noch bekannt gegeben!

 **Di 08.09.2026, 15.00 Uhr**

 Pfarrheim Bodenwöhr, Kolpingstraße 2a, 92439 Bodenwöhr

 KDFB Bodenwöhr



Christine Kellner



ERNÄHRUNG

Workshop**Nr. 9-20057**

Angeleiteter Kochabend

Referentin: Hauswirtschaftsmeisterin Brigitte Stautner

📅 Mi 10.06.2026, 18.30 Uhr**📍 Schäferei, 93449 Waldmünchen****✉️ bei KDFB Muschenried**

über Christina Dietl:

Tel.: 09676 / 1450

👉 KDFB Muschenried

Vortrag

Nr. 9-20201

Wir backen unser Brot selber

Referentin: Sylvia Mauermaier, Referentin vom Verbraucherschutz Bayern

 **Fr 12.06.2026, 18.00 Uhr**

 Mittelschule Dachelhofen, Dachelhofer Str. 133, 92421 Schwandorf

 Infos und Anmeldung bei KDFB Klardorf-Bückelkühn

 KDFB Klardorf-Bückelkühn

Vortrag

Nr. 9-20093

Vortrag über Fermentieren

mit Kostproben

Referentin: Sylvia Mauermaier, Hauswirtschaftsmeisterin, zertifizierte Kräuterpädagogin

 **Fr 19.06.2026, 18.00 Uhr**

 Thammer-Haus, Marktplatz 5, 92559 Winklarn

Thammerstüberl

 KDFB Winklarn

Workshop

Nr. 9-20044

Kochkurs: „Erdäpfel-Maultaschen & Kartoffelsuppe“

Hinweis: Genaueres wird bekanntgegeben.

Nährere Infos des KDFB Bruck erfolgen per Zeitung, Pfarrbrief, Facebook-Kanal oder WhatsApp-Gruppe.

Referent: Christine Kaiser

 **Di 22.09.2026, 18.30 Uhr**

 92436 Bruck i. d. Oberpfalz

 erforderlich, über Roswitha Schießl:

Tel. 09434 / 1669

Mobil 0173 3978959

 KDFB Bruck

PERSÖNLICHKEITS- BILDUNG



Fortbildung

Nr. 9-20179

wissen.Ehrenamt

digital | kompakt | unkompliziert



Vereins Akademie

wissen.EHRENAMT

Mit dem neuen digitalen Veranstaltungsformat - in Kooperation mit der KEB Neustadt-Weiden - bieten wir Ehrenamtlichen aus Vereinen und Verbänden praxisnahe Unterstützung für ihre tägliche Arbeit. An vier kostenlosen Online-Abenden im Jahr greifen wir zentrale Themen der Vereinsarbeit auf - kompakt, relevant und verständlich. Zu jedem Termin laden wir ausgewählte Referentinnen und Referenten ein, die ihr Fachwissen teilen und Impulse für die Praxis geben. Informativ und direkt von zuhause aus - für alle, die sich engagieren.

VereinsAkademie ist eine eingetragene Marke der KEB Regensburg-Stadt, welche die qualifizierte Fortbildung ehrenamtlich Engagierter bündelt.

Die Anmeldung erfolgt individuell für jede einzelne Veranstaltung, sodass jede und jeder flexibel genau dann teilnehmen kann, wenn das Thema aktuell relevant und interessant ist.

Hinweis: Die verfügbaren Einzelveranstaltungen der Kursreihe finden Sie unten.

1. Halbjahr: 12.05. / 30.06. | 2. Halbjahr: 08.12. / Termin folgt

online

keb-schwandorf.de/aktuelle-veranstaltungen/9-20179-wissenehrenamt

KEB Schwandorf & KEB Neustadt Weiden

Online-Vortrag

Nr. 9-20178

Datenschutz im Ehrenamt

wissen.Ehrenamt | digital



Muss ich auf das Bild für die Homepage verzichten? Kann ich die Anmeldeliste offen aushängen? Brauche ich jetzt für alles eine Einwilligungserklärung?

Spätestens seit der Einführung der Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) im

Jahr 2018 ist das Thema Datenschutz unabdingbarer Teil des Ver einslebens geworden. Die Voraussetzungen, die durch die Verordnung aufgestellt werden, sind meist schwer greifbar. Auch die Haf tungsrisiken bei Verstößen gegen die Anforderungen sind nicht zu unterschätzen.

Der Vortrag bringt hier ein wenig Licht ins Datenschutz-Dunkel. Nehmen Sie wichtige Leitlinien für ihr ehrenamtliches Engagement mit.

Gerne stellen wir Ihnen nach Teilnahme am Vortrag auch eine personalisierte Teilnahmebestätigung aus. Teilen Sie uns bitte bei der Anmeldung oder separat per Mail (bis eine Woche nach Veranstaltung) mit, wenn Sie dies wünschen.

Der Vortrag ist gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Unterricht und Kultus.

Hinweis: Teilnahme erfolgt über BigBlueButton und benötigt nur einen funktionierenden Browser. Link und Zugangscode für die Teilnahme erhalten Sie nach Anmeldung. Der Online-Raum wird kurz vor Beginn geöffnet.

