



KREISBILDUNGSWERK
Mühlendorf am Inn e.V.



**STIFTUNG
ECKSBERG**

Träger sozialer Einrichtungen und Dienste

Bildungsprogramm

für Erwachsene mit Beeinträchtigung



„Wir starten durch...“

Anmeldungen möglich bis **27.08.23**



Wir suchen...

Referenten für unser Bildungsprogramm

in Zusammenarbeit mit dem Kreisbildungswerk

Haben Sie Lust nebenbei auf Honorar unser Bildungsprogramm mitzugestalten?

Dann sind Sie bei uns genau richtig.

Wir sind auf der Suche nach Referenten, die Freude daran haben, kreativ aktiv zu werden. Die gerne ihr eigenes Wissen zu relevanten Themen des gesellschaftlichen Lebens an andere Menschen mit und ohne Einschränkungen weitergeben wollen.

Bei weiteren Fragen und näheren Informationen melden Sie sich gerne bei uns.

„Wir starten durch...“

Alles neu oder was...?

Die letzten 20 Jahre war das Programm für den Bildungskreis Ecksberg innig verbunden mit Frau Marlene Kast.

Mit großem Engagement hat sie sich eingesetzt für die Belange der Menschen mit Beeinträchtigung und ihrer Kursleiter und dabei jedes Mal wieder aufs Neue ein schönes Programm zusammengestellt.

Zu Beginn des Jahres hat sie ihren wohlverdienten Ruhestand angetreten.

Wir möchten uns bei ihr bedanken und wünschen ihr alles Gute!

Seit Januar gibt es nun zwei neue Gesichter...

„Über uns.....“



Lena Feichtner

Heilerziehungs- & Altenpflegerin
OBA Ecksberg

Ich bin seit 2008 in der Stiftung Ecksberg tätig.
Vor meiner Elternzeit arbeitete ich viele Jahre in der
Außenwohngemeinschaft Ramsau.
Seit Januar bin ich im Fachbereich Freizeit der OBA in Mühldorf tätig, leite
die offenen Treffs in Mühldorf und Waldkraiburg und habe die
Verantwortung für das Bildungsprogramm in Ecksberg übernommen.

Sabine Steutzger

Heilerziehungspflegerin
KREISBILDUNGSWERK Mühldorf



Im September 2022 habe ich als Angestellte im
Büro des Kreisbildungswerkes in Mühldorf
begonnen und Anfang des Jahres, als Frau Kast in Rente ging, ihren
Aufgabenbereich mitübernommen.
Das hat mich umso mehr gefreut, da ich viele Jahre in der Stiftung
Ecksberg, in verschiedensten Bereichen tätig war. Der ein oder andere
kennt mich vielleicht noch.

