

Spezielles

Kursleitung	Termin	Ort	Kosten	Anmeldung & Bemerkung
Reisevortrag: Schottland				
Thomas Lohr	Freitag, 13.02.2026 19.00 - 20.30 Uhr	MGH Raum Combours	Eintritt frei	Keine Anmeldung erforderlich! Tauchen Sie ein in die zauberhafte Welt Schottlands – mit mystischen Seen, eindrucksvollen Burgen und dem Klang des Dudelsacks in der Luft. Erleben Sie magische Orte voller Geschichten über Feen und Mythen und fahren Sie gedanklich mit dem berühmten Hogwarts Express aus Harry Potter durch atemberaubende Landschaften. Der gebürtige Waldmünchner Thomas Lohr präsentiert stimmungsvolle Bilder und Eindrücke seiner Privatreise durch dieses sagenumwobene Land.

Rhetorik-Workshop: Schweigen ist Silber - Reden ist Gold

Daniela Mohrmann K.R.A.F.T. P.A.R.A.D.I.E.S.	Samstag, 21.02.2026 10.00 - 17.00 Uhr	MGH Raum Waldmünchen	210 €	Anmeldung: 0170-5803701 , E-mail: info@kraftparadies.de Wer Produkte, Dienstleistungen oder sich selbst überzeugend präsentieren will, braucht mehr als nur gute Inhalte – er braucht Selbstsicherheit, Überzeugungskraft und eine starke Präsenz. In diesem Workshop stärken Sie Ihr Auftreten, gewinnen Sicherheit im Umgang mit Gruppen und steigern Ihre Schlagfertigkeit. Sie verbessern gezielt Ihre Kommunikation – denn Sie lernen, wie Sie auf andere wirken und worauf es wirklich ankommt.
	Samstag, 25.04.2026 10.00 - 17.00 Uhr		210 €	

Brotbackkurs

Brigitte Stautner	Donnerstag, 26.02.2026 17.00 - 19.00 Uhr	Lehrküche Schäferrei	25 €	Anmeldung unter Brigitte.stautner@gmx.de , Mobil: 0162/7535311 Schritt für Schritt wird die Herstellung und das Rezept für ein Brot aus reinem Natursauerteig angeleitet. Jeder bekommt einen fertigen Sauerteig mit. Aus Zeitgründen wird das Brot nur vorbereitet, gebacken wird nicht. Das Brot wird probiert, die Kursleiterin bringt frischgebackenes vom Vormittag mit. Bitte Behälter für Sauerteig mitbringen.
-------------------	---	----------------------	------	--

Küchl-Backkurs

Brigitte Stautner	Donnerstag, 12.03.2026 17.00 - 19.30 Uhr	Lehrküche Schäferrei	25 € + 4 € Material	Anmeldung unter Brigitte.stautner@gmx.de , Mobil: 0162/7535311 Wir widmen uns ganz den traditionellen Küchl. Schritt für Schritt bereiten wir gemeinsam eine klassische Variante zu – goldbraun ausgebacken und himmlisch im Geschmack. Bitte Behälter dafür mitbringen.
-------------------	---	----------------------	------------------------	--

Kochen wie die alten Römer

Dr. Annette Böhm	Samstag, 18.04.2026 17.00 - 21.00 Uhr	Schulküche der Schwarzachtal-Mittelschule Waldmünchen	20 € zzgl. 15 € Materialkosten	Anmeldung unter mail@roemerlein-express.de oder kurse@mgh-waldmuenchen.de Nach Originalrezepten der römischen Autoren Cato, Apicius und Columella (2. Jh.v.Chr. bis 1. Jh.n.Chr.) kochen und genießen wir ein mehrgängiges Menü. Erleben Sie die Küche des Altertums und erfahren Sie Kurioses und Erstaunliches von den Tischsitten der alten Römer. Hinweis: In diesem Kurs wird mit Wein und Fischsauce (Allergene: Fisch, Schalentiere) gekocht. Bitte weisen Sie bei der Anmeldung auf Allergien oder Unverträglichkeiten hin. Mitbringen: Trockentuch, Schürze, Vorratsdosen für Reste; gerne ein eigenes Messer.
------------------	--	---	--------------------------------	---

Ausführlichere Kursbeschreibungen unter:

www.mgh-waldmuenchen.de



Whatsapp-Kanal entdecken!
MGH - Mehrgenerationenhaus Waldmünchen



NEU!



