



*Leben  
durch  
Begegnen*

# PROGRAMM

März bis August  
2020



**Bildungswerk Rosenheim**

KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG

[www.bildungswerk-rosenheim.de](http://www.bildungswerk-rosenheim.de)

# SCHENKEN SIE BILDUNG!



Gutscheine für unsere Kurse und Seminare –  
ein Angebot für viele Gelegenheiten



Nähere Informationen bei

Kursverwaltung, Telefon 08031 2142-18 oder  
info@bildungswerk-rosenheim.de



## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

„Bildung schadet nie!“ Dieser eher flapsige Ausspruch trägt doch eine tiefe Botschaft in sich. Bildung, egal in welchem Alter, kann jeder und jedem helfen, Fragen des Lebens zu beantworten, sich auf die Entwicklungen in der Gesellschaft vorzubereiten oder einfach nur Freude an Themen zu behalten.

Mit unserem neuen Programm wollen wir einen Beitrag leisten, um Ihnen Bildung auf ganz unterschiedliche Weisen näher zu bringen. Sei es im neuen Format „Wissen am Vormittag“ mit einem Besuch im Polizeipräsidium Oberbayern Süd, oder in der Veranstaltungsreihe „Anders leben, dank fairem Wirtschaften?“.

Auch die vielen weiteren Angebote aus den Bereichen **Familie & Generationen stärken, Interessen entwickeln, Gesundheit erhalten** und **Glauben leben** bieten Ihnen wieder die Möglichkeit, sich ganz individuell Ihren „Bildungskalender“ zu gestalten. Als Besonderheit ist die Ausbildung zum/zur Kirchenführer\*in zu erwähnen.

Aber nicht nur unsere zentralen Veranstaltungen regen zum Austausch und zum eigenen Gewinn an, sondern auch die vielfältigen Angebote vor Ort.

Besuchen Sie uns doch einmal. Wir würden uns freuen.



**Eva-Maria Zehetmair**  
Vorsitzende



**Dr. Markus Roth**  
Geschäftsführer

Wir feiern **75** Jahre

 **Bildungswerk Rosenheim**  
KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG

erinnern, danken,

Zukunft gestalten



# INHALTS- ÜBERSICHT

## GLAUBE *leben*

Glaube, Religion	<b>08</b>	Familienprogramm	<b>26</b>
Spiritualität	<b>16</b>	Eltern-Kind-Programm®	<b>30</b>
Kirchenführungen	<b>18</b>	Musikgarten	<b>32</b>
Krankheit, Sterben, Trauer	<b>22</b>	Pädagogische Fortbildungen	<b>34</b>
Interreligiöser Dialog - Degerndorf	<b>24</b>	Generation PLUS	<b>38</b>
		Fortbildung für ehrenamtliche Seniorenbeauftragte	<b>42</b>

## FAMILIE & GENERATIONEN *stärken*

## INTERESSEN *entwickeln*

Politik, Gesellschaft	<b>47</b>	Gesundheit fördern	<b>62</b>
Ökologie, Umwelt	<b>51</b>	Bewegung, Entspannung	<b>66</b>
Kreativität	<b>52</b>	Tanz	<b>71</b>
Literatur	<b>58</b>	Persönlichkeitsbildung	<b>74</b>
Frauen-, Männer-Spezial	<b>59</b>	Essen und Trinken	<b>76</b>
Studiengänge	<b>60</b>	Naturerlebnis	<b>80</b>

## GESUNDHEIT *erhalten*

<b>Terminübersicht Vorträge</b>	<b>83</b>	<b>Wir über uns</b>	<b>84</b>	<b>Angebote in Stadt und Landkreis</b>	<b>88</b>	<b>Allgemeines</b>	<b>91</b>
				- Hinweis auf Mitgliedseinrichtungen		- In eigener Sache	
				- Katholische Dienst- und Kontaktstellen in Stadt und Landkreis Rosenheim		- Qualitätsverständnis und Struktur	
				- Hinweis auf Kooperations- partner		- Geschäftsbedingungen → Anmeldung	
						Impressum	<b>97</b>