Kontakt



KREISBILDUNGSWERK Mühldorf am Inn e.V

Kirchenplatz 7
84453 Mühldorf am Inn

Ansprechpartnerin, Anmeldung & Abrechnung
Sabine Steutzger

Telefon: 08631/376711

Email: integrativebildung@kreisbildungswerk-mdf.de



Offene Behindertenarbeit Mühldorf

Münchener Str. 86
84453 Mühldorf am Inn

Ansprechpartnerin & Programmerstellung
Lena Feichtner

Telefon: 08631/9847426

Email: lena.feichtner@ecksberg.de

Teilnahmebedingungen

- Bei der Kursauswahl ist wichtig, genau zu prüfen, ob das Kursangebot für den Teilnehmer passend ist!
- Es wird gebeten, den Kursleiter/-innen Besonderheiten und Verhaltensweisen von Teilnehmern mitzuteilen.
- In der Regel kann keine 1:1 Betreuung seitens der Kursleiter gewährleistet werden. Eine 1:1 Betreuung kann jedoch in der OBA (Tel. 08631/98474-25) angefragt werden. Dafür fallen zusätzliche Kosten an.
- In den meisten Kursen ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Bei der Kursteilnahme ist vorrangig entscheidend, zu welchem Zeitpunkt die Anmeldung eingegangen ist. Es wird eine Warteliste geführt.
- Die Kursgebühren für die Bewohner der Stiftung Ecksberg und der AWG's werden vom Taschengeld über die Buchhaltung abgebucht.
- Bitte unbedingt beim Kursleiter abmelden, falls die Teilnahme nicht möglich ist. Ab dem zweiten unentschuldigten Fernbleiben müssen die anfallenden Gebühren trotzdem bezahlt werden.
- Falls eine Medikationsgabe/Bedarfsmedikation während des Kurses vergeben werden muss, steht der gesetzl. Betreuer oder der Gruppenleiter in der Pflicht, selbstständig die Referenten einzuweisen.
- Bitte um Vermerk in der Anmeldung, bei Teilnahme von Menschen mit Beeinträchtigung, die zum ersten Mal einen Kurs besuchen.

Liebe Kursteilnehmer*innen,

auf den folgenden Seiten findet ihr alle Kurse des neuen Programmes Herbst/Winter 2023 - 2024.

Anmeldung bitte per Mail an:

integrativebildung@kreisbildungswerk-mdf.de

mit Angabe von...

- Kurstitel und Kursnummer
- Name, Vorname, Wohnort, Telefonnummer

Anmeldeschluss 27.08.23

Das Kreisbildungswerk und die OBA der Stiftung Ecksberg freuen sich über zahlreiche Anmeldungen und viele schöne gemeinsame Momente.

Wir bedanken uns besonders bei all unseren Referenten, ohne die die zahlreichen Angebote gar nicht möglich wären.



Alle Termine im Überblick

○ **Bewegung & Entspannung**

Aktiv bleiben mit Spaß an der Bewegung	ab 09.10.2023
Eine brasilianische Musik-und Tanzstunde	ab 10.10.2023
Körperwahrnehmung und Entspannung	ab 10.10.2023
Bewegungslandschaften und Zirkeltraining	ab 11.11.2023
Hallenboccia	ab 05.01.2024
Psychomotorische Bewegungsspiele	ab 05.01.2024
Selbstverteidigung für Anfänger	ab 13.01.2024

○ **Singen Wohngemeinschaft Ramsau**

Singen im Herbst	ab 23.09.2023
Singen im Winter	ab 20.01.2024

○ **Kochen & Backen**

Kochen I	ab 28.09.2023
Kochen II	ab 26.10.2023
Backen mit Vergnügen im Herbst I	06.10.2023
Backen mit Vergnügen im Herbst II	20.10.2023
Backen mit Vergnügen im Winter I	12.01.2024
Backen mit Vergnügen im Winter II	26.01.2024

○ **Gesellschaft & Leben**

Gemütliche Spielenachmittage	ab 02.09.2023
Beautynachmittag für Frauen	02.12.2023

○ **Natur und Gesundheit**

Erste-Hilfe-Kurs light	05.10.2023
Kräuterwanderung	02.09.2023

Schneeschuhwanderung

Kurs-Nr.: 20265



Samstag **03.02.2024**
von **09.00 bis 16.00 Uhr**



**Stiftung Ecksberg,
Pforte WfbM**

Ausweichtermin: 02.03.2024



Laura Kirmair
Handy: 0152/53004131



Teilnahmegebühr 14 €
Leihgebühr für Schneeschuhe ca. 15 €



Je nach Schneelage suchen wir uns ein passendes Ziel aus und wandern mit Schneeschuhen durch die schöne Winterlandschaft

Mitzubringen

Rucksack mit Brotzeit, Getränk, Ausweis, Berg-/Wanderschuhe, Geld für Einkehr



Samstag **27.01.2024**
von **09.00 bis 16.00** Uhr



Stiftung Ecksberg,
Pforte WfbM

Ausweichtermin: 24.02.2024



Laura Kirmair
Handy: 0152/53004131



Teilnahmegebühr 14 €
Kosten für evtl. Langlauf-Verleih ca. 10 €



Wir fahren je nach Schneelage nach Inzell oder Reit im Winkl. Dort gehen wir entweder Langlaufen, Rodeln oder machen eine Winterwanderung.

