

BBV Bildungswerk im Bezirk Oberpfalz

Veranstaltungskatalog Oktober bis Dezember 2019

**Alle Mitbürgerinnen und Mitbürger sind bei unseren
Veranstaltungen herzlich willkommen:
Jung und Alt, Frauen und Männer, Menschen aus Stadt,
Land und Landwirtschaft.**

Ihre

Susanne Schreiner-Janning

Geschäftsführerin des BBV Bildungswerks im Bezirk Oberpfalz

Hauptgeschäftsstelle Oberpfalz
Furtmayrstr. 17
93053 Regensburg

Telefon: 0941-2985749-151

Internet: www.BBV-Bildungswerk.de/Oberpfalz

E-Mail: Oberpfalz@BBV-Bildungswerk.de

Inhaltsverzeichnis

Gesellschaft, Politik, Wirtschaft & Recht	3
Lebensfragen & Psychologie	7
Religion & Philosophie	7
Kultur, Handwerk, Kunst & Kreativität	8
Medien, Computer & Internet	9
Technik & Naturwissenschaft	10
Landwirtschaft, Natur & Umwelt	10
Länderkunde & internationale Begegnungen	11
Gesundheit & Prävention	11
Hauswirtschaft & Ernährung	15
Grundbildung & Alltagskompetenzen	17
Beruf & Arbeitswelt	18

Gesellschaft, Politik, Wirtschaft & Recht

Heiteres und Hintersinniges

- o Landfrauenarbeit in unserer Region
- o Heiteres und Hintersinniges

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Mi 13.11.19 Pressath - Altendorf, Feuerwehrhaus
09:00 Uhr

Kosten für das Frühstück werden auf die Teilnehmer umgelegt.

Ortsbäuerin Christa Träger - Bayerischer Bauernverband
Anni Lautenbacher

Di 26.11.19 Kastl - Pfaffenhofen, Gasthaus Zum
19:30 Uhr Schweppermann
Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Kreisobmann Peter Beer - BBV-Geschäftsstelle Amberg
Engelbert Hollweck - Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten,
Landwirtschaftsdirektor
Josef Hummel - BBV-Geschäftsstelle Amberg

Do 28.11.19 Ens Dorf - Wolfsbach, Schützenheim
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Kreisobmann Peter Beer - BBV-Geschäftsstelle Amberg
Engelbert Hollweck - Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten,
Landwirtschaftsdirektor
Josef Hummel - BBV-Geschäftsstelle Amberg

Die bayerische Landwirtschaft vor neuen Herausforderungen

- o Neue Herausforderungen an die Landwirtschaft aus der Agrar-, Sozial- und Umweltpolitik
- o Wie geht's mit der Ausgleichszulage ab 2019 und der EU-Agrarpolitik nach 2020 weiter?
- Sachstände, Hintergründe und Ausblicke -

Region Cham

Do 28.11.19 Cham, Hotel am Regenbogen
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Hubert Bittlmayer - Landwirtschaftsministerium
Hubert Bittlmayer - Landwirtschaftsministerium

Aktuelles aus der Landwirtschaft, Biodiversität und Pachtverträge

- o Aktuelles aus der Agrarpolitik
- o Biodiversität - eine große Herausforderung für die Landwirtschaft
- o „Pachten und Verpachten in der Landwirtschaft – Worauf muss ich achten?“

Region Amberg-Sulzbach

Di 19.11.19 Vilseck - Schlicht, Gasthaus Ströll
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Kreisobmann Peter Beer - BBV-Geschäftsstelle Amberg
Engelbert Hollweck - Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten,
Landwirtschaftsdirektor
Dipl. Ing. (FH) Simon Lösch - BBV-Geschäftsstelle Amberg, Dipl. Ing. (FH)

Do 21.11.19 Schnaittenbach - Kemnath a. Buchberg,
19:30 Uhr Gastwirtschaft Luber
Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Kreisobmann Peter Beer - BBV-Geschäftsstelle Amberg
Engelbert Hollweck - Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten,
Landwirtschaftsdirektor
Josef Hummel - BBV-Geschäftsstelle Amberg

Praxisseminar Immobilien

- o Bauen im Außenbereich und Baurechtsfragen
- o Umnutzung ehemaliger Wirtschaftsgebäude und Vermietung
- o Alles rund um Immobilien

Region Tirschenreuth

Fr 15.11.19 Regensburg, Sitzungssaal im Grünen Zentrum
bis 16.11.19
14:00 bis 195 Euro für BBV Mitglieder,
20:45 Uhr 270 Euro für Nichtmitglieder BBV
Hermann Schopf - Bayerischer Bauernverband
HGST Regensburg, BBV-Assessor
Hubert Bergmann - BBV Beratungsdienst,
Steuerberater/in
Robert Hille - Robert Hille coaching & consulting, Immobilienfachwirt (IHK)

Erntedankfest und Herbstbauernmarkt und Ausstellung zum Thema "Biodiversität"

Der traditionelle Herbstbauernmarkt mit vielen regionalen Anbietern ist für seine Kunden aus Nah und Fern ein beliebter Anziehungspunkt. Zusätzlich zum Marktgeschehen spricht ein jährlich wechselndes "Schaufenster" die Besucher auf ein jeweils aktuelles Thema an, das jeden angeht.

Region Schwandorf

Sa 12.10.19 Schwarzenfeld, Mehrzweckhalle am Sportpark
bis 13.10.19
10:00 bis
17:00 Uhr

Gebietsveranstaltung

Aufgrund der Vielzahl an Anforderungen der Gesellschaft und Politik an die heimische Landwirtschaft wird sich intensiv mit der Frage der Weiterentwicklung des landwirtschaftlichen Berufsstandes auseinander gesetzt. Es wird auch auf die regionalen Besonderheiten und Herausforderungen eingegangen.

Region Schwandorf

Mo 21.10.19 Neunburg v.W., Gasthaus Sporrer
19:30 Uhr

Gebietsveranstaltung

Aufgrund der Vielzahl an Anforderungen der Gesellschaft und Politik an die heimische Landwirtschaft wird sich intensiv mit der Frage der Weiterentwicklung des landwirtschaftlichen Berufsstandes auseinander gesetzt. Es wird auch auf die regionalen Besonderheiten und Herausforderungen eingegangen.

Region Schwandorf

Mo 04.11.19 Thanstein - Kulz, "Krämerhof"
19:30 Uhr

Gebietsveranstaltung

Aufgrund der Vielzahl an Anforderungen der Gesellschaft und Politik an die heimische Landwirtschaft wird sich intensiv mit der Frage der Weiterentwicklung des landwirtschaftlichen Berufsstandes auseinander gesetzt. Es wird auch auf die regionalen Besonderheiten und Herausforderungen eingegangen.

Region Schwandorf

Mo 11.11.19 Nittenau - Muckenbach, Landgasthof Schmidbauer
19:30 Uhr

Gebietsveranstaltung

Aufgrund der Vielzahl an Anforderungen der Gesellschaft und Politik an die heimische Landwirtschaft wird sich intensiv mit der Frage der Weiterentwicklung des landwirtschaftlichen Berufsstandes auseinander gesetzt. Es wird auch auf die regionalen Besonderheiten und Herausforderungen eingegangen.

Region Schwandorf

Do 14.11.19 Schwarzenfeld, Restaurant Miesberg
19:30 Uhr

Gebietsveranstaltung

Aufgrund der Vielzahl an Anforderungen der Gesellschaft und Politik an die heimische Landwirtschaft wird sich intensiv mit der Frage der Weiterentwicklung des landwirtschaftlichen Berufsstandes auseinander gesetzt. Es wird auch auf die regionalen Besonderheiten und Herausforderungen eingegangen.

Region Schwandorf

Do 21.11.19 Schwandorf - Bubach, Landgasthof Koller
19:30 Uhr

Obmännertagung

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Mi 30.10.19 Weiden - Rothenstadt, Gasthaus Lehner
19:30 Uhr

Ortsobmänner-Tagung

In erster Linie wird bei der Tagung auf den Punkt Klimawandel eingegangen. Des Weiteren wird ein Sachstandsbericht zu den roten Gebieten und Ostbayernring - SüdOstLink gegeben.

Region Schwandorf

Do 17.10.19 Schwarzenfeld, Restaurant Miesberg
19:30 Uhr

Lebkuchenfabrik Schmidt

Die Herstellung der Lebkuchen und des ganzen Sortiments an Weihnachtsgebäck der Firma Schmidt wird bei der Führung erläutert und aufgezeigt.
Anschließend Weihnachtsmarkt auf Gut Wolfgangshof

Region Cham

Fr 22.11.19 Nürnberg, Lebkuchen Schmidt GmbH & Co.KG
09:00 Uhr

Lebkuchenfabrik Schmidt

Die Herstellung der Lebkuchen und des ganzen Sortiments an Weihnachtsgebäck der Firma Schmidt wird bei der Führung erläutert und aufgezeigt.
Im Anschluss Besuch des Weihnachtsmarktes auf Gut Wolfgangshof

Region Cham

Sa 23.11.19 Nürnberg, Lebkuchen Schmidt GmbH & Co.KG
09:00 Uhr

„Zukunft gestalten - das Ehrenamt in der Verantwortung“

Region Oberpfalz

Mi 20.11.19 Regenstauf, Schloß Spindlhof
bis 21.11.19
09:00 bis
13:00 Uhr

Gebietsveranstaltung

Aufgrund der Vielzahl an Anforderungen der Gesellschaft und Politik an die heimische Landwirtschaft wird sich intensiv mit der Frage der Weiterentwicklung des landwirtschaftlichen Berufsstandes auseinander gesetzt. Es wird auch auf die regionalen Besonderheiten und Herausforderungen eingegangen.

In Zusammenarbeit mit dem Amt für Landwirtschaft, Ernährung und Forsten erhalten die Teilnehmer in einem Vortrag Informationen über aktuelle Themen aus dem landwirtschaftlichen Bereich wie z.B.
- Sachstand Düngeverordnung/rote Gebiete
- Diskussion Co2-Steuer
- Volksbegehren "Rettet die Bienen"
- SüdOstLink
- Tierwohl
- Aktuelles von BBV und AELF

Region Regensburg

Di 12.11.19 Bernhardswald - Erlbach, Gasthaus Gassner
19:30 Uhr

Gebietsveranstaltung

Aufgrund der Vielzahl an Anforderungen der Gesellschaft und Politik an die heimische Landwirtschaft wird sich intensiv mit der Frage der Weiterentwicklung des landwirtschaftlichen Berufsstandes auseinander gesetzt. Es wird auch auf die regionalen Besonderheiten und Herausforderungen eingegangen.

In Zusammenarbeit mit dem Amt für Landwirtschaft, Ernährung und Forsten erhalten die Teilnehmer in einem Vortrag Informationen über aktuelle Themen aus dem landwirtschaftlichen Bereich wie z.B.

- Sachstand Düngeverordnung/rote Gebiete
- Diskussion Co2-Steuer
- Volksbegehren "Rettet die Bienen"
- SüdOstLink
- Tierwohl
- Aktuelles von BBV und AELF

Region Regensburg

Mo 18.11.19 Hemau, Gasthaus Ferstl-Bruckmeier
19:30 Uhr

Gebietsveranstaltung

Aufgrund der Vielzahl an Anforderungen der Gesellschaft und Politik an die heimische Landwirtschaft wird sich intensiv mit der Frage der Weiterentwicklung des landwirtschaftlichen Berufsstandes auseinander gesetzt. Es wird auch auf die regionalen Besonderheiten und Herausforderungen eingegangen.

In Zusammenarbeit mit dem Amt für Landwirtschaft, Ernährung und Forsten erhalten die Teilnehmer in einem Vortrag Informationen über aktuelle Themen aus dem landwirtschaftlichen Bereich wie z.B.

