



Hereinspaziert!

Ihre AnsprechpartnerInnen:



Dr. Felix Leibrock

Tel 55 25 80-51

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



Karin Wolf

Tel 55 25 80-70

Schwerpunkt Trauerarbeit
karin.wolf@ebw-muenchen.de



Melanie Sommer

Tel 55 25 80-61

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



Dr. Iris Geyer

Tel 55 25 80-0

Schwerpunkt Trauerarbeit
iris.geyer@ebw-muenchen.de



Annette Hüsken-Brüggemann

Tel 55 25 80-41

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



Gabriele Rödlich

Tel 55 25 80-0

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



Leonie Lang

Tel 55 25 80-60

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



Erika Lang

Tel 55 25 80-0

Verwaltung
service@ebw-muenchen.de



Irmi Sedlmayr

Tel 55 25 80-31

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



Yasemin Duman

Tel 55 25 80-80

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

Ihre AnsprechpartnerInnen:



Heike Trausch

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

Tel 55 25 80-20



Roswitha Hambsch

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

Tel 55 25 80-20



Angela Glanz

Kommunikationsdesign
angela.glanz@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-50



Julia Koloda

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
presse@ebw-muenchen.de

Tel 55 25 80-0

Ehrenamtliche MitarbeiterInnen



Claudia Dörner

Fotografie



Bianka Schlömer

Fotografie



Helga Baumgärtel

Bibliothek



Udo Heilemann

Flyer-Verteilung,
Obdachlosenarbeit

Conny Hänig

Flyer-Verteilung

Evangelisches Podium Dachau



Frank Schleicher

Sprecher des Evangelischen Podiums
im Landkreis Dachau
Diakon
info@versoehnungskirche-dachau.de

Tel 08137/99 53 37 5



Karin Kunze

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

Tel 08131/27 85 86 7

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 188.



kostenfrei für Interessierte mit geringer Rente



Mit Gebärdensprach-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

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://www.ebw-muenchen.de/ueber-uns/infothek/flyer-broschueren/>



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





Die Qualität der Veranstaltungen ist dem Evangelischen Bildungswerk München e.V. wichtig. Am 31.01.2008 hat die Zertifizierungsgesellschaft SQ 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 und Publikationen finden Sie auf unserer Website www.ebw-muenchen.de.

Austellungen und Vernissagen	18
Imagination	18
Introspektion – auf dem Weg der Innenschau	20
Soziales	27
Lernen mit Kindern	28
LernbegleiterIn	28
Neuorientierung 50+	29
Seniorpartner in School – Lehrgang	29
Spurwechsel ab 55	30
Freiwilliges Engagement im Altenheim (SP)	31
Türen öffnen zu Menschen mit Demenz	31
Tanzen im Sitzen	32
Non-verbale Kommunikation	32
Erinnerungen in den Jahreszeiten des Lebens	33
Basale Stimulation ®	33
Der Weisheit des Alters im Märchen begegnen	34
Palliative Atembehandlung	34
Begleitung im Alter (SP)	35
Singen mit SeniorInnen	35
Essen ist Leben	36
Kunsttherapie „Ferien für die Seele“	36
Vortragsreihe Wohnen & Pflege im Alter	37
Sicherheit im Alter	
– auch bei Pflegebedürftigkeit	37
Pflegebedürftig – Wie finde ich die passende Pflege-, Wohn- und Versorgungsform? (VB)	37
Kosten und Finanzierung	
pflegerischer Versorgungsformen (VB)	37

Mobilität im Alter	37	Fitness für Kopf & Körper	55
Grundkurs Seniorenbegleitung	38	Achtsamkeit erleben – unter freiem Himmel	56
Demenzhelferschulung nach §45 SGB XI	39	Tanzen (SP)57	
Sterbebegleitung (SP)	40	TanzleiterIn-Ausbildung Tanzen im Sitzen	57
Sterbenden Menschen Zeit schenken	40	TanzleiterIn für Tanzen mit SeniorInnen	58
Ehrenamtskoordination mit Kompetenz	41	Seminare mit Daniela Christl	59
Freiwilligenkoordination kompakt	41	Der Garten meiner Freude	59
Mehr Klarheit in der Sprache	42	Seminar mit Gudrun Haas,	
Erfolgreiche Pressearbeit	42	Annette Hoever-Waubke & Monika Keilberth	60
Gut versichert im Ehrenamt	43	Ein bunter Blumenstrauß aus Tänzen im Sitzen	60
Wie Googles neue Übersicht mit KI das Web verändert	44	Seminare mit Renate Tappe	61
Präzise Prompts: Mit KI zu besseren Texten!	44	Tanzt einfach mit	61
Inklusion in der Wissensvermittlung	45	Tanzen macht Freude	61
Veranstaltungen inklusiv gestalten	45	Trauer	63
Zeichnen Sie's einfach	45	Café für die Seele – Trauercafé	64
Sagen Sie's einfach	45	Das „kleine Café für die Seele“	64
Gesundheit	47	Los geht's	65
Pilgerangebote	48	FriedOrte	66
Pilgern auf dem Münchner JakobsKirchenWeg	48	Licht im Dunkeln	67
Vom Apostel zum Pilgerpatron – ein langer Weg?	50	Kunst für die Seele	68
„Neubeginn“	51	Ein gutes Ende	69
Schritt für Schritt	52	„Wie soll ich wem was wann sagen?“	70
HALB-ZEIT – HOCH-ZEIT	52	GemeindeLeben	73
AUF DER SUCHE		Zusammen leben	74
NACH DEN GOLD-NUGGETS DES LEBENS	53	FreiTagsZeit: zusammen frühstücken	74
Gesund im Alter (SP)	54	Für Werte einstehen und mutig handeln	76
Anpacken statt Aufschieben	54	Schöpfung wahren	77
Aus Erfahrung wird Energie	54	Gemeinsam Raum gewinnen	77
		Dinge loslassen: Einladung zum Neubeginn!	77

Gemeinsam inneren Raum gestalten	78	Engagement in der Kirchengemeinde	90
Klimafreundlich Leben – „der Kurs“	79	z'sam – Zentrum für freiwilliges Engagement	91
Digitalisierung und die Klimafolgen	79	Stark im Ehrenamt	91
Gut kommunizieren	80	Gruppen leiten	92
Gute Kommunikation im Berufsleben, im Alltag und ... mit sich selbst	80	Freiwilligenkoordination kompakt	92
In Frieden leben	80	„Wir sind offen für alle“	92
Mit den Worten tanzen	81	Eltern-Kind-Gruppen	93
Die Kraft der Stimme	82	Aufbau und Gründung	93
Spiritualität üben	83	Gute Leitung und Vorbereitung	93
Du bist RaumgestalterIn	83	Seniorengruppen	93
Die Welt um mich herum wahrnehmen	83	Besuchen	94
SoulCollage®	84	Dasein. Zuhören. Begleiten. Unterstützen	94
SoulCollage® „Frühlingserwachen“	84	Gottesdienst feiern	96
SoulCollage® „Mein Platz im großen Ganzen“	85	Liturgie und Bibel	96
SoulCollage® „Mut zur Veränderung“	85	Kirchenraum entdecken	96
SoulCollage® „Wurzeln und Flügel“	85	KirchenRaum & Spiritualität	96
SoulCollage®		Christentum – tierisch anders	97
„Ich bin viele“ – die Stimmen in mir	85	In den Gemeinden arbeiten	98
SoulCollage® „Ich sehe dich – ich sehe mich“	85	Grundkurs MesnerIn	98
SoulCollage® „Der Ort meiner Kraft“	85	Intelligent und resilient durch den Pfarrbüro-Alltag	99
Bewegt glauben	86	Medien	101
Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne	86	Aktuelle Angebote für aktuelle Bedarfe	102
Sei getrost und unverzagt	87	Hinweis zu Ermäßigungen & Symbolen	102
Siehe, ich mache alles neu	87	Beratungsstelle Medien-Bildung München (SP)	103
Ökumene	88	MultiplikatorInnen-Schulungen & Besondere Projekte (VB/SP)	104
Weltgebetstag – 06. März 2026		KI, mein Kurs & Ich – Fragen & Antworten	104
Nigeria „Kommt! Bringt eure Last.“	88	Fachtag Digitale Medien & ältere Menschen	105
Ökumenische Exerzitien im Alltag	89	Neu: Geld und die Digitale Welt	106

Smartphone/Tablet (Android) (VB/SP)	107	Angebote mit Gebärdensprache (SP)	122
Smartphone/Tablet Einstieg	107	Lern-Treff Digitale Welt – Gebärdensprache	122
Smartphone/Tablet-Weiterlernen	107	Geld und die Digitale Welt (VB)	122
Smartphone/Tablet:		Medien-Treff mit Gebärdensprache (VB)	122
Fragen & Antworten	108		
Sicherheit auf dem Android-Gerät	108		
Smartphone/Tablet (iOS) (VB/SP)	109	Verbraucherbildung	125
iPhone/iPad – Fragen & Antworten	109	Verbraucherbildung des <i>ebw</i> (VB/SP)	126
Smartphone/Tablet:		Angebote für Einrichtungen, Gemeinden, ...	126
Themen-Termine für iOS UND Android (VB/SP)	110	Finanzen & Versicherungen	127
Sprach- & KI-Assistenzen		Endlich in Rente	127
auf dem Tablet/Smartphone	110	Geld im Griff	127
Mit dem Smartphone in den Urlaub	111	Versicherungen 50plus	128
Fotos & Videos auf dem Smartphone/Tablet	111	Die Geschichte vom schlanken Osterhasen	129
Vorträge & Co zur Digitalen Welt (VB/SP)	112	Recht & Vorsorge	130
Unabhängig werden von Google & Co	112	Pflegebedürftig – wie finde ich die passende	
Rund um Drohnen	113	Pflege-, Wohn- und Versorgungsform?	130
Wie macht die KI, was ich will und brauche?	114	Kosten und Finanzierung	
Online-Banking – Ist das was für mich?	115	pflegerischer Versorgungsformen	131
Podcasts, Hörbücher und mehr	115	Nie wieder Ärger mit Handwerkenden & Co	132
Einkaufen leicht gemacht	116	Energie & Nachhaltigkeit	133
Lern-Treffs zur Digitalen Welt (VB/SP)	117	Nachhaltig aufräumen, liebevoll loslassen	133
„Bella Digital-ia“	117	Kühl & gesund durch den Sommer	134
Café & Clicks – am Montag	118	Besondere Projekte	135
Café & Clicks – am Freitag	119	Finanzielles Wohlbefinden im Alter	135
Digitaler Dienstag	120		
Lern-Treff Digitale Welt			
– in Gebärdensprache	121		

Kultur

Literatur

- Literarisches Frühstück
- Buchvorstellung mit Felix Leibroch
- Göttliches fühlen

Bildungskabarett

- Bairisch für Zuagroaste
- Bildung und Beiwerk

Engagement im kulturellen Bereich (SP)

- Kulturführerschein
- Netzwerktreffen Kulturführerschein

Stadtteilspaziergänge, Fortbildungen (SP)

- München mit anderen Augen sehen (mmaas)
- Besuch der Kustodie der
Ludwig-Maximilians-Universität
- Kutschenpracht für königliche Ausfahrten
- Ist das Barock oder Rokoko? Nein, denn...
- Provenienzarbeit – eine Herausforderung

Schreiben und Erinnern (SP)

- ZeitschreiberIn
- Schreibwerkstatt *Musenkuss*
- Angebote zur Biografiearbeit
- Verwirrt – verwoben – verbunden
- Kochen & Kultur – mit Gebärdensprache

137

138

138

139

140

140

140

141

142

142

143

144

144

145

146

147

147

148

148

149

149

150

151

Lageplan des *ebw*

Kalendarium:

Bildnachweise:

Das Evangelische

Bildungswerk München e.V. – *ebw*

Unsere Förderer

Unsere Mitglieder

Evangelisch-Lutherischer

Dekanatsbezirk München mit seinen Diensten

Werke und Dienste in eigenständiger

Rechtsträgerschaft

Teilnahmebedingungen

Allgemeine Bedingungen

153

154

161

163

164

165

169

170

171

173

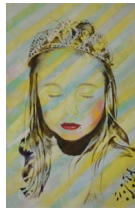
Imagination

Malerei von Gloria Gans

Sich verkleiden, schminken, Rollenspiel. Kind im magischen Alter.

Was macht die Krone auf dem Kopf?

Träumt das Kind bereits von Schönheit – Reichtum – Macht oder ist es dafür noch zu klein?



Vita

- 1958 geboren in Passau
- 1978/80 Ausbildung im Kirchenmalerhandwerk in München
- 1980/86 Studium der Malerei und Grafik an der Akademie der Bildenden Künste München bei Günter Fruhtrunk, Roland Helmer und Helmut Sturm, Diplom in Malerei und Grafik und 1. Staatsexamen für Kunsterziehung
- 1987/91 *Dinge*, großformatige Stillleben, Prinzregent-Luitpold-Stipendium
- 1992/93/94 Arbeitsaufenthalte auf der Kykladen-Insel Andros, *Der Mensch*, Porträts
- Seit 1998 Kunstpädagogische Tätigkeit
- 2001 Beginn der Serie *Frauen*
- 2003 HSP-Nachfolgestipendium
- 2007 Beginn der Serie *Alltagsheld/innen*

- 2010 Beginn der Serien *Terra marique* und *Migrare*
- 2015 Beginn der Serie *Welcome*
- 2020 Beginn der Serien *Screenshots* und *Danach*
- 2021 Beginn der Serie *What about us?*
- 2024 Projektstipendium der Gisela und Erwin von Steiner Stiftung

Gloria Gans lebt und arbeitet als freischaffende Künstlerin in München.

Seit 1984 zahlreiche Einzel- und Gruppenausstellungen

Öffentliche Sammlungen:

Kulturamt Neuburg an der Donau; Sammlung Schörghuber, München; Städtische Artothek, München; Landratsamt Fürstenfeldbruck; Sammlung Volpinum, Wien; Bayerische Staatsgemäldesammlungen, München; Bauhof, Fürstenfeldbruck; Museum Fürstenfeldbruck

Ausstellung

in Kooperation mit **Kolibri**
Interkulturelle Stiftung

20.01. - 10.04.2026

Öffnungszeiten der Ausstellungen

- Mo, Di, Mi 08.30 – 12.00 Uhr, 13.00 – 15.00 Uhr,
- Do 12.30 – 16.00 Uhr
- Fr 09.00 – 12.00 Uhr
(oder nach Vereinbarung)

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III



Introspektion – auf dem Weg der Innenschau

Im Prozess des Malens wird die psychologische Selbsterkenntnis gestärkt. Diese Komponente des künstlerischen Schaffens wird besonders in der Gemeinschaftsausstellung des Künstlerduos Adela und Laura Elibol (MutterTochterKunst) deutlich. Zwei Künstlerinnen, zwei verschiedene Lebenswege, und dennoch verbindet sie der intuitive Ausdruck der inneren Welt. Dabei entstehen spannungsgeladene Gemälde auf Leinwand. Der künstlerische Ausdruck wird jenseits von Raum und Zeit kreiert, aus einem Zustand der Erinnerung und des bloßen Moments. Man könnte bei den Werken meinen, die Welt steht still, und dennoch überlappen sich Bildteile oder Objekte zu neuen Zusammenhängen. Teils figürlich wird sich dennoch hauptsächlich der abstrakten Formensprache bedient, um so die Komplexität innerer Vorgänge zu veranschaulichen.



Zu **Adela Elibol**:

Kunstschule in München

Seit ca. 1992 zahlreiche Einzelausstellungen und Mutter Kind -Ausstellungen

Anschließend:

Mutter Tochter Ausstellungen zwischen 2018 und 2023

Mitglied der Künstlergruppe Art-to-us, Presse, Kunstaktionen u. v. m.

Zu **Laura Elibol**:

Kunstpädagogikstudium an der LMU

Danach Lehrstuhl für Malerei an der LMU

Seit der Kindheit etliche Ausstellungen mit und ohne meine Mutter, u.a. in Italien in der Galerie Eckhard Zylla und in der Galerie Benjamin Eck in München

1. Vorsitzende der Künstlergruppe ArtToUs seit 2018

2021: Umzug nach Wertingen mit meinen drei Kindern und dort im städtischen Kunstverband tätig.



Vernissage

Di 12.05.2026, 18.00 Uhr

Anmeldung bitte beim *ebw*

Ausstellung

12.05.2026 - 11.09.2026



Öffnungszeiten der Ausstellungen

Mo, Di, Mi 08.30 – 12.00 Uhr, 13.00 – 15.00 Uhr,

Do 12.30 – 16.00 Uhr

Fr 09.00 – 12.00 Uhr

(oder nach Vereinbarung)

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Friedhofsfahrten

– ein Service des Evangelischen Bildungswerks

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 die Mitfahrt für RollstuhlfahrerInnen möglich ist – sofern sie selbstständig ein- und aussteigen können.



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.



Evangelisches Bildungswerk
München e.V.

Unsere Haltung

Wir bieten einen sicheren Rahmen,
in dem ein gutes Maß an Nähe zu erleben ist.
Wir bieten einen geschützten Raum,
in dem wir uns gegenseitig mit unseren verschiedenen Gaben
und Bedürfnissen wahrnehmen und respektieren.
Wir unterstützen Menschen darin,
Beziehungen aufzubauen und Gemeinschaft zu pflegen.
Unsere Zusammenarbeit ist von Achtsamkeit,
Wohllollen und Vertrauen getragen.
Unsere Kommunikation ist wertschätzend und respektvoll.

Unsere Ansprechperson für Betroffene ist **Leonie Lang**,
089 55 25 80 60, leonie.lang@ebw-muenchen.de

- Ich bin für Sie da, wenn Sie Grenzverletzungen oder sexualisierte Gewalt erlebt haben.
- Bei mir finden Sie ein offenes Ohr für Ihr Anliegen und ich überlege gemeinsam mit Ihnen, welche Schritte Sie gehen können.
- Ich stehe in Kontakt mit Fachberatungsstellen zur weiteren Unterstützung.

SOZIALES

*Lernen mit Kindern –
Neuorientierung 50+ –
Freiwilliges Engagement im Altenheim –
Begleitung im Alter –
Sterbebegleitung –
Ehrenamtskoordination mit Kompetenz –
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

25./26.09.2026, 16./17.10.2026,
13./14.11.2026, 11./12.12.2026,
15./16.01.2027, 19./20.02.2027,
12./13.03.2027, 23./24.04.2027,
04./05.06.2027

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

210-B26 Anmeldung bitte bis Fr 28.08.2026 beim **ebw**



Wegen der großen Nachfrage empfiehlt sich eine frühzeitige Anmeldung.

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

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 Kennenlernetag

Di 17.03.2026, 16.00 – 18.00 Uhr, kostenfrei

Ulrike Weber, Trainerin

Seminarräume Tassiloft/II

Tassiloplatz 25, 81541 München

Lehrgang

Modul 1 Mo 27./Di 28./Mi 29.04.,

Modul 2 Mo 11./Di 12./Mi 13.05.,

Modul 3 Mo 15./Di 16./Mi 17.06.,

Modul 4 Mo 06./Di 07./Mi 08.07.2026

jeweils 10.00 – 18.00 Uhr

Termine zur Einführung in die Schulpraxis werden noch festgesetzt.

Information, Kosten und Anmeldung unter

Gabriele Horsmann, 0174 30 85 56 5, g.horsmann@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 03.03.-07.05.2026 und 06.10.-10.12.2026

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 2026 bitte nur beim **MBW** Münchner Bildungswerk e. V.

