

**ibe.**  
**BILDUNG**  
EVANGELISCH

Fränkische Schweiz



**Veranstaltungen**  
**Januar - April 2023**

## Herzlich willkommen

.....

## Liebe Leser:innen

„Drei Kirchen am Weg – Hoffnung“, unter diesem Titel haben wir im vergangenen Jahr unseren neuen Hoffnungsweg gestellt, der auf seinen elf Kilometern Wegstrecke mit Zwischenstopps in drei Kirchen und der Natur für viele Menschen zu einer Quelle der Inspiration und inneren Einkehr wurde.

Bis dies ab dem Frühjahr wieder möglich ist, bieten wir Ihnen mit unserem Winterprogramm eine Reihe ganz unterschiedlicher Indoor-Veranstaltungen zum Zuhören, Mitreden, Mitmachen und Mitsingen an. Und trotz Winter wagen wir uns mit drei geführten Einkehrwegen auch ins Freie.

Ich bin mir sicher, dass unser abwechslungsreiches Winterprogramm auch für Sie die ein oder andere interessante Veranstaltung bereithält. Wir von Bildung Evangelisch Fränkische Schweiz freuen uns auf Sie.

Ihr



*Reiner Redlingshöfer, Dekan  
Sprecher des Bildungsausschusses*

## Kontakt

.....

**Bildung**Evangelisch Fränkische Schweiz  
Kirchplatz 3 // 91322 Gräfenberg  
Tel. 09192 994549 | 09192 285 (Dekanat)  
Fax. 09192 994548  
be.fraenkische-schweiz@elkb.de  
Wir sind Mitglied im EBW Erlangen e.V.



**Aktuelle Informationen** zum Programm, zur Anmeldung und zu einzelnen Veranstaltungen finden Sie auf unserer Webseite, Änderungen vorbehalten: Informieren Sie sich online oder per Mail, ob und in welchem Format (online oder präsent) die Angebote stattfinden werden.

[www.be-fraenkische-schweiz.de](http://www.be-fraenkische-schweiz.de)

## Meditation – der etwas andere Spaziergang

**Freitag, 13.01.2023 von 14.00 – 16.00 Uhr**  
.....

### „Nach den Sternen greifen“

Im Jahr 2008 wurde der Igensdorfer Sonnen- und Planetenweg eröffnet. Die drei Kilometer lange Strecke in Form eines „P“ führt vom Rathaus entlang an der Schwabach in Richtung Stöckach und vermittelt uns eine Vorstellung davon, wie riesig die Dimensionen unseres Sonnensystems sind.

So wie die Heiligen Drei Könige den Sternen folgten, machen auch wir uns auf den Weg. Wir erleben die Skulpturen und schauen darauf aus Sicht der Kunst und der Spiritualität. Dabei wollen wir mit unterschiedlichen Impulsen unsere Wahrnehmung und den Blick auf die Sterne bereichern.

*Referentinnen: Dr. Julia Illner, Pfarrerin, Leiterin BildungEvangelisch Erlangen, Gertrud Wiesheier, Pädagogische Mitarbeiterin, BildungEvangelisch Fränkische Schweiz*

*Treffpunkt: Rathaus Igensdorf, Bürgermeister-Zeiß-Platz 1, 91338 Igensdorf*

*Kosten: 3,- Euro // Hinweis: Der Weg ist barrierefrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich!*



Foto: Gertrud Wiesheier



Fotos: Gertrud Wiesheier

Wer den Planetenweg „erwandert“, bekommt eine bessere Vorstellung von den riesigen Dimensionen unseres Sonnensystems. Und auch, wie winzig und entsprechend empfindlich unser blauer Planet, die Erde ist. Wer vorab mehr zum Planetenweg erfahren möchte, kann sich hier inspirieren lassen:

[www.igensdorf.de/Freizeit-Gäste/Planetenweg](http://www.igensdorf.de/Freizeit-Gäste/Planetenweg)

## Familie - Elternabend



Foto: unsplash©Keren Fedida

**Dienstag, 31. Januar 2023 von 19.00 – 20.30 Uhr**  
.....

### Konzentration - Die Konzentrationsfähigkeit von Grundschulern positiv stärken!

Mit dem Schuleintritt beginnt ein neuer Lebensabschnitt für ein Kind, der auch neue Herausforderungen mit sich bringt. Vielen Eltern bereitet dabei besonders die Konzentrationsfähigkeit ihres Kindes Sorge. Typische Fragen, mit denen sich Eltern von Grundschülerinnen und Grundschulern beschäftigen, lauten: Wie kann ich mein Kind auf die Anforderungen des Schulalltags vorbereiten? Oder: Wie kann ich mein Kind beim Lernen unterstützen?

