

# martinus forum



**bildungs**angebot  
der katholischen Erwachsenenbildung Untermain

September 2022 – Februar 2023

<b>Glaube und Gesellschaft</b>	<b>6</b>
<b>Spiritualität und Orientierung</b>	<b>24</b>
<b>Resilienz und Lebenshilfe</b>	<b>36</b>
<b>Kultur und Begegnung</b>	<b>58</b>
<b>Kreativität und Inspiration</b>	<b>80</b>
<b>Terminübersicht</b>	<b>86</b>
<b>Geschäftsbedingungen</b>	<b>92</b>
<b>Impressum</b>	<b>94</b>
<b>Anmeldung</b>	<b>95</b>

## **Martinusforum Aschaffenburg-Schmerlenbach e.V.**

Treibgasse 26 | 63739 Aschaffenburg

Telefon 06021 392-100 | Fax 06021 392-119

[www.martinushaus.de](http://www.martinushaus.de) | [www.martinusforum.de](http://www.martinusforum.de)

E-Mail [info@martinusforum.de](mailto:info@martinusforum.de)

Facebook [www.facebook.com/martinushaus/](http://www.facebook.com/martinushaus/)

### **Öffnungszeiten**

Montag bis Freitag 8.30 - 12.00 Uhr

Montag bis Donnerstag 13.00 - 16.00 Uhr



## Im Fokus:

### Endlich wieder normal?

So war es im vergangenen Frühjahr oft zu hören, als viele der Corona-Schutzmaßnahmen nach und nach weggelassen werden durften. Ausgehen, im Chor singen, Hochzeit feiern war nun wieder möglich. Vielen Menschen merkte man die Freude und Erleichterung darüber an, und natürlich haben auch wir als Erwachsenenbildungs-Team voller Elan dieses neue Programm für den Herbst und Winter geplant und vorbereitet. Endlich wieder normal?!

Der Krieg in der Ukraine und in Russland hat uns erschreckend klar gemacht: „Normal“ ist nicht angesagt. Und wenn wir ehrlich sind: Was für uns normal war, stellte schon immer für den Großteil unserer Mitmenschen auf der Welt den absoluten Ausnahmefall dar. Gerade jetzt erleben nun auch wir, dass Sicherheit und Wohlstand zerbrechliche Gebilde sind und wir keinen Anspruch darauf erheben können, unser "normales" Leben zurück zu bekommen.

Was hilft?

Wir als Erwachsenenbildungs-Team sind davon überzeugt, dass wir Menschen lernfähig sind. Wir können uns immer wieder an neue Situationen und Gegebenheiten anpassen, können unsere

Ziele und Prioritäten neu formulieren, uns auf Werte und Grundhaltungen besinnen, neue Wege und Lösungen finden. Sich (neu) orientieren – das geht am besten gemeinsam, im Austausch, im Gespräch, im Dialog. Niemand weiß alles, aber jede:r hat etwas beizutragen!

So stellen wir Ihnen gern unser neues Angebot vor und laden Sie ein, mit uns gemeinsam die kleinen und großen Herausforderungen anzugehen!

Nicht zuletzt feiern wir zusammen mit dem ganzen Martinushaus im November 2022 unseren 50. Geburtstag. Auch damals waren die Gründung des Bildungs-Vereins und der Bau des Martinushauses in Aschaffenburg eine Antwort auf die Krisen der Zeit. Und sie hat sich bewährt!

In diesem Sinne starten wir mit Ihnen gemeinsam in ein neues Arbeits- und Veranstaltungsjahr.



*Andreas Bergmann*

Andreas Bergmann

*Ursula Silber*

Ursula Silber

*Burkard Vogt*

Burkard Vogt

<b>Rektorin</b>	<b>Bildung und Konzeption</b> Dr. Ursula Silber Tel.: 06021 392-102 u.silber@martinushaus.de
<b>Leitung</b>	<b>Tagungsbetrieb und Hausverwaltung</b> Anje Elsesser Tel. 06021 392-101 a.elsesser@martinushaus.de
<b>Bildungsreferenten</b>	Andreas Bergmann Tel. 06021 392-116 a.bergmann@martinushaus.de  Burkard Vogt Tel. 06021 392-104 b.vogt@martinushaus.de
<b>Verwaltung</b>	Mechthild Schmücker Tel. 06021 392-105 m.schmuecker@martinushaus.de  Silke Franz Tel. 06021 392-115 s.franz@martinushaus.de
<b>Empfang</b>	Sindi Juskevic Tel. 06021 392-100 info@martinusforum.de

### Allgemeine Hinweise:

Bitte beachten Sie die Vorgaben des aktuellen Hygiene- und Sicherheitskonzepts unter [www.martinushaus.de](http://www.martinushaus.de)

Bei allen Veranstaltungen, bei denen ein Anmeldeschluss angegeben ist, benötigen wir Ihre Anmeldung über unsere Homepage oder schriftlich inkl. SEPA-Lastschriftmandat.

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

## Fotowettbewerb



### Martinus – Spuren

Zum 50-jährigen Jubiläum des Martinushauses lädt das Martinusforum dazu ein, den Heiligen Martin neu und anders zu entdecken. Wir bitten Sie, sich von diesem Heiligen inspirieren zu lassen und Bilder einzusenden, die ihn selbst und / oder seine Botschaft "ansehbar" machen.

Die Gewinnerfotos des Wettbewerbs werden im November als Ausstellung im Foyer gezeigt und spielen auch eine Rolle im Martinusmusikspiel, das Anfang November in der St. Agatha-Kirche in Aschaffenburg aufgeführt wird.

#### Und das gibt es zu gewinnen:

**1. Preis:**

Gutschein über 300,00 EUR bei Fotofocal Aschaffenburg

**2. Preis:**

Gutschein über 150,00 EUR bei Fotofocal Aschaffenburg

**3. Preis:**

Gutschein über 50,00 EUR bei Fotofocal Aschaffenburg

**4.– 10. Preis:**

CD & Eintrittskarten für "SPUREN – ein Martinus-Musikspiel"

#### Und so geht's:

Sie können bis zu drei Bilder einreichen. Diese müssen eine Auflösung von 300 dpi haben (lange Seite des Fotos: 30 cm).

Schicken Sie die Bilder mit dem Stichwort „Martinus-Fotowettbewerb“ an [info@martinusforum.de](mailto:info@martinusforum.de) und geben Sie Ihre Kontaktdaten an (Name, Alter, Telefonnummer).

Wir danken der Firma Fotofocal, dem Main-Echo-Verlag und der Sparkasse Aschaffenburg für die Unterstützung. Mitarbeiter:innen des Martinushauses sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

**Einsendeschluss ist Montag, 10. Oktober 2022**

Die ausführlichen Teilnahmebedingungen finden Sie auf unserer Homepage unter [www.martinushaus.de/fotowettbewerb](http://www.martinushaus.de/fotowettbewerb).



## Einfach himmlisch

Programmeröffnung mit dem Duo Sizilianne



**Dienstag, 20.09.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
kostenfrei

Musikerinnen:  
Anne Kox-Schindelin  
Anne Rüttiger

Seit 50 Jahren ist das Martinushaus ein Ort, an dem gut geredet nach dem Himmel gefragt und alles Irdische auch unter der Perspektive des Himmels besprochen wird. Was liegt also näher, als dieses Jubiläumsprogramm mit himmlischen Klängen von Harfe und Flöte zu eröffnen? Als Duo Sizilianne werden Anne Kox-Schindelin (Harfe) und Anne Rüttiger (Querflöte) ausgesuchte klassische Stücke, aber auch Folklore und Filmmusik zu Gehör bringen, von zartschmelzend bis krokant! Nebenbei erfährt das Publikum Interessantes und Amüsantes. Freuen Sie sich auf himmlische Anklänge an die ein oder andere Veranstaltung des neuen Programms! Dazu gibt es wie gewohnt weitere Informationen durch das Bodenpersonal und ein Glas Sekt!



## Je suis Karl

Film & Gespräch zum Rechtsruck in Europa

**Samstag, 01.10.2022**

Zeit: 14:00 - 16:30 Uhr

Ort: Casino-Kino  
Ohmbachgasse  
63739 Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
5,00 EUR

Referent: Burkard Vogt

Kartenreservierung im  
Casino unter Tel.:  
06021 451077-2 oder  
casino-aschaffenburg.de

Im Filmdrama "Je suis Karl" von Christian Schwochow geht es um eine junge Frau, deren Familie Opfer eines Terroranschlages wurde. Sie lernt den charismatischen Karl kennen, der zur rechten Szene gehört, die mit extremistischen Mitteln versucht, die Grundfesten der Demokratie in Deutschland zu zerstören. Der Film nimmt die demokratiefeindlichen Tendenzen des aktuellen Rechtsrucks in Europa kritisch in den Blick. Vor dem Film gibt es eine Hinführung und die Einladung zum anschließenden Gespräch.

Im Rahmen der "Langen Nacht der Demokratie"

In Kooperation mit: Aschaffener Netzwerk Demokratie



## Die Freimaurer

Eine geheime Gesellschaft



**Dienstag, 04.10.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
5,00 EUR

Referent:  
Helmut Demel

Wer sind die Freimaurer? Wie ist die Freimaurerei entstanden und wie geheim ist sie wirklich? Sind die Freimaurer Weltverschwörer oder Weltverbesserer?

Helmut Demel, Miltenberger Altbürgermeister und selbst Freimaurer, gibt einen spannenden Einblick in die legendenumwobene Gemeinschaft.

## Letzte Hilfe Kurs

Basiswissen für eine Begleitung auf dem letzten Weg

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
kostenfrei

Referentin: Ilona Englert

### KURS 1

**Montag, 10.10.2022**

Zeit: 17:00 - 21:00 Uhr

Anmeldeschluss:  
03.10.2022

### KURS 2

**Montag, 28.11.2022**

Zeit: 17:00 - 21:00 Uhr

Anmeldeschluss:  
21.11.2022

Wenn ein geliebter Mensch im Sterben liegt, ist es sehr wichtig, dass ein nahestehender Mensch da ist. Oft zeigt sich jedoch eine große Unsicherheit, es ist viel altes Wissen und Handlungskompetenz in diesem Themenfeld verloren gegangen.

Der Letzte-Hilfe-Kurs ist ein Kurs für interessierte Menschen, die lernen möchten, was sie für die ihnen Nahestehenden am Ende des Lebens tun können (Informationen zum Konzept: [www.letztehilfe.info](http://www.letztehilfe.info)).

Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem Hospizdienst des Malteser Hilfsdienstes e. V. Aschaffenburg.

Wir freuen uns über eine Spende für die Hospizarbeit!



## Neuland Gemeindeteams

Werkstattabende für ehrenamtlich Engagierte am Untermain

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
kostenfrei

**Mittwoch, 14.09.2022**

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr

Referentin: Monika Albert

**Montag, 17.10.2022**

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr

Referent: Dr. Stefan Heining

**Donnerstag, 27.10.2022**

Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr

Referent: Andreas Bergmann



Mit den Pfarrgemeinderatswahlen gibt es Gemeindeteams in der Diözese Würzburg: Frauen und Männer, die vor Ort Mitverantwortung übernehmen und sich für ein lebendiges Gemeindeleben engagieren – vernetzt mit dem gemeinsamen Pfarrgemeinderat, dem Rat im pastoralen Raum und dem hauptamtlichen Pastoralteam. Anders als für die anderen Gremien lässt die Satzung den Gemeindeteams einen großen Freiraum, was Arbeitsweise und Schwerpunktsetzung angeht. Eher entlang des Kirchenjahres oder eher projekt- oder zielgruppenbezogen? Was ist das Besondere unserer Gemeinde? Was sind die Anliegen der Menschen? Wofür werden wir gebraucht? Welche Ressourcen bringen wir mit?

Auf jeden Fall brechen die Mitglieder der Gemeindeteams ins Neuland auf, suchen und finden ihren Weg zwischen bisherigen Erwartungen und neuen Akzenten, zwischen Zuspruch und Anspruch, zwischen Tradition und Erneuerung.

Diese drei Werkstattabende sollen die Teilnehmenden zu diesem "Neuland" ermutigen und motivieren sowie mit Impulsen und konkreten Tools versorgen.

In Kooperation mit: Abteilung Fortbildung und Begleitung, Abteilung Pastorale Entwicklung im Bistum Würzburg



## Das Modellprojekt "Allegro – eine blühende Melodie"

Wie wir mit Klima-Kunst unsere Zukunft gestalten können

Teilnahmegebühr:  
5,00 EUR

Referentin: Mila Langbehn

**Montag, 17.10.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Franziskushaus  
Miltenberg



**Dienstag, 18.10.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg



Die Künstlerin Mila Langbehn gestaltet Zukunft, indem sie Kunst und Klimaschutz miteinander vereint. Ihre "Blühende Melodie" ist eine dauerhafte Land-Art-Installation aus lebendigem Grün, das im großen Stil das Straßenbild und die Atmosphäre im Musikerviertel von Duisburg-Rheinhausen prägen wird. Durch Vernetzung von Institutionen, eine umfangreiche Regenwassernutzung und soziokulturelle Aktivitäten ist ein innovatives Modell-Projekt entstanden.

In ihrem Lichtbildervortrag widmet sich Mila Langbehn neben der Vorstellung ihres Projektes auch den Fragen: Auf welche Art kann Klimaschutz uns Freude bereiten und motivieren? Und wie kann Klimaschutz schließlich ein selbstverständlicher Teil unserer Kultur werden?



## Der Ukrainekrieg – eine Zeitenwende wohin?

Aufrüstung, Waffenexporte und  
die Sicherheit Europas



**Dienstag, 25.10.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
5,00 EUR

Referent: Andreas Zumach

Ist nach dem Ukrainekrieg und nach dem Ende der Ära Putin eine gesamteuropäische Sicherheitsordnung gemeinsam mit Russland noch vorstellbar? Ist die Forderung "Frieden schaffen ohne Waffen" weiterhin realitätstauglich? Oder sind die unter dem Eindruck des Ukrainekrieges gefassten Beschlüsse für eine massive militärische Aufrüstung tatsächlich alternativlos?

In Kooperation mit: pax christi



## Teilen, Teil-nehmen, Teil-haben

Podiumsgespräch mit Gerhard Trabert  
und Michelle Becka



**Dienstag, 08.11.2022**

Zeit: 20:00 - 21:30 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
5,00 EUR

Referent:innen:  
Prof. Dr. Michelle Becka  
Prof. Dr. Gerhard Trabert



Teilen ist Grundhaltung christlicher Verantwortung gegenüber dem Nächsten, der Gesellschaft und der Einen Welt – so lässt sich aktualisierend die Botschaft des hl. Martin von Tours beschreiben, der vor 1700 Jahren mit dem Armen seinen Mantel teilte und darin Christus begegnete.

Wie können auf der Basis von Menschenwürde und Solidarität heute Erfahrungen, Güter, Werte, Chancen und Herausforderungen gerecht und gemeinwohlorientiert geteilt werden? Was ist zu tun gegen gesellschaftliche und politische Spaltungs- und Abgrenzungstendenzen? Wie erhalten diejenigen eine Stimme, die aktuell von gesellschaftlicher Marginalisierung bedroht sind? Was bedeutet Teilen – gesellschaftliches Teil-nehmen und Teil-geben – angesichts aktuell erhöhter Armutsgefährdung durch Preissteigerungen bei Lebensmitteln, Energie und Mieten?

Dazu werden die beiden Gäste aus der Perspektive des Sozialmediziners und Aktivisten bzw. der Sozialethikerin und Theologin Stellung nehmen.

### Auf den Spuren des Heiligen Martin

Ein etwas anderer Stadtrundgang

**Mittwoch, 09.11.2022**

Zeit: 16:30 - 20:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
7,50 EUR inkl. Getränke  
und Martinsweck

Referent: Burkard Vogt

St. Martin ist der Patron der Stadt Aschaffenburg – und er hat hier Spuren hinterlassen: in der Kunst, aber auch im Leben der Stadt. Auf unserer Spurensuche werden wir zu Fuß Bekanntes und Überraschendes erkunden, uns dabei auch näher mit der Geschichte des Heiligen beschäftigen. Ausklingen lassen wir den Rundgang bei einem Getränk und einem Martinsweck.



### Give Peace A Chance

Putins Angriffskrieg und die Möglichkeiten für Frieden



**Montag, 14.11.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Franziskushaus  
Miltenberg

Teilnahmegebühr:  
5,00 EUR

Referent: Thomas Meinhardt

In Kooperation mit:  
pax christi

In Europa herrscht Krieg. Das schien bis vor Kurzem kaum denkbar. In kürzester Zeit werden viele Gewissheiten in Frage gestellt und Entscheidungen getroffen, die unsere Welt für Jahrzehnte prägen werden. Wie verhalten wir uns als Christen und als christliche Friedensbewegung in dieser Situation? Andererseits: Die zentralen globalen Probleme – Klimaerwärmung, Hunger und Gewalt – lassen sich nur durch weltweite Zusammenarbeit lösen. Aber wie kann das funktionieren? Welche Rolle können hierbei Zivilgesellschaft und Kirchen auch in Deutschland spielen?

### "Ich bin ein Mensch, die ungelehrt ist"

Die Kirchenlehrerin Hildegard von Bingen  
(1098-1179)



**Dienstag, 22.11.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
5,00 EUR

Referentin:  
Dr. Hildegard Gosebrink

2022 jährt sich zum zehnten Mal die Ernennung Hildegards zur Kirchenlehrerin. Sie war Benediktinerin, Theologin und Komponistin, vor allem eine großartige Strategin.

An diesem Abend entdecken Sie Hildegards Leben und Denken vor dem Hintergrund ihrer Zeit. Dabei geht es auch um Orientierung: Was stammt wirklich von Hildegard, wo wird ihr Name heute vermarktet? Sie erfahren Hilfreiches zu ihrem visionären Selbstverständnis und erleben Ermutigung für Ihre Fragen heute.

In Kooperation mit: Arbeitsstelle Frauenseelsorge der Freisinger Bischofskonferenz.