- Sachstand Düngeverordnung/rote Gebiete
- Diskussion Co2-Steuer
- Volksbegehren "Rettet die Bienen"
- SüdOstLink
- Tierwohl
- Aktuelles von BBV und AELF

Region Regensburg

Di 26.11.19 Aufhausen - Haid, Gasthaus Helm
19:30 Uhr

Gebietsveranstaltung

Aufgrund der Vielzahl an Anforderungen der Gesellschaft und Politik an die heimische Landwirtschaft wird sich intensiv mit der Frage der Weiterentwicklung des landwirtschaftlichen Berufsstandes auseinander gesetzt. Es wird auch auf die regionalen Besonderheiten und Herausforderungen eingegangen.

In Zusammenarbeit mit dem Amt für Landwirtschaft, Ernährung und Forsten erhalten die Teilnehmer in einem Vortrag Informationen über aktuelle Themen aus dem landwirtschaftlichen Bereich wie z.B.

- Sachstand Düngeverordnung/rote Gebiete
- Diskussion Co2-Steuer
- Volksbegehren "Rettet die Bienen"
- SüdOstLink
- Tierwohl
- Aktuelles von BBV und AELF

Region Regensburg

Di 03.12.19 Barbing, Gasthaus Deutsch
19:30 Uhr

Gebietsveranstaltung

Aufgrund der Vielzahl an Anforderungen der Gesellschaft und Politik an die heimische Landwirtschaft wird sich intensiv mit der Frage der Weiterentwicklung des landwirtschaftlichen Berufsstandes auseinander gesetzt. Es wird auch auf die regionalen Besonderheiten und Herausforderungen eingegangen.

In Zusammenarbeit mit dem Amt für Landwirtschaft, Ernährung und Forsten erhalten die Teilnehmer in einem Vortrag Informationen über aktuelle Themen aus dem landwirtschaftlichen Bereich wie z.B.

- Sachstand Düngeverordnung/rote Gebiete
- Diskussion Co2-Steuer
- Volksbegehren "Rettet die Bienen"
- SüdOstLink
- Tierwohl
- Aktuelles von BBV und AELF

Region Regensburg

Di 10.12.19 Lappersdorf - Hainsacker, Gasthaus Prössl
19:30 Uhr

Aktuelles zur Agrarpolitik - Wirkung im ländlichen Raum

Was bedeutet die aktuelle und zukünftige Agrarpolitik für die Landwirtschaft und für den ländlichen Raum. Nach dem Vortrag werden Sie selbst zum Agrar-Profi! Sie lernen die aktuellen Themen der Agrarpolitik kennen und bekommen alle Hintergrundinfos um sich selbst ein Bild über die Lage der Landwirtschaft im ländlichen Raum zu machen.

Region Tirschenreuth

Mi 30.10.19 Kemnath, Gasthof Kormann
20:00 Uhr Kreisobmann Ely Eibisch - Geschäftsführer
Ulrich Härtl

Mi 20.11.19 Plößberg, Gasthaus Klupp
20:00 Uhr Kreisobmann Ely Eibisch - Geschäftsführer
Ulrich Härtl

Di 03.12.19 Reuth bei Erbendorf - Röthenbach 3, Zoiglstube
20:00 Uhr Rechersimer
Kreisobmann Ely Eibisch - Geschäftsführer
Ulrich Härtl

Mi 11.12.19 Neusorg - Höll, Gasthaus Dragoner
20:00 Uhr Kreisobmann Ely Eibisch - Geschäftsführer
Ulrich Härtl

Nachhaltigkeit und Ökologie bei der weltweiten Textilproduktion - was sollen wir als Verbraucher wissen - was können wir tun

Wie werden Textilien wie T-Shirts etc. hergestellt? Bei diesem Vortrag erfahren die Teilnehmer, wie ein Unternehmen in Deutschland produziert und vermarktet, insbesondere in Bezug auf Nachhaltigkeit und Ökologie. Der Referent geht darauf ein, auf was der Verbraucher genau achten muss.

Region Cham

Sa 09.11.19 Michelsneukirchen, GH Alfons Jäger

ca. 14,00 € (wird erst noch festgelegt)
Stephanie Ertl - VerbraucherService Bayern im
KDFB e. V.

Ungebetene Gäste - Sicher wohnen – Einbruchschutz!

Ein Einbruch ist für die meisten Betroffenen ein schlimmes Erlebnis. Denn neben dem materiellen Verlust verbindet sich damit zumeist auch ein Eingriff in die Privatsphäre. Mit Beginn der dunklen Jahreszeit steigt das Risiko, Opfer eines Einbruchs zu werden. Doch schon durch einfache Maßnahmen kann jeder etwas zu seiner eigenen Sicherheit beitragen. Im Vortrag erhalten Sie Informationen über verhaltensbezogene Möglichkeiten des Einbruchschutzes und wie Sie sich und Ihr Eigentum wirkungsvoll vor Einbruch schützen können.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Mi 27.11.19 Windischeschenbach - Bernstein, Zum Hirschen
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Dieter Melzner - Kriminalpolizeiinspektion
Weiden, Kriminalhauptmeister (KHM)

So schützen Sie sich vor Betrügern an der Haustür! Vorsicht, falscher Enkel!

- Der Referent gibt Ratschläge und nützliche Verhaltensregeln, zum Schutz vor Betrügern an der Haustür und bei Kaffeefahrten
- Der so genannte Enkeltrick ist eine besonders hinterhältige Form des Betrugs. Der Referent gibt Tipps, wie Sie sich auch bei forsch auftretenden Fremden nicht ins Bockshorn jagen lassen. Bei diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie mit aufdringlichen Vertretern vor der Haustüre umgehen.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Di 12.11.19 Mantel, Gasthof Hauptmann
14:00 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Dieter Melzner - Kriminalpolizeiinspektion
Weiden, Kriminalhauptmeister (KHM)

Cross Compliance Kontrollen

Unter dem Begriff "Cross Compliance" sind eine Vielzahl von Verordnungen und Vorgaben zusammen gefasst, welche die Landwirte bei der Bewirtschaftung einhalten müssen wie z. B. Umweltschutz, Lebensmittelsicherheit, Tiergesundheit und Tierschutz sowie die Erhaltung eines guten landwirtschaftlichen und ökologischen Zustands. Die Einhaltung dieser Vorschriften wird bei Vor-Ort-Kontrollen überprüft. Beanstandungen führen zu Kürzungen der Direktzahlungen. Der Referent zeigt auf, welche Vorgaben und Auflagen der Landwirt zu berücksichtigen hat und fasst die Ergebnisse der Cross Compliance Kontrollen aus Sicht des Veterinäramts zusammen.

Region Cham

Di 05.11.19 Eschlkam, GH "Zur Post" Maria Penzkofer
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Alois Hanauer - Veterinäramt

Hofübergabeseminar - Was kommt auf uns zu?

Bei jeder Hofübergabe geht es um tiefgreifende Entscheidungen die Ihr zukünftiges Leben betreffen, sowohl für den Hofübergaber als auch für den Übernehmer. Es geht um die Zukunft Ihres Betriebes und Ihrer Familie! Wer sich rechtzeitig damit beschäftigt, kann die richtigen Weichen stellen. Beim Hofübergabeseminar erhalten Sie detaillierte Informationen über die steuerlichen, rechtlichen und sozialen Auswirkungen bei der Hofübergabe. Außerdem werden auf die versicherungstechnischen Auswirkungen eingegangen.

Region Schwandorf

Fr 22.11.19 Nittenau - Muckenbach, Landgasthof Schmidbauer
09:00 bis
16:30 Uhr Teilnehmergebühren:
Mitglieder: 30 Euro, deren Angehörige 15 Euro
Nichtmitglieder: 50 Euro, deren Angehörige 25 Euro

Gesetzliche Unterhaltspflichten - wann sind diese gegeben?

In diesem Vortrag erfahren Sie die Voraussetzungen für eine gesetzliche Unterhaltspflicht von Kindern für die Eltern, aber auch umgekehrt von Eltern für die Kinder. Wer zahlt, wenn ein naher Angehöriger ins Pflegeheim muss, wann besteht Sozialbedürftigkeit, wie hoch sind die Freibeträge?

Region Tirschenreuth

Do 21.11.19 Wiesau - Schönhaid, Feuerwehrhaus
14:00 Uhr Teilnahmegebühr: 2,00 €
Hermann Schopf - Bayerischer Bauernverband
HGST Regensburg, BBV-Assessor

Landfrauenarbeit in unserer Region

In diesem Vortrag werden die Arbeit und die Erfolge der Landfrauen aufgezeigt. Es werden Schwerpunkte, wie Familie, Dorf- und Betriebshilfe und Veranstaltungen in der Erwachsenenbildung herausgestellt. Ebenso wichtig ist auch die Öffentlichkeitsarbeit z. B. Gestaltung von betrieblichen Führungen, um den Verbraucher über die heutige Landwirtschaft zu informieren.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Mi 09.10.19 Theisseil - Letzau, Gasthaus Sparrer
09:00 Uhr
Die Rechnung über das Frühstück ist direkt beim Gasthaus zu begleichen.
Alexandra Lukas, Ernährungsfachfrau

Mi 04.12.19 Luhe, Sportheim
14:00 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Marianne Paulus, Hauswirtschaftsmeisterin,
Ernährungsfachfrau

Erste-Hilfe-Auffrischkurs

Wir frisken unser Wissen auf, was bei den Erste-Hilfe-Sofort-Maßnahmen wichtig ist. Mund-zu-Mund-Beatmung bzw. Nase-zu-Mund-Beatmung und die Herz-Druck-Massage werden praktisch geübt.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Mo 14.10.19 Vohenstrauß, Rotkreuzhaus Vohenstrauß
bis 15.10.19
19:00 Uhr Evtl. anfallende Teiln.-gebühren können ganz oder teilweise von Ihrer Krankenkasse übernommen werden. Bitte erkundigen Sie sich vor Beginn des Kurses bei Ihrer Krankenkasse wg. der Kostenübernahme.
Bayerisches Rotes Kreuz - Bayerisches Rotes Kreuz

Mo 18.11.19 Kohlberg, Evang. Gemeindehaus
19:30 Uhr

Evtl. anfallende Teiln.-gebühren können ganz oder teilweise von Ihrer Krankenkasse übernommen werden. Bitte erkundigen Sie sich vor Beginn des Kurses bei Ihrer Krankenkasse wg. der Kostenübernahme.

Bayerisches Rotes Kreuz - Bayerisches Rotes Kreuz

So schützen Sie sich vor Betrügern an der Haustür und bei Kaffeefahrten!

Vorsicht, falscher Enkel!

Ungebetene Gäste. Sicher wohnen – Einbruchschutz!

- Der Referent gibt Ratschläge und nützliche Verhaltensregeln, zum Schutz vor Betrügern an der Haustür und bei Kaffeefahrten
- Der so genannte Enkeltrick ist eine besonders hinterhältige Form des Betrugs. Der Referent gibt Tipps, wie Sie sich auch bei forsch auftretenden Fremden nicht ins Bockshorn jagen lassen
- Ferner erhalten Sie Informationen über verhaltensbezogene und sicherungstechnische Möglichkeiten des Einbruchschutzes.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Mi 13.11.19 Waidhaus, Gasthaus Frölich
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Dieter Melzner - Kriminalpolizeiinspektion
Weiden, Kriminalhauptmeister (KHM)

Region Regensburg

12 / 2019 Pfatter, Voglmeiersaal
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: 2,00 €

Lebensfragen & Psychologie

Lehr- und Informationsfahrt in das Rottal

- o Besichtigung mit Führung in einer Senioren-Wohnanlage auf dem Bauernhof
- o Besichtigung mit Führung in der Siebenschläferkirche bei Ruhstorf an der Rott

Region Regensburg

Di 08.10.19 Simbach, Simbach
Teilnahmegebühr: 25,00 €
Anmeldung und nähere Informationen bei der BBV-Geschäftsstelle

Adventfeier der Landfrauen

mit Punsch und Stollen

Region Cham

Di 03.12.19 Cham - Kothmaißling, Gasthaus Wagner
19:30 Uhr

**Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und
Betreuungsverfügung - was Sie tun können, um richtig
vorzusorgen**

Was geschieht, wenn mir heute ein Unfall passiert oder ich durch schwere Krankheit oder Alter nicht mehr in der Lage bin, meine Angelegenheiten selbst zu regeln, meine Interessen wahrzunehmen, meinen Willen durchzusetzen? Der Vortrag informiert über die unterschiedlichen Möglichkeiten rechtlicher Vorsorge durch entsprechende Verfügungen. Sie erhalten alle notwendigen rechtlichen Tipps und Informationen um selbst aktiv zu werden.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Do 21.11.19 Kirchentumbach - Neuzirkendorf, Pfarrheim
19:00 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Hermann Schopf - Bayerischer Bauernverband
HGST Regensburg, BBV-Assessor

Wege durch Leid und Trauer

Wie begegnen wir schweren Zeiten in unserem Leben und wie können wir Menschen helfen, die schwere Zeiten durchleben? Der Referent gibt zu dieser schweren Thematik hilfreiche Tipps. Die Teilnehmer lernen, wie man am Besten mit Leid und Trauer umgeht.