Der Elternabend soll diese Unsicherheiten auffangen. Gemeinsam mit den Eltern wird u.a. beleuchtet wie Lernen und Konzentration funktioniert und was Kinder brauchen, um sich gut konzentrieren zu können. Außerdem erhalten Eltern praktische Anregungen dazu, wie sie die Konzentrationsfähigkeit ihrer Kinder positiv stärken können.

*Referentin: Alexandra Götz, Sozialpäd. M.A. (FH)*

*Ort: Grundschule Gräfenberg, Am Sportplatz 1, 91322 Gräfenberg*

*Teilnahme kostenfrei*

*Anmeldung: bitte bis 24.01.2023 unter [grundschule@graefenberg.de](mailto:grundschule@graefenberg.de)*

## be verschenken...

### Wie wäre es Zeit an gute Freunde zu schenken?

In unserem Programm finden Sie Inspiration - nicht nur für Sie selbst, vielleicht auch für Freunde: „uns“ gibts auch als Gutschein!  
.....

Herzliche Grüße, Ihr be-Redaktionsteam



### Hinweis:

Die Anmeldung für die Seniorenkurse ist verbindlich und gilt jeweils für alle Treffen.



**Dienstag, 24. Januar 2023 von 15.45 – 16.30 Uhr Kurs-Start**

### Gehirnjogging: „Wer rastet, der rostet“

Durch gezieltes Training von Gedächtnisaufgaben lässt sich die positive Wirkung bei der Bearbeitung neuer Aufgaben, die dem Training ähneln, beobachten. Ein ganzheitliches Training mit Bewegungselementen, Aktivierung der Sinne, dem Einbezug des Alltags und der eigenen Lebensgeschichte fördert u.a. Merkfähigkeit, Aufmerksamkeit, Wortfindung und Konzentration. Gemeinsam statt einsam aktiv werden!

Referentin: Doreen Asmussen, Gesundheits- und Krankenpflegerin

Ort: Gemeindehaus Gräfenberg, Kirchplatz 3

Zeit: dienstags jeweils von 15.45 – 16.30 Uhr im 14-tägigen Turnus

Beginn: 24. Januar 2023, weitere Termine sind 07. Februar 2023, 21. Februar 2023, 07. März 2023 und 21. März 2023

Kosten: 5,- € pro Treffen // Teilnehmerzahl: mind. 6, max. 10 Personen

Anmeldung: bitte bis 20. Januar 2023 direkt bei Frau Asmussen per

E-Mail: [fitundaktiv-graefenberg@gmx.de](mailto:fitundaktiv-graefenberg@gmx.de) oder Mobil: 0174 – 2035155

**Samstag, 04. Februar 2023 – Start der Kochgruppe**

### „Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen“

Die besten Gespräche finden in der Küche und beim gemeinsamen Essen statt. Gemeinsam kochen, essen und sich die Zeit nehmen zu genießen, sind nur ein Teil der Kochgruppe. Vor allem geht's um die Freude am Kochen, dem Spaß beim Training von Alltagsfähigkeiten sowie dem Wunsch, mit anderen Menschen ins Gespräch zu kommen... Die Kunst des Kochens trifft auf das Glück des Genießens und das Geschenk des Zusammenseins!

Referentin: Doreen Asmussen, Gesundheits- und Krankenpflegerin

Ort: Gemeindehaus Gräfenberg, Kirchplatz 3

Zeit: samstags jeweils von 9.00 bis 11.45 Uhr im monatlichen Turnus

Beginn: 04. Februar 2023, weitere Termine sind 04. März 2023, 01. April 2023 und 06. Mai 2023

Kosten: 15,- € pro Treffen // Teilnehmerzahl: mind. 7, max. 9 Personen

Anmeldung: bitte bis 31. Januar 2023 direkt bei Frau Asmussen per

E-Mail: [fitundaktiv-graefenberg@gmx.de](mailto:fitundaktiv-graefenberg@gmx.de) oder Mobil: 0174 – 2035155

## Fortbildung für Leiter:innen von Seniorenkreisen



**Mittwoch, 15. März 2023  
von 14.30 – 17.00 Uhr**

### Glücksmomente und Herausforderungen in der Seniorenkreisarbeit

Die ehrenamtliche Arbeit im Seniorenkreis ist segensreich – und anstrengend! Bei dieser Fortbildung finden wir heraus, was uns bei unserer Arbeit beglückt und was wir als schwierig und herausfordernd empfinden –

und wie wir damit umgehen können. Gemeinsam überlegen wir, wie Lösungen aussehen können. Es bleibt auch Zeit für Begegnung und Austausch. Für das leibliche Wohl ist gesorgt: Kaffee, Tee und Kuchen stehen für Sie bereit. Wir freuen uns auf die Begegnung mit Ihnen!