**Elfriede Pauli**  
Heil- und  
Spielpädagogin



#### GESPRÄCHSRUNDE

### Ins (eigene) Leben schauen - Rosenheimer Erzählcafé

Das Erzählcafé lädt dazu ein, Lebensgeschichten von Menschen kennenzulernen. Durch persönliches Erzählen werden eigene Erinnerungen und gesellschaftliche Ereignisse lebendig. Menschen aller Generationen sind eingeladen, Lebensgeschichten auszutauschen oder gemütlich bei einer Tasse Kaffee den Erzählenden zuzuhören. Jeder Termin kann einzeln besucht werden, wechselnde Moderatoren und Gäste sind geplant. Die Reihe findet im Frühjahr im Bildungszentrum St. Nikolaus statt, im Herbst in der Stadtbibliothek.

**18780 Termine:** Do 19.03. / 23.04. / 14.05.2020 jeweils 10.00 - 11.30 Uhr  
**Ort:** Bildungszentrum St. Nikolaus, Rosenheim  
**Gebühr** pro Treffen: 6,00 € • **Gebühr gesamte Reihe:** 18,00 €  
**Gruppengröße** bis 20 Pers. • **Anmeldung** • **Kooperation:** Stadtbibliothek Rosenheim



**Irmgard Inninger**  
Hauswirtschafts-  
meisterin



#### KOCHKURS

### Preiswert, einfach, ausgewogen - Kochen für Männer ab 55

Wenn man(n) kochen kann, ist das ein klarer Vorteil! Denn nicht selten sind Männer plötzlich im Alltag auf sich allein gestellt. Einige Grundkenntnisse reichen oft schon aus, um einfache und ausgewogene Mahlzeiten zubereiten zu können. In dieser Veranstaltung, die sich vornehmlich an Anfänger und Ungeübte richtet, erhalten Männer 55+ Anregungen für die Umsetzung einer genussvollen und ausgewogenen Ernährung. Bitte bringen Sie eine eigene Schürze und ein Behältnis für Kostproben mit.

**18910 Termin:** Do 26.03.2020, 19.00 - 22.00 Uhr

**Ort:** Bildungszentrum St. Nikolaus, Rosenheim • **Gebühr:** Keine  
**Gruppengröße** bis 12 Pers.

**Kooperation und Auskunft:** Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (AELF) Rosenheim im Netzwerk Generation 55plus.

E-Mail: Anja.Mayr@aelf-ro.bayern.de oder Tel. 08031 3004-1209

**Anmeldung auch online:** [www.aelf-ro.bayern.de/generation55plus](http://www.aelf-ro.bayern.de/generation55plus)  
**Anmeldung** beim AELF



**Elfriede Pauli**  
Heilpädagogin,  
Geschäftsführender  
Ausschuss  
Bildungswerk



#### FÜHRUNG MIT GESPRÄCH

### Wissen am Vormittag - Einblicke ins Polizeipräsidium Oberbayern Süd

Wissen am Vormittag verbindet interessante Vorträge, Menschen, Orte oder Firmen in unserer Region. Diesesmal sind Sie zu Gast bei der Polizei in Rosenheim. Dort begrüßt Sie Polizeipräsident Robert Kopp, der Ihnen das Präsidium vorstellt. Anschließend erhalten Sie informative und wertvolle Tipps eines Fachberaters rund um das Thema Sicherheit bzw. „Schutz vor Betrugern“ (Enkeltrick u.ä.). Zu guter Letzt dürfen Sie einen Blick in die Einsatzzentrale werfen, dort stellt ein Vertreter der Einsatzzentrale seine Tätigkeit und insbesondere den „Notruf“ vor.

