



# GESELLSCHAFT

## Ansprechpartner:innen



**Andreas Tontsch**

tontsch@vhs-haar.de  
Tel.: 089/46002-819



**Dr. Franca  
Barbara Faccini**

Studium Generale,  
Ökogarten  
faccini@vhs-haar.de  
Tel.: 089/46002-827

Im **Studium Generale** erleben Sie bei wechselnden Dozent:innen thematisch breite und inhaltlich anregende Impulse – und können diese in Ihrer festen Gruppe diskutieren.

Bei **vhs.wissen live** können Sie hochkarätige Referent:innen und aktuelle Themen aus der ganzen Welt live mitverfolgen – bei sich zuhause oder unterwegs – und sich per Chat in die Diskussion einschalten. Buchen Sie gleich das Abo für alle Vorträge.

Entdecken Sie auch unsere Angebote im Bereich **Ökologie und Umwelt**, u.a. mit Vorträgen zu Balkonsolaranlagen und E-Mobilität.

Für das Zusammenleben in **Familie, Partnerschaft sowie für die Selbstfürsorge** bieten wir Ihnen neue und hilfreiche Impulse. Auch unabhängige Tipps zu **rechtlichen und finanziellen Fragen** können Sie bei uns bekommen.

Wir haben für viele Ihrer Fragen und Interessen die passenden Kursangebote.

## INHALT

<b>vhs im Dialog</b> .....	<b>20</b>
Studium Generale .....	21
Aktueller Vormittag .....	21
Geschichte/Politische Bildung .....	22
Digitale Lebenswelt .....	22
<b>vhs.wissen live</b> .....	<b>23</b>
Betriebsbesichtigungen .....	25
Ökologie/Umwelt/Ökogarten .....	26
Finanzen/Vorsorge/Recht .....	27
Geistige Fitness .....	28
Persönlichkeitsgestaltung .....	28
Partnerschaft/Familie .....	30

# vhs im Dialog

Seien Sie herzlich eingeladen zu spannenden Vorträgen und interessanten Gesprächen rund um Gesellschaft, Politik und Literatur.

Ich freue mich auf Sie!

Lourdes María Ros de Andrés, Leiterin der vhs Haar



## AfriKaHaar im Maria-Stadler-Haus

„Afrika ist kein Land“ – so lautet der Titel eines aktuellen Buches von Dipo Faloyin. Ein weiteres von Howard French titelt „Afrika und die Entstehung der modernen Welt“. Die Bücher korrigieren den häufig reduzierten Blick auf den Kontinent als homogen, problematisch und hilfsbedürftig. **Lourdes María Ros de Andrés, Leiterin der vhs Haar**, gibt Einblicke in diese beiden Werke.

Drei Haarer Vereine begegnen Menschen aus afrikanischen Ländern auf Augenhöhe und pflegen fruchtbare Kooperationen. **Edith Otiende-Lawani, Vorstand von „Giving Africa a New Face“ (GAaNF), Jochen Döring, Vorsitzender von „HA-ILE – Partnerschaft Haar-Ilembula“ sowie Edwin Busl, Vorsitzender des Vereins "SchuPa Tansania - Verein zur Förderung deutsch-tansanischer Bildungspartnerschaften" und Schüler:innen des Ernst-Mach-Gymnasiums** berichten über Ziele und Projekte ihrer Vereine sowie über Begegnungen in Afrika.

Die **Ethnologin Dr. Karin Guggeis** analysiert für uns Schulbücher – wie wurde und wird Afrika und seine Bevölkerung dargestellt? Welche Änderungen fanden statt und welche sind bis heute dringend geboten? Begleitet wird der Abend von **John Gambula aus Tansania** an der Trommel.



**Mittwoch, 11.10.2023, 19:00-20:30 Uhr im Maria-Stadler-Haus, Vockestr. 15 - 85540 Haar,**

**Kursnummer 01010** P S NEU



## Wahrheit

Die Frage nach der Wahrheit ist aktueller denn je. Wie ist es aus philosophischer Sicht: Gibt es nur eine Wahrheit oder ist Wahrheit eine Frage der Perspektive? Ist Wahrheit relativ? Wie halten es Politik und Journalismus mit der Wahrheit: Wo liegt die Grenze zwischen notwendiger Vereinfachung komplexer Zusammenhänge und einem Biegen der Wahrheit? Hat jede Partei und jede Zeitung mit der eigenen Perspektive und dem Wunsch zu überzeugen auch eine eigene Wahrheit? Und wie steht es um die Wahrheit in der Bibel und im Christentum? Sind Notlügen lässlich? Ist das Verbot der Lüge ein Gebot, das in die Kirche gehört oder ist Wahrfähigkeit nicht nur eine Frage von Religion und Ethik, sondern auch von Glaubwürdigkeit?