Dachauer Str. 5, 80335 München

089 5458050, mbw@muenchner-bildungswerk.de

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

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 23.02./02.03.2026, 09.30 – 17.00 Uhr, € 80,-

Eva Pabst, Dipl. Soz.- Päd. (FH)

MBW, Dachauer Str. 5/II

Anmeldung bitte beim MBW

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. Arbeitsunterlage wird eine Broschüre des Bundesverbands Erlebnistanz sein. Sie werden darüber noch informiert.

Do 12.02.2026, 09.30 – 17.00 Uhr, € 80,-; EA € 35,-

Gudrun Haas, Annette Hoefer-Waubke und

Monika Keilberth; Tanzleiterinnen für Tanzen im Sitzen und auf der Fläche des BVST e. V.

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Anmeldung bitte beim MBW

Non-verbale Kommunikation

Mit Menschen mit Demenz

Menschen kommunizieren miteinander, um ihre Bedürfnisse und Gefühle auszudrücken. Bei Menschen mit Demenz wird das Sprachzentrum meist früh beeinträchtigt, die verbale Sprache steht nicht mehr zur Verfügung. Wenn daher unsere gewohnten Kommunikationsstrukturen nicht mehr greifen, treten der non-verbale Austausch und Kontakt an die erste Stelle. Das Seminar lädt dazu ein, einen Blick auf Kommunikationsmodelle zu werfen, den eigenen Kommunikationsstil zu erleben und mit unterschiedlichen nonverbalen Möglichkeiten Erfahrungen zu sammeln

Di 24.02.2026, 09.30 – 17.00 Uhr, € 80,-; EA € 35,-

Lisa Kroner, Dipl.-Pädagogin, Clownin, Dipl.-Expressive Arts

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Anmeldung bitte beim MBW

Erinnerungen in den Jahreszeiten des Lebens

Biografiearbeit mit Älteren

Jede Jahreszeit hinterlässt mit ihren Farben und Düften, Festtagen und Naturereignissen Spuren in unseren Erinnerungen. Auch besondere Erlebnisse und Lebensstationen stehen oftmals im Zusammenhang mit einer bestimmten Lebensphase, die wir den Jahreszeiten im Jahreszyklus zuordnen können. Vorgänge in der Natur lassen sich auf unser Leben übertragen. Insofern besuchen wir in diesem Seminar einen Lebensgarten und wecken darin Erinnerungen. Die Methode nutzen wir in unserer täglichen Arbeit mit alten Menschen, um ihnen dort im Garten ihrer Erinnerungen zu begegnen.

Di 10.03.2026, 09.30 – 17.00 Uhr, € 80,-; EA € 35,-

Brigitte A. Späth, M.A. Laufbahnberaterin Biografiearbeit

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Anmeldung bitte beim MBW

Basale Stimulation®

Einblicke in das Konzept und Ideen für den Pflegealltag

Sie lernen durch eigene Körpererfahrung, Ihre Wahrnehmung zu reflektieren und bewusstes körperorientiertes Handeln in die Arbeit mit Demenzerkrankten zu integrieren. Das Konzept bietet den Menschen wieder die Möglichkeit einer sinngebenden Orientierung und Begreifbarkeit des Alltags, z. B. durch das betonte Ausstreichen der Beine. Basale Stimulation® kann den dementen Menschen unterstützen sich als Person wieder zu erleben durch einen respektvollen und akzeptierenden Kontakt.

Di 17.03.2026, 09.30 – 17.00 Uhr, € 80,-; EA € 35,-

Carmen Kielttsch, Leitung Soziale Betreuung

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Anmeldung bitte beim MBW

Der Weisheit des Alters im Märchen begegnen

Mit dem Märchen von Frau Holle

Die heilsame Wirkung alter Märchen soll durch achtsames Hören und inneres Lauschen erfahren werden. Im gemeinsamen kreativen Spiel und Gestalten soll das Märchen lebendig werden und wir spüren hin, warum gerade dieses Märchen für die Seniorenarbeit bedeutungsvoll ist. Dazu werden Möglichkeiten zum Einsatz der Märchen vorgestellt und Hinweise gegeben, wie dadurch biografische Erinnerungen angeregt sowie Resilienzfähigkeit und Identitätsgefühl gestärkt werden.

Do 26.03.2026, 09.30 – 17.00 Uhr, € 80,-; EA € 35,-

Beate Muster, Kunsttherapeutin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Anmeldung bitte beim MBW

Palliative Atembehandlung

Menschen über den Atem begleiten

Die palliative Atembehandlung ist eine sanfte Möglichkeit, über das Lauschen auf den Atem in tiefen lösenden Kontakt mit Menschen zu kommen, die in kreisenden Gedanken festhängen und vielleicht unter Schmerzen oder Angst leiden. In diesem Tagesworkshop werden Sie vertraut mit den Grundlagen der palliativen Atembehandlung und der besonderen Qualität der Berührung in der Behandlung. Sie erfahren die Wirkung des Atems an sich selbst und lernen in praktischen Übungen, wie Sie Menschen über den Atem begleiten können.

Di 05.05.2026, 09.30 – 17.00 Uhr, € 80,-; EA € 35,-

Christine Meyne, Atemtherapeutin AFA®

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Anmeldung bitte beim MBW

Begleitung im Alter (SP)



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

Singen mit SeniorInnen

Interaktiver Workshop zur Volksmusikpflege

Singen macht glücklich. Singen weckt Erinnerungen. Singen verbindet, fördert soziale Kontakte und steigert das Wohlbefinden. Singen macht Spaß.

Damit das Singen in der Arbeit mit SeniorInnen nicht verschwindet, braucht es die Initiative von sämtlichen Betreuungspersonen. Denn Singen ist weit mehr als Unterhaltung – es ist eine ganzheitliche Kraftquelle für Körper, Geist und Seele. Gerade für SeniorInnen bietet es eine wertvolle Möglichkeit, sich auszudrücken, zu erinnern und zu erleben.

Es ist nicht erforderlich, eine musikalische Vorbildung zu haben, um mit SeniorInnen zu singen.

Sie lernen, wie Sie eine Singstunde vorbereiten und durchführen. Außerdem erhalten Sie Tipps zu Liedauswahl, Begleitung und Organisation. Wir stellen Ihnen kostenlose Liedblätter mit bekannten Liedern, bayrischen Sprichwörtern und Bauernregeln zum Gedächtnistraining, sowie professionelle Aufnahmen für einige Lieder zur Verfügung.

Kooperation mit der Volksmusikpflege des Bezirks Oberbayern

Do 16.07.2026, 10.00 – 11.30 Uhr, kostenfrei

Petra Böhm, staatl. geprüfte Musiklehrerin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

288-A26 Anmeldung bitte bis Do 09.07.2026 beim **ebw**

Essen ist Leben

Ernährung im Alter und bei Demenz

Essen ist Lebensqualität - das möchte man meinen. Doch was ist, wenn Krankheiten, Medikamente oder schlichtweg Einsamkeit daraus nichts werden lassen? Wir betrachten den Energiehaushalt im Alter, die Ernährungsformen sowie typische Erkrankungen, besonders demenzielle Erkrankungen, die das Essen beeinflussen. Um das optimale Rezept gegen Mangelernährung und Lethargie beim Essen zu finden, beleuchten wir den Menschen ganzheitlich. Viele praktische Alltagstipps und Rezepte zur Ernährung runden das Seminar ab.

Do 05.03.2026, 09.30 – 17.00 Uhr, € 65,- ; EA € 35,-

Amelie Lehmann, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

285-A26 Anmeldung bitte bis Do 19.02.2026 beim *ebw*

Kunsttherapie „Ferien für die Seele“

Farben und Qigong

– Lebendige Entspannung bei Demenz und Depression

Durch wenig Selbstbestimmung wird oft der Lebensabend geistig-seelisch eingeschränkter Menschen als ein fremdbestimmtes Zerren und Reißen an Körper, Geist und Seele empfunden.

Durch kunsttherapeutische sowie fernöstliche Heilansätze des Qigong wollen wir für unsere Schützlinge – aber auch für uns als Betreuer – Methoden erforschen, die (wieder) zu innerer Stabilität, angenehmer Eigenbewegung und dadurch zu Freude am Genießen des Momentes führen können.

Do 12.03.2026, 09.30 – 17.00 Uhr, € 65,-; EA € 35,-

Jeanette Bendrien, Kunsttherapeutin
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

286-A26 Anmeldung bitte bis Do 26.02.2026 beim *ebw*

Vortragsreihe Wohnen & Pflege im Alter

Münchner Beschwerdestelle für Probleme in der Altenpflege

Die Beschwerdestelle informiert in vier 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*

Sicherheit im Alter – auch bei Pflegebedürftigkeit

250-A26 Di 03.02.2026, 14.00 – 16.15 Uhr, kostenfrei

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

107-A26 Di 21.04.2026, 14.00 – 16.15 Uhr, kostenfrei

Kosten und Finanzierung pflegerischer Versorgungsformen (VB)

108-A26 Di 30.06.2026, 14.00 – 16.15 Uhr, kostenfrei

Mobilität im Alter

251-A26 Di 14.07.2026, 14.00 – 16.15 Uhr, kostenfrei

Grundkurs Seniorenbegleitung

Schulung für die ehrenamtliche Begleitung älterer Menschen

Sind Sie auf der Suche nach einem sinnvollen und verantwortungsvollen Ehrenamt? Möchten Sie älteren Menschen etwas von Ihrer Zeit schenken? Haben Sie Lust auf Gespräche mit älteren Menschen, Spaziergänge, Unterstützung bei Einkäufen, Begleitung zu Terminen und gemeinsame Zeit? Dann haben wir ein passendes Angebot für Sie.

Der Grundkurs Seniorenbegleitung bereitet Sie in 5 Seminaren auf dieses Ehrenamt vor.

Dabei werden folgende Themen behandelt: Kommunikation mit älteren Menschen, Umgang mit Hilfsmitteln und Erste Hilfe, Rolle des Ehrenamts im Altenhilfenetzwerk, Facetten des Älterwerdens, Aktivierung und Tagesgestaltung. Der Fokus liegt nicht auf Demenzerkrankungen, sondern auf dem Alter im Allgemeinen.

Ergänzend (nicht verpflichtend) finden Sie in unserem Programm weitere Fortbildungen für die Begleitung im Alter, die Sie aufbauend auf den Grundkurs besuchen können.

Nähere Informationen zum Grundkurs finden Sie im Sonderflyer und auf unserer Website.

**Frühjahr 2026: Do 16.04., Mi 22.04., Do 30.04.,
Di 12.05., Do 21.05.2026**

jeweils 13.00 – 16.00 Uhr, Gesamtkurs € 50,-

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

FachreferentInnen aus verschiedenen Bereichen der Altenhilfe
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

290-A26 Anmeldung bitte bis Do 19.03.2026 beim *ebw*

Demenzhelferschulung nach §45 SGB XI

Schulung für die Begleitung Demenzkranker



Die Schulung qualifiziert Sie für die Begleitung Pflegebedürftiger und Demenzkranker gem. § 45b SGB XI und entspricht inhaltlich den Vorgaben der AVSG. Die Inhalte der Schulung reichen unter anderem von Basiswissen Demenz, über Kommunikation mit Menschen mit Demenz, Begleitung Angehöriger bis hin zu Hauswirtschaft und Unfallverhütung.

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem Sonderprospekt, der im *ebw* und bei wohlBEDACHT e. V. erhältlich ist oder auf den Websites zum Download bereitsteht.

Kooperation mit wohlBEDACHT e. V.

Die Schulung umfasst 7 Termine mit 30 Fortbildungseinheiten.

April 2026

Di 14.04. 16.00 - 19.15 Uhr

Do 16.04. 16.00 - 19.15 Uhr

Di 21.04. 16.00 - 19.15 Uhr

Do 23.04. 16.00 - 19.15 Uhr

Sa 25.04. 10.00 - 16.00 Uhr

Di 28.04. 16.00 - 19.15 Uhr

Do 30.04. 16.00 - 19.15 Uhr

€ 89,-, Versäumte Einheiten können bei Folgekursen nachgeholt werden.

verschiedene FachreferentInnen

wohlBEDACHT e. V.

Begegnungsraum, Franz-NiBI-Str.42, 80999 München

Anmeldung bitte an bildung@wohlbedacht.de oder unter www.wohlbedacht.de

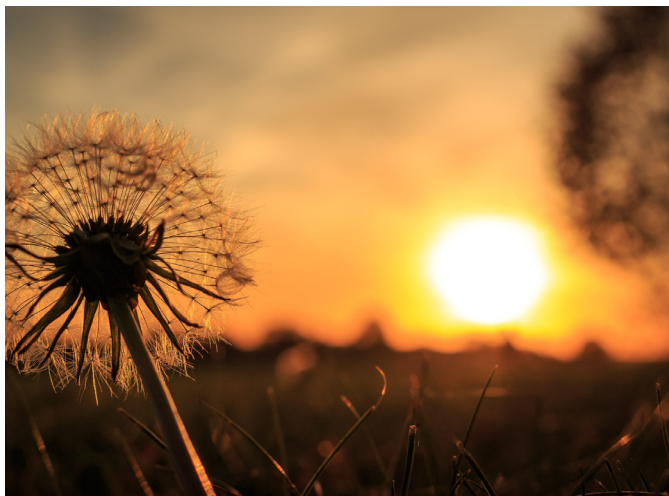
Sterbebegleitung (SP)

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. Die Einsatzmöglichkeiten als AbsolventIn des Grundkurses sind überwiegend Alten- und Pflegeheime. Den Überblick über die gesamte Qualifizierung 2026/2027 entnehmen Sie bitte dem Faltblatt, das im Internet und im *ebw*/MBW erhältlich ist.

Anmeldung für die Qualifizierung 2026/2027 bitte beim MBW.



Ehrenamtskoordination mit Kompetenz

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.

Mi 25.11., Do 26.11., Do 03.12.2026

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-B26 Anmeldung bitte bis Mi 11.11.2026 beim *ebw*.

Mehr Klarheit in der Sprache

Workshop für einfache Sprache

Einfachere Sprache in Texten und im gesprochenen Wort gibt mehr Menschen Zugang zu Infos und ermöglicht damit auch mehr Teilhabe. Bekommen Sie einen neuen Blick auf Ihre eigene Sprache und auf die Ihrer Organisation, Gemeinde.

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 23.02.2026, 17.30 – 20.30 Uhr, HA €40,-; EA €20,-

Verena Reinhard, Germanistin

Einfach verstehen – Medienwerkstatt für Leichte Sprache

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

263-A26 Anmeldung bitte bis Mo 16.02.2026 beim **ebw**

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!

Mi 11.03.2026, 17.30 – 21.00 Uhr, HA €50,-; EA €25,-

Tom Soyer, Redakteur und Leseranwalt (Ombudsmann) SZ

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

262-A26 Anmeldung bitte bis Do 05.03.2026 beim **ebw**

Gut versichert im Ehrenamt

Kurzweilig und praxisnah

Sie kaufen regelmäßig für den Nachbarn ein, übernehmen Fahrdienste, engagieren sich für oder mit eine(r) 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.

Di 07.07.2026, 18.00 – 19.30 Uhr, kostenfrei

Markus Knott, Versicherungsfachwirt, Ecclesia

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

261-A26 Anmeldung bitte bis Mi 01.07.2026 beim **ebw**

Dies gilt für die beiden nachfolgenden Veranstaltungen:
Günther Frosch
 Sprachwissenschaftler, Experte für Textcoaching
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III
 Anmeldung bitte bis Mo 06.04.2026 beim *ebw*

Wie Googles neue Übersicht mit KI das Web verändert

Workshop zu mehr Präsenz im Internet

Google beantwortet Fragen inzwischen selbst – direkt in der Suche, als Übersicht mit KI. Was früher Klicks auf Homepages, Informations- und Bildungs-Seiten brauchte, wird heute von der Maschine zusammengefasst. Sie können darauf reagieren, indem Sie die wichtigsten Regeln der Suchmaschinenoptimierung beachten und indem Sie Ihre Öffentlichkeitsarbeit anpassen.

264-A26 Mo 13.04.2026, 13.00 – 16.00 Uhr
 HA € 40,-; EA € 20,-

Präzise Prompts: Mit KI zu besseren Texten!

Workshop: Gute Kommunikation mit ChatGPT, DeepL, Write und Co.

Der Schlüssel zum Erfolg: Präzise Prompts, mit denen Sie die Kommunikation mit der KI steuern und so sinnvolle und relevante Antworten erhalten. Ein Workshop, in dem Sie Tools kennenlernen, Prompts testen und einiges über KI erfahren.

265-A26 Mo 13.04.2026, 17.00 – 20.00 Uhr
 HA € 50,-; EA € 25,-

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.

Zeichnen Sie's einfach

Dagmar Köhler

Dipl.-Sozial-Pädagogin, Kritzel-Künstlerin

271i-A26 Di 20.01.2026, 18.00-21.00 Uhr, € 10,-

Sagen Sie's einfach

Marie Brodschelm

Sprechwissenschaftlerin, Stimmtherapeutin und Coach

271j-A26 Di 10.02.2026, 18.00-21.00 Uhr, € 10,-

GESUNDHEIT

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

Pilgerangebote

Pilgern auf dem Münchner JakobsKirchenWeg

Viele Wege führen nach Santiago de Compostela. Seit ein paar Jahren gibt es einen Weg, der die Jakobskirchen in und um München verbindet. Dieser Pilgerweg in unserer Heimat ist über 100 Kilometer lang.

Wir haben ihn in zehn Etappen aufgeteilt, die wir, an Ostermontag beginnend, immer am 3. Samstag im Monat erpilgern. Erfahrene Pilgerbegleiter und -begleiterinnen machen sich mit der Gruppe an Menschen, die sich jeweils um 09.00 Uhr am Startpunkt versammeln, auf: geben Impulse, Schweigen und Austausch wechseln sich ab. Und an jedem Samstag ist auch mindestens eine der Jakobskirchen dabei.

Jede Etappe ist zwischen 11 und 15 Kilometer lang, der Start- und Zielpunkt ist jeweils mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen. Eine Anmeldung ist nicht nötig! Wir erbitten für die Teilnahme eine Spende.

Und jetzt: Brotzeit eingepackt, Wanderstiefel an und los – auf geht's zum 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

Mo 06.04.2026 Von St. Jakob am Anger in
München nach Unterföhring

Sa 18.04.2026 Von Unterföhring über die St. Jakobuskapelle
in Hochmutting zum Alten Schloss Schleißheim

Sa 16.05.2026 Vom Alten Schloss Schleißheim
nach St. Jakob in Dachau

Sa 20.06.2026 Von der Kirche St. Jakob in Dachau
nach Lochhausen

Sa 18.07.2026 Von Lochhausen über St. Jakob in Germering
nach Maria Eich

Sa 15.08.2026 Von Maria Eich
zur Jakobuskirche in Pullach

Sa 19.09.2026 Von der Jakobuskirche in Pullach
nach Alt-Perlach

Sa 17.10.2026 Von Alt-Perlach vorbei an St. Jakobus
in Neuperlach zum Riemer Park

Sa 21.11.2026 Vom Riemer Park über St. Jakobus
in Feldkirchen nach Unterföhring

Sa 19.12.2026 Von Unterföhring nach St. Jakob am Anger
in München

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 115 € (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 18./19.07.2026

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

ca. 110km, kaum Höhenmeter,
gefahrte Durchschnittsgeschwindigkeit ca. 16km/h
Weitere Infos und Anmeldung
bitte bis Mo 10.05.2026 bei beni.steiner@gmx.de

„Neubeginn“

Seefeld-Hechendorf nach Grafrath

Das Osterfest liegt hinter uns. Die Natur erwacht und erblüht täglich mehr, der Winter ist vorüber. Wo spüre ich einen Neubeginn, will erblühen und neue Wege ausprobieren? Wo spüre ich die Kraft des Wiedererwachens?

