

Veranstaltungskalender

August - Dezember 2023



Lebenswerte ILE

Integrierte
Ländliche
Entwicklung

Vorwort

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

nach den Erfahrungen der letzten Jahre freuen wir uns ganz besonders darüber, dass in unserer Region wieder Vorträge, Kurse und Veranstaltungen stattfinden können.

Wir möchten mit dem runden Tisch „Lebenswerte ILE“ die Lebendigkeit unserer Gemeinden und Ortsteile sichtbar machen, Menschen neu vernetzen und im Laufe der Zeit über (Gemeinde-) Grenzen hinweg ein Netzwerk an Möglichkeiten schaffen, Teil dieser lebenswerten Gemeinschaft zu werden.

Die Mitgestaltenden der ehemaligen „Gesunden Gemeinde Königsfeld“ haben sich entschlossen in Zusammenarbeit mit der ILE Jura – Scheßlitz das Konzept und die Gedanken auf die anderen Gemeinden und Ortschaften der ILE zu übertragen. Das Programm für das zweite Halbjahr 2023 ist ein weiterer Schritt zu einem Netzwerk an Angeboten, der das eigene Wohlbefinden und die Wahrnehmung von Lebensqualität vor Ort unterstützen kann. Einige Veranstalter*innen sind dem Aufruf gefolgt und tragen zu dem bunten Strauß aus Veranstaltungen, Beratungsangeboten und Verschiedenem hier vor Ort bei.

Dafür bedanken wir uns bei all denjenigen, die mit Ihrem Tun die Lebendigkeit vor Ort erhalten und unterstützen.

Mit freundlichen Grüßen,
Ihr Runder Tisch
„Lebenswerte ILE“



Freizeit

Singen im Chor „Joyful Voices“

Der Scheßlitzer Chor Joyful Voices ist eine Chorgemeinschaft von ca. 20 Sängerinnen. Wir haben ein breitgestreutes Repertoire zu bieten und singen von altbekannten Evergreens über Musicals bis hin zu modernen, internationalen Hits. Das Singen in verschiedenen Sprachen bedeutet manches mal eine Herausforderung, die wir aber bis jetzt immer mit großer Freude gemeinsam gemeistert haben!

Eingeladen ist jeder, der Spaß am Singen hat.

Vorkenntnisse sind nicht nötig.

Termine: jeden Freitag (außer in den Ferien)

jeweils 19.30 - 21 Uhr

Ort: Mittelschule Scheßlitz

Anmeldung und Infos:

Heike Ziegmann 09542/70008

Moni Dremel 09542/8976



Lieder, Mantren, Kreisgesänge aus verschiedenen Kulturen zum Mitsingen.

Einfach nur zusammen singen.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig – alle Lieder sind einfach zu erlernen, im Vordergrund steht die Freude am zusammen Singen.

Termine: Mi 13.09. / Mi 11.10. / Mi 15.11.2023

jeweils 19 - 20.30 Uhr

Ort: Avena-Hof, Voitmannsdorf 12, 96167 Königfeld

Leitung: Thomas Kovacic + Freunde

Kosten: Spende

Anmeldung und Infos:

Tel 09207-98 86 51

info@avena-hof.de · <https://avena-hof.de>

Freizeit

Der Ulmentanz, ein bewegtes Friedensgebet

Der Ulmentanz ist ein Kreistanz (bewegtes Friedensgebet) mit ganz einfacher Schrittfolge, der heute auf der ganzen Welt verbreitet ist und an Vollmond-Tagen, zu abendlicher Stunde getanzt wird.

Dieses Friedensgebet wurde ursprünglich für die Menschen in der stark verstrahlten Umgebung von Tschernobyl /Ukraine kreiert und trug dort auf ganz eigene Weise zur Heilung der Menschen bei.

Nach und nach wurde dieser Tanz auf der ganzen Welt als Heilungs- und Friedenstanz bekannt.

Ein Kreis von Menschen aus der Gemeinde Königsfeld und Umgebung, trifft sich an wechselnden Orten, die jeweils vorher bekannt gegeben werden.

Termine: Di 01.08. / Do 31.08. / Fr 29.09. /

Sa 28.10./ Mo 27.11. / Mi 27.12.2023

jeweils 20 - 20.30 Uhr

Ort: wird jeweils vorher bekannt gegeben – bitte auf unsere Homepage schauen!