### "Leben – was sonst!"

Drei adventliche Tage in Schmerlenbach

**Sonntag, 04.12.2022 –  
Dienstag, 06.12.2022**

Beginn Sonntag: 16:30 Uhr  
Ende Dienstag: 13:00 Uhr

Ort: Tagungszentrum  
Schmerlenbach

Teilnahmegebühr:  
252,00 EUR  
inkl. Übernachtung und  
Verpflegung

Referentin:  
Andrea Schwarz

Anmeldeschluss:  
04.11.2022

Was ist das eigentlich, was wir an Weihnachten feiern und wofür wir uns in diesen Wochen des Advents einstimmen und vorbereiten? Mitten im Dunkel der Nacht kommt ein Kind zur Welt, bringt ein Licht, einen Klang, ein Wort. Und lässt die Sehnsucht Wurzeln schlagen, die Hoffnung wachsen, das Vertrauen neu knospen. Und vielleicht das Leben neu erblühen. Die Botschaft des Kindes heißt: "... damit sie das Leben haben und es in Fülle haben!" – und diese Zusage gilt in allen Dunkelheiten dieser Welt, welchen Namen sie auch immer tragen. "Leben – was sonst!" – das ist Einladung und trotzig Antwort zugleich auf die Nächte dieser Welt. Und eigentlich spricht überhaupt nichts dagegen, das in diesen Tagen vor Weihnachten schon mal einzüben. Damit der Zauber des Advents eine Chance hat...

**HÄUSER**

*Der Spessart-Metzger*

- Fleisch mit lokaler Herkunft
- Traditionell hausgemachte Wurst
- Tagesfrische Feinkostspezialitäten
- Köstliche Speisen & kreatives Catering

Häuser GmbH · Daimlerstraße 10 · 63741 Aschaffenburg  
[WWW.HAEUSER-METZGEREI.DE](http://WWW.HAEUSER-METZGEREI.DE)

### Wilde Weihnachten – gegen die Zähmung von Advent und Weihnachten

Dienstagsgespräch mit Andrea Schwarz

**Dienstag, 06.12.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
5,00 EUR

Referentin: Andrea Schwarz



Weihnachten ist anders. Das ist radikal, das ist ungeheuerlich, das verblüfft und überrascht – wenn wir uns wirklich darauf einlassen. Und eigentlich ist dieses Fest eben gerade nicht den Erwartungen angepasst, die damit oft genug verbunden werden, sondern will uns auf etwas Ursprüngliches und die Kraft des Lebens verweisen. Ein kleines Kind zerreißt die Netze, die uns gefangen halten. Es kommt in diese Welt und stellt sich an unsere Seite, um uns das Leben und die Freiheit zu schenken. Das ist die Zusage von Weihnachten – "wild" und "frei", und eben nicht auf schön frisiert, auf Nettigkeit getrimmt und den scheinbaren Bedürfnissen angepasst. Dazu will dieser Abend mit Texten, Geschichten und Gedanken einladen – und damit ein Plädoyer gegen die Zähmung dieses Festes sein.



## Dann geh und handle genauso!

Nach- und Vordenken für Helfer:innen mit Herz  
mit Pater Anselm Grün

**Montag, 12.12.2022**

Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Ort: Margaretenkirche  
Sulzbach

Teilnahmegebühr:  
kostenfrei

Referent:  
Pater Anselm Grün OSB



Die Gründungsidee des Sozialkreises Sulzbach und die Motivation der ehrenamtlich Engagierten bis heute lautete: „Gemeinsam dem die Hand zu reichen, der Hilfe braucht – gleichgültig ob einheimisch oder ausländisch, ob vor Ort oder in Ländern der Einen Welt, ob in eine persönliche Notlage geraten oder durch eine Naturkatastrophe betroffen.“ Das 50-jährige Jubiläum nehmen die Verantwortlichen der sozialen Bürgerinitiative zum Anlass, um "nach- und vorzudenken"; sie haben dazu Pater Anselm Grün nach Sulzbach eingeladen. Anhand des Gleichnisses Jesu vom Barmherzigen Samariter wird der Benediktiner die Notwendigkeit und Motivation helfenden Handelns neu erschließen, aber auch auf Missverständnisse und Überforderungen eingehen.

In Kooperation mit: Sozialkreis Sulzbach e.V., PG St. Christophorus Sulzbach



## Engagement.

**Helfen ist uns wichtig!**

Deshalb unterstützen wir Vereine,  
Sport, Kunst, Kultur und Sozialprojekte.



## "Glaube bewegt"

Vorbereitung auf den Weltgebetstag der Frauen 2023

**Donnerstag, 19.01.2023**

Zeit: 14:30 - 18:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
kostenfrei

Referentin: Dr. Ursula Silber

Anmeldeschluss:  
13.01.2023

Frauen aus Taiwan haben dieses Mal die Gottesdienstordnung für den Weltgebetstag am ersten Freitag im März verfasst, der jährlich ein Höhepunkt der Frauenökumene ist: Auf der ganzen Welt werden Frauen unterschiedlicher christlicher Konfessionen von den Stärken und Problemen der Menschen anderswo hören und miteinander Gottesdienst feiern. In unserer Werkstatt für Multiplikatorinnen und interessierte Frauen bieten wir dazu Hintergrundinformationen, aber auch praktisches Handwerkszeug für die Umsetzung in Gruppen und Gemeinden an.

In Kooperation mit: Frauenseelsorge Würzburg und dem Ev.-luth. Dekanat Aschaffenburg.

## Auswandern oder bleiben?

Bedrängte Christ:innen im Orient



**Montag, 23.01.2023**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Franziskushaus  
Milteneck

Teilnahmegebühr:  
5,00 EUR

Referent:  
Stefan Maier

Stefan Maier von der Initiative Christlicher Orient gibt einen Einblick in die schwierige Situation im vom Krieg zerstörten Syrien, im Libanon und im Nordirak, mit einem speziellen Augenmerk auf die Situation der christlichen Minderheiten. Konkrete Beispiele zeigen, wie kirchliche Partner vor Ort unterstützt werden, den oft bedrängten Christen Zukunftsperspektiven in ihren jeweiligen Heimatländern zu bieten. Außerdem wird auf konkrete Unterstützungsmöglichkeiten hingewiesen.

## "Spannend bleibt es..."

Der Synodale Weg als geistlicher Prozess



**Dienstag, 07.02.2023**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
5,00 EUR

Referentin:  
Prof. Dr. Margit Eckholt

Der Synodale Weg der deutschen Ortskirche wird im März 2023 voraussichtlich zum Abschluss kommen. Was ist zu erwarten? Werden die Hoffnungen auf Reform erfüllt? Wie steht der Weg der Reform in Deutschland zu den synodalen Prozessen weltweit? Frau Professorin Margit Eckholt ist Mitglied der Synodalversammlung und Mitglied von Forum "Frauen in Diensten und Ämtern der Kirche". Sie blickt auf die Arbeit der letzten Jahre zurück und baut auch die Brücke in internationale Kontexte.

Ihre These: Der Synodale Weg ist ein geistlicher Prozess, er wird – auch nach offiziellem Abschluss im März 2023 – in diesem Sinn weitergehen.



### Erneuerung des Judentums durch Frauen im Rabbinat

Erfahrungen der liberalen Rabbinerin Elisa Klapheck

**Donnerstag, 09.02.2023**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
5,00 EUR

Referentin: Rabbinerin  
Prof. Dr. Elisa Klapheck



Sie ist Rabbinerin der liberalen Synagogengemeinschaft "Egalitärer Minjan" in der Jüdischen Gemeinde in Frankfurt, Professorin für Judaistik, aber auch Journalistin und Politologin. Als Angehörige der "ersten Generation danach" ist es ihr ein Anliegen, wieder positive Perspektiven für das Judentum in Deutschland und darüber hinaus zu entwickeln. Welche Rolle die religiöse Gleichberechtigung für Frauen und die Sichtbarkeit von Frauen als Rabbinerinnen dabei spielen, darüber berichtet Elisa Klapheck an diesem Abend. Die Veranstaltung wird auch gestreamt, die Zugangsdaten erhalten Sie auf Anfrage!

In Kooperation mit: Verein Wolfsthalplatz e.V., Stiftsarchiv Aschaffenburg und vhs Aschaffenburg

## Wie geht faire Kleidung?



**Montag, 13.02.2023**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Franziskushaus  
Miltenberg

Teilnahmegebühr:  
5,00 EUR

Referentin: Susanne Spitzner

Als 2013 in Bangladesch ein Fabrikgebäude einstürzte und über 1000 Näherinnen in den Tod riss, wurde die Weltöffentlichkeit aufmerksam auf die Zustände, die teilweise in der Textilindustrie herrschen. Inzwischen ist die Sensibilität für faire Produktionsbedingungen gewachsen und auch das Thema Klimaschutz hat Einzug gehalten in die Kleiderindustrie. Susanne Spitzner ist Mitarbeiterin von "Luvgreen" und will aufzeigen, was Kleidung fair und nachhaltig macht. Sie wird Wege zeigen, wie die/der einzelne Verbraucher:in diesen Trend unterstützen kann.



„GOTT rettet“

Politik und Erlösung im Buch Jesaja

**Freitag, 24.02.2023 –  
Sonntag, 26.02.2023**

Beginn Freitag: 18:00 Uhr  
Ende Sonntag: 13:00 Uhr

Ort: Kloster Triefenstein  
Am Klosterberg 2  
97855 Triefenstein

Teilnahmegebühr:  
50,00 EUR  
zzgl. Unterkunft 124,00 -  
168,00 EUR, zahlbar direkt  
vor Ort.

Anmeldung direkt bei der  
Christusträger Bruderschaft  
e.V. Triefenstein:  
Tel. 09395 7770, E-Mail:  
tr-gaeste@christustraeger.org

Referent:  
Prof. Dr. Jonathan Magonet

Anmeldeschluss:  
17.02.2023

Das kleine Land Israel war zu allen Zeiten eine schmale Landbrücke zwischen den Großmächten des Alten Orients. Die ersten Kapitel im Jesaja-Buch zeigen wie in einem Kaleidoskop Erfahrungen von Krieg und Frieden, Macht und Ohnmacht, Bündnispolitik und Gottvertrauen.

Wir lesen bekannte und weniger bekannte Texte aus dem Buch Jesaja, erforschen ihre jüdische und christliche Wirkungsgeschichte und fragen nach aktuellen Bezügen.

In Kooperation mit: Christusträger Bruderschaft Triefenstein



## "Ich bin das Leben"

Einführung in das Evangelium nach Johannes

**Samstag, 04.03.2023**

Zeit: 10:00 - 17:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
30,00 EUR inkl. Imbiss  
(für Lektor:innen und  
Gottesdienstbeauftragte  
übernimmt das Referat für  
Liturgie und Verkündigung  
die Kosten)

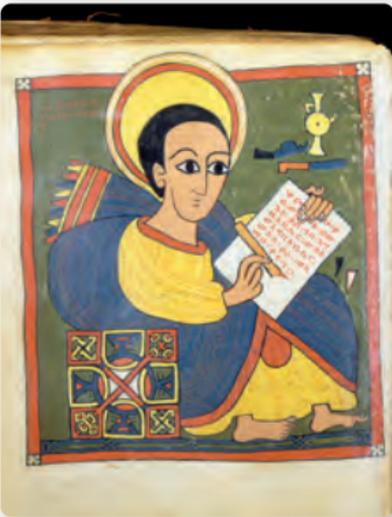
Referent:  
Prof. Dr. Martin Ebner

Anmeldeschluss:  
24.02.2023

Das Johannes-Evangelium nimmt im Neuen Testament eine besondere Stellung ein. Es erzählt keine Weihnachtsgeschichten, aber von sieben großen "Zeichen", an denen man Jesus erkennen kann. Keine Apostel-Listen, dafür aber Geschichten von Frauen, die den Sohn Gottes erkennen und ihn verkünden. Keine Bergpredigt, aber die bekannten "Ich-bin-Worte", die wie in einem Brennglas zeigen, wer Jesus ist – auch für uns?

Im Anschluss an die Fortbildung ist die Teilnahme an der Eucharistiefeier mit Prof. Martin Ebner möglich.

In Kooperation mit dem Referat für Liturgie und Verkündigung



## Kontemplationswochenende

**Freitag, 09.12.2022 –  
Sonntag, 11.12.2022**

Beginn Freitag: 18:00 Uhr  
Ende Sonntag: 12:00 Uhr

Ort: Tagungszentrum  
Schmerlenbach

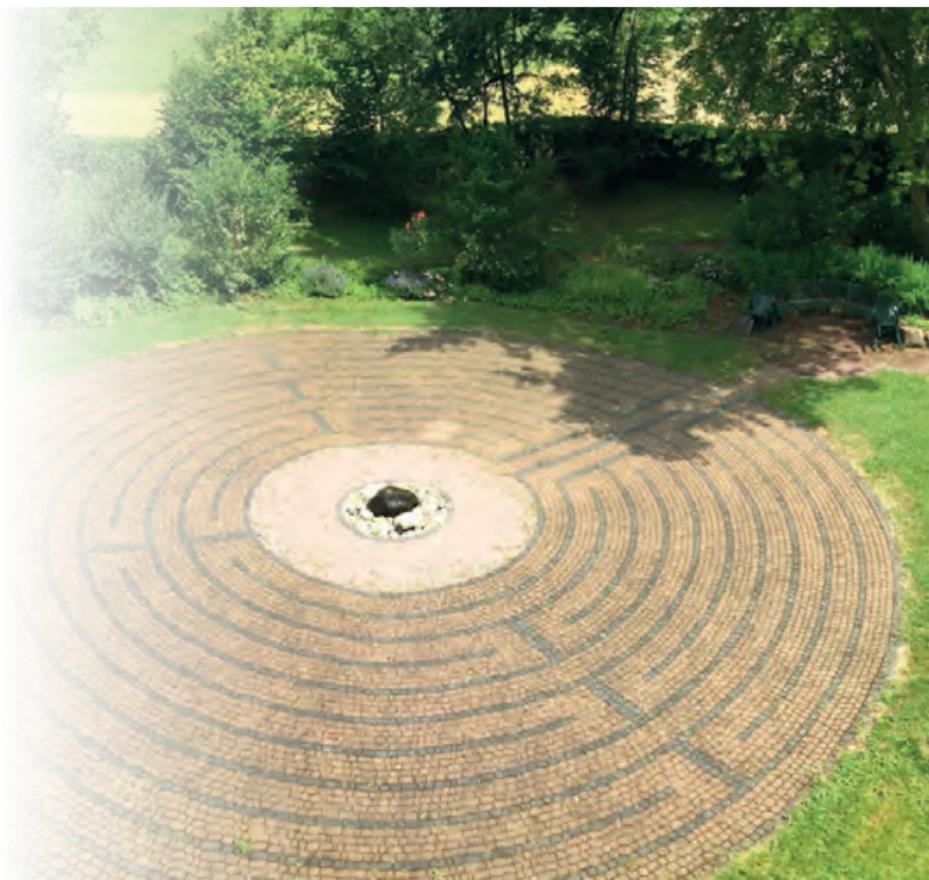
Teilnahmegebühr:  
352,00 EUR  
inkl. Übernachtung und  
Verpflegung

Referent:in:  
Petra Speth, Andreas Speth

Anmeldeschluss:  
11.11.2022

"Ich will still sitzen, stille werden und schweigen und lauschen, was Gott in mir spricht" (nach Meister Eckhart).

An diesem Wochenende werden wir uns im Schweigen einüben, um die Fülle des Augenblicks wahrzunehmen und schätzen zu lernen. Die Übung vollzieht sich im Lauschen nach innen, insbesondere über die aufmerksame Wahrnehmung des Atems. Das kontemplative Gebet führt uns in eine Haltung der inneren Ruhe, in der wir nichts aus uns selber tun, sondern wir überlassen uns ganz dem Wirken des Geistes Gottes. Einzelgespräch, Impulsvortrag, Qi Gong und kontemplatives Gehen im Naturraum werden uns bei diesem inneren Prozess unterstützen. Der gesamte Kurs findet im Schweigen statt.



## Wer innehält, hält das Innere

Einführung und Einübung in die Kontemplation

### **Dienstag, 06.09.2022**

Zeit: 19:30 - 21:30 Uhr

Ort: Tagungszentrum  
Schmerlenbach

kostenfrei

Die Teilnahme ist zu jedem  
Termin einzeln möglich.

Referentin: Petra Speth

Die Grundübung der Kontemplation als christlicher mystischer Weg ist das Verweilen in der Fülle des Augenblicks, das Loslassen aller Gedanken und Vorstellungen und das vertrauensvolle Sich-Einlassen auf den eigenen Wesensgrund. Zentrales Element der Kontemplation ist das Sitzen in Stille. In Verbindung mit dem Atem kehren wir uns immer wieder von außen nach innen. Dies zur Erfahrung des eigenen spirituellen Kernes, der trägt, begleitet und verwandelt. Das stille Sitzen wird durch achtsames Gehen und Körperübungen begleitet.

### **weitere Termine:**

18.10. / 08.11. /  
06.12.2022 / 10.01. /  
07.02.2023

## Auszeit

Bibel teilen online

### **Mittwoch, 07.09.2022**

Zeit: 20:00 - 21:00 Uhr

Ort: virtueller Raum

kostenfrei, mit Anmeldung

Referent:innen:  
Dr. Ursula Silber  
Regina Thonius-Brendle  
Walter Lang  
Burkard Vogt

Jeweils am ersten Mittwoch im Monat treffen sich um 20 Uhr Interessierte zum Austausch über den Evangeliumstext des kommenden Sonntags im Internet. Das Moderatorenteam setzt sich aus Mitarbeiter:innen der Internet-Beratungsarbeit, der Erwachsenenbildung des Martinusforums und der Familienseelsorge Miltenberg zusammen.