Region Cham

Do 03.10.19 Cham - Altenmarkt, Klostermühle Altenmarkt
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Barbara Kreuzer - Notfallseelsorge

Religion & Philosophie

Legende von der Heiligen Barbara

Barbara lebte Ende des 3. Jahrh. in Nikomedia (heute Izmit /Türkei). Ausführlich berichten die Legenden von Barbaras Schönheit u. ihrem scharfen Verstand. Es ranken sich viel Brauchtum u. Geschichten um sie. So soll sie von ihrem Vater enthauptet worden sein, weil sie sich weigerte, ihren christl. Glauben aufzugeben. Der 4.12. ist der Gedenktag der heiligen Barbara. An diesem Tag schneidet man Barbarazweige (von Kirsche, Apfel od. Forsythie) und stellt sie ins Wasser so dass sie an Weihnachten blühen und somit ein gutes Jahr voraussagen. Die Hl. Barbara zählt zu den 14 Nothelfern. Sie ist Schutzpatronin der Artillerie, der Bergleute, der Feuerwehr u. vielen mehr. 'Die hl. Barbara wird dargestellt als vornehme Jungfrau m. einem dreifenstrigen Turm, oft mit Hostie u. Kelch oder auch mit Märtyrerpalmes u. Schwert. Zu ihren Attributen gehören auch Bergbauwerkzeuge, Buch, Fackel u. die Kanone. Die Teilnehmer erfahren viel aus dem Leben der hl. Barbara und den vielen Bräuchen u. Sagen.

Region Neumarkt i. d. Opf

Mi 04.12.19 Pyrbaum - Schwarzach, Gasthaus Pfister
14:00 bis Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
17:00 Uhr Rita Götz, Meisterin der Hauswirtschaft,
Ernährungsfachfrau

Kultur, Handwerk, Kunst & Kreativität

Adventsfahrt nach Dinkelsbühl

- o Stadtführung in Dinkelsbühl
- o Weihnachtsmarkt Dinkelsbühl

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Sa 30.11.19 Dinkelsbühl, Stadt Dinkelsbühl

09:00 Uhr

Fahrtpreis: 25,00 € pro Person

Lehrfahrt für Senioren

- o Barocke Pfarrkirche St. Vitus Burglengenfeld
- o Betriebserkundung auf dem "Simmernhof" in Mossendorf
- o Betriebserkundung auf dem Mayerhof in Schirndorf

Region Cham

Mo 21.10.19 Kallmünz - Schirndorf, Mayerhof

09:00 Uhr Teilnahmegebühr: 18,00 €

Barbara Weiherer, Landwirt/in

Kreisobmann Johann Mayer - Bayer.
Bauernverband

Lehr- und Informationsfahrt nach Augsburg

- o Augsburg: Themenstadtführung
Wasser in der Stadt - UNESCO- Welterbe
- o Führung Augsburger Puppenkiste mit Puppentheatermuseum

Region Regensburg

Di 03.12.19 , Augsburg

Teilnahmegebühr: 30,00 €

Am Nachmittag ist genügend Zeit zum Besuch des
Augsburger Weihnachtsmarktes!

Entspannungstage im Zugspitzdorf

Gönnen Sie sich eine Auszeit unter Gleichgesinnten für Körper und Seele. Genießen Sie traumhafte Herbsttage in herrlicher Bergkulisse: Naturspaziergänge mit beeindruckendem Panorama, interessante Besichtigungen in der Gegend und ein schöner Austausch miteinander laden zum Kräfte tanken ein.

Fr 18.10.19 Grainau, Seminarhaus Grainau

bis 22.10.19

Wohlfühlwoche vom BBV

Gönnen Sie sich eine Auszeit unter Gleichgesinnten für Körper und Seele. Genießen Sie ein vielseitiges Programm mit Massagen, Anwendungen und individueller Freizeitgestaltung im Haus Frisia inmitten der herrlicher Bergkulisse. Die Wohlfühlwoche hier ist eine anerkannte Präventionsmaßnahme und kann von Ihrer Krankenkasse bezuschusst werden.

Di 12.11.19 Bad Tölz, Frisia Klinik

bis 19.11.19

Andacht zum Erntedankfest - Gedanken über DANKbarkeit für eine gute ERNTE

Region Tirschenreuth

So 06.10.19 Neualbenreuth, Kleine Kappl Kirche

13:00 Uhr

Stadtführung Weiden in der Oberpfalz - historische Altstadt mit liebenswerten Winkeln

Unter fachkundiger Anleitung erleben Sie eine Führung durch die historische Altstadt. Lassen Sie sich vom einzigartigen Ambiente der Stadt verzaubern! Sie erfahren bei einer fachkundigen Führung Interessantes über die Geschichte der Stadt Weiden und lernen historisch interessante Personen und Gebäude kennen

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Do 03.10.19 Weiden, Stadt Weiden

13:00 Uhr

Teilnehmergebühren werden noch bekannt gegeben.

Dekoration aus Beton selbstgemacht

In diesem Kurs wird gezeigt, wie vielfältig das Material Beton einsetzbar ist. Alles wird Schritt für Schritt erklärt, so dass sich zahlreiche Dekorationsideen für Haus und Garten realisieren lassen. Sie lernen bei diesem kreativen Kurs, wie Beton angerührt und in Form gebracht wird. Daraus werden Schalen, Vogeltränken, Pilze u.v.m. geformt. Nach dem Trocknen werden die Gegenstände weiter bearbeitet und zu einzigartigen Gegenständen verziert.

Region Tirschenreuth

Mi 09.10.19 Neualbenreuth, Heizwerk

13:00 Uhr Teilnahmegebühr: 2,00 €

Rita Kreuzer, Meisterin der ländlichen
Hauswirtschaft

Di 15.10.19 Kemnath - Berndorf 1, Familie Rita Kreuzer

14:00 Uhr Teilnahmegebühr: 2,00 €

Anfallende Materialkosten werden direkt mit der
Referentin abgerechnet!

Rita Kreuzer, Meisterin der ländlichen
Hauswirtschaft

Weihnachtliche Deko aus Beton

Möchten Sie Ihr Heim heuer auch mit einer modernen Weihnachts-Deko schmücken? Wollten Sie schon immer etwas aus Beton kreieren? Bei diesem kreativen Kurs lernen Sie, wie aus dem vielfältigen Material Beton eine moderne Weihnachtsdekoration gefertigt werden kann. Unter fachkundiger Leitung entsteht Schritt für Schritt ein außergewöhnlicher Weihnachtsschmuck.

Region Amberg-Sulzbach

Di 26.11.19 Amberg, BBV-Geschäftsstelle

14:00 Uhr Teilnahmegebühr: 15,00 €

15 Euro für Kurs und Material
Gerlinde Besl

Geschenke kreativ und originell verpacken

Das passende Geschenk ist gefunden, ein kreatives und originelles Drumherum zu finden ist oft nicht leicht. Jedes Geschenk bekommt durch die Verpackung eine ganz persönliche Note. Selbst eine schlichte Dekoration und Hülle kann zu einem Hingucker werden. Oft ist weniger ja mehr. Sie erfahren in diesem ausführlichen und interessanten Werkskurs, wie man ein Geschenk kreativ gestalten kann.

Region Tirschenreuth

Di 19.11.19 Pullenreuth - Pilgramreuth, Feuerwehrhaus
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: 2,00 €
Monika Keck, Gartenbäuerin

"Pilsner Urquell" - Das goldene Pils der Welt -

Unsere Reise führt uns diesmal in die Stadt Pilsen. Hier wurde 1842 das erste goldene Pils der Welt gebraut. Dieser Brauprozess hat seither die Art des Brauens revolutioniert und den Bier-Stil der Welt geschaffen. Der ursprüngliche Geschmack wird nicht verändert, da das Bier noch in handgefertigten Holzfässern hergestellt wird. Sie erfahren bei dieser außergewöhnlichen Führung durch die Brauerei interessante und wissenswerte Eindrücke über die unveränderte Herstellung des Bieres.

Region Tirschenreuth

Mi 27.11.19 Pilsen, Stadt Pilsen /Brauerei Pilsner Urquell
09:30 Uhr
Der Reisepreis wird von der jeweils zuständigen Reiseleitung im Bus eingesammelt

Do 28.11.19 Pilsen, Stadt Pilsen /Brauerei Pilsner Urquell
09:30 Uhr
Der Reisepreis wird von der jeweils zuständigen Reiseleitung im Bus eingesammelt

Advents- und Weihnachtsdekorationen: Gestecke, Kränze und Dekoratives aus Naturmaterialien

Die Teilnehmer lernen unter Anleitung die Herstellung von Kränzen und Gestecken zur Weihnachtszeit mit Stroh, Bast, Zweigen, Mistelzweigen, Tannenzweigen, Buchs, Zimtstangen, Orangenschalen, Anissternen und Golddraht und erfahren etwas über den Ursprung dieser weihnachtlichen Bräuche. Sie erfahren, mit welchen Materialien Sie am besten arbeiten können und lernen die Hintergründe dieser Bräuche kennen. Nach dem Kurs können Sie eigenständig dekorative Kränze und Gestecke anfertigen und sich selbst, Ihrer Familie und Freunden eine große Freude damit bereiten.

Region Tirschenreuth

Sa 16.11.19 Mitterteich - Oberteich, Feuerwehrhaus
14:00 Uhr
Anfallende Material- und Kurskosten werden direkt mit der Referentin abgerechnet!
Monika Keck, Gartenbäuerin

Di 26.11.19 Wiesau, Werkstatt Familie Wühl
19:30 Uhr
Anfallende Kurs- und Materialkosten werden direkt mit der Referentin abgerechnet!
Monika Keck, Gartenbäuerin

Weidenflechtkurs

Seit vielen tausend Jahren begleiten Geflechte den Menschen in allen Kulturen weltweit. Traditionell wurden Gebrauchsgegenstände jeglicher Art gefertigt, die nützliche Begleiter des Menschen in Haus und Hof waren. Heutzutage ist das Flechthandwerk auch zu einem Bestandteil unserer modernen Lebens- und Einrichtungskultur geworden. Flechtobjekte zieren nicht nur unsere Gärten, sie halten auch Einzug in unsere vier Wände. Unter fachkundiger Anleitung erlernen Sie die Grundkenntnisse, sowie die Techniken des Flechtens von Weidenkugeln und anderen kreativen Dekorationen mit verschiedenen Weiden.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Di 05.11.19 Floß, Feuerwehrhaus Bergnetsreuth
19:00 Uhr
TN-Gebühr richtet sich nach der Anzahl der Teilnehmer.
Es fallen Materialkosten an.
Sabine Stengel

Medien, Computer & Internet

Internet und Datenschutz

Immer mehr Alltagsgeschäfte (Buchungen, Bestellungen, Bankgeschäfte) werden über das Internet erledigt. Auch Information und Recherche erfolgt zunehmend über das Internet. Aber wie bewege ich mich sicher im Netz und wie kann ich meine Daten schützen? Antworten auf diese Fragen soll Ihnen diese Veranstaltung geben. Sie erhalten viele notwendige Tipps und Informationen zu diesem immer aktuellen Thema.