Kosten: kostenlos

Infos: Tel 09207-98 86 51

info@avena-hof.de · <https://avena-hof.de>



Theater



Max & Moritz (für Erwachsene)

Jeder kennt sie, die beiden Buben. Das Buch steht in vielen Stuben. Jeder denkt: die sind perdü! Aber nein – noch leben sie.

Man glaubt es kaum, aber Wilhelm Buschs Max & Moritz hat es tatsächlich gegeben. Inzwischen sind die immerwährenden Lausbuben über 160 Jahre alt und immer noch überaus agil und wortgewandt. In all der Zeit, über die Dekaden hinweg, haben sie nie aufgehört, Unfug zu treiben: In Gaststätten, Einkaufshäusern und auf Gemeindefesten. Sogar auf dem Friedhof, bei der Bundeswehr und natürlich in ihrer Seniorenresidenz. Bisweilen musste auch so manche Prominenz für ihren Schabernack herhalten.

Regelmäßig treffen sich die beiden Freunde auf einer Bank im Park und sind stets bereit von ihrem bewegten Leben zu berichten.

Nun planen sie ihren allerletzten Streich. Wen werden sie dafür wohl rekrutieren? Und wen wird es treffen?

Spiel: Thorsten Strunk & Markus Veith

Regie: Christian Quitschke

Text: M. Veith, W. Busch

Termin: So 03.09.2023 **18 Uhr**

Ort: Avena-Hof, Voitmannsdorf 12, 96167 Königsfeld

Kosten: 18,- €

Kartenreservierung und Infos:

Tel 09207-98 86 51

info@avena-hof.de · <https://avena-hof.de>

Freizeit

"Handpanmusik von Herzen"

mit **Christian Gies**

Entspannen, Zuhören, Träumen

Das Handpan ist ein mit den Händen gespieltes Metall-Klanginstrument. Seine beruhigende und bezaubernde Akustik erzeugt einen warmen und harmonischen Klang und eignet sich perfekt für Klangreisen, Meditation und Entspannung.

Klang vermag auszudrücken, was in Worte zu fassen unmöglich scheint. Er eröffnet einen Raum, in dem die Eigentlichkeit der Dinge ihren Platz findet. Er kann uns ganz in den Moment holen oder weit weit weg bringen.

Termin: **Mi 25.10.23** **19 Uhr**

Ort: Avena-Hof, Voitmannsdorf 12, 96167 Königfeld

Kosten: um eine Spende wird gebeten

Kartenreservierung und Infos:

Tel 09207-98 86 51

info@avena-hof.de · <https://avena-hof.de>



Theater



Niemand kennt sich besser in der Finsternis aus. – Edgar Allen Poes *Rabe* löst sich aus dem Gruselgedicht und lädt Sie ein zu einem schaurig-makabren Spaziergang durchs Dunkelgrün. Denn dieser düstere Vogel kann nicht nur „Nimmermehr“ von sich geben. Er vermag die Seelen Verstorbener zu sehen, weiß genau, wo sich auf welche Weise Morde zugetragen haben und trägt diese Geschichten in Zeilen rabenschwarzen Humors vor. Er berichtet über Werwölfe und Vampire, über lebensmüde Lebende und überaus lebendige Tote, macht sich über den Aberglauben der Menschen lustig und präsentiert dabei manchen Klassiker: Er führt durch den Busch, wo Ringel natzen, krächzt lyrische Fontanen und über allem glimmt der Morgenstern.

Ein schaurig-schöner Spaß mit Gänsehaut- und Lach-Garantie.

„Merk auf, wenn's aus Gesträuch keucht,
wenn du dich trollst durch dunkle Nacht.
Wenn schauernd dir ein Lachen entfleucht,
dann ist's gewollt und so gedacht.“

Termin: Do 09.11.2023 **19 Uhr**

Ort: Avena-Hof, Voitmannsdorf 12, 96167 Königsfeld

Kosten: 15,- €

Kartenreservierung und Infos:

Tel 09207-98 86 51

info@avena-hof.de · <https://avena-hof.de>

Familie

Krabbelgruppe

Für Babys und Kleinkinder von 0 bis 2 Jahren mit Mama und/oder Papa.

