

martinus forum



**bildungsangebot
martinusforum**

März 2020 bis August 2020

Bildung verdient Förderung!

**Meine Heimat.
Meine Bank.**

Wir machen den Weg frei.



**Raiffeisen-Volksbank
Aschaffenburg eG**

 in unseren Geschäftsstellen  06021 497-0  rvab.de



Wer's glaubt wird selig!

Sicher kennen Sie diesen Ausruf, denn wir leben in einer Zeit, in der uns alles Mögliche erzählt wird. Wir müssen ständig zwischen „Fake“ und „News“ unterscheiden. Deshalb braucht es Informationen, die einem helfen, die Neuigkeiten zu bewerten und einzusortieren. Darin sehen wir eine der Aufgaben kirchlicher Erwachsenenbildung, und deswegen finden Sie auch in diesem Sommersemester wieder viele Veranstaltungen, die dazu einladen, sich selbst ein Bild zu machen. Da geht es beispielsweise um die Situation der Christen im Irak, um den Kampf gegen Gewalt in unserer Gesellschaft, um das Verhältnis von Kirche und Sport oder um den Missbrauch in der Kirche. Und wir nehmen das Thema auch ganz wörtlich, wenn wir mit unserer Glaubenswerkstatt unter dem Motto „Wer glaubt wird selig?“ religiösen Fragen auf den Grund gehen.

„Selig“ - so nennt man im Übrigen den Zustand völliger Erlösung. Wir können Ihnen nicht versprechen, dass Sie den bei dem Besuch unserer Veranstaltungen tatsächlich erreichen – aber wir arbeiten daran.

Wir jedenfalls freuen uns auf die Begegnung mit Ihnen ...

Dr. Ursula Silber

Burkard Vogt



Dienstagsgespräche	5
Montagsforum Miltenberg	10
Glaube und Gesellschaft	15
Leben und Gesundheit	27
Computer	41
Ausstellungen	45
Kreativität	46
Kultur und Sprachen	48
Tagesfahrt	55
Reisen	57
Terminübersicht	62
Geschäftsbedingungen	66
Impressum	75

Martinusforum e.V. | Treibgasse 26 | 63739 Aschaffenburg

Telefon (06021) 392-100
 Telefax (06021) 392-119
 Internet www.martinushaus.de
www.martinusforum.de
 E-Mail info@martinushaus.de
 Facebook www.facebook.com/martinushaus

Öffnungszeiten Montag bis Freitag 8.30 – 12.00 Uhr
 Montag bis Donnerstag 13.00 – 16.00 Uhr



Neue Werte braucht das Land?

Herausforderungen der Digitalisierung und christliche Antwortansätze

Referent:
 Prof. Andreas Büsch,
 Theologe und Pädagoge
 Teilnahmegebühr: 4,00 EUR
 Zeit: Dienstag,
 03.03.2020, 19.30 Uhr

In Kooperation mit der
 Internetseelsorge der
 Diözese Würzburg

Die Forderung nach einer „Medienethik“ ist angesichts von Verlust der Privatheit, Hatespeech und Fake News schnell gestellt. Aber reicht unsere klassische Verantwortungsethik überhaupt noch aus angesichts des revolutionären gesellschaftlichen Wandels, der sich durch den Megatrend Digitalisierung vollzieht? Was können und was sollten wir als Christinnen und Christen angesichts der bestehenden und absehbarer künftiger Herausforderungen tun? Andreas Büsch, Leiter der Clearingstelle Medienkompetenz der Deutschen Bischofskonferenz führt mit diesen Fragen mitten hinein in eine ethische Debatte.

Christen im Irak

Bedrängt und glaubensvoll

Referent: Michael Pfeifer
 Teilnahmegebühr: 4,00 EUR
 Zeit: Dienstag,
 17.03.2020, 19.30 Uhr

Meist sind es Schreckensnachrichten, die uns aus dem Nahen Osten erreichen. Doch es gibt auch Hoffnungsvolles. Im Mai 2019 führte eine Begegnungsreise zu Christen im irakischen Kurdengebiet, einer Region, in der das Christentum von Anfang an verbreitet war. Allerdings: Lebten vor 2003 noch etwa 1,5 Millionen Christen im Irak, sind es heute weniger als ein Zehntel davon. Wie aber geht es den Menschen vor Ort? Wie leben sie ihren Glauben? Wie bewältigen sie ihren Alltag? Davon berichtet Michael Pfeifer in seinem bilderreichen Vortrag.

Augenblicke 2020

Kurzfilme im Kino

Moderation: Burkard Vogt
Teilnahmegebühr: 8,00 EUR
Ort: Casino-Kino,
Ohmbachgasse 1,
63739 Aschaffenburg
Zeit: Dienstag,
31.03.2020, 19.00 Uhr

Martinusforum goes Casino

Gemeinsam mit dem Programm-
kino „Casino“ präsentieren wir
die Neuauflage der Kurzfilmreihe
„Augenblicke“. Die unkonven-
tionelle Zusammenstellung von
Kurzfilmen versteht sich als Blick
auf die Zeichen der Zeit. Nach
der Vorstellung besteht im Café
des Casinos die Gelegenheit zum
Austausch über die Eindrücke zu
Motiven und Themen der Filme.
Kartenreservierung im Casino-Ki-
no unter Tel.: 06021/451077-2
oder www.casino-aschaffenburg.de
möglich.

Gegen die Gewalt

Warum Liebe und Barmherzigkeit unsere besten Waffen sind

Referent: Prof. Dr. Christian
Pfeiffer, Kriminologe
Teilnahmegebühr: 4,00 EUR
Zeit: Dienstag,
28.04.2020, 19.30 Uhr

In Kooperation mit der
Christuskirche/kreuz&quer



Statistiken zeigen: Deutschland
war selten so sicher wie heu-
te. Mit der Gefühlslage vieler
Deutscher stimmt das aber nicht
überein. Der erfahrene Krimi-
nologe Christian Pfeiffer zeigt
auf, wo wir im Kampf gegen die
Gewalt schon Siege gewonnen
haben, aber auch, wo wir uns
neuen Herausforderungen stellen
müssen. Anhand aktueller For-
schungsergebnisse und persönli-
cher Erfahrungen erklärt er, wie
wir diesen begegnen sollten: Mit
einem neuen Gemeinsinn, mehr
Liebe und Gerechtigkeit - zum
Wohle aller.

Schluss mit der Angst

Wir können mehr, als wir glauben

Referent:
Dr. Notker Wolf OSB,
emeritierter Abtprimas der
Kongregation von
St. Ottilien
Teilnahmegebühr: 4,00 EUR
Zeit: Dienstag,
19.05.2020, 19.30 Uhr

Eine Kooperationsveran-
staltung aus Anlass des
100jährigen Bestehens
des Caritasverbands
Aschaffenburg - Stadt und
Landkreis e.V.

Ein diffuses Gefühl der Angst
ist tief in unsere Gesellschaft
eingedrungen. Angst vor dem
sozialen Abstieg oder vor „Über-
fremdung“, vor Anschlägen
und Gewaltverbrechen hat sich
breitgemacht. Ein diffuses Gefühl
verunsichert die Gesellschaft und
bringt Reaktionen wie „Wut-
bürger“ und rechtspopulistische
Gruppierungen hervor.
Notker Wolf setzt dem sein
„Prinzip Hoffnung“ entgegen.
Es macht fähig, der Angst ihre
Unbestimmtheit zu nehmen
und die Herausforderungen zu
entdecken, die sich hinter ihr
verbergen. Es macht Mut, Ver-
antwortung zu übernehmen und
das Grundvertrauen ins Leben
nicht zu verlieren.



Fußball-Gott

Von Riten und Religion im Stadion

Referent: Eugen Eckert,
Stadionpfarrer in Frankfurt
Teilnahmegebühr: 4,00 EUR
Zeit: Dienstag,
26.05.2020, 19.30 Uhr

In Kooperation mit der
Christuskirche/kreuz&quer

Längst sind die Fußballtempel mit ihrem heiligen Rasen zum Ziel für große Pilgerscharen geworden. Man trägt liturgische Kleidung in Form von Trikots oder Schals, singt die Hymne des eigenen Vereins mit und feiert (s)einen Fußballgott. Als Stadionpfarrer arbeitet Eugen Eckert seit 2007 an der Schnittstelle von „Glaube und Fußball“. Mit seinem Vortrag und Bildern aus dem Frankfurter Stadion gibt er bei seinem Vortrag Einblicke in sein Nachdenken über das Thema Fußball-Gott.



Kirche.Macht.Missbrauch

Biblische Zwischenrufe zu einem drängenden Thema

Referent: Claudio Ettl
Teilnahmegebühr: 4,00 EUR
Zeit: Dienstag,
23.06.2020, 19.30 Uhr

Missbrauch ist immer ein Macht-Missbrauch. „Bei euch soll es nicht so sein!“ - diese Aussage schreibt Jesus seinen JüngerInnen (und damit der Kirche) zum diesem Thema ins Stammbuch. Doch wie ist es um diesen Anspruch heute bestellt angesichts unerträglicher Missbrauchsskandale, unklarer Machtverhältnisse und reformbedürftiger Strukturen? Der Vortrag bietet biblisch inspirierte Impulse für ein Thema, das keinen weiteren Aufschub duldet.

„Und die Bibel hat doch recht“ – oder „Keine Posaunen vor Jericho“?

Was will und was kann „Biblische Archäologie“ - und was nicht?

Referent:
Prof. Dr. Hannes Bezzel
Teilnahmegebühr: 4,00 EUR
Zeit: Dienstag,
07.07.2020, 19.30 Uhr

In Kooperation mit der
Christuskirche/kreuz&quer

Das Gegenüber der beiden zitierten Bestsellertitel von 1955 und 2002 beschreibt ein Problemfeld, in dem sich archäologische und theologische Forschung im Vorderen Orient bewegen. Wie verhalten sich Bibel und Spaten zueinander - und was hat das mit dem Glauben zu tun? Anhand von Beispielen aus der jüngsten Forschung sollen diese Fragen im Vortrag diskutiert werden.

Augenblicke 2020

Kurzfilme im Kino

Moderation: Burkard Vogt
Teilnahmegebühr: 7,50 EUR
Ort: Schloss-Theater,
Hauptstr. 103,
63897 Miltenberg
Zeit: Montag,
02.03.2020, 19.30 Uhr

Gemeinsam mit dem Kino „Schlosstheater“ in Miltenberg präsentieren wir die Neuauflage der Kurzfilmreihe „Augenblicke“. Die unkonventionelle Zusammenstellung von Kurzfilmen versteht sich als Blick auf die Zeichen der Zeit. Nach der Vorstellung besteht die Gelegenheit zum Austausch über die Eindrücke zu Motiven und Themen der Filme.
Kartenreservierung im Kino unter Tel.: 09371 / 68408

FairZehr

Ist nachhaltiger und fairer Konsum möglich?

Referent: Johannes Pföhler
Teilnahmegebühr: 4,00 EUR
Ort: Franziskushaus,
Hauptstr. 60,
63897 Miltenberg
Zeit: Montag,
06.04.2020, 19.30 Uhr

Fair, klima-neutral, tierwohlgerecht, regional, saisonal und oder plastikfrei? Verbraucher, die sich verantwortungsbewusst ernähren möchten, müssen sich durch einen nahezu undurchdringbaren Informationsdschungel kämpfen. Das kann auf die Dauer frustrieren. Johannes Pföhler möchte das verhindern, indem er über globalen Zusammenhänge aufklärt, Greenwashing-Kampagnen analysiert und praktische Tipps zur Identifizierung von Nachhaltigkeitssiegeln gibt. So können Verbraucher den für sich passenden Weg eines nachhaltigen und fairen Konsums finden.

Was die Kirche wirklich vom Fußball lernen kann

Theologische Impulse zur Europameisterschaft

Referent:
Dr. Thorsten Kapperer,
Pastoralreferent
Teilnahmegebühr: 4,00 EUR
Ort: Franziskushaus,
Hauptstr. 60,
63897 Miltenberg
Zeit: Montag,
04.05.2020, 19.30 Uhr

Der Fußball ist eine allgegenwärtige Lebensrealität und begeistert unzählige Menschen. Insofern ist er ein höchst bedeutsamer Gegenstand theologischen Denkens und Handelns. Denn das, was so viele Menschen bewegt, sollte auch die Kirche bewegen. Thorsten Kapperer bringt Fußball und Seelsorge in ein produktives Spannungsverhältnis im Sinne des Blicks auf Fußball als einem Lernfeld, das jede Menge kreatives Potential für die Pastoral bereithält. Vor dem Referat sind die Teilnehmer zum Torwandschießen eingeladen. Teilnehmer im Fußballtrikot haben freien Eintritt!



Genießen Sie Ihren Aufenthalt in unserem familiengeführten 3-Sterne Hotel mitten in Aschaffenburg. Unser Haus bietet Ihnen 38 komfortable Zimmer mit moderner Ausstattung, das Restaurant „Oechsle“ mit seiner regional geprägten Landküche und die passenden Räumlichkeiten für Tagungen und Feierlichkeiten.