**18915 Termin:** Di 31.03.2020, 10.30 - 12.30 Uhr

**Treffpunkt:** Polizeipräsidium Oberbayern Süd, Kaiserstr. 32

**Gebühr:** 8,00 € inkl. Führung • **Anmeldung** • **Gruppengröße** bis 20 Pers.



**STERN ELEKTRO**  
ELEKTRONINSTALLATIONEN REPARATUREN  
INDUSTRIE-INSTALLATIONEN  
DATENVERKABELUNGEN  
BELEUCHTUNGS-INSTALLATIONEN  
VERKAUF INSTALLATIONSMATERIAL

Am Stadtbach 1  
83022 Rosenheim  
Tel. 0 80 31 / 39 03- 0  
Fax 0 80 31 / 39 03-45  
Stern\_Elektro@t-online.de



**Irmgard Inninger**  
Hauswirtschafts-  
meisterin



#### KOCHKURS

### Kochen für den kleinen Haushalt - Gewusst wie

Sind die Kinder aus dem Haus, müssen nicht selten gewohnte Koch- und Essroutinen umgestellt werden. Mit gezielter Planung, Organisation und ein wenig Kreativität lässt sich ganz leicht auch im kleinen Haushalt Abwechslung ins tägliche Essen bringen. Wie das geht und worauf es bei der Ernährung ab der Lebensmittel ankommt, erfahren Sie in dieser Veranstaltung! Willkommen sind v.a. Koch-Anfänger oder Ungeübte. **Bitte bringen Sie eine eigene Schürze sowie ein Behältnis für Kostproben mit.**

**18911 Termin:** Mo 04.05.2020, 19.00 - 22.00 Uhr

**Ort:** Bildungszentrum St. Nikolaus, Rosenheim

**Gruppengröße** bis 12 Pers. • **Gebühr:** keine

**Kooperation und Auskunft:** Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (AELF) Rosenheim im Netzwerk Generation 55plus. E-Mail: Anja.Mayr@aelf-ro.bayern.de oder Tel: 08031 3004-1209, [www.aelf-ro.bayern.de/generation55plus](http://www.aelf-ro.bayern.de/generation55plus)

**Anmeldung** beim AELF



**Renate Döbrich**  
Fachreferentin für  
Gesundheit



#### KURS

### Yoga für Senioren

Vitalität, Gesundheit und geistige Frische hängen nur bedingt mit dem biologischen Alter zusammen. Es gilt, sich individuell zu fordern und Freude und Gelassenheit zu entwickeln. In dem Kurs wechseln sich körperliche Übungen mit Entspannungsphasen ab. Sitzende Übungen können bei Bedarf auf dem Hocker ausgeführt werden. Eine meditative Entspannungsübung schließt jede Yogastunde ab.

**18606 Termin:** Mi 29.04.2020, 10.30 - 12.00 Uhr **Dauer:** 8 Mi bis 08.07.2020

**Ort:** Bildungszentrum St. Nikolaus, Rosenheim

**Gebühr:** 80,00 €

**Gruppengröße** bis 12 Pers.

**Anmeldung**



**Ursula Hendrich**  
Kreativitäts-  
pädagogin,  
Referentin für  
Biografiearbeit nach  
lebensmutig e.V.



#### SEMINAR

### Zeitraum - Zwischenzeit - Übergang

Übergänge gehören zu unserem Leben. Wir verändern uns beruflich, die Kinder sind erwachsen, wir gehen in den Ruhestand. An diesem Tag betrachten wir gemeinsam den Übergang vom Berufsleben in das eigen bestimmte Leben nach der Erwerbstätigkeit. Dieser Tag bietet Raum zur Neuorientierung: Was macht mich aus? Was will ich bewegen? Was interessiert mich? Fragen über Fragen... Wie dieser Zeitraum interessant für Sie werden kann, welche vielfältigen Erfahrungen Sie machen können, das steht an diesem Samstag im Fokus. Wenn Sie Lust haben, Ihren neuen ZEITRAUM bewusst zu gestalten, dann bietet dieses Seminar viele interessante Impulse dazu.