Referent: Dr. Johannes Weiß, Justiziar, Datenschutzbeauftragter

Di 12.05.2026, 18.30 - 20.00 Uhr

online

kostenfrei

online:

keb-schwandorf.de/aktuelle-veranstaltungen/9-20179-wissenehrenamt
oder per Mail: info@keb-schwandorf.de

KEB Schwandorf & KEB Neustadt Weiden

Bayerisches Staatsministerium für
Unterricht und Kultus



Online-Vortrag

Nr. 9-20177

KI-Turbo für den Verein?!

wissen.Ehrenamt | digital



Lernen Sie, wie Sie KI-Tools direkt für Ihre Vereinsaufgaben nutzen: Lassen Sie sich mit KI bei Entwürfen für Social Media und Newsletter unterstützen, erledigen Sie Bürokratie-Aufgaben mithilfe von KI und verbessern Sie Ihre Mitglieder-kommunikation. Wir zeigen Ihnen die konkrete Bedienung der Werkzeuge und die rechtssichere Anwendung im Ehrenamt inkl. ethischer Stolperfällen.

Gerne stellen wir Ihnen nach Teilnahme am Vortrag auch eine personalisierte Teilnahmebestätigung aus. Teilen Sie uns bitte bei der Anmeldung oder separat per Mail (bis eine Woche nach Veranstaltung) mit, wenn Sie dies wünschen.

Der Vortrag ist gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Unterricht und Kultus.

Hinweis: Teilnahme erfolgt über BigBlueButton und benötigt nur einen funktionierenden Browser. Link und Zugangscode für die Teilnahme erhalten Sie nach Anmeldung. Der Online-Raum wird kurz vor Beginn geöffnet.

Referentin: Tanja Köglmeier, Fachstellenleiterin Medien und Digitales, Trainerin Digitalkompetenz

Di 30.06.2026, 18.30 - 20.00 Uhr

online

kostenfrei

online:
keb-schwandorf.de/aktuelle-veranstaltungen/9-20179-wissenehrenamt
 oder per Mail: info@keb-schwandorf.de

KEB Schwandorf & KEB Neustadt Weiden

**Bayerisches Staatsministerium für
Unterricht und Kultus**



Meet yourself – Soundbath/Klangmeditation mit Fantasiereise

Meditationsanleitung und -einführung



In der Ruhe liegt die Kraft! Tauche ein in die sanften Klänge nepalesischer Klangschalen und anderer wohltuender Instrumente. Diese Klangreise schenkt dir eine liebevolle Auszeit vom Alltag - einen Raum, in dem du loslassen, entspannen und neue Energie spüren darfst. Die harmonischen Schwingungen können meditative Zustände fördern, Herz- und Atemfrequenz beruhigen und damit wohltuend auf Körper und Geist wirken. Begleitende Fantasiereisen laden dazu ein, Stress weit hinter dir zu lassen und dich ganz mit schönen Wohlfühlmomenten zu verbinden. Gönn dir eine kleine Reise zu dir selbst!

Bitte Kissen/Decke/Getränk mitbringen! An bequeme Kleidung denken. Matten sind vorhanden.

Hinweis: Bei Epilepsie, psychischen Erkrankungen, der Einnahme von Psychopharmaka oder Frühschwangerschaft bitte vorab ärztlich abklären, ob eine Klangreise geeignet ist.

Referentin: Patricia Wiendl, Entspannungspädagogin, Klangmeditationsleiterin

- 📍 Mehrgenerationenhaus Wackersdorf, Hauptstr. 15, 92442 Wackersdorf
- 💶 15.- Euro
- 📝 online:
<https://calm-sounds.de/anmeldung/>
per Mail:
wiendl.patricia@web.de
- ✉️ Mehrgenerationenhaus Wackersdorf & KEB

Nr. 9-20278
So 01.03.2026, 18.00 - 19.15 Uhr

Nr. 9-20255
So 15.03.2026, 18.00 - 19.15 Uhr

Nr. 9-20256
So 19.04.2026, 18.00 - 19.15 Uhr

Veranstaltungsreihe

Nr. 9-20269

Meditativer Tanz

mit Einführung und Anleitung



Referentin: Gabriele Himmelhuber

📍 Kinderhaus St. Leonhard, Friedhofstr. 2A, 93142 Maxhütte-Leonberg

➡️ Frauengruppe St. Leonhard e.V.

Nr. 9-20068

Mi 18.03.2026, 19.00 Uhr

Nr. 9-20070

Mi 22.04.2026, 19.00 Uhr

Nr. 9-20071

Mi 20.05.2026, 19.00 Uhr

Nr. 9-20072

Mi 17.06.2026, 19.00 Uhr

Nr. 9-20073

Mi 22.07.2026, 19.00 Uhr



„Seelenmarathon“ – Eine Reise zu Klarheit, Tiefe und innerer Wahrheit

Meditationsanleitung und -einführung

Frau Graßl lädt Sie herzlich zu vier Entspannungsabenden ein, an denen Sie Meditationen und Übungen aus ihrem neuen Buch „Seelenmarathon“ kennenlernen. Gemeinsam tauchen Sie in die innere Ruhe und Entspannung ein und lernen in Ihrem eigenen Tempo Schritt für Schritt Ihren persönlichen Seelenmarathon-Weg kennen.