Diese Fragen wollen wir uns gemeinsam auf dem Weg von Seefeld-Hechendorf nach Grafrath stellen. Nehmen wir uns die Natur um uns zum Vorbild ... alles sprießt und wächst von Neuem, alles ist möglich.

Sa 11.04.2026, 09.30 – ca. 16.00 Uhr, € 15,–

Annette Bleher und **Caroline Ebner**; PilgerbegleiterInnen
Seefeld-Hechendorf nach Grafrath (ca. 12 km)

310-A26 Anmeldung bitte bis Do 09.04.2026 beim *ebw*



Schritt für Schritt

Pilgertag von Ebenhausen nach Starnberg

Jeder noch so lange Weg beginnt mit einem einzigen ersten Schritt. Manchmal wissen wir noch nicht, wohin er uns führt. Gehen einfach los. Und dürfen vertrauen, dass der Weg sich uns zeigen wird. Vertraue ich auf eine innere oder höhere Führung und Begleitung? Lasse ich mich ein auf den Weg? Beginnen wir heute gemeinsam einen Weg und öffnen uns seiner Schönheit.

Rumi ein bedeutender persischer Dichter, (1207-1273),

sagte einmal:

„Wenn du beginnst, den Weg zu gehen, erscheint der Weg.“

So 31.05.2026, 10.00 – ca. 15.00 Uhr, € 15,-

Caroline Ebner und Gerald Vogel; PilgerbegleiterInnen
Ebenhausen – Starnberg, Kirche St. Maria (ca. 13 km)

311-A26 Anmeldung bitte bis Do 28.05.2026 beim *ebw*

HALB-ZEIT – HOCH-ZEIT

Pilgertag von Olching nach Schöngeising

Gemeinsam unterwegs sein, zur Ruhe kommen, den Sommer bewusst erleben – dazu lädt dieser Pilgertag entlang der Amper ein. Zwischen Fluss und Feld, in Stille, Gebet und Gespräch, gehen wir unseren Weg durch die Fülle des Sommers. Wir blicken dankbar auf die erste Jahreshälfte zurück und öffnen uns für das, was vor uns liegt. Ein Tag zum Innehalten, Kraft schöpfen und Glauben unterwegs leben.

So 28.06.2026, 09.00 – ca. 16.00 Uhr, € 15,-

Annette Bleher, Christina Bolte; PilgerbegleiterInnen
Olching nach Schöngeising (ca. 16 km)

312-A26 Anmeldung bitte bis Do 25.06.2026 beim *ebw*

AUF DER SUCHE

NACH DEN GOLD-NUGGETS DES LEBENS

Geh aus mein Herz und suche Freud

Der Pilgerweg führt von Starnberg nach Andechs und lädt dazu ein, die Schätze des Lebens in der Stille und Bewegung zu entdecken. Unterwegs öffnen sich Räume für Achtsamkeit, Begegnung und innere Einkehr, begleitet von Impulsen der PilgerbegleiterInnen. Interessierte sind herzlich eingeladen, auf diesem Weg neue Freude und Dankbarkeit zu finden und wiederzuentdecken.

Sa 11.07.2026, 09.00 – ca. 16.30 Uhr, € 15,-

Annette Bleher und Tina Scherer; PilgerbegleiterInnen
Starnberg nach Andechs (ca. 16 km, nach Herrsching 20 km)
313-A26 Anmeldung bitte bis Do 09.07.2026 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)



Anpacken statt Aufschieben

Freude am Tun wiederentdecken



Manchmal bleiben Dinge einfach liegen: ein Stapel Papiere, eine Ecke im Zuhause oder ein kleines Projekt, das man schon lange umsetzen wollte.

Stattdessen wächst das schlechte Gewissen – und die Freude bleibt auf der Strecke. In diesem Kurs machen wir Schluss damit. Mit kleinen, machbaren Schritten bringst du das in Bewegung, was schon lange auf dich wartet. Du erlebst, wie befreiend es ist, Dinge anzupacken – ohne Druck, ohne Perfektion, ganz spielerisch und leicht.

Do 26.02.2026, 09.30 – 17.00 Uhr, € 65,-/EA € 35,-

Maria Moll, Dipl.-Soz.päd., Coach und Trainerin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

383-A26 Anmeldung bitte bis Do 12.02.2026 beim **ebw**

Aus Erfahrung wird Energie

Ressourcen erkennen und im eigenen Rhythmus leben

Du bringst viel Lebenserfahrung mit – und diese ist dein unfassbares Kapital. In diesem Kurs bündelst du deine persönlichen Ressourcen, schärfst deinen inneren Rhythmus, findest einen guten Takt, der dich durch deinen Alltag trägt. Ohne dich von deinem Umfeld unter Druck setzen zu lassen. Mit klaren Methoden, fundierten Impulsen und Raum für Austausch. Du arbeitest mit einem Ressourcen-Inventar, erkennst deine Energie-Fenster, entwickelst Entscheidungsregeln für den Alltag und trainierst wertschätzende Klarheit in der Kommunikation.

Do 07.05.2026, 09.30 – 17.00 Uhr, € 65,-/EA € 35,-

Maria Moll, Dipl.-Soz.päd., Coach und Trainerin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

384-A26 Anmeldung bitte bis Do 23.04.2026 beim **ebw**

Fitness für Kopf & Körper

Gehirngesundheit in jedem Alter

Unser Gehirn ist maßgeblich für ALLES in unserem Leben – Grund genug, gut dafür zu sorgen! Was können wir selbst für unsere Gehirngesundheit tun? Besonderes Augenmerk liegt auf bewegtem Gehirntaining, einer Kombination aus ungewöhnlichen Bewegungsübungen, Wahrnehmung und Gehirnjogging.



Neben der theoretischen Basis lernen Sie Übungen kennen, die Ihr Gehirn garantiert in Schwung bringen. Spaß und Abwechslung inklusive! Überraschen Sie Ihr Gehirn und machen Sie ganz neue Erfahrungen! Offen für alle Geschlechter.

Kooperation mit dem FrauenGesundheitsZentrum München e. V.

Mi 22.07.2026, 15.00 – 16.30 Uhr, € 10,-

Isabelle Hetschko, Zertifizierte LifeKinetik- und Neurokinetik-Trainerin, Gesundheitscoach

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

385-A26 Anmeldung bitte bis Mi 15.07.2026 beim **ebw**

Achtsamkeit erleben – unter freiem Himmel

Achtsamkeit ist eine uns Menschen angeborene Fähigkeit, die wir in einer immer schnelleren und komplexeren Welt leicht aus den Augen verlieren. Im Kern beschreibt Achtsamkeit eine Haltung, wach, freundlich und unvoreingenommen im gegenwärtigen Moment zu sein – mit allem, was in uns und um uns herum geschieht.

Der Tag in der Natur lädt dazu ein, diese Haltung mit allen Sinnen zu erforschen und zu erleben – durch einfache angeleitete Atem-, Körper- und Wahrnehmungsübungen sowie achtsames Gehen im entschleunigten wie im bewegten Tempo. Impulse aus der Achtsamkeitspraxis und stille Zeiten unterstützen uns dabei, in eine tiefere Verbindung mit uns selbst zu kommen, die Ruhe und Präsenz stärkt. Die Natur begleitet uns still und kraftvoll, sie möchte uns spüren lassen, was uns trägt.

Der Tag findet größtenteils im Schweigen statt. Dabei ist auch Raum für Erfahrungsaustausch. Vorerfahrungen sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Bequeme wetterfeste Kleidung und Schuhe, Sitzunterlage, Getränke und Verpflegung für die gemeinsame Pause. Wegstrecke: ca. 8 km, Ort: Perlacher Forst

Treffpunkt: Tram-Haltestelle Mengerschwaige (Am Ende der Veranstaltung ist dies auch die nächstmögliche Haltestelle für die Rückfahrt)

Sa 09.05.2026, 10.00 – 16.00 Uhr, € 28,-

Birgitta Kalz, Dipl. Sozialpädagogin, zertifizierte MBSR-Lehrerin (Achtsamkeitstrainerin), qualifizierte Pilgerbegleiterin

Veronika Friedrich, Dipl. Betriebswirtin (FH), MBSR-Lehrerin

386-A26 Anmeldung bitte bis Do 30.04.2026 beim *ebw*

Tanzen (SP)

TanzleiterIn-Ausbildung Tanzen im Sitzen



Baustein 2 in Kooperation mit dem Bundesverband Seniorentanz e. V. (BVST e. V.)

In Baustein 2 der Ausbildung erlernen Sie neue Tänze im Sitzen, erstellen Stundenbilder, lernen Prozesse des Alterns kennen und üben die Tanzansagen der Teilnehmenden.

Fr/Sa 06./07.03.2026

Fr 11.00 – 19.00 Uhr und **Sa** 09.00 – 17.00 Uhr, € 160,-
zzgl. Gebühr BVST + Material in Höhe von € 71,90

Sylvia Mätzel, Ausbild. Referentin BVST e. V.

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

301-A26 Anmeldung bitte bis Fr 06.02.2026 beim *ebw*

Baustein 3 in Kooperation mit dem Bundesverband Seniorentanz e. V. (BVST e. V.)

In Baustein 3 der Ausbildung erlernen Sie neue Tänze im Sitzen, lernen psychosoziale Veränderungen im Alter kennen und weisen durch verschiedene Prüfungsleistungen Ihre Qualifikation zur Tanzleitung nach.

Fr/Sa 08./09.05.2026

Fr 11.00 – 19.00 Uhr und **Sa** 09.00 – 17.00 Uhr, € 160,-
zzgl. Gebühr BVST + Material in Höhe von € 90,-

Veronika Herlitz, Ausbild. Referentin BVST e. V.

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

302-A26 Anmeldung bitte bis Fr 10.04.2026 beim *ebw*

TanzleiterIn für Tanzen mit SeniorInnen

Grundlehrgang

Das Evangelische Bildungswerk München e. V. führt in Kooperation mit dem Bundesverband Seniorentanz e. V. (BVST e. V.), Landesverband Bayern, einen Grundlehrgang Seniorentanz durch.

Er ist der erste Abschnitt der mehrstufigen Ausbildung des BVST e. V., die mit einem Zertifikat abschließt. Die Ausbildung TanzleiterIn für Tanzen mit SeniorInnen richtet sich an haupt- und ehrenamtlich tätige Personen und an alle, die Interesse an der Leitung von Seniorentanzgruppen haben.

Das Erlernen abwechslungsreicher internationaler Tänze fördert die körperliche und geistige Fitness. Gemeinsames Tanzen in der Gruppe macht Spaß und schafft Erfolgserlebnisse.


Der Grundlehrgang umfasst insgesamt 28 Lerneinheiten (darunter vier Unterrichtseinheiten online). Informationen zur Ausbildung unter <https://www.erlebnis-tanz.de>, Tel 0421 44 11 80.

Bitte beachten Sie, dass mit Ihrer Anmeldung eine Mitgliedschaft (€ 50,- pro Jahr) beim BVST e. V. Voraussetzung ist.

Bitte kümmern Sie sich selbst um Verpflegung und Unterkunft.

Fr 27.03.-So 29.03.2026, Fr 11.00 – 19.00 Uhr,

Sa 09.00 – 18.00 Uhr, So 09.00 – 16.00 Uhr

Mo 13.04.2026 Online-Modul 18.00–21.30 Uhr (4 LE) 
Veronika Herlitz, Sylvia Mätzel; Ausbildungsreferentinnen des BVST e. V.

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

304-A26 Anmeldung bitte bis Fr 27.02.2026 beim **ebw**

Seminare mit Daniela Christl

Der Garten meiner Freude

Kreistanz-Seminare

Ich lade alle Neugierigen ein, die Freude am Tanzen in den Füßen und im Körper zu fühlen. Wir werden uns auf eine Reise durch den Garten meiner gehegten Schätze begeben. Gemeinsam werden wir dabei in die Rhythmen von meditativ getragenen sowie beschwingt lebendigen Klängen und Tanz-Choreographien eintauchen. Durch die Bewegung und die Musik können wir in Berührung mit der inneren Quelle der Lebensfreude kommen.



Als Schülerin von Hildegard Linn werden wir überwiegend ihre Tänze im großen Saal im Erdgeschoss tanzen.

Das Seminar ist für alle Interessierten offen, Vorkenntnisse wie Wechselschritt oder Wiegeschritt sind von Vorteil.

Bequeme Kleidung und Schuhe, mit denen auch Drehungen möglich sind, werden empfohlen.

Beide Seminartage können unabhängig voneinander gebucht werden. Werden mehrheitlich beide Tage gebucht, so können wir die Tänze vom März im April vertiefen.

Fr 20.03.2026 und Fr 24.04.2026,

jeweils 10.00 – 16.30 Uhr, € 28,-

Daniela Christl, Dozentin für Kreistänze,

Schülerin von Hildegard Linn

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

308-A26 und 309-A26 Anmeldung bitte jeweils bis 2 Wochen vor dem Termin beim **ebw**

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

Ein bunter Blumenstrauß aus Tänzern im Sitzen

Tanzen im Sitzen als Fortbildung

An diesem Seminartag überraschen wir Sie mit einem „bunten Blumenstrauß“ aus neuen Tänzen im Sitzen des Bundesverbands Erlebnistanz. Tanzen im Sitzen steigert das allgemeine Wohlbefinden, fördert Konzentration und Koordination und lässt Gemeinschaft erleben.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen. Alle können mitmachen und erleben, wieviel Spaß und Freude beim Tanzen im Sitzen entsteht.

Die Broschüren, aus denen getanzt wird, werden rechtzeitig bekannt gegeben und können beim Bundesverband Erlebnistanz (www.erlebnis-tanz.de, Tel. 0421 44 11 80) bestellt werden.

Do 02.07.2026, 10.00 – 16.30 Uhr, €28,-

Gudrun Haas, Annette Hoever-Waubke und Monika Keilberth; Tanzleiterinnen für Tanzen im Sitzen und auf der Fläche des BVST e. V.

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

307-A26 Anmeldung bitte bis Do 18.06.2026 beim **ebw**

Seminare mit Renate Tappe

Tanzt einfach mit

Aus der beliebten „Tanzt einfach mit“-Reihe sind ein neues Tanzheft und eine CD „Tem 8“ erschienen. Freuen Sie sich auf abwechslungsreiche Tänze im Kreis, im Block, paarweise, in der Gasse und im Square. TanzleiterInnen erhalten methodische Hinweise für ihre Gruppenarbeit. Tanzbeschreibung und CD können Sie beim Bundesverband Seniorentanz e. V. erwerben.



Fr 06.02.2026, 10.00 – 16.30 Uhr, €28,-

Renate Tappe, Ausbildungsreferentin BVST e. V.

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

305-A26 Anmeldung bitte bis Fr 23.01.2026 beim **ebw**

Tanzen macht Freude

Die beliebte Tanzreihe „Tanzt einfach mit“ hat acht CD's und Tanzhefte. Wir tanzen eine bunte Mischung daraus im Kreis, in der Linie, zu zweit, mit mehreren Paaren. Tanzen Sie mit!

Fr 17.07.2026, 10.00 – 16.30 Uhr, €28,-

Renate Tappe, Ausbildungsreferentin BVST e. V.

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

306-A26 Anmeldung bitte bis Fr 03.07.2026 beim **ebw**

TRAUER

*Trauer – Café für die Seele –
Das „kleine Café für die Seele“ –
Los geht's –
FriedOrte –
Licht im Dunkeln –
Kunst für die Seele –
Ein gutes Ende –
„Wie soll ich wem was wann sagen?“ –*

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 erlebt(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 12.01./02.02./02.03./13.04./04.05./
08.06./06.07./14.09.2026**

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

Das „kleine Café für die Seele“

Sie sind zum ersten Mal im Café für die Seele und suchen ein kleines ruhigeres Angebot, um gut mit Menschen ins Gespräch zu kommen? Dann empfehlen wir Ihnen den Besuch des „kleinen Cafés für die Seele“. Das Programm orientiert sich am gewohnten großen Café, doch der Rahmen wird intimer. Wir treffen uns in einem Raum mit max. 25 Teilnehmenden.

**Mo 19.01./16.02./16.03./20.04./ 11.05./
22.06./20.07./03.08.2026**

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 10.03./14.04./12.05./23.06./14.07.2026

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 Projektstelle Trauerarbeit des
Evang.-Luth. Dekanatbezirks München und der
Segen. Servicestelle für Taufe, Trauung, Bestattung & mehr*

Di 24.03./28.04./16.06./21.07.2026

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.

3mal So 25.01./19.04./14.06.2026

Caroline Ebner, Trauerbegleiterin, Pilgerbegleiterin;

Bärbel Fath, Pilgerbegleiterin

Bitte fordern Sie den Sonderprospekt an

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

*„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 23.03./27.04./18.05./15.06/13.07.2026

18.00 – 20.30 Uhr,

€48,- (pro Termin €8,- inkl. €8,- Material),

Andrea Kratzer, Kunsttherapeutin

Karin Wolf, Trauerbegleiterin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

465-A26 Anmeldung bitte bis Mo 16.3.2025 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.

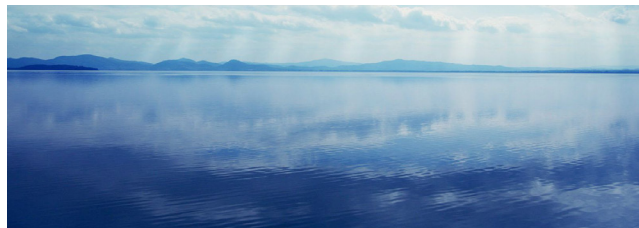
*Kooperation mit dem Christophorus Hospiz
Institut für Bildung und Begegnung*

Do 16.07.2026, 16.00 – 19.30 Uhr, €8,-

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

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

466-A26 Anmeldung bitte bis Do 09.07.2026 beim **ebw**



„Wie soll ich wem was wann sagen?“

Kommunikation darf Spaß machen und auch noch erfolgreich sein.

Unser Leben ist Kommunikation. Der Psychotherapeut und Kommunikationswissenschaftler Paul Watzlawick sagt: „Wir können nicht nicht kommunizieren.“

Ob in der Familie, im Umgang mit Fremden, mit Freunden oder im Beruf: Wir wünschen uns echte Wahrnehmung und Respekt für uns und unsere Anliegen. Doch zugleich gehören auch sie zu unserem Alltag: Die Missverständnisse, das Aneinander-Vorbeireden und damit die Frustration. Das kann zu Kränkungen oder sogar auch in Wut führen.

Im ersten Teil des Seminars beschäftigen wir uns mit dem Sprechen: Wie kann ich so sprechen, dass ich Verständnis gewinne für meine Anliegen? Im zweiten Teil widmen wir uns dem Zuhören. Denn auch das ist eine Kunst.

