

| Kursleitung                                                                                      | Termin                                                                                                                   | Ort | Kosten | Anmeldung & Bemerkung                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>Manuela Hiob | <b>VORTRAGSREIHE WOMEN'S TALK: Glück-lich sein und werden</b><br>Donnerstag,<br>12. November 2026<br>19.00 bis 21.00 Uhr | MGH | 10 €   | Anmeldung: <a href="mailto:kurse@mgh-waldmuenchen.de">kurse@mgh-waldmuenchen.de</a><br>Was bedeutet Glück eigentlich – und was braucht es, um sich wirklich glücklich zu fühlen? In diesem inspirierenden Mitmach-vortrag mit Manuela Hiob geht es um die kleinen und großen Fragen rund ums Glücklichein. |

#### Glück-lich sein und werden

|              |                                                   |     |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------|---------------------------------------------------|-----|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Manuela Hiob | Samstag, 14. November 2026<br>16.00 bis 18.00 Uhr | MGH | 10 € | Anmeldung: <a href="mailto:kurse@mgh-waldmuenchen.de">kurse@mgh-waldmuenchen.de</a><br>Was bedeutet Glück eigentlich – und was braucht es, um sich wirklich glücklich zu fühlen? In diesem inspirierenden Mitmach-vortrag mit Manuela Hiob geht es um die kleinen und großen Fragen rund ums Glücklichein. Ab 10 Jahre |
|--------------|---------------------------------------------------|-----|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### Kochkurs von Mann zu Mann

|               |                                                                                                                    |                                                                                |         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Reinhold Hübl | Donnerstag,<br>26. November 2026<br>17.00 - 19.00 Uhr<br>oder<br>Samstag, 21. November 2026<br>14.00 bis 17.00 Uhr | Schulkü-<br>che der<br>Schwarzach-<br>tal-<br>Mittelschule<br>Waldmün-<br>chen | je 25 € | Anmeldung: <a href="mailto:kurse@mgh-waldmuenchen.de">kurse@mgh-waldmuenchen.de</a><br>In diesem Kochkurs lernen Sie die Basics, die Sie brauchen, um sich selbst richtig leckere Gerichte zu kochen. Von einem Mann für Männer: praktisch, unkompliziert und ohne unnötiges Fachchinesisch. Gezeigt werden wichtige Grundlagen, einfache Techniken und Rezepte, die im Alltag funktionieren. |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### Vortrag „Vom Acker bis zum Erbe - landwirtschaftliches Eigentum sicher übergeben“

|                                              |                                                     |     |     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Elke Kestler<br>Fachanwältin für<br>Erbrecht | Dienstag, 19. Januar 2027<br>19.00 - 21.00 Uhr<br>6 | MGH | 5 € | Anmeldung: <a href="mailto:buero@anwalt-kestler.de">buero@anwalt-kestler.de</a> / 09972 3003690<br>Im Vortrag erklärt die Fachanwältin, welche Besonderheiten bei der Übergabe und Aufteilung von landwirtschaftlichem Eigen-tum zu beachten sind. Wie lässt sich vermeiden, dass bei der Aufteilung auf die Kinder eine hohe Steuerlast entsteht oder stille Reserven aufgedeckt werden? |
|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### Berufsberatung für Erwachsene

|                                                              |                                                                                                                       |     |            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Eva Kurze<br>Berufsberaterin für<br>Erwachsene im<br>LK Cham | alle zwei Monate, am 2. Diens-<br>tag 10.00 bis 18.00 Uhr<br>nächste Termine:<br>13. Oktober 2026<br>08. Dezember 202 | MGH | kostenfrei | Anmeldung: 09431 200 240 / <a href="mailto:schwandorf.bbie@arbeitsagentur.de">schwandorf.bbie@arbeitsagentur.de</a><br>Beruf? Karriere? Wiedereinstieg? Wewiterbildung? Veränderung? Hier werden Sie bei Ihren Fragen rund um das Thema Beruf, berufliche Neu- oder Umorientierung oder auch beim Wiederein-stieg unterstützt |
|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

In Kooperation mit dem Förderkreis der Jugendbildungsstätte.

| Termin | Ort | Kosten | Beschreibung |
|--------|-----|--------|--------------|
|--------|-----|--------|--------------|