1. März: Meditation „Seelenmarathon“
2. März: Aktive Entspannung mit Klangreise „Achtsames Dehnen und Loslassen“
3. März: Meditation „Der Seelenmarathon-Weg in die innere Leichtigkeit“
4. März: Schreibreise und Meditation „Mein Seelenmarathon-Traum“

Der Kurs eignet sich für Anfänger/innen und Fortgeschrittene.

Hinweis: Bitte Matte, Decke und Socken mitbringen.

Referentin: Claudia Graßl, Meditationsleiterin, Entspannungs- und Achtsamkestrainerin

 **am 04.03. / 11.03. / 18.03. / 25.03.**

 Mehrgenerationenhaus Wackersdorf, Hauptstr. 15, 92442 Wackersdorf

 20 Euro

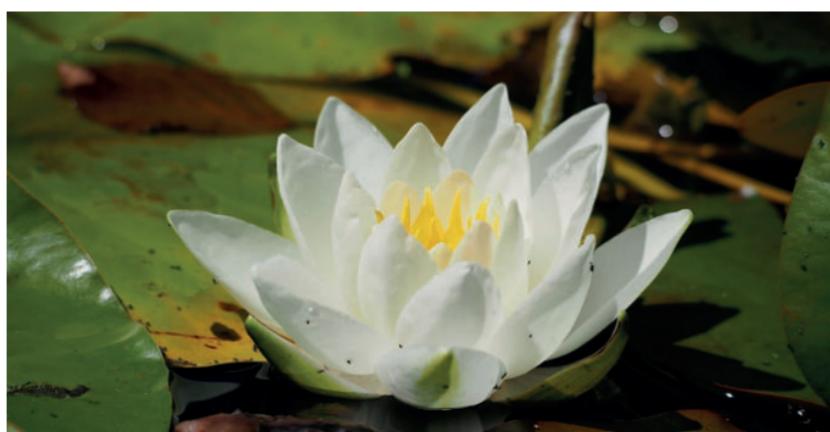
 Anmeldung und Infos:

Stephanie Staudenmayer

Tel.: 09431 3789-353

Mail: S.Staudenmayer@Wackersdorf.de

 Mehrgenerationenhaus Wackersdorf & KEB



Vortrag

Nr. 9-20173

Ältere Verkehrsteilnehmer im Straßenverkehr

Statistiken zeigen, ältere Menschen sind im Straßenverkehr besonders gefährdet. Mehr als die Hälfte der tödlich verunglückten Radfahrer und Fußgänger sowie ein Drittel der getöteten Pkw-Insassen im Jahr 2024 waren älter als 65 Jahre. Ursachen sind u.a. die höhere Verletzlichkeit im Alter, aber auch veränderte motorische und kognitive Fertigkeiten. Hinzu kommen außerdem Auswirkungen von Krankheit und Medikamenten.

Begleitend bei einer Kaffeerunde wird die Verkehrswacht über die Sicherheit älterer Menschen im Straßenverkehr informieren, sensibilisieren und beraten. Der Vortrag erklärt, worauf Verkehrsteilnehmende, insbesondere Seniorinnen und Senioren, achten müssen und wo man sich möglicherweise selbstkritisch hinterfragen sollte.

Referent: Helmut Kramer, Seniorenbeauftragter Verkehrswacht Schwarzenfeld

📅 Mi 25.03.2026, 15.00 - 16.30 Uhr

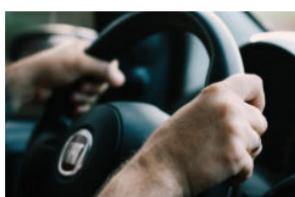
📍 Bürgertreff, Europaplatz 1, 93133 Burglengenfeld

€ kostenfrei

✉ KEB, Bürgertreff und Verkehrswacht Schwarzenfeld

Vortrag

Nr. 9-20058

Verkehrsteilnahme älterer Mitbürger**Vortrag der Verkehrswacht**

Referent: Helmut Kramer, Seniorenbeauftragter Verkehrswacht Schwarzenfeld

📅 Di 21.04.2026, 14.00 Uhr

📍 Pfarrheim Stulln, Kirchstraße 13 a, 92551 Stulln

✉ Über Seniorenkreis Stulln:

Irmgard Prechtl: 09435 901502 oder

Helmut Kramer: 09435 1456 oder 0178 3334357

✉ Seniorenkreis Stulln

Kurs

Nr. 9-20125

„Pack die Lebensfreude ein“

Vortrag im Pfarrheim Trausnitz

 **Do 11.06.2026, 19.30 - 21.00 Uhr**

 Pfarrheim Trausnitz, Hofmarkt 9, 92555 Trausnitz

 KDFB Schmidgaden-Trisching

Vortrag

Nr. 9-20227

Mein Leben – Mein Nachlass

Was hinterlasse ich meinen Erben - auch digital

Referent: Arthur Scheufler, Jurist, Leiter der KAB-Fachstelle Recht

 **Fr 19.06.2026, 19.00 Uhr**

 Pfarrheim St. Georg, Neunburg v. Wald, Im Berg 20, 92431 Neunburg v. Wald

 Anmeldung und Infos über die KAB Neunburg v. Wald

 KAB Neunburg v. Wald

ORTSREGISTER



Bodenwöhr

So	01.03.	Bodenwöhr – Eltern-Kind-Programm	30
So	01.03.	Bodenwöhr – Eltern-Kind-Programm	31
So	01.03.	Bodenwöhr – Eltern-Kind-Programm	31
Fr	13.03.	Religiöser Bildungsnachmittag	8
Fr	17.04.	Der Vogel des Jahres 2026	20
Di	08.09.	Authentisches TCM Finger-Qi-Gong	72