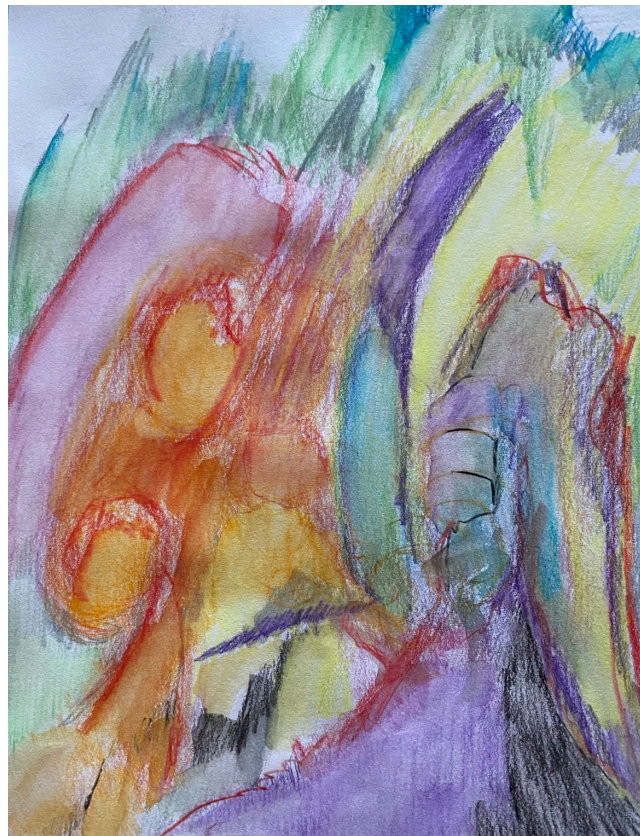
Sa 13.06.2026, 11.00 – 15.00 Uhr, € 15,-

Dr. theol. Iris Geyer

Pfarrerin i.R., Heilpraktikerin für Psychotherapie

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

467-A26 Anmeldung bitte bis Mi 03.06.2026 beim **ebw**



GEMEINDELEBEN

*Zusammen leben –
Schöpfung wahren –
Gut kommunizieren –
Spiritualität üben –
SoulCollage® –
Bewegt glauben –
Engagement in der Kirchengemeinde –
Gruppen leiten –
Besuchen –
Gottesdienst feiern –
Kirchenraum entdecken –
In der Gemeinde arbeiten –*



Zusammen leben

FreiTagsZeit: zusammen frühstücken

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 **Irmí Sedlmayr**,
unter: irmi.sedlmayr@ebw-muenchen.de, 55 25 80 31

Musikstadt München – weiblich!

Es geht weiter: Komponistinnen, Teil 2

Marlies Lüpke, Musikhistorikerin

602-A26 Fr 13.02.2026

**„Stärke bedeutet nicht, alles im Griff zu haben
– sondern sich rechtzeitig Hilfe zu holen!“**

Mon Chéri oder Maß Bier – wo liegt die Grenze?

Katja Kurz, Fachanwältin für Miet- und WEG-Recht

603-A26 Fr 13.03.2026

Wie wir die Welt sehen

Ein bewusster Blick auf Nachrichten

Ronja von Wurmb-Seibel, Journalistin

604-A26 Fr 17.04.2026

Innenansichten

Religiöse Einflüsse – wie sie uns prägen

Christiana Biron, freie Künstlerin

605-A26 Fr 22.05.2026

Die Weisheit des Herzens nutzen

Raus aus alten Mustern, rein in echte Klarheit

Brunhilde Kattesch, Kommunikationstrainerin

606-A26 Fr 19.06.2026

„Ich existiere nur, wenn ich schreibe“

Ingeborg Bachmann im Jubiläumsjahr

Anna Seethaler, Literaturwissenschaftlerin

607-A26 Fr 10.07.2026



Für Werte einstehen und mutig handeln

Workshop Zivilcourage

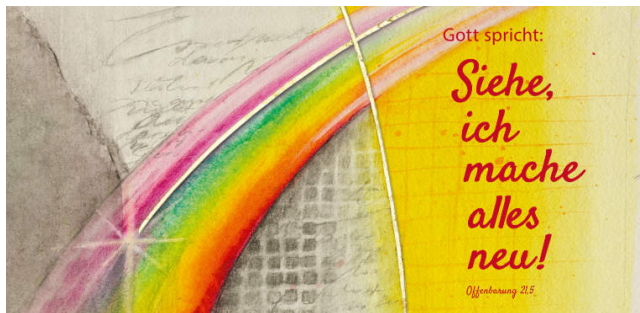
Haben Sie schon öfter gedacht: Wie hätte ich mich verhalten? Hätte ich den Mut gehabt? Mut aufzubringen, sich für den Erhalt der Würde eines anderen Menschen einzusetzen – das meint Zivilcourage. In diesem Workshop schauen Sie zum einen theoretisch auf dieses Thema, zum anderen lernen Sie verschiedene Handlungsmöglichkeiten kennen, die im Ernstfall helfen. 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 wertorientiert zu handeln!

Sa 14.03.2026, 09.30 – 16.00 Uhr, € 30,-

Farina Simbeck, Spiel- und Theaterpädagogin, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

412-A26 Anmeldung bitte bis Do 05.03.2026 beim **ebw**



Schöpfung wahren

Referentin der folgenden drei Angebote ist **Rita Trost**, Heilpraktikerin, Aufräum- und Lebenscoach.

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



Gemeinsam Raum gewinnen

Dinge nachhaltig „entsorgen“

– Workshop über 5 Nachmittage

An fünf Abenden lernen Sie Methoden kennen, Ihr Aufräumvorhaben systematisch und mit Ruhe umzusetzen kennen. Schritt für Schritt kommen Sie voran und merken, wie Raum frei wird und Sie dabei neue Energie gewinnen. Denn: Alles was Sie in Ihrer äußeren Welt aufräumen, räumen Sie auch in Ihrer inneren Welt auf.

5mal Fr 13./20./27.03., 17./24.04.2026

18.00 – 20.00 Uhr, € 90,-

434-A26 Anmeldung bitte bis Do 05.03.2026 beim **ebw**

Dinge loslassen: Einladung zum Neubeginn!

Intensiv-Aufräum-Workshop über 8 Abende

Aufräumen ist mehr, als Räume und Schränke leerer zu machen – beim Aufräumen passiert auch etwas im Inneren eines Menschen. Möglicherweise warten da Wünsche, Entscheidungen oder Sehnsüchte. Im Kurs nähern wir uns gemeinsam, behutsam, diesen Themen.

8mal Mi 04./11./18./25.03.,

15./22./29.04., 06.05.2026

18.00 – 20.00 Uhr, € 150,-

433-A26 Anmeldung bitte bis Mi 25.02.2026 beim **ebw**

Gemeinsam inneren Raum gestalten

Vertiefungs-Workshop über 5 Abend

Wir vertiefen den Prozess des Aufräumens, richten unseren Blick auf den „inneren Raum“. Wie kann dieser gut gestaltet werden? Was möchte ich in meinem Leben erfahren? Welche Wünsche brauchen mehr Raum und Aufmerksamkeit? Wo muss ich Schritte gehen? Sind es neue Beziehungen, ein spezielles Hobby oder einfach Lebendigkeit, die ich mir wünsche? Woche für Woche geht es um kleine Schritte auf dem Weg dorthin. Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die einen Aufräum-Workshop gemacht haben oder sich einfach angesprochen fühlen.

5mal Mi 10./17./24.06., 01./08.07.2026

18.00 – 20.00 Uhr, € 110,-

435-A26 Anmeldung bitte bis Mi 03.06.2026 beim *ebw*



Klimafreundlich Leben – „der Kurs“

6 Monate – 6 Treffen – geschlossene Gruppe

Den Fußabdruck verkleinern, den Handabdruck vergrößern. 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, 1mal 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 lernen Sie den Kurs kennen. Das *ebw* unterstützt die Durchführung dieser Kurse, auch finanziell. Setzen Sie sich mit uns in Verbindung!

Irmi Sedlmayr, irmi.sedlmayr@ebw-muenchen.de,
55 25 80 31

Digitalisierung und die Klimafolgen

Workshop mit dem Digitalisierungs-Puzzle

Wir sind alle ganz schön digital unterwegs... Aber welche Auswirkungen hat das eigentlich? Der digitale Sektor hat bereits jetzt einen größeren Fußabdruck als die ganze zivile Luftfahrtindustrie. Verantwortungsvollere Prozesse sind nötig, auf individueller Basis, wie auch bei Firmen und in der öffentlichen Verwaltung.

Do 12.03.2026, 18.00 – 21.00 Uhr, € 8,-

Michael Sommer

Auditor Ökobilanzen/Umweltmanagement

Lutherkirche, Gemeindehaus, Martin-Luther-Str. 4

418-A26 Anmeldung bitte bis Mo 09.03.2026 beim *ebw*

Gut kommunizieren

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

Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation (GFK)
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 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.

Mi 18.03.2026, 09.30 – 17.00 Uhr, HA €80,-, alle anderen €40,-

Farina Simbeck, Trainerin, Coach GFK (CNVC-zertifiziert)
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

420-A26 Anmeldung bitte bis Mi 11.03.2026 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 **Fr 13.02.**, **Do 12.03.**, **Fr 24.04.**,

Do 21.05., **Fr 26.06.**, **Fr. 10.07.**, **Fr 25.09.2026**

10.00 – 12.00 Uhr, € 12,- pro Termin

Bezahlt werden muss nur für tatsächlich wahrgenommene Termine. Ein Einstieg in die Übungsreihe ist jederzeit möglich.

Farina Simbeck, Trainerin, Coach GFK (CNVC-zertifiziert)

Online

421-A26 Anmeldung jederzeit möglich beim *ebw*

Mit den Worten tanzen

Vertiefungstag Gewaltfreie Kommunikation
nach Marshall Rosenberg

Ein Angebot für alle, die ihre sprachlichen Fertigkeiten als auch die Haltung, bzw. das Bewusstsein der Gewaltfreien Kommunikation vertiefen möchten, die Giraffenprache besser beherrschen und die Wolfssprache verlernen wollen.

Vorkenntnisse in GFK sind erforderlich.

Di 28.04.2026, 09.30 – 17.00 Uhr, HA €80,-, alle anderen €40,-

Brunhilde Kattesch, GFK-Trainerin
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

422-A26 Anmeldung bitte bis Di 21.04.2026. beim *ebw*



Die Kraft der Stimme

Workshop zu Stimm- und Körpersprache



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 mitbringen.

Sa 18.04.2026, 10.00 – 16.00 Uhr, HA €40,-, EA €20,-
Sigrid Moser, Stimm- und Gesangspädagogin, Atemcoach
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III
446-A26 Anmeldung bitte bis Mi 08.04.2026 beim **ebw**

Spiritualität üben

Referent für beide folgenden Seminare ist **Markus Merz**, Pfarrer, Trainer für Gewaltfreie Kommunikation (GFK) und Supervisor. Vorkenntnisse in GFK sind nicht notwendig. Anmeldung bitte bis eine Woche vorher beim **ebw**.

Du bist RaumgestalterIn

Vom Ineinander von Spiritualität und Kommunikation

Menschen sehnen sich nach gelingender Kommunikation, doch sie lässt sich nicht einfach „machen“. Ähnlich verhält es sich mit der Spiritualität. In der Suche nach der Verbindung zu Gott, zu sich selbst und zu anderen geht es darum, Räume zu öffnen, in denen Verbindung sich ereignen kann. Dieser Kurs vermittelt die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach M. Rosenberg als Grundlage für eine „kommunikative und spirituelle Raumgestaltung“.

Thema: Raum für Neues

Do 05.02.2026

18.00 – 20.00 Uhr, € 10,-

425-A26 **ebw**, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Die Welt um mich herum wahrnehmen

Workshop rund um das Sendlinger Tor

Wir setzen uns auseinander mit verschiedenen Qualitäten des Hörens und Beobachtens. Zu einer Einübung in Empathie begeben sich die TeilnehmerInnen rund um das Sendlinger Tor und nehmen aufmerksam wahr, was um sie herum geschieht. Mit einem solchen anderen Blick kann Empathie erfahrbar werden. Gemeinsame Reflexion und Auswertung helfen uns, in unserer Haltung zu wachsen.

Do 23.04.2026, 18.00 – 20.00 Uhr, € 15,-

426-A26 **ebw**, Herzog-Wilhelm-Str. 24/EG

SoulCollage®

„Jede Karte ist ein Fenster zu deiner Seele“

SoulCollage® ist eine kreative Methode, mit der sich durch das Gestalten von Collagen auf Karten Zugang zu einer inneren Weisheit finden lässt. Im Anschluss an die Gestaltung wird die Karte unter einer speziellen Fragestellung betrachtet, dies unter Anleitung. Welche Botschaften hält die Karte bereit? Die Methode verbindet kreative Gestaltung mit achtsamer Selbstforschung – spielerisch, intuitiv und tiefgründig zugleich.

SoulCollage wurde von der US-amerikanischen Therapeutin, Theologin und spirituellen Wegbegleiterin Seena Frost (1932-2016) begründet. Inspiriert von Psychologie, Spiritualität und persönlicher Transformation rief sie eine inzwischen weltweite Bewegung ins Leben, die Menschen auf ihren inneren Reisen unterstützt anhand der Gestaltung von Collagen mit Schere, Kleber, Bildern und ... viel SEELE.

Es sind keine künstlerischen Vorkenntnisse notwendig.

Ulrike Potthast-Kühn, SoulCollage®-Facilitatorin, Lehrerin für Sprachen, (Lern)Coach

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

Anmeldung bitte bis eine Woche vor Termin beim **ebw**

SoulCollage® „Frühlingserwachen“

Lebensfreude und Leichtigkeit

Frühlingsanfang – die Natur bricht auf, fängt an zu erblühen. Wie kann ich den Schwung des Frühlings nutzen und mehr Leichtigkeit in meinen Alltag einladen? Wo darf Freude wieder Raum bekommen? Welche neuen Wege zeigen sich gerade in meinem Leben? Wie fühlt sich der erste Schritt nach dem Winter an? Wo spüre ich das Frühlingserwachen in mir selbst?

450-A26 Sa 21.03.2026, 10.00 – 17.00 Uhr, €70,-

SoulCollage® „Mein Platz im großen Ganzen“

Meine Berufung – meine Zugehörigkeit

452-A26 Mi 11.02.2026, 17.30 – 20.45 Uhr, €35,-

SoulCollage® „Mut zur Veränderung“

Loslassen, Übergänge gestalten – Wandel

453-A26 Fr 13.03.2026, 14.00 – 17.00 Uhr, €35,-

SoulCollage® „Wurzeln und Flügel“

Halt finden – Freiheit leben

454-A26 Mi 22.04.2026, 17.30 – 20.45 Uhr, €35,-

SoulCollage®

„Ich bin viele“ – die Stimmen in mir

Meine inneren Anteile

455-A26 Do 21.05.2026, 17.30 – 20.45 Uhr, €35,-

SoulCollage® „Ich sehe dich – ich sehe mich“

Beziehungen als Spiegel

456-A26 Mi 10.06.2026, 17.30 – 20.45 Uhr, €35,-

SoulCollage® „Der Ort meiner Kraft“

Meine Rückzugsräume – meine Ressource

457-A26 Do 09.07.2026, 09.30 – 12.30 Uhr, €35,-

Bewegt glauben



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

- Vorerfahrungen in Bewegung oder Tanz sind nicht erforderlich.
- Die Angebote richten sich an bewegungsfreudige, junge wie auch ältere Erwachsene.
- Nähere Informationen, Kosten, Anmeldefristen und den jeweiligen Link zur Anmeldung finden Sie über unsere Homepage www.ebw-muenchen.de

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

Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne

Biblische Geschichten der Aufbrüche und Anfänge

– bewegt, gestaltet und erfahren mit **body:move & soul**.

Ein Kurs mit 6 Abenden

„Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, der uns beschützt und der uns hilft, zu leben,“ schreibt Herrmann Hesse in seinem berühmten Gedicht „Stufen.“ Auch in der biblischen Überlieferung finden wir Geschichten über Menschen, die Aufbrüche und Neuanfänge wagten und die uns ermutigen, ebenfalls solche Aufbrüche und Neuanfänge zu suchen und zu wagen. Eine bewegte Entdeckungsreise.

Der Kurs richtet sich an Menschen, die sich mit biblischen Geschichten ganzheitlich auseinandersetzen wollen

6mal Fr 08./15./22./29.05., 12./19.06.2026

Olympiakirche, Helene-Mayer-Ring 25, 80809 München

Sei getrost und unverzagt

Josua auf dem Weg ins gelobte Land –

Wochenendseminar mit body:move & soul

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. Eine bewegte biblische Entdeckungsreise.

Die Bereitschaft, sich offen, kreativ und kooperativ auf den Gruppenprozess einzulassen, ist für das Gelingen des Seminars Voraussetzung.

Fr 24.04.2026, 18.00 Uhr – So 26.04.2026, 13.00 Uhr

Labenbachhof, Froschsee 7, 83324 Ruhpolding

Siehe, ich mache alles neu

Ein bewegter Workshop-Tag zur Jahreslosung

– mit **body:move & soul**

Die Jahreslosung 2026 stammt aus der Offenbarung im 21. Kapitel: Gott spricht: „Siehe, ich mache alles neu!“ – an diesem Workshoptag wollen wir die Jahreslosung mit dem Körper und dem Herzen bewegen.

Vorerfahrungen in Bewegung oder Tanz sind nicht erforderlich, sehr wohl aber die Bereitschaft, sich auf freie Bewegung und wertschätzende Kommunikation einzulassen.

Sa 11.07.2026, 10.00–17.00 Uhr

Magdalenenkirche, Ohlenhauer Str. 16, 80997 München

Ökumene

Weltgebetstag – 06. März 2026 Nigeria „Kommt! Bringt eure Last.“

Ökumenische Vorbereitung aus Nigeria

„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. Der Weltgebetstag lädt dazu ein, die Lebenssituationen von Frauen in anderen Ländern kennen- und verstehen zu lernen und über Konfessionen, nationale Grenzen und kulturelle Unterschiede hinweg Wege zueinander zu finden.

Er verbindet Gebet und Handeln für den Frieden, Gerechtigkeit und Frauenrechte. Was vor über 130 Jahren in Nordamerika entstand, wurde mit der Zeit zur größten ökumenischen Basis-Bewegung christlicher Frauen. Das soll auch 2026 mit Blick nach Nigeria sein, wo 236 Mio. Menschen leben, davon etwa die Hälfte Christen.

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

Info und Anmeldung

beim **Erzbischöflichen Ordinariat München**,

Ressort Seelsorge und kirchliches Leben, Frauenseelsorge,
Schrammerstr. 3, 80333 München,

[https://www.frauenbund-bayern.de/aktion/
weltgebetstag-2026/](https://www.frauenbund-bayern.de/aktion/weltgebetstag-2026/)

21 37 14 37, frauenseelsorge@eomuc.de

Ökumenische Exerzitien im Alltag

Vierwöchiger Vorbereitungskurs auf Ostern

Zahlreiche Gemeinden in Bayern bieten in der Passionszeit einen Übungs- und Erfahrungsweg mit täglicher Besinnung und 5 Gruppentreffen an.

Machen Sie mit! Für sich oder in der Gruppe. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Kirchengemeinde, ob dieser Übungsweg angeboten wird. Sie könnten die Exerzitien auch selbst anbieten.

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

Weitere Infos bekommen Sie bei

Dorothea Hahn unter hahn@stmartin-muenchen.de und auf der Homepage des Spirituellen Zentrums St. Martin www.stmartin-muenchen.de/Veranstaltungen

Titelbild zum WGT 2026 mit dem Titel „Rest for the Weary“ (Erholung für die Müden) stammt von der jungen nigerianischen Künstlerin Gift Amarachi Ottah.