In Kooperation mit: Familien- und Internetseelsorge Region Untermain

### **weitere Termine:**

05.10. / 02.11. /  
07.12.2022 / 04.01. /  
01.02.2023

Für diese Veranstaltung bitte jeweils bis Montagabend per Mail anmelden bei:  
[b.vogt@martinushaus.de](mailto:b.vogt@martinushaus.de)

### Damit das Leben nicht an mir vorbeigeht

Seminar für Frauen zu Kraftquellen im Alltäglichen und Besonderen

**Freitag, 23.09.2022 –  
Samstag, 24.09.2022**

Beginn Freitag: 18:00 Uhr  
Ende Sonntag: 17:00 Uhr

Ort: Tagungszentrum  
Schmerlenbach

Teilnahmegebühr:  
99,00 EUR  
inkl. Übernachtung und  
Verpflegung

Referentin: Barbara Lurz

Anmeldeschluss:  
26.08.2022

Mehr als eine Kraftquelle brauche ich, um die vielfältigen Aufgaben in meinem Leben zu meistern. Engagiert in Beruf, Familie, ehrenamtlicher Arbeit und anderem mehr – woher bekomme ich die Kraft für dieses Tun?

Ist mein Lebensgefühl eher durch Stress bestimmt? Was kann ich dem Zuviel an Stress entgegenhalten?

Das Seminar bietet die Möglichkeit, praktisch, kreativ, mit ganzheitlichen Elementen, mit Zeit für sich selbst und im Austausch Kraftquellen zu erschließen. Spannend wird es dabei auch hinter den Horizont des Alltags zu blicken und in die Tiefe zu gehen.

In Kooperation mit:  
KDFB Frauenkreis Erlenbach



## Yoga und Meditation

Ort: Martinushaus,  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
65,00 EUR je Kurs

Referentin: Christine Christl

Zeit: je 10:00 - 11:30 Uhr

Anmeldeschluss:  
jeweils 27.09.2022

**jeweils dienstags:**

**KURS 2A**

04.10. - 20.12.2022, 10x

**jeweils mittwochs:**

**KURS 3**

05.10. - 21.12.2022, 10x

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

Bitte Yogamatte mitbringen.

Anmeldeschluss:  
jeweils 02.01.2023

**jeweils montags:**

**KURS 1**

09.01. - 20.03.2023, 10x  
Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**jeweils dienstags:**

**KURS 2**

10.01. - 21.03.2023, 10x  
Zeit: 10:00 - 11:30 Uhr



## Musik, die berührt – Wort, das trifft

**Donnerstag, 06.10.2022**

Zeit: 20:00 - 21:30 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
10,00 EUR

Referent: Burkard Vogt

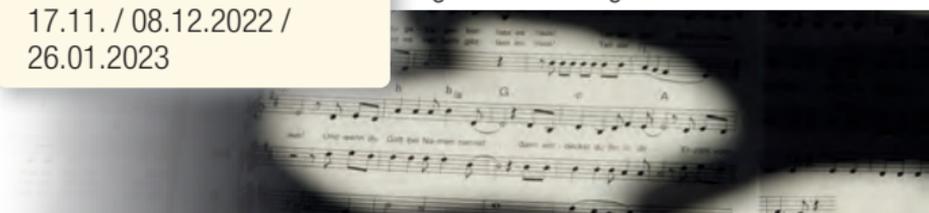
Anmeldeschluss:  
28.09.2022

### weitere Termine:

17.11. / 08.12.2022 /  
26.01.2023

Unter dem Begriff "Neues Geistliches Lied" findet man eine große Bandbreite von Liedern, vom einfachen Lobpreis bis hin zu vierstimmigen Chorsätzen.

Gemeinsames Kennzeichen ist neben den bei der Popular-Musik angelehnten Melodien und Rhythmen vor allem eine zeitgemäße Sprache. An den Abenden der Veranstaltungsreihe werden wir rund um ein Thema einige dieser Lieder aufgreifen, uns von den Texten inspirieren lassen und sie gemeinsam singen.



## Eselpilgertag 2.0

Spirituelle Eselswanderung

**Samstag, 15.10.2022**

Zeit: 10:00 - 16:00 Uhr

Start- und Endpunkt:  
Schellenmühle Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
45,00 EUR  
inkl. einfaches Mittagessen

Referentinnen:  
Dr. Ursula Silber  
Andrea Marquart

Anmeldeschluss:  
06.10.2022

Esel sind faszinierend – genügsam, vorsichtig und klug!? Lernen Sie diesen besonderen Wegbegleiter in natura kennen und begeben Sie sich auf einen Eselpilgertag. Sich auf den Weg machen, sich an Kreuzungen entscheiden müssen, Grenzen erkennen und damit umgehen, Weitblick gewinnen – all dies und noch mehr können Sie an diesem Tag erleben. Verschiedene Impulse unterstützen Sie dabei, das Erfahrene zu bedenken. So oder so: Sie kommen in Bewegung!

## Perlen im Gesangbuch

Große deutsche Kirchenlieder entdecken:  
Morgenglanz der Ewigkeit

Teilnahmegebühr:  
Eintritt frei,  
Spenden erwünscht

Referenten:  
Michael Pfeifer  
Mark Genzel

**Donnerstag, 20.10.2022**

Zeit: 20:00 - 21:30 Uhr

Ort: Muttergottespfarrkirche  
Aschaffenburg

**Freitag, 21.10.2022**

Zeit: 20:00 - 21:30 Uhr

Ort: Auferstehungskirche  
Lohr

Kirchenlieder sind poetisch-theologische und musikalische Kunstwerke. Sie prägten ganze Generationen und können auch heute noch ihre spirituelle Kraft entfalten. Bei diesem musikalischen Emporengespräch lässt Kantor Mark Genzel die klanglichen Facetten des Liedes "Morgenglanz der Ewigkeit" aufleuchten.

Der Theologe Michael Pfeifer erschließt Entstehungsgeschichte, Sprache, Bilderreichtum, biblische und theologische Bezüge sowie die poetische Qualität des Liedes.

In Kooperation mit: Referat für Verkündigung und Liturgie Würzburg



## Von "Avinu" bis "Zizit"

Jüdische Liturgie kennen lernen

**Freitag, 18.11.2022**

Zeit: 15:00 - 21:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
40,00 EUR

inkl. Abendessen  
(Für Ehrenamtliche in liturgi-  
schen Diensten übernimmt  
das Referat für Verkündi-  
gung und Liturgie die Kos-  
ten.)

Referentin:  
Dr. Annette Miriam Böckler

Anmeldeschluss:  
29.10.2022

In Kooperation mit: Deka-  
natsbüro, Referat für Ver-  
kündigung und Liturgie, vhs  
Aschaffenburg

Jüdische Gebetszeiten und liturgi-  
sche Feiern in der Synagoge sind  
vielen Menschen fremd. Warum  
wird auf Hebräisch gebetet? Sit-  
zen Frauen und Männer wirklich  
getrennt? Was bedeuten die ver-  
schiedenen "Accessoires", die  
zum Gebet angelegt werden?

Dieses Seminar bietet die Gele-  
genheit, ein wenig mehr darüber  
zu erfahren. Neben Vermittlung  
von Wissen über den jüdischen  
Gottesdienst werden wir am Frei-  
tagabend per Videokonferenz zu  
einem jüdischen Schabbat-Got-  
tesdienst zugeschaltet sein. Dabei  
entdecken wir auch Verbindungs-  
linien zu christlichen Gebets- und  
Gottesdienstformen.

Teilnehmer:innen an diesem Se-  
minar sind eingeladen, gemein-  
sam am 19.11.2022 den Gottes-  
dienst in Frankfurt zu besuchen.  
(s. Seite 72) Bitte teilen Sie uns bei  
der Anmeldung mit, ob Sie daran  
Interesse haben, dann erhalten  
Sie von uns weitere Informationen!



### "...und Friede den Menschen"

Die Lieder in der Weihnachtserzählung des Lukas

**Montag, 12.12.2022 –  
Mittwoch, 14.12.2022**

Zeit: je 18:00 - 21:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
60,00 EUR

Referent: Dr. Jo Beckers

Anmeldeschluss:  
05.12.2022

Nicht nur die Engel singen! Auch Zacharias, Maria und Simeon unterbrechen die bekannte Weihnachtsgeschichte des Lukasevangeliums mit einem Lied, das weit mehr ist als ein musikalisches Intermezzo.

An drei Abenden treffen wir uns zu einem einfachen gemeinsamen Abendessen. Wir lesen miteinander in der Bibel. Mit Austausch, Meditation und Impulsen üben wir uns in das aufmerksame Hinschauen und Hören und gehen auf Weihnachten zu.

### Schon leuchtet der Krippe heller Schein

Impulse und Lieder auf dem Weg  
zum Weihnachtsfest



**Montag, 12.12.2022**

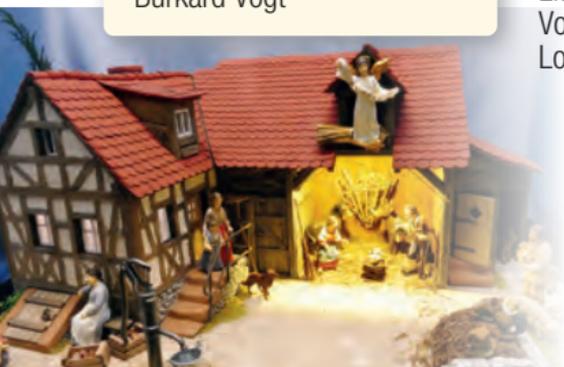
Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: St. Jakobuskirche  
Miltenberg

Teilnahmegebühr:  
5,00 EUR

Referent: Paul Weismantel  
Musiker:innen:  
Rebecca Wißmann  
Robert Flörchinger  
Thomas Lorenz  
Burkard Vogt

Es gilt wohl ganz besonders für Weihnachten, dass ein Fest von seiner Vorbereitung lebt. Die Gedanken und Impulse an diesem Abend möchten dazu anregen und dabei unterstützen, wollen ermutigen, den je eigenen Weg der inneren Einstimmung zu gehen. Dabei sollen möglichst viele Strahlen vom guten Licht der hellen Vorfreude geweckt und entdeckt werden. Die Gedanken von Paul Weismantel werden umrahmt mit neuen geistlichen Liedern, interpretiert von Burkard Vogt, Rebecca Wißmann, Thomas Lorenz und Robert Flörchinger.



### "Wie steh' ich denn dann da?"

Liturgische Präsenz im ökumenischen Dialog

#### **Samstag, 21.01.2023**

Zeit: 10:00 - 15:00 Uhr  
mit Pause

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
15,00 EUR  
inkl. Getränke und Imbiss  
Die Teilnahme ist für Ehren-  
amtliche in den liturgischen  
Diensten (LektorInnen, Got-  
tesdienstbeauftragte, Prädi-  
kantInnen) kostenlos.

Referent:innen:  
Dr. Ursula Silber  
Dekan Rudi Rupp  
Jörg Harald Werron

In Zusammenarbeit mit dem  
Referat für Verkündigung  
und Liturgie und dem evan-  
gelisch-lutherischen Dekan-  
at Aschaffenburg.

Wie stehe ich vor der Gemeinde?  
Wie bewege ich mich im Kirchen-  
raum? Wie kann ich in meinem  
Dienst persönlich glaubwürdig auf-  
treten?

Diese Fragen bewegen evange-  
lische und katholische Gottes-  
dienst-Akteure gleichermaßen. Wir  
wollen ökumenisch reflektieren,  
ausloten und einüben, wie wir im  
Rahmen unserer konfessionellen  
Traditionen, aber vor dem einen  
Gott Liturgie feiern.

Anmeldung unter:  
dekantsbuero.ab@bistum-  
wuerzburg.de  
oder Tel. 06021 392123

## Oasentag

Einen Tag lang auftanken mit der Bibel

**Sonntag, 22.01.2023**

Zeit: 11:00 - 17:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg und  
Ev. Gemeindezentrum,  
Boschweg 2, Miltenberg

Teilnahmegebühr:  
25,00 EUR inkl. Mittagessen

Referent:innen:  
Dr. Ursula Silber  
Regina Thonius-Brendle  
Walter Lang  
Burkard Vogt

Anmeldeschluss:  
19.01.2023

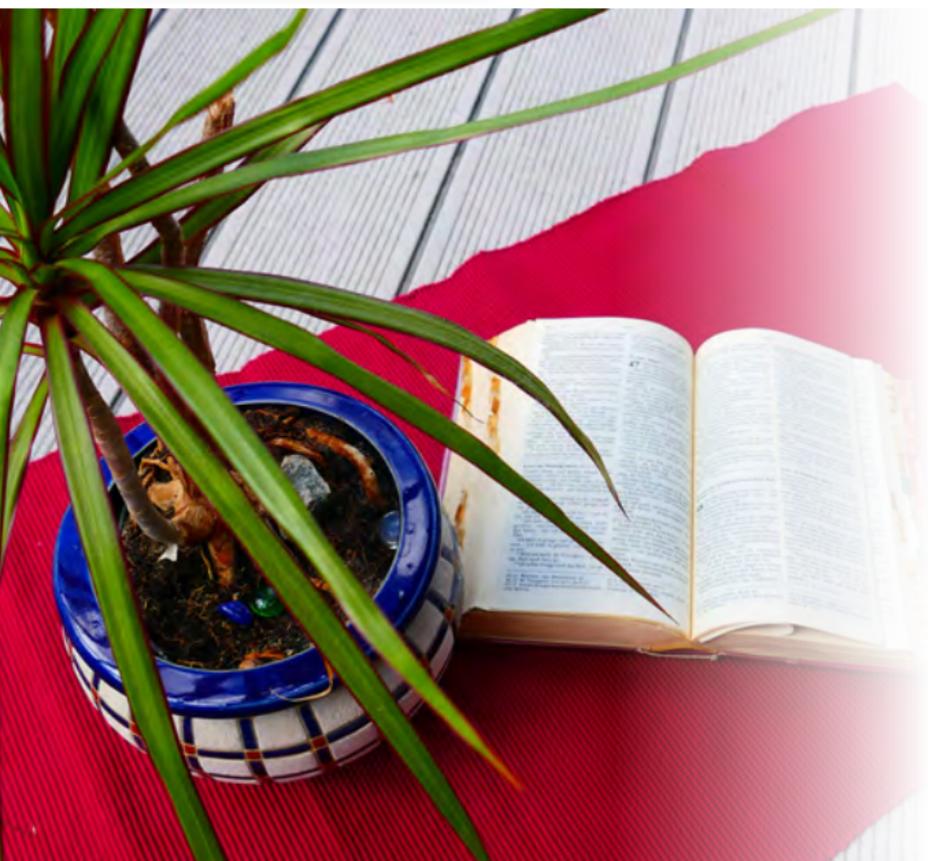
In Kooperation mit der Fach-  
stelle Ehe & Familie Aschaf-  
fenburg & Miltenberg.

Nach fast drei Jahren "Bibel teilen online" an jedem ersten Mittwoch im Monat laden wir Teilnehmer:innen und Interessierte endlich zu einer Live-Begegnung ein – mit der Bibel und miteinander! Einen Tag lang gemeinsam neue Geschichten, Methoden und Menschen entdecken, dabei Kraft schöpfen für das neue Jahr – und ermutigt werden, "Bibel teilen" auch selbst in die Hand zu nehmen.

Der Bibel-Oasentag findet parallel in Aschaffenburg und in Miltenberg statt.

Anmeldungen für Aschaffenburg:  
[info@martinushaus.de](mailto:info@martinushaus.de)

Anmeldungen für Miltenberg:  
[familienseelsorge.mil@bistum-wuerzburg.de](mailto:familienseelsorge.mil@bistum-wuerzburg.de)



## Schenk dir einen Quellentag

Tanztag: Licht-Blicke

**Samstag, 11.03.2023**

Zeit: 09:30 - 17:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
45,00 EUR inkl. Mittagessen

Referent:innen:  
Rita Hummel  
Lorenz Hummel

Anmeldeschluss:  
04.03.2023

Licht-Blicke sind wichtige Momente, gerade in Zeiten der Sehnsucht nach Licht und Wärme. Licht-Blicke sind Kraftquellen, die guttun: Sie lassen aufleben, aufblühen und bringen die Seele zum Leuchten. Diese wunderbaren Augenblicke erhellen den Alltag, schenken Freude und zeigen neue Horizonte auf.

Kreistänze, Gebärden, Impulse, Texte und die Stille vertiefen den Tag.



# SPUREN



**Martinus  
ein Musikspiel**

**Samstag, 5.11.2022 um 19.30 Uhr  
Sonntag, 6.11.2022 um 17.00 Uhr  
St. Agatha-Kirche, Aschaffenburg**

Eintritt: 12 Euro, erm. 9 Euro  
Vorverkauf im Martinushaus, Treibgasse 26, Aschaffenburg

Buch: B. Vogt  
Musik: B. Vogt, A. Unterguggenberger  
Schauspiel: Martinus-Ensemble  
Musikalische Begleitung: Martinusband & Chor Mosaik

Veranstaltet vom Martinusforum e.V.  
im Rahmen des Jubiläums  
"50 Jahre Martinushaus"



## Zweierpack

Ein entspannter Tag für Paare

**Samstag, 10.09.2022**

Zeit: 10:00 - 15:00 Uhr

Ort: Schellenmühle  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
35,00 EUR pro Paar

Referent: Thorsten Seipel

Anmeldung unter der Tel.:  
06021 392150 oder  
thorsten.seipel@  
bistum-wuerzburg.de

Draußen unterwegs sein als Paar – mit dabei vier Esel. Während der Tour dürfen Sie die Esel führen. Unterwegs gibt es Anregungen für das Gespräch zu zweit.

In Kooperation mit: Fachstelle Ehe und Familie Region Aschaffenburg



## Gedächtnistraining durch Tanz

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
60,00 EUR je Kurs

Referentin:  
Marianne Zellfelder

Anmeldeschluss:  
jeweils 05.09.2022

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

Bitte mitbringen:  
Rutschfeste Hallenschuhe

### KURS 1

**jeweils montags:**

12.09.2022 - 27.02.2023, 19x  
Zeit: 09:30 - 11:00 Uhr

### KURS 2

**jeweils dienstags:**

13.09.2022 - 28.02.2023, 19x  
Zeit: 09:30 - 11:00 Uhr



## Tanztee

Fit und beschwingt durch Bewegung im Alter

**Montag, 12.09.2022**

Zeit: 14:00 - 17:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
6,00 EUR  
inkl. Kaffee und Kuchen

### weitere Termine

10.10. / 28.11. /  
19.12.2022 /  
16.01. / 13.02.2023

Tanzen macht gute Laune – und hält beweglich und fit!