Mitzubringen:

Rucksack mit Brotzeit, Getränk, Ausweis, Berg-/Wanderschuhe, Geld für Einker

Kräuterwanderung	09.09.2023
Kräuterwanderung	23.09.2023
Kräuterwanderung	30.09.2023

○ **Kultur, Kunst & Kreativität**

Weidenflechten in der Kreativwerkstatt	07.10.2023
Theaterzelt Riedering	12.10.2023
Haus der Berge	10.11.2023
Weihnachtsbasteln	16.12.2023
SEA LIFE München	14.02.2024
Alles verwenden, nichts verschwenden	17.02.2024

○ **Bergwanderungen**

Wanderung zur Hefteralm	02.09.2023
Wanderung zur Kesselalm	30.09.2023
Wanderung auf den Hochfelln	07.10.2023
Wanderung zur Wildbichlalm	15.10.2023

○ **Badefahrten**

Therme Bad Aibling	01.12.2023
Therme Bad Birnbach	13.01.2024

○ **Wintersport**

Wintersporttag	27.01.2024
Schneeschuhwanderung	03.02.2024



immer montags (5 Treffen)
ab **09.10.2023** bis **06.11.2023**
von **17.00** bis **18.00** Uhr



Turnhalle Ecksberg



Sabrina Worschech
Tel. 08638/964257
Handy 0176/46510815



Teilnahmegebühr 10 €



Aufwärmen mit verschiedenen Gymnastikübungen,
abwechslungsreiche Ballspiele und Entspannungsgeschichte

Mitzubringen

bequeme Kleidung, Turnschuhe und Getränk



Samstag **13.01.2024**
von **09.00** bis **18.00** Uhr



**Stiftung Ecksberg,
Brunnen**



Rosemarie Winkler
Tel.: 08631/5188



Teilnahmegebühr 18 €
Eintritt ca. 24 €



Die Rottaltherme gilt als eine der schönsten und vielseitigsten
Thermalbäder in ganz Deutschland.

Mitzubringen

Badetasche mit Badesachen, zwei große Badetücher, Brotzeit, Ausweis,
Geld für Essen

Therme Bad Aibling

Kurs-Nr.: 20278



Freitag **01.12.2023**
von **09.00 bis 18.00** Uhr



**Stiftung Ecksberg,
Brunnen**



Rosemarie Winkler
Tel.: 08631/5188



Teilnahmegebühr 18 €
Eintritt ca. 24 €



Die Therma Bad Aibling hat ein sehr modernes Ambiente mit beheiztem Außenpool und schönem Restaurant.

Mitzubringen

Badetasche mit Badesachen, zwei große Badetücher, Brotzeit, Ausweis, Geld für Essen

Eine brasilianische Musik- und Tanzstunde

Kurs-Nr.: 20273



immer dienstags (**10 Treffen**)
ab **10.10.2023** bis **12.12.2023**
von **19.00 bis 20.30** Uhr



**Musikraum Ecksberg
(Haus Elisabeth)**



Maria Izabel De Oliveira Balduino
Tel.: 08671/881503



Teilnahmegebühr 30 €



Wir haben Spaß am ganzheitlichen, körperlichen Training unterstützt durch flotte Musik.
Ganzheitliches und körperliches Training unterstützt durch flotte Musik

Mitzubringen

bequeme Kleidung, Turnschuhe und Getränk

**Körperwahrnehmung und Entspannung
für Rollstuhlfahrer und wenig mobile Menschen** Kurs Nr.: 20256



immer dienstags (10 Treffen)
ab **10.10.2023** bis **12.12.2023**
von **18.00 bis 19.00 Uhr**



