



Mehr  
Generationen  
Haus

Miteinander – Füreinander



# Waldmünchen

Sprachen

Kreatives

Spezielles

Angebote, Kurse und Workshops

Januar bis April

Kurzprogramm 2024

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

## Sprachen

Kursleitung	Termin	Ort	Kosten	Anmeldung & Bemerkung
Tschechisch für Fortgeschrittene				
Marcela Řezníčková	Mittwoch, 03.01.2024, 18.30 - 20.00 Uhr 10 Termine	Raum Combourg	100 €	Anmeldung unter: <a href="mailto:reznickova.m@seznam.cz">reznickova.m@seznam.cz</a> Tschechisch für Fortgeschrittene

### Tschechisch für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen

Marcela Řezníčková	Mittwoch, 03.01.2024, 17.00 - 18.30 Uhr 10 Termine	Raum Combourg	100 €	Anmeldung unter: <a href="mailto:reznickova.m@seznam.cz">reznickova.m@seznam.cz</a> Tschechisch für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen
--------------------	--	---------------	-------	---

### Tschechisch für Anfänger oder leicht Fortgeschrittene

Alena Sanseverino	Dienstag, 06.02.2024 18.30 - 20.00 Uhr 6 Termine	Raum Waldmünchen	60 €	Anmeldung unter: <a href="mailto:alena.san@web.de">alena.san@web.de</a> Verwendung der tschechischen Sprache in den täglichen Situationen.
-------------------	--	---------------------	------	---

### Povídat si česky - Tschechisch-Stammtisch

Renate und Bohumil Kricner	ab 10.01.2024 jeden zweiten Mittwoch im Monat, auch in den Feri- en, 20.15 - 21.45 Uhr	Raum Combourg	2 €	Keine Anmeldung erforderlich! Für alle, die Interesse an der tschechischen Sprache und unse- rem Nachbarland haben. Grundsprachkenntnisse erforderlich.
-------------------------------	---	---------------	-----	---

### Französisch lernen mit Film

Stephanie Haberl	Beginn: Freitag, 23.02.2024 09:00 - 10:30 Uhr 5 Termine	Raum Combourg	50 €	Anmeldung unter <a href="mailto:familie@mgh-waldmuenchen.de">familie@mgh-waldmuenchen.de</a> Dreh- und Angelpunkt ist die Komödie "Willkommen bei den Sch'tis", die viele Redeanlässe bietet, um in die französische Sprache einzutauchen und Alltagsthemen und grammatische Strukturen "ganz nebenbei" zu vertiefen. Gemeinsam wird dieser Film stückweise auf Französisch angeschaut und diskutiert. Der Kurs ist geeignet für fortgeschrittene Anfänger, die vor allem das Verstehen und Sprechen weiter ausbauen möchten.
------------------	--	---------------	------	---

### Französisch-Stammtisch

Martina Mathes StDin a. D.	ab 10.01.2024 19:30 Uhr jeden Mittwoch außer- halb der Schulferien	Raum Elz	2 €	Keine Anmeldung erforderlich! Der Französisch-Stammtisch lädt alle ein, die gute Vorkenntnisse in der französischen Sprache mitbringen.
-------------------------------	---	----------	-----	---

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

## Englisch Grundstufe A2 - Entspannt Englisch lernen am Vormittag

Daniela Gschwendtner	Mittwoch, 10.01.2024 09:15 - 10:45 Uhr 6 Termine	Raum Combourg	60 €	Anmeldung unter: <a href="mailto:daniela.gschwendtner@web.de">daniela.gschwendtner@web.de</a> Sie möchten Ihre Grundkenntnisse in Englisch ausbauen und haben Spaß an aktuellen Themen und fremden Ländern? Dann kommen Sie in diesen Kurs und trainieren Sie mit uns gemeinsam das Sprechen, Lesen und Verstehen!
----------------------	--	---------------	------	---