Karlstraße 16 63739 Aschaffenburg
Tel: 06021-23132 Fax: 06021-25785
info@zumgoldenenochsen.de

„Wie Weihrauch steige mein Gebet zu Dir auf ...“

Ein kleines Weihrauchseminar

Referent:
Jan Kölbel, Pfarrer
Teilnahmegebühr: 4,00 EUR
Ort:
Franziskaner-Klosterkirche,
Hauptstr. 60,
63897 Miltenberg
Zeit: Montag,
15.06.2020, 19.30 Uhr

Seit Jahrtausenden verwenden die Menschen Weihrauch. Nicht nur in den Gottesdiensten verschiedener Religionen spielt er eine große Rolle. Weihrauch wird auch in der Naturheilkunde, der Kosmetik und im Brauchtum hoch geschätzt. Jan Kölbel, katholischer Pfarrer von Miltenberg und Bürgstadt gibt einen Einblick in die Herkunft, die Geschichte und die vielfältige Verwendung des aromatischen Harzes. Im praktischen Teil werden verschiedene Weihrauchsorten zu Geruch gebracht - nichts für schwache Nasen!

Wein ist ein Gottesgeschenk

Nach biblischem und christlichem Verständnis hat Wein mehr als nur eine symbolische oder kultische Bedeutung. Er ist ein Schlüssel für eine ganzheitliche Spiritualität, die Gott in allen Dingen am Werk sieht, auch in der Arbeit der Winzer und der Freude an einem guten Glas Wein.



Gisela H. Kreglinger
Wein ist ein Gottesgeschenk
Eine biblisch-christliche Verkostung
400 Seiten · 14 x 22,5 cm · Gebunden
€ 24,90 (D) / € 25,60 (A) · ISBN 978-3-429-05394-9

Erhältlich in Ihrer Buchhandlung

 **echter verlag**
www.echter.de

Wo deine Sehnsucht grünt...!

Spirituelle Impulse

Referent: Paul Weismantel,
Domvikar und Spiritual
Musik: Michael Bailer,
Dekanatskantor
Teilnahmegebühr: 4,00 EUR
Ort: Laurentiuskapelle,
63897 Miltenberg
Zeit: Montag,
13.07.2020, 19.30 Uhr

Wenn wir bei einem Spaziergang im Wald die Schöpfung erleben, dann schärfen sich unsere Sinne und wir nehmen das Leben um uns herum intensiver wahr. So ist es auch mit den Texten und Gebeten von Paul Weismantel: Sie machen uns aufmerksam auf das Hier und Jetzt, auf Freude und Trauer, auf Zweifel und Gewissheit und die Gegenwart Gottes in allen Dingen und helfen uns, unseren Sehnsüchten auf die Spur zu kommen. Der Abend wird musikalisch umrahmt von Dekanatskantor Michael Bailer.





BÄCKEREI & KONDITOREI
SEIT 1905

Höchster Genuss zu jeder Gelegenheit.

Backhandwerk aus Leidenschaft

Seit über 111 Jahren bietet unsere familiengeführte Handwerksbäckerei und -konditorei eine große Auswahl an Brot, Brötchen, süße Stückchen, Kuchen und Torten aus eigener Herstellung und ein breites Sortiment an Bio und Vollkornprodukten.

*Mehr über unsere
Backwaren erfahren Sie
unter
www.baeckerei-burger.de*

Bäckerei Burger GmbH
Lorbeerweg 4
63741 Aschaffenburg
Tel. 06021/848250
Fax. 06021/8482550
info@baeckerei-burger.de

Glaube und Gesellschaft

Gesetzliche Betreuung im Ehrenamt

Information für BetreuerInnen und Interessierte

In Kooperation mit den Betreuungsstellen Stadt und Landkreis Aschaffenburg und dem Betreuungsverein Sozialdienst katholischer Frauen e.V. Aschaffenburg
Anmeldung erforderlich bei:
E-Mail: betreuung@skf-aschaffenburg.de
Telefon: 06021 27806

Offener Austausch zum Jahresbeginn - Vorstellung der ergänzenden, unabhängigen Teilhabe-Beratung (EUTB)

Referent:
Mitarbeiterin der EUTB
Eintritt frei
Zeit: Dienstag, 03.03.2020,
18.00 - 20.00 Uhr

Anmeldeschluss:
24.02.2020

Zu Beginn des Abends wird eine Mitarbeiterin der EUTB die Arbeit ihrer Stelle vorstellen und auch für Ihre Fragen zur Verfügung stehen.

Danach besteht die Möglichkeit für alle TeilnehmerInnen, sich untereinander über ihren Alltag als gesetzliche BetreuerInnen auszutauschen.

Bei der Komplexität der Aufgaben kann die Diskussion untereinander vielerlei konstruktive Anregungen geben: Miteinander im Durcheinander!

Struktur und Leistungen der Jobcenter

Referenten: Teamleiter,
Jobcenter Stadt und
Landkreis Aschaffenburg
Eintritt frei
Zeit: Dienstag, 17.06.2020,
18.00 - 20.00 Uhr

Anmeldeschluss:
09.06.2020

Die Teamleiter aus den Jobcentern Stadt und Landkreis Aschaffenburg geben an diesem Abend einen Überblick über die Strukturen eines Jobcenters sowie Leistungen der Grundversicherung für Arbeitsuchende: Wer ist für mich zuständig? Wo wird ein Antrag gestellt? Welche Leistungen kann ich erhalten? Wie bekomme ich am schnellsten Auskunft?

Lebe Weise

Gesprächskreis zu spiritueller Literatur

Referent:
Pfarrer Markus Krauth
Moderation:
Bernhard Lippke
Eintritt frei
Veranstaltungsort:
GemeindeHaus
Maria Geburt,
Marienstr. 16,
63743 Aschaffenburg
Termine: 05.03./26.03./
16.04./07.05./28.05./
18.06./09.07./20.08.2020
Zeit: 20.00 - 21.30 Uhr

Dieser Gesprächskreis lädt alle ein, die Interesse an spiritueller Literatur haben. Bereitschaft für einen offenen und selbstreflektierenden Austausch ist Voraussetzung. Der Gesprächskreis ist für alle Menschen - gleich welcher Religion - offen.

Wie lernen Erwachsene?

Einführung in die Grundbedingungen der Erwachsenenbildung

Referent: Dr. Hubert
Klingenberger, Autor, Coach
und pädagogischer Berater
Zeit: Sonntag, 08.03.2020,
10.00 - 16.00 Uhr
Teilnahmegebühr:
95,00 EUR
(inkl. Mittagessen & Kaffee)
Für Referenten des
Martinusforums und des
Forum Schmerlenbach e.V.:
30,00 EUR

Die Erwachsenenbildung ist ein weites Feld, das von den ReferentInnen vielfältige Fähigkeiten, breites Wissen und gutes Organisationsgeschick voraussetzt. Das Seminar lädt Sie dazu ein, die Grundvoraussetzungen Ihres Gegenübers, nämlich Ihrer TeilnehmerInnen, genauer kennen zu lernen. Impulse und Übungen, Gruppengespräche und Einzelreflexionen geben Anregungen, wie nachhaltiges Lernen gefördert werden kann.

Kooperation mit dem
Forum Schmerlenbach e.V.
Anmeldung bitte NUR über
info@martinushaus.de

Anmeldeschluss:
28.02.2020

Musik, die berührt – Wort, das trifft

Referent: Burkard Vogt
Teilnahmegebühr: 10,00 EUR
(für alle vier Abende)
Zeit: Donnerstag, 20.00 Uhr
Termine: 12.03./02.04./
07.05./25.06.2020

Unter dem Begriff „Neues Geistliches Lied“ findet man eine große Bandbreite von Liedern, vom einfachen Lobpreis bis hin zu vierstimmigen Chorsätzen. Gemeinsames Kennzeichen ist neben den bei der Popular-Musik angelehnten Melodien und Rhythmen vor allem eine zeitgemäße Sprache. An den Abenden der Veranstaltungsreihe werden wir rund um ein Thema einige dieser Lieder aufgreifen, uns von den Texten inspirieren lassen und sie gemeinsam singen.

Anmeldeschluss:
05.03.2020



Bestes aus dem Spessart

- ✓ Qualität aus der Region
- ✓ Täglich frische Herstellung
- ✓ Herzlich, kompetenter Service





Metzgerei Häuser · Daimlerstraße 10 · 63741 Aschaffenburg
Telefon 06021-3633 · Fax 06021-363-444
info@haeuser-hra.de · www.haeuser-metzgerei.de

Engelberg-Gespräch: Wild oder weise?

Was braucht die Welt für morgen?

Moderation:
Joachim Schmitt
Ort: Kloster Engelberg,
63920 Großheubach
Zeit: Samstag,
14.03.2020, 18.30 Uhr

In Kooperation mit KAB,
Caritas Miltenberg und
dem Kloster Engelberg

Unsere Gesellschaft spaltet sich, Politik verändert sich drastisch und europaweit, Menschen leiden an Überforderung, die Umwelt pfeift aus dem letzten Loch. Wie kann es weiter gehen? Wie werden wir eine zukunfts- und widerstandsfähige Gesellschaft? Schärfen wir unsere Wahrnehmung und lassen wir uns beraten: Junge Leute unter 18, mit einem frischen Blick auf die Zukunft, fordern uns heraus und geben wichtige Hinweise. Reife Menschen über 81 Jahre mit erlebter Geschichte mahnen uns und geben Antworten für das Hier-und-Jetzt.

Die Krankenkommunion – eine liturgische Miniatur

Referentin: Dr. Ursula Silber
Eintritt frei
Zeit: Donnerstag,
16.03.2020, 19.00 Uhr

In Kooperation mit dem
Diözesanbüro Aschaffenburg
- Alzenau. Anmeldungen nur
über das Diözesanbüro:
06021 / 392 - 123
dioezesanbuero-ab@
bistum-wuerzburg.de

Anmeldeschluss:
08.03.2020

Menschen, die nicht (mehr) zum Gottesdienst kommen können, gehören dennoch zur Gemeinde. Wer ihnen die Eucharistie des gemeinsamen Tisches ins Haus bringt, erledigt nicht nur einfach einen „Botendienst“. Im gemeinsamen Beten, im Hören auf Gottes Wort in der Schrift, in der Stille und in der heiligen Kommunion feiern wir einen Gottesdienst im Kleinformat. Die Fortbildung möchte dazu beitragen, dies bewusst, liturgisch kompetent und menschen-freundlich zu tun.

Wer glaubt, wird selig ...?!

Eine Glaubenswerkstatt

Referenten: Dr. Ursula
Silber, Burkard Vogt
Eintritt frei
Zeit: jeweils Donnerstag
19.30 Uhr

Termine:

19.03.:

Bibel heute

23.04.:

**Jesus Christ
Superstar!?**

14.05.:

**Geistreich - Gottes
Spuren, Gottes Geist**

18.06.:

Kirchengeschichten

Manchmal ist es einfach an der Zeit, den eigenen Fragen auf die Spur zu kommen, Antworten zu finden, die Halt geben und in all dem, was Leben ist Gott neu zu entdecken. Die Glaubenswerkstatt lädt einmal im Monat dazu ein, mit anderen über Fragen des Glaubens ins Gespräch zu kommen. Dabei sollen der Austausch über eigene Erfahrungen und spirituelle Impulse einen großen Raum einnehmen. Ein Thema wird jeweils im Vordergrund stehen. Die Abende bauen nicht aufeinander auf. Es ist möglich, an einzelnen Terminen oder an der ganzen Reihe teilzunehmen.



Perlen im Gesangbuch

Große deutsche Kirchenlieder entdecken:
„Holz auf Jesu Schulter“

Referent: Michael Pfeifer
Organist: Mark Genzel
Eintritt frei,
Spenden erbeten
Ort: Christuskirche,
Aschaffenburg
Zeit: Donnerstag,
26.03.2020, 20.00 Uhr

Kirchenlieder sind poetisch-theologische und musikalische Kunstwerke. Sie prägten ganze Generationen und können auch heute noch ihre spirituelle Kraft entfalten. Bei diesem musikalischen Emporengepräch lässt Kantor Mark Genzel die klanglichen Facetten des Liedes „Holz auf Jesu Schulter“ aufleuchten. Der Theologe Michael Pfeifer erschließt Entstehungsgeschichte, Sprache, Bilderreichtum, biblische und theologische Bezüge sowie die poetische Qualität des Liedes.



Engagement.

Helfen ist uns wichtig!

Deshalb unterstützen wir viele soziale Einrichtungen in Aschaffenburg, u. a. die Ausrichtung der Weihnachtsfeier im **Martinushaus für Menschen**, denen es nicht so gut geht oder die alleine sind.