Region Amberg-Sulzbach

Di 15.10.19 Ursensollen, Gasthof Reif
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: 3,00 €
Ursula Kunze - Verbraucherbildung Bayern

Information und Emotion - Öffentlichkeitsarbeit mit und für die Bauern

Landwirte sollten Öffentlichkeitsarbeit als Teil des Unternehmenskonzeptes in den Alltag integrieren. Jeder Landwirt kann neben der Arbeit auch etwas für die Öffentlichkeitsarbeit tun. Dabei muss es nicht immer das aufwendige Hoffest sein. Auch kleinere Aktionen sind in der Imagearbeit wichtig. Der Referent gibt Ihnen einen Einblick darüber, was bei der Öffentlichkeitsarbeit beachtet werden sollte. Sie erhalten bei dieser Veranstaltung viele wertvolle Tipps und Tricks zum Umgang mit der Presse und wie Sie sich und Ihren Betrieb sinnvoll vermarkten, um ein positives Bild in der Öffentlichkeit zu bewirken.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Di 19.11.19 Vohenstrauß - Altstadt, Gastwirtschaft Schloßwirt
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Gebietsveranstaltung für den Landkreis Ost
Referenten: Kreisobmann/Stellvertreter,
Geschäftsführer/Fachberater BBV Kreisverband
Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

Mi 20.11.19 Altenstadt, d`Wirtschaft
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Gebietsveranstaltung für den Landkreis Mitte
Referenten: Kreisobmann/Stellvertreter,
Geschäftsführer/Fachberater BBV Kreisverband
Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

Do 21.11.19 Speinshart, Gemeindezentrum
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Gebietsveranstaltung für den Landkreis West
Referenten: Kreisobmann/Stellvertreter
Geschäftsführer/Fachberater BBV Kreisverband
Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

Technik & Naturwissenschaft

Klausurtagung der Ortsbäuerinnen

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Di 05.11.19 Weiherhammer, BHS Corrugated
09:00 Uhr

Betriebserkundung Milchhof

Wollten Sie schon immer wissen, was man aus Milch alles herstellen kann? Bei der Betriebserkundung mit Vortrag unter sachkundiger Leitung lernen Sie einen modernen Milchverarbeitungsbetrieb kennen. Sie erfahren alles Wissenswerte über die Geschichte, Herkunft, Qualität und Weiterverarbeitung der Milch. Außerdem lernen Sie die modernen Produktionsanlagen kennen, die für die Herstellung der hochwertigen Milchprodukte nötig sind.

Region Schwandorf

Fr 08.11.19 Schwarzenfeld, Naabtaler Milchwerke -
09:30 Uhr Privatmolkerei Bechtel
Teilnahmegebühr: 2,00 €

Landwirtschaft, Natur & Umwelt

BBV-Mitgliederversammlung "Land- und Forstwirtschaft hat Zukunft!"

BBV-Generalsekretär Georg Wimmer referiert über die Zukunft der Land- und Forstwirtschaft.

Region Amberg-Sulzbach

Do 14.11.19 Poppenricht, Gasthaus Kopf
19:30 Uhr

Jahreshauptversammlung ARGE Jagdgenossenschaften

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Do 28.11.19 Altenstadt, d`Wirtschaft
19:30 Uhr

SmartFarming - RTK Signal - Wie funktioniert die Praxis?

SmartFarming: Steuerung moderner Landtechnik durch ein Lenksystem und RTK-Signal.
Wie genau sieht es in der Praxis wirklich aus und welche Kosten entstehen dadurch?

Region Cham

Do 21.11.19 Cham, Hotel am Regenbogen
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Johannes Gleixner - BBV-Betriebsberatung und
Computerdienst GmbH

Sicherer Umgang mit Rindern - Low Stress Stockmanship

Entspannter Umgang mit Herdentieren
Im theoretischen Teil erklärt der Referent die Grundlagen des Stockmanship. Bei Stress reagieren Rinder mit Flucht oder Angriff. Dadurch kommt es oft zu Arbeitsunfällen.
Im praktischen Teil wird die Theorie auf einem landwirtschaftlichen Betrieb in der Praxis angewandt. Sie erhalten zahlreiche Tipps zur baulichen Optimierung von Ställen, um den Umgang mit Tieren zu erleichtern und die Unfallgefahr zu verringern.
In der Praxis lernen Sie auch, wie das Treiben, Bremsen und Drehen der Tiere auch ohne Berührung, nur mit Impulsen funktioniert. Die Körpersprache ist ein wesentliches Kommunikationselement im Umgang mit Tieren.

Region Cham

Mi 16.10.19 Waffenbrunn - Balbersdorf 17, Gasthaus Luger
09:00 bis Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
15:30 Uhr Roland Dengler - Land- und forstwirtschaftliche
Berufsgenossenschaft

Blumenzwiebel aller Art, auch zum verwildern!

In der Natur erleben wir intensive Farbreize, die besonders inspirierend auf uns wirken. Bunte Frühlingsboten und Sommerblüher die in kurzen Zeitabständen wechseln, lassen jeden Garten zum Erlebnis werden. Faszinierende Gartengestaltung sollte deshalb gut geplant werden.
Blumenzwiebel lassen nach den langen Wintermonaten den Garten traumhaft erblühen. Die Teilnehmer erfahren bei diesem Vortrag wie die einzelnen Sorten in Form, Größe und Farbe, wie auch vom Blühzeitraum aufeinander abgestimmt werden können.

Region Tirschenreuth

Sa 26.10.19 Erbdorf, Familie Legat / Maschinenhalle
14:00 Uhr Teilnahmegebühr: 2,00 €
Gabi Gilch, Gartenfachfrau

Verstehen Sie Landwirtschaft?! Boden, Wasser, Luft – drei elementare Faktoren.

Was macht guten Boden aus? Wie steht es um die Qualität von Boden, Luft und Wasser in Südbayern? Was bedeutet nachhaltiger Umgang mit diesen Ressourcen in der Landwirtschaft? In unserem Praxisseminar erhalten Sie Einblick in das theoretische und praktische Wissen für eine nachhaltige Landbewirtschaftung. Im Austausch mit konventionell und ökologisch wirtschaftenden Praktikern und Experten erleben Sie die Herausforderungen im Umgang mit den Ressourcen Boden, Wasser und Luft und lernen aktuelle Lösungsansätze kennen. Eingerahmt wird dieser Dialog durch Fachvorträge rund um diese Ressourcen. Ziel des Praxisseminars ist es, Ihnen fundiertes Basiswissen rund um das Thema bereitzustellen. Sie erleben die Wechselwirkungen zwischen Boden, Wasser und Luft hautnah auf Praxisbetrieben.

Mo 21.10.19 Herrsching, Haus der bayerischen Landwirtschaft
bis 23.10.19 Herrsching
13:00 bis Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
12:15 Uhr Das Seminar in Kooperation mit der Akademie für
Lehrerfortbildung und Personalführung Dillingen
richtet sich vorwiegend an Lehrerinnen und Lehrer
allgemeinbildender Schulen sowie Interessierte.
Kosten auf Anfrage.

Länderkunde & internationale Begegnungen

Wohlfühltage in Bad Birnbach

Eintauchen - Wohlfühlen - Genießen in der Rottal Therme in
Bad Birnbach. Schöpfen Sie Energie im heilkräftigem
Thermalwasser bei angenehmen Badetemperaturen bis 40
Grad. Tauchen Sie ein in die Wohlfühlwelt aus Wasser, Wärme
und wunderbarer Natur und erleben Sie das Baden wie im
Bilderbuch!
Reisepreis 295 € p.P. Ü/HP incl. Tageskarte für die
Rottaltherme

Region Regensburg

Do 07.11.19 Bad Birnbach, Bad Birnbach
bis 10.11.19

GLEICHER BERUF – ZWEI WELTEN Stärkung von Bäuerinnen und Landfrauen und deren Interessenvertretungen in Westkenia

Die Initiative „EINWELT ohne Hunger - Grüne
Innovationszentren der Agrar- und Ernährungswirtschaft“ (GIAE)
hat sich zum Ziel gesetzt, durch Innovationen der Agrar- und
Ernährungswirtschaft in ausgewählten ländlichen Regionen
Einkommen kleinbäuerlicher Betriebe, Beschäftigung und
regionale Versorgung mit Nahrungsmitteln zu verbessern.

Im Rahmen eines Vortrags erfahren Sie mehr über das
Kenia-Projekt, welches die Landfrauen initiiert haben, um mittels
ihrer breitgefächerten Erfahrung die Rolle der Frauen im
ländlichen Raum und in der Verbandsarbeit in drei Countys in
Westkenia zu stärken.

In den kleinbäuerlichen Betrieben und entlang der
landwirtschaftlichen Wertschöpfungsketten spielen Frauen eine
wichtige Rolle. Sie sollen im Rahmen des Globalvorhabens
auch in Kenia entsprechend ihrer Bedürfnisse unterstützt
werden. Dazu gehören Ausbau und Professionalisierung
bestehender Organisationen und Interessenvertretungen sowie
die Stärkung der Selbstorganisation der bäuerlichen
Familienbetriebe, u.a. durch neue Aktivitäten und
Einkommensdiversifizierung.

Um sich ein Bild von der Situation vor Ort zu machen führen
bereits vier Bäuerinnen in das Projektgebiet nach Westkenia.
Sie haben viel gesehen und zahlreiche Gespräche geführt mit
Bäuerinnen, Selbsthilfegruppen und Interessenvertreterinnen.
Freuen Sie sich auf besondere Bilder und einen durchaus
landwirtschaftlich geprägten Reisebericht über eine andere Welt
am Äquator.

Region Schwandorf

Di 29.10.19 Schwandorf, Tierzuchtzentrum Schwandorf -
19:30 Uhr Sitzungssaal
Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Kreisbäuerin Sabine Schindler, Dipl.
Sozialpädagogin (FH), Erlebnisbäuerin

Gesundheit & Prävention

Hau(p)tsache gesund!

- o Gesundheitsoffensive - „Hau(p)tsache gesund!“: Wenn die
Haut Probleme macht - Krankheiten und Schädigungen der
Haut
- o „Hau(p)tsache gesund!“: Lass dich nicht verbrennen

Region Oberpfalz

Mi 23.10.19 Schwarzenfeld, Restaurant Miesberg
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Dr. Markus Schwürzer-Voit, Arzt/ Ärztin

Dipl.-Ing. (FH) Meinrad Fußeder - SVLFG-
Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten
und Gartenbau, Technischer Aufsichtsbeamter,
Gesundheitsmanager

Advents-Ortsbäuerinnentagung

mit Vortrag von Frau Petra Ihring vom Caritasverband
Schwandorf
zum Thema "Leben mit Demenz" - Wie verläuft eine
demenzielle Krankheit und wie können Angehörige ihre
Erkrankten dabei unterstützen, möglichst lange selbstständig zu
bleiben."

Region Schwandorf

Fr 06.12.19 Schwandorf - Naabsiegenhofen, Heidelbeerhof
14:00 Uhr Mulzer

Vitamin D - Heilkraft aus der Sonne

Lange Zeit hat man Vitamin D nur im Hinblick auf seine Funktion
für den Knochen- und Calcium-Stoffwechsel gesehen. Doch das
Vitamin, das eigentlich ein Hormon ist, kann weitaus mehr.
Aktuelle Studien zeigen, Vitamin D wirkt zusätzlich auf das Herz-
Kreislaufsystem sowie auf die Psyche. Forschungsergebnisse
haben aufgezeigt, die Höhe des Vitamin D-Spiegels spielt eine
wichtige Rolle bei der Prävention und möglicherweise auch der
Behandlung von verschiedenen Erkrankungen einschließlich
Krebs. Untersuchungen belegen für Länder nördlich des 35.
Breitengrades, zu denen auch Deutschland gehört, einen
verbreiteten Vitamin D-Mangel, der allerdings nicht nur im
Winter auftritt. Sie erfahren während des Vortrages, wie man
einem Vitamin D-Mangel vorbeugen kann und wie Vitamin D
optimal dosiert wird.