Engagement in der Kirchengemeinde

„Wenn du schnell gehen willst, geh' alleine.

Wenn du weit kommen willst, geh' gemeinsam.“

Das *ebw* wurde mit dem Ziel gegründet, 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.

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



Stark im Ehrenamt

Kollegiales Beratungsformat für Menschen, die Ehrenamtliche begleiten

Die Arbeit mit Ehrenamtlichen ist wertvoll – und manchmal herausfordernd. Unser Angebot möchte Sie dabei unterstützen, Ihren Alltag in der Einrichtung/Kirchengemeinde reflektiert, kompetent und mit neuer Energie zu gestalten. Drei Termine zum Austausch in einem offenen, geschützten Rahmen. Jedes Treffen beginnt mit einem fachlichem Impuls.

413-A26 Mo 09.03.2026

Gewinnung und Motivation von Ehrenamtlichen

414-A26 Do 16.04.2026

Verschiedene Rollen im Ehrenamt:
Definition und Abgrenzung

415-A26 Mo 11.05.2026

Angebote in unserer Kirchengemeinde/sozialen Einrichtung
17.30 – 20.00 Uhr, je € 10,-

Sabine Bankauf, Kulturwissenschaftlerin,
Leiterin des Freiwilligenzentrums z'sam

Anmeldung bitte bis eine Woche vorher beim *ebw*

Gruppen leiten

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.

Freiwilligenkoordination kompakt

Grundlagenkurs über drei Tage

Mi 25.11., Do 26.11., Do 03.12.2026, 09.00 - 16.30 Uhr,
€ 180,-; EA € 90,-

Sabine Bankauf, Kulturwissenschaftlerin, Leiterin des Freiwilligenzentrums z'sam

Andrea Niedermaier, Angewandte Sozial- und Bildungswissenschaftlerin M. A., Ehrenamtskoordinatorin bei der Diakonie München und Obb.

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

260-B26 Anmeldung bitte bis Mi 11.11.2026 beim **ebw**

„Wir sind offen für alle“

Workshop Diversität

Aber: wer sind „alle“ und wer sind „wir“ eigentlich? Wie treten wir auf, als Kirchengemeinde, als Gruppe, als Teil davon? Wen wollen wir „dabei haben“? Inwieweit haben wir oder wollen wir „Vielfalt“ im Blick haben, beispielsweise Alter, Familienstand, Einkommen, Bildung, (soziale) Herkunft, körperliche Besonderheit bis zu Hautfarbe, Religion bzw. Weltanschauung. Was wünschen sich Menschen, um sich angesprochen, gemeint zu fühlen?

Mi 04.03.2026, 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

415-A26 Anmeldung bitte beim bis Mi 25.02.2026 **ebw**

Eltern-Kind-Gruppen

Referentin für beide Angebote ist **Britta Werhahn**, Dipl. Sozialpädagogin, Leiterin des Familienzentrums Höhenkirchen-Siegersbrunn

Die Angebote können unabhängig voneinander besucht werden.

Online

Anmeldung bitte bis jeweils eine Woche vorher beim **ebw**

Aufbau und Gründung

442-A26 Mi 08.04.2026, 19.00 - 21.00 Uhr, € 15,-

Gute Leitung und Vorbereitung

443-A26 Di 14.04.2026, 19.00 - 21.30 Uhr, € 15,-



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>



Besuchen

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.

*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

Besuchen kann auch „professionalisiert“ werden. Sie könn(t)en auch ehrenamtlich in einer Gemeinde oder in einem Krankenhaus besuchen. Es werden Methoden für gelungene Begegnung vermittelt, von der Planung bis zum Abschied. Sie lernen, was es bedeutet, gut mit und für andere da zu sein. Den Themen nähern wir uns durch gehaltvolle Impulse qualifizierter Fachleute, im Gespräch mit anderen, durch gemeinsames Ausprobieren und Übungen, die im alltäglichen Leben hilfreich sind.

5mal Mi 14./28.10., 11./25.11., 02.12.2026

18.00-21.00 Uhr, HA €70,-; EA €35,-

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

441-B26 Anmeldung bitte bis Mi 30.09.2026 beim **ebw**

Aufbaukurs Seelsorge

In diesem Kurs werden Themen der 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 besteht die Möglichkeit, ein achtwöchiges Praktikum zu 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 Seelsorge ist der abgeschlossene Basiskurs Seelsorge oder eine vergleichbare Ausbildung. Falls Sie unsicher sind: gerne Kontakt aufnehmen, um abzuklären, ob die gegenseitigen Erwartungen zusammenpassen.

5mal Mi 04.03./18.03, 01.04./15.04./29.04.2026

18.00-21.00 Uhr, €50,-

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

441-A26 Anmeldung bitte bis Mi 25.02.2026 beim **ebw**



Gottesdienst feiern

Liturgie und Bibel

Lesen biblischer Texte und liturgische Gestaltung im Gottesdienst

Biblische Geschichten und Texte sollen und wollen im Gottesdienst lebendig werden. Doch wie gelingt es mir, diese im Gottesdienst packend zu lesen und würdig zu gestalten? Und, wie lese ich Fürbitten und wie teile ich richtig Abendmahl aus? Eine Fortbildung für liturgische Lektorinnen und Lektoren.

Bei Interesse kann das Angebot in Ihrer Gemeinde stattfinden – melden Sie sich bei uns!

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 Kirchenräume mögen und Lust haben, sie ganzheitlich zu erkunden, Ihre Sprache und Symbolik kennenlernen und dies weitervermitteln wollen.

2 Wochenenden, vier Samstage
und ein Abend **online** via ZOOM



Dieses Angebot gibt es wieder im Herbst 2026. Sie können sich gerne vormerken lassen

Kooperation mit den Evangelischen Bildungswerken Bad Tölz e. V., Rosenheim-Ebersberg e. V. und Weilheim e. V..

Christentum – tierisch anders

Darstellung von Tieren – Legenden und Symbole

In der christlichen Kunst begegnen uns oft vielseitige Darstellungen von Tieren, die immer wieder Interesse und Erstaunen beim Betrachter wecken. Sei es dass Ritter gegen Drachen kämpfen, Maria entschieden auf einer Schlange steht, Bären Gepäck tragen, ein Mensch von einem Wal ausgespuckt wird oder auch das Lamm in unterschiedlicher Darstellung. Wir erkunden gemeinsam die Legenden und deren Bedeutung.

Mi 10.06.2026, 18.00–20.00 Uhr, € 10,-

Christiana Biron, Kunstvermittlerin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

448-A26 Anmeldung bitte bis Mi 03.06.2026 beim **ebw**

Parament (liturgische Textilie für den Kirchenraum) von der Weberin Inger Jansen, evangelische Christuskirche, Schliersee,



In den Gemeinden arbeiten

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 Grundkurs besteht aus vier Tagesmodulen, die einzeln gebucht werden können und an verschiedenen Orten stattfinden:

Modul 1:

Amt und Selbstverständnis der Mesnerin/des Mesners, Gottesdienstordnung, Kasualgottesdienste, Altar- und Blumenschmuck

Modul 2:

Feier des Heiligen Abendmahles, Kirchliche Kunst und ihre Pflege, Reinigung und Pflege liturgischer Geräte

Modul 3:

Glocken – Technik und Läuteordnung, Besser hören – besser verstehen, Kerzen und ihre Pflege, Kirchenjahr, Paramente und liturgische Farben

Modul 4:

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

Dieses Angebot gibt es wieder im Frühjahr 2026.

Nähere Infos auf unserer Homepage.

Kooperation mit den Evangelischen Bildungswerken Bad Tölz e.V., Rosenheim-Ebersberg e.V. und Weilheim e.V..

Intelligent und resilient durch den Pfarrbüro-Alltag

Seminar für MitarbeiterInnen in Pfarrbüros

Eine Ausbildung zur Pfarrbüroassistentin oder dgl. gibt es nicht. Die alltägliche Arbeit erfordert vielfältige Kompetenzen, von der Anwendung verschiedener EDV-Programme, bis zum Umgang mit ganz unterschiedlichen Menschen und ihren Anliegen. Nicht selten ein Spagat aus Helfenwollen, Verantwortungsgefühl und Zeitknappheit.

Günther Frosch zeigt uns, wie Künstliche Intelligenz helfen kann, mit diesen Anforderungen fertig zu werden.

Und wenn es dann zu viel wird? Dann ist Resilienz gefragt. Wie „die geht“ – das zeigt uns Nadine Greck.

Di 16.06.2026, 09.00 – 16.30 Uhr, €30,-

Günther Frosch, Linguist, Text Coach, Übersetzer für Leichte Sprache

Nadine Greck, Business- und Life-Coach, Mediatorin *ebw*, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

444-A26 Anmeldung bitte bis Di 09.06.2026 beim *ebw*

MEDIEN

*Beratung Digitale Medien –
besondere Projekte &
MultiplikatorInnen-Schulungen –
Smartphone/Tablet: Kurse & Themen-Termine –
Vorträge zur Digitalen Welt –
regelmäßige Lern-Treffs zur Digitalen Welt –
Angebote mit Gebärdensprache –*

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, 08.30 – 13.30 Uhr

Hinweis zu Ermäßigungen & Symbolen

Die Stadt München unterstützt ältere Menschen bei der digitalen Teilhabe. Die Veranstaltungen, die mit diesem **Symbol** gekennzeichnet sind, sind für Menschen mit geringer Rente (bis € 1.820,- für Alleinstehende, € 2.730,- für Ehepaare) und Vermögen (€ 20.000 bzw. € 30.000) nach Prüfung kostenfrei.



Viele dieser 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 Klein-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.

MultiplikatorInnen-Schulungen & Besondere Projekte (VB/SP)

KI, mein Kurs & Ich – Fragen & Antworten



Experten-Impuls und Austausch für Dozierende

Christian Pfliegel, TÜV-zert. KI-Koordinator und Referent für Digitale Bildung gibt Impulse zu aktuellen Entwicklungen im Bereich KI & Erwachsenenbildung.

Welche neuen KI-Tools, -Prompts, -Methoden, -Gesetzgebungen lohnt es sich als DozentIn zu kennen? Bringen Sie gern auch eigene Beispiele mit. Der Referent beantwortet Ihren offenen Fragen, diskutiert mit Ihnen Ihre Erfahrungen, Best-Practise, Lessons Learnt und Sie lernen miteinander voneinander.

gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus

Do 26.03.2026, 18.30 – 20.45 Uhr, € 10,-
kostenfrei für Ehrenamtliche und aktive *ebw*-Referierende

Christian Pfliegel, Fachreferent für digitale Bildung,
TÜV-zert. KI-Koordinator

Online

504-A26 Anmeldung bitte bis Do 19.03.2026 beim *ebw*
weitere Termine im Herbst in Planung



Fachtag Digitale Medien & ältere Menschen



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 Einstiegsvorträgen und in verschiedenen Workshops am Nachmittag.

Unser Motto dieses Jahr:

Selbstbestimmt durch die Digitale Welt

Die Vorträge

- Dimensionen digitaler Selbstbestimmung – von politischen Bestrebungen bis zu persönlichen Möglichkeiten
- Digital unterwegs sein kostet – Aktuelles zur Schuldenprävention bei älteren Menschen in München

Die Workshops (wähle 2 aus 4)

- Alternative Apps ausprobieren
 - Ausflug ins Darknet – die „dunkle“ Seite des Internets
 - Smart Home in München – Bericht eines Selbstversuchs
 - Hilfe, die stark macht – Unterstützen ohne Überforderung
- Ausführl. Beschreibungen siehe Website

Kooperation Evang.Arbeitsgemeinschaft Medien (eam) des Deutschen Evang. Frauenbundes Landesverband Bayern e.V., gefördert im Rahmen des Seniorenprogrammes der LH München Surfen-für-Alle

Sa 07.03.2026, 09.30 – 17.00 Uhr, Surfen-für-Alle

Präsenz € 19,- (EA), € 39,- (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 & Zoom
der Veranstaltungen im Plenumssaal

501-A26 Anmeldung bitte bis Fr 27.02.2026 beim *ebw*

Neu: Geld und die Digitale Welt

Sie sind bereits mit Smartphone, Tablet oder Laptop im Internet unterwegs? Aber wenn's ums Geld geht – sind Sie unsicher? Online-Banking, Bezahlen mit dem Smartphone... klingt alles nützlich. Aber ist es nicht auch gefährlich? Geld-Angelegenheiten in der Digitalen Welt informiert und sicher regeln – dafür nehmen wir uns in dieser Seminar-Reihe Zeit. Bei einigen Dingen wie Smart Bezahlen lernen, ... üben Sie den Umgang ganz praktisch. Über andere Themen erfahren Sie wichtiges Hintergrundwissen z.B. Betrugsversuche erkennen und vermeiden, Kryptowährung ,...

Ebenso erhalten Sie Orientierung beim Online-Banking/Mobile-Banking, Dabei bleibt Ihr persönliches Online-Banking selbstverständlich privat. Ihr Bedarf und Ihre Interessen bestimmen das konkrete Programm mit. Die Termine sind einzeln buchbar, eine Buchung als „Kurs“ wird empfohlen.

gefördert vom

Bayerischen Staatministerium für Umwelt & Verbraucherschutz

Gregor Biedermann

Trainer Verbraucherbildung Bayern

ebw, für gehörlose Menschen

5mal Do 02.04./09.04./28.05./

18.06./30.07.2026

1mal Mi 03.06.2026 jeweils 15.30–18.00 Uhr,

€3,-/Termin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

524-A26 Anmeldung bitte bis 1 Woche vor Termin beim **ebw**



Kooperation Alten & Service-Zentrum Isarvorstadt

Termine werden noch bekannt gegeben

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

Anmeldung bis 1 Woche vor Termin beim ASZ, 23 23 98 84 0

Smartphone/Tablet (Android) (VB/SP)

Sofern nicht anders angegeben, gefördert von der LH München, Surfen-für-alle-Projekt.

Smartphone/Tablet Einstieg

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

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Aubing

5mal Mo ab 02.03.2026, 14.00–16.15 Uhr, kostenfrei

Petra Schröck, EDV-Dozentin

ASZ Aubing, Am Aubinger Wasserturm 30, 81249 München

Anmeldung bitte bis Mo 23.02.2026 beim ASZ, 86 46 68 10

Smartphone/Tablet-Weiterlernen

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 kennenlernen, mehr über Sicherheit und Datenschutz erfahren, nützliche Apps, Messenger wie WhatsApp bedienen lernen? Hier sind Sie richtig.

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Aubing

5mal Mo ab 13.04.2026, 09.30–11.45 Uhr, (nicht 27.04.)

kostenfrei

Petra Schröck, EDV-Dozentin

ASZ Aubing, Am Aubinger Wasserturm 30, 81249 München

Anmeldung bitte bis Mo 06.04.2026 beim ASZ, 86 46 68 10

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 Alten & Service-Zentrum Bogenhausen

Mo 16.03.2026, 09.30 - 12.45 Uhr, € 10,-

Petra Schröck, EDV-Dozentin

ASZ Bogenhausen, Rosenkavalierplatz 9, 81925 München
Anmeldung bitte bis Mi 09.03.2026 beim ASZ 46 13 34 64 0

Mi 22.04.2026, 09.30 - 12.00 Uhr, € 10,-

Dorothea von Wieck, EDV-Dozentin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

506-A26 Anmeldung bitte bis Mi 15.04.2026 beim **ebw**



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.

Kooperation mit dem Alten- & Service-Zentrum Isarvorstadt

Di 09.06.2026, 14.15 - 16.00 Uhr, € 3,-

Petra Schröck, EDV-Dozentin

ASZ Isarvorstadt, Hans-Sachs-Straße 14, 80469 München
Anmeldung bitte bis Di 02.06.2026 beim ASZ, 23 23 98 84 0

Smartphone/Tablet (iOS) (VB/SP)

Seminare zu iPhone/iPads (Geräten von Apple)

iPhone/iPad – Fragen & Antworten



für Interessierte mit Grundlagen-Kenntnissen

Sie nutzen schon länger ein iPhone/iPad 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 Fachfrau beantwortet Ihre Fragen. Reichen Sie Ihre Fragen gern schon bei der Anmeldung ein. So kann sich die Referentin optimal auf Sie vorbereiten.

*gefördert im Seniorenprogramm der LH München,
Surfen-für-Alle-Projekt.*

Mo 04.05.2026, 13.30 - 16.30 Uhr, € 10,-

Dorothea von Wieck, EDV-Dozentin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

510-A26 Anmeldung bitte bis Mo 27.04.2026 beim **ebw**



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

Diese Termine eignen sich für Menschen, die bereits ein Gerät – egal ob Android (Samsung, LG, Huawei, ...) oder iOS (Apple) haben, damit telefonieren, fotografieren, surfen und eine Google-E-Mail-Adresse/Apple ID haben.

Weitere betriebssystem-übergreifende Themen-Termine für Smartphone/Tablets finden Sie kurzfristig in unseren verschiedenen **Lern-Treffs**. Sie werden einige Wochen vor Termin bekannt gegeben.

Sprach- & KI-Assistenzen auf dem Tablet/Smartphone

Siri, Hey Google sind schon drauf, ChatGPT und andere können noch als App auf's Gerät installiert werden. Was können die Sprach-Assistenz-Systeme und KIs? Wie erleichtern sie mir den Alltag? Was muss ich über Datenschutz, Antwort-Qualität u. ä. wissen, wenn ich diese Helferlein einsetzen möchte? Und wie geht das ganz praktisch?

gefördert im Seniorenprogramm der LH München, Surfen-für-Alle-Projekt.

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Bogenhausen

Di 02.06.2026, 14.30 - 16.00 Uhr, €2,-

Petra Schröck, EDV-Dozentin

ASZ Bogenhausen, Rosenkavalierplatz 9, 81925 München

Anmeldung bitte bis Do 26.05.2026 beim ASZ 46 13 34 64 0

Mit dem Smartphone in den Urlaub

Wir klären: Wie surfe/telefoniere ich auch gut und sicher im (Auslands-) Urlaub? Welche Apps können sich im Urlaub als nützlich erweisen? Wie wäre es z.B. mit einem WC-Finder? Apps zur Pflanzenbestimmung, zum Finden von Restaurants, Campingplätzen u. ä.

Kooperation Magdalenenkirchengemeinde im Rahmen des „Digitalfrühstücks für Ältere“

gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus

Mi 25.02.2026, 10.00 - 12.15 Uhr, kostenfrei,

Spenden erwünscht, inkl. Brezn-Frühstück

Manfred Hachen, EDV-Trainer Verbraucherbildung Bayern

Ev. Magdalenenkirche, Ohlauer Str. 16, 80997 München

Anmeldung bitte bis Mi 18.02.2026 unter 14 92 99 2

Fotos & Videos auf dem Smartphone/Tablet

Tipps zum Sichern, Organisieren und Erstellen

Heute entdecken wir nützliche Feinheiten für die Foto-/Video-Aufnahme wie z.B. Serienbilder, Video pausieren u. v. m. Wir lernen Aufnahmen in Alben zu organisieren und wie man diese oder auch einzelne Bilder/Videos sichern kann. Konkret lernen wir dafür die App „Datei-Manager“ kennen und lernen Daten auf PC/Laptop zu übertragen, wobei hier ein Schwerpunkt auf dem Einsatz von speziellen USB-Sticks liegt, die der Referent bereitstellen wird.