**18797 Termin:** Sa 16.05.2020, 10.00 - 17.00 Uhr

**Ort:** Bildungszentrum St. Nikolaus, Rosenheim

**Gebühr:** 58,00 € • **Gruppengröße** bis 12 Pers. • **Anmeldung**



**Elfriede Pauli**  
Heilpädagogin,  
Geschäftsführender  
Ausschuss  
Bildungswerk



#### FÜHRUNG MIT GESPRÄCH

### Wissen am Vormittag - Einblicke in die Rosenheimer Faltboote mit Besuch des Klepper Museums

Wissen am Vormittag verbindet interessante Vorträge, Menschen, Orte und Firmen in unserer Region. Rechtzeitig zum Badesommer 2020 dürfen Sie einen Einblick in die Rosenheimer Faltboote der Fa. Klepper gewinnen und im Kleppermuseum erfahren, wie diese Boote aus Rosenheim in der ganzen Welt bekannt wurden.

**18916 Termin:** Mo 18.05.2020, 10.30 - 12.30 Uhr

**Treffpunkt:** Kleppermuseum Rosenheim, Klepperstr. 18

**Gebühr:** 8,00 € zuzügl. Eintritt und Führung • **Anmeldung**

**Gruppengröße** bis 20 Pers.



## Gut gerüstet im Ehrenamt

Folgende Fortbildungen sind für ehrenamtlich Tätige, die in Pfarreien und Kommunen mit und für Senioren arbeiten. Zum Beispiel im Sachausschuss Senioren, Besuchsdienste der Pfarreien, kommunale Seniorenbeauftragte, Leiter\*innen von Seniorennachmittagen, ehrenamtliche Helfer der Verbände und Vereine.

Grundlagen über gesellschaftliche Diskussionen zum Thema Alter, Altersstrukturen, Krankheitssymptome, Methodensicherheit, Kenntnisse um Fachstellen und der sichere Umgang mit den eigenen Fähigkeiten sind Inhalte der gemeinsamen Veranstaltungsreihe in Zusammenarbeit mit dem Caritas-Zentrum Rosenheim.

Die Veranstaltungen können einzeln gebucht werden, bei Teilnahme an allen Terminen erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat.

Nach der Fortbildungsreihe haben Sie einen Überblick über aktuelle gesellschaftliche Diskussionen zum Thema Alter. Sie haben Ideen, wie Sie Gruppen in Ihrem Ort methodisch leiten. Sie entwickeln ein Gespür, wie eine Begegnung im häuslichen Umfeld positiv verläuft. Sie kennen Fachstellen und sind sich sicher im Umgang mit politischen oder hauptamtlichen Mandatsträgern. Kurzum, Sie sind gut gerüstet für Ihre Tätigkeit.

**Gebühr gesamte Reihe:** 65,00 €

**Gebühr pro Einzelmodul:** 15,00 € (außer Erste-Hilfe Kurs)

Keine Gebühr für Ehrenamtliche aus den Pfarreien, Kommunen, Verbänden (bitte bei Anmeldung angeben)



**Brigitte Krecan-Kirchbichler**



**Hedwig Petzet**  
Dipl.-Soz.päd.  
(FH)

### FORTBILDUNG FÜR EHRENAMTLICHE MITARBEITER\*INNEN

## Selbst die Senioren sind nicht mehr die Alten - Modul 1

An diesem Nachmittag gibt es einen Überblick über die aktuelle gesellschaftliche sowie gerontologische Diskussion zum Thema Älter werden und Alt sein. Diese Informationen gehen einher mit einem Blick auf das eigene Älterwerden und dem eigenen Umgang mit dem Alter. Die Versorgungslandschaft für Senioren in Stadt- und Landkreis Rosenheim wird vorgestellt: Welche Fachstellen bieten welche Angebote; welche Hilfen werden von Institutionen abgedeckt?