#### Reihe „Welt verstehen“: Wie schmeckt die Weimarer Republik? Kulinarisches und Geschichtliches leicht serviert

|                                          |                             |                               |                                                                                         |
|------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| Sonntag, 11.10.2026<br>18.00 - 19.30 Uhr | Bürgertreff am<br>Böhmertor | Teilnahme auf<br>Spendenbasis | Kulinarisches und Geschichtliches leicht serviert von Uli Effenhauser und Reinhold Hübl |
|------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|

#### Bayrisch-Irish: Beste Musik aus zwei Welten

|                                          |                         |                         |                                                 |
|------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------|
| Sonntag, 18.10.2026<br>19.00 - 21.00 Uhr | TV-Halle<br>Waldmünchen | Vorverkauf:<br>okticket | Beste Musik aus zwei Welten mit Siegi Mühlbauer |
|------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------|

#### Reihe „Welt verstehen“: Israel und Palästina: Gibt es eine Lösung für das große Drama?

|                                          |                             |                               |                                       |
|------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------------|
| Sonntag, 08.11.2026<br>18.00 - 19.30 Uhr | Bürgertreff am<br>Böhmertor | Teilnahme auf<br>Spendenbasis | Politischer Talk mit Titus Möllenbeck |
|------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------------|

#### Musikalische Lesung "Leben finden"

|                                          |                             |                               |                                                                 |
|------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Sonntag, 31.01.2027<br>18.00 - 19.30 Uhr | Bürgertreff am<br>Böhmertor | Teilnahme auf<br>Spendenbasis | Musikalische Lesung mit Doris Beck mit dem Titel "Leben finden" |
|------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------|

Genaue Infos und (kurzfristige) Änderungen: Tagespresse und soziale Netzwerke beachten.

[www.mgh-waldmuenchen.de](http://www.mgh-waldmuenchen.de)



WhatsApp-Kanal entdecken!  
MGH - Mehrgenerationenhaus  
Waldmünchen



Winter  
Oktober – Januar 2026 / 2027  
Angebote, Kurse und Workshops



Mehr  
Generationen  
Haus Waldmünchen  
Miteinander – Füreinander

Sprachen

Kreatives

Spezielles

# Waldmünchen

[www.mgh-waldmuenchen.de](http://www.mgh-waldmuenchen.de)

Für genaue Infos und (kurzfristige) Änderungen bitte Tagespresse und soziale Netzwerke beachten.

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

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

#### Tschechisch für Anfänger

|             |                                                                      |     |      |                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------|----------------------------------------------------------------------|-----|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lucie Frank | ab Donnerstag,<br>08. Oktober 2026<br>17.00 - 18.00 Uhr<br>6 Termine | MGH | 60 € | Anmeldung: <a href="mailto:lusifrank@seznam.cz">lusifrank@seznam.cz</a><br>Bei diesem Kursangebot haben Sie die Gelegenheit, unsere tschechischen Nachbarn besser verstehen zu lernen. Starten Sie ihren Smalltalk jetzt und überraschen Ihren Gegenüber. |
|-------------|----------------------------------------------------------------------|-----|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### Englisch A1 - entspannt Englisch lernen

|                         |                                                                                                                                                         |     |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Daniela<br>Gschwendtner | ab Mittwoch, 16. Sept. 2026<br>18.00 bis 19.30 Uhr<br>6 Termine<br>nächster Kursblock<br>ab Mittwoch, 13. Jan. 2027<br>18.00 bis 19.30 Uhr<br>6 Termine | MGH | 60 € | Anmeldung: <a href="mailto:daniela.gschwendtner@web.de">daniela.gschwendtner@web.de</a><br>Sie haben bereits Englisch gelernt, vielleicht auch schon vor langer Zeit, und möchten Ihre Kenntnisse in entspannter Atmo-sphäre 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. |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### Englisch A2 - aktuell und abwechslungsreich

|                         |                                                                                                                                        |     |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Daniela<br>Gschwendtner | ab Donnerstag, 17. Sept. 2026<br>18.00 bis 19.30 Uhr<br>6 Termine<br>ab Donnerstag, 7. Januar 2027<br>17.15 bis 18.45 Uhr<br>6 Termine | MGH | 60 € | Anmeldung: <a href="mailto:daniela.gschwendtner@web.de">daniela.gschwendtner@web.de</a><br>Sie möchten besser Englisch sprechen? Sie haben Interesse an der englischsprachigen Welt und lernen gern gemeinsam in der Gruppe? Dann melden Sie sich zu diesem Kurs an! Hier verbind-en wir das Lernen mit aktuellen Themen und wiederholen und erweitern ganz nebenbei Wortschatz und Grammatik! |
|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### Englisch B1 - abwechslungsreiches Training für Fortgeschrittene