**Musikraum Ecksberg
(Haus Elisabeth)**



Maria Izabel De Oliveira Balduino
Tel.: 08671/881503



Teilnahmegebühr 20 €



Aktivierung und Kreislauftraining durch verschiedene Übungen

Wanderung zur Wildbichlalm

Kurs-Nr.: 20274



Samstag **15.10.2023**
von **09.00 bis 19.00 Uhr**



**Stiftung Ecksberg,
Brunnen**



Rosemarie Winkler
Tel.: 08631/5188



Teilnahmegebühr 18 €



Die Hütte liegt auf 1050m im schönen Ort Rettenschöss und ist leicht erreichbar.

Mitzubringen

Rucksack mit Brotzeit, Getränk, Ausweis, Berg-/Wanderschuhe, Geld für Einkehr

Wanderung auf den Hochfelln

Kurs-Nr.: 20264



Samstag **07.10.2023**
von **08.00 bis 19.00 Uhr**



**Stiftung Ecksberg,
Pforte WfbM**



Laura Kirmair
Handy: 0152/53004131



Teilnahmegebühr 22 €



Wir gehen ca. 3 Stunden bergauf und werden am Gipfelkreuz mit einer super Aussicht auf den Chiemsee belohnt.

Mitzubringen

Rucksack mit Brotzeit, Getränk, Ausweis, Berg-/Wanderschuhe, Geld für Einkehr

Voraussetzung

Gute Fitness für eine mehrstündige Wanderung bergauf

Bewegungslandschaften und Zirkeltraining

Kurs Nr.: 20271



immer samstags (**3 Treffen**)
**ab 11.11.2023, 09.12.2023,
16.12.2023**
von **12.00 bis 17.00 Uhr**



Turnhalle Ecksberg



Maria Izabel De Oliveira Baldoino
Tel.: 08671/881503



Teilnahmegebühr 30 €



Im Rahmen eines Zirkeltrainings werden verschiedenste Bewegungsspiele aus den Bereichen Rhythmus, Wahrnehmung und Geschicklichkeit angeboten.
Auch für Rollstuhlfahrer geeignet.

Ab zwölf Teilnehmer mit Marcia de Oliveira Baldoino als zweite Referentin.

Mitzubringen:

bequeme Kleidung, hallentaugliche Turnschuhe und Getränk

Hallenboccia

Kurs Nr.:20253



immer freitags (6 Treffen)
ab **05.01.2024** bis **09.02.2024**
von **18.00** bis **20.00** Uhr



Turnhalle Ecksberg



Maria Izabel De Oliveira Baldoino
Tel.: 08671/881503



Teilnahmegebühr 24 €



Sozialer Umgang miteinander, Körpertraining, Einhalten von
Spielregeln und Übung verschiedener Abläufe des geselligen
Spiels

Ab zwölf Teilnehmer mit Marcia de Oliveira Baldoino als zweite Referentin.

Wanderung zur Kesselalm

Kurs-Nr.: 20294



Samstag **30.09.2023**
von **09.00** bis **18.00** Uhr



**Stiftung Ecksberg,
Brunnen**



Rosemarie Winkler
Tel.: 08631/5188



Teilnahmegebühr 18 €



Sehr leichte Wanderung in den Chiemgauer Alpen bei Inzell.

Mitzubringen

Rucksack mit Brotzeit, Getränk, Ausweis, Berg-/Wanderschuhe, Geld für
Einkehr



Samstag **02.09.2023**
von **08.30 bis 18.00 Uhr**



Stiftung Ecksberg
Pforte WfbM



Marion Kirmeier
Handy: 0151/22639642



Teilnahmegebühr 19 €



Auf einfachen Wegen wandern wir gemeinsam zur Hefteralm mit wunderschönem Ausblick ins Chiemgau. Dort belohnen wir uns mit einer längeren Pause und guter Brotzeit. Mit etwas Glück bekommen wir noch die Tiere der Alm zu sehen.