Programm Oktober - März
Winter 2025 / 2026



Mehr Generationen
Haus Waldmünchen
Miteinander - Füreinander



Waldmünchen

Sprachen

Kreatives

Spezielles

Angebote, Kurse und Workshops

Infos und genauere Beschreibung: www.mgh-waldmuenchen.de

ACHTUNG! Damit wir besser planen können, gilt:
Der Anmeldeschluss für **alle** Kurse ist **spätestens** 3 Tage vor dem Termin!



NEU!



Whatsapp-Kanal
MGH - Mehrgenerationenhaus Waldmünchen

Sprachen

Kursleitung	Termin	Ort	Kosten	Anmeldung & Bemerkung
-------------	--------	-----	--------	-----------------------

Povídát si česky - Tschechisch-Stammtisch

Renate und Bohumil Kricner	ab Mittwoch, 12.11.2025 18.30 - 20.00 Uhr jeden zweiten Mittwoch im Monat	MGH	2 € je Termin	Keine Anmeldung erforderlich! Für alle, die Interesse an der tschechischen Sprache und unserem Nachbarland haben und ihre Grundsprachkenntnisse (Sprachniveau A1.2 bis maximal A2.1) erweitern wollen.
----------------------------	---	-----	---------------	---

Tschechischkurs für Anfänger

Marcela Řezníčková	ab Mittwoch, 03.12.2025 18.30 - 20.00 Uhr 10 Termine	MGH Raum Combours/Elz	100 €	Anmeldung unter: reznickova.m@seznam.cz Wir arbeiten mit dem Lehrbuch „Tschechisch Schritt für Schritt“.
--------------------	--	--------------------------	-------	--

Tschechisch für leicht Fortgeschrittene

Marcela Řezníčková	ab Mittwoch, 03.12.2025 17.00 - 18.30 Uhr 10 Termine	MGH Raum Combours/Elz	100 €	Anmeldung unter: reznickova.m@seznam.cz Wir arbeiten mit dem Lehrbuch „Tschechisch Schritt für Schritt“. Lektion 11
--------------------	--	--------------------------	-------	---

Spanisch-Kurs für Anfänger mit Vorkenntnissen

Stefanie Plötz	ab Dienstag, 28.10.2025 18.30 - 20.00 Uhr 6 Termine	MGH Raum Combours	60 €	Anmeldung unter: stefanie.ploetz@magenta.de Der Kurs richtet sich an Spanisch-Interessierte mit ersten Vorkenntnissen, die sich gerne in Alltagssituationen auf Spanisch verständigen möchten.
----------------	---	----------------------	------	--

Spanisch-Kurs für Anfänger

Stefanie Plötz	ab Dienstag, 24.02.2026 18.30 - 20.00 Uhr 5 Termine	MGH Raum Combours	50 €	Anmeldung unter: stefanie.ploetz@magenta.de Der Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen ohne Vorkenntnisse, die erste alltagstaugliche Grundkenntnisse in der Weltsprache Spanisch erwerben möchten.
----------------	---	----------------------	------	--

Französisch-Kurs für leicht Fortgeschrittene

Stefanie Plötz	ab Dienstag, 13.01.2026 18.30 - 20.00 Uhr 5 Termine	MGH Raum Combours	50 €	Anmeldung unter: stefanie.ploetz@magenta.de Der Kurs richtet sich an Französisch-Interessierte mit Vorkenntnissen, die sich gerne in Alltagssituationen auf Französisch verständigen möchten. Der Fokus liegt auf der Konversation.
----------------	---	-------------------	------	---