Über diese Fragen diskutiere ich mit **Sabina Brosch, freie Mitarbeiterin vom Münchner Merkur, Pfarrerin Dr. Johanna Imhof von der Jesus-Kirche Haar, Helmut Dworzak, Altbürgermeister der Gemeinde Haar** und **Dr. Korbinian Rieger vom Zentrum für Ethik und Philosophie in der Praxis der LMU**.

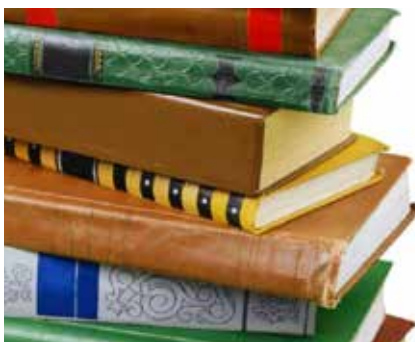
**Mittwoch, 17.01.2024, 19:00-20:30 Uhr im Vortragsraum OG 06, Kursnummer 01011** HYBRID S NEU

## Winterlektüre

Suchen Sie Lesetipps für die Zeit zwischen den Jahren? Für sich oder als Weihnachtsgeschenk?

**Der Haarer Bürgermeister Dr. Bukowski, die Leiterin der Gemeindebibliothek Frau Zeber, der Buchladen Haar und Lourdes María Ros de Andrés, Leiterin der vhs Haar und Literaturwissenschaftlerin** stellen Ihnen ihre Lieblingsbücher für den Winter vor.

**Mittwoch, 29.11.2023, 19:00-20:30 Uhr im Vortragsraum OG 06, Kursnummer 01012** HYBRID



## Lesekreis

Was wäre ein Leben ohne Literatur? Sie entführt uns in andere Welten, Gedanken, Gefühle. Erweitert unseren Horizont durch Perspektivenwechsel, Aneignung von Kultur und Wissen. Entführt uns in Reisen des Geistes, in denen die Zeit stillsteht für Muße, Spannung, Freude.

Ach – die schöne Welt der Bücher! Bringen Sie gerne Ihre Lese-Tipps mit! Beim ersten Termin besprechen wir: Arno Geiger (2023): Das glückliche Geheimnis.

**Donnerstag, 28.9., 26.10., 07.12.2023, 25.01.2024, 19:00 – 20:30 Uhr, Raum OG30, Kursnummer 01013** P

Die Veranstaltungen sind **gebührenfrei**. Um Anmeldung wird gebeten.

## STUDIUM GENERALE / AKTUELLER VORMITTAG

### Studium Generale

mehr wissen – weiter denken

Mit dem Studium Generale bieten wir Ihnen einen allgemeinbildenden Lehrgang an, der Ihnen ermöglicht, in den verschiedensten Wissensbereichen Grundwissen zu erwerben oder zu vertiefen. Denn nach wie vor ist eine gute Allgemeinbildung Voraussetzung dafür, Dinge und Informationen im Leben richtig einzuordnen und zu verstehen. Diesen Rahmen möchten wir für Sie schaffen, damit auch Sie künftig wissen, was läuft und wie es einzuordnen ist.

**Informieren Sie sich bei uns! Wir beraten Sie gerne!**

#### Studium Generale

am Dienstagvormittag

##### 1. Musik und ihre Verbindung mit anderen Künsten:

Entstehung und Entwicklung der Musik - Malerei und Musik - Literatur und Musik - Tanz in der Musik vom Barock bis zur Moderne mit Ekaterina Sarkisova, Musikerin und Musiklehrerin

##### 2. Inflation

Die Hyperinflation der Weimarer Republik - Die Stagflation der 1970er Jahre - Mögliche inflationäre Tendenzen kommender Jahre - Der Einfluss des demografischen Wandels auf die Inflation mit Claus Brockmann, Wirtschaftsberater

##### 3. Der Islam

Die grundlegenden Schriften des Islam - Seine geschichtliche Entwicklung - Prinzipien der islamischen Religion und deren Interpretation - islamische und islamkritische Strömungen mit Hermann Diehl, Islam-Spezialist, ehem. Lehrbeauftragter für Religionspsychologie an der LMU

**01022** **HYBRID** **NEU** € 119,00

Ekaterina Sarkisova, Claus Brockmann, Hermann Diehl  
ab Dienstag, 10.10.2023, 12x 09:45 - 11:45 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06  
Vortragsraum

#### Studium Generale

am Mittwochvormittag

##### - Wissenschaftsgeschichte im Mittelalter

Noch heute ist häufig zu hören, dass das Mittelalter eine „dunkle“, von Unwissen geprägte Zeit gewesen sei. Doch das Gegenteil ist der Fall, es war in philosophischer und theologischer Hinsicht äußerst „bunt“. Anhand ausgewählter Schlaglichter bietet diese Reihe einen Streifzug durch die spannende Welt der mittelalterlichen Wissenschaftsgeschichte: Beginnend mit der islamischen Rezeption und Weiterentwicklung von Lehren der antiken Philosophie über das geographische Weltbild des Mittelalters bis hin zum medizinischen Wissen.

mit Martin Schneider, Historiker/Politologe

##### - Europäische Geschichte Teil I: Von der Spätantike bis zum Frühmittelalter

Das Seminar beleuchtet die Entwicklung der Königs- und Kaiserwürde und den Aufstieg des Christentums von der „Konstantinischen Wende“ im frühen 4. Jh. bis zur Herrschaft Karls des Großen.