Bruck

So	01.03.	Bruck – Eltern-Kind-Programm	31
Mi	22.04.	Bewährte Hausmittel bei Säuglingen und Kleinkindern	47
Mi	24.06.	Beikost und Familienkost	52

Büchelkühn

So	01.03.	Klardorf-Büchelkühn – Eltern-Kind-Programm	35
So	01.03.	Klardorf-Büchelkühn – Eltern-Kind-Programm	35
So	01.03.	Klardorf-Büchelkühn – Eltern-Kind-Programm	35

Burglengenfeld

So	01.03.	Burglengenfeld Stadtkirche – Eltern-Kind-Programm	31
So	01.03.	Burglengenfeld Stadtkirche – Eltern-Kind-Programm	32
So	01.03.	Burglengenfeld Stadtkirche – Eltern-Kind-Programm	32
So	01.03.	Burglengenfeld Stadtkirche – Eltern-Kind-Programm	32
So	01.03.	Burglengenfeld Stadtkirche – Eltern-Kind-Programm	32
So	01.03.	Burglengenfeld Stadtkirche – Eltern-Kind-Programm	33
Mo	09.03.	Frühjahrsputz mit der Natur	69
Mi	11.03.	Vergebung befreit	8
Sa	14.03.	Ehevorbereitung	14
Sa	14.03.	Notfälle und Verletzungen bei Säuglingen/Kleinkindern	45
Mi	25.03.	Ältere Verkehrsteilnehmer im Straßenverkehr	83
Sa	18.04.	Ehevorbereitung	15
Mo	27.04.	Hoffnungstrimm dichpfad	9
Mi	13.05.	Mit den eigenen Kräften haushalten	49
Mi	20.05.	Mit den eigenen Kräften haushalten	51

Fensterbach

Sa	25.04.	Begleitete Trauerwanderung an den Oberpfälzer Weihern in Fensterbach	21
----	---------------	--	----

Fensterbach-Dürnsricht

So	01.03.	Dürnsricht – Eltern-Kind-Programm	34
Mo	02.03.	Seniorenturnen	68
Sa	07.03.	Vortrag: Starkes Immunsystem	69

Fischbach

So	01.03.	Fischbach – Eltern-Kind-Programm	34
----	---------------	----------------------------------	----

Klardorf

Sa	28.03.	Tag der Entspannung – Yin Yoga	72
----	---------------	--------------------------------	----

Leonberg

So	01.03.	Leonberg – Eltern-Kind-Programm	36
So	01.03.	Leonberg – Eltern-Kind-Programm	36

Maxhütte-Haidhof

Mo	02.03.	„Pubertät – Zwischen Loslassen und Halt geben!“	28
Di	11.08.	Grundlagen des 3D-Drucks	24
Do	01.10.	Smartphone Grundlagen	25

Maxhütte-Haidhof - Leonberg

So	01.03.	Indoor Fitness für Frauen	66
Mo	02.03.	Indoor Fitness für Frauen	67
Mo	09.03.	Indoor Fitness für Frauen	67
Mo	16.03.	Indoor Fitness für Frauen	67
Mo	23.03.	Indoor Fitness für Frauen	67
Mo	30.03.	Indoor Fitness für Frauen	67
Mo	13.04.	Indoor Fitness für Frauen	67
Mo	20.04.	Indoor Fitness für Frauen	67
Mo	27.04.	Indoor Fitness für Frauen	67
Mo	04.05.	Indoor Fitness für Frauen	67
Mo	11.05.	Indoor Fitness für Frauen	67
Mo	18.05.	Indoor Fitness für Frauen	68
Mo	08.06.	Indoor Fitness für Frauen	68
Mo	15.06.	Indoor Fitness für Frauen	68
Mo	22.06.	Indoor Fitness für Frauen	68
Mo	29.06.	Indoor Fitness für Frauen	68
Mo	06.07.	Indoor Fitness für Frauen	68
Mo	13.07.	Indoor Fitness für Frauen	68

Nabburg

So	01.03.	Nabburg – Eltern-Kind-Programm	36
So	01.03.	Nabburg – Eltern-Kind-Programm	36
So	01.03.	Nabburg – Eltern-Kind-Programm	36
So	01.03.	Nabburg – Eltern-Kind-Programm	37
Di	03.03.	EINFACH DIGITAL: QR-Codes – Nutzen und Gefahren	22
Di	07.04.	EINFACH DIGITAL: Die Bayern App – Digitale Bürgerdienste in Bayern	22
Do	30.04.	EINFACH DIGITAL	21
Fr	01.05.	Vogelstimmen im Oberpfälzer Freilandmuseum	22
Di	05.05.	EINFACH DIGITAL: Google Lens – praktischer Helfer im Alltag	22
Di	02.06.	EINFACH DIGITAL: Luftbildrecherche – Ein Blick aus der Vogelperspektive	22