Referentinnen: Sabine Gilson, Erwachsenenbildnerin, BildungEvangelisch Erlangen; Gertrud Wiesheier, Erwachsenenbildnerin, BildungEvangelisch Fränkische Schweiz

Ort: Evangelisches Gemeindehaus Wannbach, Wannbach 49, 91362 Pretzfeld

Teilnahme kostenlos, Spenden erwünscht

Anmeldung: bitte bis 08. März 2023 bei [be.fraenkische-schweiz@elkb.de](mailto:be.fraenkische-schweiz@elkb.de)

## Wanderung auf historischen Pfaden



Foto: Melanie Schulz

**Donnerstag, 02. Februar 2023 von 09.30 – ca. 12.30 Uhr**

### Auf hellen Pfaden

Gemeinsam „be-gehen“ wir Mariä Lichtmess, das früher nicht zuletzt als Beginn des bäuerlichen Jahres sehr wichtige, heute oft untergehende Marien- und Christusfest. Mit einer Wanderung auf historischen Pfaden rund um Leienfels lassen wir an verschiedenen Kristallisationspunkten ländlichen Lebens Licht auch in unser Neues Jahr fallen.

Die Strecke mit einer Länge von ca. 8 km und rund 300 Höhenmeter verlangt von uns Trittsicherheit und eine gewisse „Wetterfestigkeit“, „Gestrüpptauglichkeit“ und „Schmutzresistenz“ werden vorausgesetzt. Zur anschließenden Stärkung besteht die Möglichkeit zu einer kleinen Schlusseinkehr.

*Referentin: Melanie Schulz („seitab traben“), studierte Biologin und Theologin, zertifizierte Natur- und Landschaftsführerin Fränkische Schweiz  
Treffpunkt: 9.30Uhr Wanderparkplatz am Ortseingang von Leienfels (Ortsteil Pottenstein)*

*Anmeldung: bitte bis 27. Januar 2023 bei be-fraenkische-schweiz@elkb.de oder per Telefon 09192 – 99 45 49 oder 09192 – 285 (Dekanat)*

*Kosten: 5,- € pro Person*

*(zzgl. Schlusseinkehr, kleine Kerzen werden gestellt)*

## Vorschau

### Eltern-Kind-Seminar Weltentdecker

**Neue Kurse ab Januar 2023 und auf Anfrage**

Online-Anmeldung und ausführliche Informationen

[www.forchheim-evangelisch.de/fz-angebote](http://www.forchheim-evangelisch.de/fz-angebote)

In Kooperation mit dem Familienzentrum St. Johannis Forchheim



### Kirchen kino - Filmempfehlung „Rafael“

„Film ab“ wird es wieder in einer der Kirchen in den Dekanaten Forchheim oder Gräfenberg heißen.

Bitte informieren Sie sich bei Interesse über unsere Webseite oder fragen Sie den Film einfach für Ihre Kirchengemeinde an.



### Eine Welt Café

**Auch im neuen Jahr hat das Eine-Welt-Café in**

**Gräfenberg geöffnet.** Sobald Termine und

Veranstaltungsideen stehen, finden Sie Informationen dazu auf der Webseite der Kirchengemeinde Gräfenberg unter [www.graefenberg-evangelisch.de](http://www.graefenberg-evangelisch.de)

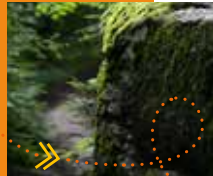


Foto: pixabay

### Drei Kirchen am Weg HOFFNUNG

Mit Beginn der neuen Pilgersaison ab Ostermontag 2023 kann die Pilgerstrecke „Drei Kirchen am Weg HOFFNUNG“ wieder begangen werden. Falls Sie mit einer Gruppe kommen möchten, besteht auch die Möglichkeit, eine Wegbegleitung zu buchen.

