

Seminarräume



Hereinspaziert!

Ihre AnsprechpartnerInnen:



Dr. Felix Leibrock

Geschäftsführer
Pädagogischer Leiter, Pfarrer
felix.leibrock@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-51



Karin Wolf

Schwerpunkt Trauerarbeit
karin.wolf@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-70



Melanie Sommer

Stellvertretende Leitung
Schwerpunkt Seniorenprogramm
melanie.sommer@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-61



Dr. Iris Geyer

Schwerpunkt Trauerarbeit
iris.geyer@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-0



Annette Hüsken-Brüggemann

Schwerpunkte Medienbildung, Inklusion
und VerbraucherInnenschutz im Seniorenprogramm
annette.huesken-brueggemann@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-41



Gabriele Rödlich

Stadtteilführerin „München mit anderen Augen sehen“
ebw
mmaas@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-0



Leonie Lang

Schwerpunkt Seniorenprogramm
Qualitätsbeauftragte, Präventionsbeauftragte
leonie.lang@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-60



Erika Lang

Verwaltung
service@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-0



Irmí Sedlmayr

Schwerpunkt Gemeindearbeit
Finanzen, Assistenz der Geschäftsführung
irmi.sedlmayr@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-31



Yasemin Duman

Friedhofsfahrten,
Service und Veranstaltungsorganisation
friedhofsfahrten@ebw-muenchen.de
yasemin.duman@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-40

Ihre AnsprechpartnerInnen:



Roswitha Hamsch

Landesstatistik (EbFöG)
roswitha.hamsch@ebw-muenchen.de
statistik@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-20



Heike Trausch

Landesstatistik (EbFöG), Verwaltung,
Friedhofsfahrten
heike.trausch@ebw-muenchen.de
statistik@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-20



Julia Koloda

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
presse@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-0



Angela Glanz

Kommunikationsdesign
angela.glanz@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-50

Ehrenamtliche MitarbeiterInnen



Claudia Dörner

Fotografie



Bianka Schlömer

Fotografie



Helga Baumgärtel

Bibliothek



Udo Heilemann

Flyer-Verteilung,
Obdachlosenarbeit

Conny Hänig

Flyer-Verteilung

Evangelisches Podium Dachau



Gerhard Last

Sprecher des Evangelischen Podiums
im Landkreis Dachau
Evang. Pfarrer der Friedenskirche Dachau
gerhard.last@elkb.de

Tel 08131/3564437



Karin Kunze

Leiterin des Büros des Evangelischen
Podiums im Landkreis Dachau
Diplom-Soziologin
karin.kunze@evangelisches-podium.de

Tel 08131/92248

Kirchengemeinden im Dachauer Land haben sich für ein gemeinsames Programm der Erwachsenenbildung zusammengeschlossen. So ist das Evangelische Podium im Landkreis Dachau unter dem Dach des Evangelischen Bildungswerks München entstanden. Ob Angebote für Familien, Vorträge über biblische, theologische oder auch Themen des aktuellen Zeitgeschehens bis hin zu Seniorenkreisen – hier kann jede und jeder fündig werden! Gerne weisen wir daher auf das sehr ansprechende Programm hin, zu finden unter: www.evangelisches-podium.de

Legende:

(BVST)	Bundesverband Seniorentanz e.V.
(CNVC)	Center for Nonviolent Communication
(DGS)	Deutsche Gebärdensprache
(EA)	Ehrenamtliche
(HA)	Hauptamtliche
(mmaas)	München mit anderen Augen sehen
(SP)	Veranstaltungen des Seniorenprogramms, gefördert durch die Landeshauptstadt München/Sozialreferat
(VB)	Verbraucherbildung



Ermäßigung für Interessierte mit geringer Rente, gilt auch für kostenpflichtige Verbraucherbildungsseminare und Medienseminare ab einem Gesamtbuchungswert von 20 Euro. Details siehe Seite 171.



kostenfrei für Interessierte mit geringer Rente



Mit Gebärdensprachen-DolmetscherInnen (nach Anmeldung)



Für Schwerhörige geeignet
Lautsprecher bzw. FM-Anlage vorhanden (ReferentIn-Ton auf Ihr Hörgerät oder einen Leih-Kopfhörer)



Schriftdolmetscher/Untertitel, auf Anfrage und nach Verfügbarkeit



Taubblinden-Assistenz, auf Anfrage und nach Verfügbarkeit



Online-Veranstaltung oder mit Möglichkeit zur Online-Teilnahme

Inhaltsverzeichnis

Ausstellungen	16
Fische und Krüge	16
ALF	18
Göttliches fühlen	20
Friedhofsfahrten	22
Soziales	27
Lernen mit Kindern	28
LernbegleiterIn	28
Die sieben Sicherheiten, die Kinder für ihre Entwicklung brauchen	29
Eltern-Kind-Gruppen	30
Leitung – Startpaket	30
Die „schöne Hand“	30
Neuorientierung 50+	31
Seniorpartner in School – Lehrgang	31
Spurwechsel ab 55	32
Freiwilliges Engagement im Altenheim (SP)	33
Infoabend zum Engagement im Altenheim	33
Türen öffnen zu Menschen mit Demenz	34
Tanzen im Sitzen	34
Kamishibai	35
Begleitung im Alter (SP)	36
Kunsttherapie mit Mandalas	36
Lebensübergänge im Alter	37
Große Handpuppen	37
Kunsttherapie „Schlichtheit mit großer Wirkung“	38

Vortragsreihe Wohnen & Pflege im Alter	39
Pflegebedürftig – Wie finde ich die passende Pflege-, Wohn- und Versorgungsform? (VB)	39
Sicherheit im Alter – auch bei Unterstützungsbedarf und bei Pflegebedürftigkeit.	39
Kosten und Finanzierung pflegerischer Versorgungsformen (VB)	39
Lehrgang Seniorenbegleitung § 45 SGB XI mit DemenzhelferIn	40
Sterbebegleitung (SP)	42
Sterbenden Menschen Zeit schenken	42
Ehrenamtskoordination mit Kompetenz	43
Altes und neues Ehrenamt	43
Vom Suchen und Finden	43
Gutes Miteinander im Engagement	43
Schön, dass ihr Euch engagiert!	43
Gute Balance im Ehrenamt	44
Alle anders, alle gemeinsam:	
So klappt's mit der Vielfalt im Ehrenamt	44
Freiwilligenkoordination kompakt	45
Störungen erkennen und an ihnen wachsen	46
Gut versichert im Ehrenamt	46
Gewaltfreie Kommunikation	47
Gute Kommunikation im Berufsleben, im Alltag und ... mit sich selbst	47
In Frieden leben	47
Inklusion in der Wissensvermittlung	48
Veranstaltungen inklusiv gestalten	48

Gesundheit	53
Pilgerangebote	54
Pilgern auf dem Münchner JakobsKirchenWeg	53
Vom Apostel zum Pilgerpatron – ein langer Weg?	56
Meine Ruhe – Meine Stärke	57
„Kommt und ruht ein wenig aus“ (Mk 6, 30-32)	58
Himmliche Perspektive	58
„Zwischenbilanz“	59
Gesund im Alter (SP)	60
Lebensziele mit 55 Plus visualisieren	60
Zeichnen Mal anders	60
Fitness für Kopf & Körper	61
Myome – was tun?	61
Tanzen (SP)	62
TanzleiterIn-Ausbildung Tanzen im Sitzen	62
Seminar mit Daniela Christl	62
Der Garten meiner Seele	62
Seminar mit Gudrun Haas, Monika Keilberth & Annette Hoever-Waubke	63
Mit Tanzen im Sitzen fröhlich durch den Tag	63
Seminare mit Renate Tappe	64
Tänze aus dem ErlebniSTanz-Programm	64
Fröhliches Tanzen im Sommer	64
Tanzfreizeit im Bildungszentrum Pappenheim	65
Spaziergänge in Annettes Traumgarten (SP)	66

Trauer

Café für die Seele – Trauercafé	69
Das „kleine Café für die Seele“	70
Los geht's	70
FriedOrte	71
Licht im Dunkeln	72
Kunst für die Seele	73
Ein gutes Ende	74
„Ich mach mir oft das Leben schwer.“	75
	76

Glaube

GemeindeLeben – sich engagieren!	79
z'sam – Zentrum für freiwilliges Engagement	81

Gruppen

Altes und neues Ehrenamt	82
Vom Suchen und Finden	82
Gutes Miteinander im Engagement	82
Schön, dass ihr Euch engagiert!	82
Gute Balance im Ehrenamt	82
Alle anders, alle gemeinsam:	
So klappt's mit der Vielfalt im Ehrenamt	83
Eltern-Kind-Gruppen-Leitung	83
Seniorengruppen	83

Besuchsdienst und Seelsorge

Dasein. Zuhören. Begleiten. Unterstützen	84
Aufbaukurs Seelsorge	85

Kirchenraum entdecken

KirchenRaum & Spiritualität	86
-----------------------------	----

Gottesdienst feiern

Alles Ausdruck: Körper – Stimme – Wirkung	87
---	----

Für MitarbeiterInnen in der Gemeinde

Grundkurs MesnerIn	88
Stressmanagement	90

Glauben entdecken und erneuern

ErmMUTigung – EmPOWERment	91
Sei getrost und unverzagt	91
Von allen Seiten umgeben	92
Mit Leichtigkeit dem Göttlichen näherkommen	93
„Ich bin da“	94
„Ich mach mir oft das Leben schwer.“	95
Weltgebetstag 7. März 2025: „wunderbar geschaffen!“	95

Sich für die Schöpfung einsetzen

Gemeinsam Raum gewinnen	96
„Gutes Leben ist einfach“	96
Digitaler Datenputz	97
Digitalisierung und die Klimafolgen	97
Klimafreundlich Leben – „der Kurs“	97
Energieeinsparung – ein Akt der Nächstenliebe?	98
Für Werte einstehen und mutig handeln	99
WELT MACHT HUNGER	99
	100

Medien

Aktuelle Angebote für aktuelle Bedarfe	103
Hinweis zu Ermäßigungen & Symbolen	104
Beratungsstelle Medien-Bildung München (SP)	104
Fachtag Digitale Medien & ältere Menschen	105
Smartphone/Tablet (Android)	106
Android- Smartphone einrichten/personalisieren	107
Grundlagen Android-Geräte-Bedienung	107
Smartphone/Tablet-Weiterlernen	108
Smartphone/Tablet-Weiterlernen II	108
Sicherheit auf dem Android-Gerät	109

Smartphone/Tablet: Fragen & Antworten	110	Digitalfrühstück für ältere Menschen	124
Smartphone/Tablet (iOS)	111	Lern-Treff Digitale Welt – in Gebärdensprache	125
Grundlagen iPhone/iPad – Kompakt	111	Angebote mit Gebärdensprache (VB/ SP)	126
iPhone/iPad – Weiterlernen	111	Lern-Treff Digitale Welt – Gebärdensprache	126
Smartphone/Tablet: Themen-Termine für iOS und Android (VB, SP)	112	Medien-Treff mit Gebärdensprache	126
Sicherheit auf dem mobilen Smart-Gerät	112	Öffentlichkeitsarbeit	127
Geldspar-Apps	113	Erfolgreiche Pressearbeit	127
WhatsApp verstehen	114	Mehr Klarheit in der Sprache	127
Nützliche Apps für Frühjahr/Sommer(urlaub)	114	Gezielte Öffentlichkeitsarbeit im Verein	128
Mein Smart-Gerät, mein Alltagshelfer	115	Knackig Schreiben für die Öffentlichkeitsarbeit	128
Navigieren und Orientieren	115	Datenschutz im Ehrenamt	129
Vorträge & Co zur Digitalen Welt (VB, SP)	116	Verbraucherbildung	131
Sicherheit im Internet	116	Verbraucherbildung des <i>ebw</i> (VB/ SP)	132
Veranstaltungen suchen, Tickets buchen – online	116	Angebote für Einrichtungen, Gemeinden, ...	132
Online-Banking – ist das was für mich?	117	Aktuelle Angebote für aktuelle Bedarfe	133
Einkaufen und Bezahlen im Internet	117	Energie & Nachhaltigkeit (VB)	133
Digitale Helfer fürs Navigieren und Reisen		Klimawandel in Bayern	
– zu Fuß, mit Rad, mit PKW	118	– wie kann ich (gut) damit leben?	133
Digitale Helfer fürs Navigieren und Reisen		Nachhaltig aufräumen, liebevoll loslassen	134
– mit öffentlichen Verkehrsmitteln	118	Finanzen (VB)	135
Themen-Schwerpunkt: Künstliche Intelligenz	119	Clever einkaufen im Supermarkt	135
Gefährliche Verbündete: Künstliche		Die selbstgenutzte Immobilie im Alter	136
Intelligenz und die Verbreitung von Fake News	119	Schenken mit System an Kinder oder Enkel	136
Künstliche Intelligenz kennenlernen		Versicherungen 50plus Was brauche ich wirklich?	137
in Theorie & Praxis	120	Finanziell vorgesorgt – und nun?	138
Lern-Treffs zur Digitalen Welt (VB/ SP)	121	Recht & Vorsorge (VB)	138
Café & Clicks	121	Pflegebedürftig – wie finde ich die passende	
Neu: „Bella Digitalia“	122	Pflege-, Wohn- und Versorgungsform	138
Digitaler Dienstag	123	Kosten und Finanzierung pflegerischer	
		Versorgungsformen	138

Kultur

FreiTagsZeit

Literatur

Literarisches Frühstück

Bildungskabarett

Bildung und Beiwerk

Engagement im kulturellen Bereich (SP)

Kulturführerschein

Netzwerktreffen Kulturführerschein

Ewige Sinnbilder

Stadtteilspaziergänge, Fortbildungen (SP)

München mit anderen Augen sehen (mmaas)

Hinter den Kulissen der Bayerischen Staatsoper

Archiv der Congregatio Jesu – Mary Ward

Ein herausgehobenes Kunsthandwerk

Schreiben und Erinnern (SP)

ZeitschreiberIn

Schreibwerkstatt *Musenkuss*

Angebote zur Biografiearbeit

Wie viel Heimat passt in ein Weckglas?

Die Sekretärin

Kochen & Kultur – mit Gebärdensprache

141

142

144

144

145

145

146

146

147

147

148

148

149

149

150

151

151

152

152

153

153

154

Lageplan des *ebw*

Kalendarium:

Bildnachweise:

Das Evangelische

Bildungswerk München e.V. – *ebw*

Unsere Veranstaltungen/Seminare/Projekte
werden gefördert von

Unsere Mitglieder

Teilnahmebedingungen

Allgemeine Bedingungen

156

157

162

164

165

167

171

173



Die Qualität der Veranstaltungen

ist dem Evangelischen Bildungswerk München e.V. wichtig. Am 31.01.2008 hat die Zertifizierungsgesellschaft proCum Cert GmbH dem *ebw* das Siegel „Qualitätsentwicklung im Verbund von Bildungseinrichtungen QVB Stufe A“ erteilt. Dieses wird jährlich durch Überwachungs- und externe Audits geprüft.

Listen unserer Kooperationspartner, Publikationen und Ausleihmöglichkeiten von Spielen und Materialien finden Sie auf unserer Website www.ebw-muenchen.de.

Fische und Krüge

„Ich möchte mit meinen Händen den Staub und die Asche des Krieges wegwischen und die schöne Seite unserer Kunst präsentieren.“

Das ist das Motto des afghanischen Künstlers Niaz Naseri, dessen Arbeiten durch orientalische Ornamentik und Formensprache ebenso wie die Verwendung von kalligrafischen Elementen bestechen. Neben traditionellen Motiven werden auch einige Werke seiner jüngsten Schaffensperiode „Aquatic life“ präsentiert. Sie zeigen eine Welt voller Hoffnung und Schönheit und trotzen in ihren prächtigen Farben und Formen der Erinnerung an Krieg und Gewalt.

Die Ausstellung erfolgt in Kooperation mit der Interkulturellen Stiftung KOLIBRI und dem Kolibri-Kunst-Kabinett.



Niaz Naseri (geb. 1988) kam 2016 als Flüchtling nach Deutschland. Aus seiner Heimatstadt, der westafghanischen Kunstmetropole Herat, brachte der gelernte Grafiker kaum mehr als die Erinnerung an die reiche Kultur seines Landes mit, die er – neben anderen Motiven – in seiner eigenen künstlerischen Arbeit wieder aufleben lässt. Schon bald nach Anerkennung seines Asylantrags ließ er sich zum Krankenpfleger ausbilden und arbeitete u.a. auf der Intensivstation der Berliner Charité, sowie am Deutschen Herzzentrum in München. Seit 2018 steht er daneben in Kontakt mit der Interkulturellen Stiftung KOLIBRI, die ihn beim Start in seine inzwischen bereits beachtliche Künstlerkarriere unterstützen konnte.



Weitere Informationen unter: www.kolibri-kunst-kabinett.de, www.kolibri-stiftung.de sowie www.niaznaseri.de.

Vernissage

Di 21.01.2025, 18.00 Uhr
Anmeldung bitte beim *ebw*

Ausstellung

21.01 - 28.03.2025



Öffnungszeiten der Ausstellungen

Mo, Di, Mi 08.30 – 12.00 Uhr, 13.00 – 15.00 Uhr,
Do 12.30 – 16.00 Uhr
(oder nach Vereinbarung)

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Original und Kopie

Große Meister im kleinen Bildungswerk

Alf (wie es dazu kam, eine Ausstellung in München zu bekommen)

Im Fernsehen lief gerade wieder einmal Alf. Endlich wollte ich so einen Kerl in meinem Wohnzimmer sitzen haben. Bei Kleinanzeigen werde ich fündig und melde mich. Es ist nicht weit zu fahren und es passt auch bald der Verkäuferin. Eine Frau Holzer öffnet die Tür und hält Alf in den Armen. Schnell wechselt der Plüschgeselle die Seiten. Gekauft! Und wir kommen so zwischen Tür und Angel noch etwas ins Gespräch. Ich habe ein kleines Geschenk mitgebracht. Mein erstes Buch! Und sage so nebenbei, dass ich eigentlich Kunstmalerei betreibe. Auf meinem Handy zeige ich ihr ein paar meiner Gemälde. Nun sagt Frau Holzer, was sie beruflich macht und dass sie das gern einmal ihrem Bekannten zeigen möchte. Viel Zeit vergeht nicht und ich sitze bei Hr. Leibrock in München im Zimmer. Es geht definitiv um eine Bilderausstellung in 2025. Wenn es noch diese fast unglaublichen Geschichten gibt. Das ist eine! Auf jeden Fall für mich!

Warum ich zum Malen kam!

Mein Name ist Ronald Keller, geboren am 26.06.1955 in Chemnitz. Bald kamen noch zwei Geschwister dazu. Als ich 9 Jahre alt war, verstarb unser Vater nach schwerer Krankheit. Es folgte eine Zeit voller Entbehrungen. Neigungen und Wünsche konnten kaum erfüllt werden. So blieb es für mich bei einem Schulabschluss der 10. Klasse und einer anschließenden Berufsausbildung zum Werkzeugmacher. Bereits als kleiner Junge bemalte ich alles, was verfügbar war. Auch Seitenteile von Schubkästen in Küche und Wohnzimmer. Mutter erkannte mein Talent und schickte mich zu guten Kunstmalern der Stadt, denen ich heute noch sehr dankbar bin. Mehr war nicht

drin. In den siebziger Jahren ließ ich mich auf dem Gebiet der Schriftstellerei ausbilden. Ich schrieb Kurzgeschichten, Liedtexte und Aphorismen und später auch einige Bücher. Angeleitet wurde ich damals von Profis. Gemalt habe ich aber immer! Zu DDR-Zeiten gab es nur Hartfaserplatten. Die waren zwei mal drei Meter groß und wurden zu gewünschten Bildergrößen zugeschnitten, weiß grundiert und bemalt. Bis zur Wende malte ich für einen Bilderrahmenhersteller und -vergolder in Chemnitz. Ich kam damals kaum nach, den Bedarf zu decken. Hatte ich zehn gemalt, konnte ich bei ihm auftauchen. Alle waren 40 x 60 groß. Nach der Wende war damit Schluss. Ich habe aber auch in den Jahren danach viele Bilder gemalt und besucht, mich ständig zu verbessern. Heute bin ich in der Lage, (fast) jeden Wunsch zu erfüllen. Seit 2018 wohnen wir in Essenbach bei Landshut. Inzwischen bemale ich u.a. antike Dachziegel und Schützenscheiben und gehe damit auf Kunstmärkte in Bayern. Ich freue mich auf die Möglichkeit, in diesem Rahmen und in dieser Stadt meine Gemälde zeigen zu können.

Vernissage

Di 08.04.2025, 18.00 Uhr
Anmeldung bitte beim *ebw*

Ausstellung

08.04.- 19.09.2025

Öffnungszeiten der Ausstellungen

Mo, Di, Mi 08.30 – 12.00 Uhr,
13.00 – 15.00 Uhr,
Do 12.30 – 16.00 Uhr
(oder nach Vereinbarung)

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III



Göttliches fühlen

Buchvorstellung

Kann man das Göttliche fühlen? An eine höhere Macht zu glauben, die „alles so herrlich regieret“, fällt vielen Menschen schwer. Gibt es angesichts von unermesslichen Leid einen Gott? Der Autor und Theologe Felix Leibrock bespiegelt in seinem neuen Buch diese Frage von vielen Seiten. Was, wenn uns, statt über den Verstand, das Göttliche über Gefühle und Emotionen begegnet?

Felix Leibrock

Göttliches fühlen.

Emotionales Erleben als Weg zum Glück,
München, bene!

2025. Hardcover

ISBN 978-3-96340-314-9 €22,-

Termine zur Buchpräsentation:

Freitag 11. April 2025, 18.00 Uhr
im *ebw*

Evangelisches Bildungswerk München
Herzog-Wilhelm-Str.24/III, 80331 München

624-A25 Anmeldung erbeten

unter service@ebw-muenchen.de Tel. 089 55 25 80 0

Samstag 12. April 2025, 17.00 Uhr

in der **Lätarekirche, München-Neuperlach**

625-A25 Anmeldung ebenfalls über das *ebw* möglich



Friedhofsfahrten

– ein neuer Service des Evangelischen Bildungswerks

Zum 1. Oktober 2024 hat das Evangelische Bildungswerk München den Friedhofsfahrdienst vom bisherigen Träger, der Evangelischen Altenheimseelsorge im Evang.-Luth. Dekanatsbezirk München übernommen.

Das Grab zu besuchen, ist ein wichtiger Teil des Trauerns. Man spricht auch von Trauer-Arbeit. Manche Trauernde sind in ihrer Mobilität eingeschränkt oder scheuen sich davor, das Grab des geliebten Menschen alleine zu besuchen. Hier setzt das Friedhofsfahren an. Ehrenamtliche Fahrerinnen und Fahrer holen Sie ab, fahren, soweit nötig, mit einem speziellen Auto so nahe wie möglich ans Grab und bringen Sie wieder nach Hause. Am Grab und bei den Fahrten haben die FriedhofsfahrerInnen ein offenes Ohr und Zeit für Sie.

Unser Auto hat einen Drehsitz, mit dessen Hilfe Sie bequem auch aus einem Rollstuhl ein- und aussteigen können. Unser geschulter Begleiter hilft Ihnen dabei.



Wenn Sie jemanden kennen oder selbst Bedarf für dieses Angebot haben, melden Sie sich bitte unter

friedhofsfahrten@ebw-muenchen.de

oder unter der Telefonnummer 089 55 25 80 80
bei Frau Yasemin Duman.

Sollten Sie Interesse haben, sich selbst als FriedhofsfahrerIn in diesen Dienst einzubringen, melden Sie sich gerne bei uns.

Bildung von daheim

Nicht mehr so mobil? Kein Babysitter? Corona-Risiko-Gruppe? Gerade nicht in München? Kein Grund auf bewährte *ebw*-Bildungsqualität zu verzichten.

Viele unserer Seminare streamen wir jetzt auch live. Das bedeutet: Die Veranstaltung findet im *ebw* statt, gleichzeitig wird sie für angemeldete TeilnehmerInnen im Internet übertragen. Wir verwenden dafür „Zoom Cloud Meetings“. Ein Rahmenvertrag der Evangelischen Kirche mit dem Deutschen Zoom-Vertrieb stellt den DSGVO-Datenschutz sicher. Veranstaltungen, die online übertragen werden, sind mit diesem Symbol gekennzeichnet.



Ihre Wunschveranstaltung ist nicht dabei? Fragen Sie nach, mit genügend Vorlauf ist eventuell eine Übertragung möglich.

Sie würden gern dabei sein, wissen aber nicht wie? Hier finden Sie Anleitungen: (URL eingeben oder Code scannen)

<https://ebw-muenchen.de/artikel/4444/anleitung-zu-veranstaltungen>



Online-Veranstaltungen nutzen - So geht´s

persönliche und telefonische Einzel-Schulungen

Sie möchten Bildung von daheim genießen und über die Möglichkeiten informiert werden (Zoom und andere)?

Sie benötigen telefonische Begleitung bei der Installation oder Bedienung der Zoom-App?

Einfach melden unter Tel 089 55 25 80 - 0

oder service@ebw-muenchen.de

SOZIALES

- Lernen mit Kindern –*
- Eltern.Kind-Gruppen –*
- Neuorientierung 50+ –*
- Freiwilliges Engagement im Altenheim –*
- Begleitung im Alter –*
- Sterbebegleitung –*
- Ehrenamtskoordination mit Kompetenz –*
- Gewaltfreie Kommunikation –*
- Inklusion in der Wissensvermittlung –*

Lernen mit Kindern

LernbegleiterIn

Der Kurs Lernbegleitung setzt bei den Stärken der Kinder an und zeigt Wege, wie Kinder zum Lernen zu motivieren sind. Dazu bieten wir eine umfassende Qualifizierung an, in der kreative Methoden und pädagogisches Handwerkszeug vermittelt werden. Die Fortbildung beinhaltet u. a.:

Grundlagen in Entwicklungspsychologie; Pädagogik; Kommunikation und Gesprächsführung; soziale und emotionale Kompetenzen; Lernblockaden und Lerntechniken; Grundschuldidaktik.

9mal Fr/Sa

**19.09./20.09.2025, 17.10./18.10.2025,
12.12./13.12.2025, 09.01./10.01.2026,
06.02./07.02.2026, 27.02./28.02.2026,
20.03./21.03.2026, 17.04./18.04.2026,
15.05./16.05.2026**

**jeweils Fr 15.30 – 19.30 Uhr,
Sa 09.30 – 18.00 Uhr,**

€450,-

Fachkräfte aus Schule und Praxis

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

212-B25 Anmeldung bitte bis Fr 15.08.2025 beim *ebw*



Wegen der großen Nachfrage empfiehlt sich eine frühzeitige Anmeldung.

Bitte fordern Sie den Sonderprospekt an, den wir für Sie bereithalten.

