

## Was dem Herzen gut tut

Das Herz schlägt etwa 100.000 mal am Tag und befördert dabei bis zu 10.000 Liter Blut. In einer Minute durchläuft das gesamte Blut den Körper und kehrt wieder zum Herzen zurück. Das Herz ermöglicht uns das Leben.

Aber es hat viel mehr Bedeutung für uns als nur die eines Organs. Dem Herzen muss es gut gehen, dann geht es uns gut.

So lade ich Sie ein, gemeinsam herauszufinden, was Ihrem Herzen gut tut.

„Was Du suchst ist nicht auf den Gipfeln der Berge, nicht in den Tiefen der Meere, nicht in den Straßen der Städte. Es ist in Deinem Herzen!“

Ich freue mich auf einen herzlichen Nachmittag.

**Referentin** Sybille Lohrer, Religionspädagogin

**Telefon** (089) 67 80 58 47

**Email** Sybille-camino@gmx.de

## Hoffungsstern und Lebensworte

Ende November 2022 nahmen mein Mann und ich an einer Adventstagung in Herrnhut teil, einem kleinen Städtchen in der östlichen Oberlausitz, jedoch weltbekannt durch die Herrnhuter Sterne und die jährliche Herausgabe der „Losungen“. Beides stelle ich vor, und nehme Sie mit in den Ort Herrnhut und seine spannende Geschichte.

**Referentin** Claudia Rohfleisch, Dipl. Pädagogin

**Telefon** (089) 60 84 601

**Email** claudia.rohfleisch@gmx.de

## gesucht & gefunden

**Liebe Mitarbeiter\*innen in der Seniorenarbeit!**  
**Liebe Seniorenkreisleiter\*innen!**

Die Seniorenarbeit in den Kirchengemeinden ist wichtiger Bestandteil der kirchengemeindlichen Arbeit. Um weiterhin diese wertvolle Arbeit zu unterstützen, möchten wir auch in diesem Jahr wieder neue interessante Vortragsthemen anbieten, die Sie - teilweise auch bei neuen Referent\*innen - buchen können:

- Lassen Sie sich von Beatrix Fuchs, einer engagierten Klimaschützerin über Klimaschutz vor allem für das Alter informieren.
- Haben Sie Freude bei musikalischen, literarischen Reisen durch die Jahreszeiten mit Evi Strehl und ihrer Zither, oder tauchen Sie ein in das leidenschaftliche Leben und Wirken von Udo Jürgens mit Nina Lauterfeld.
- Um fit in der immer digitaler werdenden Welt zurecht zu kommen, buchen Sie sich einen Vortrag bei Gregor Biedermann.
- Gehen Sie auf Reisen in ärmste Länder mit Claudia Rohfleisch nach Bulgarien oder mit Hartmut Zöbeley nach Nepal.
- Hören Sie von der Bedeutung und Geschichte Herrenhuts.
- Erleben Sie „Herz“-stärkendes mit Sybille Lohrer.
- Und wenn Sie einfach nur „glücklich“ sein wollen, können Sie mit Kirsten Zöbeley übers Glück sprechen, es erforschen und erleben.

Wir wünschen Ihnen Bereicherung, Anregung und Freude mit diesen neuen „gesucht & gefunden“-Tipps! Ihre

*Kirsten Zöbeley Irmi Sedlmayr*

## Kontakt

**Wir unterstützen Sie bei Ihrer Suche nach neuen Themen und Referent\*innen.**  
**Bitte nehmen Sie Kontakt zu uns auf.**

### Kirsten Zöbeley

Offene Altenarbeit für  
evangelische Kirchengemeinden  
Landshuter Allee 38b  
80637 München

**Telefon** (089) 12 69 91 436

**Email** kzoebeley@diakonie-muc-obb.de

### Irmi Sedlmayr

Evangelisches Bildungswerk e.V.  
Gemeindearbeit  
Herzog-Wilhelm-Straße 24 / 3.OG  
80331 München

**Telefon** (089) 55 25 80 31

**Email** irmi.sedlmayr@ebw-muenchen.de



**gesucht & gefunden**  
Themen und  
Referent\*innentipps

Foto: Titel: Hartmut Zöbeley, Innen: C.Rohfleisch Text: Kirsten Zöbeley Stand: Juli 2023

## Vom Schwarzen Meer zum Tal der Rosen Eine Tanz- und Kultur- reise durch Bulgarien

Bulgarien ist eines der ärmsten Länder Europas und als Reiseland nahezu unbekannt. Hier finden wir jedoch eine der ältesten europäischen Kulturen, wunderschöne, fast unberührte Landschaften und das wohl beste Rosenöl der Welt. In Bulgarien ist noch eine reiche Tanz- und Musikkultur lebendig, der wir auf dieser Reise immer wieder begegnen.