## Englisch Grundstufe A1 für Wiederanfänger

Daniela Gschwendtner	Mittwoch, 10.01.2024 18.00 - 19.30 Uhr 6 Termine	Raum Elz	60 €	Anmeldung unter: <a href="mailto:daniela.gschwendtner@web.de">daniela.gschwendtner@web.de</a> Sie haben bereits irgendwann Englisch gelernt und möchten Ihre Kenntnisse systematisch und in entspannter Atmosphäre auffrischen und erweitern? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig, melden Sie sich einfach an!
----------------------	--	----------	------	--

## Englisch Mittelstufe B1 - abwechslungsreiches Training aller Fertigkeiten

Daniela Gschwendtner	Dienstag, 20.02.2024 18.00 - 19.30 Uhr 12 Termine	Raum Combourg	120 €	Anmeldung unter: <a href="mailto:daniela.gschwendtner@web.de">daniela.gschwendtner@web.de</a> Lebendig, anschaulich und mit Abwechslung üben wir Lesen und Verstehen, sprechen über verschiedene Themen, schreiben kleine Texte und üben die für den Alltag wichtige Grammatik. Hört sich das für Sie gut an? Dann laden wir Sie herzlich ein, sich für diesen Kurs anzumelden.
----------------------	---	---------------	-------	--

## Lerncoaching: Dein Gehirn ist super! Lerne wie die Gedächtnisweltmeister!

Daniela Gschwendtner	Donnerstag, 11.01.2024 16.30 - 17.30 Uhr 5 Termine	Raum Combourg	60 €	Anmeldung unter: <a href="mailto:daniela.gschwendtner@web.de">daniela.gschwendtner@web.de</a> Bestimmt hast du schon einmal 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 erfolgreicher und mit mehr Freude für alle Fächer, in denen Daten und Fakten gefragt sind (z.B. Biologie, Geschichte etc.). Mit Tipps zur Lernorganisation und Vorbereitung auf Klassenarbeiten.
----------------------	--	---------------	------	--

## Entspannt beim Thema Schule - ein Angebot für Eltern

Daniela Gschwendtner	Dienstag, 16.01.2024 19.30 - 21.00 Uhr 3 Termine	Raum Combourg	57 €	Anmeldung unter: <a href="mailto:daniela.gschwendtner@web.de">daniela.gschwendtner@web.de</a> Sind Schule und Hausaufgaben nervenaufreibende und zeitfressende Themen im Alltag Ihrer Familie? Wünschen Sie sich hier mehr Entspannung und Erfolg? Möchten Sie erfahren, wie Sie Ihrem Kind tatsächlich helfen können? Dann kommen Sie in diesen Kurs und lernen Sie praxisorientierte Methoden und Techniken kennen, die wirklich etwas bewirken. Daniela Gschwendtner, selbst 3-fache Mutter, ist Coach, Lernbegleiterin, Achtsamkeits- und Konzentrationstrainerin sowie langjährige Kursleiterin für Englisch und bietet Kurse und Einzeltrainings für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.
----------------------	--	---------------	------	--

## Hilfe, mein Kind kann sich nicht konzentrieren!

Daniela Gschwendtner	Dienstag, 20.02.2024 16.30 - 17.30 Uhr 5 Termine	Raum Combourg	60 €	Anmeldung unter: <a href="mailto:daniela.gschwendtner@web.de">daniela.gschwendtner@web.de</a> 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 großen Altersunterschieden werden die Gruppen aufgeteilt. Wenn der Kurs grundsätzlich interessant ist, aber der Tag oder die Uhrzeit nicht passt, so teilen Sie uns dies einfach mit. Evtl. wird ein 2. Kurs angesetzt.
----------------------	--	---------------	------	---