Deshalb treffen sich einmal im Monat Senior:innen, die die Tanzlust in den Füßen juckt, zum offenen Tanztee mit Live-Musik im Martinushaus.

In Kooperation mit: Stadt Aschaffenburg, Fachstelle für Seniorenpastoral



## Rückentraining

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Referentin: Bettina Gresch

Anmeldeschluss:  
jeweils 06.09.2022

Teilnahmegebühr:  
76,00 EUR je Kurs

### jeweils dienstags:

13.09.2022 - 28.02.2023, 19x

#### KURS 0

Zeit: 11:30 - 12:30 Uhr

#### KURS 1

Zeit: 12:30 - 13:30 Uhr

#### KURS 2

Zeit: 13:30 - 14:30 Uhr

#### KURS 3

Zeit: 14:30 - 15:30 Uhr

Zum Rückentraining gehört die Kräftigung der Rückenmuskulatur, der Beine, und vor allem der Bauchmuskeln. Gleichzeitig werden die Schulter- und Nackenmuskeln wie auch die Muskeln des Lendenwirbelbereichs gelockert und das Herz-Kreislaufsystem gefordert. Rhythmische Musik unterstützt das Training, meditative hilft uns, die Entspannungsphase zu genießen. Teilnehmer:innen jeden Alters sind herzlich willkommen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Matte, kleines Kissen

Teilnahmegebühr:  
72,00 EUR je Kurs

### jeweils donnerstags:

15.09.2022 - 16.02.2023, 18x

#### KURS 4

Zeit: 18:30 - 19:30 Uhr

#### KURS 5

Zeit: 19:30 - 20:30 Uhr



## Gesundheitswandern

mit Übungen für Koordination, Kraft und Ausdauer

Treffpunkt wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Referentin: Petra Seipel

Teilnahmegebühr:  
60,00 EUR je Kurs

Zeit: je 10:00 - 12:00 Uhr

Anmeldeschluss:  
jeweils 07.09.2022

**jeweils mittwochs:**

**KURS 1**

14.09. - 09.11.2022, 8x

**jeweils donnerstags:**

**KURS 2**

15.09. - 10.11.2022, 8x

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

Stärkt Herz, Kreislauf und Immunsystem; kräftigt Knochen und Gelenke; wirkt positiv auf das Nervensystem.

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

Teilnahmegebühr:  
30,00 EUR je Kurs

Zeit: je 10:00 - 12:00 Uhr

Anmeldeschluss:  
jeweils 17.11.2022

**jeweils mittwochs:**

**KURS 1A**

23.11. - 14.12.2022, 4x

**jeweils donnerstags:**

**KURS 2A**

24.11. - 15.12.2022, 4x



## "Wenn die Freude Trauer trägt"

Rückbildungskurs für verwaiste Mamas

**Montag, 15.09.2022**

Zeit: 18:30 - 21:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
79,00 EUR

Referentinnen:  
Dagmar Weimer  
Vanessa Rickert

Anmeldeschluss:  
jeweils 08.09.2022

Eine Schwangerschaft ist meist Zeit der Vorfreude. Wenn ein Baby vor, während oder nach der Geburt verstirbt, wird dieses zerbrechliche Glück plötzlich von tiefer Trauer abgelöst.

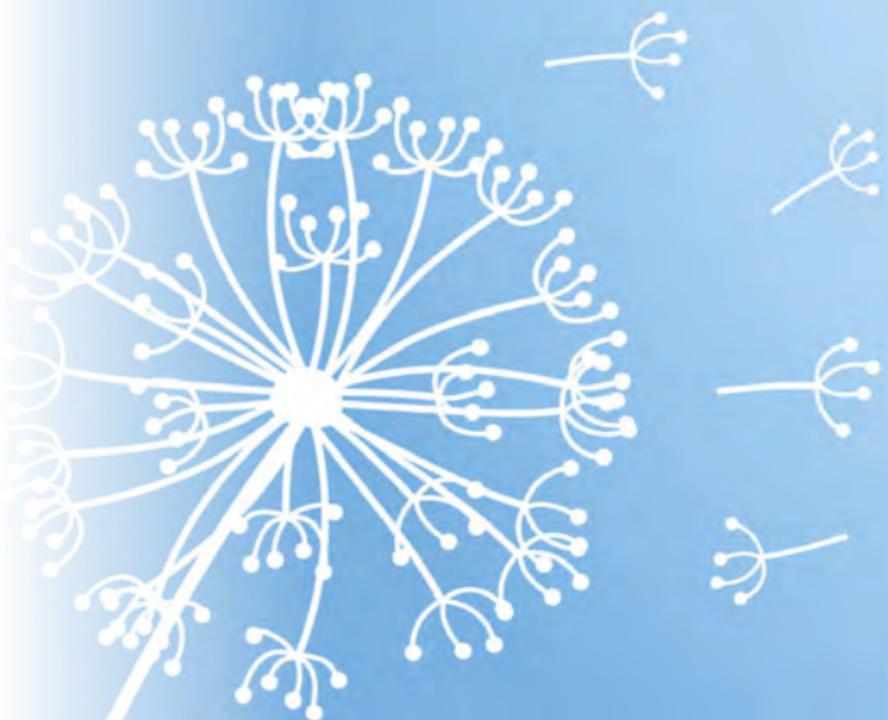
"Wenn die Freude Trauer trägt" ist ein Angebot für Sternenmütter im ersten Jahr nach der Geburt. Wir lernen Übungen, die gezielt die Körpermitte stärken.

Anschließend gibt es die Möglichkeit, sich auszutauschen, gemeinsam zu trauern oder einfach nur zuzuhören.

Informationen auch unter [www.wichtig-stark.de/sternenmamas/](http://www.wichtig-stark.de/sternenmamas/)

### weitere Termine

22.09. / 29.09. / 13.10. /  
20.10. / 27.10. / 03.11. /  
17.11.2022



## Funktionelle Gymnastik

Übungen zur Kräftigung der Wirbelsäule

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
52,50 EUR je Kurs

Referentin:  
Christine Lebert-Schmitt

Anmeldeschluss:  
jeweils 08.09.2022

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

### jeweils donnerstags:

15.09.2022 - 09.02.2023, 15x

#### KURS 1

Zeit: 09:30 - 10:30 Uhr

#### KURS 2

Zeit: 10:30 - 11:30 Uhr

## Fit von Kopf bis Fuß 60+

Ganzkörpertraining – Rückenfit

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
40,00 EUR je Kurs

Referentin: Gaby Barthelme

Anmeldeschluss:  
jeweils 14.09.2022

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

Bitte Gymnastikmatte und Decke mitbringen.

### jeweils mittwochs:

21.09. - 07.12.2022, 11x

#### KURS 1

Zeit: 09:30 - 10:30 Uhr

#### KURS 2

Zeit: 10:30 - 11:30 Uhr

## Betreuer:innentreff

Zusammenarbeit mit dem Betreuungsgericht

**Mittwoch, 21.09.2022**

Zeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
kostenfrei

Referent:innen:  
Rechtspfleger:innen des  
Aschaffener Betreuungsgerichts

Anmeldeschluss:  
14.09.2022

Anmeldung bitte beim SKF,  
Tel: 06021 27806, E-Mail:  
betreuung@  
skf-aschaffenburg.de

Bei rechtlichen Fragen zur ehrenamtlichen Tätigkeit können sich Betreuer:innen an die Rechtspfleger:innen des Betreuungsgerichts wenden. Beispielsweise bei Hausverkäufen, Wohnungskündigungen oder Geldanlagen ist eine frühzeitige Rücksprache mit dem Betreuungsgericht wichtig und sinnvoll für eine schnelle Durchführung. Im Vortrag wird erklärt, welche Berührungspunkte es zwischen Betreuer:innen und Gericht gibt und wie eine Kommunikation erfolgreich gestaltet werden kann.

In Kooperation mit dem Betreuungsverein des Sozialdienstes kath. Frauen und den Betreuungsstellen der Stadt und des Landratsamtes Aschaffenburg.

## Dem Gedächtnis auf die Sprünge helfen

Übungskurs

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
79,00 EUR

Referentin: Marion Segatz

Anmeldeschluss:  
15.09.2022

**jeweils donnerstags:**

22.09. - 27.10.2022, 6x  
Zeit: 09:30 - 11:00 Uhr

Körperliche und geistige Fitness wirkt sich auf alle Lebensbereiche positiv aus. Mit einem abwechslungsreichen Übungsangebot und kleinen Tricks wie bei den Profis verbessern wir gemeinsam Konzentration, Wortfindung, Denk- und Merkfähigkeit. Dabei steigern wir auch unsere Lebensfreude. Motto: Nicht nur erklärt, sondern dauerhaft gemerkt!

In Kooperation mit:  
Fachstelle für Seniorenpastoral

## Yoga im Fluss der Bewegung

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
65,00 EUR

Referentin: Judith Ehler

Anmeldeschluss:  
20.09.2022

### **jeweils dienstags:**

27.09. - 06.12.2022, 10x  
Zeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Der Yogakurs umfasst fließende, harmonische Bewegungsabläufe in Verbindung mit unserem Atem. Die achtsamen, sanften und auch kraftvollen Körperhaltungen wirken beruhigend und stabilisierend. Spannungen lösen sich und wir finden zu unserem natürlichen Gleichgewicht. Wir üben nach unseren Möglichkeiten und achten auf unsere Grenzen. Atem- und Stilleübungen verbinden uns mit der eigenen Wesensmitte und der inneren Quelle, aus der wir schöpfen.

Der Kurs ist für Anfänger mit Grundkenntnissen und für Fortgeschrittene geeignet.

Bitte Yogamatte und Decke mitbringen.



## Markttreff zur Marktzeit für Frauen

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Referentin:  
Monika Knüpf-Laslop

Anmeldung bei:  
Referat Frauenseelsorge  
Kürschnerhof 2  
97070 Würzburg  
frauenseelsorge@  
bistum-wuerzburg.de  
Telefon: 0931 38665201

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

In Kooperation mit dem Referat Frauenseelsorge des Bistums Würzburg.

### Mittwoch, 28.09.2022

Zeit: 09:00 - 11:00 Uhr

#### "Was ist schon gerecht?"

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

Teilnahmegebühr: 1,00 EUR

Anmeldeschluss:  
19.09.2022

### Mittwoch, 26.10.2022

Zeit: 09:00 - 11:00 Uhr

#### "Entscheidungen"

„Wenn du eine Entscheidung treffen musst, entscheide dich für das, was dich lebendig macht“. Ja, wenn das immer so einfach wäre! An diesem Vormittag beschäftigen wir uns mit dem Thema „Entscheidungen“ und warum uns Entscheidungen manchmal so schwerfallen.

Teilnahmegebühr: 1,00 EUR

Anmeldeschluss:  
17.10.2022

### Mittwoch, 30.11.2022

Zeit: 09:00 - 11:00 Uhr

#### "Markttreff im Advent"

Im Rahmen unseres diesjährigen adventlichen Treffens wollen wir uns über die Bedeutung des Schenkens austauschen.

Teilnahmegebühr: 1,00 EUR

Anmeldeschluss:  
21.11.2022



### Mittwoch, 25.01.2023

Zeit: 09:00 - 11:00 Uhr

"Eigentlich bin ich ganz anders, nur komme ich so selten dazu" (Ödön von Horváth)

Wir alle haben Werte und Ideale. Und doch bleiben wir oft genug hinter ihnen zurück. Wenn ich spüre, dass ich so selten dazu komme, anders zu sein, ist das eine Spur für mich und mein Leben. Vielleicht gelingt es mir ja doch mal, etwas zu tun, was ich immer schon mal tun wollte.

Teilnahmegebühr: 2,00 EUR

Anmeldeschluss:  
16.01.2023

### Mittwoch, 22.02.2023

Zeit: 09:00 - 11:00 Uhr

"Es ist nie zu spät so zu sein, wie man gerne gewesen wäre" (George Eliot)

Ein Leben lang und in jedem Alter sollten wir offen für Veränderung sein. Der Markttreff im Februar schließt an den Markttreff vom Januar an und beleuchtet und vertieft weitere Aspekte. Die beiden Termine können jedoch auch unabhängig voneinander besucht werden.

Teilnahmegebühr: 2,00 EUR

Anmeldeschluss:  
13.02.2023



## Qigong

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
43,00 EUR

Referentin: Christine Christl

Anmeldeschluss:  
27.09.2022

### **jeweils dienstags:**

04.10. - 20.12.2022, 10x  
Zeit: 18:00 - 19:00 Uhr

Die "18 Harmonien" sind eine leicht zu lernende Übungsabfolge aus dem Qigong, um Muskeln auf sanfte Art zu dehnen und Gelenke beweglich zu erhalten.

Ruhe und Gelassenheit können entstehen, und durch regelmäßiges Üben wird sich ein positiver Einfluss auf unsere Gesundheit bemerkbar machen.

Bitte Gymnastikmatte und Decke mitbringen.

## Hatha-Yoga

Einführung in Entspannungstechniken

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
80,00 EUR

Referentin: Yvonne Thomas

Anmeldeschluss:  
30.09.2022

### **jeweils montags:**

10.10.2022 - 13.02.2023, 15x  
Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr

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

Bitte Gymnastikmatte und Decke mitbringen.

## Feldenkrais

Bewusstheit durch Bewegung

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
40,00 EUR

Referentin: Cristina Basimeni

Anmeldeschluss:  
04.10.2022

### jeweils montags:

10.10. - 14.11.2022, 5x  
Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr

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

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

## Basenfasten-Detox-Tage

Ambulanter Entschlackungskurs

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
85,00 EUR

Referentin:  
Liane Engelmann

Anmeldeschluss:  
03.10.2022

### Termine:

17.10. / 20.10. / 24.10. /  
27.10.2022  
Zeit: 18:00 - 20:00 Uhr  
22.10.2022  
Zeit: 16:00 - 18:00 Uhr

Gesundheit und Ernährung gehören untrennbar zusammen. Einfach ausgedrückt zielen Basenfasten und Detox auf die Reinigung unserer Körpergewebe und unserer „Innenwelt“. Durch bioaktive, vitalstoffreiche Kost und die Aktivierung der Ausscheidungsorgane können in den Geweben eingelagerte Stoffe ausgeschieden werden. So ist es möglich den Körper zu entschlacken, ohne auf Essen und Genuss zu verzichten. Gleichzeitig werden die Sinne wacher und das Denken klarer. Es besteht die Möglichkeit diesen Kurs lediglich als Informationsveranstaltung zu besuchen oder während des Kurses zu Hause auf Basen- und Detox-Kost umzustellen.

## Atemseminar

Ein Wochenende in Schmerlenbach

Ort: Tagungszentrum  
Schmerlenbach

Teilnahmegebühr:  
287,00 EUR je Kurs  
inkl. Übernachtung und  
Verpflegung

Referentin: Petra Schermer

### SEMINAR 1

**Freitag, 28.10.2022 –  
Sonntag, 30.10.2022**

Beginn Freitag: 10:00 Uhr  
Ende Sonntag: 17:00 Uhr

Anmeldeschluss:  
30.09.2022

### SEMINAR 2

**Freitag, 10.02.2023 –  
Sonntag, 12.02.2023**

Beginn Freitag: 10:00 Uhr  
Ende Sonntag: 17:00 Uhr

Anmeldeschluss:  
13.01.2023

Erleben Sie, wie es ist, zu atmen. Körperübungen aus der Nerven- und Organgymnastik stimulieren das Leibbewusstsein. Meditative Bewegungsübungen und Dehnungen lassen Körper und Seele aufatmen. Stilles Sitzen ergänzt das aktive Tun. Wir widmen unsere Aufmerksamkeit dem konkret sinnlichen Erleben des Atmens für mehr Weite, Raum und Klarheit im Denken, Fühlen und Handeln.

Das Seminar kann dabei helfen, den Herausforderungen des Alltags anders zu begegnen. Alle weiteren Schritte Ihres Lebens werden Sie von hier aus gehen. Erleben Sie, wie es ist, zu atmen.

Bitte Gymnastikmatte und Decke mitbringen.



### Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR)

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
380,00 EUR

Referentinnen:  
Tina Ochs  
Andrea Anglhuber

Anmeldeschluss:  
22.10.2022

#### Termine

29.10. / 13.11. / 26.11. /  
27.11. / 10.12 2022  
Zeit: 10:00 - 17:00 Uhr

"Mindfulness-Based Stress Reduction" ist eine wirksame und alltagstaugliche Methode für Menschen, die lernen möchten, ihre persönlichen Belastungssituationen besser zu meistern. Basis des Programms sind achtsamkeitsbasierte Übungen durch Verbesserung von Konzentrations- und Entspannungsfähigkeit: Meditationsübungen im Sitzen und Gehen, Körperwahrnehmung (Body Scan), sanfte Körperübungen sowie Übungen zum Integrieren von Achtsamkeit im Alltag. Begleitet werden diese Praxisübungen von Informationen zur Stressentstehung und Tipps zum besseren Umgang damit.

Hinweis: Wir stellen stilles Wasser, Tee und Kaffee sowie diverse Stückchen zur Verfügung. Bitte bringen Sie darüber hinaus das Essen mit, was Ihnen für diesen Kurs guttut. Es gibt einen Mittagspausenort.



Christel Sakalow

#### Kurze Auszeiten für Leib und Seele

Besinnungswege in Franken

152 Seiten, durchgehend farbig bebildert ·  
Broschur · € 14,00 (D)/€ 14,40 (A)

ISBN 978-3-429-05727-5

 **echter verlag**  
www.echter.de

### Wenn selbst die Clownin Trauer trägt

Ein Seminar über Trauer und Trost, Verlust und Abschiednehmen, sich Einlassen und Loslassen

**Dienstag, 01.11.2022 –  
Freitag, 04.11.2022**

Beginn Dienstag: 18:30 Uhr  
Ende Freitag: 13:00 Uhr

Ort: Tagungszentrum  
Schmerlenbach

Teilnahmegebühr:  
499,00 EUR  
inkl. Übernachtung und  
Verpflegung

Referentinnen:  
Dr. Christine Kunze  
(Clownin Sophia Altklug)  
Nancy Hölterhof

Anmeldeschluss:  
04.10.2022

Trauer ist ein Bestandteil des Lebens. Sie gehört zu den tiefsten Gefühlen, zu denen der Mensch fähig ist. Trauer ist die Antwort auf Verlust. Ob klein oder groß – eine Leere tut sich auf, es dauert, bis etwas Neues entsteht. Das Ende von Beziehungen, der Arbeitsplatzverlust, ein Wohnungswechsel und natürlich auch der Tod führen uns in die Trauer. Eine Clownin und eine erfahrene Trauerbegleiterin zeigen auf ihre jeweils ganz eigene Art und Weise, wie wir etwas verlieren und am Ende doch reich beschenkt sein können.