Mitzubringen

Rucksack mit Brotzeit, Getränk, Ausweis, Berg-/Wanderschuhe, Geld für Einkehr

Voraussetzung

Gute Fitness für eine mehrstündige Wanderung ca. 2 Stunden bergauf



immer freitags (**6 Treffen**)
ab **05.01.24** bis **09.02.24**
von **17.00 bis 18.00 Uhr**



Turnhalle Ecksberg



Maria Izabel De Oliveira Balduino
Tel.: 08671/881503



Teilnahmegebühr 12 €



Übergreifende Stunde aus den Bereichen Sport und Motorikpädagogik. Im Vordergrund stehen Spaß und Freude an der Bewegungen.

Ziel: Verbesserung der Ausdauer, des Herzkreislaufs und der Beweglichkeit.



immer samstags (5 Treffen)
ab **13.01.2024 bis 10.02.2024**
von **13.30 bis 15.30 Uhr**



Turnhalle Ecksberg



Marcia Lorena De Oliveira Balduino
Tel.: 08671/881503



Teilnahmegebühr 20 €



In dem Kurs sollen Techniken für die Selbstverteidigung auf spielerische Art und Weise erlernt werden. Dieser ist für mobile und bewegungsfreudige Menschen geeignet, die Spaß am Sport haben und sich gerne sportlich betätigen. Denn in dem Selbstverteidigungstraining, welches die Koordination und Ausdauer trainiert, steht die Freude an Bewegung und gemeinsamen sportlichen Aktivitäten im Vordergrund.

Mitzubringen

bequeme Kleidung, Turnschuhe und Getränk



Samstag **17.02.2024**
von **09.30 – 11:30 Uhr**



Werkraum Ecksberg



Christl Schwarzenbeck
Tel.: 08073/2450



Teilnahmegebühr 4 €

Materialkosten 5 €

(bitte am Kurstag passend in Münzen mitbringen)



Ob Milch, Saft oder Vanillesoße... Die Tetrapaktüten landen im Alltag gewöhnlich ungenutzt im Müll. Doch damit ist jetzt Schluss. Wir werden einiges Praktisches und Dekoratives aus recycelten Getränketüten herstellen.



Mittwoch **14.02.2024**
von **09.00 bis 18.00** Uhr



**Stiftung Ecksberg,
Brunnen**



Rosemarie Winkler
Tel.: 08631/5188



Teilnahmegebühr 18 €
Eintritt ca. 22 €



Erlebe hautnah die größte Hai-Vielfalt Deutschlands.

Mitzubringen

Brotzeit & Ausweis, Geld für Essen und Getränke, festes Schuhwerk



immer samstags (**6 Treffen**)
ab **23.09.2023** bis **28.10.2023**
von **14.00 bis 15.00** Uhr



**Wohngemeinschaft Ramsau
Stüberl**



Maria Klein
Tel.: 08072/2431



Teilnahmegebühr 12 €



Singen von Herbstliedern und Bewegungsspiele

Singen im Winter

Kurs-Nr.: 20261



immer samstags (6 Treffen)
ab **20.01.2024** bis **24.02.2024**
von **14.00** bis **15.00** Uhr



Wohngemeinschaft Ramsau
Stüberl



Maria Klein
Tel.: 08072/2431



Teilnahmegebühr 12 €



Singen von Winterliedern und Bewegungsspiele

Weihnachtsbasteln

Kurs-Nr-20252



Samstag **16.12.2023**
von **13.00** bis **16.00** Uhr



Kursraum WfbM Ecksberg



Laura Kirmair
Handy: 0152/53004131



Kursgebühr 6 €
Materialkosten 5 €
(bitte am Kurstag passend in Münzen mitbringen)



Wir basteln weihnachtliche Deko.
Danach stimmen wir uns mit Punsch und Lebkuchen auf die
Weihnachtszeit ein.