Purpur und Dornen

Kartage im Martinushaus

Referent: Dr. Jo Beckers,
Theologe und
Psychotherapeut
Teilnahmegebühr:
60,00 Euro,
incl. einfachem Abendessen
Termine:
06.04. - 08.04.2020,
jeweils 18.00 - 21.00 Uhr
Ort: kja-Wohnung im
Martinushaus

Anmeldeschluss:
27.03.2020

Die Kar- und Ostertage sind wie ein Brennglas, in dem sich Erfahrungen und Überzeugungen, Glaube und Leben in einem Punkt bündeln. An den drei ersten Tagen der Karwoche treffen wir uns zu einem einfachen gemeinsamen Abendessen. Wir lesen miteinander die Passions-Erzählungen aus dem Mathäus-Evangelium und entdecken im Weg Jesu unser eigenes Leben. Mit Austausch, Meditation und Impulsen üben wir uns in das aufmerksame Lesen des Lebens und der Bibel ein und gehen bewusst auf Ostern zu.



Eselpilgertag 2.0

Spirituelle Eselswanderung

Referentinnen:

Dr. Agnes Rosenhauer,
Schmerlenbach;
Dr. Ursula Silber,
Martinushaus

Teilnahmegebühr (incl.
einfaches Mittagessen):
35,00 Euro

Zeit: Samstag, 25.04.2020,
10.00 bis 16.00 Uhr

Treffpunkt am Eingang des
Tagungszentrums Schmer-
lenbach in entsprechender,
wetterfester Kleidung.

Veranstaltung in Koope-
ration mit dem Forum
Schmerlenbach e.V.
Anmeldung bitte nur
über das Tagungszentrum
Schmerlenbach
forum@schmerlenbach.de
oder 06021 630 20

Esel sind treue Begleiter und fal-
len mitunter wegen ihrer beson-
deren Klugheit auf! Lernen Sie
diesen besonderen Wegbegleiter
in natura kennen und begeben
Sie sich auf einen Eselpilgertag!
Sich auf den Weg machen - vom
Weg abgekommen und den rich-
tigen finden - Herausforderun-
gen erkennen - eigene Grenzen
annehmen und setzen - all dies
und noch mehr können Sie an
diesem Tag erleben. Verschiedene
Impulse unterstützen Sie dabei,
das Erfahrene zu bedenken.
So oder so: Sie kommen in Be-
wegung.

Anmeldeschluss:
18.04.2020



Yoga und Meditation

Referentin: Christine Christl

Teilnahmegebühr:
jeweils 65,00 EUR

Kurs 1:

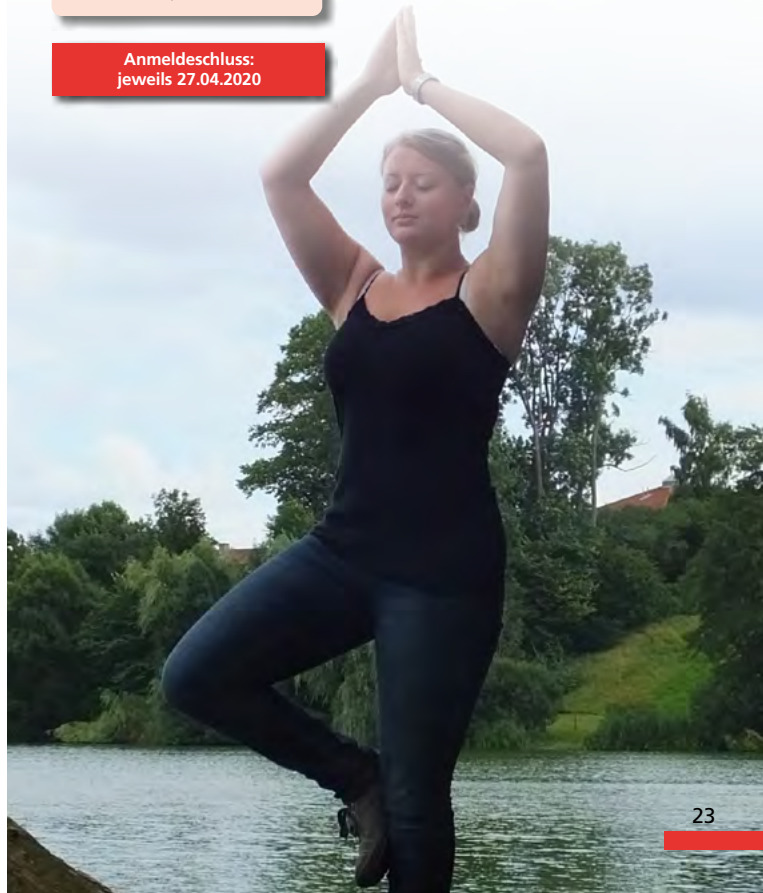
Zeit: Montag, 19.30 -
21.00 Uhr, wöchentlich
Termine: 04.05. bis
20.07.2020, 10x

Kurs 2:

Zeit: Dienstag, 10.00 -
11.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 05.05. bis
21.07.2020, 10x

Anmeldeschluss:
jeweils 27.04.2020

Yoga und Meditation ist ein
zeitloser Übungsweg, der
an keine bestimmte religiöse
Tradition gebunden ist. Alle
Bereiche der menschlichen
Existenz (Körper, Psyche, Geist)
werden in den fortschreitenden
Bewusstseinsprozess integriert.
Verwurzelt und eingebunden
in unsere christliche Tradition,
gehen wir diesen Weg unter der
bewährten Leitung von Christine
Christl, Yogalehrerin BDY.



Film und Gespräch: „Sorry, we missed you!“

Das eilige Leben der Paketboten

Moderation:

Gisela Heimbeck und

Dr. Ursula Silber

Eintritt: 8,00 EUR

Ort: Casino-Kino,
Ohmbachgasse 1,
Aschaffenburg

Zeit: Montag,
04.05.2020, 19.00 Uhr

Kartenreservierung möglich
im Casino-Kino unter
Tel. 06021/451077-2

Schuhe kaufen im Internet,
Lebensmittel online bestellen -
der Versandhandel boomt. Die
einen schreien vor Freude, wenn
ein Paket kommt - aber wie geht
es den Zustellern mit dem stres-
sigen Job?

Diesen Filmabend mit anschlie-
ßendem Gespräch sollten Sie auf
keinen Fall verpassen!

In Kooperation mit der KAB

Trau deiner Sehnsucht mehr als deiner Verzweiflung

Märchen als Ermutigungen zum Leben

Referent:

Heinrich Dickerhoff,
Märchenerzähler und
Theologe

Teilnahmegebühr: 4,00 EUR

Zeit: Montag,
20.07.2020, 19.30 Uhr

Märchen entführen uns in die Welt
der Wünsche und Träume. Sie sind
Spiegel unserer Erfahrungen und
Erinnerungen an eine Sehnsucht,
die weiter reicht als das, was
wir erfahren. Die Märchen, die
Heinrich Dickerhoff in verschiede-
nen Kulturkreisen gesammelt hat,
ermutigen uns, unsere Träume zu
wagen und neue Wege zu gehen.
Sie verkünden auf ihre Weise eine
Sehnsucht, die wir auch in den
Geschichten der Bibel finden.

Nacht der offenen Kirchen 2020

Wir sind dabei!

Wenn am 29.5.2020 wieder einmal die Kirchen in
Aschaffenburg ihre Türen öffnen, ist das Martinushaus
auch dabei. Gottesbilder und „Bible Jazz“, Eselsgeschichten
und noch mehr erwartet Sie „von acht bis Mitternacht“ bei
uns.

Achten Sie auf das detaillierte Programm der „Nacht der
offenen Kirchen“ unter

www.kirchennacht-aschaffenburg.de

– wir freuen uns auf Sie!



Kreuz & Quer

Erwachsenenbildung der Aschaffener Christuskirche / kreuz&quer in Kooperation mit dem Martinusforum e.V.

Alle Veranstaltungen finden im Bachsaal, Pfaffengasse 13, 63739 Aschaffenburg statt.



Jahresthema 2020: Wo bleibt der Mensch?

Das Weinberg-Paradoxon

– ein biblisches Gleichnis als Kompass in der digitalen Welt?

Referent: Prof. Dr. Georg Rainer Hofmann,
Direktor des Information Management Instituts (IMI)
an der TH Aschaffenburg.

Zeit: Freitag, 24.4.2020 um 19.30 Uhr

Das Kreuz mit Facebook, Instagram und Co...

Social Media als Chance für eine Kirche im Wandel auf dem Weg zum Menschen?!

Referent: Prof. Dr. Steffen Hillebrecht,
Fakultät Wirtschaftswissenschaften an der
Hochschule für angewandte Wissenschaften
Würzburg-Schweinfurt

Zeit: Freitag, 19.6.2020 um 19.30 Uhr

„Lieben, Hassen, Hoffen, Zagen, alle Lust und alle Qual...“

Menschliche Gefühle im Spiegel der Musik

Referent/Pianist: Johannes Möller, Aschaffenburg

Zeit: Montag, 13.07.2020 um 19.30 Uhr

Fit bleiben durch Bewegung

Senioren wandern in der Umgebung

Referentinnen:
Erika Seuffert und
Kerstin Günther
Zeit: Donnerstag
(bei Feiertag Mittwoch)
13.00 – 17.00 Uhr,
wöchentlich
Termine: 05.03. bis
27.08.2020

Wer rastet, der rostet! Mit unseren Seniorenwanderungen schlagen wir drei Fliegen mit einer Klappe: Wir bleiben fit und beweglich, schöpfen Kraft in herrlicher Natur und lernen unsere nähere Umgebung kennen. Zunächst fahren wir mit Bus oder Bahn zum Ausgangspunkt, dann wandern wir ca. zwei Stunden. Als Abschluss kehren wir ein und lassen den Ausflug gemeinsam ausklingen. Bis zum frühen Abend sind wir wieder in Aschaffenburg.

Die Gruppe ist für alle offen. Als Kostenbeitrag fallen lediglich die Fahrtkosten mit dem ÖPNV an. Die genauen Informationen zu Treffpunkt und Ziel werden in der Rubrik Lokales unter „Termine“ im Main-Echo veröffentlicht. Alternativ wird die Information per E-Mail-Newsletter verteilt.



Gemeinschaftstänze u. Kreistänze

Referentin:
Marianne Zellfelder

Gedächtnistraining durch Tanz 1

Teilnahmegebühr: 53,50 EUR
Zeit: Montag, 9.30 - 11.00
Uhr, wöchentlich
Termine: 02.03. bis
20.07.2020, 17×

Gruppen- und Kreistänze machen gute Laune und trainieren ganz nebenbei das Gedächtnis.

Bitte mitbringen: rutschfeste Hallenschuhe

Gedächtnistraining durch Tanz 2

Teilnahmegebühr: 50,00 EUR
Zeit: Dienstag, 9.30 - 11.00
Uhr, wöchentlich
Termine: 03.03. bis
21.07.2020, 16×

Gedächtnistraining durch Tanz 3

Teilnahmegebühr: 50,00 EUR
Zeit: Freitag, 9.30 - 11.00
Uhr, wöchentlich
Termine: 06.03. bis
24.07.2020, 16×

Anmeldeschluss für alle
Kurse: 24.02.2020

Hatha-Yoga

Referentin: Yvonne Thomas
Teilnahmegebühr:
80,00 EUR
Zeit: Montag, 17.30 -
19.00 Uhr, wöchentlich,
Termine: 02.03. bis
29.06.2020, 13×

Anmeldeschluss:
24.02.2020

In diesem Kurs lernen Sie Entspannungstechniken zur geistigen und körperlichen Entspannung und Stressbewältigung. Die Atemübungen führen zu einer bewussten Atmung, erhöhen die Sauerstoffaufnahme und die Energiezufuhr. Durch die Körperübungen wird die Muskulatur gestärkt und die Flexibilität erhöht. Sie bekommen ein besseres Körpergefühl, lernen sich selbst zu spüren und sich so anzunehmen, wie Sie sind.

Yoga im Park

Referentin: Yvonne Thomas
Eintritt frei
Ort: Schöntal-Park,
hinter der Schöntalruine,
63739 Aschaffenburg
Zeit: 18.00 - 19.00 Uhr
Termine: 06.07./13.07./
20.07.2020

Dass Yoga gut tut, können Sie an einem ungewöhnlichen Ort erfahren: im Park Schöntal, auf der Wiese hinter der Schöntalruine, mitten im Grünen, an der frischen Luft. Wenn Sie diese Erfahrung machen wollen, kommen Sie einfach in bequemer Kleidung vorbei. Zum Ausklang eines Sommertages finden Sie Ruhe und Bewegung mitten in der Stadt.

Bitte bringen Sie, wenn möglich, eine ISO-Matte oder eine rutschfeste Yogamatte mit, wenn Sie möchten auch eine leichte Decke oder ein Kissen.
Es sind in begrenzter Anzahl Yogamatten vorhanden.
Die Veranstaltung findet nur bei trockener Witterung statt!



Rückentraining

Bewegung und Kräftigung der Muskulatur sind auf Dauer die beste Prävention gegen Rückenbeschwerden und allgemeine Müdigkeitsercheinungen.

Wir trainieren den Kreislauf, die Rumpfmuskulatur, Hals - Nacken - Arme - Beine - Po! Zielgerichtete Korrekturen helfen Ihnen, Fehlhaltungen zu vermeiden.