Was erwartet euch:

- spielen, singen, Spaß haben
- gleichaltrige Kinder kennen lernen
- Zeit für Austausch/Gespräche in lockerer Atmosphäre

Termine: Do 21.09. / 19.10. / 16.11. / 14.12.2023

jeweils 9 - 10 Uhr

<https://kita-koenigsfeld.de/familienstuetzpunkt/>

Ort: Pfarrheim Königsfeld

Ansprechpartner: Eva Körber

Anmeldung: fam-stuetzpunkt-koenigsfeld@t-online.de

Beratungsangebot

Der Familienstützpunkt bietet Rat, Hilfe und Unterstützung in allen Familienangelegenheiten.

Ich berate Sie gerne z.B.

- um Sie bei Ihren Erziehungsaufgaben zu unterstützen
- um Probleme, klein oder groß, zu lösen
- um Sie bei Bedarf an fachlich spezialisierte Stellen weiterzuleiten

Ich lade Sie herzlich ein, das vertrauliche und kostenlose Beratungsangebot zu nutzen!

Ansprechpartner: Eva Körber

Vereinbarung von Terminen unter:

fam-stuetzpunkt-koenigsfeld@t-online.de

Erste Hilfe am Kind

Für alle interessierten Eltern / Großeltern ...

Ein umfassender Vortrag für alle Eltern und Großeltern, die Ihren Kindern und Enkeln im Notfall helfen wollen.

Termin: Der genaue Termin wird im Mitteilungsblatt und Kindergarten bekannt gegeben

Ort: Kindergarten Königsfeld

Ansprechpartner: Familienstützpunkt St. Jakobus

Anmeldung: Kindergarten Königsfeld, 09207-390



Bewegung & Sport

„Fitdancia“

„Fitdancia“ – eine Mischung aus Fitness, Dance und Fidentia (lat. Selbstvertrauen): mehr Selbstvertrauen, mehr Fitness und das vereint im besten Sport der Welt – dem Tanzen.

Termine: immer dienstags

für 5-8-jährige

17.45 - 18.30 Uhr

für 9-13-jährige

18.40 - 19.25 Uhr

Ort: Turnhalle Grundschule Königsfeld

Leitung: Yessica Höpfl

Anmeldung und Infos:

Tanz drauf!

tanz-drauf@gmx.de

Schnuppern ist jederzeit möglich.

Gymnastik für Senior*innen

Termine: Start Dienstag 12.09.2023

10 x jeweils Dienstag 16.30 - 17.30 Uhr

Ort: Avena-Hof

Kosten: 60,- €

Leitung: Friederike Klein, staatl. anerk. Physiotherapeutin

Anmeldung und Infos:

Tel 09207-98 86 51

info@avena-hof.de · <https://avena-hof.de>

Gymnastik für die Gesundheit

Tiefenmuskeltraining, Entspannung, Atem- und Energieübungen

Termine: Start Freitag 15.09.2023

10 x jeweils Freitag 9 - 10 Uhr

Ort: Avena-Hof

Kosten: 60,- €

Leitung: Friederike Klein, staatl. anerk. Physiotherapeutin

Anmeldung und Infos:

Tel 09207-98 86 51

info@avena-hof.de · <https://avena-hof.de>

Bewegung & Sport

Yoga mit Tina Adelhardt

Geeignet für Anfänger bis Fortgeschrittene.

Sanfte Dehnübungen, stärkende Bewegungen und belebende Atemübungen unterstützen dich, um in deinem Alltag entspannt und fit zu sein.

Termine: **Donnerstags** **17.30 - 19 Uhr**
– fortlaufender Kurs (außer Ferienzeit)

Ort: Avena Hof, Voitmannsdorf 12, 96167 Königsfeld

Leitung: Tina Adelhardt
Physiotherapeutin und Yogalehrerin

Kosten: Einzelstunde 15.- € / 10er Karte 135.- €
(Senior*innen, Schüler*innen 115.- €)

Anmeldung und Infos:

email: hello@lumen-up.de

Tel 09207 - 635 999 0

<https://lumen-up.de>



Workshops & Bildung

Reiki – Infoabend

das „Usui-System“ der natürlichen Heilung

Ein Info-Abend mit Thomas Kovacic

Reiki, eine Wiederentdeckung aus der jahrtausendealten Tradition des natürlichen Heilens, kann durch entsprechende Einstimmungen in jedem Menschen geweckt werden, bewirkt tiefe Entspannung, reinigt von Giftstoffen, verfeinert unsere Energiezentren und trägt zur Auflösung unserer Krankheitsursachen auf allen Ebenen bei.