## Ein Rendezvous mit Dir selbst

Yoga am Samstag

**Samstag, 05.11.2022**

Zeit: 14:30 - 17:30 Uhr

Ort: Tagungszentrum  
Schmerlenbach

Teilnahmegebühr:  
49,00 EUR

Referentin:  
Liane Engelmann

Anmeldeschluss:  
28.10.2022

Gewöhnlich suchen wir unser Glück im Außen, in Umständen, Besitz oder anderen Menschen. Das, wonach wir uns wirklich sehnen, ist bereits schon da – tief in uns selbst. Eine sanfte Yogapraxis mit Entspannung, Atemübungen (Pranayama) und Körperhaltungen (Asanas) schafft einen guten und leichten Zugang zu unserer inneren Welt. Achtsames Geführt-Werden öffnet innere Räume, Bewusstsein weitet sich. Aus diesem Erleben heraus können sich neue Perspektiven für die persönliche Lebensgestaltung entfalten.

Für Teilnehmer:innen mit (ein wenig) Yogaerfahrung.



## Betreuer:innentreff

Reform des Betreuungsgesetzes 2023

**Dienstag, 08.11.2022**

Zeit: 18:00 - 20:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
kostenfrei

Referentin:  
Sabine Schmatolla

Anmeldeschluss:  
02.11.2022

Anmeldung bitte beim SkF,  
Tel: 06021 27806, E-Mail:  
betreuung@  
skf-aschaffenburg.de

2023 tritt die Reform des Betreuungsgesetzes, das Betreuungsorganisationsgesetz (BtOG) in Kraft, das auch für ehrenamtliche Betreuer:innen spannende und weitreichende Neuerungen bereithält. Welche Aufgaben, Pflichten und Möglichkeiten sich für ehrenamtliche Betreuer:innen daraus ergeben, soll an dem Abend ausführlich erklärt werden. Ein besonderer Schwerpunkt liegt dabei auf der alltagspraktischen Umsetzung der Reform.

In Kooperation mit dem Betreuungsverein des Sozialdienstes kath. Frauen und den Betreuungsstellen der Stadt und des Landratsamtes Aschaffenburg.



*Genuss pur –  
fair gehandelt*

Kaffee, Tee und Knabberien  
aus Fairem Handel

GEPA The Fair Trade Company [www.gepa.de](http://www.gepa.de) · [www.gepa-ausserhaus.de](http://www.gepa-ausserhaus.de)

### Eine Leiter, Äpfel, Geld, Zeit und Leben

Teilen für engagierte Männer

**Donnerstag, 17.11.2022**

Zeit: 18:00 - 21:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
15,00 EUR

Referenten:  
Andreas Bergmann  
Christof Reus

Anmeldeschluss:  
10.11.2022



Sharing, das gemeinschaftliche Nutzen von Gütern und Gegenständen, ist nicht nur ökologisch-nachhaltig und voll im Trend, es provoziert auch ein neues Nachdenken über Besitz und die eigenen Werte. Teilen, Tauschen, Leihen und Schenken... können auf die Spur zu mehr Zufriedenheit, mehr Gemeinschaft, mehr statt weniger Leben führen. Loslassen statt Festhalten, gut in Kontakt mit mir und anderen sein und dem, was unser Leben zu bereichern vermag. Dieses After-Work-Seminar beschäftigt sich mit Gegenständen, Gewohnheiten und Veränderungen, will Erfahrungen ins Gespräch bringen und Impulse für die Haltung des Teilens und der Solidarität geben.

Getränke und ein kleiner Imbiss sind inklusive.

### Richtig reden – besser ankommen

Rhetorik-Tagesseminar

**Samstag, 19.11.2022**

Zeit: 09:00 - 17:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
35,00 EUR

Referent: Gilbert Franke

Anmeldeschluss:  
12.11.2022

Lampenfieber und mangelnde Erfahrung verhindern häufig das gute Ankommen. Doch bei vielen Anlässen kommt es eben darauf an, wie man ankommt, ob es nun um Familienfeiern oder Situationen im Berufsalltag geht. Das Seminar will durch praktische Übungen und Impulsreferate eine Steigerung der Selbstsicherheit erreichen.

## Wochenendseminar: Achtsam innehalten

Bewusster mit Stress umgehen, Ressourcen stärken

**Freitag 02.12.2022 –  
Sonntag 04.12.2022**

Beginn Freitag: 09:00 Uhr  
Ende Sonntag: 17:00 Uhr

Ort: Tagungszentrum  
Schmerlenbach

Teilnahmegebühr:  
352,00 EUR  
inkl. Übernachtung und  
Verpflegung

Referentin: Tina Ochs

Anmeldeschluss:  
03.11.2022

Widrige Zeiten bleiben nicht aus, ob im Privatleben oder am Arbeitsplatz. Dann ist es gut zu wissen, was uns hilft, uns nicht umwerfen zu lassen. Achtsamkeit bietet einen Ausstieg aus dem Hamsterrad des Lebens und dem ständigen Getriebensein.

Zu innerer Ruhe zu kommen, Zeit für Entspannung zu finden und im eigenen Leben zu verankern, ist nur durch bewussten Umgang mit sich selbst zu erreichen.

Meditative Praktiken und achtsame Selbsterfahrung stehen im Mittelpunkt des Kurses. In Anlehnung an das MBSR-Programm üben wir Körperwahrnehmung, Sitz- und Gehmeditation und achtsame Bewegungen.

Einen Tag verbringen die Teilnehmer:innen in Schweigen.

Sowohl Neueinsteiger:innen wie auch Menschen, die bereits Erfahrung mit Achtsamkeitspraxis haben, sind herzlich willkommen.



## Weiblich, männlich und was noch?

Wertorientierte Sexualerziehung heute



**Dienstag, 17.01.2023**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
5,00 EUR

Referentin:  
Annabell Staab

Wie entwickelt sich die Geschlechtsidentität? Was bedeutet kindliche Sexualität? Was ist normal? In diesem Vortrag wollen wir Elternfragen beantworten. Wir sprechen über die Entwicklung der sexuellen Identität bei Kindern und beleuchten dabei anhand vieler Fallbeispiele wissenschaftliche Erkenntnisse und gesellschaftliche Strömungen.

In Kooperation mit:  
Donum Vitae Aschaffenburg

## Gesprächsführung mal anders

Einführung in die Idiolektik

**Mittwoch, 15.02.2023**

Zeit: 09:30 - 16:30 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
125,00 EUR inkl. Getränke

Referentin: Petra Speth

Anmeldeschluss:  
08.02.2023

Eigensprache ist die individuelle Art, sich verbal und non-verbal mitzuteilen. Als Methode orientiert sich Idiolektik konsequent an der Eigensprache und damit an der subjektiven Lebenswelt eines Menschen. Das macht die Methode in sehr verschiedenartigen Gesprächssituationen sowohl effizient als auch effektiv.

Wir üben den methodischen, sorgfältigen und präzisen Umgang mit der Eigensprache.



### Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

**Dienstag, 21.02.2023**

Zeit: 19:00 - 20:30 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
kostenfrei

Referent: Steffen Naumann

Was geschieht, wenn ich durch einen Unfall oder eine schwere Erkrankung nicht mehr selbst über meine persönlichen Angelegenheiten und die medizinische Behandlung entscheiden kann? Transparenz und Sicherheit hierüber können in gesunden Zeiten verfasste Vollmachten und eine Patientenverfügung schaffen. Worauf sollte ich beim Verfassen achten? Welche Auswirkungen hat die 2009 geänderte Gesetzgebung? Der Referent wird diese Themen in seinem Vortrag aufgreifen und steht in der anschließenden Diskussion für weitere Fragen gerne zur Verfügung.

In Kooperation mit:  
Hospizgruppe Aschaffenburg e.V.

### Mit Tanzen und Singen vom Alltag pausieren

Tanzworkshop für Senior:innen

**Freitag, 10.03.2023 –  
Sonntag, 12.03.2023**

Beginn Freitag: 17:00 Uhr  
Ende Sonntag: 13:00 Uhr

Ort: Tagungszentrum  
Schmerlenbach

Teilnahmegebühr:  
212,00 EUR  
inkl. Übernachtung und  
Verpflegung

Referentin: Monika Bamberg

Anmeldeschluss:  
10.02.2023

Tanzen und Singen in Gemeinschaft halten Körper und Seele in Schwung, trainieren das Gedächtnis und machen zudem Spaß. Wir laden ein zur Tanzfreizeit für Senior:innen und alle, die gerne gesellige Tänze aus vielen verschiedenen Ländern tanzen (kein Gesellschaftstanz). Auch ohne eigenen Partner sind diese Tänze für Sie ein Vergnügen. Schöpfen Sie Kraft und vergessen Sie die kleinen und großen Sorgen des Alltags. Ein Wochenende für alle, die gerne tanzen, singen und Gemeinschaft erleben.



# Burger

BÄCKEREI & KONDITOREI  
SEIT 1905

*Höchster Genuss  
zu jeder Gelegenheit.*

*Backhandwerk aus Leidenschaft*

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

**Bäckerei Burger GmbH**

Lorbeerweg 4 | 63741 Aschaffenburg  
Tel. 06021 848250 | Fax. 06021 8482550  
info@baeckerei-burger.de

*Mehr über unsere Backwaren erfahren Sie unter  
[www.baeckerei-burger.de](http://www.baeckerei-burger.de)*

## Kräuterwunder und Pflanzenschätze

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Referentin: Barbara Fäth

**Montag, 05.09.2022**

Zeit: 19:30 - 21:30 Uhr

Sommer, Sonne, Sammeln  
– letzte Kraft und Überfluss

**Montag, 10.10.2022**

Zeit: 19:30 - 21:30 Uhr

Der Herbst  
– Zeit der Stärkung

Der September hat im Garten, im Wald und auf den Wiesen viel Essbares zu bieten. Es sind nun, ohne lange zu suchen, Kräuter, Beeren, Blüten, Früchte und Samen zu finden. In der Übergangszeit zum Herbst zeigt die Sonne noch einmal ihre letzte Kraft. Was sich nicht gleich verarbeiten lässt, kann jetzt für den Winter haltbar gemacht werden.

Lernen Sie in lockerer Atmosphäre Wissenswertes, Heilsames, Schmackhaftes und Märchenhaftes über die Kräfte der Natur kennen.



## Typisch Franken?

Fahrt zur Bayerischen Landesausstellung nach Ansbach

**Donnerstag, 15.09.2022**

Zeit: 08:00 - 19:00 Uhr

Treffpunkt: Aschaffener Hauptbahnhof, Vorplatz

Teilnahmegebühr:  
40,00 EUR  
inkl. DB-Gruppenticket,  
Eintritt und Gruppenführung

Referent:  
Andreas Bergmann

Anmeldeschluss:  
08.09.2022

Typisch fränkisch? Ist Franken ein Bierland oder eher Weinland? Was ist mit Bratwurst und Dialekt? Woher kommt eigentlich die geschichtliche Vielfalt Frankens und wie sieht sie aus? Eigenheiten und Traditionen, Unterschiede und Gemeinsamkeiten, Befindlichkeiten und Verklärungen...

Die Bayerische Landesausstellung lädt zur Spurensuche nach Ansbach ein!



### AUSSTELLUNG: "Alle in einem Boot"

Karikaturen zu Afrika und Europa

**Donnerstag, 15.09.2022 –  
Freitag, 28.10.2022**

Öffnungszeiten

Montag - Donnerstag:

09.00 - 16.00 Uhr

Freitag: 09.00 - 14.00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Freundschaft und Misstrauen, Respekt und Unverständnis – das Verhältnis zwischen Europa und Afrika ist vielgestaltig. Für Karikaturisten eine wahre Fundgrube! Schonungslos beleuchten sie das Verhalten von Touristen, das Bemühen um Entwicklungshilfe oder die Frage, welcher Kontinent im 21. Jahrhundert missioniert werden sollte.

In Kooperation mit: Weltladen  
Aschaffenburg, missio München



### Aktion:

# 5 für 4!

Wenn Sie vier kostenpflichtige Vortragsveranstaltungen des Martinusforum e.V. mit einem Eintrittspreis von jeweils **mindestens 5 Euro** besuchen, erhalten Sie beim Besuch einer fünften Vortragsveranstaltung eine **Ermäßigung von 5 Euro!**



## PFADE DER POESIE

### im ehemaligen Klostergarten Schmerlenbach

Eine Wandel-Lesung mit Musik

Ort: Tagungszentrum  
Schmerlenbach

Teilnahmegebühr:  
15,00 EUR  
inkl. Gedichtband PFADE  
DER POESIE

Rezitator: Jörg Harald Werron  
Flöten: Monika Kaiser  
Kunst und Konzept:  
Mila Langbehn

**Sonntag, 18.09.2022**

#### TERMIN 1

Zeit: 15:00 - 16:30 Uhr

#### TERMIN 2

Zeit: 17:00 - 18:30 Uhr

Ihr Kunstwerk PFADE DER POESIE widmete die Künstlerin Mila Langbehn all dem, was uns Menschen mit den Bäumen verbindet: Märchen und Mythen, Heimat und Identität, Nahrung für Körper und Geist. Den Weg zur Poesie weisen seit Mai 2021 runde Baum-Zeichen aus Blattgold, die am Stamm ausgewählter Bäume im Park schimmern. Das Kunstwerk ist mit den Bäumen „mitgewachsen“ und dabei umso mehr Teil der Natur geworden. Eine sehenswerte Verwandlung!

Im Rahmen einer Wandel-Lesung begeben wir uns auf die Reise zu den Bäumen – mit einer Auswahl der schönsten Baumgedichte im Gepäck – erspüren, was die Bäume uns bedeuten und lauschen leiser Musik im Park. Durch die mitgetragenen (leichten) Stühle entsteht jeweils ein neues Ensemble für den Dialog von Natur und Kunst, für die Resonanz in Körper und Geist.

In Kooperation mit:  
Tagungszentrum Schmerlenbach



## Bibelkrimi-Dinner

Ort: Roncalli-Zentrum  
Lange Straße 40  
63864 Glattbach

Teilnahmegebühr:  
18,00 EUR

Referent: Burkard Vogt

**Freitag, 23.09.2022**  
Zeit: 19:00 - 22:00 Uhr

Fall 2: Mord im Affekt

Anmeldeschluss:  
16.09.2022

**Freitag, 25.11.2022**  
Zeit: 19:30 - 22:00 Uhr

Fall 3:  
Der Tod kommt unerwartet

Anmeldeschluss:  
18.11.2022

Die Bibel ist voller spannender Erzählungen. An diesem Abend schlüpfen Sie in die Rolle einer biblischen Figur und versuchen in Form eines Rollenspiels zu klären, wer von den Mitspieler:innen in ein Verbrechen verstrickt ist. Sie tauchen ein in eine Welt vor über 2000 Jahren und lernen ganz nebenbei die Welt und Umwelt der Bibel kennen. Zwischen den Spieleinheiten stärken Sie sich mit einem orientalischen Drei-Gänge-Menü. Das Essen ist im Preis inbegriffen, zzgl. Getränke.

In Kooperation mit: Roncalli e.V.

Anmeldung: per Mail an [kontakt@roncalli-glattbach.de](mailto:kontakt@roncalli-glattbach.de) oder per Anrufbeantworter Tel. 06021 6292701  
Bitte geben Sie mit an, wenn Sie vegetarisch essen möchten.



## ErlebniSTanz

Ein Schnuppernachmittag zum Ausprobieren

**Samstag, 24.09.2022**

Zeit: 14:00 - 17:00 Uhr

Ort: Bürgerhaus Nilkheim  
Mergenbaum-Platz 3  
63741 Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
kostenfrei  
Spende für Kaffee und  
Kuchen erwünscht

Referentin:  
Christiane Mauder

Anmeldeschluss:  
17.09.2022

Musik und Rhythmus wecken unsere Lebensgeister und animieren uns zum Tanzen – und das in jedem Lebensalter. Mit der Tanzart "ErlebniSTanz" können Sie die Bewegung zur Musik genießen, Gemeinschaft erfahren und gleichzeitig ihr Gedächtnis trainieren. Das ist mit der Unterstützung von zertifizierten Tanzleiter:innen möglich. An diesem Schnuppernachmittag bekommen Sie ganz unverbindlich einen Einblick in diese Form des Tanzes.

In Kooperation mit:  
Fachstelle für Seniorenpastoral



## ErlebniSTanz

Gesundheit fördern durch ganzheitliche Aktivierung

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
43,50 EUR

Referentin:  
Christiane Mauder

Anmeldeschluss:  
28.09.2022

**jeweils mittwochs:**

05.10. - 14.12.2022, 8x  
Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Zum Programm von ErlebniSTanz gehören alte und neue Tänze aus aller Welt, die in verschiedenen Formen getanzt werden. Dieses Angebot können Sie ohne Partner:in wahrnehmen, tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bei Tänzen in Kreisform, bei Squaredance, Linedance und Roundtänzen können Sie die Bewegung zur Musik genießen, Gemeinschaft erfahren und gleichzeitig ihr Gedächtnis trainieren. Kurz gesagt: ErlebniSTanz ist gut für Körper, Geist und Seele.