Freitag **10.11.2023**
von **10.00 bis 18.00 Uhr**



**Stiftung Ecksberg,
Brunnen**



Rosemarie Winkler
Tel.: 08631/5188



Teilnahmegebühr 16 €
Eintritt mit Ausweis 3,50 €



Wir erleben die Tier- und Naturwelt in den Bergen

Mitzubringen

Brotzeit & Ausweis, Geld für Essen und Getränke, festes Schuhwerk



immer donnerstags (**4 Treffen**)
ab **28.09.2023** bis **19.10.2023**
von **16.30 bis 18.00 Uhr**



**Stiftung Ecksberg
Förderstätte Ost Gr.1**



Kathrin Emmerling
Handy 0170/2127528



Teilnahmegebühr 12 €
Materialkosten 3-5 €
(bitte am Kurstag passend in Münzen mitbringen)



Saisonaler Kochkurs mit den passenden Gerichten aus der internationalen Küche. Es werden verschiedene Kochabläufe und Techniken erlernt. Wir sprechen auch über den Einkauf von regionalen Produkten für unsere Küche.

Mitzubringen

Schürze & Geschirrtuch



immer donnerstags (**4 Treffen**)
ab **26.10.2023** bis **16.11.2023**
von **16.30** bis **18.00** Uhr



Stiftung Ecksberg
Förderstätte Ost, Gr.1



Kathrin Emmerling
Handy 0170/2127528



Teilnahmegebühr 12 €
Materialkosten 3-5 €
(bitte am Kurstag passend in Münzen mitbringen)



Saisonaler Kochkurs mit den passenden Gerichten aus der internationalen Küche. Es werden verschiedene Kochabläufe und Techniken erlernt. Wir sprechen auch über den Einkauf von regionalen Produkten für unsere Küche.

Mitzubringen

Schürze & Geschirrtuch



Donnerstag **12.10.2023**
von **16.00** bis ca. **22.00** Uhr



Stiftung Ecksberg,
Brunnen



Rosemarie Winkler
Tel.: 08631/5188



Teilnahmegebühr 12 €
Eintritt 25 €



Der „Himmegugga“ versetzt uns in eine andere Welt. Kloane, gschlamperte Wesen, die Dachrinnsiedler, lausen in verborgenen Winkeln der Himmegugga Werkstatt.

Mitzubringen

Ausweis, Taschengeld

Weidenflechten in der Kreativwerkstatt

Kurs-Nr.: 20282



Samstag **07.10.2023**
von **09.30 bis 11.30** Uhr



Werkraum Ecksberg



Christl Schwarzenbeck
Tel.: 08073/2450



Teilnahmegebühr 4 €
Materialkosten 8 €
(bitte am Kurstag passend in Münzen mitbringen)



Weiden sind ein tolles Naturmaterial. Sie sind so biegsam, dass sie sich ganz leicht verflechten lassen. An diesem Treffen wird ein tolles Objekt mit Weiden geflochten.

Backen mit Vergnügen im Herbst I

Kurs-Nr.: 20210



Freitag **06.10.2023**
von **15.15 bis 19.15** Uhr



Stiftung Ecksberg
Förderstätte Ost, Gruppe 1



Kathrin Emmerling
Handy 0170/2127528



Teilnahmegebühr 8 €
Materialkosten 3-5 €
(bitte am Kurstag passend in Münzen mitbringen)



Wer hat Lust mit uns gemeinsam süße sowie kleine herzhaft Leckereien zu backen? Wir verbringen gemeinsam ein paar schöne Stunden und genießen die von uns gebackenen Leckereien.