Bettina Gresch ist staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin für Krankengymnastik und Breitensport. Sie hat das „Zertifikat der Zentralen Prüfstelle Prävention“, deshalb können Sie einen Antrag auf Zuschuss zur Teilnahmegebühr bei Ihrer Krankenkasse einreichen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, ein Handtuch und ein kleines Kissen



Referentin: Bettina Gresch
Teilnahmegebühr jeweils
48,00 EUR

Rückentraining 0

Zeit: Dienstag, 11.30 -
12.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 03.03. bis
23.06.2020, 12x

Rückentraining 1

Zeit: Dienstag, 12.30 -
13.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 03.03. bis
23.06.2020, 12x

Rückentraining 2

Zeit: Dienstag, 13.30 -
14.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 03.03. bis
23.06.2020, 12x

Rückentraining 3

Zeit: Dienstag, 14.30 -
15.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 03.03. bis
23.06.2020, 12x

Rückentraining 4

Zeit: Donnerstag, 18.30 -
19.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 05.03. bis
25.06.2020, 12x

Rückentraining 5

Zeit: Donnerstag, 19.30 -
20.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 05.03. bis
25.06.2020, 12x

Anmeldeschluss:
jeweils 25.02.2020

Teilnahmegebühr jeweils
16,00 EUR

Rückentraining 0A

Zeit: Dienstag, 11.30 -
12.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 30.06. bis
21.07.2020, 4x

Rückentraining 1A

Zeit: Dienstag, 12.30 -
13.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 30.06. bis
21.07.2020, 4x

Rückentraining 2A

Zeit: Dienstag, 13.30 -
14.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 30.06. bis
21.07.2020, 4x

Rückentraining 3A

Zeit: Dienstag, 14.30 -
15.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 30.06. bis
21.07.2020, 4x

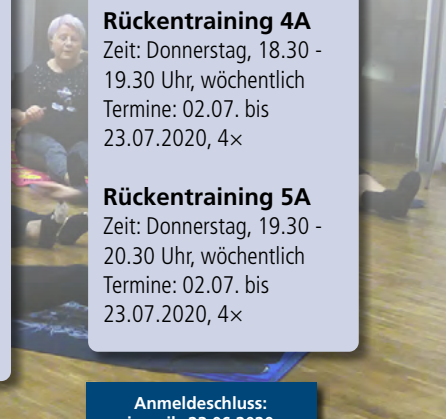
Rückentraining 4A

Zeit: Donnerstag, 18.30 -
19.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 02.07. bis
23.07.2020, 4x

Rückentraining 5A

Zeit: Donnerstag, 19.30 -
20.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 02.07. bis
23.07.2020, 4x

Anmeldeschluss:
jeweils 23.06.2020



Fit von Kopf bis Fuß

Referentin: Gabi Barthelme
Teilnahmegebühr:
jeweils 38,00 EUR

Kurs 1

Zeit: Mittwoch, 9.30 -
10.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 04.03. bis
24.06.2020 12x

Kurs 2

Zeit: Mittwoch, 10.30 -
11.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 04.03. bis
24.06.2020 12x

Belastungen im Alltag bringen oft Körper und Geist aus dem Gleichgewicht. Wir wollen die Muskeln kräftigen und damit Verspannungen vorbeugen, unsere Haltung bewusster wahrnehmen und Gleichgewicht und Koordination verbessern, um im Alter sicher und beweglich durchs Leben zu gehen.

Anmeldeschluss für alle
Kurse: 24.02.2020

Funktionelle Gymnastik

Referentin: Petra Knall
Teilnahmegebühr:
jeweils 40,00 EUR

Kurs 1

Zeit: Donnerstag, 9.30 -
10.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 05.03. bis
02.07.2020, 13x

Kurs 2

Zeit: Donnerstag, 10.30 -
11.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 05.03. bis
02.07.2020, 13x

Der Kurs ist für alle geeignet, die ihre Muskulatur kräftigen möchten, ihre Sprunggelenke aber schonen müssen. Die Schwerpunkte des Kurses sind Wirbelsäulengymnastik, Funktionsgymnastik, Koordination und Dehnung. Entspannungsübungen runden die Stunde ab.

Anmeldeschluss:
jeweils 27.02.2020

Waldbaden

Shinrin Yoku, das Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes oder auch Waldbaden ist in Japan eine seit Jahrzehnten beliebte und gut erforschte Methode zur Stressbewältigung. Auch in Deutschland ist die Waldmedizin inzwischen als Maßnahme zur Gesundheitsförderung angekommen. Sie verbindet Elemente des Achtsamkeitstrainings mit Atemübungen, Passagen der Stille und moderater Bewegung in freier Natur und regt so alle Sinne dazu an, die Waldatmosphäre aufzunehmen und Stressempfindungen zu regulieren. Waldbaden hilft innere Ruhe zu finden und den Anforderungen des Alltags dauerhaft mit mehr Gelassenheit zu begegnen.

Referentin: Petra Seipel

Einzeltermine

Teilnahmegebühr
jeweils 14,00 EUR:
Montag: 16.03.2020,
10.00 - 12.00 Uhr
Montag: 23.03.2020,
10.00 - 12.00 Uhr
Montag: 20.04.2020,
10.00 - 12.00 Uhr
Montag: 27.04.2020,
10.00 - 12.00 Uhr
Donnerstag: 07.05.2020,
18.00 - 20.00 Uhr
Donnerstag: 14.05.2020,
18.00 - 20.00 Uhr

Kurs 1

Teilnahmegebühr:
50,00 EUR
Zeit: wöchentlich Montag,
10.00 - 12.00 Uhr
Termine: 04.05. bis
25.05.2020, 4x

Kurs 2

Teilnahmegebühr:
50,00 EUR
Zeit: wöchentlich Donners-
tag, 18.00 - 20.00 Uhr
Termine: 18.06. bis
09.07.2020, 4x

Anmeldeschluss jeweils
eine Woche vor Veranstal-
tungsbeginn

Gedächtnistraining für den Alltag

Mit Tipps und Tricks merken wie die Profis

Referentin: Marion Segatz
Teilnahmegebühr:
79,00 EUR
Zeit: Montag, 09.03./
23.03./30.03.2020,
14.00 - 17.30 Uhr
(inkl. Kaffeepause)

Es gibt heute im täglichen Leben viele kleine elektronische Helfer, die uns das Denken abnehmen. Doch der „Gehirnmuskel“ braucht ständiges Training um fit zu bleiben. Dieser dreiteilige Kurs will dabei helfen, die Funktionsweise des Gehirns besser zu verstehen, und Techniken zur Steigerung des Gedächtnisses vermitteln. Viele Praxisbeispiele werden dazu beitragen, das Gelernte zu veranschaulichen und zu vertiefen.

In Kooperation mit dem
Katholischen Senioren-Forum
Regionalstelle Aschaffenburg

Anmeldeschluss:
02.03.2020

Der Getränkepartner
im Martinushaus

FLECKENSTEIN
GETRÄNKE

Fachhandels-Service
Privatkunden-Service
Getränkefachmärkte

63762 Großostheim-Ringheim
Alte Häge 5
Tel. 0 60 26.97711- 800
Fax. 0 60 26.97711- 821
info@fleckenstein-getraenke.de

www.fleckenstein-getraenke.de

Gesundheitswandern

Referentin: Petra Seipel

Kurs 1

Teilnahmegebühr: 60,00 EUR
Zeit: Mittwoch, 10.00 - 12.00
Uhr, wöchentlich
Termine: 18.03. bis
27.05.2020, 8x

Anmeldeschluss:
11.03.2020

Kurs 2

Teilnahmegebühr: 30,00 EUR
Zeit: Mittwoch, 10.00 - 12.00
Uhr, wöchentlich
Termine: 17.06. bis
08.07.2020, 4x

Anmeldeschluss:
10.06.2020

Beim Gesundheitswandern wird natürlich gewandert. Das Besondere passiert unterwegs: An schönen Plätzen in der Natur sind Sie zu Übungen eingeladen, die Koordination, Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Entspannung verbessern.

- stärkt Herz, Kreislauf und Immunsystem
- kräftigt Knochen und Gelenke
- wirkt positiv auf das Nervensystem

Für sich gesund führende Menschen mit Bewegungsmangel, Bewegungseinsteiger, Bewegungswiedereinsteiger.



Markttreff zur Marktzeit für Frauen

Ein Angebot für Frauen, die sich eine kleine Auszeit bei Kaffee oder Tee gönnen möchten. Da kann frau ungezwungen mit anderen in Kontakt kommen. Die Treffen werden moderiert und stehen jeweils unter einem Thema.

In Kooperation mit dem Referat Frauenseelsorge des Bistums Würzburg

Referentin: Monika Knüpf, Dipl. Päd. (Univ.)
Teilnahmegebühr: 1,00 EUR
Anmeldung: beim Referat Frauenseelsorge, Kürschnerhof 2,
97070 Würzburg, frauenseelsorge@bistum-wuerzburg.de
oder Telefon: 0931-38665201

Themen und Termine im Einzelnen:

Frieden fängt im eigenen Herzen an

Wir wollen uns an diesem Vormittag darüber austauschen, welche Vorstellungen jede von uns von (innerem) Frieden hat.

Termin: Mittwoch,
25.03.2020,
09.00 - 11.00 Uhr

Anmeldeschluss:
16.03.2020

„Wenn du eine Entscheidung treffen musst, entscheide dich für das, was dich lebendig macht“!

(Verfasser unbekannt)

Ja, wenn das immer so einfach wäre! An diesem Vormittag beschäftigen wir uns mit dem Thema „Entscheidungen“ und warum uns Entscheidungen manchmal so schwer fallen.

Termin: Mittwoch,
27.05.2020,
09.00 - 11.00 Uhr

Anmeldeschluss:
18.05.2020

Was ist schon gerecht?

An diesem Vormittag nähern wir uns zaghaft einer persönlichen Antwort zu diesem großen Thema an, über das Philosophen dicke Bücher geschrieben haben.

Termin: Mittwoch,
29.04.2020,
09.00 - 11.00 Uhr

Anmeldeschluss:
20.04.2020

Pilates- und Fitnessstraining

Für Anfänger und Geübte

Referentin: Diana Sturm
Teilnahmegebühr: 52,00 EUR
Zeit: Montag, 9.30 -
11.00 Uhr, wöchentlich
Termine: 20.04. bis
29.06.2020, 9x

Anmeldeschluss:
13.04.2020

Sie trainieren ihren ganzen Körper mit funktioneller Gymnastik und Pilateselementen. Gehirn und Gleichgewicht werden dabei gefördert. Bei regelmäßigem Training hilft diese Methode, eine Harmonie zwischen Körper und Geist herzustellen, weil sie hohe Konzentration und fließende Bewegungen miteinander vereint. Muskeln werden sanft gekräftigt und gedehnt. Die Körperhaltung sowie das Selbstbewußtsein werden gestärkt. Die Basisübungen sind für jedes Alter, jeden Fitnessstand, sowie für Mann und Frau geeignet. Zum Ausklang beenden wir die Stunden mit unterschiedlichen Entspannungsformen.

Bitte mitbringen:
bequeme Trainingskleidung,
Sportschuhe oder dicke Socken,
Handtuch oder Decke.



GEPA®
The Fair Trade Company

*Genuss pur –
fair gehandelt*

Kaffee, Tee und Knabberien
aus Fairem Handel

GEPA The Fair Trade Company www.gepa.de · www.gepa-ausserhaus.de

Feldenkrais

Bewusstheit durch Bewegung

Referentin: Inge Lobisch
Zeit: Montag, 17.30 bis
18.30 Uhr, wöchentlich
Teilnahmegebühr: 48,00 EUR
Termine: 20.04./ 27.04./
04.05./ 11.05./ 18.05./
25.05.2020, 6x

Anmeldeschluss:
13.04.2020

Sie wollen im Alltag beweglich bleiben und sich wohlfühlen, haben körperliche Einschränkungen oder Schmerzen, wollen mit sich selbst wieder mehr in Einklang kommen? Im Liegen werden Bewegungen mit ungewohnten Variationen erforscht. Das ist ein für alle zugänglicher Weg, Gewohnheiten zu entdecken und Alternativen zu finden, die mehr Spielräume lassen, achtsamer mit sich umzugehen, damit Leib und Seele wieder zusammen klingen.

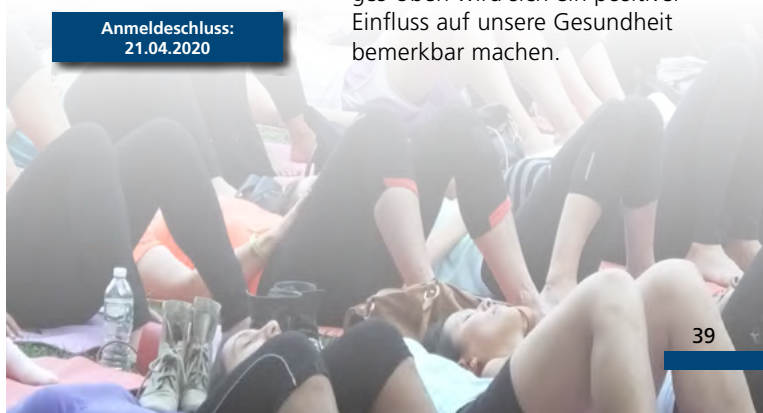
Bitte bringen Sie warme und bequeme Kleidung, eine Decke und ggf. Wollsocken mit.