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Freimann im Rahmen des „Digitalen Dienstags“

gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus

Di 17.03.2026, 14.00 - 16.15 Uhr, kostenfrei

Manfred Hachen, Trainer Verbraucherbildung Bayern

ASZ Freimann, Edmund-Rumpler-Str.1, 80939 München

Anmeldung bitte bis Di 10.03.2026 beim ASZ 32 98 93 0

Vorträge & Co zur Digitalen Welt (VB/SP)

Sofern nicht anders angegeben, gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht und Kultus

Unabhängig werden von Google & Co



Digitale Souveränität im Alltag

Europa und Deutschland setzen zunehmend auf digitale Unabhängigkeit von großen US-Tech-Firmen wie Meta, Microsoft... z.B. mit politischen Initiativen, dem Aufbau eigener digitaler Infrastrukturen. Auch Unternehmen und Organisationen setzen auf europäische oder datenschutzfreundliche Lösungen, um ihre digitale Unabhängigkeit zu stärken. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie sich diese Entwicklungen auf unseren Alltag auswirken - und was Sie selbst tun können. Welche Alternativen gibt es z.B. bei E-Mail-Anbietern, Nachrichtendiensten, Suchmaschinen, Browsern oder Navigations-Apps? Dabei reden wir auch über Werte wie Datenschutz, Transparenz und regionale Verantwortung.

Gregor Biedermann,
Trainer Verbraucherbildung Bayern

Mo 16.03.2026, 09.30 - 11.45 Uhr, € 5,-
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III
507-A26 Anmeldung bitte bis Mo 09.03.2026 beim **ebw**

*gefördert vom Bay. Staatsministerium
für Umwelt & Verbraucherschutz*



Di 16.06.2026, 18.30 - 20.00 Uhr, € 0,- Spenden für die
Gehörlosen-Bildung willkommen
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III und **Online**
508-A26 Anmeldung bitte bis Di 09.06.2026 beim **ebw**



Rund um Drohnen

Heute dreht sich alles um Drohnen: Was ist politisch aktuell? Welche Regeln und Pflichten gelten für Hobby-Pilotinnen? Wann braucht man einen Drohnen-Führerschein und wo und wie kann ich ihn machen? Wir sprechen über Rechte von Verbraucherinnen, Sicherheit und Datenschutz - und werfen einen Blick in die Glaskugel auf neue Entwicklungen der kommenden Jahre. Mit Fragerunde und kleiner Vorführung (ohne Flug).

Manfred Hachen,
Trainer für Verbraucherbildung Bayern

*im ebw - mit Gebärdensprache
gefördert vom Bay. Staatsministerium
für Umwelt & Verbraucherschutz*



Di 17.03.2026, 18.30 - 20.00 Uhr, kostenfrei,
Spenden für die Gehörlosen-Bildung willkommen
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III und **Online**
502-A26 Anmeldung bitte bis Di 10.03.2026 beim **ebw**



*Kooperation Alten & Service-Zentrum Freimann
im Rahmen des „Digitalen Dienstag“*

Di 21.04.2026, 14.00 - 16.15 Uhr, kostenfrei
ASZ Freimann, Edmund-Rumpler-Str.1, 80939 München
Anmeldung bitte bis Di 14.04.2026 beim ASZ 32 98 93 0

Kooperation Alten & Service-Zentrum Au

Mi 13.05.2026, 09.45 - 12.00 Uhr, kostenfrei
ASZ Au, Balanstr. 28, 81669 München
Anmeldung bitte bis Mi 06.05.2026 beim ASZ 45 87 40 29

Wie macht die KI, was ich will und brauche?

Einstieg in Künstliche Intelligenz für SeniorInnen

Sie haben schon von „Künstlicher Intelligenz“ oder ChatGPT gehört – aber was steckt dahinter? Und wie kann Ihnen so eine KI im Alltag wirklich nützlich sein? In diesem Workshop lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie mit einer KI wie ChatGPT sprechen oder schreiben, damit Sie sinnvolle und hilfreiche Antworten bekommen – z. B. für die Reiseplanung, zum Nachschlagen von Informationen, für kreative Texte oder sogar beim Formulieren von E-Mails. Gemeinsam üben wir: Wie Sie gute Fragen und Anweisungen („Prompts“) stellen, woran Sie erkennen, ob die Antworten richtig und brauchbar sind, was eine KI kann – und was (noch) nicht, und worauf Sie beim Datenschutz achten sollten. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Bitte bringen Sie ein internetfähiges Gerät (Laptop, Tablet oder Smartphone) mit – und vor allem: Ihre Neugier!

Matthias J. Lange

Journalist, Dozent, Blogger

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Isarvorstadt

Di 24.02.2026, 14.00- 16.30 Uhr, €3,-

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

Anmeldung bitte bis 17.02.2026 unter 23 23 98 84 0

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Thalkirchen

Di 12.05.2026, 14.30- 16.45 Uhr, €2,-

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

Anmeldung bitte bis Di 05.05.2026 unter 74 12 77 90

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? Unsere erfahrene Dozentin informiert Sie und zeigt anschaulich an sogenannten Demo-Konten, wie Online-Banking Schritt-für-Schritt funktioniert.

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Milbertshofen

Mo 27.04.2026, 15.00- 17.15 Uhr, €3,-

Gregor Biedermann, Trainer Verbraucherbildung Bayern

ASZ Milbertshofen, Schleißheimerstr. 378, 80809 München

Anmeldung bitte bis Mo 20.04.2026 beim ASZ 35 62 77 33 0

gefördert von der LH München, Surfen für Alle Projekt

Mi 06.05.2026, 10.00- 13.00 Uhr, € 10,-

Dorothea von Wieck, EDV-Dozentin

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

505-A26 Anmeldung bitte bis Mi 29.04.2026 beim **ebw**



Podcasts, Hörbücher und mehr

Erfahren Sie z. B., wie Sie spannende Hörinhalte aus dem Internet kostenlos nutzen und wo es seriöse Bezahlangebote gibt.

Kooperation Magdalenenkirchengemeinde im Rahmen

des „Digitalfrühstücks für Ältere“

gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus

Mi 25.03.2026, 10.00- 12.15 Uhr, kostenfrei,

Spenden erwünscht, inkl. Brezn-Frühstück

Manfred Hachen, EDV-Trainer Verbraucherbildung Bayern

Ev. Magdalenenkirche, Ohlauer Str. 16, 80997 München

Anmeldung bitte bis Mi 18.03.2026 unter 14 92 99 2

Einkaufen leicht gemacht

mit dem Internet, aus dem Supermarkt, an die Haustür

Sie gehen gern selbst einkaufen, möchten den Blumenkohl vorher in die Hand nehmen, und der Plausch an der Kasse gehört einfach dazu? Verständlich! Doch was, wenn es draußen stürmt, die Beine nicht mitmachen, die Grippewelle rollt?

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie einfach und sicher eine große Vielfalt haltbarer wie frischer (!) Lebensmittel im Internet bestellen können. Wir klären alles Wissenswerte von A wie Anbieter, Auswahl oder Angehörigen-Unterstützung, über Bezahlung, Datenschutz, Reklamation bis Z wie Zufriedenheitsgarantie. Nie wieder Wasserkästen schleppen klingt super, aber Eisberg-Salat, Eier oder gar Eiscreme frisch und gefrierbrandfrei vom Lieferanten – wirklich? Unsere Verbraucher-schutzexpertin nimmt Ihre Bedenken auf, beantwortet Ihre Fragen und vermittelt Ihnen, worauf Sie achten können, damit Sie nicht nur mit dem Einkaufs-Erlebnis sondern auch -Ergebnis glücklich werden.

Ursula Liersch, Fachberaterin Lebensmittel und Ernährung
Verbraucherzentrale Bayern e.V.

im Rahmen des Projekts IN FORM gefördert durch das BMELH

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Hasenberg!

Mo 16.03.2026, 14.00- 15.30 Uhr, kostenfrei
ASZ Hasenberg!, Stanigplatz 8a, 80933 München
keine Anmeldung erforderlich

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Milbertshofen

Mi 04.03.2026, 14.00- 15.30 Uhr, €3,-
ASZ Milbertshofen, Schleißheimerstr. 378, 80809 München
Anmeldung bitte bis Mi 27.02.2026 beim ASZ, 35 62 77 33 0

Lern-Treffs zur Digitalen Welt (VB/SP)

Sofern nicht anders angegeben, gefördert vom Bayerischen Staatsministerium für Unterricht & Kultus

„Bella Digital-ia“



Lern-Treff rund um die Digitale Welt ... im ebw

Unter dem Motto „Genußvoll, statt frustvoll“ setzen wir uns regelmäßig mit Ihren digitalen Informations- & Bedien-Anliegen auseinander. Wir betrachten aktuelle „Sehenswürdigkeiten“ (z. B. neue Apps) der Digitalen Welt und erfahren, wie wir uns dort sicher bewegen und vor virtuellen Taschendieben schützen. Jedes Treffen hat im 1. Teil ein neues Thema. Welches dieses „Reiseziel“ ist, legen Sie gemeinsam fest.

Neue Interessierte können jederzeit zusteigen in unseren Reisebus durch „Digitalien“, während „Stammgäste“ auch länger gemeinsam unterwegs sein können. Jede gute Exkursion bietet auch Zeit zur freien Verfügung – in unserem Fall im 2. Teil zum Üben und Klären weiterer digitaler Anliegen.

Neu ab April 2026: Wir stellen uns offen der Realität, dass KI Teil der digitalen Welt ist. Wo es inhaltlich passt, entdecken wir neue KI-Funktionen, setzen uns kritisch mit den Vor- und Nachteilen auseinander. Kann KI unsere Dozierenden unterstützen, Seminar-Inhalte vor- und aufzubereiten? Wir probieren es datenschutzkonform aus und reden darüber; kommt KI zum Einsatz, machen wir das transparent.

Die konkreten Themen können einige Wochen vorher auf unserer Website eingesehen oder telefonisch erfragt werden.

Mo 23.02./23.03./27.04./29.06./27.07.2026

jeweils 09.30- 11.45 Uhr, €8,- inkl. kleinem Frühstück,

Petra Schröck, EDV-Dozentin

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

507-A26 Anmeldung bitte bis 1 Woche vor Termin beim **ebw**

Café & Clicks – am Montag

Lern-Treff 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).

Neu ab April 2026: Wir stellen uns offen der Realität, dass KI Teil der digitalen Welt ist. Wo es inhaltlich passt, entdecken wir neue KI-Funktionen, setzen uns kritisch mit den Vor- und Nachteilen auseinander. Kann KI unsere Dozierenden unterstützen, Seminar-Inhalte vor- und aufzubereiten? Wir probieren es datenschutzkonform aus und reden darüber; kommt KI zum Einsatz, machen wir das transparent.

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

*Kooperation Alten- & Service-Zentrum Ramersdorf
gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus*

Mo 16.03./13.04./11.05./08.06./13.07./10.08.2026

jeweils von 14.00 – 16.30 Uhr, €2,- für Kuchen & Tee/Kaffee
Bernd Walter, EDV-Dozent

ASZ Ramersdorf, Rupertigaustraße 61a, 81671 München
Anmeldung bitte bis 1 Woche vorher beim ASZ 67 34 68 79 0

Café & Clicks – am Freitag

Lern-Treff im ASZ Ramersdorf

Neues & Nützliches aus der Welt der Technik in geselliger Runde – wie auch beim Café & Clicks am Montag (Beschreibung s. links).

Neu ab April 2026: Auch bei diesem Treff entwickeln wir uns weiter. Statt auf mehr KI, liegt unser Fokus mehr auf A & B: Alltagspraxis und Begegnung: Wir nehmen uns noch mehr Zeit für Austausch. Apps & Funktionen unterziehen wir dem knallharten Realitäts-Check, wenn wir z.B. mit Navigations-Apps nicht im Kursraum, sondern draußen in freier Wildbahn üben.

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

*Kooperation Alten- & Service-Zentrum Ramersdorf
gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus*

jeweils den letzten Freitag im Monat (außer 22. Mai 2026)

10.30 – 13.00 Uhr, €2,- für Butterbrezn 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

Digitaler Dienstag

Lern-Treff rund um die Digitale Welt im ASZ Freimann

Ablauf siehe „Café & Clicks am Montag“ mit einem größeren Schwerpunkt auf Android-Smartphones.

Neu ab April 2026: Auch hier fühlen wir der Nützlichkeit von KI auf den Zahn, sei es bei der Seminarvorbereitung oder bei den Themen selbst, mit denen wir uns beschäftigen.

*Kooperation Alten- & Service-Zentrum Freimann
gefördert vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus*

Manfred Hachen, EDV-Trainer Verbraucherbildung Bayern

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

Di 17.03.2026	Fotos & Videos auf Smartphone/Tablet
Di 21.04.2026	Rund um Drohnen
Di 05.05.2026	Thema wird noch bekannt geben
Di 02.06.2026	Thema wird noch bekannt geben
Di 07.07.2026	Thema wird noch bekannt geben
Di 04.08.2026	Thema wird noch bekannt geben

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

Lern-Treff Digitale Welt – in Gebärdensprache



Auch 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.

Neu ab April 2026: Wir entdecken: Wo ist überall schon KI? (Wie) kann KI uns beim Lernen unterstützen? Diese Frage zieht sich durch alle Themen und Termine – z. B. was die (Material)-Vorbereitung der Dozentin angeht.

Wunsch-Programm

Alle, die am 1. Treffen dabei sind, können mitbestimmen: Welche neuen 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 vom Bay. Staatsministerium für Unterricht & Kultus

Mi 25.02./11.03./22.04./20.05./24.06./08.07.2026

jeweils von 13.45 – ca. 16.00 Uhr, Spenden willkommen

Petra Kremer, gehörlose SmartSurfer-Trainerin

Evang. Gehörlosenseelsorge

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

Anmeldung bitte unter kremerpe@gmx.de

Angebote mit Gebärdensprache (SP)



Lern-Treff Digitale Welt – Gebärdensprache

von Gehörlosen für Gehörlose

siehe Seite 121.

Geld und die Digitale Welt (VB)

Praxis-Kleingruppen-Kurs für Gehörlose

siehe Seite

Medien-Treff mit Gebärdensprache (VB)

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 vsl. der LH München, Surfen für Alle

jeweils dienstags 18.30 – ca. 20.00 Uhr, kostenfrei
spenden Sie gern €5,- für Bildung mit Gebärdensprache
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III und **Online**

502-A26 Di 17.03.2026 Rund um Drohnen

508-A26 Di 16.06.2026 Unabhängig von Google & Co.



Weitere Themen für 2026 in Planung

VERBRAUCHERBILDUNG

*Finanzen & Versicherungen –
Recht & Vorsorge –
Energie & Nachhaltigkeit –
besondere Projekte –*

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 (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**.

Weitere aktuelle Seminare finden Sie unter:

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

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 z. T. Referierende kostenfrei organisieren.

Annette Hüskén-Brüggemann, Referentin für Medienbildung **ebw**, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III, 55 25 80 41 oder 0

Finanzen & Versicherungen

Endlich in Rente

**finanzielle Strategien für
den sorgenfreien Lebensabend**



Die Zeit des Vermögensaufbaus ist abgeschlossen. Gelder werden fällig, die Höhe der Rente steht fest! Statt „Sparen“ steht „Entsparen“ im Vordergrund. Passen Wünsche und finanzielle Möglichkeiten zueinander? Welche Strategien und Produkte sind geeignet zur Kapitalanlage in der Zeit des Vermögensverzehr? Wie bringt man Finanzen und Lebenserwartung zusammen? Was ist, wenn es doch anders kommt? Wie sieht die Vorsorge im Alter aus?

Di 14.04.2026, 15.15 - ca. 17.30 Uhr, € 5,-

Arthur Wilm, Dipl.-Kfm., Trainer Verbraucherbildung Bayern **ebw**, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

105-A26 Anmeldung bitte bis Di 07.04.2026 beim **ebw**

Geld im Griff

**Strategien für
eine entspannte finanzielle Zukunft**



Geht Ihnen beim Thema Geld auch manchmal das Lied durch den Kopf „*Das wünsch ich sehr, dass... einer bei mir wär, der lacht und spricht: Fürchte dich nicht.*“? Verbraucher-Trainer Arthur Wilm hat Strategien für Sie für einen besseren Überblick über persönliche Finanzen; kennt Sparvorschläge ohne den Verlust von Lebensqualität und geht mit Ihnen der Frage nach: Wie manage ich die begrenzte Ressource Geld auf dem Weg in eine finanziell gesicherte Zukunft mit der Chance auf Rücklagen für Wünsche, Träume und Altersvorsorge?

Di 14.04.2026, 18.30 - ca. 20.30 Uhr, € 5,-

Arthur Wilm, Dipl.-Kfm., Trainer Verbraucherbildung Bayern **ebw**, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III und **Online**

102-A26 Anmeldung bitte bis Di 07.04.2026 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/Fallstricke muss ich in entsprechenden Vertragsangeboten achten? Gelten Sonderregelungen, Einschränkungen, besondere Tarife für ältere Menschen? Was sind meine Rechte gegenüber Versicherungsgesellschaften?

Irmgard Waldherr

Fachberaterin Verbraucherfragen

Verbraucherzentrale Bayern Beratungsstelle München e.V.

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Westend

Do 05.03.2026, 14.00- 15.30 Uhr

Teilnahmegebühr und Ermäßigungen bitte beim ASZ erfragen

ASZ Westend, Tulbeckstr. 31, 80339 München

Anmeldung bitte bis Do 26.02.2026 beim ASZ 54 03 08 20

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Bogenhausen

Do 09.04.2026, 14.00- 15.30 Uhr, €2,-

ASZ Bogenhausen, Rosenkavalierplatz 9, 81925 München

Anmeldung bitte bis Do 02.04.2026 beim ASZ 46 13 34 64 0

Die Geschichte vom schlanken Osterhasen

und andere Einkaufs-Fallen im Supermarkt

Einkaufen ist für viele Menschen mittlerweile mit Stress verbunden. Oft fällt es schwer, die Lebensmittel-Kennzeichnung zu entziffern oder das gesamte Sortiment zu überschauen. Was bedeuten die E-Nummern? Der EAN-Code? Woher kommt das Gemüse? Wo liegen Tricks und Fallen im Supermarkt? Verbraucherschutzexpertin Ursula Liersch klärt auf und nimmt Sie mit auf einen Bummel durch einen virtuellen Supermarkt.

Ursula Liersch

Fachberaterin Lebensmittel und Ernährung

Verbraucherzentrale Bayern e.V.

Projekt IN FORM, gefördert durch das BMELH

Termine nach Absprache – Sie haben Lust, dieses Thema kostenfrei vor Ostern in Ihre Gemeinde/Einrichtung zu holen? Sprechen Sie uns an:

a.huesken-brueggemann@ebw-muenchen.de

Recht & Vorsorge

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

Wie finde ich für meine Angehörigen oder für mich selbst ein gutes Pflegeheim? Einen guten Pflegedienst? Oder auch eine alternative Versorgungsform – wie z.B. eine ambulant betreute Wohngemeinschaft für ältere Menschen? Und was, wenn das Angebot nicht hält, was es verspricht? Was sind meine Rechte und Möglichkeiten? Wer hilft? Darüber informiert die Münchner Beschwerdestelle für Probleme in der Altenpflege.