Mitzubringen

Schürze & Geschirrtuch

Backen mit Vergnügen im Herbst II

Kurs-Nr.: 20263



Freitag **20.10.2023**
von **15.15 bis 19.15 Uhr**



Stiftung Ecksberg
Förderstätte Ost Gruppe 1



Kathrin Emmerling
Handy 0170/2127528



Teilnahmegebühr 8 €
Materialkosten 3-5 €
(bitte am Kurstag passend in Münzen mitbringen)



Wer hat Lust mit uns gemeinsam süße sowie kleine herzhafte Leckereien zu backen? Wir verbringen gemeinsam ein paar schöne Stunden und genießen die von uns gebackenen Leckereien.

Mitzubringen

Schürze & Geschirrtuch

Löwenzahn und seine wilden Weggefährten geben Dir die Ehre

Kurs-Nr.: 20231



Samstag **30.09.2023**
von **11.00 bis ca. 13.00 Uhr**



Stiftung Ecksberg,
Pforte WfbM
Bei Regen: Werkraum



Heidi Aberle
08631/988253



Teilnahmegebühr 4 €
Materialkosten 3 €
(bitte am Kurstag passend in Münzen mitbringen)



Sammeln und Bestimmen einzelner Pflanzen mittels Bücher und genauem Hinschauen. Dabei werden Erkennungsmerkmale der heimischen Wildkräuter und ihre Wirkung in der Volksmedizin erklärt.

Kreatives Angebot:

Mörsern von Kräutersalz, Gestalten einer „Unkraut“-Palette, Mischen eines Kräutertees und der Genuss eines selbstgemachten Kräuteraufstriches

Mitzubringen

Wetterfeste Kleidung, Getränk und evtl. kleine Brotzeit

Löwenzahn und seine wilden Weggefährten geben Dir die Ehre
Kurs-Nr.: 20230



Samstag **23.09.2023**
von **11.00 bis ca. 13.00 Uhr**



Stiftung Ecksberg,
Pforte WfbM
Bei Regen: Werkraum



Heidi Aberle
08631/988253



Teilnahmegebühr 4 €
Materialkosten 3 €
(bitte am Kurstag passend in Münzen mitbringen)



Sammeln und Bestimmen einzelner Pflanzen mittels Bücher und
genauem Hinschauen. Dabei werden Erkennungsmerkmale der
heimischen Wildkräuter und ihre Wirkung in der Volksmedizin
erklärt.

Kreatives Angebot:

Mörsern von Kräutersalz, Gestalten einer „Unkraut“-Palette,
Mischen eines Kräutertees und der Genuss eines selbstgemachten
Kräuteraufstriches

Mitzubringen

Wetterfeste Kleidung, Getränk und evtl. kleine Brotzeit

Backen mit Vergnügen im Winter I

Kurs-Nr.: 20270



Freitag **12.01.2024**
von **15.15 bis 19.15 Uhr**



Stiftung Ecksberg
Förderstätte Ost Gruppe 1



Kathrin Emmerling
Handy 0170/2127528



Teilnahmegebühr 8 €
Materialkosten 3-5 €
(bitte am Kurstag passend in Münzen mitbringen)



Wer hat Lust mit uns gemeinsam süße sowie kleine herzhaft
Leckereien zu backen? Wir verbringen gemeinsam ein paar schöne
Stunden und genießen die von uns gebackenen Leckereien.

Mitzubringen

Schürze & Geschirrtuch

Backen mit Vergnügen im Winter II

Kurs-Nr.: 20268



Freitag **26.01.2024**
von **15.15 bis 19.15** Uhr



Stiftung Ecksberg
Förderstätte Ost Gruppe 1



Kathrin Emmerling
Handy 0170/2127528



Teilnahmegebühr 8 €
Materialkosten 3-5 €
(bitte am Kurstag passend in Münzen mitbringen)



Wer hat Lust mit uns gemeinsam süße sowie kleine herzhaft-leckereien zu backen? Wir verbringen gemeinsam ein paar schöne Stunden und genießen die von uns gebackenen Leckereien.