Kursleitung	Termin	Ort	Kosten	Anmeldung & Bemerkung
<b>Digital-Werkstatt</b>				
Maximilian Blume-Nock, Christian Liegl + Team	Dienstag, 09.01.2024 Dienstag, 23.01.2024 Dienstag, 06.02.2024 Dienstag, 20.02.2024 Dienstag, 05.03.2024 Dienstag, 19.03.2024 jeweils 17.30 - 19.00 Uhr	Offener Treff	Teilnahme auf Spendenbasis	<i>Eine kurze Anmeldung unter <b>kontakt@mgh-waldmuenchen.de</b> ist erwünscht, aber nicht dringend erforderlich!</i> <i>Kommen Sie gerne mit Ihrem eigenen Gerät (Smartphone, Laptop, Tablet) vorbei und stellen Sie Ihre individuellen Fragen.</i> <i>Wir sind keine Computerspezialisten, hoffen aber, dass wir ein wenig weiterhelfen können.</i>

**Gitarrenkurs für Wiedereinsteiger**

Harald Dobler	Samstag, 09.03.2024 14.00 - 17.00 Uhr	Raum Combourg	Jgdl. 50 € Erw. 60 €	<i>Anmeldung bis 04.03.24: <b>familie@mgh-waldmuenchen.de</b></i> <i>Dieser Kurs richtet sich an Wiedereinsteiger oder Gitarrenfreunde, die ihre Kenntnisse vertiefen möchten. Akkorde G, D, Em, Am, C, D7 und F sollten Sie einigermaßen flüssig wechseln können, erste Barré-Akkorde sind gefragt. Zupf- und Schlagtechniken sollten sicher funktionieren. Beschäftigung mit einfachen Solomelodien, Vor- und Zwischenspiel und Kapodastereinsatz. Alle sollten Noten oder Tabulatoren lesen können.</i>
---------------	--	---------------	-------------------------	---

**Infoabend: Körbchen aus Taglilienblättern**

Anna Braun	Freitag, 12.01.2024 17.00 - 18.00 Uhr	Raum Waldmünchen	frei	<b>Keine</b> Anmeldung erforderlich! <i>Körbchen, Täschchen und Kordeln können aus Blättern und Rinde gefertigt werden.</i> <i>Dieser Abend informiert über die Möglichkeiten und Fertigkeiten für einen entsprechenden Kurs.</i>
------------	--	------------------	------	---

**Küchel backen**

Birgit Schultes	Samstag, 03.02.2024 14.00 - 17.00 Uhr	Schulküche der Schwarzachtal-Mittelschule Waldmünchen	15 € + 5 € Materialkosten	<i>Anmeldung unter: <b>hannesried120@web.de</b></i> <i>Küchel backen, bitte Schürze und Behälter für die Küchel mitbringen.</i>
-----------------	--	---	---------------------------	--

**Vorträge****Berliner Testament - sinnvoll oder gefährlich?**

Elke Nicole Kestler	Dienstag, 09.01.2024 19.00 - ca. 20.30 Uhr	Raum Combourg	2 €	<i>Anmeldung bis 07.01.24 unter: <b>familie@mgh-waldmuenchen.de</b></i> <i>Die Fachwältin für Erbrecht erklärt die Besonderheiten und Tücken, die bei der Erstellung eines Berliner Testaments zu beachten sind.</i> <i>Erfahren Sie, wie ungünstige Konstellationen vermieden und tückische Klippen umschiffen werden können.</i>
---------------------	---	---------------	-----	--

**Mit dem Übergabevertrag Immobilien sicher übertragen**

Elke Nicole Kestler	Dienstag, 06.02.2024 19.00 - ca. 20.30 Uhr	Raum Combourg	2 €	<i>Anmeldung bis 04.02.24 unter: <b>familie@mgh-waldmuenchen.de</b></i> <i>Mit dem Übergabevertrag kann die Übertragung von Immobilieneigentum zu Lebzeiten geregelt werden. Gründe: Verantwortung abgeben, Steuern sparen, Vermögen vor dem Zugriff des Staates im Pflegefall sichern...</i> <i>Informieren Sie sich über die individuellen Gestaltungsmöglichkeiten, denn eine Standardlösung gibt es nicht.</i>
---------------------	---	---------------	-----	--