In Kooperation mit:  
Fachstelle für Seniorenpastoral

## Gott & die Welt

Filme und Filmgespräche in der Erlenbacher Kino Passage

**Mittwoch, 21.09.2022**

Zeit: 19:30 Uhr

Teilnahmegebühr: 7,50 EUR

Moderation: Dr. Iris Kreile  
Johannes Pfaff

### **BELFAST**

GB 2021, Regie: Kenneth Branagh, 99 Min., FSK 12

Für alle Veranstaltungen gilt:  
Kartenreservierung unter  
Tel. 09372 5197

Ort: Kino Passage Erlenbach  
Bahnstraße 37  
63906 Erlenbach

**Mittwoch, 26.10.2022**

Zeit: 19:30 Uhr

Teilnahmegebühr: 7,50 EUR

Moderation: Birgit Hohm  
Holger Oberle-Wiesli

### **MAIXABEL - EINE GESCHICHTE VON LIEBE, ZORN UND HOFFNUNG**

ESP 2021,  
Regie: Icíar Bollaín,  
116 Min., FSK 12



**Mittwoch, 23.11.2022**

Zeit: 19:30 Uhr

Teilnahmegebühr: 7,50 EUR

Moderation:  
Susanne Warmuth  
Andreas Bergmann

### **QUO VADIS, AIDA?**

BA/D 2020,  
Regie: Jasmila Žbanić,  
103 Min, FSK 12

**Mittwoch, 18.01.2023**

Zeit: 19:30 Uhr

Teilnahmegebühr: 7,50 EUR

Moderation: Christian Hohm  
Holger Oberle-Wiesli

### **Persischstunden**

D/RUSS 2020,  
Regie: Vadim Perelman,  
127 Min., FSK 12

Focus:film

**Sonntag, 25.09.2022**

Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr

"Die Berufung – Ihr Kampf für Gerechtigkeit"

Als Jurastudentin und später als Anwältin muss sich Ruth Bader Ginsburg in einer von Männern dominierten Umgebung durchsetzen. Ausgerechnet ein Steuerfall, bei dem es um die Diskriminierung eines Mannes geht, hilft ihr einen Kurswechsel gegen die Diskriminierung von Frauen in der amerikanischen Rechtsprechung zu erreichen. Der Film zeichnet den Aufstieg der Richterin am Obersten Gerichtshof der USA nach.

Ort: Casino-Kino  
Ohmbachgasse  
63739 **Aschaffenburg**

Kartenreservierung im  
Casino unter Tel.:  
06021 451077-2

Teilnahmegebühr: 9,00 EUR

Referent: Dr. Jürgen Schwab

**Die Berufung**  
IHR KAMPF FÜR GERECHTIGKEIT



Bei Focus:film zeigen wir ausgewählte Spielfilme zu Lebensfragen und gesellschaftlichen Themen. Deren Geschichten regen an, über Haltungen und Konsequenzen nachzudenken. Bestandteile der Reihe sind eine kurze Einführung zum Film und ein moderiertes Nachgespräch.

**Dienstag, 11.10.2022**

Zeit: 19:45 - 22:15 Uhr

"Crescendo"

Mit jungen israelischen und palästinensischen Musikern will der deutsche Stardirigent Eduard Spörck im Rahmen einer Nahost-Friedenskonferenz ein Konzert aufführen. Unterschiedliche Ansichten, Voraussetzungen und Interessen der Musiker prallen aufeinander. Trotz kleiner Erfolge droht das Projekt zu scheitern.

Ort: Schlosstheater  
Hauptstraße 103  
63879 **Miltenberg**

Kartenreservierung im  
Schlosstheater unter Tel.:  
09371 68408

Teilnahmegebühr: 7,00 EUR

Referent: Burkard Vogt



### "Rabiye Kunaz gegen George W. Bush"

Murat, der Sohn von Rabiye Kurnaz, sitzt offensichtlich unschuldig in Guantanamo. Die liebende Mutter versucht alles, um ihn dort herauszubekommen. Der Menschenrechtsanwalt Bernhard Docke unterstützt sie und geht mit ihr bis zum Obersten Gerichtshof der USA. Angesichts der ernsten Thematik kommen humoristische Zwischentöne bei der auf wahren Begebenheiten beruhenden Geschichte nicht zu kurz.

#### **Dienstag, 31.01.2023**

Zeit: 19:45 - 22:15 Uhr

Ort: Schlosstheater  
Hauptstraße 103  
63879 **Miltenberg**

Kartenreservierung im  
Schlosstheater unter Tel.:  
09371 68408

Teilnahmegebühr: 7,00 EUR

Referent: Burkard Vogt

#### **Sonntag, 12.02.2023**

Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr

Ort: Casino-Kino  
Ohmbachgasse  
63739 **Aschaffenburg**

Kartenreservierung im  
Casino unter Tel.:  
06021 451077-2

Teilnahmegebühr: 9,00 EUR

Referent: Dr. Jürgen Schwab



## Literaturkurs

Normale Menschen?!

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
65,00 EUR

Referentin: Ellenruth Molz

Anmeldeschluss:  
28.09.2022

### jeweils mittwochs:

05.10. / 09.11. /  
07.12.2022 / 18.01. /  
08.02.2023, 5x  
Zeit: 10:15 - 11:45 Uhr

"Normale Menschen" ist der zweite Roman der jungen irischen Schriftstellerin Sally Rooney und laut einer Kritik "erfasst (er) einen historischen Moment, in dem eine Generation (die Millenials) die Luft anhält".

Wir besprechen die Geschichte des jungen Paares Marianne und Connell und die kunstvolle Art, wie Rooney ihren Roman strukturiert und sprachlich umsetzt.

Literatur / Taschenbuch:  
Sally Rooney, Normale Menschen  
Übersetzerin Zoe Beck  
btb Verlag; 11,00 EUR

## "Alles Notwendige innerhalb des Klosters"

Ein Besuch in der ehemaligen Benediktinerabtei Seligenstadt

**Donnerstag, 06.10.2022**

Zeit: 11:00 - 18:00 Uhr

Treffpunkt wird rechtzeitig  
bekannt gegeben.

Teilnahmegebühr:  
35,00 EUR

Begleitung:  
Dorett Kleinschroth

Anmeldeschluss:  
30.09.2022

Bitte beachten: Die Anreise nach Seligenstadt erfolgt privat, bei Bedarf vermitteln wir gern Fahrgemeinschaften!

In Seligenstadt wurde umgesetzt, was der Ordensgründer Benedikt in seiner Regel schreibt: "Das Kloster soll, wenn möglich, so angelegt werden, dass sich alles Notwendige innerhalb des Klosters befindet (...). So brauchen die Mönche nicht draußen herumzulaufen, denn das ist für sie überhaupt nicht gut." (Kapitel 66) Wir entdecken mit sachkundiger Führung zunächst verborgene Schätze der romanischen Abteikirche, am Nachmittag widmen wir uns den Gärten des Klosters. Eine Verkostung von Kräuter-Leckereien bildet den Abschluss des Tages.

**Kirche**  & Garten

### Aufbruch im Kirchenbau

Tagesfahrt nach Frankfurt

**Samstag, 08.10.2022**

Zeit: 09:20 - 19:15 Uhr

Treffpunkt und Informationen werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Teilnahmegebühr:  
25,00 EUR

Referent: Michael Pfeifer

Anmeldeschluss:  
01.10.2022

Anmeldung:  
wkaib@kirchnerhaus.de

Seit 1923 wurden in Deutschland Kirchen im Stil der Moderne errichtet. Expressionismus und neue Sachlichkeit verbanden sich mit Ideen der liturgischen Bewegung. Neue Raumkonzeptionen und freistehende Altäre nahmen spätere Entwicklungen vorweg. In Frankfurt sind etliche Bauten dieser Zeit erhalten. Darunter die jüngst aufwendig renovierte Frauenfriedenskirche, sowie die Pfarrkirchen in Sachsenhausen, Bornheim und Riederwald. Die Exkursion führt zu diesen Bauten, erschließt sie in ihrem städtebaulichen und liturgischen Kontext und setzt sie in Beziehung zu den Architekturstudien Ernst-Ludwig Kirchners.

In Kooperation mit: KirchnerHAUS Aschaffenburg e.V.

### Italienisch für Fortgeschrittene

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
59,50 EUR

Referentin: Paola Franco

Anmeldeschluss:  
04.10.2022

Für Teilnehmer:innen, die schon über gute Grundkenntnisse verfügen. Das Sprechen in wichtigen Alltagssituationen steht im Mittelpunkt dieses Kurses und bietet eine kompakte sprachliche und landeskundliche Vorbereitung für Ihre Italienreise!

**jeweils montags:**

10.10. - 12.12.2022, 9x  
Zeit: 09:30 - 11:00 Uhr

## Spanisch für den Urlaub

Grundkurs

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
59,50 EUR

Referentin: Marcela Braun

Anmeldeschluss:  
04.10.2022

### **jeweils dienstags:**

11.10. - 13.12.2022, 9x  
Zeit: 09:30 - 11:00 Uhr

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

## Spanisch für den Urlaub

Fortgeschrittenenkurs

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
59,50 EUR

Referentin: Marcela Braun

Anmeldeschluss:  
06.10.2022

### **jeweils donnerstags:**

13.10. - 15.12.2022, 9x  
Zeit: 09:30 - 11:00 Uhr

Für Teilnehmer:innen mit Vorkenntnissen: Auch hier ist das gemeinsame Gespräch Schwerpunkt des Kurses. Durch praktische schriftliche und mündliche Übungen werden die grammatikalischen Strukturen vertieft.

## AUSSTELLUNG: Martinus Spuren

Ausgewählte Bilder aus dem Fotowettbewerb zum Martinushaus-Jubiläum

**Donnerstag, 03.11.2022 –  
Freitag, 16.12.2022**

Öffnungszeiten

Montag - Donnerstag:

09.00 - 16.00 Uhr

Freitag: 09.00 - 14.00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Wo lassen sich die Spuren des Heiligen Martin bis heute entdecken? Mit einem Fotowettbewerb hat der Martinusforum e.V. dazu aufgerufen, Ideen dazu zu spinnen und sie als Bilder festzuhalten. Eine Auswahl der besten Beiträge wird in dieser Ausstellung gezeigt.



**R!NG FOTO FOCAL**  
GmbH



**Seit 36 Jahren Ihr Partner für Fotografie!**

[www.fotofocal.de](http://www.fotofocal.de)

Steingasse 11 | 63739 Aschaffenburg | 06021/15444 |

[aschaffenburg@fotofocal.de](mailto:aschaffenburg@fotofocal.de)

## SPUREN

Ein Martinus-Musikspiel

Ort: Agatha-Kirche  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
12,00 EUR

Karten im Vorverkauf  
ab 20.09.2022

### TERMIN 1

**Samstag, 05.11.2022**

Zeit: 19:30 - 21:30 Uhr

### TERMIN 2

**Sonntag, 06.11.2022**

Zeit: 17:00 - 19:00 Uhr

Der Heilige Martin ist seit 50 Jahren der Namensgeber des Aschaffener Martinushaus. Das Musikspiel begibt sich auf Spurensuche nach dem Mann, der vor über 1600 Jahren der Kirche wichtige Impulse gegeben hat, die bis in die heutige Zeit reichen. Texte, Schauspiel und Lieder lassen einen Heiligen entdecken, der weit über die Geschichte der Mantelteilung hinaus beeindruckt.



# SPUREN



**Martinus  
ein Musikspiel**

### Fit und aktiv durch Singen in froher Runde

Lieder und Gedichte mit Tilli und Heribert

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
kostenfrei

Referent:innen:  
Tilli Krebs, Heribert Englert

**jeweils donnerstags:**

15.09. / 13.10. /  
15.12.2022 / 26.01. /  
16.02.2023  
Zeit: 14:00 - 17:00 Uhr

### Fit und aktiv durch Erzählen und Singen in froher Runde

Ein Erzählcafé als Jubiläums-Spezialausgabe

**Donnerstag, 10.11.2022**

Zeit: 14:00 - 17:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
kostenfrei

Referent:innen:  
Tilli Krebs  
Heribert Englert  
Burkard Vogt

Die Veranstaltung "Fit und aktiv durch Singen in froher Runde" ist aus dem Martinushaus-Programm nicht wegzudenken. Diesmal reihen wir die Veranstaltung ein in das 50jährige Jubiläum des Martinushauses. In einem Erzählcafé suchen wir interessante, spannende und witzige Begebenheiten aus der Hausgeschichte zusammen. Heribert Englert trägt uns dazu musikalische Perlen aus den vergangenen 50 Jahren vor – alle natürlich auch zum Mitsingen.



## Jüdischer Schabbat-Gottesdienst

Zu Gast in der Westend-Synagoge in Frankfurt

**Samstag, 19.11.2022**

Zeit: 07:30 - ca. 16:00 Uhr

Treffpunkt wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Teilnahmegebühr:  
30,00 EUR  
inkl. Mittagessen,  
Kosten für Bahnfahrt werden  
im Zug eingesammelt

Referentinnen:  
Dr. Annette Miriam Böckler  
Dr. Gabriele Schlick-Bamberger

Anmeldeschluss:  
29.10.2022

Anmeldung:  
info@martinusforum.de  
oder Tel.: 06021 392 100

Wir fahren gemeinsam nach Frankfurt und sind dort als Gäste im orthodox-jüdischen Gottesdienst in der Westend-Synagoge eingeladen. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zu Fragen und Gespräch mit zwei jüdischen Theologinnen. Vor der Rückfahrt essen wir gemeinsam koscher zu Mittag.

Für Ehrenamtliche in liturgischen Diensten übernimmt das Referat für Verkündigung und Liturgie die Kosten, lediglich die Zugfahrt muss selbst übernommen werden.

Für diese Exkursion ist die Teilnahme am Seminar "Von Avinu bis Zizit" am 18.11.2022 erforderlich! (s. Seite 30)

In Kooperation mit: Dekanatsbüro, Referat für Verkündigung und Liturgie, vhs Aschaffenburg



### Vom Gletscher zum Wein

Multivisionsvortrag: Zu Fuß durch die Steiermark

**Montag, 21.11.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

Ort: Martinushaus  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
8,00 EUR  
DAV-Mitglieder: 5,00 EUR  
DAV-Jugend: freier Eintritt

Referent: Herbert Raffalt

In kaum einem österreichischen Bundesland sind die landschaftlichen Gegensätze so ausgeprägt wie im "Grünen Herzen Österreichs". Der neue Vortrag führt vom Gletscher zum Wein quer durch die gesamte Steiermark. Der Bogen spannt sich vom schroffen Hochgebirge bis hin zu den sanften Vulkanbergen, wo erlesene Weine in der milden Sonne des Südens gedeihen. Vorgestellt wird die 548 Kilometer lange Nordroute, aber auch die 382 Kilometer lange Südroute.

In Kooperation mit:  
DAV Aschaffenburg



ZUM GOLDENEN  
**OCHSEN**  
*Hotel & Gasthaus am Schlossgarten*

[www.zumgoldenenochsen.de](http://www.zumgoldenenochsen.de)



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

Karlstraße 16 63739 Aschaffenburg  
Tel: 06021-23132 Fax: 06021-25785  
[info@zumgoldenenochsen.de](mailto:info@zumgoldenenochsen.de)

### Busstudienreise Salzburg mit Adventsingen

**Freitag, 02.12.2022 –  
Sonntag 04.12.2022**

Reisepreis:  
395,- EUR im DZ/Person  
EZ-Zuschlag: 50,00 EUR

Aufpreis Eintrittskarte  
Kategorie 3 – Parterre:  
9,00 EUR

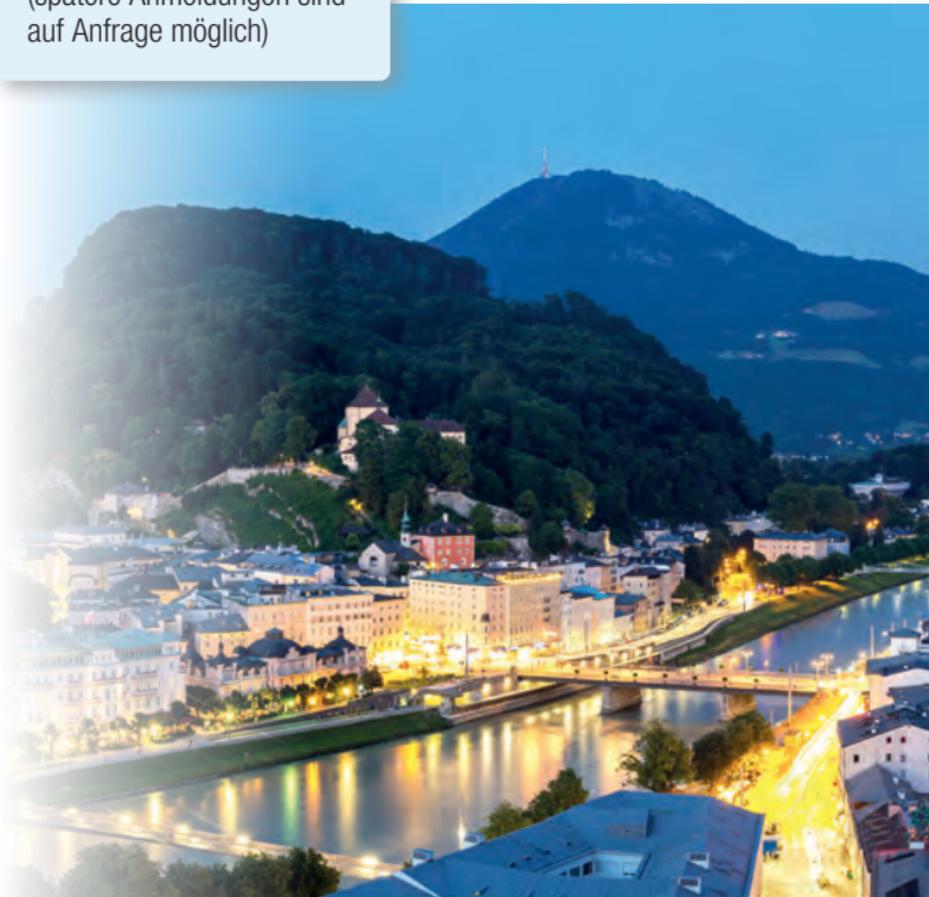
Veranstalter:  
Ehrlich Reisen, Miltenberg

Reiseleitung: Alfred Streib

Anmeldung unter:  
reisen@ehrich-touristik.de  
oder Ehrlich Reisen,  
Tel.: 09371 7377

Anmeldeschluss:  
30.08.2022  
(spätere Anmeldungen sind  
auf Anfrage möglich)

Das Salzburger Adventsingen im Großen Festspielhaus ist das große Vorbild der zahlreichen „Adventsingen“ im gesamten deutschsprachigen Raum. Im Jahre 1946 von Tobi Reiser d. Ä. mit Kriegsheimkehrern erstmals aufgeführt, erfreute sich das bis dahin nicht existente Genre „Adventsingen“ innerhalb kürzester Zeit großer Beliebtheit. Seit der Eröffnung des Großen Festspielhauses im Jahre 1960 wird das international renommierte Adventfestival alljährlich auf dieser weltberühmten Bühne inszeniert. Mit über 150 Sängern, Musikanten, Schauspielern und Hirtenkindern aus Salzburg und bayerischer Nachbarschaft ist es die beliebteste und bedeutendste Veranstaltung im Salzburger Advent.