Qigong

Referentin: Christine Christl
Teilnahmegebühr: 52,00 EUR
Zeit: Dienstag, 18.00 -
19.30 Uhr, wöchentlich
Termine: 28.04. bis
30.06.2020, 8x

Anmeldeschluss:
21.04.2020

Die „18 Harmonien“ sind eine leicht zu lernende Übungsabfolge aus dem Qigong, um Muskeln auf sanfte Art zu dehnen und Gelenke beweglich zu erhalten. Ruhe und Gelassenheit können entstehen, und durch regelmäßiges Üben wird sich ein positiver Einfluss auf unsere Gesundheit bemerkbar machen.



Letzte Hilfe Kurs

Basiswissen für eine Begleitung auf dem letzten Weg

Referentinnen:
Ilona Englert,
Aschaffenburg; N.N.
Zeit: 04.05.2020,
17.00 - 21.00 Uhr
Der Kurs ist kostenfrei –
wir freuen uns über eine
Spende

In Kooperation mit dem
Malteser Hospizdienst
Aschaffenburg e.V.

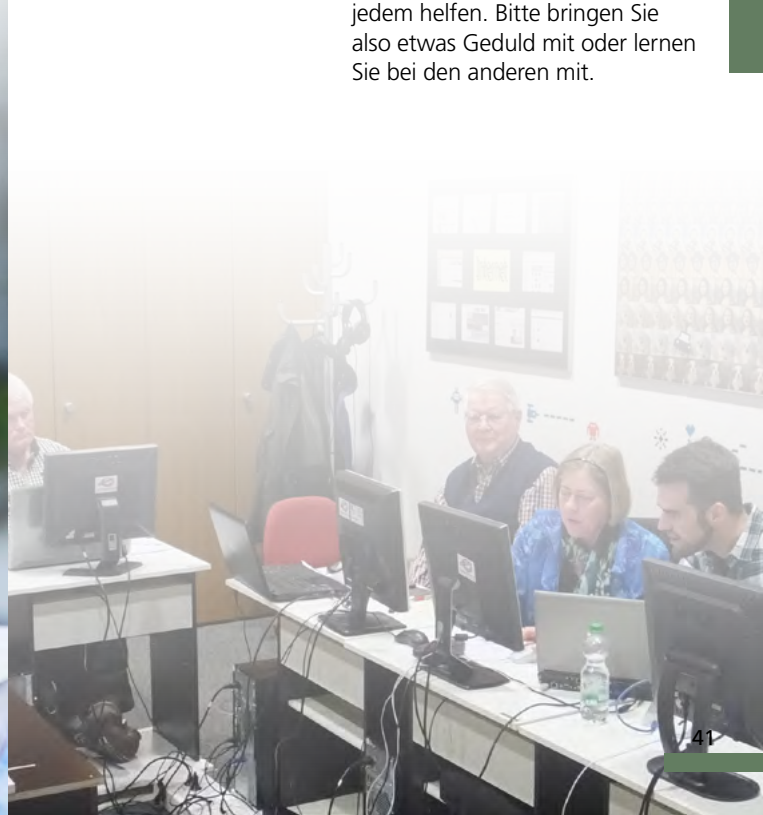
Anmeldeschluss:
22.04.2019

Sie möchten gern für ihre Angehörigen da sein, auch am Ende des Lebens? Hier können Sie lernen, was sie für die Ihnen Nahestehenden am Ende des Lebens tun können. Im Kurs erfahren Sie, was für die Zeit des Sterbens und der Trauer wichtig ist, wo Sie Hilfe und Unterstützung erhalten und was Sie persönlich tun können. Der Letzte-Hilfe-Kurs informiert, vermittelt Basiswissen und gibt Orientierung zum Thema Sterbebegleitung.

Offener Computerkurs

Leitung: Katakombe-Team
Teilnahmegebühr:
8,00 EUR je Termin,
30,00 EUR je 5-er-Karte
Ort: Computerraum der
Katakombe im Martinushaus
(Hintereingang)
Zeit: Montag,
10.00 - 12.00 Uhr
Termine: 09.03./ 16.03./
23.03./ 20.04./ 27.04./
04.05./ 11.05./ 15.06./
22.06.2020

Sie brauchen Hilfe rund um den PC? Wir bringen Sie auf den neuesten Stand in Sachen Sicherheit, beseitigen Datenmüll, versorgen Sie mit kostenloser Software, helfen bei der Bedienung und Installation von Programmen und dem Einrichten von E-Mail-Adressen, geben Tipps zum Surfen im Internet. Hier treffen Sie auf kompetente Ansprechpersonen vor Ort. Sie können an den Computern der Katakombe arbeiten oder einen eigenen Computer mitbringen. Bitte beachten Sie: Es handelt sich dabei um eine Art „offene Sprechstunde“. Wir gehen dabei von Besuchern zu Besuchern und wollen jedem helfen. Bitte bringen Sie also etwas Geduld mit oder lernen Sie bei den anderen mit.



Smartphones für Anfänger

Android

Referent: Nils Wytopil
Teilnahmegebühr: 36,00 EUR
Zeit: Samstag, 14.03.2020
10.00 - 16.00 Uhr (inkl. eine
Stunde Mittagspause)

Anmeldeschluss:
06.03.2020

Sie haben bereits ein Smartphone oder ein Tablet, oder planen eine Anschaffung? In diesem Kurs erhalten Sie einen Einblick in die Welt der digitalen Alleskönner. Sie erfahren, wie sie die Geräte richtig und sicher einstellen, welche Einsatzmöglichkeiten sie bieten und bekommen einen Überblick über wichtige Funktionen und nützliche Apps. Die TeilnehmerInnen sind herzlich eingeladen, ihre eigenen Geräte mitzubringen.

Smartphones für Fortgeschrittene

Android

Referent: Nils Wytopil
Teilnahmegebühr: 36,00 EUR
Zeit: Samstag, 25.04.2020,
10.00 - 16.00 Uhr (inkl. eine
Stunde Mittagspause)

Anmeldeschluss:
17.04.2020

Sie haben ein Smartphone oder Tablet, sind mit der grundlegenden Bedienung vertraut und wollen nun wissen, wie diese Alleskönner Sie im Alltag unterstützen können? Dieser Kurs vermittelt weiterführende Kenntnisse rund um Smartphones und Tablet und zeigt Ihnen, welche Funktionen in den kleinen Geräten schlummern. Zudem werden interessante Apps vorgestellt und das Thema „Sicherheit“ beleuchtet. Eigene Geräte können gerne mitgebracht werden.

Smartphone-Check: Jung hilft Alt

Leitung: Katakombe-Team
Teilnahmegebühr: keine - Sie entscheiden, was Sie in den Spendentopf geben möchten
Ort: Saal der Katakombe
Zeit: Donnerstag,
15.30 - 17.30 Uhr
Termine: 26.03. und
18.06.2020

Im Offenen Jugendtreff der Katakombe tummeln sich die Experten in Sachen neuer Medien: Besucher, Jugendliche und junge Erwachsene, die selbst Nutzer von Smartphones und Tablets sind. Hier können Sie mit ihrem Smartphone vorbeikommen und Fragen rund um Einrichtung, Apps, Synchronisation und vieles mehr stellen. Die Jugendlichen versuchen Ihnen zu helfen und unterstützen Sie dabei, dass Sie Ihr mobiles Endgerät künftig noch besser selbstständig nutzen zu können!



Sicher unterwegs im Internet

Referent: Nils Wytopil
Teilnahmegebühr: 36,00 EUR
Zeit: Samstag, 20.06.2020
10.00 - 16.00 Uhr (inkl. eine
Stunde Mittagspause)

Anmeldeschluss:
13.06.2020

Fake-News. Datenschutz. Betrugsemails. Der gläserne Nutzer. Aktuelle Schlagzeilen zeigen: das Internet birgt viele Gefahren und Fallstricke. Der Kurs zeigt auf, wie man im Alltag sicher durch das Netz surft, betrügerische Inhalte erkennt, Stolperfallen umgeht und der Herr der eigenen Daten bleibt. Zudem wird gezeigt, wie man den heimischen PC oder das Smartphone schützen kann und auch hier sicher im Netz unterwegs sein kann.

Das „Ich“ im Internet

Möglichkeiten und Fallstricke von
Sozialen Netzwerken & Co.

Referent: Nils Wytopil
Teilnahmegebühr: 36,00 EUR
Zeit: Samstag, 18.07.2020,
10.00 - 16.00 Uhr (inkl. eine
Stunde Mittagspause)

Anmeldeschluss:
10.07.2020

Das Internet macht es möglich – wir können uns schnell mit Menschen rund um die Welt in sozialen Netzwerken verbinden und mit ihnen kommunizieren. Dieser Kurs gibt eine Einführung in die weite Welt von Facebook & Co. und zeigt, wie Sie diese privat und beruflich nutzen können. Sie erfahren, welche Möglichkeiten diese Anwendungen bieten und wie Sie Ihre Privatsphäre und persönlichen Daten im Blick behalten können.

„Auf kleiner Flamme“ – eine Ausstellung im Dunkeln

Ausstellungsdauer:
24.06. - 24.07.2020
Montag - Donnerstag von
09.00 - 17.00 Uhr
Freitag von 9.00 - 14.00 Uhr
Eintritt frei

Ein Leben ohne sichere und saubere Energie ist immer noch tägliche – und vor allem nächtliche – Realität für viele Millionen Menschen in den armen Regionen dieser Welt.

Die Foto-Ausstellung „Auf kleiner Flamme“ macht die Erfahrung von Energiearmut auf einleuchtende Weise nachvollziehbar: Sie findet im Dunklen statt. Die Besucher schauen sich die außergewöhnlichen Fotografien von Eduardo Soteras Jalil mit Taschenlampen an. So tauchen sie ein in den Alltag von Menschen, für die Holzkohle die einzig nennenswerte Energiequelle ist. Die Ausstellung erzählt unter anderem davon, welchen Unterschied eine Solaranlage in einer Geburtsstation macht oder wie eine Wasserturbine das Leben einer Kleinstadt verändert.



„Eduardo Soteras | MISEREOR“

Ikonen schreiben

Ein Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Referentin:

Janina Zang, Ikonenmalerin

Teilnahmegebühr:

295,00 EUR

+ 75,00 EUR Materialkosten

Termine: 13. und 14.06.;

27. und 28.06.;

04. und 05.07.;

18. und 19.07.2020

Arbeitszeiten jeweils

Samstag von 08.30 - 12.30

und 13.30 - 18.00 Uhr;

Sonntag von 09.00 - 12.30

und 13.00 - 16.00 Uhr

Ikonen sind eine Hymne in Farbe, ein Fenster zur Ewigkeit. Das Schreiben von Ikonen erfordert Zeit, Geduld und Hingabe. Wer Ikonen schreibt, ist ein Nachschaffender, der an die Tradition gebunden und zugleich frei wie ein Musiker ist, der ein Musikstück nach vorgegebenen Noten spielt, aber es mit seiner einzigartigen Persönlichkeit auf einmalige Weise neu interpretiert. Beim Ikonenkurs des Martinusforums werden Sie in meditativer Atmosphäre die einzelnen Schritte des Ikonen-Schreibens erlernen.

Thema: die Heiligen Maria Magdalena, Maria von Ägypten und Elias



LandArt

Kunst in und mit der Natur

Referentin:

Lissy Schwab, Atelier- und

Werkstattpädagogin

Teilnahmegebühr: 19,50 EUR

Treffpunkt: Aschaffenburg-

Schweinheim, Ort wird noch

bekannt gegeben

Zeit: Samstag, 4.7.2020,

14.00 - 17.00 Uhr

LandArt ist eine Kunstrichtung, in der die Landschaft zum Gestalten anregt.

Mit bloßen Händen arbeiten wir mit Steinen, Blättern und Stöcken, die wir vor Ort im Wald finden. Inspiriert vom LandArt-künstler Andy Goldsworthy und der natürlichen Ästhetik des Materials gehen wir zu Werke. Es gibt kein Richtig oder Falsch. Am Ende fotografieren wir die Werke an ihrem Ort und belassen sie, wo sie dann bald vergehen. Freude am Tun, die Seele baumeln lassen und das Erleben in der Natur sind dabei sehr angenehme Nebeneffekte.

Findet bei jedem Wetter statt



Italienisch Grundkurs

Referentin: Paola Franco
Teilnahmegebühr: 59,50 EUR
(inkl. Arbeitsmaterial)
Zeit: Montag,
9.30 - 11.00 Uhr,
wöchentlich
Termine: 09.03. bis
18.05.2020, 9x

Anmeldeschluss:
02.03.2020

Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse, die sich einfache, praktisch verwendbare Grundkenntnisse aneignen wollen. Das Sprechen in wichtigen Alltagssituationen steht im Mittelpunkt dieses Kurses. Er bietet eine kompakte sprachliche und landeskundliche Vorbereitung für eine Reise nach Italien.