**18703 Termin:** Fr 14.02.2020, 14.00 - 18.00 Uhr

**Ort:** Bildungszentrum St. Nikolaus, Rosenheim • **Anmeldung**

**Gebühr Einzelmodul:** 15,00 €, Keine Gebühr für Ehrenamtliche



**Markus Reimann**



**Christa Kurzlechner**

### FORTBILDUNG FÜR EHRENAMTLICHE MITARBEITER\*INNEN

## „Das Vergessen verstehen lernen“ Ümgang mit Demenz - Modul 2

Ehrenamtliche Seniorenbeauftragte haben ältere Menschen in der Gemeinde auf vielerlei Weise im Blick: Bei Gruppentreffen, Ausflügen, Hausbesuch oder im Einzelgespräch. Wenn Menschen sich im Alter verändern, vielleicht dement werden - wie kann man das erkennen und was können Seniorenbeauftragte tun? Diese Fortbildung soll Sie unterstützen, die älteren Menschen mit ihren Einschränkungen zu integrieren, die Kommunikation zu erleichtern und das eigene Angebot passend zu gestalten. Neben Informationen und praktischen Übungen zum Thema erfahren Sie, welche Beratungs- und Unterstützungsangebote es gibt und wo Sie diese finden.

**18704 Termin:** Fr 20.03.2020, 14.00 - 17.00 Uhr

**Ort:** Seniorenbegegnungsstätte der Caritas Rosenheim • **Anmeldung**

**Gebühr Einzelmodul:** 15,00 €, Keine Gebühr für Ehrenamtliche



**Karin Wimmer-Billeter**  
Pädagogische Mitarbeiterin Münchner Bildungswerk, Erwachsenenbildnerin



#### FORTBILDUNG FÜR EHRENAMTLICHE MITARBEITER\*INNEN

### Viel mehr als Kaffeetrinken - Ideenbörse für die Seniorenarbeit - Modul 3

Ein Bingospiel zum Wahrnehmen von Kompetenzen, eine biografische Brotzeit zum Erinnern und Erzählen oder eine Anregung aus dem Brainwalking, die die geistige Fitness fördert - dies sind ein paar Beispiele aus den vielen (methodischen) Anregungen für die Einzel- oder Gruppenarbeit mit Senior\*innen, die Sie an diesem Nachmittag ausprobieren können. In der Gruppe überlegen wir die Umsetzung in ihre Praxis und Sie bekommen Impulse über aktuelle Themen und Trends in der Begegnung mit jüngeren und älteren Senior\*innen.

**18705 Termin:** Fr 03.04.2020, 14.30 - 18.00 Uhr

**Ort:** Bildungszentrum St. Nikolaus, Rosenheim

**Gebühr Einzelmodul:** 15,00 €, Keine Gebühr für Ehrenamtliche • **Anmeldung**



**Leonie Hoffmann**  
Ausbilderin für Erste Hilfe, BRK Kreisverband Rosenheim

#### FORTBILDUNG FÜR EHRENAMTLICHE MITARBEITER\*INNEN

### Auffrischung notwendig? Erste Hilfe Fresh Up - Modul 4

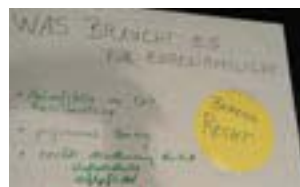
Beim Hausbesuch oder beim gemeinsamen Seniorennachmittag gibt es sie, die typischen Notfälle und Unfälle bei älteren Menschen. Doch wie geht man in solchen Notfallsituationen um? Um adäquat reagieren zu können gibt es ein sogenanntes Fresh Up des BRK Rosenheim. Es ist ein Kurs in verkürzter Form, der zur persönlichen Auffrischung der Teilnehmer gedacht ist. Die Inhalte werden speziell auf einen Tätigkeitsbereich zugeschnitten und praxisnah vermittelt, um den Teilnehmern mehr Sicherheit in Erster Hilfe zu geben. Schwerpunktthema sind Alltagsverletzungen, Schnittwunden, Sonnenstich sowie akute Erkrankungen (Kreislauf, Herzinfarkt).