Termine: Mo 11.09.2023

19 Uhr

Ort: Avena Hof, Voitmannsdorf 12, 96167 Königsfeld

Leitung: Thomas Kovacic, Dipl. Pädagoge, Reiki-Meister

Kosten: kostenlos

Anmeldung und Infos:

Tel 09207-98 86 51

info@avena-hof.de · <https://avena-hof.de>

„Universelle Kabbalah - mystische Tradition des Westens“

Vortragsreihe mit Tina Adelhardt

Wir tauchen ein in die universellen Rhythmen, wir schauen hinter die Symbolik deines Geburtsdatums und erlernen die Lehre vom richtigen Timing, denn der Beginn einer Unternehmung bestimmt ihren Ausgang.

Termine: Do 21.09. / 19.10. / 16.11. / 14.12.2023

jeweils (90 min) **19.15 Uhr**

Ort: Avena Hof, Voitmannsdorf 12, 96167 Königsfeld

Leitung: Tina Adelhardt

Physiotherapeutin und Yogalehrerin

Kosten: 15.- € pro Abend

Anmeldung und Infos:

Bitte um Voranmeldung zum jeweiligen Abend

email: hello@lumen-up.de

Tel 09207 - 635 999 0

<https://lumen-up.de>

Workshops & Bildung

Vortrag – Lernen leicht gemacht Hintergründe und Wege zu einem größeren Lernpotential

Ein Vortrag mit Friederike Klein

Friederike Klein erklärt uns an diesem Abend wie wir bei Kindern und auch Erwachsenen das eigene Lernpotential erheblich verbessern können. Einfache Techniken, Spaß und Bewegung helfen das gewünschte Ziel zu erreichen.

Kinder lernen sich besser zu konzentrieren, werden ruhiger und aufnahmefähiger. Kindergarten, Schule und Lernen können Spaß machen und statt Lern-Frust steigt die Lust auf neue Aufgaben und Herausforderungen.

Theoretische Hintergründe und auch ihre Erfahrungen aus 40jähriger beruflicher Arbeit werden auf leicht verständliche Art vermittelt und durch viele praktische Tipps begleitet.

Eingeladen sind Eltern, Erzieher*innen, Lehrer*innen und alle Interessierten.

Termin: **Mo 23.10.2023** **19 Uhr**

Ort: Avena Hof, Voitmannsdorf 12, 96167 Königsfeld

Leitung: Friederike Klein - staatl. anerk. Physiotherapeutin und ganzheitliche Lernberaterin

Kosten: kostenlos

Anmeldung und Infos:

Tel 09207-98 86 51

info@avena-hof.de · <https://avena-hof.de>

Kurs für Kids - Lernen leicht gemacht

Einfache Techniken, Spaß und Bewegung für ein größeres Lernpotential für Kids von 6-9 Jahren

...Kinder lernen sich besser zu konzentrieren, werden ruhiger und aufnahmefähiger. Kindergarten, Schule und Lernen können Spaß machen und statt Lern-Frust steigt die Lust auf neue Aufgaben und Herausforderungen...

Termine: **Do 12.10. / 19.10. / 26.10.2023**

jeweils **16.30 - 17.30 Uhr**

Ort: Avena Hof, Voitmannsdorf 12, 96167 Königsfeld

Leitung: Friederike Klein

Kosten: 18.- €

Anmeldung und Infos:

Tel 09207-98 86 51

info@avena-hof.de · <https://avena-hof.de>

Natur & Kräuter



SoLaWi Giechburgblick

Gemeinsam Ackern,

Jäten und viel Gelegenheit für Spaß und Austausch gibt es am Ackersamstag. Der Verein lädt auf das Feld ein.

Eine Anmeldung ist nicht zwingend erforderlich. Auch die Kinder dürfen mit anpacken oder einfach übers Feld jagen. Wir freuen uns auf euch!

Termin: Sa 05.08. /02.09. /07.10. /4.11.2023 9 - 13 Uhr

Ort: Nähe Albea, „an der Lehmgrube“, Scheßlitz
(Google Maps: SoLaWi Giechburgblick e.V.)