Italienisch Weiterführungskurs

Referentin: Patrizia Bizzarri
Teilnahmegebühr: 59,50 EUR
(inkl. Arbeitsmaterial)
Zeit: Dienstag,
9.30 - 11.00 Uhr,
wöchentlich
Termine: 10.03. bis
26.05.2020, 9x

Anmeldeschluss:
03.03.2020

Möchten Sie ihre Italienisch-Kenntnisse auffrischen oder vertiefen? In diesem Kurs werden Sie durch praktische Anwendungen der Sprache mehr über die italienische Alltagskultur und das Land erfahren. Mit schriftlichen und mündlichen Übungen festigen Sie Ihre Sprachkenntnisse für Begegnungen in Italien.

Spanisch Grundkurs

Referentin: Marcela Braun
Teilnahmegebühr: 59,50 EUR
Zeit: Donnerstag,
09.30 - 11.00 Uhr
Termine: 12.03. bis
28.05.2020, 9x

Anmeldeschluss:
07.03.2020

Teilnehmer ohne Vorkenntnisse erhalten in diesem Kurs praktische Informationen über Land und Leute, um sich in Alltagssituationen gut zurechtzufinden. Das gemeinsame Gespräch ist ein Schwerpunkt dieses Kurses. Durch praktische schriftliche und mündliche Übungen werden Sie die grammatikalischen Strukturen erlernen. Wir arbeiten lernfreundlich in kleinen Schritten und gehen gezielt auf Ihre Bedürfnisse ein.

Spanisch Weiterführungskurs

Referentin:
Arcelia García-Full
Teilnahmegebühr: 59,50 EUR
Zeit: Freitag,
16.00 - 17.30 Uhr
Termine: 13.03. bis
29.05.2020, 9x

Anmeldeschluss:
06.03.2020

Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen. Der Aufbau des Kurses ist klar strukturiert. Sie trainieren in Übungen die Redewendungen und den Wortschatz auf abwechslungsreiche Weise. Darüber hinaus werden interessante Einblicke in die spanische Alltagskultur vermittelt. Wir arbeiten lernfreundlich in kleinen Schritten und gehen gezielt auf ihre Bedürfnisse ein.

„Es gibt Emotionen, die existieren nur (mehr) durch das Buch“

Literaturkurs

Referentin:
Ellenruth Molz, M.A.
Teilnahmegebühr: 65,00 EUR
Zeit: Mittwoch,
10.15 - 11.45 Uhr, 5×
Termine: 25.03./29.04./
27.05./17.06./15.07.2020

Anmeldeschluss:
18.03.2020

In diesem Semester werfen wir einen Blick auf die aktuelle Literaturszene - national und international. Anhand von kritischen Texten und literarischen Werksauszügen verfolgen wir Neuerscheinungen der letzten Jahre, Nobelpreis-Entscheidungen, Sinn und Unsinn von Buchpreisen und Fragen zum Thema „Lesen im Zeitalter der neuen Medien“. Und schließlich: Welche Vorstellungen, Gedanken und Gefühle sind mit dem Lesen verbunden, welche Bedeutung hat das Lesen von Büchern für die Einzelnen und für die Gesellschaft und wie verändert sich all das im Laufe der Zeit?

Fit und aktiv durch Singen in froher Runde

Lieder und Gedichte mit Tilli, Willi und Heribert

Moderation: Tilli Krebs
Zeit: 14.00 - 17.00 Uhr
Termine: 26.03./23.04./
14.05./18.06./16.07.2020

In Kooperation mit dem
Kath. Senioren-Forum,
Dekanat Aschaffenburg-Stadt

An der Schmerzgrenze



Kirchliches Kabarett mit Cherubim

Karten im Vorverkauf
erhältlich

Eintritt: 15,00 EUR /
erm. 10,00 EUR
Zeit:
Samstag, 28.03.2020,
20.00 Uhr und
Sonntag, 29.03.2020 um
17.00 Uhr

Das Volk Gottes muss ins Sanatorium. Katholisch sein tut nämlich mittlerweile richtig weh. Protestantismus ist nur eines von vielen ansteckenden Leiden. Und das ewige Warten, dass sich mal was tut, verschlimmert den Zustand nur noch mehr. Im neuen Programm werden Auswege aus der kirchlichen Misere gesucht. Mit Gesang, Wortwitz und Komik erarbeiten sich die Cheruben so ihre ganz eigene Therapie. Das Publikum erwartet ein sch(m)erzvoll heiterer Kabarettabend. PS.: Der Eintritt wird nicht von den Krankenkassen übernommen!



focus:film

Martinusforum goes Casino

Gemeinsam mit dem Programm kino „Casino“ zeigen wir ausgewählte Spielfilme zu Lebensfragen und gesellschaftlichen Themen. Deren Geschichten regen an, über Haltungen und Konsequenzen nachzudenken. Bestandteile der Reihe sind eine kurze Einführung zum Film und ein moderiertes Nachgespräch.

Kartenreservierung möglich im Casino-Kino unter
Tel.: 06021/451077-2

Moderation:

Dr. Jürgen Schwab und
Burkard Vogt
Teilnahmegebühr: 8,00 EUR
Ort: Casino-Kino,
Ohmbachsgasse 1,
Aschaffenburg
Zeit: Sonntag,
26.04.2020, 10.00 Uhr

UND DER ZUKUNFT ZUGEWANDT

Erzählt wird die wahre Geschichte einer jungen Kommunistin, die 1952 in die junge DDR kommt und neuen Lebensmut schöpft. Antonia war jahrelang zu Unrecht zu Zwangsarbeit verurteilt mit ihrer Tochter im russischen Gulag. Als Preis für die neue Existenz verlangt die Kreisleitung über ihre Zeit in der Sowjetunion zu schweigen.



„Weißt du, wer ich bin?“

Ein interreligiöses Kulturprojekt für Kinder und Jugendliche

Termine:

08.06. bis 14.06.2020,
jeweils 10 - 16 Uhr

Treffpunkt:

Jugendtreff „Katakombe“
im Martinushaus
Referenten: Alon Wallach &
das TRIMUM-Team

Konzert am 14.06.2020 um
18.00 Uhr

Unter dem Motto: „Weißt du, wer ich bin?“ begegnen sich verschiedene Kulturen und Religionen in Aschaffenburg musikalisch. Dazu laden wir zu einem Workshop in den Pfingstferien ein. Wir lernen uns kennen und gestalten gemeinsam ein musikalisches Programm. Am letzten Tag findet ein Konzert im Saal des Martinushauses statt.

Für Verpflegung ist gesorgt, es entstehen keine Kosten.

Mindestalter: 8 Jahre

Anmeldung nur über die Katakombe:

<http://www.katakombe-ab.de/kurse-und-workshops/kursanmeldung>

oder Tel. 06021 392180

In Kooperation mit der Katakombe und der Stadt Aschaffenburg.



Museumsnacht

Kulturstadt Aschaffenburg – Vielfalt verbindet

Samstag, 11.07.2020

Auch in diesem Jahr sind wir bei der städtischen Museumsnacht dabei. Bei schönen Wetter planen wir ein buntes Programm im Innenhof, bei schlechtem Wetter geht es in den Saal. Genaueres erfahren sie ab Mai im Museumsnachtprogramm www.aschaffenburg-kulturtage.de/ oder auf unserer Homepage.

Auf jeden Fall wieder mit dabei: Der Aschaffener Weltladen mit fairen Getränken und Knabbereien. In Kooperation mit dem Weltladen Aschaffenburg



Hinter den Kulissen: Liturgie und Fernsehen

Besuch beim ZDF in Mainz

Reiseleitung: Michael Pfeifer
Teilnahmegebühr:

39,00 EUR

(inkl. Fahrt, Besuch bei der Kirchenredaktion, Besichtigungsrundgang, Besuch „hallo Deutschland“)

Zeit: Donnerstag, 07.05.2020

Abfahrt ca. 11:30 Uhr,

Rückkunft gegen 19.30 Uhr

In Kooperation mit dem
Diözesanbüro Aschaffenburg

Anmeldeschluss:
17.04.2020

Gottesdienstübertragungen sind beim ZDF eine feste Institution. Viele Gemeinden haben bereits mitgemacht und dabei auch ihre liturgische Praxis reflektiert. Doch auch andere Live-Sendungen können zu solcher Reflexion anregen. Wir besuchen zunächst die Kirchenredaktion und gehen der Frage nach, was für einen reibungslosen Ablauf einer Fernsehsendung notwendig ist und und welche Rolle Inszenierung, Planung, und Zeitmanagement spielen. Dann werfen wir einen Blick hinter die Kulissen des Senders und können im Anschluss bei der Produktion der Sendung „hallo Deutschland“ zu Gast sein.



Hinter den Kulissen: Vom Fußball und vom Glauben

Besuch in der Commerzbank-Arena

Reiseleitung: Burkard Vogt
Zeit: voraussichtlich
Mittwoch, 10.6.2020,
ca. 13.00 - 19.00 Uhr

Das Stadion ein Tempel, der Rasen heilig - Fußball ist für viele Menschen mehr als nur ein Spiel. Beim diesem Besuch in Frankfurt werfen wir einen Blick hinter die Kulissen der Commerzbank-Arena, ein Stadion, das Platz hat für 51.500 Zuschauer. Anschließend besuchen wir den Stadionspfarrer Eugen Eckert in der Stadionkapelle und erfahren mehr von seiner Arbeit mit den Fans. Pfarrer Eckert ist auch beim Dienstagsgespräch am 26.05.2020 in Aschaffenburg.

Die genauen Daten stehen erst Anfang April fest, Sie können sich aber bereits vormerken lassen



Diesseits und jenseits des Jordan

Studien- und Begegnungsreise nach Jordanien, Israel und Palästina

Veranstalter:
ReiseMission Leipzig
Reiseleitung: Johannes Zang
Begleitung: Dr. Ursula Silber
Reisepreis im
DZ pro Person: 2.120,00 EUR
EZ-Zuschlag: 380,00 EUR
Termin: 24.08. - 03.09.2020

Anmeldeschluss:
24.04.2020

Über den Jordan gehen - dazu laden wir Sie mit dieser Reise ein! Im kleinen Königreich Jordanien besuchen wir altehrwürdige Stätten und grandiose Landschaften, begegnen Beduinen und übernachten (optional) in der Wüste. In Palästina erleben wir in Bethlehem die Gastfreundschaft einheimischer Familien und besuchen Gruppen, die sich für den Frieden engagieren. Jerusalem lädt zum Besuch der Heiligen Stätten, zum Bummel im Basar oder zum Gespräch mit israelischen Menschenrechtsaktivisten ein. In Tabgha am See Genesareth lassen wir die Reise mit einem „stillen Tag“ ausklingen.

Detailliertes Programm auf Anfrage erhältlich!



EHRlich
TOURISTIK
www.ehrlich-touristik.de

Reisebüro
Ziegelgasse 3
63897 Miltenberg
Tel. 09371-7377
Fax 09371-80733
Email: reisen@ehrich-touristik.de

Busbetrieb
Industriestr. 21
63920 Großheubach
Tel. 09371-7377
Fax 09371-80733

Über 50 Fahrzeuge in allen Kategorien !

Passionsspiele in Oberammergau und die Märchenschlösser von König Ludwig II

4-tägige Busreise mit Besuch der Passionsspiele

Veranstalter:
Ehrlich Touristik, Miltenberg
Reiseorganisation und
-begleitung: Gabriele Bokr
Reisepreis im
DZ pro Person: 499,00 EUR
EZ-Zuschlag: 66,00 EUR
Karten der 1. Kategorie
inkl. Vorverkaufsgebühr
201,60 Euro (begrenzt
Kartenkontingent)
Zeit: 03.09. - 06.09.2020

Anmeldeschluss:
15.05.2020
beim Martinusforum

Hinweis:

Die Caritas-Sozialstation
bietet ebenfalls eine Reise
mit Frau Bokr vom
03.07. bis 06.07.2020 an.
Anmeldungen hier nur
bei Ehrlich-Touristik
09371/7377

Im Zentrum dieser Reise steht
der Besuch der Passionsspiele in
Oberammergau, die auf einem
im Jahre 1633 abgelegten Ge-
lübde basieren. Als Beiprogramm
bietet sich der Besuch der
Sehenswürdigkeiten im Allgäu
an: Kloster Ettal, die Wieskirche
in Steingaden, die Benediktiner-
anlage und Basilika Ottobeuren
sowie die Märchenschlösser
König Ludwigs II. Ein Schiffahrt
auf dem Forggensee rundet das
Programm ab.