Geeignet ist der Kurs für alle Interessente, die Ihr Erste-Hilfe Wissen auffrischen wollen und besonders für Menschen, die mit Senioren arbeiten. Das Zertifikat hat für betriebliche Ersthelfer und für den Führerschein keine Gültigkeit.

**18706 Termin:** Do 23.04.2020, 18.00 - 21.15 Uhr

**Ort:** Bayerisches Rotes Kreuz Rosenheim, Tegernseestr. 5

**Gebühr Einzelmodul:** 25,00 €, Keine Gebühr für Ehrenamtliche • **Anmeldung**



**Stefan Obermeier**  
Rechtsanwalt

#### FORTBILDUNG FÜR EHRENAMTLICHE MITARBEITER\*INNEN

### Rechte und Pflichten in der Seniorenbetreuung - Modul 5

Seit Jahr und Tag engagieren Sie sich ehrenamtlich und nie ist etwas passiert - und plötzlich ist es soweit: Der Schlüssel vom Gemeindehaus ist weg - was nun tun? Auf dem Weg zum Seniorenausflug fährt Ihnen jemand gegen das Auto. In unserem Vortrag „Gut versichert im Ehrenamt“ informiert Sie Rechtsanwalt Obermeier, wo der Versicherungsschutz von Ehrenamtlichen beginnt und wo er endet. Damit Sie gut informiert entscheiden können, welche Aufgaben Sie in Ihrem ehrenamtlichen Engagement übernehmen können. Bitte geben Sie bei der Anmeldung schon Ihre individuellen Fragen an.

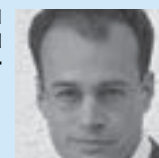
**18707 Termin:** Mo 22.06.2020, 18.00 - 21.00 Uhr

**Ort:** Bildungszentrum St. Nikolaus, Rosenheim

**Gebühr Einzelmodul:** 15,00 €, Keine Gebühr für Ehrenamtliche • **Anmeldung**



**Florian Wenzel**  
(Photo) und  
**Jürgen Laupheimer**



#### FORTBILDUNG FÜR EHRENAMTLICHE MITARBEITER\*INNEN

### Keiner lebt für sich allein!? Eigene Mitverantwortung in der Gemeinde - Modul 6

Seniorenbbeauftragte wissen um die Herausforderungen, im ländlichen Raum Mobilität, Versorgung und soziale Einbindung aufrecht zu erhalten. Oft stehen sie an der Schnittstelle zwischen Gemeinde, Bürger\*innen, Verwaltung und Wohlfahrtsorganisationen. In einem Input und kleinen Interaktionen fragen wir: Was ist mein Selbstverständnis als Seniorenbbeauftragte? Bin ich Helfer\*in, Stratege, Netzwerker\*in, engagierte Einzelkämpfer\*in? Wie gelingt es, andere und mich selbst zu motivieren, meine Aufgabe als selbstverständlichen Beitrag zum Miteinander in der Gemeinde zu verstehen? Welche Partner können mir helfen, meine Aufgabe mit Freude und Blick in die Zukunft zu gestalten? Und nicht zuletzt: Wie gehe ich Konflikte und Widerstände an und achte auch auf mich selbst? Es werden auch Möglichkeiten der professionellen Begleitung und Unterstützungsstrukturen im Landkreis Rosenheim aufgezeigt.

**18708 Termin:** Do 09.07.2020, 18.00 - 21.00 Uhr

**Ort:** Landratsamt Rosenheim, Wittelsbacherstr. 53

**Gebühr:** Keine • **Anmeldung** • **Kooperation:** Landratsamt Rosenheim