|                         |                                                                 |     |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Daniela<br>Gschwendtner | ab Dienstag, 22. Sept. 2026<br>18.00 bis 19.30 Uhr<br>6 Termine | MGH | 60 € | Anmeldung: <a href="mailto:daniela.gschwendtner@web.de">daniela.gschwendtner@web.de</a><br>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 festigen und weiter ausbauen wollen. |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Für Schülerinnen  
& Schüler

#### Training English Tenses, ab der 7. Klasse

|                         |                                                                           |     |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Daniela<br>Gschwendtner | ab Dienstag,<br>10. November 2026<br>16.00 Uhr bis 17.30 Uhr<br>4 Termine | MGH | 72 € | Anmeldung: <a href="mailto:daniela.gschwendtner@web.de">daniela.gschwendtner@web.de</a><br>Die englischen Zeiten sind eine Herausforderung für dich? Dann ist dieses Training genau das Richtige! Mit kreativen Lerntechniken, Eselsbrücken und Abwechslung trainieren wir in Kleingruppen. Für mehr Erfolg und Spaß in der Schule! |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Sprachen



Whatsapp-Kanal  
MGH - Mehrgenerationenhaus  
Waldmünchen



abonnieren

| Kursleitung          | Termin                                                           | Ort | Kosten | Anmeldung & Bemerkung                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------|------------------------------------------------------------------|-----|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Daniela Gschwendtner | ab Mittwoch, 20. Januar 2027<br>16.30 bis 17.30 Uhr<br>3 Termine | MGH | 36 €   | Anmeldung: <b>daniela.gschwendtner@web.de</b><br>Lerne Techniken kennen, wie du schneller lernen kannst und das Gelernte länger in deinem Gedächtnis bleibt. So fällt das Lernen leichter, macht mehr Spaß und du hast mehr Erfolg. Für alle Altersstufen geeignet! |

Vokabeln leichter lernen - für einen guten Start in die Fremdsprache, aber auch für Lernende, die mehr Erfolg haben möchten

|                      |                                                                 |     |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------|-----|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Daniela Gschwendtner | ab Montag, 05. Oktober 2026<br>16.15 bis 17.45 Uhr<br>3 Termine | MGH | 54 € | Anmeldung: <b>daniela.gschwendtner@web.de</b><br>Vokabeln sind die Grundlage für gute Noten und Freude an einer Fremdsprache! Mit Abwechslung, Spaß und den für dich richtigen Methoden geht das Lernen leichter und schneller, die Vokabeln bleiben länger im Gedächtnis. Komm in den Kurs und probiere es aus. Bring gern deine eigenen Vokabeln mit! |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------|-----|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Elternangebot Bausteine des Lernerfolgs - für ein erfolgreiches und entspanntes Schuljahr

|                      |                                                 |     |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------|-------------------------------------------------|-----|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Daniela Gschwendtner | Montag, 26. Oktober 2026<br>19.30 bis 21.00 Uhr | MGH | 15 € | Anmeldung: <b>daniela.gschwendtner@web.de</b><br>Was kann man tun, um seine Kinder zum Lernen zu motivieren und es in der Familie entspannt bleibt? Was brauchen die Kinder, damit sie in der Schule Erfolg haben? Ein Impulsvortrag mit vielen Ideen und Anregungen - mit Gelegenheit zu Austausch und Diskussion! |
|----------------------|-------------------------------------------------|-----|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

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

Workshop: Handyfotografie - gewusst wie!