Adventszauber im Erzgebirge mit Konzert in der Annenkirche

3-tägige Busstudienreise

Veranstalter:
Ehrlich Touristik, Miltenberg
Reiseorganisation und
-begleitung: Gabriele Bokr
Reisepreis im
DZ pro Person: 349,00 EUR
EZ-Zuschlag: 50,00 EUR
Zeit: 04.12. - 06.12.2020

Anmeldeschluss:
15.09.2020

Im Advent, wenn Schwibbögen
und Weihnachtspyramiden die
Landschaft feierlich erleuchten,
zeigt sich das Erzgebirge von sei-
ner schönsten Seite. Ziele unse-
rer Reise sind die Spielzeugstadt
Seiffen mit der berühmten Berg-
kirche und Annaberg-Buchholz.
Dort besuchen Sie die größte
Hallenkirche des Erzgebirges,
die „Manufaktur der Träume“,
den Weihnachtsmarkt und die
adventlich geschmückten Höfe.
Am Spätnachmittag genießen
Sie ein Adventskonzert in der
Annenkirche. Die Perle des Erz-
gebirges, das romantische Städt-
chen Schwarzenberg, lernen Sie
auf der Heimreise kennen. Wir
wohnen im idyllisch gelegenen
Naturhotel Lindenhof Holzhau.



Advent in Aachen mit Besuch der Grotten von Valkenburg

3-tägige Busstudienreise

Veranstalter:
Ehrlich Touristik, Miltenberg
Reiseorganisation und
-begleitung: Gabriele Bokr
Reisepreis im
DZ pro Person: 425,00 EUR
EZ-Zuschlag: 125,00 EUR
Zeit: 11.12. - 13.12.2020

Anmeldeschluss:
15.09.2020

Die Kaiserstadt Aachen und die niederländische Kleinstadt Valkenburg mit ihrem unterirdischen Weihnachtsmarkt sind Ziele dieser Adventsreise. Vor der Kulisse des historischen Aachener Rathauses und in den umliegenden Gassen findet der Aachener Weihnachtsmarkt statt. Sie wohnen im Mercure Hotel Aachen am Dom, nur wenige Kilometer vom Dreiländereck Deutschland-Niederlande-Belgien entfernt. Auf der Heimreise legen wir einen Stopp im romantischen Städtchen Monschau ein.

Gerne weisen wir auf weitere Reisen von Gabriele Bokr über die vhs hin – Anmeldung nur dort:

10.06. - 14.06.2020:

Nancy und das unbekannte Lothringen

17.07. - 26.07.2020:

**Sagenumwobene Sonneninseln der Ostsee
Öland, Gotland, Bornholm**

25.08. - 30.08.2020:

Kostbarkeiten in der Lüneburger Heide

19.09. - 27.09.2020:

Byzantisch – frühchristliches Italien: Von Grado bis Ravenna

22.10. - 25.10.2020:

Städtereise: Mailand mit Besuch der Mailänder Scala

03.11. - 15.11.2020:

Südafrika in kleinen Gruppen erleben



Terminübersicht

März

	02.03.20	S. 10	Montagsforum Miltenberg: Augenblicke 2020
ab	02.03.20	S. 28	Gemeinschaftstänze und Kreistänze 1 (17×)
ab	02.03.20	S. 29	Hatha-Yoga (13×)
	03.03.20	S. 5	Dienstagsgespräch: Neue Werte braucht das Land?
	03.03.20	S. 15	Gesetzliche Betreuung im Ehrenamt
ab	03.03.20	S. 28	Gemeinschaftstänze und Kreistänze 2 (16×)
ab	03.03.20	S. 30	Rückentraining 0 (12×)
ab	03.03.20	S. 30	Rückentraining 1 (12×)
ab	03.03.20	S. 30	Rückentraining 2 (12×)
ab	03.03.20	S. 30	Rückentraining 3 (12×)
ab	04.03.20	S. 32	Fit von Kopf bis Fuß 1 (12×)
ab	04.03.20	S. 32	Fit von Kopf bis Fuß 2 (12×)
	05.03.20	S. 27	Fit bleiben durch Bewegung
	05.03.20	S. 16	Lebe Weise
ab	05.03.20	S. 30	Rückentraining 4 (12×)
ab	05.03.20	S. 30	Rückentraining 5 (12×)
ab	05.03.20	S. 32	Funktionelle Gymnastik 1 (13 ×)
ab	05.03.20	S. 32	Funktionelle Gymnastik 2 (13 ×)
ab	06.03.20	S. 28	Gemeinschaftstänze und Kreistänze 3 (16×)
	08.03.20	S. 17	Wie lernen Erwachsene?
	09.03.20	S. 34	Gedächtnistraining für den Alltag
	09.03.20	S. 41	Offener Computerkurs
ab	09.03.20	S. 48	Italienisch Grundkurs (9×)
ab	10.03.20	S. 48	Italienisch Weiterführungskurs (9×)
ab	12.03.20	S. 17	Musik, die berührt - Wort, das trifft
ab	12.03.20	S. 49	Spanisch Grundkurs (9×)
ab	13.03.20	S. 49	Spanisch Weiterführungskurs (9×)
	14.03.20	S. 18	Engelberg-Gespräch: Wild oder weise?
	14.03.20	S. 42	Smartphones für Einsteiger
	16.03.20	S. 18	Die Krankenkommunion - eine liturgische Miniatur
	16.03.20	S. 41	Offener Computerkurs
	16.03.20	S. 33	Waldbaden
	17.03.20	S. 5	Dienstagsgespräch: Christen im Irak
ab	18.03.20	S. 35	Gesundheitswandern Kurs1 (8×)
	19.03.20	S. 19	Wer glaubt, wird selig ...?!
	23.03.20	S. 41	Offener Computerkurs
	25.03.20	S. 36	Markttreff zur Marktzeit für Frauen
ab	25.03.20	S. 50	Literaturkurs (5×)
	26.03.20	S. 50	Fit und aktiv durch Singen in froher Runde
	26.03.20	S. 43	Smartphone-Check: Jung hilft Alt
	26.03.20	S. 16	Lebe Weise
	26.03.20	S. 20	Perlen im Gesangbuch
	28.03.20	S. 51	Kabarett mit Cerubim: An der Schmerzgrenze
	31.03.20	S. 6	Dienstagsgespräch: Augenblicke 2020

Terminübersicht

April

	06.04.20	S. 21	Purpur und Dornen
	06.04.20	S. 11	Montagsforum Miltenberg: FairZehr
	16.04.20	S. 16	Lebe Weise
	20.04.20	S. 41	Offener Computerkurs
ab	20.04.20	S. 38	Pilates- und Fitnesstraining (9×)
ab	20.04.20	S. 39	Feldenkrais
	23.04.20	S. 50	Fit und aktiv durch Singen in froher Runde
	23.04.20	S. 53	Wer glaubt, wird selig ...?!
	24.04.20	S. 26	Kreuz & Quer: Das Weinberg-Paradoxon
	25.04.20	S. 22	Eselpilgertag 2.0
	25.04.20	S. 42	Smartphones für Fortgeschrittene
	26.04.20	S. 52	focus:film UND DER ZUKUNFT ZUGEWANDT
	27.04.20	S. 41	Offener Computerkurs
	28.04.20	S. 6	Dienstagsgespräch: Gegen die Gewalt
ab	28.04.20	S. 39	Qigong (8×)
	29.04.20	S. 36	Markttreff zur Marktzeit für Frauen

Mai

ab	04.05.20	S. 23	Yoga und Meditation Kurs1 (10×)
	04.05.20	S. 40	Letzte Hilfe Kurs
	04.05.20	S. 41	Offener Computerkurs
	04.05.20	S. 24	Film und Gespräch: : „Sorry, we missed you!“
ab	04.05.20	S. 33	Waldbaden Kurs1 (4×)
	04.05.20	S. 11	Montagsforum Miltenberg: Was die Kirche wirklich vom Fußball lernen kann
ab	05.05.20	S. 23	Yoga und Meditation Kurs2 (10×)
	07.05.20	S. 16	Lebe Weise
	07.05.20	S. 55	Hinter den Kulissen: Liturgie und Fernsehen
	11.05.20	S. 41	Offener Computerkurs
	14.05.20	S. 50	Fit und aktiv durch Singen in froher Runde
	14.05.20	S. 19	Wer glaubt, wird selig ...?!
	19.05.20	S. 7	Dienstagsgespräch: Schluss mit der Angst.
	26.05.20	S. 8	Dienstagsgespräch: Fußball-Gott
	27.05.20	S. 36	Markttreff zur Marktzeit für Frauen
	28.05.20	S. 16	Lebe Weise
	29.05.20	S. 25	Nacht der offenen Kirchen 2020
	29.05.20	S. 25	Bible Jazz

Terminübersicht

Juni

	08.06.20	S. 53	„Weißt du, wer ich bin?“
	10.06.20	S. 56	Hinter den Kulissen: Vom Fußball und vom Glauben
ab	13.06.20	S. 46	Ikonen schreiben
	14.06.20	S. 53	Konzert: „Weißt du, wer ich bin?“
	15.06.20	S. 41	Offener Computerkurs
	15.06.20	S. 12	Montagsforum Miltenberg: „Wie Weihrauch steige mein Gebet zu Dir auf ...“
	17.06.20	S. 15	Gesetzliche Betreuung im Ehrenamt
ab	17.06.20	S. 35	Gesundheitswandern Kurs2 (4x)
	18.06.20	S. 50	Fit und aktiv durch Singen in froher Runde
	18.06.20	S. 19	Wer glaubt, wird selig ...?!
	18.06.20	S. 43	Smartphone-Check: Jung hilft Alt
	18.06.20	S. 16	Lebe Weise
ab	18.06.20	S. 33	Waldbaden Kurs2 (4x)
	19.06.20	S. 26	Kreuz & Quer: Das Kreuz mit Facebook, Instagram und Co ...
	20.06.20	S. 44	Sicher unterwegs im Internet
	22.06.20	S. 41	Offener Computerkurs
	23.06.20	S. 9	Dienstagsgespräch: Kirche.Macht.Missbrauch
	24.06.20	S. 45	Ausstellung „Auf kleiner Flamme“
ab	30.06.20	S. 30	Rückentraining 0 A (4x)
ab	30.06.20	S. 30	Rückentraining 1A (4x)
ab	30.06.20	S. 30	Rückentraining 2A (4x)
ab	30.06.20	S. 30	Rückentraining3A (4x)

Juli

	04.07.20	S. 47	LandArt
	06.07.20	S. 29	Yoga im Park
	07.07.20	S. 9	Dienstagsgespräch: Keine Posaunen vor Jericho
	09.07.20	S. 16	Lebe Weise
ab	09.07.20	S. 30	Rückentraining 4 A (4x)
ab	09.07.20	S. 30	Rückentraining 5 A (4x)
	11.07.20	S. 54	Museumsnacht 2020
	13.07.20	S. 29	Yoga im Park
	13.07.20	S. 26	Kreuz & Quer: „Lieben, Hassen, Zagen , alle Lust und alle Qual
...“			
	13.07.20	S. 13	Montagsforum Miltenberg: Wo deine Sehnsucht grünt...!
	16.07.20	S. 50	Fit und aktiv durch Singen in froher Runde
	18.07.20	S. 44	Das „Ich“ im Internet
	20.07.20	S. 24	Trau deiner Sehnsucht mehr als deiner Verzweiflung
	20.07.20	S. 29	Yoga im Park

August

	20.08.20	S. 16	Lebe Weise
	24.08.20	S. 57	Studienreise: Diesseits und jenseits des Jordan

September

	03.09.20	S. 58	Passionsspiele in Oberammergau und die Märchenschlösser von König Ludwig II
--	----------	-------	---

Dezember

	04.12.20	S. 59	Adventszauber im Erzgebirge mit Konzert in der Annenkirche
	11.12.20	S. 60	Advent in Aachen mit Besuch der Grotten von Valkenburg

Bildnachweise: ALLE Bilder © Burkard Vogt, bis auf:

S. 5:	© Michael Pfeifer
S. 6:	© Kerstin Wendt
S. 7:	© Peter Weidemann, pfarrbriefservice.de
S. 8:	© Michael Meier
S. 33:	© Petra Seipel
S. 40	© pixapay_pfarbriefservice.de
S. 45	© Eduardo Soteras, Misereor
S. 47	© Lothar Kreil
S. 51	© Cherubim
S. 53	© Dr. Ursula Silber

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Anmeldung

Bei Veranstaltungen, bei denen ein Anmeldeschluss angegeben ist, brauchen wir Ihre rechtzeitige Anmeldung. Diese kann ausschließlich schriftlich erfolgen und ist nur in Verbindung mit der Erteilung eines SEPA-Lastschrift-Mandats für die Teilnahmegebühr gültig.

Bitte beachten Sie: Falls die angemeldete Person nicht mit dem Kontoinhaber identisch ist, benötigen wir für das SEPA-Lastschrift-Mandat in jedem Fall die Unterschrift des Kontoinhabers, von dessen Konto die Teilnahmegebühr eingezogen werden soll.

Sie können uns das ausgefüllte und unterschriebene Anmeldeformular auch per Fax zukommen lassen (Fax: 0 60 21/3 92-119) oder sich schriftlich über unsere Homepage anmelden.