Die sieben Sicherheiten, die Kinder für ihre Entwicklung brauchen

Lern-, Entwicklungs- und Verhaltensblockaden erkennen und auflösen

Kinder durchlaufen in ihrer Entwicklung unterschiedliche Wahrnehmungs- und Verhaltensstufen. Die kindliche Entwicklung ist dabei an bestimmte Sicherheiten gekoppelt. Wenn Kinder von Lern-, Entwicklungs- oder Verhaltensschwierigkeiten betroffen sind, liegt die Ursache häufig in stressbedingten Blockaden dieser Sicherheiten. Anhand konkreter Beispiele wird gezeigt, wie diese Blockaden erkannt und über gezielte Übungen aufgelöst werden, so dass die Kinder ihre Talente wieder frei entfalten. Der Kurs richtet sich insbesondere an LernbegeisterInnen und pädagogische Fachkräfte.



Joachim Reinwald

Coach, Lernberater, Trainer

Di 01.07.2025, 17.30 – 20.30 Uhr, €30,-

209-A25 Anmeldung bitte bis zum Di 24.06.2025 beim *ebw*

Eltern-Kind-Gruppen



Referentin ist **Britta Werhahn** (Dipl. Sozialpädagogin). Seit vielen Jahren engagiert sie sich u.a. in der Zwergerlstube Höhenkirchen. Sie ist Leiterin des in 2023 eröffneten Familienzentrums in der Alten Apotheke.

Kooperation mit Familienzentrum Höhenkirchen-Siegersbrunn

Leitung – Startpaket



Möchten Sie eine Eltern-Kind-Gruppe leiten oder gründen? Dann sind Sie hier genau richtig! In diesem Startpaket erhalten Sie Grundlageninformationen und Handlungswerkzeug. Wir beschäftigen uns mit organisatorischen und gruppendynamischen Fragen: welche Vereinbarungen sollen mit der Gemeinde/ Institution und/oder Eltern getroffen werden; welcher Ablauf passt zu unserer Gruppe; wie plane ich ein attraktives Programm und strukturiere einen Vormittag? Und: Wir entwickeln, ganz praxisnah, Ideen und Materialien.

2mal Di 18.02./25.02.2025, 19.00 – 21.30 Uhr, € 20,-
online

250-A25 Anmeldung bitte bis Di 11.02.2025 beim *ebw*

Die „schöne Hand“

Vortrag und Gespräch über Linkshändigkeit

Linkshändigkeit sollte eigentlich selbstverständlich sein. Trotzdem werden beispielsweise immer weniger Gebrauchsgegenstände für LinkshänderInnen angeboten.

Mi 05.02.2025, 18.00 – 20.00 Uhr, € 5,-

Agnes Maria Forsthofer, Gründerin und Organisatorin von Linkshänder e.V. (bis 2021) und von Kulturverstrickungen e.V. *ebw*, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

251-A25 Anmeldung bitte bis Mi 29.01.2025 beim *ebw*

Neuorientierung 50+

Seniorpartner in School – Lehrgang



Ehrenamtliche Begleitung von SchülerInnen

Seniorpartners in School sind aktive SeniorInnen, die für die Mediation in Schulen ausgebildet sind. Sie helfen SchülerInnen, Konflikte gewaltfrei zu lösen und unterstützen junge Menschen in herausfordernden Situationen.

Sie sind über 50, hören gerne zu, haben Zeit und Lust dazu, SchülerInnen zu begleiten? Dann ist dieses Ehrenamt etwas für Sie! Und wenn Sie sich mindestens 18 Monate lang engagieren, dann ist die Ausbildung für Sie kostenlos. Außer einem Herz für Kinder und einer empathischen Grundhaltung werden keine besonderen Voraussetzungen erwartet.

Kooperation mit Seniorpartner in School Bayern e.V.

Informations- und Kennenlerntag

Di 11.03.2025, 16.00 – 18.00 Uhr, kostenfrei

Ulrike Weber, Trainerin

Seminarräume Tassiloft/II

Tassiloplatz 25, 81541 München

Lehrgang

12mal Mo/Di/Mi

Mo 28./Di 29./Mi 30.04.,

Mo 19./Di 20./Mi 21.05.,

Mo 02./Di 03./Mi 04.06.,

Mo 30.06./Di 01./Mi 02.07.2025

jeweils 10.00 – 18.00 Uhr,

Information, Kosten und Anmeldung unter

Jutta Wache, 0151 14 02 19 50, j.wache@sis-bayern.de

Spurwechsel ab 55

Orientierungsseminar für Frauen

Es gibt im Leben Phasen, durch die neue Fragen entstehen:

- Wie geht es nach Jahren beruflicher Beanspruchung weiter?
- Zeichnen sich nach all den familiären Tätigkeiten neue Wege ab?
- Gibt es Ideen und Möglichkeiten für mein Leben, die ich vielleicht noch nicht entdeckt habe?

In diesem Seminar überdenken Sie gemeinsam mit erfahrenen DozentInnen Ihre gegenwärtige Lebenssituation, halten Rückschau auf Ihre Biografie, vergewissern sich Ihrer besonderen Erfahrungen, Fähigkeiten und Stärken, entwickeln zusammen mit den anderen Teilnehmerinnen Perspektiven für den neuen Lebensabschnitt und finden gleichgesinnte Frauen, mit denen es nach dem Kurs weitergeht.

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem Sonderprospekt **Spurwechsel ab 55**, der im *ebw* erhältlich ist und der außerdem auf unserer Website zum Download bereitsteht.

Kooperation mit dem Verein für Fraueninteressen e.V.

20mal Di/Do

im Zeitraum **04.03. - 13.05.2025**

jeweils 09.30 – 13.00 Uhr, € 295,-

Christine Zarzitzky, Pädagogin M.A.

und weitere Fachreferentinnen

Information und Anmeldung unter

info@spurwechselab55.de, 85 40 93 3,

www.spurwechselab55.de

Freiwilliges Engagement im Altenheim (SP)

Die Begleitung alter Menschen in Alten- und Pflegeheimen kann nicht allein Aufgabe von professionellen Pflegekräften und Angehörigen sein. Freiwilliges Engagement bereichert das Leben im Heim, macht Freude und ergibt Sinn.

Kooperation mit dem Münchner Bildungswerk (MBW)

Anmeldungen für Seminare im Jahr 2025 bitte nur beim **ebw** Evangelisches Bildungswerk München e.V.
Herzog-Wilhelm-Straße 24,
55 25 80 0, service@ebw-muenchen.de

Bitte fordern Sie den Sonderprospekt beim *ebw* oder MBW an.
Weitere Informationen auf www.ebw-muenchen.de

Infoabend zum Engagement im Altenheim



Der Informationsabend richtet sich an Interessierte, die erfahren möchten, welche Engagementmöglichkeiten und Strukturen es in Altenheimen gibt und wie sie vor Ort begleitet werden. Ziel des Informationsabends ist es, Ihnen mögliche Wege in ein Engagement im Altenheim aufzuzeigen – denn Begegnungen mit alten Menschen sind eine persönliche Bereicherung. Die Veranstaltung dient der Klärung offener Fragen und gibt Ihnen für den Schritt ins Engagement mehr Sicherheit.

Mo 20.01.2025, 17.30 – 18.30 Uhr, kostenfrei

Leonie Lang, Gerontologin (M.Sc.), *ebw*

Melanie Mohr-Barthel, Dipl.-Soz.päd. (FH), MBW
online

228-A25 Anmeldung bitte bis Fr 17.01.2025 beim *ebw*

Türen öffnen zu Menschen mit Demenz

Vertrauen schaffen mit kreativer Kommunikation

In unseren Heimen leben immer mehr verwirrte, demenzkranke und depressive Menschen, und der Kontakt mit ihnen kann erfüllend und sinngebend, manchmal aber auch herausfordernd und schwierig sein. In diesem Seminar erhalten Sie daher Informationen über die Symptomatik der Demenz, lernen türöffnende Verhaltensweisen kennen und erhalten viele praktische Anregungen, wie Sie durch achtsamen Umgang und angepasste Kommunikation Ihre Besuche zu einem für beide Seiten erfreulichen Erlebnis machen.

2mal Mo 17./24.02.2025, jeweils 09.30 – 17.00 Uhr, € 65,-

Eva Pabst, Dipl. Soz.- Päd. (FH)

MBW, Dachauer Str. 5/II

229-A25 Anmeldung bitte bis Mo 03.02.2025 beim *ebw*

Tanzen im Sitzen

Mit Musik und Bewegung, Freude und Leichtigkeit

An diesem Seminartag lernen Sie leicht vermittelbare Tänze im Sitzen kennen, die für bewegungseingeschränkte und an Demenz erkrankte Menschen in Einrichtungen der Altenhilfe gut geeignet sind. Tanzen im Sitzen verbessert das allgemeine Wohlbefinden. Dabei steht die Freude an der tänzerischen Bewegung zu abwechslungsreicher Musik im Vordergrund.

Do 27.02.2025, 09.30 – 17.00 Uhr, € 70,-; EA € 30,-

Monika Keilberth und **Annette Hoever-Waubke**,

Seniorentanzleiterinnen TiS (BVST e.V.)

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

236-A25 Anmeldung bitte bis Do 13.02.2025 beim *ebw*

Kamishibai

Erzähltheater mit Bildkarten

Das Kamishibai besteht aus einem transportablen Holzrahmen mit Klapptüren, in den Bildkarten eingeschoben werden können. Es ist ein ideales Medium für ein Erzählcafé, bietet gute Einstiegsmöglichkeiten in die Biografiearbeit, schafft Gesprächsanlässe und motiviert zum Erzählen aus der eigenen Lebensgeschichte. Viele Kamishibaikarten empfehlen sich auch für Demenzerkrankte. Sie fördern beispielsweise Sprache, emotionale und soziale Kompetenzen und entführen in neue Welten.

Di 18.03.2025, 09.30 – 17.00 Uhr, € 70,-; EA € 30,-

Petra Böhm, staatl. geprüfte Musiklehrerin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

238-A25 Anmeldung bitte bis Di 04.03.2025 beim *ebw*



Begleitung im Alter (SP)

Diese Seminare sind für Sie als ehrenamtliche und hauptamtliche Mitarbeitende in der Altenhilfe konzipiert.



Kunsttherapie mit Mandalas

Mandala aus Naturstoffen

Was sind Mandalas? Wofür sind sie gut? Welche Wirkung haben sie im Alter? Wir schauen uns Kosmogramme von dem Bildhauer Pogacnik an und erstellen eigene Mandalas aus Naturstoffen wie Blätter, Blüten, Ästchen, Sand, kleine Steine. Wir lassen ein großes Mandala entstehen und gestalten einen Neurolotus aus der Neurographik. Die Mandalas wirken für ältere Menschen wohlthuend und lassen sich leicht in einer Seniorenbegleitung umsetzen.

Do 06.02.2025, 09.30 – 17.00 Uhr, € 55,- ; EA € 30,-

Karin Piede, Heilpraktikerin für Psychotherapie,
Coach mit kunsttherapeutischen Mitteln

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

281-A25 Anmeldung bitte bis Do 23.01.2025 beim *ebw*

Lebensübergänge im Alter

ressourcenorientiert gestalten

Übergänge sind oft mit ambivalenten Gefühlen verbunden: Wo komme ich her und was habe ich bisher erreicht? Wo stehe ich gerade? Wie soll es nun weiter gehen? Übergänge im Alter wie z. B. von zu Hause ins Heim, sind eine besondere Herausforderung. Wie können diese Übergänge gestaltet werden? Wie können Ressourcen aktiviert und passende Entscheidungen getroffen werden? Mit diesen Fragen werden wir uns im Seminar beschäftigen. Hierzu gibt es fachliche Inputs, kreative Übungen, Eigenreflexionen und Reflexionen in der Gruppe. Das Seminar bietet sowohl die Möglichkeit, persönliche Lebensübergänge als auch Themen aus der Arbeit mit älteren Menschen zu reflektieren.

Di 11.02.2025, 09.30 – 17.00 Uhr, € 55,-; EA € 30,-

Monika Lindlacher, Diplom Pädagogin, Supervisorin
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

282-A25 Anmeldung bitte bis Di 28.01.2025 beim *ebw*

Große Handpuppen

in der Arbeit mit SeniorInnen

Große Handpuppen (Klappmaulpuppen) finden mehr und mehr Verwendung in der Arbeit mit SeniorInnen. Lernen Sie die Grundlagen der Handhabung der Puppen und die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten kennen. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Wenn Sie schon eine Puppe besitzen, bringen Sie diese gerne mit. Es stehen aber auch verschiedene Puppen zur Verfügung.

Fr 28.02.2025, 09.30 – 17.00 Uhr, € 55,- ; EA € 30,-

Karina Wächter, Seniorenbegleiterin
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

284-A25 Anmeldung bitte bis Fr 14.02.2025 beim *ebw*

Kunsttherapie „Schlichtheit mit großer Wirkung“

Ansätze für Menschen mit Demenz und Depression

Ein Punkt auf dem Papier eröffnet Welten, Blütenköpfe lassen sich in Mandalas und Collagen umwandeln, aus in Tastsäcken gefundenen Dingen entsteht ein Erinnerungsbüchlein.

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie mit einfachsten künstlerischen Ansätzen, kostengünstigen Mitteln und kunsttherapeutischen Methoden das Herz von älteren depressiven bzw. demenzten Menschen mit Stolz und Freude erfüllen.

Di 11.03.2025, 09.30 – 17.00 Uhr, €55,-; EA €30,-

Jeanette Bendrien, Kunsttherapeutin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

283-A25 Anmeldung bitte bis Di 25.02.2025 beim *ebw*



Vortragsreihe Wohnen & Pflege im Alter

Münchener Beschwerdestelle für Probleme in der Altenpflege

Die Beschwerdestelle informiert in drei Vorträgen zu den verschiedenen Pflege-, Wohn- und Versorgungsformen für ältere Menschen. Worauf ist bei der Auswahl zu achten? Wie kann ein selbstständiges und sicheres Leben zuhause ermöglicht werden? Wie finanziere ich die jeweilige Versorgungsart und welche Formen der Unterstützung gibt es?

Francesca Lechner, Dipl. Sozialgerontologin
Landeshauptstadt München, Beschwerdestelle
für Probleme in der Altenpflege

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Anmeldung bitte bis jeweils eine Woche vorher beim *ebw*

Pflegebedürftig – Wie finde ich die passende Pflege-, Wohn- und Versorgungsform? (VB)

250a-A25 Di 28.01.2025, 14.00 – 16.15 Uhr, kostenfrei

Sicherheit im Alter – auch bei Unterstützungsbedarf und bei Pflegebedürftigkeit



250b-A25 Di 25.02.2025, 14.00 – 16.15 Uhr, kostenfrei

Kosten und Finanzierung pflegerischer Versorgungsformen (VB)

250c-A25 Di 01.04.2025, 14.00 – 16.15 Uhr, kostenfrei

Lehrgang Seniorenbegleitung § 45 SGB XI mit DemenzhelferIn

Mit Zertifikat sowie Teilnahmebestätigung § 45 SGB XI

16 Seminartage und ein Praktikum bereiten auf die Tätigkeit vor:

- Unterstützung alter Menschen in der Alltagsbewältigung und/oder Betreuung demenzkranker Menschen
- Beratungsfunktion durch Kenntnis des Altenhilfe-Netzwerks
- Entwicklung neuer Wohnkonzepte, von Solidaritätsgemeinschaften oder generationsübergreifenden Projekten

Als AbsolventIn des Lehrgangs erhalten Sie Praxisbegleitung. Anerkennung nach § 45 SGB XI (HelferInschulung für Angebote zur Unterstützung im Alltag)

Infoabend

Di 25.03.2025

18.00 – ca. 20.00 Uhr, Kosten trägt das *ebw*

Leonie Lang, Gerontologin (M.Sc.), *ebw*

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

210-A25 Anmeldung bitte bis Mo 24.03.2025 beim *ebw*

Schnuppertage

Zur Entscheidung über die Teilnahme

Di 06.05.2025

09.30 – 17.00 Uhr, kostenfrei

Leonie Lang, Gerontologin (M.Sc.), *ebw*

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Anmeldung am Informationsabend

211a-A25

Lehrgang

- Aufgaben, Pflichten und Rolle der SeniorenbegleiterInnen
- Älterwerden heute, Alterungsprozesse
- Bedürfnisse, Sexualität, Ernährung
- Biografiearbeit, Methoden der Tagesgestaltung
- verbale und nonverbale Kommunikation
- Überblick Demenzsyndrom, Menschen mit Demenz besser verstehen
- Alterskrankheiten, Hygiene, Hauswirtschaft
- Notfallsituationen, Unfallverhütung, Rehabilitation
- Psychiatrische Krankheitsbilder, Krisenintervention
- die Situation Schwerkranker und Sterbender
- Angehörigenarbeit
- gesetzliche Betreuung, Vollmacht, Patientenverfügung, Pflegeversicherungsleistungen
- Netzwerke, Institutionenkunde und Beratung
- Versicherungsschutz, Haftungsfragen

8mal Fr/Sa

23./24.05., 27./28.06., 11./12.07.,

18./19.07., 10./11.10., 24./25.10.,

14./15.11., 28./29.11.2025

jeweils 09.30 – 17.00 Uhr, € 150,-

Leonie Lang, Gerontologin (M.Sc.), *ebw*

und weitere FachreferentInnen

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

211-A25 Anmeldung bitte bis Fr 09.05.2025 beim *ebw*

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem Sonderprospekt, der im *ebw* erhältlich ist oder auf unserer Website zum Download bereitsteht.

Sterbebegleitung (SP)

Sterbenden Menschen Zeit schenken

Grundkurs zur Sterbebegleitung im Altenheim

Acht Modultage bieten Ihnen: eine vertiefte Auseinandersetzung mit Sterben und Tod, mehr Sicherheit im Umgang mit Sterbenden, einen Erfahrungsaustausch im geschützten Raum und eine intensive Wissensvermittlung durch professionelle ReferentInnen.

Nach der Teilnahme an allen acht Modultagen erhalten Sie ein Zertifikat. Dieses kann Ihnen in Hospiz-Vereinen als Phase 1 der Hospizhelferausbildung angerechnet werden.

Den Überblick über die gesamte Qualifizierung 2025/2026 entnehmen Sie bitte dem Faltblatt, das im Internet und im *ebw*/MBW erhältlich ist.

210-B25 Anmeldung bitte ab Frühjahr beim *ebw*



Ehrenamtskoordination mit Kompetenz

Die folgenden Veranstaltungen werden in Kooperation mit dem Freiwilligenzentrum z'sam angeboten.

Soweit nicht anders angegeben, sind Referentin und Ort jeweils wie folgt:

Sabine Bankauf, Kulturwissenschaftlerin und Leiterin des Freiwilligenzentrums z'sam, Diversity Trainerin
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Nähere Beschreibungen finden Sie auf unserer Homepage.

Altes und neues Ehrenamt

Workshop: Dem Wandel gut begegnen

Mi 19.02.2025, 18.00 – 20.00 Uhr, € 10

264-A25 Anmeldung bitte bis Fr 14.02.25 beim *ebw*

Vom Suchen und Finden

Workshop: Freiwillige gewinnen

Mo 17.03.2025, 18.00 – 20.00 Uhr, € 10

265-A25 Anmeldung bitte bis Mi 12.03.25 beim *ebw*

Gutes Miteinander im Engagement

Workshop: Grundlagen guter Kommunikation

Di 01.04.2025, 18.00 – 21.00 Uhr, € 15

Laura Theis, Sozialpädagogin B.A., Internationale Migration und Interkulturelle Beziehungen M.A.

266-A25 Anmeldung bitte bis Do 27.03.25 beim *ebw*

Schön, dass ihr Euch engagiert!

Workshop: Gute Rahmenbedingungen für's Engagement

Mo 12.05.2025, 18.00 – 20.00 Uhr, € 10

267-A25 Anmeldung bitte bis Mi 07.05.25 beim *ebw*

Gute Balance im Ehrenamt

Workshop zu Rollen, Erwartungen und Grenzen

Do 05.06.2025, 18.00 – 20.00 Uhr, € 10

z'sam, Theresienstr. 63, 80333 München

268-A25 Anmeldung bitte bis Mo 02.06.25 beim *ebw*

Alle anders, alle gemeinsam:

So klappt's mit der Vielfalt im Ehrenamt

Workshop für ein offenes und buntes Miteinander

In einer immer diverser werdenden Gesellschaft ist es wichtig, die Vielfalt der Menschen, die sich engagieren wollen, im Blick zu haben. Wie gehen wir in unserem Engagementfeld mit Transkulturalität, Diversität und Antidiskriminierung um? Was wünschen sich neue Zielgruppen, um sich bei uns zu engagieren und wo liegen Barrieren? Wie ist meine eigene Wahrnehmung als EhrenamtskoordinatorIn. Mit einem Input, Praxisbeispielen, Übungen und Raum für den Austausch werfen wir einen Blick auf die Chancen und Möglichkeiten, die in der Vielfalt liegen.

Di 01.07.2025, 09.00 – 16.30 Uhr, HA € 40,-; EA € 20,-

Sabine Bankauf, Kulturwissenschaftlerin und Leiterin des Freiwilligenzentrums z'sam, Diversity Trainerin *ebw*, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

269-A25 Anmeldung bitte bis Di 24.06.25 beim *ebw*



Freiwilligenkoordination kompakt

Grundlagenkurs über drei Tage

Ehrenamtliches Engagement in Deutschland wandelt sich. Es zeigt sich: Will eine Einrichtung mit Freiwilligen zusammenarbeiten, muss dies professionell angegangen werden. Von der Bedarfserhebung, über die Gewinnung und gute Zusammenarbeit, bis zur Anerkennung und Verabschiedung – das will alles zur Zufriedenheit aller im Blick behalten und gut koordiniert sein, auch in Abstimmung und Zusammenarbeit mit den Hauptamtlichen. Dieser Grundlagenkurs gibt ein gutes Fundament für gelungenes Engagement.

Inhalt: Grundlagen des Freiwilligenmanagements, Rolle der/des FreiwilligenkoordinatorIn, Rahmenbedingungen für ehrenamtliches Engagement, Bedarfserhebung, Nutzen und Grenzen des Einsatzes, Gewinnung von Freiwilligen, gute Kommunikation mit Freiwilligen, Anfang, Begleitung und Ende eines Einsatzes.

An drei Kurstagen erhalten Sie Hintergrundwissen und Impulse, was ein gutes Freiwilligenmanagement bedeutet, sie bekommen Methoden an die Hand, sowie die Möglichkeit für Fragen und persönlichen Austausch.

3mal Do 20. / Mi 26. / Do 27.11.2025

09.00 – 16.30 Uhr,

HA € 180,-; EA € 90,-

Andrea Niedermaier, Angewandte Sozial- und Bildungswissenschaftlerin M.A., Ehrenamtskoordinatorin **Sabine Bankauf**, Leiterin des Freiwilligenzentrums z'sam *ebw*, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

260-B25 Bei Interesse können Sie sich gerne vormerken lassen.

Störungen erkennen und an ihnen wachsen

Workshop zum Umgang mit Konflikten im Ehrenamt

Was sind die ersten Anzeichen für Störungen? Was sind die Grundlagen einer guten und diplomatischen Kommunikation? In diesem Workshop bekommen Sie praktische Werkzeuge für einen respektvollen, konsensorientierten und diplomatischen Umgang miteinander und zur Lösung von Konflikten.

Der Workshop besteht aus zwei Abenden, die aufeinander aufbauen. Am Ende des ersten Abends erhalten Sie ein Arbeitsheft. Es unterstützt Sie dabei, in die Umsetzung zu kommen. Dieses bringen Sie ausgefüllt zum zweiten Workshop-Abend mit. Wir werden es nachbesprechen. Sie müssen es weder teilen noch abgeben. Dieses Arbeitsheft ist allein für Sie.

2mal Mi 07./21.05.2025, 17.30 – 21.00 Uhr, € 60,-; erm. € 30,-
Nadine Greck, Mediatorin, Business und Life-Coach, Vorstand der Deutschen Stiftung Mediation
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III
220-A25 Anmeldung bitte bis Mo 30.04.2025 beim *ebw*

Gut versichert im Ehrenamt

Kurzweilig und praxisnah

Sie kaufen regelmäßig für den Nachbarn ein, übernehmen Fahrdienste, engagieren sich für oder mit einer soziale(n) Einrichtung oder Gruppe, z. B. im Besuchsdienst zu Hause oder mit einer Gruppe unterwegs?

Jede Tätigkeit birgt Risiken, die entsprechend abgesichert werden können oder sollten. Welche und wie? Darüber bietet der Vortrag einen Überblick. Fragen werden gerne beantwortet.

Do 26.06.2025, 18.00 – 19.30 Uhr, kostenfrei
Markus Knott, Versicherungsfachwirt, Ecclesia
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III
261-A25 Anmeldung bitte bis Mo 23.06.2025 beim *ebw*

Gewaltfreie Kommunikation

Gute Kommunikation im Berufsleben, im Alltag und ... mit sich selbst

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

Sie lernen einen konkreten Weg kennen, mit sich und anderen aufrichtig und einfühlsam umzugehen. Sie entwickeln schrittweise eine Haltung, die von Offenheit und Verständnis geprägt ist. Das Seminar ist praktisch ausgerichtet mit Themen der Teilnehmenden, die sie aus ihrem Alltag (Beruf, Ehrenamt, Familie, Team, im Umgang mit zu betreuenden Personen etc.) mitbringen. Sie klären die Möglichkeiten für eine bewusste Wahl, die in jeder Situation existiert. An diesem Tag gewinnen Sie einen Überblick über die Gewaltfreie Kommunikation und machen erste Erfahrungen über ihre Wirkung.

Do 03.04.2025, 09.30 – 17.00 Uhr, € 80,-, ermäßigt € 40,-
Farina Simbeck, Trainerin und Coach GFK (CNVC-zertifiziert)
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III
218-A25 Anmeldung bitte bis Do 27.03.2025 beim *ebw*

In Frieden leben

Übungsgruppe Gewaltfreie Kommunikation



Für alle, die ihre Kenntnisse und Fertigkeiten der GFK durch praktisches Üben vertiefen wollen, auch für Fortgeschrittene und (Wieder-)EinsteigerInnen.

1mal monatlich Do 16.01., 13.02., Fr 21.03., 11.04., Do 08.05., 05.06., Fr 11.07.2025, 10.00 – 12.00 Uhr, € 10,- pro Termin, Bezahlt werden muss nur für tatsächlich wahrgenommene Termine. Ein Einstieg in die Übungsreihe ist jederzeit möglich.
Farina Simbeck, Trainerin und Coach GFK (CNVC-zertifiziert)
online
219-A25 Anmeldung jederzeit möglich beim *ebw*

Inklusion in der Wissensvermittlung

Veranstaltungen inklusiv gestalten



Sie sind dozierend, lehrend, vortragend aktiv und möchten mit Ihren Inhalten alle Menschen erreichen? Wie gestalten Sie Ihren Kurs/Vortrag/Lehrgang/Gottesdienst... so, dass Menschen mit unterschiedlichsten Einschränkungen daran gut teilnehmen und mitlernen?

z.B. in Leichter Sprache? Barrierefrei für Gehörlose? Wie werden Folien, Methoden, Raumgestaltung barrierefreier, komplexe Themen gut verständlich?