Region Tirschenreuth

Mi 20.11.19 Neualbenreuth, Adamhof
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: 2,00 €
Dr.med. Stefan Pecher - Sport- und
Notfallmedizin Fichtelberg, Teamarzt der
nordischen Skinationalmannschaft

Trittsicher durchs Leben - Sturzprävention - 8 wöchig

Jeder möchte gerne die Aktivitäten des täglichen Lebens, wie
beispielsweise spazieren gehen, Gartenarbeit oder die Führung
des eigenen Haushaltes bis ins hohe Alter erhalten. Die
grundlegenden Voraussetzungen für die Mobilität und sicheres
Gehen im Alltag ist die körperliche Fitness. Während des 8-
wöchigen Kurses stärken Sie durch verschiedenste Übungen
Ihre körperliche Fitness und erhalten somit mehr Kraft und
Gleichgewicht. Sie lernen verschiedenste Methoden wie Sie Ihre
Muskeln aufbauen und stärken.

Region Regensburg

Mo 18.11.19 Mintraching, Gemeinschaftshaus Moosham
bis 23.12.19
09:00 bis Kursgebühr übernimmt die zuständige
10:30 Uhr Krankenkasse!

Erste Hilfe mit dem Defibrillator

Der plötzliche Herztod ist die häufigste Todesursache in Deutschland. Hört das Herz auf zu schlagen, zählt jede Sekunde. Je schneller jetzt geholfen wird, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit zu überleben. Sie lernen unter fachkundiger Anleitung, wie Sie einen Defibrillator richtig bedienen und einsetzen.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Mo 25.11.19 Meerbodenreuth, Feuerwehrhaus
Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Bayerisches Rotes Kreuz

Trittsicher durchs Leben - Sturzprävention - 6-wöchig

Jeder möchte gerne die Aktivitäten des täglichen Lebens, wie beispielsweise spazieren gehen, Gartenarbeit oder die Führung des eigenen Haushaltes bis ins hohe Alter erhalten. Die grundlegenden Voraussetzungen für die Mobilität und sicheres Gehen im Alltag ist die körperliche Fitness. Während des 6-wöchigen Kurses stärken Sie durch verschiedenste Übungen Ihre körperliche Fitness und erhalten somit mehr Kraft und Gleichgewicht. Sie lernen verschiedenste Methoden wie Sie Ihre Muskeln aufbauen und stärken.

Region Amberg-Sulzbach

Di 05.11.19 Vilseck, Feuerwehrhaus
bis 17.12.19 Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
09:30 bis Die Kosten für den Kurs werden direkt von der
11:00 Uhr Krankenkasse übernommen.
Marlene Stopfer-Höhn - Reha-Aktiv, Am
Sauerbrunnen 10, 92655 Grafenwöhr, Trainerin
für Präventions- und Gesundheitskurse

Region Cham

Mi 30.10.19 Zell - Martinsneukirchen, Gemeindehaus
bis 04.12.19 Martinsneukirchen
19:00 bis
20:30 Uhr 6 Kurstage a 90 Minuten
Die Kosten werden von der LKK übernommen.
Carolin Heuberger - Gesundheitsmühle, Praxis
für Physiotherapie, Physiotherapeut/in

Mo 04.11.19 Schorndorf - Radling, Schützenheim
bis 09.12.19
19:00 bis 6 Kurstage a 90 Minuten
20:30 Uhr Die Kosten werden von der LKK übernommen.
Carolin Heuberger - Gesundheitsmühle, Praxis
für Physiotherapie, Physiotherapeut/in

Region Neumarkt i. d. Opf

Mi 06.11.19 Berggau, Pfarrheim Berggau
bis 11.12.19 Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
17:00 bis
18:30 Uhr

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Mi 16.10.19 Ilsenbach, Feuerwehrhaus
bis 20.11.19
19:30 Uhr Evtl. anfallende Teilnehmergebühren können ganz
oder teilweise von Ihrer Krankenkasse
übernommen werden. Bitte erkundigen Sie sich
vor Beginn des Kurses bei Ihrer Krankenkasse
wegen der Kostenübernahme.
Christine Rupprecht, Übungsleiter/in

Di 29.10.19 Neuenhammer, Gemeinschaftshaus
bis 03.12.19
19:45 Uhr Evtl. anfallende Teilnehmergebühren können ganz
oder teilweise von Ihrer Krankenkasse
übernommen werden. Bitte erkundigen Sie sich
vor Beginn des Kurses bei Ihrer Krankenkasse wg.
der Kostenübernahme.
Gerlinde Janker, Präventionstrainerin

Di 05.11.19 Waldthurn, Dorftreff Albersrieth
bis 10.12.19
19:30 Uhr Evtl. anfallende Teilnehmergebühren können ganz
oder teilweise von Ihrer Krankenkasse
übernommen werden. Bitte erkundigen Sie sich
vor Beginn des Kurses bei Ihrer Krankenkasse
wegen der Kostenübernahme.
Christine Rupprecht, Übungsleiter/in

Fußgesundheit und die Zehenanalyse

Durch die Zehenanalyse kann man einen Menschen erkennen ohne ihn zu kennen.
Bei diesem Vortrag erklärt die Referentin die Bedeutung der Verschiedenheiten der Zehen und gibt Tipps, wie man mit einfachen Fußübungen leichteren Schrittes durchs Leben gehen kann.

Region Neumarkt i. d. Opf

Do 10.10.19 Breitenbrunn - Dürrn, Feuerwehrhaus Dürrn
19:00 Uhr Teilnahmegebühr: 3,00 €
Anmeldung bei Frau Ruth Maier unter 09495-895
Maria Süß, Podologin

Erste Hilfe am Kind

Jeder der mit Kindern zu tun hat, sollte unbedingt diesen speziellen Erste-Hilfe-Kurs besuchen. Wer Kinder hat oder betreut, weiß sicherlich aus Erfahrung, wie temperamentvoll sie sind. Bei einem aufgeschlagenen Knie, Verbrennungen oder Vergiftungen ist schnelle Hilfe notwendig. Der Kurs klärt über die wichtigsten Gefahren- und Unfallquellen auf, nennt und erläutert Vorsichtsmaßnahmen und informiert über Besonderheiten bei Erste-Hilfe-Leistungen an Kindern. Es werden typische Notfälle im Säuglings- und Kindesalter behandelt. Wichtige Hilfsmaßnahmen bei Kindernotfällen werden geübt.

Region Regensburg

Fr 25.10.19 Barbing - Friesheim, Haus der Vereine
18:30 Uhr Teilnahmegebühr: 15,00 €
Anmeldung bei der zuständigen Ortsbäuerin!
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Gesundheitsoffensive - Hau(p)tsache gesund!": Die Haut, die wichtigsten zwei Quadratmeter deines Lebens

Die Haut ist mit etwa zwei Quadratmetern das größte menschliche Organ und hat vielfältige Funktionen zum Erhalt unserer Gesundheit. In diesem Vortrag wird das Thema Hautprobleme und -schutz am Arbeitsplatz mit dem Schwerpunkt Hände aufgegriffen. (Im Vortrag geht es nicht um Handpflegemittel.)

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Di 22.10.19 Pirk, Feuerwehrhaus Engleshof
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Agrarbetriebswirtin Petra Hager - SVLFG DLZ Süd, Sicherheitsberaterin

Die Heilkraft des Wassers (wieder) entdecken - Hydrotherapie nach Sebastian Kneipp

Sebastian Kneipps Lehre vom gesunden Leben und naturgemäßen Heilen, basierend auf den fünf Wirkprinzipien Wasser, Bewegung, Ernährung, Pflanzen, Lebensordnung, bietet uns gerade in unserer hoch technisierten Welt mit ihren vielfältigen Belastungsfaktoren unzählige Möglichkeiten zur eigenverantwortlichen aktiven Gesundheitsvorsorge. In dem Vortrag wird kurz die Philosophie erläutert, besonderes Augenmerk gilt jedoch der Hydrotherapie. Es wird Grundlegendes und Einfaches für Zuhause in Theorie und Praxis aufgezeigt.

Region Schwandorf

Mo 04.11.19 Oberviechtach - Lukahammer, Gasthof - Pension
09:00 Uhr Hammerschänke

Teilnehmergebühr: € 2,00 für Vortrag plus Kosten für Frühstück
Barbara Winkler, Gesundheitspädagogin SKA

Fr 08.11.19 Neunburg v.W., Gasthaus Sporrer
09:00 Uhr

Teilnehmergebühr: € 2,00 für Vortrag plus Kosten für Frühstück
Barbara Winkler, Gesundheitspädagogin SKA

Di 12.11.19 Schmidgaden - Trising, Gasthaus Pröls, Weißes
09:00 Uhr Ross

Teilnehmergebühr: € 2,00 für Vortrag plus Kosten für Frühstück
Barbara Winkler, Gesundheitspädagogin SKA

Mi 13.11.19 Schwandorf - Bubach, Landgasthof Koller
09:00 Uhr

Teilnehmergebühr: € 2,00 für Vortrag plus Kosten für Frühstück
Barbara Winkler, Gesundheitspädagogin SKA

Demenz - Alzheimer Krankheit und andere Demenzformen, der Weg in eine andere Welt

Was bedeutet Demenz? Alzheimer - Demenz, was steckt dahinter? Demenz oder doch nur eine ganz normale Vergesslichkeit? Sie lernen in dieser Veranstaltung, wie Sie Demenz frühzeitig erkennen und wie Sie einen Demenztest selbst machen können. Weiterhin fahren Sie, welche Therapiemöglichkeiten es gibt, die Sie anwenden können.

Region Neumarkt i. d. Opf

Di 29.10.19 Breitenbrunn - Hamberg, Gasthaus Nutz
09:00 bis Teilnahmegebühr: 15,00 €
12:00 Uhr Heike Hengl-Schweiger

Demenz - eine schockierende Diagnose -

Vergesslichkeit und stetig zunehmende Persönlichkeitsveränderungen machen Betroffene und Angehörige zu Fremden. Demenz bedeutet insbesondere Mentalitätsverlust und Wesensveränderung. Derzeit leiden in Deutschland 1,6 Millionen Menschen an Demenz. Die Teilnehmer erfahren in diesem überaus interessanten und auch besonders wichtigen Vortrag, wie ich unter anderem vorbeugen kann, wie ich verständnisvoll und achtsam bei der Betreuung Betroffener umgehe. Sie erhalten alle wichtigen, sowie notwendigen Tipps mit dieser Erkrankung umzugehen, mit ihr zu leben. Grundsätzlich ist Vorbeugung das oberste Gebot!

Region Tirschenreuth

Di 05.11.19 Mähring - Großkonreuth, Gasthaus Scharnagl
20:00 Uhr Großkonreuth
Teilnahmegebühr: 2,00 €
Anna Hösl

Es muss nicht immer Fitnessstudio sein! - Gymnastik für Alt & Jung

Sie wollten schon immer erfahren, mit welchen einfachen Übungen Sie Ihre Muskulatur, Gelenke und H-K-S stärken können? Bei kräftigenden Übungen, z. B. mit dem Terraband oder dem Petziball, werden Ihnen einfache Übungen zur Steigerung Ihrer körperlichen Fitness vermittelt. In diesem Kurs erlernen Sie altersgerechte und effektive Übungen, die sich leicht in den Alltag integrieren lassen.

Region Cham

Mo 04.11.19 Schönthal - Döfering, Jugendheim
bis 27.04.20
19:30 bis pro Teilnehmerin und Tag 2,00 €
20:30 Uhr 20 Trainingstage, 1x wöchentlich
Brigitte Ermel - Therapiepunkt Rötz - Praxis
Fleischmann

Was ist Gesundheit? Oder: Wie bleibe oder werde ich gesund?

"Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht allein das Fehlen von Krankheit und Gebrechen" (Definition der WHO)
In 300 Millionen Jahren Entwicklungsgeschichte hat sicher der Mensch ohne chemische Medikamente, Operationen und Drogen zu einem perfekten Organismus entwickelt. Wir haben mittlerweile im Vertrauen auf eine akademisch-wirtschaftliche Gesundheitsindustrie verlernt, wie Gesundheit geht. Worauf wir unbedingt achten müssen, um gesund und alt zu werden, erfahren Sie in diesem Vortrag.

Region Regensburg

Fr 15.11.19 Regenstau - Eitlbrunn, Gasthaus Hofherr
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: 2,00 €

**Fingerspitzengefühl kann Leben retten!
Selbstuntersuchung der Brust nach der MammaCare-
Methode**

Brustkrebs ist in Deutschland die häufigste Krebsart bei Frauen. Aber: Brustkrebs ist heilbar, wenn er früh genug erkannt und richtig behandelt wird. Die regelmäßige Selbstuntersuchung der eigenen Brust kann erheblich zur rechtzeitigen Entdeckung eines Knotens beitragen und steigert die Heilungschancen. Die MammaCare-Methode stammt aus den USA und wurde mehrfach ausgezeichnet. Im Kurs erlernen Sie anhand von Silikonmodellen und unter professioneller Anleitung das regelmäßige und systematische Abtasten der Brust. Sie werden sensibilisiert für die Veränderungen der eigenen Brust und erlangen mehr Sicherheit im Umgang mit dem eigenen Körper.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Do 14.11.19 Tannesberg-Kleinschwand, Gasthaus Balk
19:00 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Dr. Albert Roßmann - Klinikum Weiden,
Chefarzt/ärztin

Region Schwandorf

Do 10.10.19 Neunburg, Hallenbad Neunburg
bis 28.11.19 Teilnahmegebühr: 80,00 €
14:00 bis inkl. Eintritt ins Bad
15:00 Uhr Die Kursgebühren in Höhe von 80 € werden auf Antrag, meist teilweise von der Krankenkasse übernommen. Bitte sprechen Sie vor Kursbeginn mit Ihrer Krankenkasse.
Carmen Wimmer - Reha-Zentrum Schmid-Döpfer, Physiotherapeutin

Sa 12.10.19 Neunburg, Hallenbad Neunburg
bis 30.11.19 Teilnahmegebühr: 80,00 €
09:00 bis inkl. Eintritt ins Bad
10:00 Uhr Die Kursgebühren in Höhe von 80 € werden auf Antrag, meist teilweise von der Krankenkasse übernommen. Bitte sprechen Sie vor Kursbeginn mit Ihrer Krankenkasse.
Carmen Wimmer - Reha-Zentrum Schmid-Döpfer, Physiotherapeutin

Rückenschule: richtiges Tragen, Heben, Sitzen, Arbeiten

Der Präventionskurs zeigt, wie die Belastung des Haltungs- und Bewegungsapparates verringert und das Muskel-Skelettsystem gefördert werden kann. So können Sie Rückenschmerzen vorbeugen, die durch einseitige Belastung entstehen können. Bewegungsübungen und richtige Haltung sind das A und O des Alltags! Sie lernen in diesem Kurs verschiedene Bewegungsübungen und erhalten Tipps zur Richtigen Belastung und Haltung für einen starken Rücken!

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Do 10.10.19 Neustadt/Kulm, Sportheim
bis 12.12.19
19:00 Uhr Evtl. anfallende Teilnehmergebühren können ganz oder teilweise von Ihrer Krankenkasse übernommen werden. Bitte erkundigen Sie sich vor Beginn des Kurses bei Ihrer Krankenkasse wg. der Kostenübernahme.
Physiotherapeutin Birgit Ziegler - Aktivital

Di 22.10.19 Trabitzzessau, Gemeindehaus
20:00 Uhr Evtl. anfallende Teilnehmergebühren können ganz oder teilweise von Ihrer Krankenkasse übernommen werden. Bitte erkundigen Sie sich vor Beginn des Kurses bei Ihrer Krankenkasse wg. der Kostenübernahme.
Marlene Stopfer-Höhn - Reha-Aktiv, Am Sauerbrunnen 10, 92655 Grafenwöhr, Trainerin für Präventions- und Gesundheitskurse

Aqua-Power - Wirbelsäulengymnastik im Wasser

Durch gymnastische Übungen werden Haltungs- und Wirbelsäulenleiden vorgebeugt bzw. bestehende Beschwerden gelindert. Die positiven Eigenschaften des Wassers werden bei dieser Wassergymnastik sinnvoll genutzt, um die gesamte Muskulatur zu kräftigen und die Ausdauer zu verbessern. Diese Trainingsart ist extrem rücken- und gelenkschonend! Sie werden nach jeder Kurseinheit spüren wie sich Ihre Ausdauer verbessert und Ihre gesamte Muskulatur gestärkt wird.

Die Kräfte der Heilkräuter - Was die Natur uns bietet

Die modernen Menschen haben größtenteils vergessen und auch verlernt, die Heilkräuter und auch die normalen Küchenkräuter zu erkennen oder anzubauen, sie zu sammeln, zu ernten, weiter zu verarbeiten und anzuwenden. Im Vortrag werden bewährte Heilkräuter und Hausmittel bei Alltagsbeschwerden vorgestellt, ihre Anwendungsgebiete sowie die Grenzen der Selbstbehandlung. Die Hausapotheke bietet viele Kräuterschätze, z. B. in Form von selbstgemachten Tees, Tinkturen, Heilölen und Heilsalben. Lernen Sie mehr über die Wirkung von Heil- und Küchenkräutern und erfahren Sie wo diese auch ganz in Ihrer Nähe wachsen, bzw. wie viele wertvolle (Wild-)Kräuter, Wurzeln und Blüten auch in Ihrem Garten wachsen. Zudem wird Ihnen alles zum richtigen Sammelzeitpunkt, der Zubereitung und der Heilwirkung der einzelnen Kräuter erläutert.

Region Schwandorf

Di 22.10.19 Stulln, Gasthof Bodensteiner
14:00 Uhr Teilnahmegebühr: 3,00 €
Hedwig Weber

Erste Hilfe am Unfallort oder bei Unfällen im Haushalt

Die Teilnehmer lernen im Erste-Hilfe-Kurs, die unterschiedlichsten Notfallsituationen richtig zu bewerten und entsprechende Maßnahmen wie z. B. Versorgen von Wunden und die Wiederbelebung durchzuführen. Praktische Übungen vermitteln hierzu lebensrettende Handgriffe und Methoden. Sie lernen in dieser Veranstaltung die verschiedenen Notfallsituationen richtig einzuschätzen und Sie bekommen durch praktische Übungen die Sicherheit im Notfall zu helfen.

Region Tirschenreuth

Mo 09.12.19 Mitterteich, Rot-Kreuz-Heim
bis 12.12.19
19:30 bis Bei erfolgreicher Teilnahme ist der Kurs kostenfrei!
22:00 Uhr Bayer. Rotes Kreuz

Fit mit Kneipp - Kneippanwendungen für Zuhause

Wer hat nicht schon von Pfarrer Kneipp und seinen stärkenden und gesundheitsfördernden Anwendungen gehört? Durch einfaches Wassertreten und gesunde Ernährung sammeln Sie nicht nur Bonus-Punkte für Ihre Gesundheit, Sie stärken Ihre gesamten Selbstheilungskräfte. Sie lernen, wie Sie die Kneipp-Anwendungen selbstständig zu Hause durchführen können und beeinflussen so positiv Ihre Gesundheit.

Region Schwandorf

Mi 16.10.19 Fensterbach-Dürnsricht, Dr. Marlene Groitl
 14:00 Uhr Teilnahmegebühr: 12,00 €
 Dr. Marlene Groitl,
 Lebensmittelchemikerin/Biotechnologin,
 Gesundheitssporttrainerin

Aus Stress in die Balance

Stressabbau und Stressbewältigung sind das A und O in unserer heutigen schnelllebigen Zeit. Wie man aus dem Stress wieder ins Gleichgewicht kommt, möchte die Referentin in diesem Vortrag darlegen.

Region Amberg-Sulzbach

Mi 13.11.19 Hahnbach - Laubhof, Gaststüberl Fam. Ulrich
 09:30 Uhr Teilnahmegebühr: 3,00 €
 Regina Eichinger-Schönberger - SVLFG

Mi 13.11.19 Illschwang - Dietersberg, Gasthaus Michl
 14:00 Uhr Teilnahmegebühr: 3,00 €
 Regina Eichinger-Schönberger - SVLFG

Lebensmittelzusatzstoffe und ihre Wirkung auf unsere Gesundheit

In diesem Vortrag werden den Teilnehmern Inhalte von Lebensmittelzusatzstoffen und deren Auswirkungen auf unsere Gesundheit erläutert.

Region Regensburg

Mo 11.11.19 Regensburg, Sitzungssaal im Grünen Zentrum
 19:30 Uhr Teilnahmegebühr: 4,00 €
 Getränke frei!

"Perfekt aber k.o."

Fühlen Sie sich auch manchmal von der Doppelbelastung aus der Arbeit z.B. in der Landwirtschaft und der Verantwortung für die Familie überfordert? Wissen Sie oft auch nicht, wie Sie allen Anforderungen gerecht werden sollen? In diesem Vortrag werden Ihnen verschiedene Lösungsmöglichkeiten vorgestellt: Mut zum Unperfekten, unterscheiden, was wirklich wichtig ist, oder auch mal über sich selber lachen. Die erfahrene Referentin zeigt Ihnen, wie Sie Ihren Alltag meistern, ohne dass Ihre Gesundheit darunter leidet.

Region Amberg-Sulzbach

Mi 11.12.19 Schmidmühlen-Eglsee, Gasthaus Lautenschlager
 14:00 Uhr Teilnahmegebühr: 3,00 €
 Waltraud Eichinger, Lehrer/in

Hauswirtschaft & Ernährung

Brunch - einmal anders Frühstück

Kochvorführung mit einer Ernährungsfachfrau.
 Wer sich an einem Sonntag nicht zwischen einem späten Frühstück und einem frühen Mittagessen entscheiden kann, der sollte es vielleicht einmal mit einem Brunch probieren. Brunchen ist geradezu ideal um mit vielen verschiedenen Kleinigkeiten jedermanns Geschmack zu treffen, denn die Verbindung aus Breakfast und Lunch hat sowohl für den Frühstücks- als auch den Mittagshunger jede Menge abwechslungsreiche Gerichte zu bieten. Von süß bis herzhaft, mediterran, exotisch oder deftig - alles ist erlaubt. Was auf einem klassischen Brunch-Buffer nicht fehlen darf - vielfältige Rezepte für warme und kalte Spezialitäten, die sie gut vorbereiten können um mit ihren Gästen den Brunch genießen zu können. In dieser Veranstaltungen lernen Sie neue und raffinierte Rezepte kennen, die sie ganz einfach selbst nachkochen können.