Sie erhalten von uns eine Anmeldebestätigung mit der entsprechenden Mandatsreferenz-Nummer. Falls die Veranstaltung bereits voll belegt ist, benachrichtigen wir Sie und notieren Sie auf einer Warteliste, auf der Sie in der Reihenfolge der Anmeldungen nachrücken, falls ein Teilnehmer ausfällt. Veranstaltungen finden nur statt, wenn die Mindestteilnehmerzahl erreicht ist.

Datenschutz

Wir speichern und verwenden Ihre personenbezogenen Daten gemäß den Richtlinien des KDG und KDSGO (Datenschutz in der katholischen Kirche). Diese sind unter www.datenschutz-kirche.de einsehbar. Eine Weitergabe der Daten an Dritte erfolgt nicht.

Teilnahmegebühren

Die Teilnahmegebühren werden grundsätzlich erst nach Beginn der Veranstaltung von Ihrem im Rahmen des SEPA-Lastschrift-Mandats angegebenen Konto abgebucht.

Barzahlungen sind nicht möglich. Abbuchungen erfolgen jeweils zur Monatsmitte oder zum Monatsende.

Sollten wir für einzelne Veranstaltungen zu einem anderen Termin abbuchen, teilen wir Ihnen dies im Rahmen der Anmeldebestätigung mit.

Ausnahme: Bei Einzelveranstaltungen (z.B. Vorträge) kassieren wir die Teilnahmegebühren in bar.

Bei Rücklastschriften aufgrund fehlerhafter Angaben auf dem SEPA-Lastschrift-Mandat werden die hierdurch entstandenen Bankgebühren weiter verrechnet.

Ermäßigung

Wenn nicht anders angegeben, gewähren wir Inhabern der Bayerischen Ehrenamtskarte, Empfängern von ALG I und II grundsätzlich eine Ermäßigung in Höhe von 50% der Teilnahmegebühr; bei Vorträgen gilt dies auch für Schüler und Studenten.

Begleitpersonen für Menschen mit einem Schwerbehindertenausweis mit dem Vermerk B erhalten freien Eintritt für unsere Veranstaltungen.

Veranstaltungsausfall/Änderung

Fällt eine Veranstaltung vollständig aus, werden Sie darüber informiert. Bereits bezahlte Veranstaltungsgebühren werden erstattet. Weitergehende Ansprüche bestehen nicht. Bei teilweisem Veranstaltungsausfall erfolgt eine anteilige Rückerstattung der Veranstaltungsgebühr erst ab einem Sockelbetrag von 10 EUR.

Rücktritt

Bei Rücktritt von der Anmeldung bis drei Tage vor Veranstaltungsbeginn wird eine Verwaltungs- und Ausfallgebühr von 10% – mindestens aber 5 EUR – berechnet. Bei Rücktritt zu einem späteren Zeitpunkt wird die Kursgebühr in vollem Umfang fällig.

Sonderbedingungen für Tagesfahrten:

Eine Ermäßigung des Reisepreises ist nicht möglich. Bei Rücktritt von der Anmeldung wird bis zum Anmeldeschluss eine Ausfallgebühr in Höhe von 10% - mindestens aber 5 Euro – berechnet. Danach wird der Reisepreis in vollem Umfang fällig.

Mehrtägige Bildungsreisen

Für mehrtägige Reisen gelten besondere Teilnahme- und Stornobedingungen sowie AGB's des jeweiligen Reiseveranstalters. Für die Anmeldung zu Reisen erhalten Sie ein gesondertes Formular des Reiseveranstalters.

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Rektorin	Dr. Ursula Silber Tel.: 392-102 u.silber@martinushaus.de
Geschäftsführender Verwaltungsleiter	Marcus Marquart Tel. 3 92-101 m.marquart@martinushaus.de
Bildungsreferent	Burkard Vogt Tel. 3 92-104 b.vogt@martinushaus.de
Verwaltung	Mechthild Schmücker Tel. 3 92-105 m.schmuecker@martinushaus.de
Empfang	Christina Hippler Rita Röder Tel. 3 92-100 info@martinushaus.de

P.S. Bitte beachten:

Wenn nicht anders angegeben, finden die Veranstaltungen im Martinushaus, Treibgasse 26, statt.

Bei allen Veranstaltungen, bei denen ein Anmeldeschluss angegeben ist, benötigen wir Ihre schriftliche Anmeldung inkl. SEPA-Lastschriftmandat.

In der Regel sind die Schulferien veranstaltungsfreie Zeiten. Wenn Sie an einem mehrteiligen Kurs teilnehmen, der z.B. wöchentlich stattfindet, sind die Schulferien ausgenommen.

Anmeldung

für das Martinusforum

Nachname: _____

Vorname _____

Straße _____

PLZ, Wohnort _____

E-Mail-Adresse _____

Geburtsjahr _____ Telefon: _____

Ich melde mich hiermit für folgende Veranstaltung verbindlich an:

Veranstaltungstitel _____

Startdatum _____

Uhrzeit _____

Ich erkläre mich mit den im Programmheft abgedruckten und im Internet veröffentlichten Geschäftsbedingungen einverstanden.

Erteilung eines Sepa-Lastschrift-Mandates

Hiermit ermächtige ich den Martinusforum e.V., die Teilnahmegebühr in Höhe von _____ Euro für diese Veranstaltung von meinem unten angegebenen Konto einzuziehen.

Die Gläubiger-ID des Martinusforum e.V. lautet: DE62ZZZ00000438554

Die Mandatsreferenznummer erhalte ich mit der Anmeldebestätigung.

Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Martinusforum e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung der belasteten Summe erlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

IBAN _____

bei Bank/Sparkasse _____

Kontoinhaber _____

Ich stimme zu, dass meine persönlichen Daten gespeichert sowie für spätere Informationen und zum Zwecke der Statistik verwendet, dann jedoch nur in allgemeiner nicht personenbezogener Form veröffentlicht werden dürfen.

*Ich bin damit einverstanden, dass meine durch das Martinusforum e. V. erhobenen persönlichen Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr, E-Mail) und meine Programmdaten (Teilnahme an Veranstaltungen) durch das Martinusforum e. V. zu **Beratungs- und Informationszwecken** per Post oder per E-Mail über unsere Bildungsangebote gespeichert, verarbeitet und genutzt werden. Ich kann der Verwendung der persönlichen Daten jederzeit widersprechen. [* ggf. streichen]

Datum _____ Unterschrift _____

Datum _____ ggf. Unterschrift abweichender Kontoinhaber _____

So erreichen Sie uns:

Treibgasse 26
63739 Aschaffenburg

Anfahrt

Bahn / öffentlichen Verkehrsmitteln

Vom Aschaffener Hauptbahnhof und vom Regionalen Busbahnhof beträgt der Fuß-Weg zum Martinushaus nur ca. 5 Minuten.

Wenn Sie die Buslinien der AVG nutzen, steigen Sie an der Haltestelle „Stadthalle“ aus.

Für Fahrrad-Fahrer stellen wir einige überdachte Stellplätze zur Verfügung.

PKW

In direkter Nachbarschaft (50 m) gibt es zwei große Parkhäuser: Stadthalle-Parkhaus und Luitpold-Parkhaus.



Anmeldung

für das Martinusforum

Nachname: _____

Vorname _____

Straße _____

PLZ, Wohnort _____

E-Mail-Adresse _____

Geburtsjahr _____ Telefon: _____

Ich melde mich hiermit für folgende Veranstaltung verbindlich an:

Veranstaltungstitel _____

Startdatum _____

Uhrzeit _____

Ich erkläre mich mit den im Programmheft abgedruckten und im Internet veröffentlichten Geschäftsbedingungen einverstanden.

Erteilung eines Sepa-Lastschrift-Mandates

Hiermit ermächtige ich den Martinusforum e.V., die Teilnahmegebühr in Höhe von _____ Euro für diese Veranstaltung von meinem unten angegebenen Konto einzuziehen.

Die Gläubiger-ID des Martinusforum e.V. lautet: DE62ZZZ00000438554

Die Mandatsreferenznummer erhalte ich mit der Anmeldebestätigung.

Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Martinusforum e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung der belasteten Summe erlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

IBAN _____

bei Bank/Sparkasse _____

Kontoinhaber _____

Ich stimme zu, dass meine persönlichen Daten gespeichert sowie für spätere Informationen und zum Zwecke der Statistik verwendet, dann jedoch nur in allgemeiner nicht personenbezogener Form veröffentlicht werden dürfen.

*Ich bin damit einverstanden, dass meine durch das Martinusforum e. V. erhobenen persönlichen Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr, E-Mail) und meine Programmdaten (Teilnahme an Veranstaltungen) durch das Martinusforum e. V. zu **Beratungs- und Informationszwecken** per Post oder per E-Mail über unsere Bildungsangebote gespeichert, verarbeitet und genutzt werden. Ich kann der Verwendung der persönlichen Daten jederzeit widersprechen. [* ggf. streichen]

Datum _____ Unterschrift _____

Datum _____ ggf. Unterschrift abweichender Kontoinhaber _____

Nachname: _____

Vorname _____

Straße _____

PLZ, Wohnort _____

E-Mail-Adresse _____

Geburtsjahr _____ Telefon: _____

Ich melde mich hiermit für folgende Veranstaltung verbindlich an:

Veranstaltungstitel _____

Startdatum _____

Uhrzeit _____

Ich erkläre mich mit den im Programmheft abgedruckten und im Internet veröffentlichten Geschäftsbedingungen einverstanden.

Erteilung eines Sepa-Lastschrift-Mandates

Hiermit ermächtige ich den Martinusforum e.V., die Teilnahmegebühr in Höhe von _____ Euro für diese Veranstaltung von meinem unten angegebenen Konto einzuziehen.

Die Gläubiger-ID des Martinusforum e.V. lautet: DE62ZZZ00000438554

Die Mandatsreferenznummer erhalte ich mit der Anmeldebestätigung.

Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Martinusforum e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung der belasteten Summe erlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

IBAN _____

bei Bank/Sparkasse _____

Kontoinhaber _____

Ich stimme zu, dass meine persönlichen Daten gespeichert sowie für spätere Informationen und zum Zwecke der Statistik verwendet, dann jedoch nur in allgemeiner nicht personenbezogener Form veröffentlicht werden dürfen.

*Ich bin damit einverstanden, dass meine durch das Martinusforum e. V. erhobenen persönlichen Daten (Name, Anschrift, Geburtsjahr, E-Mail) und meine Programmdateien (Teilnahme an Veranstaltungen) durch das Martinusforum e. V. zu **Beratungs- und Informationszwecken** per Post oder per E-Mail über unsere Bildungsangebote gespeichert, verarbeitet und genutzt werden. Ich kann der Verwendung der persönlichen Daten jederzeit widersprechen. [* ggf. streichen]

Datum _____ Unterschrift _____

Martinusforum e.V.

Treibgasse 26
D-63739 Aschaffenburg

Fon: (0 60 21) 3 92-100
Fax: (0 60 21) 3 92-119
Mail: info@martinushaus.de

Steuernummer: 187/34203

VR-Nummer 263
1. Vorsitzender: Richard Kerler

Redaktionsschluss für das nächste Programmheft Herbst-/ Wintersemester 2020 (15. September 2020 bis 26. Februar 2021): 15. Mai 2020



martinusforum e.V. • dasprogramm **März - Juli 2020**

Redaktion: Dr. Ursula Silber,
Mechthild Schmücker und Burkard Vogt

Grafische Gestaltung: Agentur Bachmann
Aschaffenburg

Herstellung: Hinckel-Druck GmbH
Wertheim



Sie suchen einen idealen Veranstaltungsort für eine Sitzung oder Tagung?

Die Tagungshäuser des Bistums Würzburg sind für Ihre Ansprüche optimal ausgerichtet.

Kennen Sie schon unsere Buchungszentrale?

Wir beraten Sie gerne bei der Suche nach einem geeigneten Tagungshaus für Ihre Veranstaltung.

Sie möchten die freien Termine in unseren Häusern auch von unterwegs prüfen?

Dann nutzen Sie unsere Internetseite mit der Rubrik „Freie Betten“.

Ihnen ist eine ausgewogene Verpflegung wichtig?

Wir kaufen regionale, ökologische und fair gehandelte Produkte ein.



A photograph of two men standing outdoors on a paved area, possibly a plaza or street. The man on the left is wearing a yellow jacket over a white t-shirt and blue jeans, and is smiling while talking to the other man. The man on the right is wearing a dark blue suit jacket over a light blue shirt and dark trousers, and is also smiling. They are standing next to a small, modern food truck. A woman in a white shirt and dark apron is visible inside the truck, preparing food. Another person is standing near the truck. In the background, there are other people walking and a modern building with large windows.

Über Geld sprechen ist einfach.



www.spk-aschaffenburg.de und www.s-mil.de

**Weil die Sparkasse nah ist
und auf Geldfragen die richtigen
Antworten hat.**



**Sparkasse
Aschaffenburg-Alzenau**



**Sparkasse
Miltenberg-Obernburg**