Das vermitteln Ihnen Fachleute in der Online-Fortbildungsreihe „Veranstaltungen inklusiv gestalten“, deren Module Sie auch einzeln besuchen oder bei regelmäßiger Teilnahme als Lehrgang mit Zertifikat abschließen können.

Info-Abend zum Lehrgang und den Einzel-Modulen

An diesem Abend informieren wir Sie über: Was sind die Inhalte der Module/des Lehrgangs? Wie läuft die Teilnahme ab? Wie kann ich ein Zertifikat erwerben? Sie lernen das *ebw*-Team und zukünftige Mit-Teilnehmende kennen.

Keine Zeit? Kein Problem.

Der Info-Abend ist keine Teilnahme-Voraussetzung für den Lehrgang. Sie können alle Fortbildungsabende auch einzeln buchen.

Di 08.04.2025, 18.00-20.00 Uhr, kostenfrei

Melanie Sommer, Irmi Sedlmayr, Leonie Lang und Annette Hüsken-Brüggemann, *ebw* Seminarleitung
online

270-A25 Anmeldung bitte bis Di 01.04.2025 beim *ebw*

Zielgruppen-Module

jeweils 18.30-20.45 Uhr

Anmeldung bitte bis spätestens eine Woche vorher

Autistische Menschen

Alexsander Knauerhase

Dozent, Autist

271a-A25 Di 13.05.2025

Menschen mit Seheinschränkungen

Gerald Kick und Maren Schubert

Blinden- und Sehbehindertenseelsorge

271b-A25 Di 03.06.2025

Menschen mit Lernschwierigkeiten

Gabriele Ros und David Kruzolka

Einrichtungsverbund Steinhöring,

Kath. Jugendfürsorge der Erzdiözese München & Freising

271c-A25 Di 24.06.2025

Menschen mit Schwerhörigkeit

Helga Velroyen

Dozentin, Bloggerin, schwerhörig,

Elke Maier

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)

271d-A25 Di 15.07.2025

Gehörlose Menschen

Stephan Straßer

Co-Geschäftsführer Gehörlosenverband München & Umland e.V. (GMU)

271e-B25 Di 16.09.2025



Menschen mit Mobilitätseinschränkungen

Daniela Maier

ehrenamtl. Behindertenbeauftragter der LH München

271f-B25 Di 07.10.2025

Gestaltungs-Modul

Lehren Sie's einfach

Michael Ziereis, Methoden-Trainer, WUP-Netzwerk

271g-B25 Di 28.10.2025, 18.00-21.00 Uhr



Planen Sie's einfach

Annette Hüsken-Brüggemann, *ebw* Seminarleitung

Di 18.11.2025, 18.30 - 20.45 Uhr

Kommunikations-Module

jeweils 18.00-21.00 Uhr

Schreiben Sie's einfach

Verena Reinhard

Einfach verstehen - Medienwerkstatt für Leichte Sprache

271h-B25 Di 09.12.2025



Zeichnen Sie's einfach

Dagmar Köhler

Dipl.-Sozial-Pädagogin, Kritzel-Künstlerin

271i-A26 Di 20.01.2026



Sagen Sie's einfach

Marie Brodschelm

Sprechwissenschaftlerin, Stimmtherapeutin und Coach

271j-A26 Di 10.02.2026

Zertifikats-Module

Eine Anmeldung für den Zertifikatslehrgang ermöglicht eine Teilnahme an allen Einzelveranstaltungen und, exklusiv, einer Teilnahme an den Zertifikats-Module.

Voraussetzung für einen Zertifikats-Erwerb ist die Teilnahme an

- 4 Zielgruppen-Modulen (von 6)
 - 2 Gestaltungs-Modulen
 - 2 Kommunikations-Modulen (von 3)
- und die Durchführung eines Praxisprojekts.

Um dies alles zu erreichen, ist eine endgültige Entscheidung bis Di 17.06.2025 nötig.

270-A25

€ 120,-; Referierende aus der digitalen Bildung sind frei

Pädagogische Referentinnen des *ebw*

Offener Austausch und Beratung Praxisprojekt

Di 03.03.2025

Pädagogische Referentinnen des *ebw*

Vorstellungen Erfahrungen/Erlebnisse

Di 21.04.2025

Pädagogische Referentinnen des *ebw*

GESUNDHEIT

*Pilgerangebote –
Gesund im Alter –
Tanz - Lehrgang, Freizeit, Seminare –
Garten-Exkursionen –*

Pilgerangebote

Pilgern auf dem Münchner JakobsKirchenWeg

Den Jakobsweg nach Santiago de Compostela kennen viele, und manche wissen auch, dass ein Teil dieses Weges in München liegt. Nur wenige Pilgerinteressierte ahnen jedoch, dass es in und um München gleich sieben Jakobskirchen gibt, die entdeckt werden wollen. Es wird gerade ein Weg entwickelt, der diese Kirchen miteinander verbindet, eben der Münchner JakobsKirchenWeg. Diesen Weg werden wir zwischen Ostern und Weihnachten 2025 pilgernd unter die Füße nehmen.

Neun Etappen sind es, die nach dem Start am Ostermontag jeweils am 3. Samstag des Monats bepilgert werden. Man kann versuchen, alle neun Etappen des Weges mitzugehen oder wählt einzelne Wegstücke aus.

Begleitet werden die Pilgerwege von erfahrenen Pilgerbegleitern. Jede Etappe ist etwa 15 Kilometer lang, der Start- und Zielpunkt ist jeweils mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar.

Eine Anmeldung ist nicht nötig! Vor allem aber ist wichtig: Lust und Freude am Pilgern!

Bitte fordern Sie den Sonderprospekt an.

Evangelisches Bildungswerk München in Kooperation mit dem Spirituellen Zentrum St. Martin in München

Das Samstagspilgern ist ein kostenfreies Angebot. Es werden an jedem Pilgertag Spenden für die Unterstützung weiterer Pilgerangebote eingesammelt. Wir schlagen eine Spende in Höhe von € 10,- vor. Herzlichen Dank!

Ostermontag 21.04.2025 Von St. Jakob am Anger in München zur Jakobuskirche in Pullach

Sa 17.05.2025 Von der Jakobuskirche in Pullach nach Alt-Perlach

Sa 21.06.2025 Von Alt-Perlach vorbei an St. Jakobus in Neuperlach zum Riemer Park

Sa 19.07.2025 Vom Riemer Park über St. Jakobus in Feldkirchen nach Unterföhring

Sa 16.08.2025 Von Unterföhring über die St. Jakobuskapelle in Hochmutting zum Alten Schloss Schleißheim

Sa 20.09.2025 Vom Alten Schloss Schleißheim zur St. Jakob in Dachau

Sa 18.10.2025 Von der St. Jakob in Dachau nach Lochhausen

Sa 15.11.2025 Von Lochhausen über St. Jakob in Germering nach Maria Eich

Sa 20.12.2025 Von Maria Eich zur Jakobuskirche in Pullach

Verantwortlich für die Organisation

Karin Wolf, 55 25 80 70, karin.wolf@ebw-muenchen.de und **Michael Kaminski**, michael.kaminski@elkb.de

Verantwortlich für die Entstehung des Weges

Barbara Massion und **Günther Müller-Luschnat**



Vom Apostel zum Pilgerpatron – ein langer Weg?

Radpilgern auf dem Münchner JakobsKirchenWeg

Unsere zweitägige Tour auf eigenen Fahrrädern (mit oder ohne elektrische Unterstützung) führt uns auf dem Jakobskirchenweg einmal rund um München. Dabei **ERFAHREN** wir die Jakobskirchen um München und **ERFAHREN** gleichzeitig mehr über die Stationen im Leben des Apostels Jakobus. Der neu entstandene Weg zwischen den sieben Jakobskirchen hat oft überraschend ländlichen Charakter und bietet neben urbanem Flair auch schöne Naturwege.

Kosten pro Person 88 € (inkl. Übernachtung mit Abendessen und Frühstück; die Übernachtung erfolgt in pilgergerechten 4er-Zimmern in der Jugendherberge in Dachau)

Evangelisches Bildungswerk München in Kooperation mit dem Spirituellen Zentrum St. Martin in München

Sa/So 5./6.07.2025

Bernadette Steiner, Pilgerbegleiterin,
Herta und Reinhard Jarczok, erfahrene RadpilgererInnen,
Inno Drexler, Reparatur – Begleitfahrzeug
Münchner JakobsKirchenweg

ca. 110km, kaum Höhenmeter,
gefahrte Durchschnittsgeschwindigkeit ca. 16h/km

Weitere Infos und Anmeldung
bitte bis Mo 28.4.2025 bei beni.steiner@gmx.de

Meine Ruhe – Meine Stärke

Entlang des Münchner Jakobsweg auf der Suche nach innerlicher Ruhe

Der deutsche Standardalltag sieht in etwa so aus: Aufstehen – Frühstück – Kinder in die Schule – Arbeiten – Feierabend – Kinder bei den Hausaufgaben betreuen – Essen kochen – Abendessen – Zeit für den Partner – schlafen.

Doch wo finde ich mich wieder? Wo ist meine Ruhe? Viele Menschen suchen Ruhe, können sie aber nicht finden, da sie vor lauter Hektik des Alltags keine Zeit dazu haben. Der Alltag ist mit seinen Ritualen so eingefahren, dass es ganz normal ist, keine Ruhe mehr zu haben, um daraus seine Stärke zu generieren.

Pilgernd werden wir, umgeben vom Frühlingserwachen, Möglichkeiten suchen, wo unsere Ruhe zu finden ist.

Di 08.04.2025, 08.15 – ca. 17.00 Uhr, € 15,-
Gerald Vogel, N.N.; PilgerbegleiterInnen
Starnberg nach Andechs (ca. 16 km)

310-A25 Anmeldung bitte bis Di 01.04.2025 beim *ebw*

„Kommt und ruht ein wenig aus“ (Mk 6, 30-32)

Pilgertag zu den Raststätten des Lebens

Auf diesem Pilgertag suchen wir gemeinsam „Raststätten“ am Pilgerweg des Lebens auf. Eine Auszeit in einem hektischen Alltag. Der Tag bietet die Gelegenheit, innezuhalten, durchzuatmen und neue Kraft zu schöpfen. In der Vielfalt der Natur, fernab des Alltags, finden wir Raum für Dankbarkeit, Gelassenheit und Momente der inneren Ruhe. Durch Schweigen, Körperübungen und gezielte Impulse kommen wir wieder in Kontakt mit uns selbst, mit anderen Pilgernden und vielleicht wieder mit Gott? Am Ende des Weges widmen wir uns dem Ausblick auf die Zukunft, bevor wir wieder eintauchen in den Trubel des Lebens.

Sa 24.05.2025, 10.00 – ca. 16.30 Uhr, € 15,-

Christina Bolte, N.N.; PilgerbegleiterInnen

Herrsching nach Schondorf (ca. 20 km)

311-A25 Anmeldung bitte bis Fr 16.05.2025 beim *ebw*

Himmlische Perspektive

Rassoweg von Seefeld Hechendorf nach Grafrath

Am 1. Juni, kurz nach Himmelfahrt, wollen wir uns auf dem Weg und auf den Spuren des Heiligen Rasso von Seefeld nach Grafrath bewegen und uns mit unserer ganz individuellen, vielleicht auch gemeinsamen Himmlischen Perspektive befassen. Haben wir Vertrauen in den Himmel? Genug inneren Abstand zu Situationen, die uns bewegen? Dieser Pilgertag lädt ein, den Alltag hinter sich zu lassen und neue Blickwinkel zu gewinnen. Spirituelle Impulse und Momente der Stille begleiten den Weg und unterstützen dabei, Schritt für Schritt dem inneren Kompass zu folgen.

So 01.06.2025, 10.00 – ca. 17.00 Uhr, € 15,-

Annette Bleher, Caroline Ebner; PilgerbegleiterInnen

Seefeld Hechendorf nach Grafrath (ca. 16 km)

312-A25 Anmeldung bitte bis Fr 23.05.2025 beim *ebw*

„Zwischenbilanz“

Der Pilgertag bietet Raum für Stille, Gebet und Austausch. Die wunderschöne Natur entlang des Weges lädt dazu ein, den Alltag hinter sich zu lassen und sich auf das Wesentliche zu besinnen, in der Gemeinschaft mit anderen Pilgernden Kraft zu schöpfen und einen neuen Fokus für die zweite Jahreshälfte zu gewinnen. Bitte festes Schuhwerk, wetterangepasste Kleidung (Regen-/Sonnenschutz), Sitzgelegenheit, Verpflegung und Getränke mitbringen.

So 13.07.2025, 10.00 – ca. 16.00 Uhr, € 15,-

Annette Bleher, Christina Bolte; PilgerbegleiterInnen

Kloster Schäftlarn nach Starnberg (ca. 18 km)

313-A25 Anmeldung bitte bis Fr 04.07.2025 beim *ebw*

Für unsere Pilgerangebote gilt: jede und jeder ist selbst für die An- und Abreise verantwortlich. Auch für die Verpflegung sorgt jeder selbst. Wir pilgern bei jedem Wetter, deshalb ist entsprechende Kleidung und Schuhwerk wichtig. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr und eigenes Risiko, entsprechende Gesundheit und Leistungsfähigkeit ist also nötig.

Gesund im Alter (SP)

Lebensziele mit 55 Plus visualisieren



Ein Tag voller Möglichkeiten



Starte das neue Jahr mit einem inspirierenden Visionboard-Tag! Gemeinsam tauchen wir in die Welt Deiner Träume, Wünsche und Ziele ein. An diesem kreativen Tag hast Du die Möglichkeit, alles in einer großen Collage festzuhalten, was Du Dir für Deine Zukunft vorstellen kannst. Mit verschiedenen Materialien und in entspannter Atmosphäre kannst Du Dein Bild von dem, was im Jahr 2025 kommen möge, malen, kleben, gestalten und klar visualisieren.

Di 04.02.2025, 09.30 – 17.00 Uhr, €55,-/EA €30,-

Maria Moll, Dipl.-Soz.päd., Coach und Trainerin
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

380-A25 Anmeldung bitte bis Di 21.01.2025 beim *ebw*

Zeichnen Mal anders

Originelle & schöpferische Linien des Lebens mit 55 Plus

Wir nutzen die NeuroGraphik© als eine kreative, transformative (Achtsamkeits-)Methode und zeichnen verschiedene Aspekte unseres Lebens – auch für die Zukunft. Diese Methode kombiniert Elemente der Psychologie, Kunst und Neurowissenschaften. Sie basiert auf der Idee, dass das Zeichnen von bestimmten Linien und Formen dazu beitragen kann, emotionale Blockaden zu lösen und das kreative Potenzial zu fördern. Diese Methode kann Stress abbauen, die Selbstwahrnehmung verbessern und persönliche Ziele, Gedanken und Gefühle visualisieren.

Di 20.05.2025, 09.30 – 17.00 Uhr, € 55,-/EA € 30,-

Maria Moll, Dipl.-Soz.päd., Coach und Trainerin
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

381-A25 Anmeldung bitte bis Di 06.05.2025 beim *ebw*

Fitness für Kopf & Körper

Workshop zur Gehirngesundheit

Unser Gehirn ist maßgeblich für ALLES in unserem Leben – Grund genug, gut dafür zu sorgen! Was können wir selbst für unsere Gehirngesundheit tun? Neben praktischen Tipps lernen Sie Übungen aus dem bewegten Gehirntaining kennen, die nicht nur das Gehirn in Schwung bringen! Offen für alle Geschlechter.



Kooperation mit dem FrauenGesundheitsZentrum München e.V.

Di 25.03.2025, 18.00 – 19.30 Uhr, €9,-/ €4,50

Isabelle Hetschko, Sozialpädagogin, LifeKinetik,
Gesundheitscoaching, Healing Touch, Massage, Shiatsu
FrauenGesundheitsZentrum München e.V., Grimmstr. 1
Anmeldung bitte unter 69 31 07 20, fgz@fgz-muc.de

Myome – was tun?

Input und Austausch

Sie bekommen einen Überblick über schul- und komplementärmedizinische Möglichkeiten inklusive neuer Medikamente und Operationsverfahren – sowie eine Einschätzung, was wann sinnvoll ist. So können Sie für sich entscheiden, was für Sie passt. Für Frauen.



Kooperation mit dem FrauenGesundheitsZentrum München e.V.

Do 03.04.2025, 18.00 – 20.00 Uhr, €9,-/ €4,50

Karin Schönig, Dipl.-Psychologin, Yogalehrerin, Mitarbeiterin
im FrauenGesundheitsZentrum München,
Autorin des Buchs „Myome“.

FrauenGesundheitsZentrum München e.V., Grimmstr. 1
Anmeldung bitte unter 69 31 07 20, fgz@fgz-muc.de

Tanzen (SP)

TanzleiterIn-Ausbildung Tanzen im Sitzen



Baustein 1 in Kooperation mit dem Bundesverband
Seniorentanz e.V. (BVST)

Im Baustein 1 erhalten Sie eine Fortbildung für die Arbeit mit u. a. an Demenz erkrankten Menschen. Sie lernen einfache Tänze und Bewegungsübungen kennen und erfahren, wie Sie die Tänze an die Bedürfnisse Ihrer Gruppe anpassen.

Fr/Sa 30./31.05.2025,

Fr 11.00 – 19.00 Uhr und Sa 09.00 – 17.00 Uhr, € 160,-
zzgl. Gebühr BVST + Material in Höhe von € 82,80

Veronika Herlitz, Sylvia Mätzel, Ausbild. Referentinnen BVST
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

303-A25 Anmeldung bitte bis Fr 02.05.2025 beim *ebw*

Seminar mit Daniela Christl

Der Garten meiner Seele

Meditative Kreis-Tänze zu Schätzen an Lesebüchern



Was in unserer Schulzeit an Gedankengut als Saat auf den noch aufnahmebereiten Boden fällt, kann irgendwann im Leben aufkeimen und sogar Früchte tragen. Texte sprechen uns in verschiedenen Lebensphasen auf unterschiedliche Weise an. Wie sprechen die Texte aus unserer Jugend heute zu uns? Auf die Begegnung mit Altbekanntem und Neuem freue ich mich in Verbindung mit den Tänzen und Choreographien als Schülerin von Hildegard Linn.

Fr 04.04.2025, 10.00 – 16.30 Uhr, € 28,-

Daniela Christl, Dozentin für Kreistänze,
Schülerin von Hildegard Linn

Evangelisches Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24, EG

305-A25 Anmeldung bitte bis Fr 21.03.2025 beim *ebw*

Seminar mit Gudrun Haas, Monika Keilberth & Annette Hoever-Waubke

Mit Tanzen im Sitzen fröhlich durch den Tag

Tanzen im Sitzen als Fortbildung

Ein buntes und abwechslungsreiches Programm erwartet Sie an diesem Tag. Wir tanzen und besprechen weitere Tänze aus der neuen TiS Broschüre auf die CD „Melodien für uns“, die beim Bundesverband Erlebnistanz (www.erlebnis-tanz.de, Tel. 0421 44 11 80) bestellt werden kann. Überraschungstänze aus den Magazinen des Bundesverbands erweitern unser Programm. Wir freuen uns auf TiS-Neulinge, TiS-Erfahrene und Tanzleiter/innen für Tänze im Sitzen.



Mi 09.07.2025, 10.00 – 16.30 Uhr, € 28,-

Monika Keilberth, Annette Hoever-Waubke
und Gudrun Haas, Seniorentanzleiterinnen TiS des BVST e.V.
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

304-A25 Anmeldung bitte bis Mi 25.06.2025 beim *ebw*

Seminare mit Renate Tappe

Tänze aus dem ErlebniSTanz-Programm

des Bundesverbandes Seniorentanz



Der Landesverband Bayern hat 2024 die Tänze der Weiterbildung für den BVST e.V. ausgesucht. In diesem Seminar lernen Sie die Choreografien kennen. Oder Sie haben die Möglichkeit, diese schönen Tänze noch einmal zu tanzen. TanzleiterInnen und MittänzerInnen sind herzlich willkommen. Tanzbeschreibung und CD können beim BVST e.V. erworben werden.

Fr 14.02.2025, 10.00 – 16.30 Uhr, €26,-

Renate Tappe, Ausbildungsreferentin BVST e.V.

Evangelisches Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24, EG

302-A25 Anmeldung bitte bis Fr 31.01.2025 beim *ebw*

Fröhliches Tanzen im Sommer

„Tanzt einfach mit“. So heißt die beliebte Tanzheftreihe des Bundesverbandes Seniorentanz. Sie sind herzlich eingeladen mitzutanzten – auch NeueinsteigerInnen sind willkommen. Die im Seminar verwendeten Tanzhefte werden vorher mitgeteilt. TanzleiterInnen erhalten Anregungen für ihre Gruppenarbeit.

Fr 11.07.2025, 10.00 – 16.30 Uhr, €28,-

Renate Tappe, Ausbildungsreferentin BVST e.V.

Evangelisches Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24, EG

306-A25 Anmeldung bitte bis Fr 27.06.2025 beim *ebw*

Tanzfreizeit im Bildungszentrum Pappenheim

An der malerischen Altmühl, unterhalb der mittelalterlichen Burg, liegt die ehemalige Residenzstadt Pappenheim. Der beschauliche Luftkurort liegt mitten im Naturpark Altmühltal. Dort werden wir im Evangelischen Bildungs- und Tagungszentrum (EBZ) unsere Tanztage verbringen.

An den Vormittagen und Abenden gibt es ein abwechslungsreiches Tanzprogramm.

Die sehenswerte Stadt Pappenheim und ihre Burg wollen wir nachmittags erkunden. Wer mag, kann mit uns einen kleinen Abschnitt des reizvollen Altmühltals erwandern.

Mit anregenden Gesprächen, Spiel und Gesang lassen wir jeweils den Tag ausklingen.

Bitte fordern Sie den Sonderprospekt an.

Mi 11.06.2025, 14.00 Uhr – **So 15.06.2025**, ca. 13.00 Uhr

€ 160,- Kursgebühr; EZ/VP: €368,-; DZ/VP: €334,-

bezahlen Sie bitte vor Ort

Irmgard Steib, Seniorentanzleiterin BVST e.V. und Musiklehrerin;

Renate Tappe, Ausbildungsreferentin des BVST e.V.

Evangelisches Bildungs-

und Tagungszentrum Pappenheim

Stadtparkstr. 8-17, 91788 Pappenheim

301-A25 Anmeldung bitte bis Mi 19.03.2025 beim *ebw*

Spaziergänge in Annettes Traumgarten (SP)

Garten-Exkursionen



Sie sehen: Einen fröhlichen, bunten Garten mit natürlichem Charakter und verschiedenen individuellen Themenbereichen. Alter Obstbaumbestand, Gemüse – auch im Glashäuschen, Kräuter – teils exotische, ein Schattengarten, ein Steingarten, Staudengärten, die vom zeitigen Frühjahr bis in den Spätherbst blühen. Sie können genießen: Blütenpracht rundum, einladende Sitz- und Schaukelplätze, lustige dekorative Elemente und einen Garten-Pavillon. Sie sind eingeladen, Beeren, Kräuter und Heilpflanzen kennenzulernen und zu aromatischen Köstlichkeiten zu verarbeiten.

Bitte fordern Sie den Sonderprospekt an.

Freude an Kräutern

307-A25 Do 22.05.2025, 14.00 – 17.00 Uhr, € 12,-

Storytelling – Geschichten erzählen

308-A25 Do 05.06.2025, 14.00- 17.00 Uhr, € 12,-

Natur und Genuss – Verschiedene Beerenarten

309-A25 Do 26.06.2025, 14.00- 17.00 Uhr, € 12,-



Annette Tessaro, zertifizierte Garten-Gästeführerin
Peralohstraße 10, 81737 München
 Bus Linie 55 bis Haltestelle Weddigenstraße,
 ca. 10 Minuten Fußweg
 Anmeldung bitte jeweils eine Woche vorher beim *ebw*



TRAUER

*Trauer – Café für die Seele –
Das „kleine Café für die Seele“ –
Los geht's –
Kunst für die Seele –
FriedOrte –
Licht im Dunkeln –
Ein gutes Ende –
„Ich mach mir oft das Leben schwer.“ –*

Café für die Seele – Trauercafé

Treffpunkt für Menschen, die Abschied nehmen von einem nahen Menschen – oder die aus einem anderen Grund eine Lücke in ihrem Leben auszuhalten haben.



Sie sind herzlich eingeladen, mit anderen Menschen ins Gespräch zu kommen, die vielleicht Ähnliches erleb(t)en, die verstehen, dass Sie erzählen möchten, die sich wieder neu orientieren und die bereit sind, neue Erfahrungen zu machen.

Wir verwöhnen Sie mit Kaffee und Kuchen!

**Mo 13.01., 03.02., 03.03., 07.04., 05.05.,
02.06., 07.07., 04.08., 01.09.2025**

Evangelisches Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24, EG
oder **St. Matthäus**, Nussbaumstr. 1

Das „kleine Café für die Seele“

Vielleicht gehören Sie zu den Menschen, die hin und wieder im Café für die Seele keinen Platz mehr bekommen haben? Oder Sie sind zum ersten Mal im Café für die Seele und suchen ein kleines ruhiges Angebot, um gut mit Menschen ins Gespräch zu kommen.

Weil die Nachfrage nach unserem „Café für die Seele“ so groß ist, werden wir ab diesem Jahr ein zweites, ein kleines Café für die Seele eröffnen. Das Programm orientiert sich am gewohnten „Café für die Seele“, doch der Rahmen wird intimer. Wir treffen uns in einem kleineren Raum, werden weniger Teilnehmende sein.

Mo 27.01., 17.02., 17.03., 14.04., 26.05., 30.06., 21.07.2025
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

jeweils 15.00 – 17.00 Uhr, Kosten trägt das **ebw**

Dr. Iris Geyer, Pfarrerin i. R.; **Martin Stählin**, Pfarrer i. R.
Team und FachreferentInnen

Anmeldung bitte an service@ebw-muenchen.de,
55 25 80 0 oder Fax 55 25 80 40

Los geht's

Einmal im Monat laden wir Sie dienstags ein: Einfach mal raus und los geht's! Neuen Schwung gewinnen, Inspiration für den eigenen Weg erfahren.

Zwischen Treffpunkt und Ziel liegen 90-100 Minuten frische Luft, entspannte Bewegung und Begegnung – jedes Mal geführt von einem Gastgeber, der Ihnen seine Lieblingsstrecke in München zeigt.

Am Ziel wartet eine kleine Erfrischung auf Sie.