Region Tirschenreuth

Fr 08.11.19 Kernath - Waldeck, Landgasthof "Zum Hirschen"
 09:00 Uhr Teilnahmegebühr: 7,00 €
 Zusätzliche Verpflegungskosten werden direkt vor Ort mit der Referentin abgerechnet!
 Christine Kraus, Ernährungsfachfrau

Raffiniertes vom Federvieh - Köstliches aus der Geflügelküche

In der Veranstaltung werden die Zubereitung und Verarbeitung von verschiedenen Geflügelarten und ihre Einsatzmöglichkeiten als Vor- und Hauptgericht erklärt. Die Teilnehmer erhalten Tipps und Tricks für das Würzen und Zerlegen von Geflügel und lernen schmackhafte Rezepte und Gerichte kennen. Geflügel, zu dem nicht nur das Hähnchen, sondern auch die Gans oder die Ente gehören, nimmt gerade bei der jüngeren Generation an Beliebtheit auf dem Speiseplan wegen des geringen Anteils an Fett zu.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Sa 23.11.19 Kirchentumbach - Altzirkendorf, Dorfhalle
 12:00 Uhr
 Teiln.-gebühren richten sich nach der Anzahl der Teilnehmer.
 Anfallende Materialkosten werden direkt mit der Referentin abgerechnet.
 Alexandra Lukas, Ernährungsfachfrau

Landfrauen on Tour

In diesen Kochvorführungen mit Unterstützung der REWE Region Süd zeigen Ihnen die qualifizierten Ernährungsfachfrauen wie schnell und unkompliziert sich ein Menü aus Lebensmitteln, die gerade Saison haben, zaubern lässt. Sie erfahren dabei mehr über die landwirtschaftlichen Produkte aus der Region und erhalten viele Tipps rund um eine gesunde ausgewogene Ernährung. Alle zubereiteten Gerichte dürfen anschließend probiert werden. Ein kleines Rezeptheft zum mit nach Hause nehmen erleichtert das Nachkochen. Viel Vergnügen!

Region Tirschenreuth

Fr 25.10.19 Neusorg, Rewe Markt
 20:15 bis Teilnahmegebühr: 5,50 €
 22:15 Uhr Alexandra Lukas, Ernährungsfachfrau

Schmackhaftes Herbstgemüse

Herbst - das Laub wird bunt, der Wind wird kühler, die Ernte ist eingebracht. Auf den Märkten und in den Geschäften tummelt sich knalliges Herbstgemüse und Sie bekommen Lust, sich einen Korb voll zu holen? In diesem Kurs lernen Sie, neben Kürbis, Apfel und Kartoffel, verschiedene Arten von leckerem Herbstgemüse kennen und bekommen Tipps, wie Sie diese zu schmackhaften Gerichten verarbeiten können.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Di 15.10.19 Floß, Feuerwehrhaus Bergnetsreuth
19:30 Uhr

Teiln.-gebühren richten sich nach der Anzahl der Teilnehmer.

Anfallende Materialkosten werden direkt mit der Referentin abgerechnet.

Alexandra Lukas, Ernährungsfachfrau

Küchel backen

Das Gebäck aus Hefeteig wird in verschiedenen Formen in Schmalz schwimmend herausgebacken und vorwiegend im Fasching und zur Kirchweih oder für Hochzeiten gebacken. Diese Kochvorführung vermittelt den Ihnen, wie dieses traditionelle Backwerk professionell hergestellt wird.

Region Tirschenreuth

Mo 28.10.19 Mähring, OWV Heim Griesbach
20:00 Uhr Teilnahmegebühr: 2,00 €

Zusätzlich anfallende Verzehrkosten werden direkt mit der Referentin abgerechnet!

Claudia Porst

Weniger Plastik - nachhaltiger Haushalten

Sie haben schon immer einmal daran gedacht Plastik im Haushalt zu reduzieren? Aber wo fängt man an, was ist nachhaltig wirklich sinnvoll? Von uns selbst ist Handeln gefordert. Leider gehen manch gut gemeinte Vorsätze im Alltag unter, oder man ist von der derzeitigen Informationsflut überfordert und weiß nicht wo der richtige Anfang ist. In diesem Vortrag wird gezeigt, in welchen Bereichen des alltäglichen Haushalt-Kreislaufs Plastik gespart und sogar ersetzt werden kann. Mit Tipps und Tricks vom bewussten Einkauf bis hin zum Selbermachen erhalten Sie alles Wissenswerte um selbst aktiv zu werden.

Region Tirschenreuth

Fr 22.11.19 Waldershof - Poppenreuth, Gasthaus-Metzgerei
09:00 Uhr Grüner Baum
Teilnahmegebühr: 2,00 €
Silvia Gottinger

Rinderschulter fachgerecht zerlegt

Sie wollten schon immer wissen wie man eine Rinderschulter fachgerecht zerlegt und zubereitet? In dieser Vorführung lernen Sie unter Anleitung, wie man eine Rinderschulter, auch Bug, Dicker Bug, Blatt, Bog, Dicke Schulter, Eckbug, Knieschrot, Kavalierspitz, Schaferl oder Vorderkeule genannt in die bekannten und unbekannteren Fleischstücke zerlegt. Vor Ort werden verschiedene Verwendungsmöglichkeiten aufgezeigt. Anschließend kann die Rinderschulter verkostet werden.

Region Schwandorf

Di 26.11.19 Schwarzenfeld - Irrenlohe (Dorf, nicht Bahnhof!),
14:00 Uhr Piehler Frischfleischhof
Teilnahmegebühr: 12,00 €
Marianne Piehler - Frischfleischhof Piehler,
Verkaufsleiterin

Lebkuchen backen - selbst gemacht und würzig-süß

Lebkuchen schmecken das ganze Jahr über lecker, doch ihre zauberhafte und verführerische Wirkung entfalten die köstlichen Leckereien natürlich vor allem an und um Weihnachten. Selbstgebackene Lebkuchen sind nicht nur ein Gaumengenuss für die Familie, sie bieten sich auch wunderbar als kleines Geschenk an. Lebkuchen kann man ganz einfach selber machen – man muss nur wissen wie. Sie erfahren, in welchem Verhältnis die vielen Gewürze zueinander stehen sollten und was in keinem Lebkuchen fehlen darf. Danach können Sie Ihre Familie und Ihre Freunde verwöhnen und gleichzeitig beeindrucken.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Mi 13.11.19 Vohenstrauß - Böhmischbruck, Pfarrheim
19:00 Uhr Böhmischbruck

Teiln.gebühren richten sich nach der Anzahl der TN.

Wenn der Garten in die Jahre kommt - Wie lege ich ein Hochbeet an?

Weil nicht nur der Garten, sondern auch wir in die Jahre kommen, weil sich die Bedürfnisse der Familie ändern, weil der Garten einer Neuanlage bedarf, oder weil das Gärtnern am Hochbeet einfach mehr Spaß macht, deshalb ist das Anlegen von Hochbeeten eine schöne, praktische und gute Sache. Bei diesem Vortrag wird erklärt, wie Sie am besten und einfachsten ein Hochbeet anlegen können, um immer wieder gesundes Gemüse aus dem eigenen Garten ernten zu können.

Region Tirschenreuth

Di 12.11.19 Kulmain - Erdenweis 6, Gasthaus Fröhler
14:00 Uhr Teilnahmegebühr: 2,00 €
Dipl.-Ing. (FH) Harald Schlöger - Landratsamt,
Kreisfachberater für Gartenkultur und
Landpflege

Kartoffel - die tolle Knolle in der Küche

Die Kartoffel ist ein nährstoffreiches Gemüse, das sich auf vielfältige Weise zubereiten lässt. Als Salat, Beilage oder Hauptgericht bietet sie einen gesunden und abwechslungsreichen Speisezettel. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erfahren in Theorie und Praxis vieles über: Ernährungswerte, Qualitätsmerkmale, Zubereitungstipps und schmackhafte und ausgefallene Rezepte.

Region Neumarkt i. d. Opf

Do 21.11.19 Deining - Döllwang, Gasthaus Hack-Sippl
19:00 bis Teilnahmegebühr: 3,00 €
21:00 Uhr Eine Anmeldung an der Geschäftsstelle unter
09181-266840 ist erforderlich!
Kreisbäuerin Brigitte Trummer - Bayer.
Bauernverband, Ernährungsfachfrau

Strudel - Genuss in Hülle und Fülle

Ganz gleich, ob als süße Beilage zum Kaffee oder delikate Kreation aus knackigem, einheimischen Gemüse bis hin zur herzhaft deftigen Mahlzeit aus der nahrhaften Bauernküche, der Strudel, mit seiner geschmackvollen Fülle in zartknuspriger Hülle, ist ein Genuss für die ganze Familie! Unter fachkundiger Anleitung bereiten wir den Strudelteil mit verschiedensten Füllungen zu. Sie erfahren in Theorie und Praxis vieles über: Ernährungswerte, Qualitätsmerkmale, Zubereitungstipps und hilfreiche Tipps und Tricks zum garantierten Gelingen.

Region Regensburg

11 / 2019 Kallmünz - Dallackenried, Feuerwehrhaus
14:00 Uhr Dallackenried
Teilnahmegebühr: 10,00 €
zzgl. Materialkosten!
Anna Maria Kitzinger, Ernährungsfachfrau

Kreative Resteküche

Was tun mit Resten? Aufwärmen? Wegwerfen?
Resteverwertung überraschend kreativ, einfach,
abwechslungsreich und gelegentlich unwiederholbar!
Informationen zur Lebensmittelhygiene - was kann ich wie und
wie lange aufheben und wo? - runden diesen Kurs ab.

Region Tirschenreuth

Do 05.12.19 Kernath, Gasthaus "Zur Fantasie"
14:00 Uhr Teilnahmegebühr: 2,00 €
Anfallende Verzehrkosten werden direkt mit der
Referentin abgerechnet!
Markusine Guthjahr, Landfrauenberaterin,
Kräuterexpertin, Autorin

Kartoffelteil ist vielfältig

Diese Kochvorführung macht deutlich, dass bei der
Verarbeitung von Kartoffelteil der Phantasie fast keine
Grenzen gesetzt sind. Neben den traditionellen Knödeln und
Reiberdatschi schmecken Kartoffelpizza, Maultaschen,
Schupfnudeln und Zubereitungen mit Gemüsevariationen. Aber
auch in vielen süßen Gerichten wie z. B. Apfeltaschen,
Zwetschgenknödel oder Kartoffelkuchen finden Kartoffelteilige
Verwendung. In der Vorführung werden einige Rezepturen
ausgewählt und deren Herstellung erklärt und gezeigt.

Region Schwandorf

Do 10.10.19 Nabburg, Amt für Ernährung, Landwirtschaft und
18:30 Uhr Forsten - Schulküche
Teilnahmegebühr: 5,50 €
zuzüglich Materialkosten.
Diese werden vor Ort mit der Referentin
abgerechnet.
Maria Münz, Heilpraktikerin für Psychotherapie,
Ernährungsfachfrau

Schnitzelvariationen

Ob im Urlaub, zu Hause oder im Restaurant - die Deutschen
lieben Schnitzel. Der Allrounder unter den Klassikern verspricht
schmackhafte und vielfältige Variationen für alle Schnitzelfans.
Verschiedene Fleisch- und Gemüsesorten werden überbacken,
paniert, gerollt und gebraten. Lassen Sie sich überraschen von
den Köstlichkeiten mit inneren Werten. Sie können danach ganz
einfach die vorgestellten Rezepte nachkochen und damit
Freunde und Familie beeindrucken.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Di 26.11.19 Tannesberg, Feuerwehrhaus Großenschwandt
19:30 Uhr

Teiln.-gebühren richten sich nach der Anzahl der
Teilnehmer.
Anfallende Materialkosten werden direkt mit der
Referentin abgerechnet.
Marianne Paulus, Hauswirtschaftsmeisterin,
Ernährungsfachfrau

Partygerichte, die schnell gehen

Leckere Partygerichte, die zudem auch noch schnell gehen,
sind für jede Gastgeberin eine tolle Sache. In diesem Kurs
werden unter professioneller Anleitung verschiedene schnell
zubereitende Gerichte vorgestellt.