PowerPoint-Präsentation, Dauer ca. eine Stunde

**Referentin** Claudia Rohfleisch, Dipl. Pädagogin

**Telefon** (089) 60 84 601

**Email** claudia.rohfleisch@gmx.de



## Klimaschutz für jedes Alter

Wenn Sie Umwelt-, Natur- und Klimaschutz interessiert, sind Sie hier genau richtig:

- In welchen Lebensbereichen betrifft mich die Erderhitzung und wie kann ich mich schützen?
- Welche Rolle spielt das Alter beim Klimaschutz?
- Was kann man aus der Perspektive anderer Altersgruppe lernen?
- Was kann ich einzeln oder in Gemeinschaft tun?
- Wie motiviere ich andere?
- Welche Rolle spielt für mich die Bewahrung der Schöpfung?

Aktiv sein für das Klima ist keine Frage des Alters, Beatrix Fuchs, selbst als Klimaschützerin aktiv, zeigt Ihnen gerne wie das geht.

**Referentin** Beatrix Fuchs, Klimaschützerin

**Telefon** (0171) 57 61 756

**Email** Beatrix.Fuchs@leocor.org

## Udo Jürgens - Leidenschaft und Musik

Udo Jürgens - Leidenschaft und Musik: „Griechischer Wein“, „Ich war noch niemals in New York“, „Aber bitte mit Sahne“ - das alles sind Klassiker von Udo Jürgens, die wohl jeder kennt. Doch wir wollen einen genaueren Blick auf sein Leben werfen: Wie war seine Kindheit? Wo liegen seine Wurzeln und wie hat er es zu so einer beeindruckenden Karriere geschafft? Mit musikalischer Unterlegung gehen wir diesen Fragen auf den Grund.

**Referentin** Nina Lauterfeld, Studentin Soziale Arbeit

**Telefon** (0176) 84 58 37 05

**Email** nina-lauterfeld@gmx.de

## Fit im digitalen Alltag

Die Digitalisierung gewinnt zunehmend an Bedeutung und hat sich in vielen Bereichen des täglichen Lebens etabliert! Ob beim Online-Banking, Einkaufen, z.B. eines Bahntickets, bei Nachrichten, beim Kontakthalten z.B. zur Familie oder auch bei der Pflege der eigenen Gesundheit: all diese Bereiche werden digitaler.

Das Internet bildet die Grundlage dafür. Digitale Kompetenz erleichtert uns das Leben und die Teilhabe, sie erhöht Selbständigkeit und Unabhängigkeit.

Im Vortrag werden Möglichkeiten der digitalen Teilhabe aufgezeigt und/oder vertieft.

Die Inhalte dieses Vortrags können nach Absprache individuell festgelegt werden.

**Referent** Gregor Biedermann, zertifizierter Trainer für Verbraucherbildung Internet und Datenschutz

**Telefon** (0151) 14 20 93 07 oder (08232) 18 90 09

**Email** gregor.biedermann@gmx.de

## Mit der Zither durch die Jahreszeiten

Geschichten, Melodien und Lieder je nach Jahreszeit, zum Frühjahr Sommer, Herbst oder Winter. Auch zum Mitsingen. Dazwischen erzählt die langjährige BR-Volksmusikmoderatorin Sagen, Märchen oder lustige Geschichten aus Bayern und drumherum. Und wer weiß: vielleicht fällt der einen oder dem anderen der Besucher auch selbst ein Lied ein: Dann gibt es spontan auch ein kleines Wunschkonzert! Denn wie sagte schon Martin Luther: „Die Musik ist eine Gabe Gottes, die den Teufel vertreibt und die Leute fröhlich macht.“

**Referentin** Evi Strehl, Musikredakteurin

**Telefon** (0151) 14 00 72 71

**Email** Evi.Strehl@gmail.com

## Übers Glück

Jeder ist seines Glückes Schmied!

Das Glück liegt auf der Straße, man muss es nur aufheben!

Mehr Glück als Verstand!

Glück im Unglück!

Glück auf!

Ist Glück ein kurzer Moment des Hochgefühls oder ein Zustand? Hat man Glück oder hat es eben nicht? Was ist Glück und was macht glücklich und wo bzw. wie findet man das Glück?

Glückskinder, Glücksbringer, Glückshormone, Sprichwörter, Lieder, Geschichten übers Glück und was sagen die Religionen dazu? - alles soll vorkommen. Das Glück hat viele Facetten, Bedeutungen und Aspekte. Sich damit zu befassen, ist spannend, lustig und sinnvoll.

**Referentin** Kirsten Zöbeley, Diakonin

**Telefon** (089) 12 69 91 436

**Email** kzoebeley@diakonie-muc-obb.de

## Alleine mit meiner Geige auf dem Dach der Welt

Jedes Jahr mache ich mich auf durch die wilden Bergwelten des Himalayas. Viele Geschichten habe ich zu erzählen. Wunderbaren Menschen in den Weiten der Berge bin ich begegnet. Das Erdbeben 2015 und Corona haben sehr vielen ihre Existenz zerstört. Und doch bleiben sie hoffnungsvoll und gelassen. Mit diesem Bildervortrag möchte ich um Spenden und Hilfe für dieses arme und beeindruckende Land werben.

**Referent** Hartmut Zöbeley, Musiker

**Telefon** (0171) 50 70 633

**Email** Hartmut.Zoebeley@web.de