Sommerwildkräuterführung mit Sammeln für Tee und Räucherkräutern mit Christine Helmrich

Gemeinsam wandern wir durch die Blütenfülle des Pünzendorfer Tals und entdecken, was am Wegesrand wächst.

Erwachsene, wie auch Kinder sind herzlich willkommen!

Bitte Aufbewahrungsmöglichkeiten für gesammelte Kräuter & Sitzunterlage für Pause mitbringen.

Termin: Sa 05.08.2023 14.30 - 17.30 Uhr

Ort: Wanderparkplatz Pünzendorf

Kosten: kostenlos, Spenden erwünscht

Anmeldung und Infos:

Tel 0951-18507082

christinehelmrich@gmx.de

Natur & Kräuter

Pflanzen-Erlebnismittag für Kinder und Eltern am oder im Umkreis des SoLaWi Feldes

mit **Henrike Herbold**

Viele Geschichten, Märchen und Lieder erzählen uns von den heimischen Pflanzen, die unsere Gesundheit unterstützen. In diese Welt wollen wir bei einem märchenhaften Pflanzenspaziergang eintauchen. Wir werden einige Pflanzen der Jahreszeit näher kennen lernen und sammeln. Auch die Pflanzen auf dem Feld wollen wir mit anderen Augen betrachten. Danach werden wir gemeinsam mit Freude das Gesammelte in ein leckeres Abendessen verwandeln, inkl. kindergerechter Rezepte.

Willkommen sind Kinder ab 6 Jahren mit Eltern, max. 25 Personen

Termin: Sa 02.09.2023 **14 -18 Uhr**

Ort: Wird mit der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: kostenlos, Spenden erwünscht

Anmeldung und Infos:

Tel 0171-2065374

h.herbold@email.de

Kräuterwanderung

mit **Christine Helmrich**

Wilde Herbstfrüchte:

Exkursion in einer farbenfrohen Jahreszeit zum Entdecken wilder Früchtchen, Kräuter, Samen und vieles mehr.

Termin: Sa 07.10.2023 **13.30 - ca 16.15 Uhr**

Ort: Der Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.

Kosten: 14,- €

Anmeldung und Infos:

Tel 0951-18507082

christinehelmrich@gmx.de

Natur & Kräuter

Sauerkraut im Glas – einfach und lecker!

Mit Bernadette Förtsch

Haben Sie schon immer mal Lust gehabt, Ihr eigenes Sauerkraut selbst herzustellen und wissen nicht genau wie es geht? Oder Sie brauchen nicht so große Mengen wie früher in einem Gärtopf? Dann sind Sie hier genau richtig! Mal einen halben Krautkopf übrig, dann schnell hobeln, kneten, würzen, gären lassen – geht fix, ist gesund und macht Spaß! Nach einer Einführung in die Wirkweise der Milchsäurebakterien werden wir verschiedene Sorten Sauerkraut verkosten und zum Vergären ansetzen. Der Fantasie sind hierbei keine Grenzen gesetzt! Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Der Workshop ist für Erwachsene und Jugendliche geeignet, jedoch begrenzt auf max. 15 Personen. Ich freue mich auf Sie!

Termin: Sa 18.11.2023

14 - 16 Uhr

Ort: Wird mit der Anmeldung bekanntgeben

Kosten: kostenlos, Spenden erwünscht

Anmeldung und Infos:

anmeldung@solawi-giechburgblick.de

Tel 0178 - 1607784



Jura Scheßlitz

In Zusammenarbeit mit
dem Familienstützpunkt
St. Jakobus



Erklärung:

FSP: Familienstützpunkt Kiga St. Jakobus Königfeld

Herausgeber.

ILE „Region Jura – Scheßlitz e.V.“
in Zusammenarbeit mit dem runden Tisch
„Lebenswerte ILE“ (ehemaliger Gesundheitszirkel
Gesunde Kommune Königfeld)

Ansprechpartner: Thomas Kovacic
Frederike Klein
Thomas Hüppe
Mandy Baum



**Anregungen
sind jederzeit willkommen!**

Programmbeiträge
senden Sie bitte an:

info@avena-hof.de oder
info@verein-jura-schesslitz.de