Neukirchen-Balbini

So	01.03.	Neukirchen-Balbini – Eltern-Kind-Programm	37
----	---------------	---	----

Neunburg v. Wald

Mo	02.03.	Rückenschule mit Henry Seifert	68
Di	03.03.	Fitnesskurs „Rückenaktiv“	68
Di	03.03.	Religiöser Bildungstag zur Fastenzeit	7
Mi	04.03.	Rückenschule mit Henry Seifert	68
Sa	07.03.	Ehevorbereitung	14
Mi	11.03.	Rückenschule mit Henry Seifert	68
Sa	14.03.	Gleichstellung familiärer Kleinkindbetreuung mit der Fremdbetreuung	29
Mi	18.03.	Rückenschule mit Henry Seifert	68
Fr	20.03.	Pflegeversicherung und Med. Dienst	70
Mi	25.03.	Säuglingspflegekurs	46
Fr	19.06.	Mein Leben – Mein Nachlass	84
Mi	08.07.	Schnell, gesund und selbstgemacht	54

Niedermurach

Sa	18.04.	Ehevorbereitung	15
----	---------------	-----------------	----

Nittenau

So	01.03.	Nittenau – Eltern-Kind-Programm	38
So	01.03.	Nittenau – Eltern-Kind-Programm	38
Do	05.03.	Frauenfrühstück	7
Mi	11.03.	Frauenfrühstück: „Frau im Sturm – glaubensstark“	7
Sa	21.03.	Religiöser Bildungstag	9

Mi	15.04.	Frauenfrühstück: Thema wird noch bekannt gegeben	7
Sa	09.05.	Ehevorbereitung	15
Mi	13.05.	Frauenfrühstück: Thema wird noch bekannt gegeben	7
Sa	13.06.	Tag der Frau: Zukunft gestalten – Neuanfang	10
Mi	17.06.	Frauenfrühstück: Thema wird noch bekannt gegeben	7
Mi	15.07.	Frauenfrühstück: Thema wird noch bekannt gegeben	7
Sa	18.07.	Religiöser Bildungstag	10

Oberviechtach

Sa	04.07.	Notfälle und Verletzungen bei Säuglingen/Kleinkindern	54
----	---------------	---	----

Pfreimd

So	01.03.	Pfreimd – Eltern-Kind-Programm	38
So	01.03.	Pfreimd – Eltern-Kind-Programm	39

Pirkensee

So	01.03.	Pirkensee – Eltern-Kind-Programm	39
----	---------------	----------------------------------	----

Rottendorf

So	01.03.	Rottendorf – Eltern-Kind-Programm	39
----	---------------	-----------------------------------	----

Schmidgaden

So	01.03.	Schmidgaden – Eltern-Kind-Programm	39
So	01.03.	Schmidgaden – Eltern-Kind-Programm	39

Schwandorf

So	01.03.	Fronberg – Eltern-Kind-Programm	34
So	01.03.	Fronberg – Eltern-Kind-Programm	34
So	01.03.	Fronberg – Eltern-Kind-Programm	34
So	01.03.	Café Communio	17
Mi	04.03.	Windelrocker: Osterfrühstück gestalten	42
Do	05.03.	Mamma Mia	44
Di	10.03.	Erste-Hilfe-Kurs – Malteser Hilfsdienst e. V.	70
Sa	14.03.	Erste-Hilfe-Kurs – Malteser Hilfsdienst e. V.	70
Do	19.03.	Christus – ganz oder gar nicht	11
Do	26.03.	E-Patientenakte	71
Mi	08.04.	Windelrocker: Babymassage	42
Sa	11.04.	Erste-Hilfe-Kurs – Malteser Hilfsdienst e. V.	70
Do	16.04.	„I mog nimma“ Sterbehilfe – Sterbebegleitung	20
Do	16.04.	Von einem, der katholisch wurde...	12

Mi	06.05.	Windelrocker: Blick in die Zukunft	43
Sa	09.05.	Erste-Hilfe-Kurs – Malteser Hilfsdienst e. V.	70
Do	21.05.	„Geh mit Jesus und das Leben wird gut“	12
Mi	10.06.	Windelrocker: Waldspielplätze nutzen?	43
Fr	12.06.	Wir backen unser Brot selber	74
Sa	13.06.	Erste-Hilfe-Kurs – Malteser Hilfsdienst e. V.	70
Sa	13.06.	Kreative Auszeit für Trauernde Erwachsene	23
Do	18.06.	Erfahrungen aus der Klinik- und Senioreneelsorge	12
Fr	19.06.	Sonnwendlesung im Türmerhaus-Biergarten des OWV am Blasturm in Schwandorf	61
Sa	11.07.	Erste-Hilfe-Kurs – Malteser Hilfsdienst e. V.	70
Do	16.07.	Geheimnis der geistlichen Berufung	13
Sa	08.08.	Erste-Hilfe-Kurs – Malteser Hilfsdienst e. V.	70
Do	20.08.	Vom Heavy-Metal-Atheisten zum Ordensmann und Priester	13
Sa	12.09.	Erste-Hilfe-Kurs – Malteser Hilfsdienst e. V.	70
Do	17.09.	Spuren im Sand	13