Di 15.04., 20.05., 24.06., 15.07.2025

16.30 - ca. 18.30 Uhr

Kosten trägt das **ebw**

Karin Wolf und diverse **GastgeberInnen**

Aktueller Treffpunkt und GastgeberInnen

unter www.ebw-muenchen.de



FriedOrte

Die 24 Friedhöfe Münchens sind so unterschiedlich wie München selbst: Es gibt Dorffriedhöfe und Parkanlagen, alte Trauerhallen und Friedhöfe mit moderner Architektur. Alle sind Orte des Friedens mitten im Trubel der Großstadt.

Einmal im Monat laden wir ein, einen dieser Friedhöfe kennenzulernen. Pfarrerinnen und Pfarrer zeigen einen Friedhof in ihrer Gemeinde. Sie erzählen, was ihnen selbst dort wichtig ist. Mal hilft ein Blick auf Kunst, Literatur, Geschichte oder es erklingt sogar Musik.

Immer wieder wird sich zeigen:
Auch auf Friedhöfen geht's um's Leben.

*Kooperation mit der
Segen. Servicestelle für Taufe, Trauung, Bestattung & mehr*

Di 25.02., 25.03., 13.05., 03.06.2025

jeweils 15.00 - ca. 16.30 Uhr

Kosten trägt das *ebw*

Karin Wolf und diverse **ReferentInnen**

Aktueller Treffpunkt und ReferentIn

unter www.ebw-muenchen.de



Licht im Dunkeln

Eine Pilgereinladung für Trauernde

Laufen, wenn man nicht weiß, wie nach vorn blicken. Wenn der Verlust uns von der Welt entfernt und sie sich einfach weiterdreht. Wenn Abschied – noch – nichts Neues ahnen lässt.

All das darf sein. Etwas ist passiert und hat unseren Lebensweg verändert. Gehen wir ein kleines Stück Weg gemeinsam. Vielleicht gelingt es, gemeinsam in der Natur Trost zu erfahren für einen Moment. Licht zu spüren. Luft zu atmen. Einen Moment der Leichtigkeit zu erleben. Auch das darf sein.

Jede und jeder ist so willkommen, wie ihm oder ihr gerade ist. Schweigsam, sich mitteilend, suchend, lächelnd, trauernd.

2mal So 02.03., 18.05.2025

Caroline Ebner, Trauerbegleiterin, Pilgerbegleiterin,
N.N.

Bitte fordern Sie den Sonderprospekt an

*„Und meine Seele spannte weit ihre Flügel aus.
Flog durch die Stillen Lande, als flöge sie nach Haus.“*

Joseph von Eichendorff

Kunst für die Seele

Das Projekt bietet die Möglichkeit, kreativ mit den verschiedenen Aspekten des Trauerns umzugehen und Neues für sich auszuprobieren. Das Miteinander und der Austausch in der Gruppe stehen dabei im Mittelpunkt.

Wir lassen uns sowohl von verschiedenen Materialien als auch von Texten anregen und setzen uns mit unseren Themen und Gefühlen auseinander. Es bleibt genügend Raum für die Würdigung unserer Gefühle, indem wir unsere Trauer anerkennen, sie vielleicht auch benennen oder sie auch ohne Worte auszudrücken versuchen.

Sie lernen u.a. die Technik der Acrylmalerei kennen und setzen Ihre Ideen, Gefühle und Wünsche auf dem Papier um.

Es sind keine künstlerischen Vorkenntnisse erforderlich.

5mal Mo 24.03., 28.04., 19.05., 23.06, 14.07.2025

18.00 – 20.30 Uhr,

€32,- (pro Termin €5,- inkl. €8,- Material),

Andrea Kratzer, Kunsttherapeutin;

Karin Wolf, Trauerbegleiterin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

408-A25 Anmeldung bitte bis Mo 17.3.2025 beim **ebw**

Ein gutes Ende



Einander beistehen am Ende des Lebens

Allgemeines Wissen über das Sterben und die Sterbephasen ist aus unserer Gesellschaft weitgehend verschwunden. Auch ist es heute keine Selbstverständlichkeit mehr, sterbende Menschen zuhause zu begleiten.

Viele werden erst spät in ihrem Leben mit dem Sterben eines nahestehenden Menschen konfrontiert und fühlen sich manchmal überfordert.

Das Seminar vermittelt grundsätzliche Informationen zum Thema Sterben und bietet Raum für Fragen, den Austausch guter und schlechter Erfahrungen. Wir möchten Mut machen.

Es gibt Raum für Fragen und Austausch.

*Kooperation mit dem Christophorus Hospiz
Institut für Bildung und Begegnung*

Do 13.03.2025, 16.00 - 19.30 Uhr, €5,-

Elisabeth Scheib, Gesundheits- und Krankenpflegerin,
Palliativfachkraft, Christophorus Hospiz Verein e.V.

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

407-A25 Anmeldung bitte bis Do 06.03.2025 beim **ebw**



„Ich mach mir oft das Leben schwer.“

Zehn Ideen für mehr Leichtigkeit

Viele Menschen wünschen sich mehr Leichtigkeit in ihrem Leben. Sie wünschen sich weniger Stress und mehr von dem, was sie wirklich wollen.

An diesem Samstag beschäftigen wir uns mit Ideen für mehr Leichtigkeit im Alltag. Wir probieren die eine oder andere Übung aus und überlegen, was sich einfach und leicht in den Alltag einbauen ließe, um ein entspannteres Lebensgefühl zu gewinnen.

Sa 05.07.2025, 10.30 – 14.30 Uhr, € 15,-

Dr. theol. Iris Geyer

Pfarrerin i.R., Heilpraktikerin für Psychotherapie

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

409-A25 Anmeldung bitte bis Fr 27.06.2025 beim *ebw*



GLAUBE

- GemeindeLeben – sich engagieren! –*
- Besuchsdienst – Seelsorge –*
- Kirchenraum entdecken –*
- Gottesdienst feiern –*
- Glauben entdecken und erneuern –*
- Sich für die Schöpfung einsetzen –*

GemeindeLeben – sich engagieren!

„Wenn du schnell gehen willst, geh' alleine.

Wenn du weit kommen willst, geh' gemeinsam.“

Das *ebw* wurde gegründet, mit dem Ziel, die Gemeinden bei der Erwachsenenbildung zu stärken und zu unterstützen: Nützen Sie das!

- Sollen wir Sie bei der **Umsetzung einer Veranstaltung** unterstützen, z. B. bei der Öffentlichkeitsarbeit?
- Sind Sie auf der Suche nach **ReferentenInnen** für einen Ihrer Kreise? Wollen Sie eine **Fortbildung zu sich in die Gemeinde holen**, z. B. eine Lektorenschulung oder eine Besuchsdienstausbildung?
- Möchten Sie sich **im Bildungsbereich engagieren** und wissen aber nicht, was genau Sie machen könnten? Oder wie das gehen könnte?
- Gibt es ein **Thema**, von dem Sie denken, dass wir es schon längst hätten anbieten sollen?
- Lästige Statistik... – dennoch, unsere Mitgliedseinrichtungen können für ihre Erwachsenenbildungsveranstaltungen über uns **staatliche Zuschüsse** bekommen.
- Das Dekanat gibt **Zuschüsse** für Fort- und Ausbildungen von Menschen, die sich ehrenamtlich in Kirchengemeinden engagieren; Anträge können über die Kirchengemeinden bei uns eingereicht werden – fragen Sie bei Ihrer Kirchengemeinde nach!

Melden Sie sich bei mir!



Irmi Sedlmayr

Ansprechpartnerin im *ebw* für die Gemeinden,
irmi.sedlmayr@ebw-muenchen.de

55 25 80 31

z'sam – Zentrum für freiwilliges Engagement

Das Freiwilligenzentrum der Diakonie München und Oberbayern unterstützt Menschen dabei, ein passendes Ehrenamt zu finden.

Das z'sam vermittelt an soziale Einrichtungen, Kirchengemeinden und Organisationen, die Unterstützung brauchen.

Das z'sam direkt vor Ort, mitten in der Stadt!

Anrufen, mailen oder einfach hingehen, ins Ladenlokal in der Theresienstr. 63 in der Maxvorstadt.

Sabine Bankauf,

die Leiterin des z'sam ist für Sie da!
54 24 50 24 oder 0151 70 62 36 80
sbankauf@diakonie-muc-obb.de



Gruppen

In Kirchengemeinden gibt es viele Gruppen, von Jung bis Alt. Wir bieten Seminare für Menschen, die sich in Gemeinden engagieren. Mehr dazu auf unserer Homepage.

Altes und neues Ehrenamt

Workshop: Dem Wandel gut begegnen

Mi 19.02.2025, 18.00 – 20.00 Uhr, € 10

264-A25 Anmeldung bitte bis Fr 14.02.25 beim *ebw*

Vom Suchen und Finden

Workshop: Freiwillige gewinnen

Mo 17.03.2025, 18.00 – 20.00 Uhr, € 10

265-A25 Anmeldung bitte bis Mi 12.03.25 beim *ebw*

Gutes Miteinander im Engagement

Workshop: Grundlagen guter Kommunikation

Di 01.04.2025, 18.00 – 21.00 Uhr, € 15

266-A25 Anmeldung bitte bis Do 27.03.25 beim *ebw*

Schön, dass ihr Euch engagiert!

Workshop: Gute Rahmenbedingungen für's Engagement

Mo 12.05.2025, 18.00 – 20.00 Uhr, € 10

267-A25 Anmeldung bitte bis Mi 07.05.25 beim *ebw*

Gute Balance im Ehrenamt

Workshop zu Rollen, Erwartungen und Grenzen

Do 05.06.2025, 18.00 – 20.00 Uhr, € 10

z'sam, Theresienstr. 63, 80333 München

268-A25 Anmeldung bitte bis Mo 02.06.25 beim *ebw*

Alle anders, alle gemeinsam: So klappt's mit der Vielfalt im Ehrenamt

Workshop für ein offenes und buntes Miteinander

Di 01.07.2025, 09.00 – 16.30 Uhr, HA €40,-; EA €20,-

Sabine Bankauf, Kulturwissenschaftlerin und Leiterin des
Freiwilligenzentrums z'sam

269-A25 Anmeldung bitte bis Di 24.06.25 beim *ebw*

Eltern-Kind-Gruppen-Leitung



Startpaket

2mal Di 18.02./25.02.2025, 19.00 – 21.30 Uhr, €20,-

Britta Werhahn, Dipl. Sozialpädagogin, Leiterin
des Familienzentrums Höhenkirchen-Siegertsbrunn
online

250-A25 Anmeldung bitte bis Di 11.02.2025 beim *ebw*

Seniorengruppen

Die Offene Altenarbeit der Diakonie bietet gezielt für LeiterInnen von Seniorengruppen Unterstützung, Fortbildungen und Vernetzung an.

Einmal jährlich erscheint eine Broschüre mit Vorschlägen von ReferentInnen für Seniorengruppen: „gesucht & gefunden“.

Mehr dazu unter:

<https://www.hilfe-im-alter.de/hilfe-im-alter-startseite/offene-altenarbeit>



Besuchsdienst und Seelsorge

Dies gilt für die beiden folgenden Kurse:

Den verschiedenen Themen nähern wir uns durch Theorieeinheiten, gehaltvolle Impulse, im Gespräch mit anderen, durch gemeinsames Ausprobieren und mit Übungen, die im alltäglichen Leben hilfreich sind. Und weil Seelsorge immer etwas mit einem selbst zu tun hat, werden Sie in beiden Kursen viel über sich selbst erfahren und auch, wie Sie gut für sich und Ihre eigene Seele sorgen können.

*Kooperationen mit Evang.-luth. Dekanatsbezirk München/
Evangelische Dienste, Krankenhausseelsorge, Altenheimseelsorge und Münchner Bildungswerk*

Edith Öxler, Pfarrerin, Altenheimseelsorge im Dekanat München, evangelische Seelsorge am Helios-Klinikum Pasing
Bärbel Kagerer, Pastoralreferentin, Krankenpastoral München-West

Dasein. Zuhören. Begleiten. Unterstützen

Basiskurs Seelsorge

Sie möchten in Ihrer freien Zeit etwas Sinnvolles machen und für andere da sein? Wir bieten Ihnen die Gelegenheit, mit erfahrenen AusbilderInnen und in einer überschaubaren Gruppe zu erfahren, worauf es hier ankommt. Sie lernen die Grundlagen des aktiven, differenzierten Zuhörens und der hilfreichen Gesprächsführung kennen, **bekommen Einblicke in verschiedene kirchliche Arbeitsfelder der Seelsorge und Begleitung**. Lernen Sie sich selber besser kennen und entdecken Sie persönliche Talente und Fähigkeiten. Finden Sie heraus, ob und wo Sie ehrenamtlich mitarbeiten möchten.

5mal Mi 15./29.10., 12./19./26.11.2025

18.00-21.00 Uhr, HA €70,-; EA €35,-

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

406-B25 Anmeldung bitte bis Mi 01.10.2025 beim **ebw**

Aufbaukurs Seelsorge

Im Aufbaukurs werden Inhalte aus dem Basiskurs Seelsorge vertieft: Wie drücken Menschen ihre Trauer aus? Welche unterschiedlichen spirituellen Bedürfnisse gibt es? Wie geht man auf Menschen in der Demenz ein? Was ist, wenn jemand sich mit Worten nicht mehr mitteilen kann? Wie kann man in Kontakt kommen? Was wirkt, wenn die Worte abhanden kommen? Wir lernen neue spirituelle Übungen kennen und probieren sie aus.

Ein Hauptanliegen des Kurses ist, für das zu sensibilisieren, was bei einer Begegnung zwischen Menschen geschieht oder auch geschehen kann. Sie lernen, wie Sie in der Seelsorge angemessen agieren.

Im Anschluss an diesen Kurs können Sie ein achtwöchiges Praktikum machen, in einer Pflegeeinrichtung oder einer vergleichbaren Einrichtung. In dieser Zeit wird Sie ein erfahrener Seelsorger/eine erfahrene Seelsorgerin persönlich begleiten.

Voraussetzungen für den Aufbaukurs ist der abgeschlossene Basiskurs oder eine vergleichbare Ausbildung. In letzterem Fall bitten wir Sie, vorher Kontakt aufzunehmen, um abzuklären, ob die gegenseitigen Erwartungen zusammenpassen.

5mal Mi 07./14./21./28.05., 04.06.2025

18.00-21.00 Uhr, €50,-

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

406-A25 Anmeldung bitte bis Mi 23.04.2025 beim **ebw**



Kirchenraum entdecken

KirchenRaum & Spiritualität

Regionale Ausbildung zum/zur KirchenführerIn im
Evang.-Luth. Kirchenkreis München-Oberbayern

Die regionale Ausbildung zum/zur KirchenführerIn richtet sich an Menschen, die

- ihre (oder eine) Kirche mögen und Lust haben, sie anderen zielgruppengerecht zu zeigen und lebendig zu erschließen
- selbst gerne KirchenRäume ganzheitlich erkunden und erfahren
- die Sprache und Symbolik eines KirchenRaumes spannend finden und sie entschlüsseln wollen
- weitere Kirchen in ihrer Region kennenlernen wollen, um diese historisch, theologisch und spirituell einordnen zu können.

Bitte fordern Sie den Sonderprospekt an.

Kooperation mit dem EBW Bad Tölz e.V., EBW Freising, EBW Rosenheim-Ebersberg e.V. und dem EBW Weilheim e.V.

Infoabend

Mi 12.03.2025, 19.00 – 20.30 Uhr, kostenfrei

Sebastian Kühnen, Pfarrer

Karin Wolf, M.A., Pädagogin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

430-A25 Anmeldung bitte bis Mi 05.03.2025 beim *ebw*

Kurs

Mai 2025 - März 2026

2 Wochenenden, vier Kurstage (jeweils samstags) und ein Abend **online** via ZOOM

€ 240,- (zzgl. Übernachtungskosten und Verpflegung)

431-A25 Anmeldung bitte beim *ebw*

Gottesdienst feiern

Alles Ausdruck: Körper – Stimme – Wirkung

Workshop zu Stimm- und Körpersprache

Vor allem der erste Eindruck wird zu mehr als 50 % davon geprägt, was wir mit unserer Körpersprache erzählen, ca. 40 % gehen über die Stimme und ein kleiner Rest bleibt für den Inhalt. Mit Abstand die meisten Gedanken machen wir uns über den Inhalt.



Mit einer bewussteren und lebendigeren Stimm- und Körpersprache können wir unsere Wirkung und Präsenz verstärken. Der persönliche Ausdruck wird kraftvoller und lebendiger. Lernen Sie Ihre verschiedenen Kommunikationsmöglichkeiten besser kennen und üben Sie, diese gut zu verbinden, sie klarer und gezielter einzusetzen. Mit verschiedenen Methoden, Raum- und Körperarbeit, Atem- Stimm- und Entspannungsübungen erkunden wir, wie wir angemessen und lebendig kommunizieren können.

Bitte bequeme Kleidung, Socken oder Indoor-Schuhe und eine Decke mitbringen.

Sa 01.03.2025, 10.00 – 16.00 Uhr, HA €80,-; EA €40,-
Sigrid Moser, Stimm- und Gesangspädagogin, Atemcoach
St. Paulus, Sebastian-Bauer-Str. 23,
81737 München-Neuperlach
441-A25 Anmeldung bitte bis Do 20.02.2025 beim *ebw*

Für MitarbeiterInnen in der Gemeinde

Grundkurs MesnerIn

Der Mesnerdienst ist eine zentrale Aufgabe in jeder Kirchengemeinde. MesnerInnen sorgen dafür, dass Gottesdienste und liturgische Feiern reibungslos ablaufen. Sie bereiten die Kirche und alle liturgischen Gegenstände vor, gestalten den Raum der Andacht und tragen durch ihre sorgfältige Arbeit dazu bei, dass die Gemeinde in einem würdigen Rahmen beten und feiern kann.

Der Dienst als MesnerIn ist nicht nur eine praktische Aufgabe, sondern auch ein geistliches Engagement. MesnerInnen schaffen die äußeren Rahmenbedingungen, die es den Gläubigen ermöglichen, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren – die Begegnung mit Gott. Dabei sind sie oft unsichtbare Helfer im Hintergrund, deren Arbeit jedoch von unschätzbarem Wert ist.

Kooperation mit EBW Bad Tölz e.V., EBW Freising, EBW Rosenheim-Ebersberg e.V. und EBW Weilheim e.V.

Der Grundkurs besteht aus vier Tagesmodulen, die einzeln gebucht werden können. Sie erhalten nach jedem Modul eine Teilnahmebestätigung. Wenn Sie alle vier Tage besucht haben, erhalten Sie über den gesamten Grundkurs ein Zertifikat.

Ein **Überblick** über alle Module:

Für Modul 3 können Sie sich bei uns anmelden, für die anderen, bei den in Klammern angegebenen Einrichtungen.

Modul 1 (ebw Freising)

Sa 22.03.2025

Christi-Himmelfahrtskirche Freising, Gemeindehaus
Themen: Amt und Selbstverständnis der Mesnerin / des Mesners, Gottesdienstordnung, Kasualgottesdienste, Altar- und Blumenschmuck

Modul 2 (Evang. Forum Annahof Augsburg)

Sa 05.04.2025

Evangelisches Forum Annahof Augsburg, Hollbau
Themen: Feier des Heiligen Abendmahles, Kirchliche Kunst und ihr Pflege, Reinigung und Pflege liturgischer Geräte

Modul 3 (ebw München)

Sa 27.09.2025, 10.00–17.00 Uhr, € 50,-

Christuskirche München-Neuhausen, Gemeindehaus
Themen: Glocken – Technik und Läuteordnung, Besser hören – besser verstehen, Kerzen und ihre Pflege, Kirchenjahr, Paramente und liturgische Farben

Sebastian Kühnen, Pfarrer, Kirchenkreisbeauftragter EB München-Oberbayern

Rainer Dietz, Glockensachverständiger

Paul Streidl, Pfarrer, Landeskirchlicher Beauftragter für Schwerhörigenseelsorge

Franz Fürst, Wachsziehermeister

425-B25 Anmeldung bitte bis Fr 12.09.2025 beim ebw

Modul 4 (EBW Rosenheim-Ebersberg)

Sa 22.11.2025

Erlöserkirche Rosenheim, Gemeindehaus

Themen: Rund um das Thema Geld, geschützte Werte und offene Kirchen, Dienstrecht: Rechte & Pflichten haupt- und ehrenamtlicher MesnerInnen



Stressmanagement

Seminar für MitarbeiterInnen in Pfarrbüros

Der Arbeitsalltag im Pfarrbüro ist geprägt davon, in wenig Zeit viele Aufgaben mit unterschiedlichen Anforderungen bewältigen zu müssen. Da kommt schon mal leicht Stress auf! Innere Antreiber, Denkmuster, Erwartungen haben einen Einfluss auf das Stresslevel. Die eigenen Muster zu (er)kennen ist der beste Weg, Ruhe zu bewahren. Wir schauen uns verschiedene Methoden an, wie man auf die vier Wirkebenen (Gedanken, Gefühle, Körper, Verhalten) einwirken kann. So können wir mit mehr Gelassenheit durch den Tag gehen!

Di 03.06.2025, 09.00 – 16.30 Uhr, € 20,-

Maria Moll, Dipl.-Soz.päd, Coach und Trainerin
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

420-A25 Anmeldung bitte bis Di 20.05.2025 beim *ebw*



Glauben entdecken und erneuern

Die drei folgenden Veranstaltungen werden von **Sebastian Kühnen**, Hochschulpfarrer und Tanztherapeut BTD, angeboten.

Nähere Informationen und den jeweiligen Link zur Anmeldung finden Sie über unsere Homepage www.ebw-muenchen.de



ErmMUTigung – EmPOWERment

Mutmachgeschichten der Bibel – bewegt erfahren mit body:move & soul/Kreativem Tanz und bewegter Bibelarbeit. Ein Kurs mit 6 Abenden

Die Bibel ist ein Buch mit vielen Geschichten der Ermutigung für die Herausforderungen unseres Lebens. Einige von ihnen wollen wir uns neu vergegenwärtigen. Mit Hilfe von freiem Tanz und Bewegung wollen wir sie ganzheitlich mit Leib und Seele erfahren. Ein Kurs für Neugierige und Bewegungsfreudige. Der Kurs richtet sich an tanz- und bewegungsfreudige junge und ältere Erwachsene, die sich mit biblischen Geschichten ganzheitlich auseinandersetzen wollen. Vorerfahrungen in Bewegung oder Tanz sind nicht erforderlich, sehr wohl aber die Bereitschaft, sich auf freie Bewegung einzulassen. Bitte für die Bewegung bequeme Kleidung und dicke Socken sowie eine Decke zum Liegen mitbringen. Für die gemeinsame Mittagspause bitte einen Beitrag für ein kaltes Buffet mitbringen.

Kooperation mit der Evangelischen Hochschulgemeinde München (HM) und der Evang.-Luth. Kirchengemeinde Heilig Geist

6mal Fr 16./30.05., 06./13./20./27.06.2025

19.30 – 21.00 Uhr, Erwerbstätige € 45,-; Ermäßigte € 30,-; Studierende € 15,-

Olympiakirche, Helene-Mayer-Ring 25, 80809 München
Anmeldung bitte bis Do 15.05.2025 unter s.o.

Sei getrost und unverzagt

Josua auf dem Weg ins gelobte Land –
Wochenendseminar mit body:move & soul/Kreativem
Tanz und bewegter Bibelarbeit

Oftmals sind wir unterwegs wie einst Josua in alten Zeiten auf dem Weg ins gelobte Land (Josua 1,1-9) – voller Sehnsucht nach Veränderung, nach besseren Zeiten, nach einem besseren Leben. Doch die anstehenden Herausforderungen sind zuweilen einschüchternd und lassen uns verzagen. In Bewegung erforschen wir auf den Spuren Josuas, wie wir wieder Mut fassen und anstehende Aufgaben getrost und zuversichtlich bewältigen können. Eine bewegte biblische Entdeckungsreise.

Das Seminar-Wochenende richtet sich sowohl an junge wie auch ältere Erwachsene. Vorerfahrung in Bewegung oder Tanz ist für die Teilnahme nicht erforderlich. Die Bereitschaft, sich offen, kreativ und kooperativ auf den Gruppenprozess einzulassen, ist für das Gelingen des Seminars Voraussetzung. Bitte für die Bewegung bequeme Kleidung und dicke Socken sowie eine Decke zum Liegen mitbringen.

Kooperation mit der Evangelischen Hochschulgemeinde München (HM)

Fr 23.05.2025, 18.00 Uhr - **So 25.05.2025**, 13.00 Uhr
Kosten, siehe www.ebw-muenchen.de
EBZ Pappenheim
Anmeldung bitte bis Fr 02.05.2025 siehe Seite 90

Von allen Seiten umgeben

Ein bewegter Workshop-Tag zu Psalm 139 –
mit body:move & soul/Kreativem Tanz und bewegter
Bibelarbeit

Manchmal kenne ich mich selbst nicht mehr aus. Fühle mich innerlich zerrissen, irgendwie uneins mit mir selbst. Tue mich schwer, mich selbst, meinen Körper, mein Denken und Fühlen anzunehmen. Sehne mich nach Liebe, nach Verständnis und Annahme, nach Schutz und Geborgenheit. In bewegenden Worten nimmt uns Psalm 139 an die Hand. Wir lassen uns leiten und führen – und entdecken den Psalm in Bewegung neu.

Der Workshop-Tag richtet sich an bewegungsfreudige junge und ältere Erwachsene, die sich mit biblischen Geschichten ganzheitlich auseinandersetzen wollen. Vorerfahrungen in Bewegung oder Tanz sind nicht erforderlich, sehr wohl aber die Bereitschaft, sich auf freie Bewegung einzulassen. Bitte für die Bewegung bequeme Kleidung und dicke Socken sowie eine Decke zum Liegen mitbringen. Für die gemeinsame Mittagspause bitte einen Beitrag für ein kaltes Buffet mitbringen.

Kooperation mit der Evangelischen Hochschulgemeinde München (HM) und der Evang.-Luth. Kirchengemeinde Heilig Geist

Sa 19.07.2025, 10.00- 17.00 Uhr
Erwerbstätige €30,-; Ermäßigte €20,-; Studierende €10,-
Magdalenenkirche, Ohlenhauer Str. 16, 80997 München
Anmeldung bitte bis Do 17.07.2025 siehe Seite 90

Mit Leichtigkeit dem Göttlichen näherkommen

Entdeckungsreise mit kreativen Methoden und mit Stille

Gottes Nähe auf eine neue, lebendige Weise erleben. Durch kreative Methoden und kleine Experimente gehen wir gemeinsam auf Entdeckungsreise und spüren, wie wir Gottes Präsenz im Alltag finden können. Wir öffnen Herz und Geist für neue spirituelle Erfahrungen. Dieser Workshop bietet Raum, das Göttliche ohne starre Regeln zu erforschen: ob im Gespräch, in der Stille oder im gemeinsamen Tun. Lassen Sie sich darauf ein, spielerisch neue Seiten Ihrer Glaubensreise zu entdecken und dabei innerlich berührt und inspiriert zu werden, mit Leichtigkeit, Humor und dem Mut zur Unvollkommenheit.