**Fragen Sie gerne an!**



**[www.be-fraenkische-schweiz.de](http://www.be-fraenkische-schweiz.de)**



## Marriage Week 2023: Ehe-Seminar



**Samstag, 04. Februar 2023 von 9.00 – 13.00 Uhr**

### **Das Geheimnis richtigen Zuhörens: „Dich wertzuschätzen beginnt damit, Dir zuzuhören...“**

Das Problem unserer zwischenmenschlichen Kommunikation ist es aber, dass wir nicht zuhören, um zu verstehen. Wir hören zu, um zu antworten. Mit folgenden Themen wollen wir uns beschäftigen: Die Kunst des Zuhörens als wesentlichen Teil der Kommunikation zu verstehen...

- „Dich verstehen“ bedeutet, Dich wirklich immer mehr zu kennen
- „Dich verstehen“ heißt, mich selbst weiterzuentwickeln
- „Dich verstehen“ befähigt mich, unterschiedliche Sichtweisen auszuhalten
- „Dich verstehen“ lässt uns miteinander wachsen, weil auch Du mich immer besser verstehst

*Referent: Stefan Beißer, Kommunikationstrainer und Coach*

*Ort: Evangelisches Gemeindehaus, Wannbach 49, Pretzfeld*

*Kosten: 40,- € pro Person inklusive Getränken und kleinem Imbiss*

*Anmeldung: bitte bis 20. Januar 2023 bei [be.fraenkische-schweiz@elkb.de](mailto:be.fraenkische-schweiz@elkb.de)*

*Hinweis: Das Seminar kann auch von Einzelpersonen gebucht werden!*

## Woche der Brüderlichkeit



**März 2023**

### **Öffnet Tore der Gerechtigkeit – Freiheit Macht Verantwortung**

Seit 1952 veranstalten die Gesellschaften für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit im März eines jeden Jahres die Woche der Brüderlichkeit, dieses Jahr zum Thema „Öffnet Tore der Gerechtigkeit – Freiheit Macht Verantwortung“.



Im März finden zum jüdischen Leben früher und heute eine Bustour nach Pottenstein und ein Gesprächsabend in Forchheim statt. Die genauen Termine standen bei der Drucklegung noch nicht fest. Bitte entnehmen Sie das Programm und Details zur jeweiligen Veranstaltung der Presse oder unserer Webseite.

unbekannt sind oder noch nicht zu unseren Lieblingsliedern gehören...

... Das möchten wir sehr gerne mit unserem Singworkshop ändern, der für alle offen ist: Neue Melodien, die zu Herzen gehen und die Begeisterung des eigenen Singens der Lieder im Alltag, dazu nimmt uns Gerhard Fischer getreu dem Vorwort musikalisch mit: „Dieses Liederbuch lädt dazu ein, aufzuatmen und dabei wie von selbst mit dem ausströmenden Atem zum Lob zu finden!“

*Referent: Gerhard Fischer, Chorleiter „Impuls“ Baiersdorf & Mitglied Präsidium Populärmusikverband Bayern*

*Ort: Evangelisches Gemeindehaus Igensdorf, St. Georg Straße, beim Friedhof  
Anmeldung: bitte bis 03. Februar 2023 bei [pfarramt.igensdorf@elkb.de](mailto:pfarramt.igensdorf@elkb.de) oder [be.fraenkische-schweiz@elkb.de](mailto:be.fraenkische-schweiz@elkb.de)*

*Teilnahme kostenfrei – Spenden erbeten!*

## Singworkshop



**Freitag, 10. Februar 2023  
von 19.00 – 21.00 Uhr**

### **„Kommt, atmet auf“ Singworkshop zum Liederheft**

Wer kennt es nicht, das fröhliche Liederheft mit der Amsel auf dem violett-grün-blauen Cover? Gerne nehmen wir es in die Hand in Vorfreude auf neue Lieder und als Ergänzung zum evangelischen Gesangbuch. Beim Durchblättern allerdings fällt meist auf, dass viele der modernen Lieder

## Wanderung zur Passionszeit

**Freitag, den 24.03.23 von 14.30 Uhr bis  
ca. 18.00 Uhr**

### Kreuze-Weg

Viele sehr verschiedengestaltige Kreuze sind ein traditionelles, allerdings heute oft unbeachtetes Landschaftselement der gesamten, jahrhundertlang stark christlich geprägten Fränkischen Schweiz. Auf einer geführten mittelschweren Wanderung besuchen wir ausgewählte Flur-, Hof- und Wegkreuze zwischen Tüchersfeld und Gössweinstein und finden Impulse für die zweiten Hälfte der Fastenzeit. Unterwegs ist auch eine kleine leibliche Stärkung vorgesehen.