### Adventsreise nach Augsburg

mit Konzert der Augsburger Sängerknaben

**Samstag, 03.12.2022 –  
Sonntag, 04.12.2022**

Reisepreis:  
345,00 EUR im DZ/Person  
EZ-Zuschlag: 60,00 EUR

Veranstalter:  
Ehrlich Reisen, Miltenberg

Reiseorganisation und  
-begleitung: Gabriele Bokr

Anmeldung unter:  
reisen@ehrich-touristik.de  
oder Ehrlich Reisen,  
Tel.: 09371 7377

Anmeldeschluss:  
30.10.2022  
(spätere Anmeldungen sind  
auf Anfrage möglich)

Augsburg in Bayern ist eine der ältesten Städte Deutschlands. In der Altstadt findet man Gebäude unterschiedlicher Stilepochen, darunter mittelalterliche Zunfthäuser, den Dom Mariä Heimsuchung aus dem 11. Jahrhundert sowie die Basilika St. Ulrich und Afra mit ihrem markanten Zwiebelturm. Aus der Renaissance stammt unter anderem das Augsburger Rathaus mit dem Goldenen Saal. Die Fuggerhäuser dienten als Residenz der wohlhabenden Kaufmannsfamilie Fugger und sind heute eine Sozialsiedlung. Einmalig ist das Engelesspiel des Augsburger Christkindlesmarktes. Krönender Höhepunkt dieser Reise ist das Konzert der Augsburger Sängerknaben im Goldenen Saal des Rathauses.



## Adventlicher Seenzauber im Salzkammergut

4-tägige Busreise

**Donnerstag, 08.12.2022 –  
Sonntag, 11.12.2022**

Reisepreis:  
575,00 EUR im DZ/Person  
EZ-Zuschlag: 60,00 EUR  
DZ zur Alleinbenutzung:  
90,00 EUR

Veranstalter:  
Ehrlich Reisen, Miltenberg

Reiseorganisation und  
-begleitung: Gabriele Bokr

Anmeldung unter:  
reisen@ehrich-touristik.de  
oder Ehrlich Reisen,  
Tel.: 09371 7377

Anmeldeschluss:  
30.10.2022  
(spätere Anmeldungen sind  
auf Anfrage möglich)

Im Salzkammergut wird die Vorweihnachtszeit noch heute nach altem Brauch gefeiert: Mit stimmungsvollen Adventmärkten voll Charme und Besinnlichkeit.

Magisch schöne Seen, malerische Orte und elegante Prachtbauten bilden die Kulisse für eine stimmungsvolle Adventzeit. Ob vor der ehrwürdigen Basilika, unter einer tausendjährigen Linde, im eleganten Kurpark oder mit Blick auf den illuminierten See, jeder Ort hat seinen ganz eigenen Charme und doch etwas gemeinsam: Besuchern ein authentisches, unverfälschtes und traditionelles Adventserlebnis zu bieten.

Wir sind **Ihr** leistungsstarker  
und zuverlässiger **Partner** im  
öffentlichen Personennahverkehr  
und Reiseverkehr  
**in der Region!**



**Katalog  
anfordern!**



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

Busbetrieb  
Industriestr. 21  
63920 Großheubach  
Tel. 09371-6006  
Fax 09371-5727

EHRlich  
*Royal*  
REISEN

**EHRlich  
TOURISTIK**  
www.ehrlich-touristik.de

**Über 45 Fahrzeuge in allen Kategorien !**

### Musikalischer Frühling an der Adria

7-tägige komfortable Busstudienreise nach Istrien

**Montag, 10.04.2023 –  
Sonntag, 16.04.2023**

Reisepreis:  
1145,00 EUR im DZ/Person  
EZ-Zuschlag: 150,00 EUR

Veranstalter:  
Ehrlich Reisen, Miltenberg

Reiseorganisation und  
-begleitung: Gabriele Bokr

Anmeldung unter:  
reisen@ehrich-touristik.de  
oder Ehrlich Reisen,  
Tel.: 09371 7377

Anmeldeschluss:  
15.01.2023  
(spätere Anmeldungen sind  
auf Anfrage möglich)

Auf Grund der günstigen Lage an der kroatischen Adriaküste, seiner bewegten Geschichte, Architektur und Eleganz entwickelte sich Patina an der Kvarner-Bucht gelegen, bereits im 19. Jh. zu einem mondänen Seebad mit prächtigen Jugendstilbauten, Flaniermeilen und musikalischer Tradition. Von Opatija aus erkunden Sie auf der Halbinsel Istrien wertvolle Kulturschätze aus römischer, byzantinischer und venezianischer Zeit. Auch die Habsburger haben hier glanzvolle Spuren hinterlassen. Als Höhepunkte erwartet Sie auf dieser Kulturreise eine Operetengala verbunden mit einem 4-Gang-Abendessen.

Gerne weisen wir auf weitere Reisen von Gabriele Bokr über die vhs Aschaffenburg hin – Anmeldungen werden ausschließlich dort entgegen genommen:

09.10. - 15.10.2022:  
Die Steiermark – Kulturlandschaft  
im "Grünen Herzen Österreichs"

25.10. - 06.11.2022:  
Südafrika in kl. Gruppen erleben

25.11.2022:  
Die faszinierende Geschichte der  
Normannen

30.12. - 02-01.2023:  
Musikal. Jahresausklang in Dresden

11.01.2023:  
Marc Chagall – Welt der Aufruhr

26.04.2023:  
Wissenschaftsstadt Darmstadt &  
Weltkulturerbe Mathildenhöhe

30.04. - 04.05.2023:  
Venedig, eine Stadt zum Verlieben

14.05. - 21.05.2023:  
Die britischen Kanalinseln Jersey  
und Guernsey

## Von bewegten und gemalten Bildern

Fahrt zum ZDF und zu den Chagall-Fenstern in Mainz

**Samstag, 04.02.2023**

Zeit: 08:45 - 17:30 Uhr

Treffpunkt und weitere Informationen werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Teilnahmegebühr:  
49,00 EUR inkl. Busreise  
und Besichtigungen

Begleitung: Burkard Vogt

Anmeldeschluss:  
22.12.2022

Mal lenken sie uns ab, mal führen sie zum Wesentlichen: Bilder sind ein wichtiges Element menschlichen Lebens. Bei dieser Tagesfahrt schauen wir im Fernsehzentrum Mainz beim ZDF hinter die Kulissen der bewegten Bildern. Nach einer Mittagspause in der Fußgängerzone lassen wir uns dann von den herrlichen Fensterbildern Marc Chagalls in der Sankt Stephan – Kirche inspirieren.



## Love is all around ...

Ein musikalischer Valentinsabend für Paare mit Joe Ginane

**Dienstag, 14.02.2023**

Zeit: 19:30 - 21:45 Uhr

Ort: Roncalli-Zentrum  
Lange Straße 40  
63864 Glattbach

Teilnahmegebühr:  
14,00 EUR pro Paar

Referent: Joe Ginnane

Anmeldeschluss:  
07.02.2023

Anmeldung unter:  
kontakt@roncalli-glattbach.de  
oder per Anrufbeantworter  
06021 6292701

Liebeslieder sind so zahlreich wie die Sterne am Himmel. Der irischstämmige Sänger und Gitarrist Joe Ginane wird an diesem Abend einige davon zum Klingen bringen – mit Mitsingfaktor und Herzschmerz-Garantie. Dazu gibt es ein paar spielerische Anregungen für Gespräche zu zweit. Zum Abschluss sind alle zu einem "Candlelight-Paarsegen" eingeladen. Ein Begrüßungs-Secco und Fingerfood sind inklusive.

In Kooperation mit der Familien-seelsorge und dem Roncalli Zentrum Glattbach.

### Auf den Spuren des Heiligen Martin

Busstudienreise durch Frankreich

**Sonntag, 23.04.2023 –  
Freitag, 28.04.2023**

Teilnahmegebühr:  
Auf Anfrage

Veranstalter:  
Biblische Reisen

Reisebegleitung:  
Dr. Ursula Silber

Anmeldeschluss:  
16.01.2023

Den Soldaten, der seinen Mantel teilt, kennt jedes Kind. Aber wer war Martin wirklich? In Tours, Amiens, Poitiers und an anderen Orten Frankreichs lassen sich noch viele Spuren seines Lebens und Wirkens entdecken. Die Reise in der Osterwoche führt uns zu diesen Orten und bringt uns den Namenspatron unseres Hauses näher.

Nähere Informationen zu Reiseprogramm und Preisen auf Anfrage!



## Kalligrafie

Englische Schreibschrift (Spencerian)

**Freitag, 23.09.2022 –  
Sonntag, 25.09.2022**

Beginn Freitag: 18:00 Uhr  
Ende Sonntag: 13:00 Uhr

Ort: Tagungszentrum  
Schmerlenbach

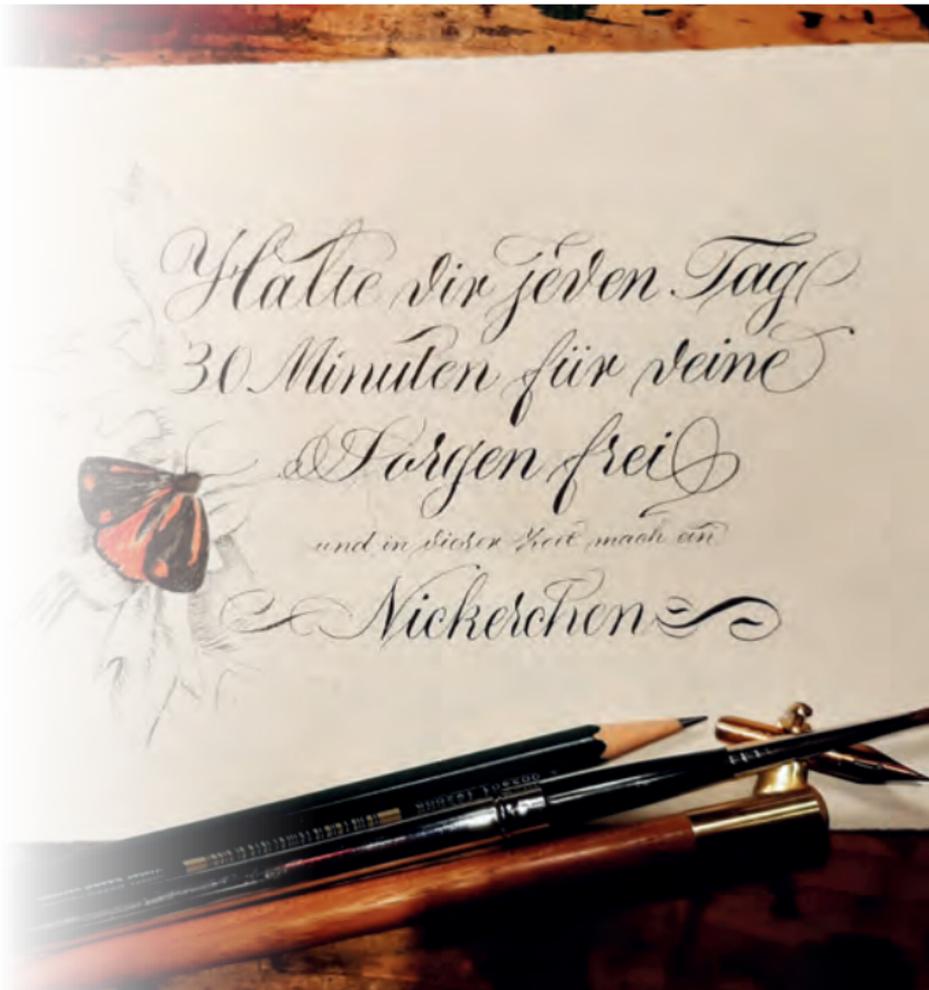
Teilnahmegebühr:  
250,00 EUR  
inkl. Übernachtung und  
Verpflegung

Referent: Michael Pieroth

Anmeldeschluss:  
26.08.2022

Ein geschriebenes Bild ist Ausdruck der Persönlichkeit des Schreibers. In diesem Kurs erlernen bzw. vertiefen Sie das Schreiben der englischen Schreibschrift und die Grundzüge typographischer Blattgestaltung. Die Fortgeschrittenen können ihre Kenntnisse vertiefen. Die praktische Anwendung können Sie bei Schmuckblättern, Einladungen, Karten, Urkunden usw. wirkungsvoll einsetzen.

Mit einer Dokumentenkamera werden die Schreibbewegungen des Dozenten projiziert und können somit von den Teilnehmer:innen bequem vom Platz aus mitverfolgt werden.



## Moderne Kalligrafie

Schreiben mit der Spitzfeder

**Freitag, 30.09.2022 –  
Sonntag, 02.10.2022**

Beginn Freitag: 18:00 Uhr  
Ende Sonntag: 13:00 Uhr

Ort: Tagungszentrum  
Schmerlenbach

Teilnahmegebühr:  
250,00 EUR  
inkl. Übernachtung und  
Verpflegung

Referent: Gosbert Stark

Anmeldeschluss:  
02.09.2022



Das Schreiben mit der Spitzfeder – auch bekannt unter dem Begriff Spitzfederkalligrafie – ist in Kalligrafie-Kursen der jüngeren Vergangenheit leider etwas vernachlässigt worden, das ändert sich aber in Zeiten von Lettering und Co. Man spricht auch von moderner Kalligrafie.

Dieser Kurs gliedert sich in: Einführung und Vorstellen einiger klassischer (Basis-) Grundformen, Üben sowie Finden des eigenen Stils durch Probieren und Studieren der Formen, Zeichnen von Schwüngen und Schnörkeln, Gestaltung eines oder mehrerer Schriftblätter in ein- oder mehrfarbiger Ausführung. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

## Cajón bauen und spielen

Eltern-Kind-Workshop

**Samstag, 22.10.2022**

Zeit: 09:30 - 17:00 Uhr

Ort: Martinushaus Katakombe  
Aschaffenburg

Teilnahmegebühr:  
100,00 EUR  
pro Eltern-Kind-Tandem,  
inkl. Mittagessen & Cajón-  
Bausatz von Schlagwerk

Referent: Christian Schmitt

Anmeldeschluss:  
15.10.2022

"Kachon" gesprochen, heißt übersetzt nichts anderes als "Holzkiste" und wurde schon vor Jahrhunderten von afrikanischen Sklaven als Percussion-Instrument entdeckt. Mittlerweile ist sie zu einem der beliebtesten Rhythmus-Instrumente geworden; nicht selten ersetzt sie – gekonnt gespielt – ein komplettes Schlagzeug. Um der Cajón ihr Klangpotential entlocken zu können, muss sie zum einen handwerklich gut und mit den richtigen Hölzern gebaut sein, zum anderen aber auch auf eine ganz bestimmte Weise gespielt werden. Als Schreiner und Schlagzeuger ist der Referent für beides Fachmann. Im ersten Teil des Workshops bauen die Eltern-Kind-Tandems gemeinsam eine eigene Cajón; am Nachmittag dann lernen sie, das Instrument richtig zu bedienen und erste Rhythmen zu spielen.

In Kooperation mit: kja Katakombe  
– Offene Jugendarbeit



## Kalligrafie

Englische Schreibschrift (Spencerian)

**Freitag, 10.02.2023 –  
Sonntag, 12.02.2023**

Beginn Freitag: 18:00 Uhr  
Ende Sonntag: 13:00 Uhr

Ort: Tagungszentrum  
Schmerlenbach

Teilnahmegebühr:  
250,00 EUR  
inkl. Übernachtung und  
Verpflegung

Referent: Michael Pieroth

Anmeldeschluss:  
13.01.2023

Ein geschriebenes Bild ist Ausdruck der Persönlichkeit des Schreibers. In diesem Kurs erlernen bzw. vertiefen Sie das Schreiben der englischen Schreibschrift und die Grundzüge typographischer Blattgestaltung. Die Fortgeschrittenen können ihre Kenntnisse vertiefen. Die praktische Anwendung können Sie bei Schmuckblättern, Einladungen, Karten, Urkunden usw. wirkungsvoll einsetzen.

Mit einer Dokumentenkamera werden die Schreibbewegungen des Dozenten projiziert und können somit von den Teilnehmer:innen bequem vom Platz aus mitverfolgt werden.

## Kalligrafie

Foundational – die kalligrafische Grundschrift

**Freitag, 24.02.2023 –  
Sonntag, 26.02.2023**

Beginn Freitag: 18:00 Uhr  
Ende Sonntag: 13:00 Uhr

Ort: Tagungszentrum  
Schmerlenbach

Teilnahmegebühr:  
250,00 EUR  
inkl. Übernachtung und  
Verpflegung

Referent: Gosbert Stark

Anmeldeschluss:  
27.01.2023

Die Schriftart "Foundational" oder "Foundational Hand" gilt für viele Kalligraf:innen als „Basis-schrift“ und ist formale Grundlage für viele weitere, spätere Schriftarten. Sie wurde zu Beginn des 20. Jahrhunderts von dem britischen Kalligrafie-Lehrer Edward Johnston entworfen. Grundlagen waren seine Studien karolingischer Handschriften sowie der römischen Capitals Monumentales. So eignet sich die Beschäftigung mit dieser Schrift für den kalligrafischen Einstieg, aber auch für Fortgeschrittene zum Auffrischen verschiedener kalligrafischer Schriften.