Sa 29.03.2025, 10.00– 16.00 Uhr, € 40,-
Maria Moll, Dipl.-Soz.päd., Coach, Trainerin
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

410-A25 Anmeldung bitte bis Fr 21.03.2025 beim *ebw*



„Ich bin da“

Ökumenische Exerzitien im Alltag 2025

Still werden, wahrnehmen, aufmerksam sein für sich und Gott. Herzliche Einladung zu diesem vierwöchigen spirituellen Übungsweg. Zahlreiche Gemeinden in Bayern bieten in der Passionszeit einen Übungs- und Erfahrungsweg mit täglicher Besinnung und 5 Gruppentreffen an.

Das **Material** wird über den Webshop des Gottesdienstinstituts bestellt werden. Die **Unterlagen für die BegleiterInnen** werden dort als Download-pdf bereit gestellt.

Für nähere Informationen wenden Sie sich bitte an **Eva Patalong**, Beauftragte für Exerzitien im Kirchenkreis München und Oberbayern unter eva.patalong@elkb.de.

Weltgebetstag 7. März 2025:

„wunderbar geschaffen!“

Ökumenische Vorbereitung von den Cookinseln

„Im WDP (World Day of Prayer) hören wir auf das Wort Gottes und auf die Stimmen von Frauen, die ihre Hoffnungen, Ängste, ihre Freuden und Sorgen, ihre Chancen und Bedürfnisse teilen“, heißt es im internationalen Statut des WDP. Das soll auch 2025 mit Blick auf die Cookinseln so sein, wo Christinnen und Christen den überwiegenden Anteil der Bevölkerung (knapp 15 000 Menschen) ausmachen.

Bei den Seminaren erhalten Sie Informationen zum Land und zur Gottesdienstordnung. In Workshops werden kreative Möglichkeiten der Gestaltung für den Gottesdienst entwickelt.

Termine, weitere Infos und Anmeldung

beim **Erzbischöfliches Ordinariat München**, Ressort Seelsorge und kirchliches Leben, Frauenseelsorge, Schrammerstr. 3, 80333 München, www.frauenseelsorge-muenchen.de, 21 37 14 37, frauenseelsorge@eomuc.de

Sich für die Schöpfung einsetzen

Gemeinsam Raum gewinnen

Dinge fasten – Workshop über 5 Abende

Haben Sie schon mal überlegt, wie viele einzelne Dinge Sie besitzen? Und, dass möglicherweise weniger mehr wäre? Kleiderschrank, Bücherregale, Keller, Ordner voll mit Papier, Computer oder Handy... Nur, wo anfangen? Und wie? Wie können Dinge gut und sinnvoll weitergegeben werden? An fünf Abenden treffen wir uns und gehen das gemeinsam an. Sie bekommen Methoden, Ihr Aufräumvorhaben systematisch und mit Ruhe umzusetzen. Schritt für Schritt kommen Sie voran und merken, wie Raum frei wird und Sie dabei neue Energie gewinnen. Und Sie merken: Alles was Sie in der äußeren Welt aufräumen, räumen Sie auch in ihrer inneren Welt auf.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf sechs.

5mal Mi 19./26.03., 02./09./30.04.2025,

18.00 – 19.30 Uhr, €50,-

Rita Trost, Heilpraktikerin, Aufräum- und Lebenscoach
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

436-A25 Anmeldung bitte bis Mi 12.03.2025 beim *ebw*



Referentin in den folgenden vier Seminaren ist **Elisabeth Frank**, Sozial- und Organisationspsychologin, Mitgründerin von Leocor gGmbH – „Damit was in Bewegung kommt“.



Die Seminare finden im *ebw*, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III statt. Nähere Infos auf unserer Homepage.

„Gutes Leben ist einfach“

Workshop zu Minimalismus

Dinge brauchen viel Aufmerksamkeit und Energie. Der für uns normal gewordene Konsum belastet nicht nur uns, sondern auch das Klima. In diesem Workshop machen wir uns Gedanken, was wir wirklich brauchen, wie wir dem Konsum entkommen, wie wir uns materiell sinnvoll und nachhaltig erleichtern und damit mehr Leichtigkeit ins Leben bringen.

Do 13.02.2025, 18.00 – 20.00 Uhr, €8,-

414-A25 Anmeldung bitte bis Mo 10.02.2025 beim *ebw*

Digitaler Datenputz

Auf dem eigenen Gerät aufräumen

Wir putzen gemeinsam. Sie bekommen Tipps und werden Spaß haben!

Do 27.03.2025, 18.00 – 20.30 Uhr, €8,-

415-A25 Anmeldung bitte bis Mo 24.03.2025 beim *ebw*

Digitalisierung und die Klimafolgen

Workshop mit dem Digitalisierungs-Puzzle

Der digitale Sektor hat bereits jetzt einen größeren Fußabdruck als die zivile Luftfahrtindustrie. Lernen Sie, verantwortungsvoll mit digitaler Technologie umzugehen.

Do 15.05.2025, 18.00 – 21.00 Uhr, €8,-

416-A25 Anmeldung bitte bis Mo 12.05.2025 beim *ebw*

Klimafreundlich Leben – „der Kurs“

6 Monate – 6 Treffen – geschlossene Gruppe

Sie wollen ihr Leben vereinfachen und gleichzeitig auch was für den Klimawandel tun? Sie wollen mit anderen Menschen über das Tun ins Gespräch kommen?

Es braucht Zeit, das eigene Verhalten zu überdenken und zu verändern und neue Strategien zu entwickeln! Daher ist der Kurs so angelegt, dass sich die TeilnehmerInnen 6 Monate lang treffen, 1x monatlich, jeweils 3 Stunden. An jedem Abend bekommen Sie Informationen und Impulse zu verschiedenen, klimatisch relevanten Bereichen (Ernährung, Mobilität, Konsum, Wohnen ...), diskutieren darüber und besprechen Möglichkeiten etwas zu verändern, setzen sich eigene Ziele und ... haben Spaß dabei!

Wollen Sie den Kurs für eine Gruppe oder in Ihrer Gemeinde anbieten? In der Info-Veranstaltung können Sie den Kurs kennenlernen. Das *ebw* unterstützt die Durchführung dieser Kurse, auch finanziell. Setzen Sie sich mit uns in Verbindung.

Elisabeth Frank

Zertifizierte Gruppenleiterin „Klimafreundlich leben“



Energieeinsparung – ein Akt der Nächstenliebe?

Energieberatung vom Fachmann

Beim Thema Energieeinsparung denkt man in erster Linie an „Klima, CO2 und Erderwärmung“, doch die gesellschaftlichen Auswirkungen sind weitaus tiefgreifender. Eine Sensibilisierung zum Thema Energie auf Basis zentraler Themen der Menschlichkeit. Der Referent ist unabhängiger Energieberater der Verbraucherberatung.



Do 20.03.2025, 18.00 – 20.00 Uhr, € 10,-

Simon Berger, Dipl.-Ing. Versorgungstechnik, Gründer der BER TGA GmbH, Zertifizierter DGNB (Deutsche Gesellschaft für nachhaltiges Bauen) Auditor
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

413-A25 Anmeldung bitte bis Do 13.03.2025 beim *ebw*

Für Werte einstehen und mutig handeln

Workshop Zivilcourage

Haben Sie schon öfter gedacht: wie hätte ich mich verhalten? Hätte ich den Mut gehabt? Mut aufzubringen, sich für den Erhalt der Würde eines anderen Menschen einzusetzen - das meint Zivilcourage. In diesem Workshop schauen Sie zu einem theoretisch auf dieses Thema, zum anderen lernen Sie verschiedene Handlungsmöglichkeiten kennen, die im Ernstfall helfen können. In Rollenspielen und im szenischen Umgang wird ein verantwortungsvoller Umgang mit anderen erprobt und ... mit uns selbst. Sie gewinnen Mut und bauen Ihre Kompetenzen aus, um werteorientiert zu handeln!

Sa 15.03.2025, 09.30 – 16.00 Uhr, € 30,-

Farina Simbeck, Spiel- und Theaterpädagogin, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

412-A25 Anmeldung bitte bis Fr 07.03.2025 beim *ebw*

WELT MACHT HUNGER

Workshop zum Planspiel – für Multiplikatoren

Wie können globale Zusammenhänge und der dadurch entstehende Hunger in der Welt so rübergebracht werden, dass beim Erfahren der Inhalte Neugier, Motivation, Spaß und Kooperation entstehen? Mit dem Planspiel WELT MACHT HUNGER. Es vermittelt viele Infos rund ums Thema Hunger, spielerisch! Es weitet den Blick auf globale Zusammenhänge und es gibt konkrete Anregungen, um ins Tun zu kommen. Von der Konkurrenz in die Kooperation!

Dieser Workshop richtet sich an Menschen, die mehr zu den Themen Hunger, Armut, Klima, Lebensmittelverschwendung, Bildungs- und Geschlechtergerechtigkeit, Landwirtschaft, Politik und Wirtschaft wissen wollen und diese Themen interessant, nachhaltig und ohne moralischen Zeigefinger an andere Menschen vermitteln wollen. Das Planspiel ist so konzipiert, dass 14 bis 30 Teilnehmende spielen können. Das Spiel kann auch im Rahmen eines Teambuilding-Events eingesetzt werden.

Das Spiel kann im *ebw* ausgeliehen werden.

Mo 31.03.2025, 14.00 – 19.00 Uhr, € 15,-

Farina Simbeck, Spiel- und Theaterpädagogin,
Mitgründerin von SATT e.V.

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

411-A25 Anmeldung bitte bis Mo 24.03.2025 beim *ebw*



MEDIEN

- Beratung Digitale Medien –*
- Fachtag für Ehrenamtliche –*
- Smartphone/Tablet: Kurse & Themen-Termine –*
- Vorträge zur Digitalen Welt –*
- Schwerpunkt-Thema: Künstliche Intelligenz –*
- regelmäßige Lern-Treffs zur Digitalen Welt –*
- Angebote mit Gebärdensprache –*
- Öffentlichkeitsarbeit –*

Aktuelle Angebote für aktuelle Bedarfe

Das, was Sie brauchen, das, was Sie wissen wollen – organisieren wir zeitnah und bedarfsorientiert. Deshalb sehen Sie hier nur eine Auswahl unserer Seminare im Bereich **Medien**.

Das jeweils aktuelle Gesamtangebot finden Sie auf unserer Internetseite www.ebw-muenchen.de

Sie nutzen kein Internet?

Wir informieren Sie auch telefonisch:

Annette Hüsken-Brüggemann

Referentin für Erwachsenenbildung

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III, 55 25 80 41

a.huesken-brueggemann@ebw-muenchen.de

Erreichbarkeit i. d. R. Mo – Fr, 8.30 – 13.30 Uhr

Hinweis zu Ermäßigungen & Symbolen

Die Stadt München unterstützt ältere Menschen bei der digitalen Teilhabe. Die Veranstaltungen, die mit **Surfen-für-Alle** und diesem **Symbol** gekennzeichnet sind, sind für mit geringer Rente (bis € 1.660,- für Alleinstehende, € 2.490,- für Ehepaare) nach Prüfung kostenfrei.



Viele Surfen-für-Alle-Angebote sind zudem besonders **schwerhörigen-freundlich**:

Hinweise auf geeignete Einstellungen/Apps, Erfahrung der Referierenden mit der Zielgruppe, mobile Hörhilfen für Menschen mit und ohne Hörhilfen...

Achten Sie auf dieses Zeichen:



Beratungsstelle Medien-Bildung München (SP)

Kursberatung, Orientierungshilfen, ...

München bietet viel zu Smartphone, Tablet, Internet & Co. – da ist es manchmal schwer, das richtige Angebot für den eigenen Bedarf zu finden. Vor allem wenn man noch kein Internet nutzt, um systematisch danach zu suchen. Oder wenn aufgrund der persönlichen Situation nur spezielle Angebote in Frage kommen.

Zum Beispiel suchen Sie etwas:

- in Wohnungsnahe
- kostenfrei
- in einfachem Deutsch
- mit Gebärdensprach-Dolmetschenden oder
- in schwerhörigen-freundlichem Kleinst-Gruppen-Format
- ...

Wir unterstützen Sie bei der Recherche, wer wo was anbietet. Sie schildern uns Ihren Bedarf/Ihre Fragen und wir helfen Ihnen herauszufinden, hinter welcher Kursbeschreibung sich das verbirgt, was Sie suchen; welche Vorkenntnisse Sie vielleicht brauchen (oder auch nicht) oder ob nicht der Besuch einer der vielen ehrenamtlichen Einzelberatungsangebote (z. B. PC-Sprechstunde) der nächste beste Schritt für Sie ist.

Kontakt **Annette Hüsken-Brüggemann**, siehe oben links.

Fachtag Digitale Medien & ältere Menschen



für ehren- und hauptamtlich Referierende, Beratende

Sie führen Kurse, Vorträge oder Beratungen für ältere Menschen durch, rund um Internet, Smartphone & Co.? Klären Sie Ihre eigenen Fragen im Austausch mit Gleichgesinnten und verschiedenen Fachleuten, entdecken Sie neue Trends und erweitern Sie Ihr Wissen - mit inspirierenden Einstiegs-vorträgen und in verschiedenen Workshops am Nachmittag.

Unser Motto dieses Jahr: **Alles immer digitaler?**

Chancen entdecken, Ausgrenzung entgegenwirken

- Keynote: Ein Blick in die Zukünfte von KI, Alter & Gesundheit
- Verbraucherschutz in der digitalen Welt: Was gibt's Neues?

Die Workshops (wähle 2 aus 4)

- Stereotype in KI, Alter & Gesundheit – ein Praxis-Workshop
- Online-Kennenlern-Börsen für ältere Menschen
- Apps auf Rezept – Was ist das, wie geht das, was taugt das?
- KI für ein gutes Altern Projekt – Best Practise

Probier-Station: KI-Kennenlern-Koffer

Vorträge und Workshops (1) und (2) auch via Zoom.

Ausführl. Beschreibung siehe Website

Ein gemeinsames Angebot mit der Evang.Arbeitsgemeinschaft Medien (eam) des Deutschen Evang. Frauenbundes Landesverband Bayern e.V.,

Sa 22.03.2025, 09.30 – 17.00 Uhr, Surfen-für-Alle

Präsenz € 18,- (EA), € 38,- (HA) inkl. Verpflegung

online € 5,- (EA), € 25,- (HA)



Sabine Jörk, eam, **Annette Hüsken-Brüggemann**, *ebw*

Medienpädagoginnen und viele spannende Referierende Evangelisches Forum, Herzog-Wilhelm-Str. 24/EG ggf. mit Livestream (Zoom) der Veranstaltungen im Plenumssaal

501-A25 Anmeldung bitte bis Fr 14.03.2025 beim *ebw*

Smartphone/Tablet (Android)

Seminare zu Geräten z.B. von Samsung, Huawei, Nokia u. v. m.

soweit nicht anders angegeben, gefördert von der LH München, Surfen-für-alle

Smartphone/Tablet Einstieg (Android)

Sie haben seit kurzem ein Android-Smartphone/-Tablet. Im Kurs besprechen Sie die grundlegende Bedienung und lernen wichtige Funktionen kennen. Dazu gehören Telefonieren, Kontakteingabe, Suchen im Internet. Sie werden fotografieren, Bilder ordnen, Apps für öffentliche Verkehrsmittel kennen und nutzen lernen. Sie erhalten Infos zum Thema Sicherheit und erfahren z. B., wie Sie neue Apps installieren.

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Berg am Laim

5mal freitags ab 02.05.2025, 09.00- 11.30 Uhr,

€ 25,-

100% Ermäßigung möglich, Surfen-für-Alle



Petra Schröck, EDV-Dozentin

ASZ Berg am Laim, Berg-am-Laim-Straße 141, München

Anmeldung bitte bis Fr 25.04.2025 beim ASZ, 43 43 13

Android- Smartphone einrichten/personalisieren

Wiederholungs-/Auffrischungsgelegenheit für Menschen mit Android-Gerät: Wischen, Tippen, Drücken... Symbole auf Status-Leisten & Co endlich mal erklärt; Was sind Widgets und wie verschiebe ich die? Geräte-Personalisierung: Von Klingelton-Auswahl bis zur Bebilderung des Startbildschirms u.v.m.

Kooperation mit dem Digitalfrühstück der Magdalenenkirche gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus

Mi 30.04.2025, 10.00- 12.15 Uhr,

kostenfrei, Spenden erwünscht, inkl. Brezn-Frühstück

Manfred Hachen, Trainer Verbraucherbildung Bayern

Ev. Magdalenenkirche, Ohlauer Str. 16, 80997 München

Anmeldung bitte bis Mi 23.04.2025 unter 14 92 99 2

Grundlagen Android-Geräte-Bedienung

Kompakt-Seminar im Rahmen des Lern-Treffs
„Bella Digitalia“



Heute lernen Sie Ihr Gerät so kennen, dass Sie in betriebssystem-übergreifenden (iOS & Android) Themenveranstaltungen z.B. zu WhatsApp, Fotos verwalten, Nützliche Apps,... u.ä. zu-recht kommen. Grundlegende Orientierung. Wichtigste Einstellungen und Begriffe. Wo gibt ´s Apps? ...

gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus

Mo 26.05.2025, 10.00- 12.15 Uhr,

€ 8,-; 50% Ermäßigung möglich

Petra Schröck, EDV-Dozentin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/EG

507b-A25 Anmeldung bitte bis Mo 19.05.2025 beim ebw



Smartphone/Tablet-Weiterlernen

Kurs für leicht Fortgeschrittene mit eigenem Gerät

Sie haben ein Smartphone oder Tablet und beherrschen bereits die wichtigsten Grundfunktionen der Bedienung, wie Telefonieren, im Internet suchen, Kontakte anlegen, Fotos machen. Nun möchten Sie noch mehr Einstellungsmöglichkeiten kennen lernen, mehr über Sicherheit und Datenschutz erfahren, nützliche Apps, Messenger wie WhatsApp bedienen lernen? Und das alles in einer kleinen festen Gruppe? Hier sind Sie richtig.

Kooperation mit dem Alten- und Service-Zentrum Untergiesing

5mal Mi ab 23.04.2025, 14.30- 16.45 Uhr,

€ 20,-; 100% Ermäßigung möglich, Surfen-für-Alle

Petra Schröck, EDV-Dozentin

ASZ Untergiesing, Kolumbusstraße 33, 81543 München

Anmeldung bitte bis Mi 16.04.2025 beim ASZ, 24 41 39 10



Smartphone/Tablet-Weiterlernen II

Kurs für Fortgeschrittene mit eigenem Gerät

Telefonieren, Surfen, Fotos machen, WhatsAppen, eine App runterladen, auch mal eine Einstellung verändern... Ihr Alltagsgeschäft auf dem Smartphone beherrschen Sie. Jetzt wollen Sie offene Fragen klären z.B. wie man Fotos, Anhänge,... organisiert oder auf andere Geräte überträgt. Was gibt es noch Nützliches zu wissen in Sachen Einstellungen? Welche Apps sind noch empfehlenswert? u.v.m.

Kooperation mit dem Alten- und Service-Zentrum Kleinhadern-Blumenau

5mal Fr ab 07.03.2025, 09.30- 11:45 Uhr,

€ 25,-; 100% Ermäßigung möglich, Surfen-für-Alle

Petra Schröck, EDV-Dozentin

ASZ Kleinhadern-Blumenau,

Alpenveilchenstr. 42, 80689 München

Anmeldung bis Fr 28.02.2025 beim ASZ, 58 03 47 6



Sicherheit auf dem Android-Gerät

Kontakte, Fotos, Banking-App, ... was privat ist, soll möglichst auch privat bleiben. Wie schütze ich mich vor Hacks? Vor Daten-Diebstahl nach Geräte-Verlust? Welche Einstellungen am Gerät selber helfen? Welches Bedien-Verhalten ist wichtig? Worauf ist bei Antivirus-Apps zu achten? Was ist die „Finde mein Telefon-Funktion“? u. v. m.

Di 25.02.2025, 09.30- 12.00 Uhr,

€ 10,-; 100% Ermäßigung möglich, Surfen-für-Alle

Petra Schröck, EDV-Dozentin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

530-A25 Anmeldung bitte bis Di 18.02.2025 beim ebw



Smartphone/Tablet: Fragen & Antworten

Sie nutzen schon länger ein Android-Gerät, aber es tauchen im Nutzungs-Alltag immer noch Fragen auf, die Sie nicht allein klären können/möchten? Und für die es kein eigenes Seminar gibt? Unsere Fachleute beantworten Ihre Fragen. Reichen Sie Ihre Fragen gern schon bei der Anmeldung ein. So können sich die Referierenden optimal auf Sie vorbereiten.

*Kooperation mit der Magdalenenkirchengemeinde
gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus*

Mi 26.02.2025, 10.00 - 12.15 Uhr,
Petra Schröck, EDV-Dozentin,

Mi 30.07.2025, 10.00 - 12.15 Uhr,
Evelyn Pfeuffer, EDV-Dozentin

kostenfrei, Spenden erwünscht, inkl. Brezn-Frühstück
Ev. Magdalenenkirche, Ohlauer Str. 16, 80997 München
Anmeldung bitte bis 1 Woche vor Termin unter 14 92 99 2



Smartphone/Tablet (iOS)

Seminare zu iPhone/iPads (Geräten von Apple)

Grundlagen iPhone/iPad – Kompakt im Rahmen des Lern-Treffs „Bella Digitalia“

Heute lernen Sie Ihr Gerät so kennen, dass Sie in betriebssystem-übergreifenden (iOS & Android) Themenveranstaltungen z. B. zu WhatsApp, Fotos verwalten, Nützliche Apps,... u. ä. zu recht kommen. Grundlegende Orientierung. Wichtigste Einstellungen und Begriffe. Wo gibt's Apps?...

gefördert vom Bay. Ministerium für Unterricht und Kultus

Mo 02.06.2025, 09.30 - 12.00 Uhr,

€ 8,-; 50% Ermäßigung möglich

Petra Schröck, EDV-Dozentin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

533-A25 Anmeldung bitte bis Mo 26.05.2025 beim **ebw**



iPhone/iPad – Weiterlernen

Wunschkonzert für leicht Fortgeschrittene mit eigenem Gerät

Sie haben ein iPhone oder iPad und beherrschen bereits die wichtigsten Grundfunktionen der Bedienung, wie Telefonieren, im Internet suchen, Kontakte anlegen, Fotos machen. Aber Sie haben noch viele Fragen – z. B. zu Einstellungen, Sicherheit, Datenschutz, nützlichen Apps, WhatsApp...? Diese sammeln wir zu Beginn und gestalten uns daraus gemeinsam den Ablauf/Inhalt dieses dreiteiligen Kurses.

gefördert von der LH München, Surfen-für-alle-Projekt

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Schwabing-Ost

3mal Mo 17.,24.,31.03.2025, 13.00 - 15.15 Uhr,

€ 30,-; 100% Ermäßigung möglich, Surfen-für-Alle

Markus Bartsch, EDV-Dozent

ASZ Schwabing-Ost, Siegesstr.31, 80802 München

Anmeldung bis Mo 10.03.2025 beim ASZ unter 68 97 92 30



Smartphone/Tablet: Themen-Termine für iOS und Android (VB, SP)

Ob bei uns im Haus oder an verschiedenen Kooperationsstandorten – diese Themen stehen für sich und sind unabhängig voneinander besuchbar. I. d. R. eignen sich diese Termine für Menschen, die bereits ein Gerät haben, damit telefonieren, fotografieren, surfen und eine Google-E-Mail-Adresse/Apple ID haben. Sofern nicht anders angegeben, gefördert im Seniorenprogramm der LH München, Surfen-für-Alle-Projekt.

Sicherheit auf dem mobilen Smart-Gerät

Hier erfahren Sie, was grundsätzlich wichtig und möglich ist an Maßnahmen, um Ihr Smartphone/iPhone/Tablet/iPad und Ihre Daten vor Fremdzugriff zu schützen. Wir reden über Bildschirm-Sperr-Möglichkeiten, die Bedeutung automatischer Updates, wie man Zugriffsrechte von Apps beschränkt, worauf wir bei Bluetooth, WLAN, NFC achten müssen und was das überhaupt ist, ... und was Sie zum Thema Sicherheit noch interessieren könnte. Die Vorführung findet an Android-Geräten statt, wobei die prinzipiellen Infos auch für Apple-Mobilgeräte gelten. Darstellung/Namen/Ort von Funktionen können je nach Betriebssystem oder auch Hersteller variieren.

*Kooperation mit der Magdalenenkirchengemeinde
gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus*

Mi 26.03.2025, 10.00– 12.15 Uhr,

Petra Schröck, EDV-Dozentin,

kostenfrei, Spenden erwünscht, inkl. Brezn-Frühstück

Ev. Magdalenenkirche, Ohlauer Str. 16, 80997 München

Anmeldung bitte bis 1 Woche vor Termin unter 14 92 99 2

Geldspar-Apps



Wie funktionieren und was taugen sie?

Supermärkte locken mit Rabatten, Drogerien werben damit ... Apps, mit denen man beim Einkaufen Geld sparen können soll. Durch Coupons, Gutscheine fürs Punktesammeln u. ä. Dabei geht es hier noch nicht ums Online-Shopping/-Bezahlen, sondern diese Apps sind bereits für alle nutzbar, die eine App auf ihr Gerät installieren können. Wie genau funktioniert das? (Wie) spart man damit wirklich? Gibt es Risiken und Nachteile und (wie) kann ich diese vermeiden?

Gregor Biedermann

EDV-Dozent, Trainer Verbraucherbildung Bayern

Vortrag

Di 18.03.2025, 18.30–20.00 Uhr,

€0,-, Spenden willkommen

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III und online

502-A25 Anmeldung bitte bis Di 11.03.2025 beim *ebw*



Vortrag und Praxis-Training

Do 15.05.2025, 09.30– 12.00 Uhr, € 10,-

100% Ermäßigung möglich, Surfen-für-Alle

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

508-A25 Anmeldung bitte bis Do 08.05.2025 beim *ebw*



WhatsApp verstehen

und nach Bedarf Alternativen kennenlernen



Für Neulinge werden die Potenziale von WhatsApp und seine Bedienweise vorgestellt. Bereits aktive WhatsApp-Nutzende können ergänzend vertiefende Fragen stellen und Unsicherheiten klären. Außerdem reden wir darüber, welche Alternativen es gibt, was dran ist an der Kritik an WhatsApp und was das für Ihre Nutzungspraxis bedeuten sollte.

Mo 17.03.2025, 09.30 - 12.00 Uhr, € 10,-
100% Ermäßigung möglich, Surfen-für-Alle

Petra Schröck, EDV-Dozentin,

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

531-A25 Anmeldung bitte bis Mo 10.03.2025 beim *ebw*



Nützliche Apps für Frühjahr/ Sommer(urlaub)



Wander-Apps, Apps zur Pflanzen-Bestimmung, Apps zum Finden von WCs, vegetarischen Restaurants oder Campingplätzen ... wir entdecken und diskutieren interessante Apps und beschäftigen uns mit der Frage: – Wie surfe/telefoniere ich auch gut und sicher im (Auslands-)Urlaub?