*Referentin: Melanie Schulz, studierte Theologin und zertifizierte Natur- und Landschaftsführerin Fränkische Schweiz  
Strecke: ca. 9,5 Kilometer, insgesamt ca. 130 Höhenmeter im Auf- und auch im Abstieg, zum Teil kurzzeitig auch steil  
Treffpunkt: Wanderparkplatz Tüchersfeld am Ortsausgang Richtung Unterailsfeld*

*Kosten: 5,- € pro Person zuzüglich Nachmittagsimbiss*

*Anmeldung: bitte verbindlich bis Montag, 20. März 2023 unter 09192 – 994549 (oder 09192 – 285 Dekanat) oder per Mail: [be.fraenkische-schweiz@elkb.de](mailto:be.fraenkische-schweiz@elkb.de)*



Foto: Melanie Schulz

## Vorsorge – nicht nur für Senioren...

**Donnerstag, 30. März 2023 von 19.30 – 21.00 Uhr**

### Die Pflegeverfügung – eine Ergänzung zur Vorsorgevollmacht

Was ist eine Pflegeverfügung? Wie muss sie verfasst werden, damit sie Gültigkeit hat? Zu diesen und anderen Fragen haben wir Frau Irmgard Ginzel eingeladen. Sie geht anhand praktischer Beispiele aus ihrem Beratungsalltag in ihrem Pflegeberatungsbüro DIE BRÜCKE an diesem Abend mit den Anwesenden die Inhalte des Formblatts „Pflegeverfügung“ Schritt für Schritt durch. Zusätzlich erklärt uns Frau Ginzel, worauf zu achten ist, damit im Bedarfsfall die Pflegeverfügung gültig ist.

*Referentin: Irmgard Ginzel,  
Pflegeberatungsbüro DIE BRÜCKE*

*Ort: Gemeindehaus Gräfenberg, Kirchplatz 3*

*Anmeldung: bitte bis 23. März 2023 bei  
[be.fraenkische-schweiz@elkb.de](mailto:be.fraenkische-schweiz@elkb.de)*

*Teilnahme kostenfrei – Spenden erwünscht*



Foto: pixabay

## Die Bibel zum Sprechen bringen

**Dienstag, 25. April 2023 von 19.30 – 21.00 Uhr**

### „Weil jede:r was zu sagen hat!“

Bibliolog, eine lebendige, kommunikative Form, biblische Texte zu erkunden

Viele suchen nach lebendigen, kommunikativen Formen in Verkündigung und Bibelarbeit. Im Bibliolog werden kleine und große Gruppen angeleitet, gemeinsam eine biblische Geschichte zu erforschen und lebendig werden zu lassen. Der Informationsabend erschließt anwendungsorientiert mit einigen Übungen die methodischen Schritte zum Bibliolog und zeigt auf, wo und wie man selbst erlernen kann, diese Form der Texterkundung für sich zu erschließen.

*Referentin: Andrea Felsenstein-Roßberg, Bibliologtrainerin, Referentin für Kirchenraum und Spiritualität*

*Ort: Evangelisches Gemeindehaus Neunkirchen am Brand, Von-Hirschbergstraße 8*

*Kosten: 5,- € pro Person*

*Anmeldung: bitte bis 18. April 2023 bei [be.fraenkische-schweiz@elkb.de](mailto:be.fraenkische-schweiz@elkb.de)*



## Vorschau: Wildkräuterkochkurs



Foto: tanja Bernschneider

**Samstag, 13.05.2023 von 9.30 – 14.30 Uhr**

### Entdecken, bestimmen, genießen

Dieser Kurs umfasst eine Wildkräuterführung und einen Wildkräuter-Kochkurs. Gemeinsam streifen wir durch die Natur und lernen was es kulinarisches in Wald und Wiese zu entdecken gibt. Anschließend kochen wir uns ein leckeres Menü daraus. Wildkräuter stecken nicht nur voller wertvoller Inhaltsstoffe, sie sind auch noch ein wahrer Gaumenschmaus!

*Referentin: Tanja Bernschneider, Natur- und Kräuterschule Runa*

*Ort: Gemeindehaus, Kirchplatz 3, 91322 Gräfenberg*

*Kosten: 30,- € pro Person*

*Das Menü wird vegetarisch gehalten. Getränke sowie das Mehrgangmenü (Bio und regional) sind enthalten. Der Kurs findet bei jedem Wetter statt.*

*Anmeldung bis 01.05.2023 unter: 0152 – 02793733 oder per Mail  
[tanja.bernschneider@gmx.de](mailto:tanja.bernschneider@gmx.de)*