Schwandorf-Neukirchen

So	01.03.	Neukirchen – Eltern-Kind-Programm	37
So	01.03.	Neukirchen – Eltern-Kind-Programm	37

Schwarzenfeld

So	01.03.	Rückenfit für Senioren	66
So	01.03.	Gesund und fit mit Yoga – Kurs I	66
So	01.03.	Gesund und fit mit Yoga	66
So	01.03.	Gesund und fit mit Yoga – Kurs II	66
So	01.03.	Gesund und fit mit Yoga – Kurs III	66

Steinberg am See

So	01.03.	Steinberg am See – Eltern-Kind-Programm	40
----	---------------	---	----

Stulln

Di	21.04.	Verkehrsteilnahme älterer Mitbürger	83
Di	16.06.	Studienfahrt nach Hahnbach	63
Mi	26.08.	Studienfahrt nach Weltenburg und Schierling	64

Teublitz

So	01.03.	Teublitz – Eltern-Kind-Programm	40
So	01.03.	Teublitz – Eltern-Kind-Programm	40
So	01.03.	Teublitz – Eltern-Kind-Programm	40

So	01.03.	Teublitz – Eltern-Kind-Programm	41
Mi	18.03.	Eltern-Baby-Bindung: Babyschlaf	45
Mi	15.04.	Eltern-Baby-Bindung: Abschied von der Windel	46
Di	12.05.	Eltern-Baby-Bindung: „Abstillen“	49
Di	09.06.	Eltern-Baby-Bindung: Stillvorbereitung	52
Do	09.07.	Eltern-Baby-Bindung: Babyschlaf	54

Trausnitz

Do	11.06.	„Pack die Lebensfreude ein“	83
----	---------------	-----------------------------	----

Wackersdorf

So	01.03.	Fronberg – Eltern-Kind-Programm Wald- und Wiesen-Gruppe	34
So	01.03.	Wackersdorf – Eltern-Kind-Programm	41
So	01.03.	Wackersdorf – Eltern-Kind-Programm	41
So	01.03.	nappydancers®	27
So	01.03.	Meditatives Zeichnen	58
So	01.03.	Meet yourself – Soundbath/Klangmeditation mit Fantasiereise	79
So	01.03.	Meet yourself – Soundbath/Klangmeditation mit Fantasiereise	80
Mi	04.03.	„Seelenmarathon“ – Eine Reise zu Klarheit, Tiefe und innerer Wahrheit	82
Do	05.03.	Meditatives Zeichnen	58
Do	12.03.	Meditatives Zeichnen	58
So	15.03.	Meet yourself – Soundbath/Klangmeditation mit Fantasiereise	80
Do	19.03.	Meditatives Zeichnen	58
Do	26.03.	Meditatives Zeichnen	58
Mi	15.04.	Großelternkurs	46
Do	16.04.	Organspende Ja oder Nein?	20
So	19.04.	Meet yourself – Soundbath/Klangmeditation mit Fantasiereise	80
Sa	09.05.	Notfälle und Verletzungen bei Säuglingen/Kleinkindern	48
Di	19.05.	Papa werden – mit Herz, Humor und Realitätssinn	50

Winklarn

So	01.03.	Winklarn – Eltern-Kind-Programm	41
Fr	19.06.	Vortrag über Fermentieren	75

Bildverzeichnis

A

Alexandra_Koch@pixabay - 72
Anviere@pixabay - 48
ArtfulColorWorks@pixabay - 47

B

BayernLab Nabburg - 24
Bgmfotografia@pixabay - 50

C

Canva-KI - 9
Christine Kellner - 100
congerdesign@pixabay - 45, 48, 54

D

Daniel Köberle - 78
Dietmar Zwick - 61

F

Florantevaldez@pixabay - 62
freestock-photos@pixabay - 45, 54
freestocks-photos@pixabay - 52

G

Georg_Wietschorke@pixabay - 17
GiniGeo_Photography@pixabay - 7

H

ha11ok@pixabay - 79f.
Hardeep Kumar_pixabay.com - 17
Hartmut Meyer - 11ff.

J

J. Weiß - 77
Jasmin77@pixabay - 20

K

KEB im Bistum - 30
klelin@pixabay - 46

M

Malteser - 70
Manfred Kellner - 1
Marisa_Sias@pixabay - 46
Matthias_Lemm@pixabay - 57
mit KI erstellt - 7f., 18, 20, 42f., 66f., 80f., 83
Myriams-Fotos@pixabay - 47

N

nappydancers - 27

O

OleksandrPidvalnyi@pixabay - 49, 51

P

Pampelmuss@pixabay - 58

pexels@pixabay - 83

Pexels@pixabay - 54

pressmaster@AdobeStock - 66

PublicDomainPictures@pixabay - 52

R

Renate Pielmeier - 49, 51

S

silviarita@pixabay.com - 21

solut_rai@pixabay - 72

StockSnap@pixabay - 49, 53

T

takmeomeo.pixabay.com - 14

W

wal_172619@pixabay - 23

Wolfgang_Hasselmann@pixabay - 20

Y

YourKlem@pixabay - 44

Geschäftsbedingungen

Öffentlichkeit/Ankündigung

Alle Veranstaltungen sind für alle allgemein öffentlich zugänglich. Sie werden mit adäquaten Mitteln und Medien öffentlich angekündigt.