Di 29.04.2025, 09.30 - 12.00 Uhr, € 10,-
100% Ermäßigung möglich, Surfen-für-Alle

Petra Schröck, EDV-Dozentin,

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

532-A25 Anmeldung bitte bis Di 22.04.2025 beim *ebw*



Mein Smart-Gerät, mein Alltagshelfer

Telefonieren, Googlen, Fotos machen, soweit so klar – aber was können Smartphones/Tablets eigentlich noch, um meinen Alltag zu erleichtern? Wir betrachten Apps, die schon drauf sind wie Kalender und befassen uns mit nützlichen Einstellungsmöglichkeiten wie Funktionen zur Barrierefreiheit, z. B. Lupenfunktion, Tastatur einstellen, Nützliches für Schwerhörige, ... Bringen Sie gerne Ihr Smartphone Gerät mit.

Kooperation mit dem Alten- & Servicezentrum Isarvorstadt

Di 25.02.2025, 14.00 - 16.15 Uhr, € 3,-

Petra Schröck, EDV-Dozentin

ASZ Isarvorstadt, Hans-Sachs-Straße 14, 80469 München

Anmeldung bitte bis Di 18.02.2025 beim ASZ, 23 23 98 84 0

Navigieren und Orientieren

Wie finde ich Orte mit GoogleMaps? Wie sieht es aus mit dem Datenschutz? Welche alternativen Landkarten gibt es? Außerdem schauen wir uns Verkehrsmittel-Apps an, wie die vom MVV und der Deutschen Bahn. Sie lernen Wanderführer-Apps kennen, Toiletten-Finder und andere Nützlichkeiten, die beim Auffinden von Wegen und Orten helfen.

Kooperation mit dem Alten- & Servicezentrum Untergiesing

Di 06.05.2025, 14.30 - 16.45 Uhr, € 2,-

Petra Schröck, EDV-Dozentin

ASZ Untergiesing, Kolumbusstraße 33, 81543 München

Anmeldung bitte bis Di 29.04.2025 beim ASZ, 24 41 39 10

Vorträge & Co zur Digitalen Welt (VB, SP)

Sofern nicht anders angegeben, gefördert vom Sozialreferat der LH München Surfen-für-Alle

Sicherheit im Internet

im Rahmen des „Digitalen Dienstag“ in Freimann

Geräte-unabhängig reden wir drüber, wie wir uns vor Fremd-Zugriff und Betrug schützen können. Welche Betrugsmaschen sind aktuell? Wie erkenne ich sie? Wie gehe ich mit persönlichen Daten im Internet am besten um? Wir reden über sichere Passwörter Phishing, Spam, Fake-SMS u. v. m.

*Kooperation mit dem Alten- & Servicezentrum Freimann
gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus*

Di 04.03.2025, 14.00- 16.15 Uhr

Manfred Hachen, (EDV-)Trainer Verbraucherbildung Bayern
ASZ Freimann, Edmund-Rumpler-Str.1, 80939 München
Anmeldung bitte bis Di 25.02.2025 beim ASZ 32 98 93 0

Veranstaltungen suchen, Tickets buchen – online

im Rahmen des „Digitalen Dienstag“ in Freimann

Wie kann ich das Internet nutzen, um mich über Veranstaltungen zu informieren? Wie reserviere/buche ich online eine Veranstaltung? Muss ich dafür immer Bezahl-Angaben machen? Welche Bezahlmöglichkeiten gibt es und was ist zu beachten?

*Kooperation mit dem Alten- & Servicezentrum Freimann
gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus*

Di 01.04.2025, 14.00- 16.15 Uhr

Manfred Hachen, (EDV-)Trainer Verbraucherbildung Bayern
ASZ Freimann, Edmund-Rumpler-Str.1, 80939 München
Anmeldung bitte bis Di 25.03.2025 beim ASZ 32 98 93 0

Online-Banking – ist das was für mich?

Sie haben bisher gezögert, aber Pandemie, die Schließung Ihrer Bankfiliale, hartnäckige Berater mit Apps o.ä. bringen Sie ins Grübeln: Wie kann auch ich meine Bank-Angelegenheiten vom heimischen PC/Tablet erledigen? Was brauche ich dafür – an Technik, an Können, an Wissen – z.B. über Risiken, Nachteile, Vorteile? Ein Verbraucherbildungsexperte informiert Sie und zeigt anschaulich an sogenannten Demo-Konten, wie Online-Banking eigentlich Schritt für Schritt funktioniert.

Kooperation mit dem Alten- & Servicezentrum Hasenberg

Mo 21.07.2025, 14.30 -16.00 Uhr, € 1,-

Gregor Biedermann, Dipl.-Betriebswirt (FH),
Trainer für Verbraucherbildung

ASZ Hasenberg, Stanigplatz 8a, 80933 München

Anmeldung bitte bis Mo 14.07.2025 beim ASZ, 45 22 35 78 6

Einkaufen und Bezahlen im Internet

Online-Shopping hat viele Vorteile. Es kann Zeit, Mühe und Geld sparen, ist jedoch auch an einige Voraussetzungen geknüpft. Gregor Biedermann, anerkannter Trainer für Verbraucherbildung, informiert Sie, wie ein Online-Einkauf funktioniert, welche Risiken es gibt und wie man ihnen begegnen kann. Die gängigsten Zahlungsmethoden für einen Online-Einkauf werden ebenfalls besprochen.

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Bogenhausen

Do 24.07.2025, 14.30- 16.00 Uhr, € 2,-

Gregor Biedermann, Trainer Verbraucherbildung Bayern
ASZ Bogenhausen, Rosenkavalierplatz 9, 81925 München
Anmeldung bitte bis Do 17.07.2025 beim ASZ, 46 13 34 64 0

Digitale Helfer fürs Navigieren und Reisen – zu Fuß, mit Rad, mit PKW

Wie verwende ich GoogleMaps? Wie ändere ich die Ansicht, nutze besondere Funktionen wie „Standort“ senden oder schalte das GPS an/aus? Gibt es Alternativen? Welche Apps gibt es fürs Radfahren, Fortbewegung zu Fuß, z.B. Wandern mit Bergfex, Komoot, ...

Mi 28.05.2025, 10.00- 12.15 Uhr,

Manfred Hachen, Trainer Verbraucherbildung Bayern
kostenfrei, Spenden erwünscht, inkl. Brezn-Frühstück
Ev. Magdalenenkirche, Ohlauer Str. 16, 80997 München
Anmeldung bitte bis Mi 21.05.2025 unter 14 92 99 2

Digitale Helfer fürs Navigieren und Reisen – mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Wir schauen uns an was die Bahn-Apps draufhaben, lernen Apps für die MVV kennen und erfahren von anderen nützlichen Apps, z.B. Toiletten-Finder, Apps für Sehenswürdigkeiten...

Mi 25.06.2025, 10.00- 12.15 Uhr

Manfred Hachen, Trainer Verbraucherbildung Bayern
kostenfrei, Spenden erwünscht, inkl. Brezn-Frühstück
Ev. Magdalenenkirche, Ohlauer Str. 16, 80997 München
Anmeldung bitte bis Mi 18.06.2025 unter 14 92 99 2

Themen-Schwerpunkt: Künstliche Intelligenz

Gefährliche Verbündete: Künstliche Intelligenz und die Verbreitung von Fake News

Was sind eigentlich Fake News (engl. „Falsch-Nachrichten“)? Wie entstehen sie, warum nehmen sie enorm zu und was ist daran gefährlich? Das schauen wir uns heute genauer an. Dabei erfahren wir auch, welche entscheidende Rolle „KI“ – Künstliche Intelligenz dabei spielt und klären, was darunter zu verstehen ist. Wir lernen was „DeepFakes“ sind, ob und wie wir selbst „Fälschungen“ erkennen können und erfahren Hintergründiges zu den gesellschaftlichen, technologischen und politischen Entwicklungen in diesem Themenfeld.

Matthias J. Lange

Dozent, Blogger, Journalist

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Bogenhausen

Do 20.02.2025, 14.00- 15.30 Uhr, €2,-

ASZ Bogenhausen, Rosenkavalierplatz 9, 81925 München
Anmeldung bitte bis Do 13.02.2025 beim ASZ, 46 13 34 64 0

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Isarvorstadt

Di 01.04.2025, 14.30 -16.00 Uhr, €3,-

ASZ Isarvorstadt, Hans-Sachs-Str. 14, 80469 München
Anmeldung bitte bis Di 25.03.2025 beim ASZ, 23 23 98 84 0

Künstliche Intelligenz kennenlernen in Theorie & Praxis

Heute entdecken wir ganz praktisch „schlaue“ Technik und ihre Vorteile für ältere Menschen. Sprach-Assistenzen, schlaue Steckdosen und Blutdruck-Messgeräte, Staubsauger-Roboter, ... können wir ganz praktisch ausprobieren. Wir erfahren – wie viel Künstliche Intelligenz steckt da schon drin? KI, was heißt das eigentlich, wie verändert sie unsere Gesellschaft und was muss ich als älterer Mensch darüber wissen?

Kooperation mit dem „Männerfrühstück“ des Alten- & Service-Zentrums Au und der Arbeitsgemeinschaft Medien im Deutschen Evang. Frauenbund Landesverband Bayern e.V. gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus

Fr 07.03.2025, 10.00 - 12.15 Uhr

inkl. Weißwurstfrühstück – Kosten nach Verzehr

Gregor Biedermann, Trainer Verbraucherbildung Bayern

ASZ Au, Balanstraße 28, 81669 München

Anmeldung bitte bis Fr 28.02.2025 beim ASZ, 45 87 40 29

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Laim und der Arbeitsgemeinschaft Medien im Deutschen Evang. Frauenbund Landesverband Bayern e.V.

gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus

Mi 21.05.2025, 14.30 - 16.00 Uhr, kostenfrei

Martin Steuber und Robert Eppli, Digital-Lotsen

ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22, 80686 München

Anmeldung bitte bis Mi 14.05.2025 beim ASZ, 57 50 14

Lern-Treffs zur Digitalen Welt (VB/SP)

Sofern nicht anders angegeben, sind die Lern-Treffs gefördert vom Bayerischen Staatsministerium für Unterricht & Kultus

Café & Clicks

Lern-Treff rund um die Digitale Welt im ASZ Ramersdorf

Neues & Nützliches, unsere Tipps, Ihre Fragen rund um die Digitale Welt, Kaffee & geselliger Austausch... All das findet Raum bei diesem Lern-Treff.

In der 1. Hälfte eines jeden Termins erfahren Sie Wissenswertes zu einem bestimmten Thema, z. B. WhatsApp, Sicherheit, Online-Banking, Foto-Sicherung, neue Apps,... Im 2. Teil ist Zeit zum Üben und Besprechen weiterer Fragen, die Ihnen in Ihrem digitalen Alltag begegnet sind. Der Treff in Ramersdorf richtet sich an alle Internet-Nutzenden. Erfahrungsgemäß bringen Teilnehmende v. a. Fragen zur Umsetzung mit Smartphone/ Tablets mit, so das hierauf der Fokus liegt (Android, aber auch iOS/Apple).

Die konkreten Themen finden Sie immer einige Wochen vorher auf unserer Website. Oder Sie informieren sich beim ASZ.

In Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Ramersdorf gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus

jeweils den letzten Freitag im Monat

entfällt im April, dafür **2mal im Mai 02.05 & 30.05.2025**

10.30 - 13.00 Uhr, €2,- für Butterbreze und Tee/Kaffee

Dorothea von Wieck, EDV-Dozentin

ASZ Ramersdorf, Rupertigaustraße 61A, 81671 München

Anmeldung bitte bis 1 Woche vorher beim ASZ 67 34 68 79 0

Neu: „Bella Digitalia“

Lern-Treff rund um Smartphone, Tablet, Internet... im ebw



Unter dem Motto „Genußvoll, statt frustvoll“ setzen wir uns 1mal im Monat mit Ihren digitalen Informations- & Bedien-Anliegen auseinander.

Wir betrachten aktuelle „Sehenswürdigkeiten“ der Digitalen Welt (nützliche Apps, ...) und erfahren, wie wir uns dort sicher bewegen und vor virtuellen Taschendieben schützen. Jedes Treffen hat im 1. Teil ein Oberthema. Welches dieses jeweils nächste „Reiseziel“ ist, legen Sie von Termin zu Termin gemeinsam fest.

Neue Interessierte können jederzeit zu- und aussteigen in unseren Reisebus durch „Digitalien“, während „Stammgäste“ auch länger gemeinsam auf Lernreise unterwegs sein können. Jede gute Exkursion bietet auch Zeit zur freien Verfügung - in unserem Fall im 2. Teil zum Üben und Klären weiterer Anliegen, die Ihnen in Ihrem digitalen Alltag begegnet sind.

Der Treff richtet sich alle Internet-Nutzenden, wird aber erfahrungsgemäß einen Schwerpunkt auf der Umsetzung mit Smartphone/Tablets haben.

Mo 28.04.2025 Auftakt, Aktuelles & Wünsche sammeln

Mo 26.05.2025 Grundlagen Smartphone/Tablet (Android)

Mo 02.06.2025 Grundlagen iPhone/iPad (Apple)

Mo 23.06.2025 Wunsch-Thema - wird noch bekannt gegeben

Mo 07.07.2025 Wunsch-Thema - wird noch bekannt gegeben

weitere Termine ab September

jeweils 10.00 - 12.15 Uhr, € 8,- inkl. kleinem Frühstück,

50% Ermäßigung möglich

Petra Schröck, EDV-Dozentin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24

507-B24 Anmeldung bitte bis 1 Woche vor Termin beim ebw



Digitaler Dienstag

Lern-Treff rund um die Digitale Welt

Ablauf s. „Café & Clicks“ mit einem größeren Schwerpunkt auf Android-Smartphones.

In Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Freimann

Manfred Hachen, EDV-Dozent, Trainer Verbraucherbildung
Petra Schröck (16.01.), EDV-Dozentin

Die Termine im Einzelnen

jeweils von 14.00 – ca. 16.15 Uhr, kostenfrei

Anmeldung bitte bis 1 Woche vorher beim ASZ 32 98 93 0

Do 16.01.2025 Lebensmittel kaufen im Internet

Di 04.02.2025 (Arzt-)Termine online, Kalender-App, ...

Di 04.03.2025 Sicherheit im Internet

Di 01.04.2025 Veranstaltungen suchen, Tickets buchen

Di 06.05.2025 Thema wird noch bekannt gegeben

Di 03.06.2025 Thema wird noch bekannt gegeben

Di 01.07.2025 Thema wird noch bekannt gegeben

Di 05.08.2025 Thema wird noch bekannt gegeben

Beschreibungen siehe auf vorherigen Seiten im Bereich **Themen-Termine** und **Vorträge** und auf unserer Website.

Digitalfrühstück für ältere Menschen

Vorträge & Hilfen

mit und in der Magdalenenkirche Moosach

Das Digitalfrühstück für ältere Menschen in der Magdalenenkirchengemeinde bietet Ihnen einmal im Monat die Gelegenheit, das Smartphone, das Internet und den Umgang mit Laptop/Tablet kennenzulernen und zu vertiefen. Sie kommen gemütlich an in der Magdalenenkirche und wir frühstücken gemeinsam, während eine verständliche Präsentation in einzelne Themen der Digitalisierung einführt. Dabei gibt es genügend Raum für Ihre Fragen zum jeweiligen Thema.

Anschließend können Sie auch dem Digitalfrühstücks-Team noch weitere Fragen stellen, sich gemeinsam über bereits gemachte Erfahrungen austauschen, Wünsche für weitere Treffen äußern und den Vormittag gesellig ausklingen lassen.

Gefördert im Rahmen des Surfen-für-Alle-Projektes, und vom Bay. Staatsministerium für Unterricht und Kultus

Die Termine im Einzelnen

jeweils Mi von 10.00 – ca. 12.15 Uhr

kostenfrei, inkl. Brezn-Frühstück, Spenden erwünscht
Magdalenenkirche, Ohlauer Str. 16, 80997 München
 Erstanmeldungen bis zum Mittwoch vorher 14 92 99 2

Mi 29.01.2025 Digitales Erbe

Mi 26.02.2025 Smartphone/Tablet Fragen& Antworten*

Mi 26.03.2025 Sicherheit auf dem Smart-Gerät*(*=Android)

Mi 30.04.2024 Grundlagen Smartphone-Einrichtung*

Mi 28.05.2025 Apps/Navigation für PKW, Radl, zu Fuß

Mi 25.06.2025 Apps/Navigation für öffentl. Verkehrsmittel

Mi 30.07.2025 Smartphone/Tablet Fragen& Antworten

Beschreibungen siehe auf vorherigen Seiten im Bereich,

Themen-Termine und Vorträge und auf unserer Website.

Lern-Treff Digitale Welt – in Gebärdensprache



Auch in diesem Jahr können Sie wieder gemeinsam mit Dozentin Petra Kremer an digitalen Geräten üben.

Sie erfahren Neues über

- Trends im Internet,
- nützliche Apps für Smartphone/Tablet
- Schutz vor Gefahren im Internet
- Sie können Fragen stellen
- Sie können praktisch üben
- und erhalten Hilfe von der Dozentin.

Themen, die Sie beim „Medien-Treff mit DGS“ im Evangelischen Bildungswerk München (*ebw*) kennengelernt haben, können Sie hier in kleiner Gruppe vertiefen, nachfragen, üben.

Wunsch-Programm

Alle, die am 1. Treffen (12.03.) dabei sind, können mitbestimmen: Welche Themen wollen wir in diesem Halbjahr machen?

Erstes Treffen verpasst?

Die aktuelle Themen-Liste bekommen Sie bei der Referentin oder auch vom *ebw*. Wichtig: Der Lern-Treff findet in Gebärdensprache statt. Es wird nicht in Lautsprache gedolmetscht.

Gefördert von der der LH München, Surfen-für-Alle-Projekt

6mal Mi

12.03., 26.03., 16.04., 21.05., 16.07., 30.07.2025

jeweils von 13.45 – ca. 16.00 Uhr

Spenden willkommen, Surfen-für-Alle

Petra Kremer, gehörlose SmartSurfer-Trainerin

Evang. Gehörlosenseelsorge

Landwehrstr. 15, RG, 1.Stock, 80336 München

Anmeldung bitte unter kremerpe@gmx.de

Angebote mit Gebärdensprache (VB/ SP)



Lern-Treff Digitale Welt – Gebärdensprache

von Gehörlosen für Gehörlose

siehe links Seite vorher.

Medien-Treff mit Gebärdensprache



Vorträge, Austausch,
Workshops zur Digitalen Welt

Beim Medien-Treff tauschen wir uns aus über wichtige Fragen rund um die digitalen Medien. Bei jedem Treffen stellen Fachpersonen ein Thema vor und beantworten Fragen. Zum Beispiel zu: Virenschutz, neuen Apps, Online-Banking, Online-Dating, Künstliche Intelligenz und vieles mehr. Die jeweiligen Themen finden Sie einige Wochen vorher auf unserer Website. Schrift-dolmetschen auf Anfrage. Offen für Hörende.

gefördert im Rahmen des Projektes Verbraucherbildung Bayern und der LH München, Surfen für Alle

jeweils Di, 18.30 – ca 20.00 Uhr, kostenfrei
spenden Sie gern € 5,-

für Bildung mit Gebärdensprache

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III und **online**

502-A25 Di 18.03.2025 Geldspar-Apps

503-A25 Mi 02.07.2025 Thema N.N.

501-B25 Di 23.09.2025 Das Dark-net

502-B25 Termin und Thema N.N.



Öffentlichkeitsarbeit

Erfolgreiche Pressearbeit

Eine Pressemeldung kann viel bewirken, wenn sie Interesse weckt und zur richtigen Zeit bei der richtigen Stelle ankommt. Die Erfolgchancen steigen, wenn man weiß, wie „Presse funktioniert“ und welche guten Strategien der Zusammenarbeit es gibt. Ein Insider erzählt und ermutigt zu aktiver Pressearbeit. Gemeinsam erarbeiten wir Ideen und Strategien für Ihren Bedarf!

Bringen Sie Beispiele aus Ihrer eigenen Pressearbeit mit!

Do 10.04.2025, 17.30 – 21.00 Uhr, HA €50,-; EA €25,-

Tom Soyer, Redakteur und Leseranwalt (Ombudsmann) SZ **ebw**, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

540-A25 Anmeldung bitte bis Do 03.04.2025 beim **ebw**

Mehr Klarheit in der Sprache

Workshop für einfache Sprache

Wie oft haben Sie schon aufgehört zu lesen, weil es Ihnen zu lange oder zu kompliziert war?

Einfache und kurze Texte geben mehr Menschen Zugang zu Infos und ermöglichen damit auch mehr Teilhabe. Bekommen Sie einen neuen Blick auf Ihre eigenen Texte.

Die Referentin ist Mitgründerin des Vereins „Netzwerk Leichte Sprache“. Im Kurs beschäftigen wir uns nicht mit „Leichter Sprache“, sondern mit Möglichkeiten, Sprache zu vereinfachen und sich klarer und verständlicher auszudrücken.

Mo 24.02.2025, 18.00 – 20.30 Uhr, HA €30,-; EA €15,-

Verena Reinhard, Germanistin,

Einfach verstehen – Medienwerkstatt für Leichte Sprache **ebw**, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

537-A25 Anmeldung bitte bis Mo 17.02.2025 beim **ebw**

Gezielte Öffentlichkeitsarbeit im Verein

Workshop: die richtigen Kanäle gut bespielen

Öffentlichkeitsarbeit wird in Non-Profit-Organisationen zur immer größeren Herausforderung. Müssen wir eigentlich auf Facebook und Instagram sein? Sollen wir einen Newsletter verschicken? Welche unserer Themen sind für die Presse geeignet? Welche Kommunikationskanäle passen zu uns und wie schaffen wir es, sie gut zu pflegen?

Eine Strategie für eine gezielte Öffentlichkeitsarbeit ist hilfreich. Im Workshop erhalten Sie einen Überblick über die Vor- und Nachteile gängiger Kanäle von Lokalpresse über Social Media bis Newsletter und diskutieren Beispiele aus ihrer Praxis.

538-A25 Fr 28.03.2025, 09.30 – 12.30 Uhr

Knackig Schreiben für die Öffentlichkeitsarbeit

Workshop: aus guten Taten gute Geschichten machen

Knackig, knackiger, online: Besonders bei der Öffentlichkeitsarbeit in sozialen Netzwerken, auf der eigenen Website oder in Newslettern ist eine klare, direkte Sprache wichtig. Doch auch klassische Formate wie Pressemitteilungen oder Flyer lassen sich aufwerten, wenn die Texte strategisch aufgebaut und an die Zielgruppe angepasst sind. Wie man Texte mithilfe einer Teaser-Struktur so gestaltet, dass sie die Zielgruppen ideal ans Thema heranführen, erfahren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in diesem praktischen Workshop. Sie können eigene Texte mitbringen, um an ihnen zu üben. Es wird praxisnahe Beispiele und Austausch geben.

539-A25 Fr 28.03.2025, 13.30 – 16.30 Uhr

Dies gilt für die beiden vorhergehenden Veranstaltungen:

HA €40,- ; EA €20,-

Katrin Poese, Redakteurin, Texterin, Lektorin
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Anmeldung bitte bis Do 20.03.2025 beim *ebw*

Datenschutz im Ehrenamt

Theorie und Praxis – Workshop an 3 Abenden

Daten sind zu einer wertvollen Ware geworden. Wer mit Daten umgeht, hat Rechte und Pflichten. Regelmäßig gibt es neue Regelungen, beispielsweise zum Schutz der Privatsphäre, zu den Anforderungen an eine Web-Site, zur Auftragsverarbeitung (z.B. Beauftragung Dienstleister für weitere Tätigkeiten), zur Verbreitung von Daten (Umgang mit Bildern, Einwilligungen, Meldepflichten bei der Verletzung des Schutzes personenbezogener Daten) usw.

An drei Abenden gibt es einen Überblick über verschiedene Themen und Möglichkeiten zum Nachfragen. Die Teilnehmer erleben die Theorie und den Weg zur Umsetzung in der Praxis.

3mal Mi 04.06., 25.06., 09.07.2025

18.00 – 20.00 Uhr, € 30,-

Wolfgang Böhm, Datenschutz- und Informationssicherheitsbeauftragter
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

541-A25 Anmeldung bitte bis Mi 28.05.2025 beim *ebw*



VERBRAUCHERBILDUNG

Energie & Nachhaltigkeit –

Finanzen –

Recht & Vorsorge –

Verbraucherbildung des *ebw* (VB/ SP)

Als Stützpunkt für Verbraucherbildung im Projekt Verbraucherbildung Bayern – mit Schwerpunkt Inklusion – bieten wir viele Veranstaltungen bei uns und bei Kooperationseinrichtungen an.

Soweit nicht anders angegeben, sind die Veranstaltungen direkt oder indirekt gefördert vom Bayerischen Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz (gekennzeichnet mit VB) und finden im Rahmen des Seniorenprogramms (SP) der LH München statt.

Die meisten Verbraucherbildungsveranstaltungen im *ebw* sind besonders barrierearm

- mittels Gebärdensprache
- und Schriftdolmetschenden /Live-Untertitel auf Anfrage
- einer mobilen FM-Anlage für Schwerhörige mit und ohne Hörgerät oder
- durch die Möglichkeit zur Online-Teilnahme.



Die Angebote rund um das Themenfeld **Digitale Welt** finden Sie in unserem Fachbereich **Medien**.

Angebote für Einrichtungen, Gemeinden, ...

Sie würden am liebsten solche Veranstaltungen auch in Ihrer Einrichtung vor Ort einmal anbieten? Als Stützpunkt für Verbraucherbildung können wir Sie dabei unterstützen, und in Kooperation Referierende z. T. kostenfrei organisieren. z. B. zu

- Energiesparthemen
- Online-Banking für ältere Menschen
- Mietrecht u. v. m.

Aktuelle Angebote für aktuelle Bedarfe

Das, was Sie brauchen, das, was Sie wissen wollen – organisieren wir zeitnah und bedarfsorientiert. Deshalb sehen Sie hier nur eine Auswahl im Bereich Verbraucherbildung. weitere aktuelle Seminare finden Sie unter:

www.ebw-muenchen.de/themenbereiche/verbraucherbildung/

Sie nutzen kein Internet? Wir informieren Sie auch telefonisch:

Annette Hüsken-Brüggemann

Referentin für Erwachsenenbildung

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III, 55 25 80 -41 oder -0

Energie & Nachhaltigkeit (VB)

Klimawandel in Bayern

– wie kann ich (gut) damit leben?