Kursleitung	Termin	Ort	Kosten	Anmeldung & Bemerkung
-------------	--------	-----	--------	-----------------------

Englisch Grundstufe A1 - entspannt Englisch lernen

Daniela Gschwendtner	ab Mittwoch, 19.11.2025 18.00 - 19.30 Uhr 5 Termine	MGH Raum Elz	50 €	<i>Anmeldung unter: daniela.gschwendtner@web.de</i> <i>Sie haben bereits Englisch gelernt, vielleicht auch schon vor langer Zeit, und möchten Ihre Kenntnisse in entspannter Atmosphäre auffrischen und erweitern? Dann kommen Sie in diesen Kurs und freuen Sie sich auf Ihre Englisch-Erfolgserlebnisse. Ganz nebenbei ist Sprachenlernen ein super Training für unser Gehirn! Herzliche Einladung zum kostenlosen Schnuppern beim ersten Termin.</i>
	ab Mittwoch, 07.01.2026 18.00 - 19.30 Uhr 6 Termine	MGH Raum Elz	60 €	

Englisch Grundstufe A2 - aktuell & interessant

Daniela Gschwendtner	ab Donnerstag, 08.01.2026 17.15 - 19.30 Uhr 6 Termine	MGH Raum Combourg	60 €	<i>Anmeldung unter: daniela.gschwendtner@web.de</i> <i>Sie haben bereits Grundkenntnisse und möchten diese erweitern? Oder Ihre Englisch-Kenntnisse sind etwas eingerostet? Teilweise fallen Ihnen die benötigten Wörter nicht ein und bei der Grammatik sind Sie unsicher? Dann melden Sie sich einfach zu diesem Kurs an! Hier verbinden wir das Lernen mit aktuellen Themen und wiederholen "ganz nebenbei" Wortschatz/Grammatik, die Sie "für den Alltag" benötigen. Es erwartet Sie ein interessanter und kurzweiliger Kurs. Herzliche Einladung zum Schnuppern beim ersten Termin.</i>
----------------------	---	-------------------	------	--

Englisch B1 - abwechslungsreiches Sprachtraining für Fortgeschrittene

Daniela Gschwendtner	ab Dienstag, 24.02.2026 18.00 - 19.30 Uhr 10 Termine	MGH Raum Combourg	100 €	<i>Anmeldung unter: daniela.gschwendtner@web.de</i> <i>Lebendig, anschaulich und mit Abwechslung üben wir Lesen und Verstehen, sprechen über verschiedene Themen, schreiben kleine Texte und beschäftigen uns mit der für den Alltag wichtigen Grammatik. Herzliche Einladung an alle, die ihre Kenntnisse auf Mittelstufenniveau weiter ausbauen und festigen möchten! Kostenlos „schnuppern“ beim ersten Termin möglich!</i>
----------------------	--	-------------------	-------	--

Für Schülerinnen, Schüler & Eltern

Dein Gehirn ist super! Lerne wie die Gedächtnisweltmeister!

Daniela Gschwendtner	ab Montag, 24.11.2025 16.30 - 17.30 Uhr 6 Termine	MGH Raum Combourg	72 €	<i>Anmeldung unter: daniela.gschwendtner@web.de</i> <i>Bestimmt hast du schon einmal bei Fernsehshows oder im Internet Leute gesehen, die sich unwahrscheinlich viel merken konnten. Sie haben kein besseres Gehirn, nur die richtigen Lerntechniken! Wende auch du sie an und lerne zukünftig erfolgreicher und mit mehr Freude für alle Fächer, wo Daten und Fakten gefragt sind (z. B. Biologie, Geographie, Geschichte). Plus in diesem Kurs: Methoden für erfolgreiches Vokabeltraining! Mit Lernstrategien kann man nie zu früh starten, also auch für Grundschüler geeignet.</i> <i>Und es ist dafür nie zu spät, wer also in den höheren Klassen Zeit sparen will, ist ebenfalls herzlich willkommen. Ebenso Erwachsene und interessierte Eltern, gern gemeinsam mit Kindern. Mit Tipps zur Lernorga und Vorbereitung auf Proben, Schulaufgaben und Prüfungen. Bei großen Altersunterschieden werden nach Möglichkeit Gruppen aufgeteilt.</i>
----------------------	---	-------------------	------	--