## Montagsforen im Überblick

**Montag, 17.10.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**Das Modellprojekt  
"Allegro – eine blühende  
Melodie"**

Wie wir mit Klima-Kunst  
unsere Zukunft gestalten  
können

siehe Seite 10

**Montag, 13.02.2023**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**Wie geht faire Kleidung?**

siehe Seite 21

**Montag, 12.12.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**Schon leuchtet der  
Krippe heller Schein**

Impulse und Lieder auf dem  
Weg zum Weihnachtsfest

siehe Seite 31

**Montag, 14.11.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**Give Peace A Chance**

Putins Angriffskrieg und die  
Möglichkeiten für Frieden

siehe Seite 13

**Montag, 23.01.2023**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**Auswander oder bleiben?**

Bedrängte Christ:innen im  
Orient

siehe Seite 18



## Dienstagsgespräche im Überblick

**Dienstag, 20.09.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**Einfach himmlisch**

Programmeröffnung

siehe Seite 6

**Dienstag, 04.10.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**Die Freimaurer**

Eine geheime Gesellschaft

siehe Seite 7

**Dienstag, 18.10.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**Das Modellprojekt**

**"Allegro – eine blühende Melodie"**

Wie wir mit Klima-Kunst unsere Zukunft gestalten können

siehe Seite 10

**Dienstag, 25.10.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**Der Ukrainekrieg – eine Zeitenwende wohin?**

Aufrüstung, Waffenexporte und die Sicherheit Europas

siehe Seite 11

**Dienstag, 08.11.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**Teilen, Teil-nehmen, Teil-haben** Podiumsgespräch

siehe Seite 12

**Dienstag, 22.11.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**"Ich bin ein Mensch, die ungelehrt ist"**

Hildegard von Bingen

siehe Seite 14

**Dienstag, 06.12.2022**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**Wilde Weihnachten – gegen die Zählung von Advent und Weihnachten**

siehe Seite 16

**Dienstag, 17.01.2023**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**Weiblich, männlich und was noch?**

Wertorientierte Sexualerziehung heute

siehe Seite 55

**Dienstag, 07.02.2023**

Zeit: 19:30 - 21:00 Uhr

**"Spannend bleibt es..."**

Der Synodale Weg als geistlicher Prozess

siehe Seite 19

September		Seite
	05.09.2022 Kräuterwunder und Pflanzenschätze	58
	06.09.2022 Wer innehält, hält das Innere	25
	07.09.2022 Auszeit: Bibel teilen online	25
	10.09.2022 Zweierpack	36
ab	12.09.2022 Gedächtnistraining durch Tanz 1	36
	12.09.2022 Tanztee	37
ab	13.09.2022 Rückentraining 0	38
ab	13.09.2022 Rückentraining 1	38
ab	13.09.2022 Rückentraining 2	38
ab	13.09.2022 Rückentraining 3	38
ab	13.09.2022 Gedächtnistraining durch Tanz 2	36
ab	14.09.2022 Gesundheitswandern 1	39
	14.09.2022 Neuland Gemeindeteams	9
ab	15.09.2022 Rückentraining 4	38
ab	15.09.2022 Rückentraining 5	38
ab	15.09.2022 Gesundheitswandern 2	39
ab	15.09.2022 Funktionelle Gymnastik 1	41
ab	15.09.2022 Funktionelle Gymnastik 2	41
ab	15.09.2022 "Wenn die Freude Trauer trägt"	40
	15.09.2022 Fit und aktiv durch Singen in froher Runde	71
	15.09.2022 Typisch Franken?	58
ab	15.09.2022 Ausstellung: "Alle in einem Boot"	59
	18.09.2022 PFADE DER POESIE 1 – Wandel-Lesung	60
	18.09.2022 PFADE DER POESIE 2 – Wandel-Lesung	60
	20.09.2022 Einfach himmlisch	6
	21.09.2022 Betreuer:innentreff	42
ab	21.09.2022 Fit von Kopf bis Fuß 60+, Kurs 1	41
ab	21.09.2022 Fit von Kopf bis Fuß 60+, Kurs 2	41
	21.09.2022 Gott & die Welt: Belfast	63
ab	22.09.2022 Dem Gedächtnis auf die Sprünge helfen	42
	23.09.2022 Damit das Leben nicht an mir vorbeigeht	26
	23.09.2022 Bibelkrimi-Dinner	61
	23.09.2022 Kalligrafie – Englische Schreibschrift	80
	24.09.2022 ErlebniSTanz	61
	25.09.2022 Focus:film	64
	"Die Berufung – Ihr Kampf für Gerechtigkeit"	
ab	27.09.2022 Yoga im Fluss der Bewegung	43
	28.09.2022 Markttreff für Frauen: "Was ist schon gerecht?"	44
	30.09.2022 Moderne Kalligrafie	81

## TERMINÜBERSICHT

Oktober		Seite	
	01.10.2022	Film & Gespräch: Je suis Karl	7
	04.10.2022	Die Freimaurer	7
ab	04.10.2022	Yoga und Meditation 2A	27
ab	04.10.2022	Qigong	46
ab	05.10.2022	Yoga und Meditation 3	27
ab	05.10.2022	ErlebniSTanz	62
ab	05.10.2022	Literaturkurs	66
	05.10.2022	Auszeit: Bibel teilen online	25
ab	06.10.2022	Musik, die berührt – Wort, das trifft	28
	06.10.2022	"Alles Notwendige innerhalb des Klosters"	66
	08.10.2022	Aufbruch im Kirchenbau	67
	10.10.2022	Letzte Hilfe 1	8
ab	10.10.2022	Hatha-Yoga	46
ab	10.10.2022	Feldenkrais	47
ab	10.10.2022	Italienisch für Fortgeschrittene	67
ab	11.10.2022	Spanisch für den Urlaub – Grundkurs	68
	11.10.2022	Focus:film "Crescendo"	64
ab	13.10.2022	Spanisch für den Urlaub – Fortgeschrittenenkurs	68
	13.10.2022	Fit und aktiv durch Singen in froher Runde	71
	15.10.2022	Eselpilgertag 2.0	28
	17.10.2022	Modellprojekt "Allegro – eine blühende Melodie"	10
	17.10.2022	Neuland Gemeindeteams	9
ab	17.10.2022	Basenfasten-Detox-Tage	47
	18.10.2022	Modellprojekt "Allegro – eine blühende Melodie"	10
	18.10.2022	Wer innehält, hält das Innere	25
	20.10.2022	Perlen im Gesangbuch, Aschaffenburg	29
	21.10.2022	Perlen im Gesangbuch, Lohr	29
	22.10.2022	Cajón bauen und spielen	82
	25.10.2022	Der Ukrainekrieg – eine Zeitenwende wohin?	11
	26.10.2022	Markttreff für Frauen: "Entscheidungen"	44
	26.10.1022	Gott & die Welt: Maixabel	63
	27.10.2022	Neuland Gemeindeteams	9
	28.10.2022	Atemseminar	48
	29.10.2022	Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR)	49

November		Seite	
	01.11.2022	Wenn selbst die Clownin Trauer trägt	50
	02.11.2022	Auszeit: Bibel teilen online	25
ab	03.11.2022	AUSSTELLUNG: Martinus Spuren	69
	05.11.2022	Ein Rendezvous mit Dir selbst	51
	05.11.2022	SPUREN 1 – ein Martinus-Musikspiel	70
	06.11.2022	SPUREN 2 – ein Martinus-Musikspiel	70
	08.11.2022	Teilen, Teil-nehmen, Teil-haben	12
	08.11.2022	Betreuer:innentreff	52
	08.11.2022	Wer innehält, hält das Innere	25
	09.11.2022	Auf den Spuren des Heiligen Martin	13
	10.11.2022	Fit und aktiv durch Erzählen und Singen	71
	14.11.2022	Give Peace A Chance	13
	17.11.2022	Eine Leiter, Äpfel, Geld, Zeit und Leben	53
	18.11.2022	Von "Avinu" bis "Zizit"	30
	19.11.2022	Richtig reden – besser ankommen	53
	19.11.2022	Jüdischer Schabbat-Gottesdienst	72
	21.11.2022	Vom Gletscher zum Wein	73
	22.11.2022	"Ich bin ein Mensch, die ungelehrt ist"	14
	23.11.2022	Gott & die Welt: Quo vadis, Aida?	63
ab	23.11.2022	Gesundheitswandern 1A	39
ab	24.11.2022	Gesundheitswandern 2A	39
	25.11.2022	Bibelkrimi-Dinner	61
	28.11.2022	Letzte Hilfe 2	8
	30.11.2022	Markttreff für Frauen: "Markttreff im Advent"	44
Dezember			
	02.12.2022	Wochenendseminar: Achtsam innehalten	54
	02.12.2022	Busstudienreise Salzburg mit Adventsingen	74
	03.12.2022	Adventsreise nach Augsburg	75
	04.12.2022	"Leben – was sonst!"	15
	06.12.2022	Wilde Weihnachten	16
	06.12.2022	Wer innehält, hält das Innere	25
	07.12.2022	Auszeit: Bibel teilen online	25
	08.12.2022	Busstudienreise: Adventlicher Seenzauber	76
	09.12.2022	Kontemplationswochenende	24
	12.12.2022	Dann geh und handle genauso!	17
	12.12.2022	"...und Friede den Menschen"	31
	12.12.2022	Schon leuchtet der Krippe heller Schein	31
	15.12.2022	Fit und aktiv durch Singen in froher Runde	71

# TERMINÜBERSICHT

		Seite
<b>Januar</b>		
	04.01.2023	Auszeit: Bibel teilen online 25
ab	09.01.2023	Yoga und Meditation 27
ab	10.01.2023	Yoga und Meditation 2 27
	10.01.2022	Wer innehält, hält das Innere 25
	17.01.2023	Weiblich, männlich und was noch? 55
	18.01.2023	Gott & die Welt: Persischstunden 63
	19.01.2023	"Glaube bewegt" 18
	21.01.2023	Wie steh´ ich denn da? 32
	22.01.2023	Oasentag 33
	23.01.2023	Auswandern oder bleiben? 18
	25.01.2023	Markttreff für Frauen: "Eigentlich bin ich..." 45
	26.01.2023	Fit und aktiv durch Singen in froher Runde 71
	31.01.2023	Focus:film "Rabiye Kunaz gegen George W. Bush" 65
<b>Februar</b>		
	01.02.2023	Auszeit: Bibel teilen online 25
	04.02.2023	Von bewegten und gemalten Bildern 78
	07.02.2023	"Spannend bleibt es..." 19
	07.02.2023	Wer innehält, hält das Innere 25
	09.02.2023	Erneuerung des Judentums durch Frauen im Rabbinat 20
	10.02.2023	Atemseminar 48
	10.02.2023	Kalligrafie 83
	12.02.2023	Focus:film "Rabiye Kunaz gegen George W. Bush" 65
	13.02.2023	Wie geht faire Kleidung? 21
	14.02.2023	Love is all around ... 78
	15.02.2023	Gesprächsführung mal anders 55
	16.02.2023	Fit und aktiv durch Singen in froher Runde 71
	21.02.2023	Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung 56
	22.02.2023	Markttreff für Frauen: "Es ist nie zu spät..." 43
	24.02.2023	"GOTT rettet" 23
	24.02.2023	Kalligrafie 83
<b>Vorschau</b>		
	04.03.2023	"Ich bin das Leben" 23
	10.03.2023	Mit Tanzen und Singen vom Alltag pausieren 56
	11.03.2023	Schenk dir einen Quellentag 33
	10.04.2023	Busstudienreise: Musikalischer Frühling an der Adria 77
	23.04.2023	Busstudienreise: Frankreich 79 "Auf den Spuren des Heiligen Martin"

## Bildnachweise

Alle Bilder von Burkard Vogt und Andreas Bergmann bis auf:

- S. 08: A. Pohl/pfarrbriefservice.de
- S. 10: M.Langbehn/daslichtgruenekleid.de
- S. 12: Katharina Leniger, Christof Mattes
- S. 16: PERFFZERFF/photocase.de
- S. 17: Julia Martin/Abtei Münsterschwarzach
- S. 19: Max von Lachner
- S. 20: Rafael Herlich
- S. 22: jens schmitz/pixelio.de
- S. 26: as\_seen/photocase.de
- S. 27: christophe papke/photocase.de
- S. 31: wikimedia commons
- S. 32: Peter Weidemann/pfarrbriefservice.de
- S. 34: Mr. Nico/photocase.de
- S. 37: Peter Weidemann/pfarrbriefservice.de
- S. 40: Vanessa Rickert
- S. 43: karau/photocase.de
- S. 48: AlexAlex/photocase.de
- S. 50: marshi/photocase.de
- S. 58: VICUSCHKA/photocase.de
- S. 59: missio
- S. 60: M.Langbehn/daslichtgruenekleid.de
- S. 70: vichie81/freepik.com
- S. 78: ZDF Mainz
- S. 80: Michael Pieroth
- S. 81: G. Stark

### Martinushaus

Treibgasse 26  
63739 Aschaffenburg

#### **Anreise mit der Bahn / mit öffentlichen Verkehrsmitteln**

Vom Aschaffener Hauptbahnhof und vom Regionalen Omnibus-Bahnhof beträgt der Fußweg zum Martinushaus nur ca. 5 Minuten.

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

Für Fahrradfahrer stellen wir einige überdachte Stellplätze zur Verfügung.

#### **Anreise mit dem PKW**

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



### Tagungszentrum Schmerlenbach

Schmerlenbacher Str. 8  
63768 Hösbach

#### **Anreise mit der Bahn / mit öffentlichen Verkehrsmitteln**

Vom Bahnhof Aschaffenburg aus fährt an Werktagen etwa stündlich ein Bus der Linie 43 vom Bussteig 14 des Regionalen Omnibus-Bahnhofes.

#### **Anreise mit dem PKW**

Nutzen Sie die Autobahnausfahrten Hösbach (von Westen aus) oder Bessenbach / Waldaschaff (von Osten aus). Am Haus stehen Parkplätze zur Verfügung.



## Allgemeine Geschäftsbedingungen

### Anmeldung

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

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

Sie können uns das ausgefüllte und unterschriebene Anmeldeformular auch per Fax zukommen lassen (Fax: 06021 392-119) oder sich schriftlich über unsere Homepage anmelden.

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

### Datenschutz

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

### Teilnahmegebühren

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

Barzahlungen für Veranstaltungen, bei denen eine Anmeldung notwendig ist, sind nicht möglich.

Sollten wir für einzelne Veranstaltungen zu einem anderen Termin abbuchen, teilen wir Ihnen dies im Rahmen der Anmeldebestätigung mit. Ausnahme: Bei Einzelveranstaltungen (z.B. Vorträge) kassieren wir die Teilnahmegebühren in bar.

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

## **Ermäßigung**

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

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

Ausgenommen von diesen Ermäßigungen sind Reisen, Tagesfahrten und mehrtägige Übernachtungsveranstaltungen. Bei Kooperationen mit anderen Trägern können besondere Regelungen gelten.

## **Veranstaltungsausfall/Änderung**

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

## **Rücktritt**

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

## **Sonderbedingungen für Tagesfahrten**

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

## **Mehrtägige Bildungsreisen**

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

**Martinusforum Aschaffenburg-Schmerlenbach e.V.**

Treibgasse 26 | 63739 Aschaffenburg

Telefon 06021 392-100

Telefax 06021 392-119

E-Mail [info@martinusforum.de](mailto:info@martinusforum.de)

Steuernummer: 187/34203

VR-Nummer 263

1.Vorsitzender: Richard Kerler

**Redaktionsschluss**

**für das nächste Programmheft Frühjahr/Sommer 2023:**

(1. März 2023 bis 31. Juli 2023):

15. November 2022

**Martinusforum Aschaffenburg-Schmerlenbach e.V. •**

**bildungsangebot**

September 2022 – Februar 2023

**Redaktion**

Ursula Silber  
Mechthild Schmücker  
Burkard Vogt  
Andreas Bergmann

**Grafische Gestaltung**

AKTIONSFelder e.K.  
Mainaschaff

**Herstellung/Druck**

Hinckel-Druck GmbH  
Wertheim

CO2-neutral gedruckt auf Umweltschutzpapier  
aus 100% Recyclingpapier



## ANMELDUNG

### für das Martinusforum Aschaffenburg-Schmerlenbach e.V.

Nachname, Vorname: .....

Straße: .....

PLZ, Wohnort: .....

E-Mail-Adresse: .....

Telefonische Erreichbarkeit: .....

**Ich melde mich hiermit für folgende Veranstaltung verbindlich an:**

Veranstaltungstitel: .....

Startdatum: ..... Uhrzeit: .....

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

#### **Erteilung eines Sepa-Lastschrift-Mandates**

Hiermit ermächtige ich den Martinusforum Aschaffenburg-Schmerlenbach e.V., die Teilnahmegebühr in Höhe von ..... EUR für diese Veranstaltung von meinem unten angegebenen Konto einzuziehen.

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

Die Mandatsreferenznummer erhalte ich mit der Anmeldebestätigung.

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

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

IBAN: ..... BIC: .....

Bank/Sparkasse: .....

Kontoinhaber: .....

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

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

Datum: ..... Unterschrift: .....

ggf. Unterschrift abweich. Kontoinhaber: .....





# Ausgezeichnete Beratungsqualität.

## Erneut die Nummer 1.

Vertrauen Sie dem Urteil unabhängiger Experten und überzeugen Sie sich davon, dass die Sparkasse der richtige Partner für Ihre Finanzen ist.

Auch 2022 belegt die Sparkasse Aschaffenburg-Alzenau im Bankentest „Beste Bank vor Ort“ den 1. Platz in Aschaffenburg.

Weitere Informationen unter:  
[www.spk-aschaffenburg.de/ausgezeichnet](http://www.spk-aschaffenburg.de/ausgezeichnet)



Sparkasse  
Aschaffenburg-  
Alzenau

Weil's um mehr als Geld geht.