|                |                                                  |     |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------|--------------------------------------------------|-----|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Benjamin Franz | Sonntag, 11. Oktober 2026<br>15.00 bis 18.00 Uhr | MGH | 40 € | Anmeldung: <b>benjamin-franz@t-online.de</b><br>Moderne Smartphones bieten erstaunliche Möglichkeiten - man muss nur wissen, wie man sie nutzt. In diesem 3-stündigen Handy-Fotokurs erfahren Sie, wie Sie das Potenzial Ihrer Smartphone-Kamera ausschöpfen und beeindruckende Fotos sowie Videos erstellen. Der Kurs kombiniert einen anschaulichen Bildvortrag mit aktiven Workshopelementen. So können Sie das Gelernte direkt ausprobieren und anwenden. |
|----------------|--------------------------------------------------|-----|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Winterliches Handlettering

|            |                                                 |     |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------|-------------------------------------------------|-----|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Anne Riedl | Montag, 12. Oktober 2026<br>17.30 bis 20.00 Uhr | MGH | 25 € | Anmeldung: <b>anne@riedl-illustration.de</b><br>Machen Sie es sich kreativ gemütlich und entdecken Sie die Welt des Handletterings! In diesem winterlichen Kurs gestalten Sie wunderschöne Karten mit winterlichen Motiven, liebevollen Schriftzügen und – wenn Sie mögen – schon die ersten Weihnachtskarten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. |
|------------|-------------------------------------------------|-----|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Chill & Pottery - Kaffeehaferl

|              |                                                                                                      |     |      |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Katrin Liegl | Mittwoch, 14. Oktober 2026<br>und<br>Mittwoch, 11. November 2026<br>18.00 bis 20.00 Uhr<br>2 Termine | MGH | 35 € | Anmeldung: <b>lieglkatrin@gmail.com</b><br>Getöpft wird ein Kaffeehaferl in gemütlicher Runde. In entspannter Atmosphäre kann man sich unterhalten, Getränke und den Feierabend mit Musik genießen. Beim ersten Termin wird getöpft, beim zweiten Termin wird glasiert. |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Chill & Pottery - Müslischüssel/Bowl

|              |                                                                                                       |     |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Katrin Liegl | Mittwoch, 21. Oktober 2026<br>und<br>Mittwoch, 18. November 2026<br>18.00 bis 20.00 Uhr,<br>2 Termine | MGH | 35 € | Anmeldung: <b>lieglkatrin@gmail.com</b><br>Getöpft wird eine Müslischüssel/Bowl in gemütlicher Runde. In entspannter Atmosphäre kann man sich unterhalten, Getränke und den Feierabend mit Musik genießen. Beim ersten Termin wird getöpft, beim zweiten Termin wird glasiert. |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Zeichnen was bewegt

|                       |                                                  |     |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------|--------------------------------------------------|-----|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Johanna Aschenbrenner | Freitag, 23. Oktober 2026<br>19.00 bis 20.30 Uhr | MGH | 20 € | Anmeldung: <b>0173 6546265 / www.malsalon-cham.de</b><br>In Anlehnung an neurografische Zeichenmethoden verbinden wir Linien, Formen und Farben zu einem persönlichen Bild. Das intuitive Zeichnen kann helfen, Stress loszulassen, zur Ruhe zu kommen und neue Perspektiven zu entdecken. Ganz ohne Vorkenntnisse. |
|-----------------------|--------------------------------------------------|-----|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| Kursleitung    | Termin                                              | Ort | Kosten                     | Anmeldung & Bemerkung                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------|-----------------------------------------------------|-----|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Renate Kricner | Donnerstag, 29. Oktober 2026<br>17.00 bis 18.30 Uhr | MGH | Teilnahme auf Spendenbasis | Anmeldung: <b>kurse@mgh-waldmuenchen.de</b><br>In diesem Workshop lernen Sie durch Tipps und Tricks, wie Sie beschädigte Kleidung reparieren, Knöpfe annähen, kleine Änderungen selbst vornehmen und aus alten Kleidungsstücken etwas Neues entstehen lassen können. Materialien bitte selbst mitbringen. |

Ausdrucksmalen- Love your soul

|                       |                                                  |                                                 |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Johanna Aschenbrenner | Freitag, 30. Oktober 2026<br>19.00 bis 21.00 Uhr | Malsalon, Marktplatz 8 Eingang Rückgebäude TeDi | 35 € | Anmeldung: <b>0173 6546265 / www.malsalon-cham.de</b><br>Beim Ausdrucksmalen geht es nicht darum, etwas „Schönes“ zu malen. Lass dich von Farben, Formen und deinem Gefühl leiten. Ohne Vorgaben und ohne Bewertung entsteht dein ganz persönliches Bild. Eine kreative Auszeit zum Loslassen und sich selber Entdecken. Keine Vorkenntnisse. |
|-----------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Malen wie die Meister

|                       |                                                   |                                                 |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Johanna Aschenbrenner | Freitag, 13. November 2026<br>19.00 bis 20.30 Uhr | Malsalon, Marktplatz 8 Eingang Rückgebäude TeDi | 38 € | Anmeldung: <b>0173 6546265 / www.malsalon-cham.de</b><br>An diesem Abend widmen wir uns einem echten Klassiker der modernen Kunst: „Das blaue Pferd“ von Franz Marc. Unter fachkundiger Anleitung werden Farben, Formen und Bildaufbau gemeinsam erarbeitet – dabei ist jeder willkommen, ganz unabhängig von Vorkenntnissen. Acryl auf Leinwand. |
|-----------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