Für Schülerinnen & Schüler

Konzentrationstraining für Kinder und Jugendliche

Daniela Gschwendtner	ab Mittwoch, 25.02.2026 16.30 - 17.30 Uhr 5 Termine	MGH Raum Combourg	60 €	<i>Anmeldung unter: daniela.gschwendtner@web.de</i> <i>Lässt sich Ihr Kind schnell ablenken und bleibt nicht lange konzentriert? Die gute Nachricht: Konzentration und Achtsamkeit kann man trainieren. Und das Beste daran: Diese Konzentrationsübungen machen sogar Spaß! Konzentrierte Kinder nehmen vom Unterricht mehr mit, die Hausaufgaben gehen schneller, der Druck sinkt und die Erfolgsaussichten steigen. Dieser Kurs ist für Kinder jedes Schulalters geeignet. Bei Bedarf und Möglichkeit wird in Gruppen aufgeteilt.</i>
----------------------	---	-------------------	------	---

Elternangebot

Entspannt beim Thema Schule, auch und gerade wenn's „brennt“

Daniela Gschwendtner	ab Montag, 02.02.2026 19.00 - 21.00 Uhr 2 Termine	MGH Raum Combourg	48 €	<i>Anmeldung unter: daniela.gschwendtner@web.de</i> <i>Sind Schule/Hausaufgaben für Sie nervenaufreibende Themen und Dauerbrenner im Alltag Ihrer Familie? Gehen die Noten nach unten, ist vielleicht die Versetzung Ihres Kindes gefährdet? Hat ihr Kind wenig oder keine Motivation zum Lernen? Gibt es Streit wegen schulischer Themen?</i> <i>Wenn Sie eine der Fragen mit ja beantwortet haben oder Sie diese Themen grundsätzlich interessieren, dann kommen Sie in diesen Kurs. Wir möchten das Beste für unsere Kinder, unsere Versuche zu helfen scheitern aber oftmals. Aber wie können wir erwarten, wenn wir immer dasselbe tun oder sagen, dass plötzlich etwas anderes herauskommt? Lernen Sie in diesem Kurs Ansätze und Strategien kennen, die wirklich etwas bewirken.</i>
----------------------	---	-------------------	------	--

Kursleitung	Termin	Ort	Kosten	Anmeldung & Bemerkung
-------------	--------	-----	--------	-----------------------

Musikalische Lesung

Gesina Stärz, Stephanie Haberl	Sonntag, 26.10.2025 18.00 - 20.00 Uhr	Bürgertreff am Böhmertor	auf Spen-denbasis	<i>Keine Anmeldung erforderlich!</i> <i>Die in Spielberg lebende und arbeitende Autorin Gesina Stärz liest aus ihrem Roman "vielleicht leicht.", der in einem Raum existenzieller Grenzsituationen handelt. Er zeigt wie vielfältig Mitmenschlichkeit durch individuelle Wertemuster schimmert und er erzählt von der großen Strahlkraft menschlichen Lebens, das sich den Tod zum Gefährten holt, ebenso wie von Verwundbarkeit und Einsamkeit, wenn wir Menschen zu Objekten degradieren.</i> <i>Akkordeonspiel von Stephanie Haberl.</i>
--------------------------------	--	--------------------------	-------------------	---

Digi-Treff - Digitales einfach erklärt!

Maximilian Blume-Nock, Christian Liegl & Team	ab Dienstag, 04.11.2025, 17.30 - 19.00 Uhr 14täglich	MGH Offener Treff	Teilnahme auf Spen-denbasis	<i>Nur mit Anmeldung bis 2 Tage vorher! kontakt@mgh-waldmuenchen.de</i> <i>45 Minuten lernen - 45 Minuten praktisch anwenden</i> <i>Gefördert über MuT-Projekt, digitales Lernen für Senior*innen</i>
---	--	-------------------	-----------------------------	--

Vortrag: "Vererben, vermachen - verflixt, was tun?"