Francesca Lechner

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

Di 21.04.2026, 14.15 – 16.00 Uhr, kostenfrei
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

107-A26 Anmeldung bitte bis 14.04.2026 beim **ebw**



Kooperation Alten- & Service-Zentrum Isarvorstadt

Di 28.04.2026, 14.15 – 16.30 Uhr, kostenfrei
ASZ Isarvorstadt, Hans-Sachs-Straße 14, 80469 München
Anmeldung bitte bis Di 21.04.2026 beim ASZ, 23 23 98 84

Kosten und Finanzierung pflegerischer Versorgungsformen

Wie setzen sich die Kosten von verschiedenen pflegerischen Versorgungsformen und pflegerischen Wohnkonzepten in München zusammen? Welche Leistungen gibt es zur Finanzierung? Worauf muss ich achten? Wie weiß ich, was ich selbst zahlen muss? Wo finde ich neutrale Beratung und Unterstützung? Darüber informiert die Münchner Beschwerdestelle für Probleme in der Altenpflege. Schwerpunkt dieser Veranstaltung liegt auf dem Finanzaspekt.

Referentin siehe links

Di 30.06.2026, 14.00 – 16.15 Uhr, kostenfrei
ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

108-A26 Anmeldung bitte bis Di 23.06.2026 beim **ebw**



Kooperation Alten- & Service-Zentrum Isarvorstadt

Di 12.05.2026, 14.15 – 16.30 Uhr, kostenfrei
ASZ Isarvorstadt, Hans-Sachs-Straße 14, 80469 München
Anmeldung bitte bis Di 05.05.2026 beim ASZ, 23 23 98 84



Nie wieder Ärger mit Handwerkenden & Co

Ein frischer Anstrich für die Küche, eine neue Dusche für das Bad oder eine ins Schloss gefallene Haustür: Nicht alle Menschen sind handwerklich interessiert oder versiert. Wer Profis beauftragt, will sich Zeit und Mühe sparen. Doch passiert ein Missgeschick oder entpuppt sich der angerufene Notdienst als schwarzes Schaf, ist der Ärger groß. In solchen Fällen ist es gut zu wissen, welche Rechte Sie haben. Der Vortrag der Verbraucherzentrale Bayern greift Themen wie Kostenvoranschlag, Preiskalkulation und Sachmängel auf.

Sylvia Hartl

Fachberaterin für Verbraucherfragen, VerbraucherService Bayern im KDFB e.V.

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Altstadt

Di 14.04.2026, 14.30 - 16.00 Uhr, € 2,50

ASZ Altstadt, Sebastiansplatz 12, 80331 München

Anmeldung bitte bis Di 07.04.2026 beim ASZ, 26 40 46

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Haidhausen

Mi 29.07.2026, 14.00 - 15.30 Uhr, kostenfrei

ASZ Haidhausen, Begegnungsraum im Häusl,

Wolfgangstraße 18, 81667 München

Anmeldung bitte bis Mi 22.07.2026 beim ASZ, 46 13 84 0

Energie & Nachhaltigkeit

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 konkrete Anlaufstellen es gibt und worauf Sie achten sollten, darüber sprechen wir im zweiten Teil dieses Vortrages.

Rita Trost

Aufräum- & Lebenscoach, Heilpraktikerin

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Schwabing-Ost

Do 02.04.2026, 14.30 - 16.00 Uhr, € 3,-

ASZ Schwabing-Ost, Siegesstr.31, 80802 München

Anmeldung ab 10.03.2026 bis 01.04.2026

beim ASZ unter 68 97 92 30

Kooperation Alten- & Service-Zentrum Hasenberg

Mo 13.04.2026, 14.00 - 15.30 Uhr, kostenfrei

ASZ Hasenberg, Stanigplatz 8a, 80933 München

keine Anmeldung erforderlich

Kühl & gesund durch den Sommer

Worauf Sie als VerbraucherIn im Sommer achten sollten

Mit Fachberaterin für Lebensmittel und Ernährung Bianca Meraner entdecken wir gesunde Ernährung für den Sommer, erhalten wichtige Hinweise und Tipps als VerbraucherInnen und verköstigen eine gesunde Abkühlung direkt in der Veranstaltung.

*Kooperation Alten- & Service-Zentrum Laim
Projekt IN FORM, gefördert durch das BMELH*

Termin wird noch bekanntgegeben

14.30 - 16.00 Uhr, kostenfrei

Bianca Meraner, Fachberaterin Lebensmittel und Ernährung
Verbraucherzentrale Bayern e.V.

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

Anmeldung bitte bis 1 Woche vor dem Termin
beim ASZ, 57 50 14

Weitere **Nachhaltigkeits-Themen** finden Sie ausführlich in
unserem Fachbereich **GemeindeLeben** unter der Rubrik
Schöpfung

Besondere Projekte

Finanzielles Wohlbefinden im Alter

**geschickt haushalten, Unterstützungangebote kennen,
gut leben, Schulden vermeiden**

„Geld macht nicht glücklich, aber es beruhigt....“ Zu wenig oder auch zu viel davon, zu wenig Durchblick bei zu viel Papierkram – das lässt hingegen unruhig werden. Lassen Sie uns Ihr Wohlbefinden beim Thema Geld gemeinsam steigern. FachberaterInnen der Caritas informieren: Wie gewinnen Sie Durchblick bei Ihren Finanzen? Auf welche Unterstützung haben Sie Anspruch? Wo lässt sich intelligent hauswirtschaften, welche Tipps und Tricks gibt es, damit mehr für die schönen Dinge des Lebens bleibt? Wie vermeiden Sie Schulden-Fallen? Und was können Sie tun, wenn es doch mal eng wird?

Teilnehmen an einem Vortrag oder Seminar zu diesem Thema? Infos zu den nächsten Terminen erhalten Sie unter 55 25 80 0, service@ebw-muenchen.de

Für Einrichtungen:

Sie möchten kostenfrei eine Veranstaltung zu diesem Thema für Ihre SeniorInnen bei sich anbieten? Melden Sie sich gern bei annette.huesken-brueggemann@ebw-muenchen.de

*In Kooperation mit der Schuldner- und Insolvenzberatung
Caritas München-Ost*

*Gefördert vom Bayerischen Staatsministerium für Umwelt und
Verbraucherschutz*

KULTUR

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

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

602c-A26 Do 05.02.2026

Zu besprechendes Buch:

Mein Privatbesitz

von Mary Ruefle

Dr. Elvira Steppacher

602b-A26 Do 16.04.2026

Zu besprechendes Buch:

Der falsche Karl Valentin

von Martin Meyer

Martin Meyer, Autor

602d-A26 Do 09.07.2026

Zu besprechendes Buch:

Noch offen

Dr. Katrin Lange, Programmreferentin Literaturhaus München

Buchvorstellung mit Felix Leibrock

Welches Trikot trägt der Fußballgott?

Geschichten, die das Leder schrieb

Zur Fußballweltmeisterschaft wird er wieder angerufen, angefleht und angeklagt: Der Fußballgott. Anhand vieler Fußballereignisse und privater Fußballerlebnisse geht Felix Leibrock der Frage nach, ob es den Fußballgott gibt, wie er sich zum christlichen Gottesbild verhält und, wenn es ihn gibt, welche Farbe das Trikot hat, das er trägt.

Das Buch ist ab April 2026 im Handel.

ebw

Do 17.04.2026, 17 Uhr, kostenfrei

625-A26 Anmeldung bitte bis 10.04.2026 beim *ebw* service@ebw-muenchen.de, Tel. 55 25 80 0 oder online unter: <https://www.ebw-muenchen.de/veranstaltungen/buchvorstellung-gibt-es-einen-fussballgott/>

Weitere Termine im Großraum München:

Mi 29.04.2026, 15.00 Uhr, Laudatekirche Garching

So 21.06.2026, 18.00 Uhr, Heilandskirche Unterhaching sowie unter www.felixleibrock.de

Gerne stellt der Autor das Buch in anderen Gemeinden und Einrichtungen vor!

Kontakt: felix.leibrock@ebw-muenchen.de

Göttliches fühlen

Ein Buchgespräch

In seinem Buch „Göttliches fühlen“ spricht Felix Leibrock viele seelsorgerische Themen an. Bei dieser Benefizveranstaltung zugunsten der „Initiative krebserkrankte Kinder München e.V.“ werden verschiedene dieser Themen diskutiert.

Felix Leibrock

Göttliches fühlen.

Emotionales Erleben als Weg zum Glück
München, bene!, 2025. Hardcover
ISBN 978-3-96340-314-9, € 22,-

Do 12.02.2026, 19.00–20.30 Uhr
im **ebw** Evangelisches Bildungswerk München
Herzog-Wilhelm-Str.24/III, 80331 München

612-A26 Anmeldung erbeten
unter service@ebw-muenchen.de, Tel. 55 25 80 0

Bildungskabarett

Bairisch-Kurs mit Moses Wolff

Wer Lust hat, Bayern im besten Sinne zu begreifen, ist im Evangelischen Bildungswerk München bestens aufgehoben. Sie begegnen nicht nur einer Sprache, sondern einem kleinen Kosmos aus Wirtshausphilosophie, Bergluft und feinsinnigem Humor. Unter der Leitung von Moses Wolff lernen Sie jene Zwischentöne kennen, in denen Bayern seit Jahrhunderten denkt, lacht und grantelt. Und vielleicht entdecken Sie dabei, dass Dialekt nichts Provinzielles ist, sondern auf poetische Art dazu beiträgt, dem alpinen Wesen heiter und gelassen zu begegnen.

05.03., 10.03., 12.03., 19.03., 07.04.2026, 18.00–19.30 Uhr
Moses Wolff, Schauspieler, Kabarettist, Autor und bayerischer Ureinwohner

ebw, Herzog-Wilhelm-Str.24/III, 80331 München
605-A26 Anmeldung bitte bis 26.02.26 beim **ebw**

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
18.30–20.00 Uhr, € 10,-

Thema: Der Kern des Witzes

603a-A26 Di 03.02.2026,
Mit **Gordon Brettsteiger**, Urgestein des Satire-Duos Ulan & Bator und Social Media Star. Eine Bildungsshow, die den Ursprung, Wandel und die Vielfalt des Humors erforscht – von uralten Pointen bis zu heutigen Tabus, von Kinderwitzen bis Stammtischsprüchen.



Thema: Interaktives Theater

603b-A26 Di 03.03.2026

Mit den beiden Schwestern **Anina** und **Anouschka Doinet**, Bühnen-Urgesteine, die jedes ihrer zahlreichen Projekte mit Herzblut umgesetzt haben. Ein Bildungsabend, an dem das Konzept des invasiven Theaters beleuchtet wird – einer Kunstform, die die Grenze zwischen Bühne und Publikum auflöst, Zuschauende aktiv einbezieht und so neue Formen des Erlebens, Mitfühlens und Mitgestaltens erfahrbar macht.

Thema: Mandi Fesenmayer (Rekommandeur am Teufelsrad)

603c-A26 Di 05.05.2026

Erleben Sie einen exklusiven, humorvollen Bildungs-Abend mit Oktoberfest-Urgestein **Mandi Fesenmayer**, der legendäre Geschichten aus seinem Leben als Rekommandeur am Teufelsrad erzählt.

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 04.02.2026,

11mal Mi 11.02./25.02./11.03./25.03./15.04./
29.04./13.05./20.05./10.06./24.06./
08.07.2026

jeweils 09.30 – 16.00 Uhr

Exkursionen

3mal Mi 04.03./08.04./03.06.2026,
jeweils 10.00 – 12.00 Uhr

1mal Mi 06.05.2026, 15.00 – 17.00 Uhr

Abschluss

Do 23.07.2026 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

617-A26 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.

Termin wird noch bekannt gegeben,

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

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-auge-nehmen

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



Besuch der Kustodie der Ludwig-Maximilians-Universität

Das Archiv der Universität beherbergt neben seinem Kernbestand eine Vielzahl von Objekten, die man eher in Museen oder in besonderen Sammlungen vermuten würde: Insignien, Ölgemälde, Medaillen, Textilien, Druckstöcke, Plakate, Grafiken, Porträtbüsten und manches mehr. Die Gegenstände stammen aus fünf Jahrhunderten und spiegeln in mannigfacher Weise die Geschichte der Ludwig-Maximilians-Universität an ihren Standorten Ingolstadt, Landshut und München wider. Der Ort, an dem das Universitätsarchiv sie räumlich vereint, ist die Kustodie.

Mi 04.03.2026, 11.00 – 12.00 Uhr, kostenfrei

Dr. phil. Claudius Stein, M. A.

Edmund-Rumpler-Straße 9, II. OG., 80939 München,

Eingang zum Archiv

640-A26 Anmeldung bitte bis 24.02.2026 beim ebw



Kutschenpracht für königliche Ausfahrten

Führung in das Marstallmuseum im Schloss Nymphenburg

In den ehemaligen Pferdeställen des Nymphenburger Schlosses steht heute eine der größten Sammlungen an Kutschen aus drei Jahrhunderten. Die Staatskarosse des Kaisers, anlässlich seiner Krönung in Frankfurt bestellt, zeugt von glanzvollen Paradeaufzügen bei großen Festen. Die Galakutschen von König Ludwig II. brachten ihn einst in seine Schlösser und präsentieren sich heute in besonderem Glanz. Sommerliche Ausfahrten oder winterliche Schlittenfahrten, dazu diverse Spiele waren für die Hofgesellschaft stets eine große Gaudi. Entdecken Sie die Welt des Reisens und Repräsentierens in vergangenen Zeiten.

Do 12.03.2026, 10.30 – 12.00 Uhr

€ 8,- plus Eintritt in das Marstallmuseum

(für EA von mmaas trägt das *ebw* die Kursgebühr)

Ute Völcker

Schloß Nymphenburg 208, 80638 München,

vor der Kasse des Marstallmuseums

641-A26 Anmeldung bitte bis Do 05.03.2026 beim *ebw*



Ist das Barock oder Rokoko? Nein, denn...

...bei einem Gang durch die Altstadt entdecken wir zeitgenössische Bauten aus 100 Jahren Architekturgeschichte (von 1919 bis heute). Neben der individuellen Handschrift von Architekten und Bauherren spielt nun auch die Stadtplanung eine erhebliche Rolle. Der Kurs wendet sich besonders an ehrenamtliche Gästeführer/innen, Einsteiger/innen genauso wie Fortgeschrittene, die für ihre Arbeit mehr Sicherheit im Umgang mit den Baustilen gewinnen wollen.

Do 25.06.2026, 09.30 – 11.30 Uhr, € 12,-

(für EA von mmaas trägt das *ebw* die Kursgebühr)

Dr. phil. Ina Müller, Kunsthistorikerin

Altes Technisches Rathaus, Blumenstraße 28

643-A26 Anmeldung bitte bis Di 16.06.2026 beim *ebw*

Provenienzarbeit – eine Herausforderung

Gezeigt am Beispiel des Bayerischen Nationalmuseums

Der Rundgang stellt vor, was am Bayerischen Nationalmuseum in der Provenienzarbeit schon geleistet worden ist. Dies geschieht seit Juli 2025 in neuer organisatorischer Form, im Rahmen der Staatlichen Museumsagentur Bayern. Er wird aber auch aufzeigen, welche Herausforderungen noch vor uns liegen – und was für unterschiedliche Aspekte bei der einschlägigen Prüfung musealer Bestände zu beachten sind.

Do 30.04.2026, 10.00 – 11.00 Uhr

Führung kostenfrei, plus Eintritt in das Museum

Dr. Matthias Weniger, Leiter der Provenienzforschung

Bayerisches Nationalmuseum

Prinzregentenstr. 3, 80538 München

642-A26 Anmeldung bitte bis Do 23.04.2026 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 12.01.2026, 10.00 – 11.30 Uhr

Di 07.07.2026, 10.00 – 16.00 Uhr

Mo 09.11.2026, 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 05.01.2026 beim *ebw*

630a-A26 – Gruppe I

6mal Di 27.01./17.02./21.04./09.06./15.09./06.10.2026

jeweils 10.00 – 13.00 Uhr

630b-A26 – Gruppe II

6mal Do 29.01./19.02./23.04./11.06./17.09./08.10.2026

jeweils 10.00 – 13.00 Uhr

630c-A26 – Gruppe III

6mal Do 29.01./19.02./23.04./11.06./17.09./08.10.2026

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 07.05./02.07./30.07.2026

jeweils 18.00 – 21.00 Uhr,

2mal Do 11.06./25.06.2026

jeweils 18.00 – 19.30 Uhr,

€ 67,-

Arwed Vogel, Schriftsteller und Dozent für lit. Schreiben

ebw, Herzog-Wilhelm-Str. 24/III

650-A26 Anmeldung bitte bis Do 23.04.2026 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.

Kooperation mit MBW

und LebensMutig – Gesellschaft für Biografiearbeit e.V.

Siehe **Verwirrt – verwoben – verbunden** auf der nächsten Seite.

Verwirrt – verwoben – verbunden

Biografischer Workshop mit Wolle und Faden

Lassen Sie sich auf das achtsame Betrachten verschlungener Lebensfäden und das kreative Arbeiten mit Wolle, Garnen und Fäden ein.

Beim meditativen Gestalten mit den textilen Materialien entsteht Schritt für Schritt ein einzigartiges Ganzes. Sie legen verschiedene Garne auf ein festigendes Vlies, verbinden die Elemente mit Nadel und Faden und erleben, wie sich Ihr Werk durch das Eintauchen ins Wasser verwandelt.

Dabei erfahren Sie Achtsamkeit und Wertschätzung, gestalten selbstbestimmt und lassen Ihre eigenen Ideen lebendig werden. Kleine Schreibimpulse helfen, die Eindrücke und Erfahrungen festzuhalten.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich - nur Freude am Arbeiten mit den Händen und grundlegender Umgang mit Nadel und Faden. Alle Materialien werden gestellt.

Do 16.04.2026, 10.00 – 16.00 Uhr, € 50

Münchner Bildungswerk, 2. Stock

Dachauer Str. 5, 80335 München

www.muenchner-bildungswerk.de, 089 54 58 05 0

Waltraud Eulenstein, Trainerin Biografiearbeit

Kursnummer 165909 Anmeldung beim Münchner Bildungswerk



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 Sozialreferat der LH München, München wird inklusiv

3mal Samstags, Termine werden noch bekannt gegeben, 10.00 – ca. 13.30 Uhr ca. € 20,- Materialgeld

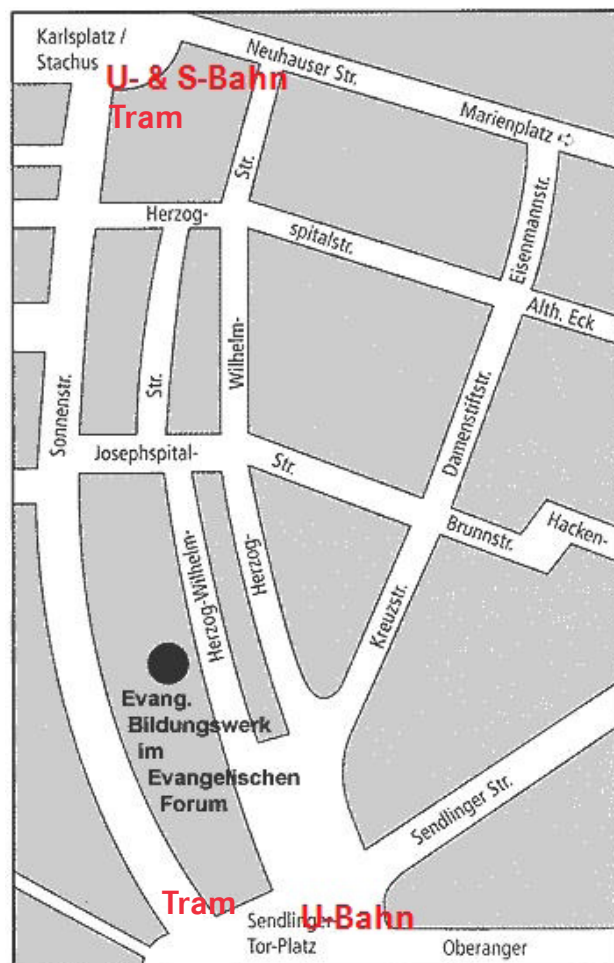
N.N.