Hitze-Sommer, Stark- oder Dauerregen, heftigere Stürme – alles schon da. Und mehr wird vorhergesagt. Hitzetote und eine längere Pollensaison sind Beispiele für aktuelle gesundheitliche Folgen. Was erwartet uns noch? Wie kann ich mich darauf vorbereiten? Welche Maßnahmen sind in Wohnung, Haus oder Garten sinnvoll, damit eine gute Anpassung an die Veränderungen gelingt? Was tun die Kommunen? Machen Sie sich „Klimawandel-fit“ – für eine lebenswerte Zukunft.

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Laim

Mi 16.07.2025, 14.30 - 16.00 Uhr, kostenfrei

Marie Leidemann, Umweltreferentin VerbraucherService

Bayern im KDFB e.V., Beratungsstelle Augsburg

ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22, 80686 München

Anmeldung bitte bis Mi 09.07.2025 beim ASZ, 57 50 14

Nachhaltig aufräumen, liebevoll loslassen

Schritt für Schritt mehr Platz

Eigentlich wollten Sie schon längst aufräumen, finden aber nicht den Einstieg? Im ersten Teil des Vortrages klären wir, wie Ihnen das gelingt; wie Sie Entscheidungen leichter treffen und loslassen lernen. Das fällt umso leichter, wenn man weiß, dass die Gegenstände anderswo noch nützlich sein können, dass sie z. B. als Second-Hand-Objekt ein neues Zuhause finden. Welche Möglichkeiten Ihnen hier zur Verfügung stehen, welche konkreten Anlaufstellen es gibt und worauf Sie achten sollten, darüber sprechen wir im zweiten Teil dieses Vortrages.

Rita Trost

Aufräum- & Lebenscoach, Heilpraktikerin

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Laim

Mi 19.02.2025, 14.30 - 16.00 Uhr, kostenfrei

ASZ Laim, Kiem-Pauli-Weg 22, 80686 München

Anmeldung bitte bis Mi 12.02.2025 beim ASZ, 57 50 14

ebw, im Rahmen der FreitagsZeit für Frauen

Fr 14.03.2025, 09.30 - 12.00 Uhr, € 10,- inkl. Frühstück

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

603-A25 Anmeldung bitte bis Mo 10.03.2025 beim *ebw*

Weitere **Nachhaltigkeits-Themen** finden Sie auch in unserem Fachbereich **Glaube** unter der Rubrik **Schöpfung**

Finanzen (VB)

Clever einkaufen im Supermarkt

So holen Sie aus der Einkaufstour das Meiste raus

Sie wollen gut und günstig essen, der Supermarkt will gut und viel an Ihnen verdienen. Versteckte Preiserhöhungen, verkaufpsychologische Platzierung und Verpackung von Produkten, hier lernen Sie sie zu erkennen und zu umgehen. Sie erfahren, wie Sie noch preisgünstiger einkaufen, z. B. mit Produkten nahe des Ablaufdatums, was es mit diesen unterschiedlichen Begriffen hierzu auf sich hat und mit welchen Planungs-, Lagerungs- & Zubereitungstricks sich noch genussvoll sparen lässt.

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Thalkirchen

Mi 12.03.2025, 14.30 - 16.00 Uhr, €2,-

Ursula Liersch, Fachberaterin Lebensmittel und Ernährung

Verbraucherzentrale Bayern e.V., Beratungsstelle München

ASZ Thalkirchen, Emil-Geis-Straße 35, 81379 München

Anmeldung bitte bis Mi 05.03.2025 beim ASZ, 74 12 77 90

im *ebw*

Mo 12.05.2025,

18.30 - 20.00 Uhr, kostenfrei,

Spenden für die Gehörlosenbildung willkommen

Referentin s.o.

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III, und **online**

103-A25 Anmeldung bitte bis Mo 05.05.2025 beim *ebw*

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Isarvorstadt

Di 03.06.2025, 14.30 - 16.00 Uhr, €3,-

Bianca Meraner, Dipl.-Ökotrophologin,

Verbraucherzentrale Bayern e.V., Beratungsstelle München

ASZ Isarvorstadt, Hans-Sachs-Straße 14, 80469 München

Anmeldung bis Di 27.05.2025 beim ASZ, 23 23 98 84 0



Die selbstgenutzte Immobilie im Alter

(Teil-)Verkauf, Verrentung oder Darlehen?

In der/dem eigenen Wohnung/Haus wohnen bleiben, aber trotzdem finanziell flüssig bleiben – wie geht das? An diesem Nachmittag erhalten Sie einen Überblick über verschiedene Möglichkeiten und damit verbundene Chancen und Risiken. Sie erfahren, wo Abzock-Fallen lauern, wie Sie diesen entgegengehen, wo Sie seriöse Beratung/Angebote finden und wie Sie emotional zu einer guten Entscheidung kommen. Der Referent entwirrt mit Ihnen die Fachbegriffe und betrachtet neutral und unabhängig die jeweiligen Vor- und Nachteile.

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Schwabing-Ost
Mo 07.04.2025, 14.30- 16.30 Uhr, kostenfrei
Arthur Wilm, Dipl.-Kfm., Trainer Verbraucherbildung Bayern
ASZ Schwabing-Ost, Siegesstraße 31, 80802 München
 Anmeldung bis Mo 31.03.2025 beim ASZ, 68 97 92 30

Schenken mit System an Kinder oder Enkel



Chancen, Risiken, Steuerliches und mehr

Sie erfahren, wie Sie bereits mit kleineren Beträgen in die zukünftige finanzielle Absicherung von Kindern/Enkeln investieren können. Welche Anlagemöglichkeiten sind sinnvoll? Wo lauern die Gefahren in der Produktwelt? Worauf sollte man aus steuerlicher und rechtlicher Sicht achten beim Thema Schenken/Vererben an den Nachwuchs? Was ist die sog. „72er-Regel“ und wie wirkt sich der Zinseszinsseffekt aus? Wie findet man eine gute Balance zwischen Chancen und Risiko?

Mo 07.04.2025, 18.30- ca. 20.30 Uhr, € 5,-
Arthur Wilm, Dipl.-Kfm., Trainer Verbraucherbildung Bayern
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III und **online**
102-A25 Anmeldung bitte
 bis Mo 31.03.2025 beim **ebw**



Versicherungen 50plus Was brauche ich wirklich?

Lohnt es sich mit über 50 noch eine private Krankenversicherung, Unfallversicherung, Pflegeversicherung o.ä. abzuschließen? Auf welche Kriterien oder Fallstricke muss ich in entsprechenden Vertragsangeboten achten? Gelten Sonderregelungen, Einschränkungen, besondere Tarife für ältere Menschen oder Menschen mit Behinderungen? Was sind meine Rechte gegenüber Versicherungsgesellschaften? Das klären wir heute.

Irmgard Waldherr

Fachberaterin für Verbraucherfragen, Verbraucherzentrale Bayern Beratungsstelle München e.V.

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Aubing

Do 13.03.2025, 14.00- 15.30 Uhr, kostenfrei
ASZ Aubing, Am Aubinger Wasserturm 30, 81249 München
 Anmeldung bitte bis Do 06.03.2025 beim ASZ, 86 46 68 10

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Untergiesing

Di 08.04.2025, 14.00- 15.30 Uhr, € 2,-
ASZ Untergiesing, Kolumbusstraße 33, 81543 München
 Anmeldung bitte bis Di 01.04.2025 beim ASZ, 24 41 39 10



Finanziell vorgesorgt – und nun?

Der Renten-Eintritt steht vor der Tür. Sie haben ein wenig vorgesorgt und fragen sich nun: Wie rechne ich aus, welchen Lebensstil ich mir davon leisten kann? Welche Kosten muss ich im Blick halten? Wie „bastele“ ich mir aus meinen verschiedenen Vorsorgen (z. B. Lebensversicherung, Betriebsrente, Aktien, Festgeld, Riester-Rente, ...) ein regelmäßiges Einkommen? Soll ich re-investieren? Wenn ja, in was? Und wie sichere ich mein Vermögen ab? Ein Experte der Verbraucherzentrale München informiert Sie und beantwortet Ihre Fragen.

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Untergiesing

Mi 11.06.2025, 14.00- 15.30 Uhr, kostenfrei

Merten Larisch, Teamleiter Altersvorsorge- und Geldanlageberatung, Verbraucherzentrale Bayern e.V.
Beratungsstelle München

ASZ Untergiesing, Kolombusstraße 33, 81543 München
Anmeldung bitte bis 01.06.2025 beim ASZ, 24 41 39 10

Recht & Vorsorge (VB)

Folgende **Vorsorge-Themen** finden Sie ausführlich in unserem Fachbereich **Soziales** unter **Begleitung im Alter**

Pflegebedürftig – wie finde ich die passende Pflege-, Wohn- und Versorgungsform

Di 28.01.2025, 14.00- 16.15 Uhr, kostenfrei

Kosten und Finanzierung pflegerischer Versorgungsformen

Di 01.04.2025, 14.00- 16.15 Uhr, kostenfrei

KULTUR

- FreiTagsZeit –*
- Bildung und Beiwerk –*
- Literarisches Frühstück –*
- Kulturführerschein –*
- München mit anderen Augen sehen –*
- Schreiben und Erinnern –*
- Biografiearbeit –*
- Kochen & Kultur – mit DGS –*

FreiTagsZeit

Vortrag und Gespräch für Frauen

Einmal im Monat laden wir eine Frau ein, die etwas zu erzählen hat und mit der wir uns zu einem Thema austauschen. Und wir laden Sie ein: zu neuen Impulsen, zum zweiten Frühstück, zur Begegnung, zum Austausch, zum gemütlichen Verweilen...

Einlass ab 09.30 Uhr, Ende: ca. 12.00 Uhr

Kosten € 10,- bar vor Ort

Anmeldung bis zum Montag davor

Ort *ebw*, Herzog-Wilhelm-Str. 24, 80331 München
EG oder III. Stock (wird am Tag selbst ausgeschildert)

Nähere Infos auf unserer Homepage
oder bei **Irm Sedlmayr**,
unter: irmi.sedlmayr@ebw-muenchen.de, 55 25 80 31



Musikstadt München – weiblich!

Komponistinnen aus vier Jahrhunderten

Marlies Lüpke, Musikhistorikerin

602-A25 Fr 14.02.2025

Neue Räume schaffen: innen und aussen

Wie nachhaltig aufräumen gut gelingen kann

Rita Trost, Heilpraktikerin, Lebens- und Aufräumcoach

603-A25 Fr 14.03.2025

Der „Löffelgarten“

Guter Lebensraum für Pflanzen, Tiere und Menschen

Elisabeth Heueisen, Naturgartenpraktikerin

Achim Brink, Naturgartenberater und -planer

604-A25 Fr 11.04.2025

Sind Frauen, die lesen, gefährlich?

Buchbesitz und weibliche Belesenheit

in der mittelalterlichen Kunst

Nadja Bennewitz Historikerin und Autorin

605-A25 Fr 09.05.2025

Schwesterlichkeit

Eine genauere Betrachtung

Barbara Streidl, Journalistin BR und Autorin

606-A25 Fr 06.06.2025

Ein Koffer voller Erinnerungen

Methodische Biografiearbeit

Gabriele Aigner, Filmemacherin,

Schauspielerin und systemische Therapeutin

607-A25 Fr 04.07.2025



Literatur

Literarisches Frühstück

Bei einem Breznfrühstück stellt Ihnen der/die ReferentIn ein literarisches Werk vor, gibt den Inhalt zusammengefasst wieder und liest zur Veranschaulichung ausgewählte Textpassagen vor. Hintergrundinformationen zu Werk und AutorIn runden die Buchvorstellung ab. Zwischendurch diskutieren wir über das Buch.

Wegen der großen Nachfrage bitte vorher anmelden.

Zeit 10.00 – 12.00 Uhr

Ort *ebw*, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Kosten €8,- bar vor Ort

610b-A25 Mi 19.02.2025

Zu besprechendes Buch:

Joachim Meyerhoff: *Man kann auch in die Höhe fallen*

Dr. Katrin Lange, Programmreferentin Literaturhaus München

610c-A25 Do 08.05.2025

Zu besprechendes Buch:

Peggy Patzschke: *Bis ans Meer*

Peggy Patzschke, Redakteurin und Moderatorin

610d-A25 Do 22.05.2025

Zu besprechendes Buch:

Kati Naumann: *Fernwehland*

Kati Naumann, Autorin, Leipzig/London

610e-A25 Do 05.06.2025

Zu besprechendes Buch:

Terèzia Mora: *Der einzige Mann auf dem Kontinent*

Prof. Dr. Sven Hanuschek, Ludwig-Maximilians-Universität München, Institut für deutsche Philologie

Bildungskabarett

Bildung und Beiwerk

Die Bildungsshow

mit Moses Wolff, Felix Leibrock und Gästen

Wer sich bildet, lebt besser.

Kabarett ist eine Möglichkeit, Bildung zu erleben

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Thema: „Waagschale, überragend, Fanmeile“

– Wie vereint man Fußball mit Komik?

626-A25 Di 06.05.2025, 18.30 – 20.30 Uhr, € 10,-
Volker Keidel

Ein unterhaltsamer Wissensabend mit Buchhändler, Autor und Fußballexperte **Volker Keidel**, **Moses Wolff** und **Felix Leibrock**.

Thema: „in ioco veritas“

– Im Witz liegt die Wahrheit

627-A25 Di 03.06.2025, 18.30 – 20.30 Uhr, € 10,-
Björn Puscha

Ein unterhaltsamer Wissensabend mit Lateinprofi **Björn Puscha**, **Moses Wolff** und **Felix Leibrock**.



Engagement im kulturellen Bereich (SP)

Kulturführerschein

Wollen Sie Kultur nicht nur konsumieren, sondern andere dafür gewinnen? Sie haben die 50 schon überschritten? Dann ist der Kulturführerschein etwas für Sie. Sie lernen verschiedene Möglichkeiten des kulturellen Engagements kennen.

Im Kurs entwickeln Sie Ideen und bekommen methodische Handwerkszeuge, um sie in die Tat umzusetzen. An acht Seminartagen steigen Sie in verschiedene Kultur-Sparten ein und erhalten einen Einblick in diese Kulturrichtungen.

Sie lernen Methoden kennen, um anderen zu vermitteln, was Sie begeistert.

Bitte fordern Sie den Sonderprospekt an.

Kurs

Einführung Mi 29.01.2025,
11mal Mi 12.02., 26.02., 19.03., 26.03., 09.04.,
 30.04., 14.05., 28.05., 04.06., 25.06.,
 16.07.2025
 jeweils 09.30 – 16.00 Uhr,

Exkursionen

3mal Mi 12.03., 02.04., 21.05.,
 jeweils 14.00 – 16.00 Uhr
1mal Mi N.N., abends

Abschluss

Do 31.07.2025 ab ca. 17.00 Uhr

€ 320,-

Melanie Sommer, Pädagogin M.A. *ebw*;

Annette Tessaro, Co-Leitung

und weitere **FachreferentInnen**
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

616-A25 Anmeldung bitte beim *ebw*

Netzwerktreffen Kulturführerschein

Für AbsolventInnen, die sich in verschiedenen sozialen und kulturellen Einrichtungen oder (Kirchen-)Gemeinden für Kinder, SeniorInnen und Menschen mit besonderen Bedürfnissen engagieren und sich darüber austauschen wollen.

Mi 02.04.2025, 14.00–ca. 16.30. Uhr, Kosten trägt das *ebw*

Melanie Sommer, Pädagogin M.A., *ebw*;

Evi Eckl M.A., Erziehungswissenschaftlerin,

Absolventin Kulturführerschein

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

617-A25 Anmeldung bitte beim *ebw*

Ewige Sinnbilder

Die Faszination der antiken Mythen

„Zuerst nun war das Chaos, danach die breitbrüstige Gaia...“, so Hesiod über den Ursprung der Erde und wie aus Gaia alles andere entstand: Eros, Tag, Nacht, GöttInnen, HeldInnen. Im Mythos werden bildhaft Naturphänomene, existentielle Fragen – nach dem Sinn des Lebens, dem Schicksal, nach Gut und Böse – veranschaulicht. Selbst Philosophen bedienten sich der mythischen Symbolik, um komplexe Ideen auszudrücken. Entdecken Sie die Schönheit der antiken griechischen Mythen mit ausgewählten Beispielen aus Kunst und Literatur.



Kooperation mit dem FrauenGesundheitsZentrum München

Do 20.03.2025, 14.00 – 16.30 Uhr, € 10,-

Heidemarie Monneuse, Referentin für Opern und Literatur;

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

618-A25 Anmeldung bitte bis Do 06.03.2025 beim *ebw*

Stadtteilspaziergänge, Fortbildungen (SP)

München mit anderen Augen sehen (mmaas)

Mit Spaziergängen die Schätze eines jeweiligen Stadtteils entdecken und Wissenswertes über die Kirchengemeinden erfahren: bspw. in leichter Sprache, mit spirituellen Kirchenraumerkundungen, mit Radtouren durch mehrere Stadtteile. Jedes Semester gibt es neue und (alt) bewährte Stadtteilspaziergänge. Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinden und Evangelische Dienste öffnen ihre Türen. Wir laden Sie ein, mit uns verschiedene Münchner Stadtteile zu entdecken.

Alle aktuellen Termine finden Sie auf unserer Homepage unter: www.ebw-muenchen.de./seminare-projekte/muenchen-mit-anderen-augen-sehen

*Zwanzig Spaziergänge wurden bereits veröffentlicht!
Das Büchlein kann im ebw für € 10,90 erworben werden.*



Hinter den Kulissen der Bayerischen Staatsoper

Führung im Nationaltheater

Eine Führung durch das Nationaltheater lässt die Oper von einer neuen Seite entdecken. Wissenswertes über die verschiedenen Abläufe und den Aufwand, der erbracht werden muss, bevor es am Abend heißen kann: „Vorhang auf!“ Architektur und Persönlichkeiten haben die über 350-jährige Geschichte der Bayerischen Staatsoper geprägt. Der Rundgang beinhaltet Königssaal, Ionische Säle, Publikumssaal sowie, nach Verfügbarkeit, den Bühnenbereich.

Di 15.04.2025, 14.00 – 15.00 Uhr, € 8,-
(für Ehrenamtliche von *mmaas* trägt das *ebw* die Kosten)
N.N., MitarbeiterIn Staatsoper
**Nationaltheater, Eingangshalle Nord am Marstallplatz
651-A25** Anmeldung bitte bis Mo 07.04.2025 beim *ebw*

Archiv der Congregatio Jesu – Mary Ward

Führung zu den Englischen Fräulein

Eingeführt in die Geschichte des Ordens in München, führt uns ein Rundgang durch die Bestände des Archivs. Neben der Vorstellung der Tätigkeit der Archivare sehen wir Textdokumente vom 17. Jahrhundert bis heute, eine Sammlung von Kunstgegenständen, religiösen und historischen Objekten, sowie einen 50-teiligen Gemäldezyklus zur Ordensgründerin Mary Ward. Ein Buchbestand der ehemaligen Schwesternbibliothek rundet die Führung ab.

Do 22.05.2025, 10.00 – 11.30 Uhr, kostenfrei
Dr. Regina Baar, Dr. Theresa Häusel
und **Dr. Markus Helmut Lenhart**, Archiv der Congregatio Jesu
Congregatio Jesu
Maria-Ward-Str. 11, 80638 München, im Kirchhof
650-A25 Anmeldung bitte bis Do 15.05.2025 beim *ebw*

Ein herausgehobenes Kunsthandwerk

Werkstattführung zur Schmiede von Otto Baier

Die Schmiede von Otto Baier in Obermenzing gehört zu den ältesten in Deutschland und ist seit über 550 Jahren im Besitz der Familie. Otto Baier, Kunstschmied und Diplomdesigner, ist ein Meister der Metallgestaltung. Seine Werke gehen weit über das Handwerk hinaus und begründen seinen internationalen Ruf. Sie finden sich im öffentlichen Raum, in Kirchen und Museumssammlungen, sie zeugen von außerordentlichem Gespür für künstlerischen Ausdruck. Wir dürfen ihn in seiner Werkstatt besuchen und seine Kunstwerke kennenlernen.

Termin Bekanntgabe im März 2025, kostenfrei

Otto Baier

Kunstschmied

Werkstatt Obermenzing

Pippingerstr. 108, 81247 München

652-A25 Anmeldung bitte beim *ebw*

Schreiben und Erinnern (SP)

ZeitschreiberIn

Erinnerungen – Texte – Lesungen

In diesem Jahreskurs schreiben Sie Geschichten aus Ihrem Leben auf und erhalten dabei Tipps und Anregungen, wie Sie Ihren Sprachstil weiterentwickeln. Mit den in der Gruppe besprochenen Texten gehen Sie auf Lesungen (z.B. Schulen, Gemeinden) und kommen mit den Zuhörenden darüber ins Gespräch.

Bitte fordern Sie den Sonderprospekt an.



Termine für alle drei Gruppen

Mo 03.02.2025, 10.00 – 11.30 Uhr

Di 15.07.2025, 10.00 – 16.00 Uhr

Do 13.11.2025, 10.00 – 13.00 Uhr

€ 120,-

Ursula Haas, Schriftstellerin

und Dozentin für literarisches Schreiben;

Melanie Sommer, Pädagogin M.A., *ebw*

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Anmeldung bitte bis Mo 20.01.2025 beim *ebw*

630a-A25 – Gruppe I

6mal Di 18.02., 25.03., 08.04., 13.05., 24.06., 23.09.2025,
jeweils 10.00 – 13.00 Uhr

630b-A25 – Gruppe II

6mal Do 20.02., 27.03., 10.04., 15.05., 26.06., 25.09.2025,
jeweils 10.00 – 13.00 Uhr

630c-A25 – Gruppe III

6mal Do 20.02., 27.03., 10.04., 15.05., 26.06., 25.09.2025,
jeweils 14.00 – 17.00 Uhr

Schreibwerkstatt *Musenkuss*

Schwerpunkt Handwerk und Textgespräche



Im Frühjahr/Sommersemester ziehen bei uns die Musen den Blaumann an: Wir arbeiten mit Schreibtechnik und handwerklichen Ideen, um Schreibweise und Ausdrucksmöglichkeiten zu verbessern. Gespräche über Texte, die zu Hause geschrieben und im Kurs vorgestellt werden, sind erwünscht.

3mal Do 08.05., 22.05., 03.07.2025,

jeweils 18.00 – 21.00 Uhr,

2mal Do 10.07., 24.07.2025, jeweils 18.00 – 19.30 Uhr,

€ 67,-

Arwed Vogel, Schriftsteller und Dozent für lit. Schreiben
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

619-A25 Anmeldung bitte bis Do 24.04.2025 beim *ebw*

Lebens-Erinnerungen auf der Spur (SP)

Angebote zur Biografiearbeit

Erinnerungen sind Schätze. Besonders ältere Menschen verfügen über eine Fülle gelebter Geschichten. Biografiearbeit kann Sie dabei unterstützen, diese Schätze zu entdecken, Lebenswege besser zu verstehen und damit Identität zu stärken. Sie regt das Erinnern an und schafft einen lebendigen Kontakt der Teilnehmenden untereinander.

Bitte fordern Sie den Sonderprospekt ab Ende Januar 2025 an.

Kooperation mit MBW

und LebensMutig – Gesellschaft für Biografiearbeit e.V.

Wie viel Heimat passt in ein Weckglas?

Führung Kulturzentrum Haus der Donauschwaben Haar

Die Donauschwaben sind ein Beispiel europäischer Migrationsgeschichte und bezeichnen eine deutschsprachige Minderheit, die sich im 18. Jahrhundert an der mittleren Donau ansiedelte und am Ende des 2. Weltkrieges vertrieben wurde. In dieser Führung stellen wir uns anhand von historischen Sammlungsobjekten ganz aktuelle Fragen: Wie schauen wir in die eigene Vergangenheit? Was verbinden wir mit dem Begriff Heimat? Wie definieren wir Identität und wie blicken wir auf Geschichte, um für die Zukunft zu lernen?



Do 13.03.2025, 15.00 – 17.00 Uhr, € 5,-

Daniela Güthner, Fachreferentin Sammlung, Bildung und Vermittlung im Kulturzentrum Haus der Donauschwaben
Kulturzentrum Haus der Donauschwaben, Leibstr. 33, Haar
620-A25 Anmeldung bitte bis Do 06.03.2025 beim *ebw*

Die Sekretärin

Die Geschichte eines Berufs
vom Diktatblock zum Office-Management

Annegret Braun liest und erzählt über ihr neues Buch „Die Sekretärin – Frauenkarriere und Lebensträume in den 1950er Jahren“. Wie das Leben von Sekretärinnen wirklich aussah, zeigen Tagebücher, die für dieses Buch erstmals veröffentlicht wurden. Welche Auswirkungen diese Umbrüche hatten, wie der Beruf Sekretärin und das Leben heutiger Frauen aussieht, darüber soll in dieser Veranstaltung diskutiert werden.



Di 08.07.2025, 18.00 – 20.00 Uhr, € 12,-

Dr. Annegret Braun, Kulturwissenschaftlerin
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

622-A25 Anmeldung bitte bis Di 01.07.2025 beim *ebw*

Kochen & Kultur – mit Gebärdensprache



Interkulturelle, inklusive Koch-Vormittage

Sie möchten den eigenen Speise-Plan erweitern und leckere Gerichte aus anderen Kulturen zubereiten lernen? Sie sind neugierig auf andere Länder, andere Menschen und ihre Geschichten? Dann kochen, lachen, lernen Sie mit uns und unseren Hobby-KöchInnen. Jeder Termin hat ein eigenes Thema/Gericht/Land und kann einzeln gebucht werden. Was, wann mit wem – stand zu Redaktionsschluss noch nicht fest. Schreiben Sie uns gern oder schauen Sie auf unsere Website. Die Veranstaltung findet mit Gebärdensprach-Dolmetschen statt.

Kooperation mit der

Evang. Gehörlosenseelsorge München & Umland

gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus

3mal Sa

18.01/22.2/15.03.2025, 10.00-ca. 13.30 Uhr

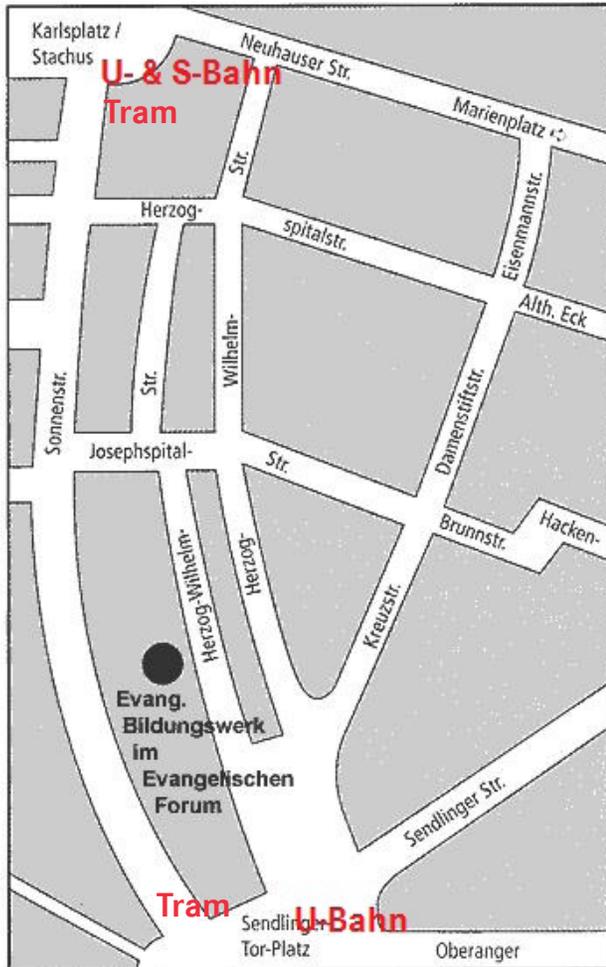
ca. € 20,- Materialgeld

Löhehaus, Blütenburgstraße 71, 2. OG, 80636 München

N.N.