Region Tirschenreuth

Mo 14.10.19 Erbdorf, Jugendheim Wildenreuth
19:30 Uhr Teilnahmegebühr: 7,00 €
Anfallende Verzehrkosten werden direkt vor Ort mit
der Referentin abgerechnet!
Christine Kraus, Ernährungsfachfrau

Grundbildung & Alltagskompetenzen

Fortbildung Sachkundenachweis Pflanzenschutz

Mit Erlass der neuen Pflanzenschutz-Sachkundeverordnung ist
jeder Inhaber eines Sachkundenachweises verpflichtet, alle drei
Jahre eine mindestens 4-stündige Fortbildungsveranstaltung zu
absolvieren.
Themenschwerpunkte: - Rechtsgrundlagen Pflanzenschutz und
Anwendung - Integrierter Pflanzenschutz - Umgang mit
Pflanzenschutzmitteln und Risikomanagement -
Anwenderschutz im Pflanzenschutz

Region Regensburg

Fr 22.11.19 Barbing, Gasthaus Deutsch
13:00 Uhr

Fortbildung Sachkundenachweis Pflanzenschutz

Mit Erlass der neuen Pflanzenschutz-Sachkundeverordnung ist
jeder Inhaber eines Sachkundenachweises verpflichtet, alle drei
Jahre eine mindestens 4-stündige Fortbildungsveranstaltung zu
absolvieren.
Themenschwerpunkte: - Rechtsgrundlagen Pflanzenschutz und
Anwendung - Integrierter Pflanzenschutz - Umgang mit
Pflanzenschutzmitteln und Risikomanagement -
Anwenderschutz im Pflanzenschutz

Region Regensburg

Fr 06.12.19 Deuerling, Brauerei-Gasthaus Goss
09:30 Uhr

Fortbildung Sachkundenachweis Pflanzenschutz

Mit Erlass der neuen Pflanzenschutz-Sachkundeverordnung ist
jeder Inhaber eines Sachkundenachweises verpflichtet, alle drei
Jahre eine mindestens 4-stündige Fortbildungsveranstaltung zu
absolvieren.
Themenschwerpunkte: - Rechtsgrundlagen Pflanzenschutz und
Anwendung - Integrierter Pflanzenschutz - Umgang mit
Pflanzenschutzmitteln und Risikomanagement -
Anwenderschutz im Pflanzenschutz

Region Regensburg

Mi 11.12.19 Hemau, Gasthaus Ferstl-Bruckmeier
19:00 Uhr

Beruf & Arbeitswelt

Fortbildung Sachkundenachweis Pflanzenschutz

Mit Erlass der neuen Pflanzenschutz-Sachkundeverordnung ist jeder Inhaber eines Sachkundenachweises verpflichtet, alle drei Jahre eine mindestens 4-stündige Fortbildungsveranstaltung zu absolvieren.

Themenschwerpunkte:

- Rechtsgrundlagen Pflanzenschutz und Anwendung
- Integrierter Pflanzenschutz
- Umgang mit Pflanzenschutzmitteln und Risikomanagement
- Anwenderschutz im Pflanzenschutz

Region Schwandorf

Mi 13.11.19 Schwarzenfeld, Restaurant Miesberg
09:30 bis
14:00 Uhr

Fortbildung Sachkundenachweis Pflanzenschutz

Mit Erlass der neuen Pflanzenschutz-Sachkundeverordnung ist jeder Inhaber eines Sachkundenachweises verpflichtet, alle drei Jahre eine mindestens 4-stündige Fortbildungsveranstaltung zu absolvieren.

Themenschwerpunkte:

- Rechtsgrundlagen Pflanzenschutz und Anwendung
- Integrierter Pflanzenschutz
- Umgang mit Pflanzenschutzmitteln und Risikomanagement
- Anwenderschutz im Pflanzenschutz

Region Schwandorf

Fr 13.12.19 Schwandorf, Gaststätte im Tierzuchtzentrum
09:30 bis
14:00 Uhr

Fortbildung Sachkundenachweis Pflanzenschutz

Mit Erlass der neuen Pflanzenschutz-Sachkundeverordnung ist jeder Inhaber eines Sachkundenachweises verpflichtet, alle drei Jahre eine mindestens 4-stündige Fortbildungsveranstaltung zu absolvieren.

Themenschwerpunkte:

- Rechtsgrundlagen Pflanzenschutz und Anwendung
- Integrierter Pflanzenschutz
- Umgang mit Pflanzenschutzmitteln und Risikomanagement
- Anwenderschutz im Pflanzenschutz

Region Cham

Sa 23.11.19 Neukirchen Hl.Bl. - Mais, Gasthof "Zum Klement"
10:00 bis
15:00 Uhr

Fortbildung Sachkundenachweis Pflanzenschutz

Mit Erlass der neuen Pflanzenschutz-Sachkundeverordnung ist jeder Inhaber eines Sachkundenachweises verpflichtet, alle drei Jahre eine mindestens 4-stündige Fortbildungsveranstaltung zu absolvieren.

Themenschwerpunkte:

- Rechtsgrundlagen Pflanzenschutz und Anwendung
- Integrierter Pflanzenschutz
- Umgang mit Pflanzenschutzmitteln und Risikomanagement
- Anwenderschutz im Pflanzenschutz

Region Cham

Sa 09.11.19 Walderbach - Haus, GH Johann Pindl
10:00 bis
15:00 Uhr

Fortbildung Sachkundenachweis Pflanzenschutz

Laut Pflanzenschutz-Sachkundeverordnung ist jeder Inhaber eines Sachkundenachweises verpflichtet, in jedem Drei-Jahres-Zeitraum eine mindestens 4-stündige Fortbildungsveranstaltung zu absolvieren.

Beispiel:

- Beginn erster Fortbildungszeitraum: 01.01.2013
(laut Scheckkarte Sachkundenachweis Pflanzenschutz)
- erster Drei-Jahres-Zeitraum: 2013, 2014, 2015
(hier muss mindestens eine Fortbildung besucht worden sein)
- zweiter Drei-Jahres-Zeitraum: 2016, 2017, 2018
(hier muss mindestens eine Fortbildung besucht worden sein)

Themenschwerpunkte:

- Rechtsgrundlagen Pflanzenschutz und Anwendung
- Integrierter Pflanzenschutz
- Umgang mit Pflanzenschutzmitteln und Risikomanagement
- Anwenderschutz im Pflanzenschutz

Region Amberg-Sulzbach

Mi 06.11.19 Freudenberg - Paulsdorf - Paulsdorf, Gasthaus
18:00 bis Aschenbrenner
22:00 Uhr

Fortbildung zur Sachkunde im Pflanzenschutz

Region Tirschenreuth

Di 05.11.19 Vohenstrauß - Altstadt, Gastwirtschaft Schloßwirt
09:30 bis
15:00 Uhr

Fortbildung zur Sachkunde im Pflanzenschutz

Region Tirschenreuth

Do 14.11.19 Kemnath - Kaibitz, Schloßschänke
09:30 bis
15:00 Uhr

Fortbildung zur Sachkunde im Pflanzenschutz

Region Tirschenreuth

Di 19.11.19 Püchersreuth, Hotel Igel
09:30 bis
15:00 Uhr

Pflanzenschutzsachkundekurs

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Di 05.11.19 Vohenstrauß - Altstadt, Gastwirtschaft Schloßwirt
09:30 Uhr

Pflanzenschutzsachkundekurs

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Do 14.11.19 Kemnath - Kaibitz, Schloßschänke
09:30 Uhr

Pflanzenschutzsachkundekurs

Region Neustadt a. d. Waldnaab

Di 19.11.19 Püchersreuth, Hotel Igel
09:30 Uhr

Sicherheit in Haus und Hof für Kinder und Senioren

Bis zu 60 % der tödlichen Unfälle in der Landwirtschaft betreffen Landwirte über 60 Jahre. Anhand von Beispielen wird dargestellt, welche Bereiche in der täglichen landwirtschaftlichen Tätigkeit besonders unfallgefährdet sind. Vorbeuge- und Schutzmaßnahmen, insbesondere für Senioren und Kinder werden vorgestellt, z. B. der seniorengerechte Hof und Wohnbereich, der Umgang mit Tieren, Sturz und Fall usw. In diesem Seminar erhalten Sie wertvolle Tipps zur Unfallprävention und erlernen sinnvolle Praktiken anhand von nachgestellten Alltagssituationen.

Region Amberg-Sulzbach

Do 21.11.19 Neukirchen, Gasthaus Sebald
14:00 Uhr Teilnahmegebühr: 3,00 €
Karl Kohler - Sozialversicherung für
Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau,
Sicherheitsberater

Region Regensburg

Mo 28.10.19 Wörth/Donau, Bürgerhaus
10:00 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.

Topfit im Agrarbüro (17 tägiger Lehrgang)

Die Anforderungen an landwirtschaftliche Betriebe sind in den letzten Jahren ständig gestiegen. Landwirtschaft zu betreiben setzt voraus, beruflich bestens qualifiziert zu sein. In der Produktion wird die Basis für den wirtschaftlichen Erfolg gelegt. Die Vorbereitung und Sicherung dieses Erfolges geschieht jedoch im Büro.

Die Lehrgangsinhalte sind in fünf Blöcke gestaffelt:

- Büroorganisation und -kommunikation
 - Wirtschafts-, Arbeits- und Sozialrecht
 - Buchführung und Steuerrecht
 - Förderungs-, Dienstleistungs- und Verwaltungsaufgaben
 - Internet, Online-Dienste und Verbandsarbeit
- Bei der Grundqualifizierung "Topfit im Agrarbüro" qualifizieren Sie sich in allen Fragen des Betriebsmanagements. Praxisorientiert werden das fachliche Wissen und auch das Selbstbewusstsein vermittelt, damit die landwirtschaftliche Betriebsführung erfolgreich ist.

Region Tirschenreuth

Di 05.11.19 Cham, Hotel am Regenbogen
bis 25.03.20
09:00 bis 17:00 Uhr 750 Euro für BBV Mitglieder, 1000 Euro für Nicht-Mitglieder BBV

Betriebsführung: So funktioniert Hühnerhaltung heute

Erfahren Sie mehr über moderne Tierhaltung und informieren Sie sich auf der Betriebsbesichtigung und Führung durch den neuen Hühnerstall mit Freilandhaltung. Sie erhalten interessante Einblicke in einen Biohof, und sehen wie moderne Tierhaltung funktioniert.

Region Neustadt a. d. Waldnaab

11 / 2019 Parkstein, Milchtankstelle Kick
13:30 Uhr Teilnahmegebühr: Die Teilnahme ist kostenlos.
Karin Kick

Bildungswerk im Bezirk Oberpfalz

Ihre Ansprechpartner in der Region

o **Region Amberg-Sulzbach**

Geschäftsstelle Amberg
Gailoher Weg 1, 92224 Amberg
Telefon: 09621 / 49 48-0
Amberg@BayerischerBauernverband.de

o **Region Cham**

Geschäftsstelle Cham
Johann-Brunner-Str. 1, 93413 Cham
Telefon: 09971/85 43-0
Cham@BayerischerBauernverband.de

o **Region Neumarkt i. d. Opf**

Geschäftsstelle Neumarkt i.d.OPf.
Weinberger Str. 18, 92318 Neumarkt
Telefon: 09181 - 266840
Neumarkt@BayerischerBauernverband.de

o **Region Neustadt a. d. Waldnaab**

Geschäftsstelle Weiden
Nikolaus-Otto-Straße 8, 92637 Weiden
Telefon: (09 61) 4 01 95-10
Weiden@BayerischerBauernverband.de

o **Region Oberpfalz**

Hauptgeschäftsstelle Oberpfalz
Furtmayrstr. 17, 93053 Regensburg
Telefon: 0941-2985749-151
Oberpfalz@BayerischerBauernverband.de

o **Region Regensburg**

Geschäftsstelle Regensburg
Brandlberger Straße 118, 93057 Regensburg
Telefon: 0941 2985749-110
Regensburg@BayerischerBauernverband.de

o **Region Schwandorf**

Geschäftsstelle Schwandorf
Hoher-Bogen-Straße 10, 92421 Schwandorf
Telefon: (0 94 31) 71 74-0
Schwandorf@BayerischerBauernverband.de

o **Region Tirschenreuth**

Geschäftsstelle Tirschenreuth
St.-Peter-Str. 44, 95643 Tirschenreuth
Telefon: 09631/70380
Tirschenreuth@BayerischerBauernverband.de