Anmeldung

Mit der Anmeldung kommt zwischen Teilnehmerin/Teilnehmer und der KEB Schwandorf (KEB SAD) ein Teilnahmevertrag zustande. Die Anmeldung ist verbindlich und kann persönlich, schriftlich, telefonisch, per Fax oder E-Mail vorgenommen werden. Die KEB SAD verschickt keine Anmeldebestätigungen. Falls eine Veranstaltung ausgebucht ist, erfolgt eine Benachrichtigung und auf Wunsch der Eintrag in eine Warteliste. Sollte aus begründetem Anlass die Kursanmeldung nicht aufrechterhalten werden können, so muss schriftlich so rechtzeitig Abmeldung erfolgen, dass Ersatzteilung möglich ist. Ansonsten scheidet die Befreiung von der Kursgebühr aus. Bei Abbruch einer Veranstaltung kommt keine Ermäßigung in Betracht.

Teilnehmerbeitrag/gebühr - Lehrmaterial

Für jede Veranstaltung ist in der Regel ein Teilnehmerbeitrag von mindestens zwei Euro zu entrichten. Im überörtlichen Angebot ist dieser Beitrag in der Regel höher und der jeweiligen Ankündigung zu entnehmen. Die Teilnahmegebühr ist vor der Veranstaltung bzw. sofort bei der Veranstaltung für die gesamte Veranstaltung fällig. Sie wird bar kassiert, per Bankeinzug abgebucht oder ist auf das angegebene Bankkonto zu überweisen. Anfallende Kosten für Unterrichtsmaterial sind gesondert zu entrichten. Lehrbücher sind in der Regel auf eigene Kosten zu beschaffen.

Ermäßigung

Es gibt keinen Anspruch auf Ermäßigung des Teilnehmerbeitrages. Wird eine Ermäßigung gewährt, sollen in der Regel nicht mehr als fünfundzwanzig Prozent von der Teilnahmegebühr nachgelassen werden. Die Ermäßigung bezieht sich auf die allgemein anerkannten Personenkreise. Eine Ermäßigung ist nur mit dem entsprechenden und persönlich vorgelegten Nachweis möglich. Mehrfache Ermäßigungen sind nicht möglich. Die genannte Ermäßigungsmöglichkeit gilt grundsätzlich nicht bei Studienfahrten etc., bei denen die KEB SAD nicht als Veranstalter auftritt.

Veranstaltungsabsage

Die KEB SAD kann aufgrund von ungenügender Teilnehmerzahl, Ausfall eines Kursleiters oder Referenten, oder bei anderen, nicht von der KEB SAD zu verantwortenden Umständen eine Veranstaltung absagen. In diesen Fällen werden unter Ausschluss weitergehender Ansprüche bereits an die KEB SAD geleistete Zahlungen voll zurückerstattet.

Rücktritt

Bei Rücktritt von der Kursanmeldung bis acht Tage vor Kursbeginn können 10 Prozent der Kursgebühr, mindestens jedoch fünf Euro Verwaltungsgebühr erhoben werden. Wird diese Rücktrittsfrist nicht gewahrt und übernimmt keine Erstzperson die vollen Verpflichtungen des abgemeldeten Teilnehmers, können die gesamten Kursgebühren verlangt werden. Für Studienfahrten etc., bei denen die KEB SAD wie erwähnt grundsätzlich nicht als Veranstalter auftritt, gelten die Regelungen des jeweiligen Veranstalters.

Haftung

Die Katholische Erwachsenenbildung (KEB) übernimmt keinerlei Haftung für Diebstähle, Verletzungen oder Schäden an Personen oder Sachgegenständen. Die Teilnahme an Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr. Bei allen Studienfahrten/Studienreisen u.ä. tritt die KEB SAD nicht als Veranstalter auf (s.o.). Hier haften im Sinne des BGB und übriger gesetzlicher Bestimmungen die jeweiligen Veranstalter.

Datenschutz und weitere Hinweise

Angaben zum Umgang und Schutz von personenbezogenen Daten finden sich auf unserer Homepage in der dortigen „Datenschutzerklärung“. Die vollständige Version der AGB findet sich ebenfalls auf unserer Internetseite www.keb-schwandorf.de

AGB und Datenschutz - Auszug

Grundsätzliches

Die AGBs der Mitveranstalter (beispielsweise Bildungshäuser und Reiseunternehmen) sind bei den einzelnen Veranstaltungen zudem zu berücksichtigen.

Unsere vollständige Version auf www.keb-bistum-regensburg.de/agb !

Anmeldeschluss

Der Anmeldeschluss der Ausschreibung ist in der Regel mit einem konkreten Datum gekennzeichnet. Nach dem jeweiligen Anmeldeschlusstermin können Anmeldungen nur noch nach individueller Absprache angenommen werden.