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

Digi-Treff - Digitales einfach erklärt! Im Wechsel mit Digi-Werkstatt.

|                                               |                                                                         |     |                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Maximilian Blume-Nock, Christian Liegl & Team | ab Dienstag, 06. Oktober 2026<br><b>14-tägig</b><br>17.30 bis 19.00 Uhr | MGH | Teilnahme auf Spendenbasis | <b>Anmeldung und Terminvergabe bis 2 Tage vorher unter kontakt@mgh-waldmuenchen.de</b><br>Für neue Nutzer*innen die ersten Schritte am Smartphone oder Tablet, Wissenswertes zur Internet-Suche, zu Apps und Programmen oder zur KI - einfach und verständlich erklärt. Zur Digi-Werkstatt können gerne eigene Geräte mitgebracht werden. |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----|----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Kochen wie die alten Römer

|                  |                                                  |                                                        |                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dr. Annette Böhm | Samstag, 17. Oktober 2026<br>17.00 bis 21.00 Uhr | Schulküche der Schwarzaachtal-Mittelschule Waldmünchen | 20 € + 16 € Material | Anmeldung: <b>info@roemerlein-express.de</b><br>Unter Leitung der Archäologin Dr. Annette Böhm gehen wir auf eine kulinarische Zeitreise in das antike Rom. Wir kochen und genießen ein mehrgängiges Menü nach antiken Originalrezepten. Dabei erfahren Sie Kurioses und Erstaunliches von den Tischarten der alten Römer. |
|------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Vortrag: Lichterjagd - zwischen Himmelsleuchten und nordischer Sehnsucht

|                                |                                                  |     |                            |                                                                |
|--------------------------------|--------------------------------------------------|-----|----------------------------|----------------------------------------------------------------|
| Erwin und Reingard Hierstetter | Freitag, 23. Oktober 2026<br>19.00 bis 20.30 Uhr | MGH | Teilnahme auf Spendenbasis | Pausenmusik und Untermalung der Filmsequenzen und Einzelbilder |
|--------------------------------|--------------------------------------------------|-----|----------------------------|----------------------------------------------------------------|

Alte Oberpfälzer Kartoffelgerichte

|                 |                                                  |                                                        |                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Christine Klein | Samstag, 07. November 2026<br>9.00 bis 13.00 Uhr | Schulküche der Schwarzaachtal-Mittelschule Waldmünchen | 25 € + 10 € Material | Anmeldung: <b>kurse@mgh-waldmuenchen.de</b><br>Gekocht werden alte Oberpfälzer Kartoffelgerichte. Den allseits beliebten Zwirl oder Bröselshmarrn genannt, Fingernudeln und Schoppala, Schneeball Knödel, Kartoffelschnecken vegetarisch bzw. mit Speck-Zwiebel Fülle. Erdäpfelbladln und als Nachspeise Erdäpfelmaultaschen mit Apfelfülle, roter Grütze und Vanillesoße. Anschließend wird in gemütlicher Runde gegessen. |
|-----------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Großmutter's Milch und Mehlspeisen

|                 |                                                |                                                        |                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Christine Klein | Samstag, 23. Januar 2027<br>9.00 bis 13.00 Uhr | Schulküche der Schwarzaachtal-Mittelschule Waldmünchen | 25 € + 10 € Material | Anmeldung: <b>kurse@mgh-waldmuenchen.de</b><br>Gemeinsam wird gekocht, was unsere Großmütter auch zubereitet haben. Es gibt Apfelkrapfen, Scheiterhaufen, Zwetschengaven, Grießschnitten, Semmelschmarrn, gangerne Maultaschen und weitere leckere Gerichte. Anschließend wird in gemütlicher Runde gegessen. |
|-----------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|