Elke Kestler Rechtsanwältin	Mittwoch, 12.11.2025 19.00 - 21.00 Uhr	MGH Raum Combourg	5 €	<i>Anmeldung bis 07.11.2025 unter: buero@anwalt-kestler.de</i> <i>Beim Thema Erbschaft sind viele Hürden zu meistern - und die Folgen einer unklaren Nachfolgeregelung können gravierend sein. Wie lassen sich Konflikte in der Familie vermeiden? Was sind die typischen Stolpersteine und welche Fallstricke gilt es unbedingt zu kennen? Welche Konsequenzen drohen, wenn die Erbschaft nicht geregelt wird?</i> <i>In diesem praxisnahen Vortrag beleuchtet Fachanwältin für Erbrecht Elke Kestler die Herausforderungen des Vererbens und Vermachens und gibt wertvolle Tipps, wie Sie die Fallstricke vermeiden und Ihre Vorstellungen rechtskonform festhalten können. Erfahren Sie, welche Voraussetzungen für ein wirksames Testament erfüllt sein müssen, welche Freiheiten Sie bei der Gestaltung haben und wie Sie sicherstellen, dass Ihr letzter Wille respektiert wird. Dieser Vortrag richtet sich an alle, die ihre Nachfolge klar und umfassend gestalten möchten - und das möglichst stressfrei für alle Beteiligten.</i>
-----------------------------	---	-------------------	-----	--

Vortrag: Aktuelle Fördermittel bei energetischer Sanierung im Bestand

Thomas Rampf Energieberater	Montag, 17.11.2025 19.00 - 21.00 Uhr Donnerstag, 05.02.2026 19.00 - 21.00 Uhr	MGH Raum Combourg	Eintritt frei	<i>Anmeldung unter: thomasrampf@web.de</i> <i>Energieberater Thomas Rampf und seine Kollegin informieren praxisnah über aktuelle Fördermöglichkeiten für energetische Sanierungen im Gebäudebestand.</i> <i>Der Vortrag gibt einen Überblick über Programme von Bund, Ländern und KfW – und zeigt, wie Eigentümer und Sanierungswillige gezielt von finanzieller Unterstützung profitieren können. Tipps zur Antragstellung und zur Kombination verschiedener Fördermittel runden den Vortrag ab.</i>
-----------------------------	--	-------------------	---------------	--

Vortrag: Mein digitales Erbe

In Kooperation mit dem KAB-Ortsverband Waldmünchen

Markus Nickl, KAB -Diözesanse-kretär	Donnerstag, 27.11.2025, 19.00 Uhr	MGH Raum Combourg	auf Spen-denbasis	<i>Keine Anmeldung erforderlich!</i> <i>Was passiert mit E-Mails, Social-Media-Konten und digitalen Fotos, wenn wir nicht mehr da sind?</i> <i>Der Vortrag „Mein digitales Erbe“ zeigt, warum es wichtig ist, rechtzeitig zu regeln, was mit unseren digitalen Spuren geschieht – und welche Verantwortung auf die Erben zukommt. Denn einfach löschen ist oft keine Lösung – und ohne Passwörter beginnt eine Suche erst richtig.</i>
--------------------------------------	--------------------------------------	-------------------	-------------------	--

"Französisches Frühstück"

MGH und Partnerschafts-Komitee	Sonntag, 25.01.2026 10.00 - 11.30 Uhr	MGH Offener Treff	auf Spen-denbasis	<i>Keine Anmeldung erforderlich!</i> <i>Eingeladen sind alle Freundinnen und Freunde der französischen Sprache, alle Mitglieder des Partnerschafts-Komitees Waldmünchen-Combourg. Mit Croissants und Baguette möchten wir uns in gemütlicher Runde austauschen und den deutsch-französischen Tag nachfeiern.</i>
--------------------------------	--	-------------------	-------------------	---