Kursgebühren

Für die Erhebung der Kursgebühren gilt die jeweilige Regelung in den einzelnen Ausschreibungen: Folgendes Prozedere wird angewendet:

Soweit Beiträge in Rechnung gestellt werden, sind diese innerhalb von 10 Tagen unter Angabe des Verwendungszwecks bzw. mit der entsprechenden Rechnungsnummer auf das Konto der KEB zu überweisen.

Die Kursgebühren sind dann in bar zu entrichten, wenn dies in der Ausschreibung vermerkt ist.

Veranstaltungsgebühren bzw. können nach dem Kurs mittels SEPA-Lastschriftmandat abgebucht werden. Eine einmalige Abbuchungsermächtigung erfolgt hierzu durch die Teilnehmenden.

Nicht in Anspruch genommene Leistungen können nicht rückerstattet werden.

Veranstaltungsanmeldung

Eine Anmeldung (telefonisch, persönlich, online, per E-Mail oder schriftlich) gilt als verbindliche Kursbelegung, solange von der KEB keine anderweitige Mitteilung erfolgt. Melden Interessierte weitere Teilnehmende für eine Veranstaltung an, verpflichten Sie sich, auch für die vertraglichen Verpflichtungen aller von Ihnen anmeldeten Teilnehmenden, einzustehen.

In der Regel wird die Anmeldung nicht schriftlich bestätigt.

Rücktritts- / Bearbeitungsgebühren

Diese Rücktrittsbedingungen gelten, sofern in der konkreten Veranstaltungsausschreibung keine anderen Konditionen geregelt sind. Bei Reisen zusammen mit Pfarrei(einrichtung)en sind immer deren Konditionen zu erfragen.

Folgende Rücktrittsbedingungen gelten, sofern in der konkreten Ausschreibung keine anderen Konditionen geregelt sind: Bei Rücktritt von der Veranstaltungsanmeldung bis 7 Tage vor Kursbeginn werden 10% der Kursgebühr – bei Tagesreisen und mehrtägigen Veranstaltungen 30 % der Gebühren –, mindestens jedoch 6 Euro als Verwaltungsgebühren erhoben. Entstehen der KEB durch den Rücktritt

geringere Kosten, dann werden nur diese in Rechnung gestellt. Wird diese Rücktrittsfrist nicht gewahrt und übernimmt keine Ersatzperson die vollen Verpflichtungen des abgemeldeten Teilnehmers, werden die gesamten Kursgebühren fällig. Für die Teilnahme an mehrtägigen Reisen wird der Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung dringend angeraten.

Zudem können gesonderte Geschäftsbedingungen mit entsprechenden Rücktrittsbedingungen für Kurse und Veranstaltungen (z.B. Studienreisen) gelten. Diese sollten in den Ausschreibungsunterlagen publiziert werden.

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

Veranstaltungsabsage

Eine Veranstaltung kann abgesagt werden, z.B. wegen zu geringer TN-Zahl, Ausfall von Referenten/innen oder von Vortragsräumen, Störungen des Veranstaltungsablaufs oder des Vortrags, deutliche Verzögerung des in der Ausschreibung genannten Kursbeginns, weitere Gründe, die nicht den Einfluss der KEB unterliegen, höhere Gewalt. In diesem Fall erfolgt eine rechtzeitige Benachrichtigung (soweit möglich) sowie die Erstattung bereits vorweg bezahlter Gebühren für die Veranstaltungsteilnahme.

Weitergehende Ansprüche können nicht berücksichtigt werden.

Bei Vorträgen ohne Anmeldung wird der Ausfall der Veranstaltung (soweit möglich) in der Tagespresse bekannt gegeben.

Datenschutz

In der Diözese Regensburg gelten - wie in allen deutschen (Erz-)Diözesen - für die Verarbeitung personenbezogener Daten die Bestimmungen des Gesetzes über den Kirchlichen Datenschutz (KDG) einschließlich der Verordnung zur Durchführung der Anordnung über den kirchlichen Datenschutz (KDG-DVO) sowie die sonstigen anzuwendenden kirchlichen und staatlichen Datenschutzvorschriften. Wir verarbeiten Ihre personenbezogenen Daten ausschließlich gemäß den gesetzlichen Datenschutzvorschriften so, wie sie in der Datenschutzerklärung unter www.keb-bistum-regensburg.de/datenschutzerklaerung dargestellt sind.

Urheberschutz

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

Haftung

Die KEB übernimmt keinerlei Haftung für Diebstähle, Verletzungen oder Schäden an Personen oder Sachgegenständen, die sie nicht zu vertreten hat.

Die Teilnahme an Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr.

**WIR SUCHEN
MENSCHEN MIT MUT UND
BEGEISTERUNG FÜR DIE
HERAUSFORDERUNGEN
IN DER GESELLSCHAFT.**

*Als KEB-Beauftragte(r)
engagiert für ihre Gemeinde*





KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG IM LANDKREIS
SCHWANDORF



Katholische Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg e.V.
Regionale KEB im Landkreis Schwandorf
Kreuzberg 4, 92421 Schwandorf
09431/2268, info@keb-schwandorf.de