Gemeindehaus der Lutherkirche, Bergstr. 3, 81539 München

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



Lageplan des ebw:



Kalendarium:

Februar 2026

02.02.26	Café für die Seele - Trauercafé	64
03.02.26	Sicherheitsratgeber für ein Leben Zuhause im Alter	37
03.02.26	Bildung und Beiwerk	141
04.02.26	Kulturführerschein - Kurs	142
05.02.26	GfK und Spiritualität: Raum für Neues	83
05.02.26	Literarisches Frühstück mit Elvira Steppacher	138
06.02.26	Tanzt einfach mit	61
10.02.26	Sagen Sie's Einfach	45
10.02.26	Sterbenden Menschen Zeit schenken	40
11.02.26	SoulCollage® „Mein Platz im großen Ganzen“	85
12.02.26	Tanzen im Sitzen	57
12.02.26	Göttliches fühlen - Ein Buchgespräch	140
13.02.26	FreiTagsZeit: Musikstadt München - weiblich!	74
13.02.26	In Frieden leben - online Übungsgruppe GfK	80
16.02.26	kleines Café für die Seele - Trauercafé	64
23.02.26	Freiwilliges Engagement im Altenheim	31
23.02..26	Mehr Klarheit in der Sprache	42
23.02.26	Bella Digital-ia	117
24.02.26	Non-verbale Kommunikation	32
24.02.26	Wie macht die KI, was ich will und brauche	114
25.02.26	Smartphone im Urlaub	111
25.02.26	Lern-Treff Digitale Welt - in DGS	121
26.02.26	Anpacken statt Aufschieben	54
27.02.26	Café & Clicks am Freitag	119

März 2026

02.03.26	Café für die Seele - Trauercafé	64
02.03.26	Smartphone/Tablet - Einstieg (Android)	107
03.03.26	Sterbenden Menschen Zeit schenken	40
03.03.26	Spurwechsel ab 55	30
03.03.26	Bildung und Beiwerk	141
04.03.26	Aufbaukurs Seelsorge	95
04.03.26	Workshop Diversität „Wir sind offen für alle“	92

04.03.26	Einkaufen leicht gemacht	116	23.03.26	Kunst für die Seele	68
04.03.26	Dinge loslassen: eine Einladung zum Neubeginn!	77	24.03.26	FriedOrte	66
04.03.26	Besuch der Kustodie der LMU	145	24.03.26	Sterbenden Menschen Zeit schenken - Modul 8	40
05.03.26	Versicherungen 50plus -Was brauche ich wirklich?	128	25.03.26	Podcasts, Hörbücher online und mehr	115
05.03.26	Essen ist Leben	36	26.03.26	KI, mein Kurs & ich - Fragen & Antworten	104
05.03.26	Bairisch für Zuagroaste	140	26.03.26	Der Weisheit des Alters im Märchenschatz begegnen	34
06.03.26	TanzleiterIn-Ausbildung Tanzen im Sitzen	57	27.03.26	Café & Clicks am Freitag	119
07.03.26	Fachtag Digitale Medien & ältere Menschen	105	27.03.26	Grundlehrgang TanzleiterIn für Tanzen mit Senioren	57
09.03.26	Stark im Ehrenamt: Ehrenamtliche gewinnen	91	April 2026		
10.03.26	Los geht's	65	02.04.26	Nachhaltig aufräumen - liebevoll loslassen	133
10.03.26	Erinnerungen in den Jahreszeiten unseres Lebens	33	02.04.26	Geld und die digitale Welt	106
11.03.26	Lern-Treff Digitale Welt mit DGS	121	06.04.26	MünchnerJakobskirchenWeg	48
11.03.26	Erfolgreiche Pressearbeit	42	08.04.26	Eltern-Kind-Gruppenleitung: Aufbau und Gründung	93
12.03.26	Ferien für die Seele	36	09.04.26	Versicherungen 50plus -Was brauche ich wirklich?	128
12.03.26	Kutschenpracht für königliche Ausfahrten	146	09.04.26	Geld und die digitale Welt	106
12.03.26	In Frieden leben - online Übungsgruppe GFK	80	11.04.26	Neubeginn	51
12.03.26	Digitalisierung und die Klimafolgen	79	13.04.26	Wie Googles neue Übersicht mit KI das Web verändert	44
13.03.26	FreiTagsZeit: „Stärke bedeutet nicht, alles im Griff zu haben“	74	13.04.26	Präzise Prompts: Mit KI zu besseren Texten!	44
13.03.26	SoulCollage® „Mut zur Veränderung“	85	13.04.26	Café für die Seele - Trauercafé	64
13.03.26	Gemeinsam Raum gewinnen	77	13.04.26	Smartphone/Tablet - Weiterlernen (Android)	107
14.03.26	Workshop Zivilcourage	76	13.04.26	Café & Clicks am Montag	118
16.03.26	kleines Café für die Seele - Trauercafé	64	13.04.26	Nachhaltig aufräumen - liebevoll loslassen	133
16.03.26	Einkaufen leicht gemacht	116	14.04.26	Demenzhelfer-Schulung	39
16.03.26	Smartphone/Tablet (Android) Fragen & Antworten	108	14.04.26	Los geht's	65
16.03.26	Café & Clicks am Montag	118	14.04.26	Geld im Griff	127
16.03.26	Unabhängig werden von Google & Co	112	14.04.26	Endlich in Rente	127
17.03.26	Seniorpartner in School	29	14.04.26	Nie wieder Ärger mit Handwerkenden & Co	132
17.03.26	Basale Stimulation	33	14.04.26	Eltern-Kind-Gruppenleitung	93
17.03.26	Rund um Drohnen	113	15.04.26	Dinge loslassen	77
17.03.26	Fotos & Videos auf Smartphone/Tablet	111	16.04.26	Verwirrt - verwoben - verbunden	150
18.03.26	Gute Kommunikation - Einführung	80	16.04.26	Literarisches Frühstück mit Martin Meyer	138
20.03.26	Der Garten meiner Freude - Teil 1	59	16.04.26	Grundkurs Seniorenbegleitung - Modul 1	38
21.03.26	SoulCollage® „Frühlingserwachen“	84	16.04.26	Stark im Ehrenamt	91
23.03.26	Bella Digital-ia	117	17.04.26	FreiTagsZeit: Wie wir die Welt sehen - mit DGS	74

20.06.26	MünchnerJakobskirchenWeg	48
22.06.26	kleines Café für die Seele - Trauercafé	64
23.06.26	Los geht's	65
24.06.26	Lern-Treff Digitale Welt mit DGS	121
25.06.26	Ist das Barock oder Rokoko? Nein, denn...	147
26.06.26	Café & Clicks am Freitag	119
26.06.26	In Frieden leben - online Übungsgruppe GFK	80
28.06.26	HALB-ZEIT – HOCH-ZEIT	52
29.06.26	Bella Digital-ia	117
30.06.26	Vortrag Kosten und Finanzierung pfleg Versorgungsformen	37

Juli 2026

02.07.26	Ein bunter Blumenstrauß aus Tänzen im Sitzen	60
06.07.26	Café für die Seele - Trauercafé	64
07.07.26	Gut versichert im Ehrenamt	43
07.07.26	Digitaler Dienstag	120
08.07.26	Lern-Treff Digitale Welt mit DGS	121
09.07.26	SoulCollage® „Der Ort meiner Kraft“	85
09.07.26	Literarisches Frühstück mit Dr. Katrin Lange	138
10.07.26	FreiTagsZeit: „Ich existiere nur, wenn ich schreibe“	75
10.07.26	In Frieden leben - online Übungsgruppe GFK	80
11.07.26	Siehe, ich mache alles neu	87
11.07.26	AUF DER SUCHE NACH DEN GOLD-NUGGETS DES LEBENS	53
13.07.26	Café & Clicks am Montag	118
14.07.26	Los geht's	65
14.07.26	Vortrag Mobilität im Alter	37
16.07.26	Singen mit SeniorInnen	35
16.07.26	Ein gutes Ende	69
17.07.26	Tanzen macht Freude	61
18.07.26	MünchnerJakobskirchenWeg	48
18.07.26	Vom Apostel zum Pilgerpatron - ein langer Weg?	50
20.07.26	kleines Café für die Seele - Trauercafé	64
21.07.26	FriedOrte	66
22.07.26	Vortrag Fitness für Kopf & Körper	55
27.07.26	Bella Digital-ia	117

29.07.26	Nie wieder Ärger mit Handwerkenden & Co	132
30.07.26	Geld und die digitale Welt	106
31.07.26	Café & Clicks am Freitag	119

August 2026

03.08.26	kleines Café für die Seele - Trauercafé	64
04.08.26	Digitaler Dienstag	120
10.08.26	Café & Clicks am Montag	118
15.08.26	MünchnerJakobskirchenWeg	48
28.08.26	Café & Clicks am Freitag	119

September 2026

14.09.26	Café für die Seele - Trauercafé	64
18.09.26	FreiTagsZeit	74
19.09.26	MünchnerJakobskirchenWeg	48
25.09.26	In Frieden leben - online Übungsgruppe GFK	80
25.09.26	LernbegleiterIn ab September 2026	28
28.09.26	Bella Digital-ia	117

Oktober 2026

09.10.26	In Frieden leben - online Übungsgruppe GFK	80
14.10.26	Dasein. Zuhören. Begleiten. Unterstützen	94
15.10.26	Nachhaltig aufräumen - liebevoll loslassen	133
16.10.26	FreiTagsZeit	74

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: © *ebw*
Seite 2-5: © Angela Glanz/ *ebw*
Seite 18/19: © Gloria Gans
Seite 20/21: © Adela Elibol, Laura Elibol
Seite 22: © *ebw*
Seite 23: © Dekanat/mck
Seite 28: © privat
Seite 40: © pixabay/Marko Grothe
Seite 49: © Michael Kaminski
Seite 51: © Michael Kaminski
Seite 54: © dreamstime
Seite 54: © Maria Moll
Seite 55: © Isabelle Hetschko
Seite 59: © Daniela Christl
Seite 60: © Bundesverband Seniorentanz e. V.
Seite 61: © Renate Tappe
Seite 65/66: © Karin Wolf
Seite 69: © Christopherus Hospiz Verein
Seite 71: © Andrea Kratzer
Seite 75: © privat
Seite 76: © Verlagambirnbach, Stefanie Bahlinger
Seite 77: © Rita Trost

Seite 78: © Elisabeth Frank
Seite 79: © Sigrid Moser
Seite 81: © *ebw* (KI-generiert mit CHATGPT4o)
Seite 82: © Sigrid Moser
Seite 86: © Sebastian Kühnen
Seite 89: © Amarachi Ottah
Seite 90: © Irmi Sedlmayr
Seite 91: © Sabine Bankauf
Seite 95: © i Stock
Seite 97: © Sebastian Kühnen
Seite 104: © *ebw* (KI-generiert mit CHATGPT4o)
Seite 109: © *ebw*
Seite 131: © Adobe Stock/DOC RABE Media
Seite 141: © Moses Wolff
Seite 145: © wissenschaftliche Sammlung
LMU München
Seite 146: © Bayerische Schlösserverwaltung,
www.kreativ-instinkt.de, DI036691
Seite 148: © Ursula Haas
Seite 149: © Arwed Vogel
Seite 150: © Waltraud Eulenstein
Seite 151: © sweetlife/unsplash

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);
Prof. Dr. Martin Arneth (2. Vorsitzender);
Sabine Bankauf;
Dr. Barbara Hepp;
Linn Loher;
Clara Schmid;
Monika Schröder-Richter;
Bettina Siebel;
Sonja Simonsen;
Christian Stalter;
Dr. Johannes Staeves

Stand Dezember 2025

Unsere Veranstaltungen/Seminare/Projekte werden gefördert von:



Bayerisches Staatsministerium
für Unterricht und Kultus

Bayerisches Staatsministerium
für Familie, Arbeit und Soziales

Bayerisches Staatsministerium
für Gesundheit, Pflege und Prävention

Bayerisches Staatsministerium
für Umwelt und Verbraucherschutz

Diakonie 
Bayern

Diakonisches Werk Bayern e.V.



Evang.-Luth. Dekanat München



Evangelisch-Lutherische Kirche in Bayern



Landeshauptstadt München
Kulturreferat und Sozialreferat

Georg-Mörtl-Stiftung

Herzlichen Dank!

Unsere Mitglieder:

Die Kirchengemeinden und Evangelischen Dienste des Evang. Luth. Dekanats München bilden als „Vertretungen vor Ort“ den 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“.

Kirchengemeinden

Dekanatsbezirk München Bereich 1

Cantatekirche – Kirchheim
Christophoruskirche – Zorneding
Dreieinigkeitskirche
Friedenskirche – Trudering
Jesuskirche – Haar
Jubilatekirche
Kirchengemeinde – Feldkirchen
Kirchengemeinde Immanuel-Nazareth
Kirchengemeinde Ismaning-Unterföhring
Kirchengemeinde Sophie Scholl
Kreuz-Christi-Kirche – Höhenkirchen
Lätare-Gemeinde
Michaelskirche – Ottobrunn
Petrikirche – Baldham
Sophienkirche
Vaterunserkirche

Dekanatsbezirk München Bereich 2

Andreaskirche
Auferstehungskirche
Emmauskirche
Gethsemanekirche
Gustav-Adolf-Kirche
Heilandskirche – Unterhaching
Himmelfahrtskirche Sendling
Jakobuskirche – Pullach
Jerusalemkirche – Taufkirchen
Jesajakirche
Kirchengemeinde München-Solln
Apostelkirche
Lutherkirche
Passionskirche

Philippuskirche
St. Paulus
Thomaskirche Grünwald
Zum Guten Hirten Oberhaching

Dekanatsbezirk München Bereich 3

Christuskirche
Erlöserkirche
Kreuzkirche
Paul-Gerhardt-Kirche
Kirchengemeinde München-Hadern
St. Johannes
St. Lukas
St. Markus
St. Matthäus
Stephanuskirche

Dekanatsbezirk München Bereich 4

Adventskirche
Dankeskirche
Dietrich-Bonhoeffer-Kirche – Germering
Friedenskirche Dachau – Dachau
Gnadenkirche – Dachau
Himmelfahrtskirche Pasing
Jesus-Christus-Kirche – Germering
Kirchengemeinde Allach-Menzing
Kirchengemeinde Feldmoching-Hasenberg
Freimann
Heilig-Geist-Kirche
Kemmoden-Petershausen – Petershausen
Kirchengemeinde Unterschleißheim-Haimhausen – Unterschleißheim
Korneliuskirche – Karlsfeld

Laudatekirche – Garching
Nikodemuskirche
Trinitatiskirche – Oberschleißheim
Versöhnungskirche Harthof
Zachäuskirche – Gröbenzell

Evangelisch-Lutherischer Dekanatsbezirk München mit seinen Diensten

Beratungsstelle Münchner Insel

CVJM München e.V.

Evangelische Altenheimseelsorge

Evangelische Blinden- und Sehbehindertenseelsorge

Evangelische Fachstelle für alleinerziehende Frauen und Männer

Evangelische Gehörlosenseelsorge

Evangelische Hochschuleseelsorge

Evangelische Krankenhausseelsorge

Evangelisches Migrationszentrum im Griechischen Haus

Evangelische Stadtakademie

Matthäusdienste

Offene Behindertenarbeit - evangelisch in der Region München (OBA)

Oma-Opa-Service

Schwerhörigenseelsorge im Evang.-Luth. Dekanatsbezirk München

Werke und Dienste in eigenständiger Rechtsträgerschaft

AKA – Aktiv für interkulturellen Austausch e. V.

Alten- und Service-Zentrum Fürstenried

Alten- und Service-Zentrum Untergiesing

Augustinum Bildungswerk (HPCA)

Diakonie Hasenberg| Stiftung zusammen.tun (Alten- und Service-Zentrum Hasenberg|)

Diakonie München Moosach

Evangelischer Handwerkerverein e.V.

Evangelischer Sozialdienst Fürstenried e.V. Diakonieverein der Andreaskirche

Fördergemeinschaft Cunit e.V.

Gemeinsam Leben lernen e.V.

Nachbarschaftlich leben für Frauen im Alter e. V.

Ökumenisches Büro für Frieden und Gerechtigkeit e.V.

Spirituelles Zentrum St. Martin

Verein Freundschaft zwischen Ausländern und Deutschen e.V. (ViertelPunkt)

Verein für Internationale Jugendarbeit, Ortsverein München 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 von Teilnehmenden

Bei Rücktritt **14 bis 8 Kalendertage** vor Veranstaltungsbeginn erheben wir **10 % der vollen Kursgebühr**, mindestens jedoch **€ 10.- als Stornierungsgebühr**; bei **Studienreisen, Bildungswochenenden** und **Kulturfahrten** **25 %** der Kursgebühr.

Bei Rücktritt **7 bis 4 Kalendertage** vor Veranstaltungsbeginn fallen **50 % der Kurskosten** an (mindestens aber € 10.- als Stornierungsgebühr). Bei einem **späteren Rücktritt** wird die **gesamte Gebühr fällig**; eine Ersatzperson kann benannt werden, dann entstehen keine Stornogebühren.

Die Stornogebühr für Fahrtkosten/Unterkunft/Verpflegung stellt das jeweilige Reisebüro bzw. Tagungshaus gesondert in Rechnung.

Bitte beachten Sie, dass für die Einhaltung der Fristen und die Berechnung anteiliger Gebühren der Eingang der schriftlichen Rücktrittserklärung in Textform beim Evangelischen Bildungswerk (Eingangsstempel) maßgeblich ist.

Kursgebühren unter € 15.- werden nicht zurückerstattet. Die Rücktrittsbedingungen gelten auch im Krankheitsfall oder aus Gründen höherer Gewalt.

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**
bzw. **Schwerbehinderung ab GdB 50:**
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 171

Ermäßigung in Höhe von **50%** für eine oder mehrere Veranstaltungen. Die Einkommensgrenze für **Einzelpersonen** liegt bei **1.820 €** und für Ehepaare bei **2.730 €**. 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 Anmeldedaten 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 Teil-

nehmendenliste 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
Prof. Dr. Martin Arneth, 2. Vorsitzender
(Stand Januar 2026)

Alle Informationen Stand Drucklegung Februar 2026.

Veranst.-Nr.	Titel	Kosten
		Gesamtsumme

Mit meiner Anmeldung erkläre ich mich damit einverstanden, dass die von mir gemachten Angaben zu Zwecken der Vorbereitung, Durchführung und Evaluation der Veranstaltung verwendet werden. Nach Ablauf der gesetzlichen Aufbewahrungsfrist werden die Daten gelöscht.

Ich ermächtige das Evangelische Bildungswerk München e.V. (*ebw*) mit der Gläubiger-ID DE29ebw00000262220, die Kursgebühr in Höhe von € _____ von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom *ebw* auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen.

- Datum _____ Unterschrift _____

80331 München

Zusendung unseres Programmheftes *impuls*

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

Geben Sie uns bitte Bescheid!

Name: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

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