Anmeldung nur per E-Mail bei Vertrauensmann Peter Fiebig
(gehörlos) peter.fiebig@egg-bayern.de

Lageplan des ebw:



Kalendarium:

Februar 2025

03.02.20	ZeitschreiberIn	152
03.02.25	Café für die Seele - Trauercafé	70
04.02.25	Lebensziele mit 55Plus visualisieren	60
05.02.25	Die schöne Hand	30
06.02.25	Kunsttherapie mit Mandalas	36
11.02.25	Lebensübergänge im Alter	37
13.02.25	Gutes Leben ist einfach	97
14.02.25	FreitagsZeit: Musikastadt München-weiblich!	143
14.02.25	Tänze aus dem ErlebniSTanz-Programm	64
17.02.25	Türen öffnen zu Menschen mit Demenz	34
17.02.25	kleines Café für die Seele - Trauercafé	70
18.02.25	Eltern-Kind-Gruppenleitung - Startpaket online	30
19.02.25	Nachhaltig aufräumen - liebevoll loslassen	135
19.02.25	Altes und neues Ehrenamt	43
19.02.25	Literarisches Frühstück mit Dr. Katrin Lange	145
20.02.25	Gefährliche Verbündete: KI und Fake News	119
24.02.25	Mehr Klarheit in der Sprache	127
25.02.25	Mein Smart-Gerät, mein Alltagshelfer	115
25.02.25	Sicherheit auf dem Android-Gerät	109
25.02.25	Sicherheit im Alter	39
26.02.25	Smartphone/Tablet-Fragen & Antworten (Android)	110
27.02.25	Tanzen im Sitzen	63
28.02.25	Café & Clicks im Februar	121
28.02.25	Große Handpuppen in der Arbeit mit SeniorInnen	37

März 2025

01.03.25	Alles Ausdruck: Körper-Stimme-Wirkung	87
03.03.25	Café für die Seele - Trauercafé	70
04.03.25	Sicherheit im Internet	116
07.03.25	KI kennenlernen - in Theorie und Praxis	120
07.03.25	Smartphone/Tablet - Weiterlernen II (Android)	109
07.03.25	Wunderbar geschaffen!	95
07.10.24	Kunsttherapie - Schlichtheit mit großer Wirkung	38

12.03.25	KirchenRaum & Spiritualität - Infoabend	86
12.03.25	Clever einkaufen im Supermarkt	136
12.03.25	Lern-Treff Digitale Welt in DGS	125
13.03.25	Ein gutes Ende	75
13.03.25	Versicherungen 50plus	138
13.03.25	Wie viel Heimat passt in ein Weckglas?	154
14.03.25	FreitagsZeit-Neue Räume schaffen: innen und aussen	143
15.03.25	Für Werte einstehen und mutig handeln	99
17.03.25	iPhone/iPad Weiterlernen	111
17.03.25	WhatsApp verstehen	114
17.03.25	Vom Suchen und Finden	82
17.03.25	kleines Café für die Seele - Trauercafe	70
18.03.25	Geldspar-Apps für Smartphone/Tablet	113
18.03.25	Kamishibai -Erzähltheater mit Bildkarten	35
19.03.25	Gemeinsam Raum gewinnen	96
20.03.25	Ewige Sinnbilder-Faszination antike Mythen	148
20.03.25	Energieeinsparung-ein Akt der Nächstenliebe	99
22.03.25	Fachtag Digitale Medien & Ältere Menschen	106
24.03.25	Kunst für die Seele	74
25.03.25	Seniorenbegleitung Informationsabend	40
25.03.25	Fitness für Kopf & Körper	61
26.03.25	Sicherheit auf dem Smartphone	112
27.03.25	Digitaler Datenputz	97
28.03.25	Café & Clicks im März	121
28.03.25	Gezielte Öffentlichkeitsarbeit im Verein	128
28.03.25	Knackig schreiben für die Öffentlichkeitsarbeit	128
19.03.25	Mit Leichtigkeit dem Göttlichen näherkommen	94
31.03.25	WELT MACHT HUNGER	100

April 2025

01.04.25	Veranstaltungen suchen und Tickets buchen - online	116
01.04.25	Gutes Miteinander im Engagement	43
01.04.25	Kosten & Finanzierung pfleg. Versorgungsformen	139
01.04.25	Gefährliche Verbündete: KI und Fake News	119
03.04.25	Gute Kommunikation im Berufsleben, Alltag, ...	47

03.04.25	Myome, was tun?	61
04.04.25	Der Garten meiner Seele	62
07.04.25	Die selbstgenutzte Immobilie im Alter	137
07.04.25	Schenken mit System an Kinder oder Enkel	137
07.04.25	Café für die Seele - Trauercafe	70
08.04.25	Versicherungen 50plus	138
08.04.25	Veranstaltungen inklusiv gestalten - Infoabend	48
08.04.25	Meine Ruhe - Meine Stärke	57
10.04.25	Erfolgreiche Pressearbeit	127
11.04.25	FreitagsZeit: Der Löffelgarten	143
11.04.25	Buchvorstellung „Göttliches fühlen“	21
12.04.25	Buchvorstellung „Göttliches fühlen“	21
14.04.25	kleines Café für die Seele - Trauercafe	70
15.04.25	Hinter den Kulissen der Bayerischen Staatsoper	150
23.04.25	Smartphone/Tablet - Weiterlernen I (Android)	108
28.04.25	Bella Digitalia	122
29.04.25	Nützliche Apps & Einstellungen	114
30.04.25	Android-Smartphone einrichten/ personalisieren	107

Mai 2025

02.05.25	Mein erstes Smartphone/Tablet	
02.05.25	Café & Clicks im April/Mai	121
05.05.25	Café für die Seele - Trauercafe	70
06.05.25	Digitaler Dienstag	123
06.05.25	Navigieren und Orientieren	115
06.05.25	Bildung & Beiwerk	146
07.05.25	Dasein. Zuhören. Begleiten. Unterstützen	84
07.05.25	Störungen erkennen und an ihnen wachsen	46
08.05.25	Schreibwerkstatt <i>Musenkuss</i>	153
08.05.25	Literarisches Frühstück mit Peggy Patzschke	145
09.05.25	FreitagsZeit: Sind Frauen, die lesen, gefährlich?	143
09.05.25	KirchenRaum und Spiritualität - Kurs	86
12.05.25	Clever einkaufen im Supermarkt mit DGS	136
12.05.25	Schön, dass ihr Euch engagiert!	82
13.05.25	Veranstaltungen inklusiv gestalten: Zertifikatslehrgang	48

15.05.25	Geldspar-Apps für Smartphone/Tablet	113
15.05.25	Digitalisierung und die Klimafolgen	97
16.05.25	ErMUTigung - EmPOWERment	91
20.05.25	Zeichnen mal anders: mit 55 Plus	60
21.05.25	KI kennenlernen in Theorie und Praxis	120
22.05.25	Literarisches Frühstück mit Kati Naumann	145
22.05.25	Annettes Traumgarten: Freude an Kräutern	66
22.05.25	Archiv der Congregatio Jesu	150
23.05.25	Seniorenbegleitung Lehrgang mit § 45 SGB XI	40
23.05.25	Sei getrost und unverzagt	92
24.05.25	Kommt und ruht ein wenig aus	58
26.05.25	Bella Digitalia: Grundlagen Android-Geräte	122
26.05.25	kleines Café für die Seele - Trauercafe	70
28.05.25	Navigations-Apps für PKW, Fahrrad, Gehen	118
30.05.25	TanzleiterIn-Ausbildung Tanzen im Sitzen	62
30.05.25	Café & Clicks im Mai	121

Juni 2025

01.06.25	Himmliche Perspektive	58
02.06.25	Grundlage iPhone/iPad	111
02.06.25	Café für die Seele - Trauercafe	70
03.06.25	Clever einkaufen im Supermarkt	136
03.06.25	Digitaler Dienstag	123
03.06.25	Stressmanagement	90
03.06.25	Bildung und Beiwerk	146
04.06.25	Datenschutz im Ehrenamt	129
05.06.25	Gute Balance im Ehrenamt	44
05.06.25	Annettes Traumgarten: Storytelling	66
05.06.25	Literarisches Frühstück mit Prof. Dr Sven Hanuschek	145
06.06.25	FreiTagsZeit: Schwesterlichkeit	143
11.06.25	Tanzfreizeit 2025	65
11.06.25	Finanziell vorgesorgt - was nun?	139
16.06.25	kleines Café für die Seele - Trauercafe	70
23.06.25	Bella Digitalia	122
25.06.25	Navigations-Apps für öffentliche Verkehrsmittel ...	118

26.06.25	Gut versichert im Ehrenamt	46
26.06.25	Annettes Traumgarten: Natur und Genuss - mit DGS	66
27.06.25	Café & Clicks im Juni	121

Juli 2025

01.07.25	Digitaler Dienstag	123
01.07.25	Alle ander, alle gemeinsam - Vielfalt im Ehrenamt	83
01.07.25	Die sieben Sicherheiten, die Kinder brauchen	29
02.07.25	Medien Treff mit DGS	126
04.07.25	FreitagsZeit: Ein Koffer voller Erinnerungen	143
05.07.25	Ich mach mir oft das Leben schwer	76
07.07.25	Bella Digitalia	122
07.07.25	Café für die Seele - Trauercafe	70
08.07.25	Die Sekretärin	154
09.07.25	Tanzen im Sitzen als Fortbildung	62
11.07.25	Fröhliches Tanzen im Sommer	64
13.07.25	Zwischenbilanz	59
16.07.25	Der Klimawandel kommt	134
19.07.25	Von allen Seiten umgeben	93
21.07.25	Online-Banking - ist das was für mich?	117
24.07.25	Einkaufen und Bezahlen im Internet	117
25.07.25	Café & Clicks im Juli	121
30.07.25	Smartphone & Tablet - Fragen & Antworten (Android)	110

August 2025

05.08.25	Digitaler Dienstag	123
29.08.25	Café & Clicks im August	121

September 2025

09.09.25	Geldspar-Apps für Smartphone/Tablet	113
16.09.25	Sterbenden Menschen Zeit schenken	42
27.09.25	Grundkurs für MesnerInnen	89

Bildnachweise:

Titelseite (alle fotolia) von links nach rechts:

© Lisa F. Young; © jd-photodesign; © Tom Kuest;
© KENCKO photography; © mankale; © Gianpaolo Pagno M.;
© OlgaLIS; © contrastwerkstatt

Seite 1: © Claudia Dörner
Seite 16/17: © Niaz Naseri
Seite 19: © Ronald Keller
Seite 24: © bene!, Droemer Knaur, © Michael Reschke
Seite 22/23: © Fundus
Seite 28: © privat
Seite 29: © Joachim Reinwald
Seite 30: © Britta Werhan
Seite 35: © Petra Böhm
Seite 38: © Rosin Lambin
Seite 42: © Adobe Stock, Marko Goethe
Seite 44: © Adobe Stock
Seite 55: © Michael Kaminski
Seite 60: © Maria Moll
Seite 61: © Isabelle Hetschko
Seite 61: © Karin Schöning
Seite 62: © Daniela Christl
Seite 63: © Monika Keilberth; Annette Hoever-Waubke,
Gudrun Haas
Seite 64: © Renate Tappe
Seite 66/67: © Annette Tessaro
Seite 71: © Claudia Dörner
Seite 72: © Karin Wolf
Seite 75: © Christophorus Hospitz Verein
Seite 76: © Andrea Kratzer

Seite 80: © privat
Seite 81: © z'sam, © Sabine Bankauf
Seite 85: © unsplash
Seite 87: © Sigrid Moser
Seite 89/90: © pixabay
Seite 91: © Sebastian Kühnen
Seite 94: © privat
Seite 96: © Verlag am Birnbach/ Stefanie Bahlinger
Seite 97: © Elisabeth Frank
Seite 98: © Adobe Stock
Seite 99: © Simon Berger
Seite 101: © privat
Seite 110/113: © *ebw*
Seite 129: © Adobe Stock
Seite 137: © Adobe Stock/ studiolaut
Seite 142: © privat
Seite 145: © Moses Wolff
Seite 147: © Wikipedia Commons
Seite 151: © Ursula Haas
Seite 152: © Arwed Vogel
Seite 153: © Haus der Donauschwabern
Seite 153: © Annegret Braun

Das Evangelische Bildungswerk München e.V. – *ebw*

- ist ein gemeinnütziger Verein,
- ist Dachverband für die evangelischen Gemeinden und Dienste im Dekanat München, um Bildung für Erwachsene zu fördern und zu unterstützen,
- bietet vielfältigen Service in Fragen der Erwachsenenbildung,
- führt Seminare und Projekte durch, die Sie diesem Programmheft entnehmen,
- ist offen für alle Menschen, unabhängig von der Zugehörigkeit zur Kirche,
- freut sich auf Begegnungen mit Ihnen in Seminaren, auf Ihre anregenden und kritischen Worte,
- begegnet Ihnen auch gerne auf der Homepage www.ebw-muenchen.de oder auf www.facebook.com/BildungMuenchen oder www.instagram.com/ebw_muenchen.de

Der Vorstand des *ebw*

Dr. Barbara Pühl (1. Vorsitzende);
Achim Schmid (2. Vorsitzender);
Prof. Dr. Martin Arneht;
Sabine Bankauf; Dr. Barbara Hepp;
Dagmar Knecht; Ute Lohse;
Eva-Maria Matzke; Nina Petzold;
Monika Schröder-Richter; Christian Stalter

Unsere Veranstaltungen/Seminare/Projekte werden gefördert von:



Bayerisches Staatsministerium
für Bildung und Kultus,
Wissenschaft und Kunst

Bayerisches Staatsministerium
für Arbeit und Soziales,
Familie und Integration

Bayerisches Staatsministerium
für Gesundheit und Pflege

Bayerisches Staatsministerium
für Umwelt und Verbraucherschutz



Diakonisches Werk Bayern e.V.



Evang.-Luth. Dekanat München



Evangelisch-Lutherische Kirche in Bayern

Georg-Mörtl-Stiftung



Landeshauptstadt München
Kulturreferat und Sozialreferat

Herzlichen Dank!

Unsere Mitglieder:

Die Kirchengemeinden und Evangelischen Dienste des Evang. Luth. Dekanats München bilden als „Vertretungen vor Ort“ das Evangelische Bildungswerk München e.V. (*ebw*).

In jeder Kirchengemeinde und in jedem Evangelischen Dienst des Dekanats München findet öffentlich geförderte Erwachsenenbildung statt - und dies in ganz unterschiedlicher Form: Gesprächsabende und Diskussionen, Senioren-, Frauen-, Männer- und Eltern-Kind-Angebote und vieles mehr.

Für die Erwachsenenbildungsarbeit in diesen Einrichtungen bietet das *ebw* Unterstützung an. Im Kontakt mit den jeweiligen Erwachsenenbildungsbeauftragten und den Pfarrämtern helfen wir mit Fortbildungen für Ehren-, Neben- und Hauptamtliche, im Beratungsgespräch, beim Entwickeln neuer Konzepte und mit Ideen für die Programmgestaltung.

Über die Erwachsenenbildungsveranstaltungen der jeweiligen Kirchengemeinden und Evangelischen Dienste informieren Sie sich bitte auf deren Internetseiten oder auf unserer Webseite unter „Evangelische Termine“.

Prodekanat München-Mitte:

Erlöserkirche (Schwabing)
Kreuzkirche (Schwabing)
St. Johannes (Haidhausen)
St. Lukas (Lehel)
St. Markus (Maxvorstadt)
St. Matthäus (Innenstadt)

Prodekanat München-Nord:

Dankeskirche (Milbertshofen)
Friedenskirche (Dachau)
Gnadenkirche (Dachau)
Kirchengemeinde Feldmoching-Hasenberg (Evangeliumskirche, Kapernaumkirche-Bethanienkirche)

Kirchengemeinde Unterschleißheim-Haimhausen (Genezareth-Kirche, Maria-Magdalena-Haus, Schlosskapelle Haimhausen)
Kirchengemeinde Freimann (Hoffnungskirche, Michaelskirche)
Kirchengemeinde Heilig-Geist (Heilig-Geist-Kirche, Olympiakirche, Magdalenenkirche Moosach)
Kirchengemeinde Kemmoden-Petershausen (Segenskirche, Kirche Kemmoden, Kirche Lanzenried, Jochen-Klepper-Haus)
Korneliuskirche (Karlsfeld)
Laudatekirche (Garching)
Nikodemuskirche (Alte Heide)
Trinitatiskirche (Oberschleißheim)
Versöhnungskirche (Harthof)

Prodekanat München-Ost:

Cantatekirche (Kirchheim)
Christophoruskirche (Zorneding)
Dreieinigkeitskirche (Bogenhausen)
Friedenskirche (Trudering)
Jesuskirche (Haar)
Kirchengemeinde Feldkirchen (Segenskirche, Kirche Feldkirchen)
Kirchengemeinde Immanuel-Nazareth (Denning/Bogenhausen)
Kirchengemeinde Ismaning-Unterföhring (Gabrielkirche, Rafaelkirche)
Petrikerkirche (Baldham)
Sophienkirche (Messestadt Riem)
Vaterunserkirche (Oberföhring/Johanneskirchen)

Prodekanat München-Südost:

Gustav-Adolf-Kirche (Ramersdorf)
Heilandskirche (Unterhaching)
Jerusalemkirche (Taufkirchen)
Jesajakirche (Fasangarten)
Jubilatekirche (Waldperlach-Putzbrunn)
Kirchengemeinde Sophie Scholl (Offenbarungskirche Berg am Laim, Rogatekirche Ramersdorf)
Kreuz-Christi-Kirche (Höhenkirchen)

Lätarekirche (Neuperlach)
Michaelskirchengemeinde (Michaelskirche Ottobrunn, Corneliuskirche Neubiberg)
St. Paulus (Perlach)
Zum Guten Hirten (Oberhaching)

Prodekanat München-Süd:

Andreaskirche (Fürstenried)
Auferstehungskirche (Westend)
Emmauskirche (Harlaching)
Gethsemanekirche (Mittersending)
Himmelfahrtskirche (Sendling)
Jakobuskirche (Pullach)
Kirchengemeinde Solln (Apostelkirche, Petruskirche)
Lutherkirche (Giesing)
Passionskirche (Obersending)
Philippuskirche (Obergiesing)
Thomaskirche (Grünwald)

Prodekanat München-West:

Adventskirche (Neuaubing)
Christuskirche (Neuhausen)
Dietrich-Bonhoeffer-Kirche (Germering)
Himmelfahrtskirche (Pasing)
Jesus-Christus-Kirche (Germering)
Paul-Gerhardt-Kirche (Laim)
Kirchengemeinde München Allach-Menzing (Epiphaniaskirche, Bethlehemskirche, Carolinenkirche)
Reformations-Gedächtnis-Kirche (Großhadern)
Simeonskirche (Kleinhadern/Blumenau)
Stephanuskirche (Nymphenburg)
Zachäuskirche (Gröbenzell)

Dienste in Rechtsträgerschaft des Dekanatsbezirks:

Evangelische Fachstelle für alleinerziehende Frauen und Männer
Evangelische Altenheimseelsorge

Beauftragter für Blinden-/Sehbehindertenseelsorge
Beauftragte für Gehörlosenseelsorge
Beratungsstelle Münchner Insel
Beratungsstelle Neue Religiöse Bewegungen
CVJM - Matthäusdienste
Evangelische Hochschuleseelsorge/Studierendenarbeit
Evangelische Jugend München
Evangelische Krankenhausseelsorge
Evangelische Stadtakademie
Evangelische Kircheneintrittsstelle
Evangelisches Migrationszentrum
Offene Behindertenarbeit - OBA
Schwerhörigenseelsorge im Evang.-Luth. Dekanatsbezirk München
Oma-Opa-Service

Werke und Dienste in eigenständiger Rechtsträgerschaft:

Aktionsgemeinschaft für Arbeitnehmerfragen - afa
Alten- und Seniorenzentrum Fürstenried-Ost
Alten- und Seniorenzentrum Untergiesing
AKA - Aktiv für interkulturellen Austausch e.V.
Diakonie Hasenberg e.V.
Diakonie München-Moosach e.V.
Evangelischer Handwerker-Verein von 1848
Evangelischer Sozialdienst Fürstenried
Evangelisches Beratungszentrum München e.V. - ebz
Fördergemeinschaft Cunit e.V. - Siloah
Gemeinsam Leben lernen e.V.
Heilpädagogisches Centrum Augustinum - HPCA
Ökumenisches Büro für Frieden und Gerechtigkeit
Spirituelles Zentrum St. Martin
Verein Freundschaft zwischen Ausländern und Deutschen e.V.
Verein für Internationale Jugendarbeit e.V.
Nachbarschaftlich leben für Frauen im Alter e.V.

Teilnahmebedingungen

Anmeldung

Ihre Anmeldung ist verbindlich. Bei Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung (i. d. Regel per E-Mail). Ist der Kurs bereits ausgebucht, führen wir eine Warteliste und teilen Ihnen das umgehend mit. Wir bitten um Ihr Verständnis, dass wir Kurse, bei denen die MindestteilnehmerInnenzahl nicht erreicht wird, absagen oder eventuell kürzen müssen. Bei Erkrankung oder unverschuldeter Verhinderung einer/eines ReferentIn behalten wir uns vor, einen gleichwertigen Ersatz zu stellen oder die Veranstaltung abzusagen.

Rücktritt/Ausfallgebühren

Wenn Sie von einem Kurs zurücktreten, berechnen wir,

- **bis** zum Anmeldeschluss: keine Ausfallgebühren,
- **nach** dem Anmeldeschluss oder falls **kein** Anmeldeschluss angegeben:

bis 8 Tage vor dem Kurstag: 50 % der Gebühr
(bei Seminaren mit Übernachtung 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn),

ab 7 Tage vor dem Kurstag: volle Kursgebühr.

Es entstehen Ihnen keine Kosten, wenn eine andere Person nachrückt und der TeilnehmerInnenplatz belegt wird.

Zahlung

Bitte achten Sie auf die richtige und vollständige Angabe der Bankverbindung (IBAN) und des Kontoinhabers. Wird von Ihrer Bank der Einzug abgelehnt, gehen die dadurch entstandenen Kosten zu Ihren Lasten. Wenn nicht anders mitgeteilt, erfolgt der Einzug frühestens 7 Tage vor Kursbeginn.

Die Mandatsreferenz lautet:
Kursnummer - Ihre persönliche IBAN.

Bankverbindung des *ebw*:

Postbank -Giro- München

BLZ 700 100 80, Kto.Nr. 78777806

IBAN: DE 52 70010080 0078777806

BIC: PBNKDEFFXXX

Ermäßigung

Für unser gesamtes Kursprogramm gilt:

Für InhaberInnen eines **Münchenpasses**:

50 % des Kursbeitrages



Darüber hinaus besteht bei sozialen Härtefällen die Möglichkeit einer Ermäßigung oder Ratenzahlung. Dies gilt nur bei Kursgebühren ab € 20,-. Bitte sprechen Sie uns im Bedarfsfall an.

Für Veranstaltungen aus dem Seniorenprogramm (SP) gilt:

Für **RentnerInnen** mit **Niedrigeinkommen** gibt es eine Ermäßigung in Höhe von 50% für eine oder mehrere Veranstaltungen. Die Einkommensgrenze für Einzelpersonen liegt bei 1.350 Euro und für Ehepaare bei 2.025 Euro. Die Vermögensgrenze liegt bei 20.000 Euro (Ehepaare 30.000 Euro). Dafür müssen Sie Ihren Rentenbezug in unserer Verwaltung vorweisen, sowie ein Formular zur Selbstauskunft und eine datenschutzrechtliche Einverständniserklärung ausfüllen. Bitte sprechen Sie uns im Bedarfsfall an.

Bereits ermäßigte Teilnahmegebühren können nicht noch einmal ermäßigt werden. Voraussetzung für eine Ermäßigung ist die Vorlage der entsprechenden Unterlagen bei Buchung des Kurses spätestens bis eine Woche vor Kursbeginn.

Allgemeine Bedingungen

1. Eine **Haftung** für Beschädigungen, Verlust oder Diebstahl von Gegenständen aller Art ist ausgeschlossen. Werden für die An- und Abreise private PKWs benutzt bzw. Fahrgemeinschaften gebildet, so haften wir nicht für Personen-, Sach- und Vermögensschäden, die durch Unfälle mit oder in diesen PKWs verursacht werden.

2. Wir weisen Sie auf die Möglichkeit einer **Reiserücktrittsversicherung** hin.

3. Soweit wir Veranstaltungen selbst durchführen (Teil I und Teil II dieser Bedingungen gelten) und Sie als Teilnehmende **Schulungsunterlagen** erhalten, gehen diese in Ihr Eigentum über. Das **Copyright** dieser Unterlagen verbleibt beim Evang. Bildungswerk München e.V.

4. Die Bearbeitung der Anmelde Daten erfolgt nach dem **Datenschutzgesetz** der Evangelischen Kirche Deutschlands (EKD) (DSG-EKD n.F.). Sie als Teilnehmende erklären sich damit einverstanden, dass Ihr Name sowie Ihre Anschrift in einer Teilnehmendenliste geführt werden. Diese Liste ist Bestandteil der Veranstaltungsunterlagen und wird auch an Kooperationspartner weitergegeben. Näheres zu den Datenschutzbestimmungen entnehmen Sie bitte unserer Homepage. Sollten Sie nach Beendigung der Veranstaltung die Löschung Ihrer Daten bei uns wünschen, teilen Sie uns das bitte kurz mit unter service@ebw-muenchen.de, Tel. 089/55 25 80-0 oder auf dem Postweg.

Vereinsregister Nr. 7932,
München, Gerichtsstand ist München
Geschäftsführender Vorstand lt. § 26, BGB:
Dr. Barbara Pühl, 1. Vorsitzende
Achim Schmid, 2. Vorsitzender

Zusendung unseres Programmheftes *impuls*

Wollen Sie zwei Mal pro Jahr unser gedrucktes Halbjahresprogramm *impuls* per Post zugesendet bekommen?

Geben Sie uns Bescheid!

Name: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Schicken Sie einfach diesen Abschnitt an uns oder Sie melden sich telefonisch unter Tel. 55 25 80-0.