Mitzubringen

Schürze & Geschirrtuch

Löwenzahn und seine wilden Weggefährten geben Dir die Ehre

Kurs-Nr.: 20229



Samstag **09.09.2023**
von **11.00 bis ca. 13.00** Uhr



Stiftung Ecksberg,
Pforte WfbM
Bei Regen: Werkraum



Heidi Aberle
08631/988253



Teilnahmegebühr 4 €
Materialkosten 3 €
(bitte am Kurstag passend in Münzen mitbringen)



Sammeln und Bestimmen einzelner Pflanzen mittels Bücher und genauem Hinschauen. Dabei werden Erkennungsmerkmale der heimischen Wildkräuter und ihre Wirkung in der Volksmedizin erklärt.

Kreatives Angebot:

Mörsern von Kräutersalz, Gestalten einer „Unkraut“-Palette, Mischen eines Kräutertees und der Genuss eines selbstgemachten Kräuteraufstriches

Mitzubringen

Wetterfeste Kleidung, Getränk und evtl. kleine Brotzeit

Löwenzahn und seine wilden Weggefährten geben Dir die Ehre
Kurs-Nr.: 20228



Samstag **02.09.2023**
von **11.00 bis ca. 13.00 Uhr**



Stiftung Ecksberg,
Pforte WfbM
Bei Regen: Werkraum



Heidi Aberle
08631/988253



Teilnahmegebühr 4 €
Materialkosten 3 €
(bitte am Kurstag passend in Münzen mitbringen)



Sammeln und Bestimmen einzelner Pflanzen mittels Bücher und
genauem Hinschauen. Dabei werden Erkennungsmerkmale der
heimischen Wildkräuter und ihre Wirkung in der Volksmedizin
erklärt.

Kreatives Angebot:

Mörsern von Kräutersalz, Gestalten einer „Unkraut“-Palette,
Mischen eines Kräutertees und der Genuss eines selbstgemachten
Kräuteraufstriches

Mitzubringen

Wetterfeste Kleidung, Getränk und evtl. kleine Brotzeit

Gemütliche Spielnachmittage

Kurs-Nr.: 20258



immer samstags (4 Treffen)
ab **02.09.2023** bis **23.09.2023**
von **14.00 bis 15.30 Uhr**



Werkraum Ecksberg



Sabrina Worschech
Tel. 08638/964257
Handy 0176/46510815



Teilnahmegebühr 12 €



Wir treffen uns in einer gemütlichen Atmosphäre und spielen
verschiedene Gesellschaftsspiele, wie zum Beispiel „Mensch
Ärgere Dich Nicht“ oder auch „UNO“.

Gerne dürfen eigene Gesellschaftsspiele mitgenommen werden.

Beautynachmittag für Frauen

Kurs-Nr.: 20259



Samstag **02.12.2023**
von **14.00 bis 17.00** Uhr



Werkraum Ecksberg



Sabrina Worschech
Tel. 08638/964257
Handy 0176/46510815



Teilnahmegebühr 6 €
Materialkosten 5 €
(bitte am Kurstag passend in Münzen mitbringen)



Wir verbringen einen entspannten Nachmittag „unter Frauen“, bei dem wir uns mit einer Gesichtsmaske verwöhnen, die wir natürlich selber herstellen oder auch ein schönes Handpeeling machen. Wir genießen und lassen es uns gut gehen. Nach dem Verwöhnprogramm gibt es noch eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen.

Mitzubringen

1 Tasse, 1 Teller, 1 Teelöffel, 1 kleine Schüssel und 2 kleine Handtücher

Erste-Hilfe-Kurs light

Kurs-Nr.: 20281



Donnerstag **05.10.2023**
von **16.00 bis 17.30** Uhr



Stiftung Ecksberg Verwaltung
Konferenzsaal, 1. Stock



Hannelore Linka
0160/90708887
08631/18488011



Teilnahmegebühr 3 €



Es werden grundsätzliche Verhaltensweisen im Ernstfall besprochen. Auf individuelle Fragen und Interessen wird eingegangen.