Kursleitung	Termin	Ort	Kosten	Anmeldung & Bemerkung
<b>Schamanische Trommelreisen</b>				
Bettina Lorenz	jeweils dienstags <b>Themen:</b> Neubeginn, 02.01.2024 Transformation, 30.01.24 Heilung, 27.02.24 Baum des Lebens, 26.03.24 Bärenmedizin, 23.04.24 19.30 - 20.30 Uhr	Brandner Bod'n	je 12 €	<i>Anmeldung unter: <b>01522 8411245</b> Mit den Klängen der schamanischen Trommel werden wir in einen tiefen Entspannungszustand geführt. Wir reisen in die spirituelle Welt der Krafttiere und Ahnen, um Heil- und Wachstumsimpulse für unser Leben zu bekommen. Mitbringen: Unterlage, Decke, Kissen</i>

### Schamanische Abende

Bettina Lorenz	Dienstag, 16.01.2024 Dienstag, 13.02.2024 Dienstag, 12.03.2024 19.30 - 21.00 Uhr	Brandner Bod'n	je 15 €	<i>Anmeldung unter: 01522 8411245 Gesprächskreis, Vertiefung durch Gedichte/Erzählungen. Übungen, die die Teilnehmer in ihre Seelen- und Herzenskraft führen. Zum Abschluss findet eine Trommel-Meditation statt. Mitbringen: Unterlagen, Decke, Kissen.</i>
----------------	---	----------------	---------	--

### Schamanische Wanderung: Lakota Steinritual

Bettina Lorenz	Sonntag, 21.04.2024 10.00 - 13.00 Uhr	in der Natur	45 €	<i>Anmeldung unter: <b>01522 8411245</b> Dies ist ein kraftvolles, schamanisches Ritual in der Natur. Hierbei bekommen wir Antwort auf eine wichtige Frage. Wir wandern in der Nähe Waldmünchens zu kraftvollen Steininformationen. Das Natur-Ritual führt uns in einen erhöhten Bewusstseinszustand, so können wir die Antwort auf unsere Frage aus der Natur empfangen. Mitbringen: gute Outdoorbekleidung</i>
----------------	--	--------------	------	--

### Schamanische Wanderung: Mit der Natur in Verbindung gehen am Silbersee

Bettina Lorenz	Sonntag, 31.03.2024 13.00 - 16.00 Uhr	in der Natur	45 €	<i>Anmeldung unter: <b>01522 8411245</b> Schamanische Wanderung am Silbersee mit kraftvollen Natur-Ritualen. Raus aus dem Alltagsbewusstsein und rein in die natürliche Frequenz - in die Lebensfreude und -kraft. Die Wesenheiten rund um den Silbersee unterstützen uns und führen uns in die heilsame Verbindung mit der Natur. Mitbringen: gute Outdoorbekleidung</i>
----------------	--	--------------	------	---

### Schamanische Wanderung „Naturkraft“

Bettina Lorenz	Sonntag, 03.03.2024 14.00 - 15.30 Uhr	in der Natur	15 €	<i>Anmeldung unter: <b>01522 8411245</b> Wir wandern in ursprünglicher Natur. Verbinden uns mit Bäumen, Pflanzen, Wind und Wasser. Lasst uns eintauchen in den Spirit von Mutter Natur. Mitbringen: gute Outdoorbekleidung</i>
----------------	--	--------------	------	--

### Schamanische Wanderung: Auszeit in der Natur

Bettina Lorenz	Samstag, 06.04.2024 14.00 - 15.30 Uhr	in der Natur	15 €	<i>Anmeldung unter: <b>01522 8411245</b> Still werden, die Alltagsorgen loslassen. Auszeit in der Natur. Mitbringen: gute Outdoorbekleidung</i>
----------------	--	--------------	------	---

## Achtung!

**Damit wir besser planen können, gilt:**

Der Anmeldeschluss für **alle** Kurse ist **spätestens** 3 Tage vor dem Termin!