Darüber hinaus sollen auch die geistesgeschichtlichen und kulturellen Strömungen der Zeit erläutert werden.

mit Dr. Frank Henseleit, Kunsthistoriker

##### - Vulkane: Feuerberge, Schwarze Raucher und Geysire

Vulkane gehören zu den spektakulärsten Beobachtungsobjekten der Geologie. Manche sind vergleichsweise harmlos, andere äußerst gefährlich und unberechenbar. Die Geowissenschaften beschäftigen sich mit ihrer Erforschung und suchen nach Möglichkeiten, Ausbrüche vorherzusagen. Der Kurs führt Sie auf eine Bilderreise zu Vulkanen weltweit. Sie besuchen - virtuell - ein Vulkanobservatorium und erfahren, was die Vulkanforschung in den vergangenen zwei Jahrhunderten herausgefunden hat.

mit Irene Gebhard, Dipl. Geographin

**01023** **P** € 148,50

Martin Schneider, Dr. Frank Henseleit, Irene Gebhard  
ab Mittwoch, 27.09.2023, 15x 09:15 - 11:15 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06  
Vortragsraum

#### Studium Generale

am Donnerstagvormittag

##### - Starke Frauen berühmter Männer

Ich stelle Ihnen in diesem Seminar die Lebenswege und -werke von Frauen aus mehreren Jahrhunderten der europäischen Geistesgeschichte vor, die zu Unrecht nur als die Frau an der Seite ihrer berühmteren männlichen Partner bekannt sind: von den philosophierenden Aristokratinnen des 18. Jahrhunderts über die bürgerlichen „Dienerinnen“ ihrer Männer im ausgehenden 19. Jahrhundert bis zu den rebellierenden Bohème-Frauen des 20. Jahrhunderts. Erfahren Sie mehr über die Voltaire-Freundin Mme du Châtelet, über Mme de Staël und George Sand - die „Schriftstellerfrauen“ Katia Mann, Marta Feuchtwanger und Thea Sternheim - die Rebelleninnen und frühen Feministinnen Hedwig Dohm, Anita Augspurg und Franziska von Reventlow sowie Emmy Ball-Hennings.

mit Dr. Egon Meusel, Literatur- und Kulturwissenschaftler

##### - Die Türkei - Vom Ende des Osmanischen Reiches bis Erdogan

Mit dem Zerfall des Osmanischen Reiches begann für die Türkei eine Phase der Europäisierung und Säkularisierung durch Kemal Atatürk. Diesen Prozess sowie die Reislamisierung unter Erdogan und die aktuelle Lage nach den Wahlen vom Mai 2023 werden einer Analyse unterzogen.

mit Dr. Robert Staudigl, Historiker

##### - Streifzug durch die Medizingeschichte

Krankheiten stellen und stellen eine ständige Bedrohung für die menschliche Existenz dar. Das Wissen über Ursachen, Verlauf und Heilungsmöglichkeiten sowie der Umgang mit ihnen hat sich in der Medizingeschichte stark gewandelt. Die Veranstaltungsreihe gibt einen Überblick dazu von der Antike bis heute.

mit Martin Schneider, Historiker, Politologe

**01024** **P** € 148,50

Dr. Robert Staudigl, Dr. Egon Meusel, Martin Schneider  
ab Donnerstag, 28.09.2023, 15x 09:00 - 11:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 06  
Vortragsraum

#### Der aktuelle Vormittag

Wissen, was los ist

Was passiert um uns herum in der Münchner Kunst und Kultur bzw. dem Zeitgeschehen? Wir stecken die Nase rein, schauen hinter Kulissen, auf das Besondere, das Alltägliche – einfach auf alles, was uns interessiert. Das Programm wird kurz vor Semesterbeginn an die Teilnehmer verteilt und beschrieben, ob wir eine Ausstellung oder Werkstatt, ein Theater oder Heizkraftwerk besuchen oder ob ein Fachmann zu einem speziellen Thema ins Programm kommt. Eventuelle Eintrittskosten sind daher nicht in der Kursgebühr enthalten. Die Treffen finden einmal monatlich statt. Bitte fragen Sie bei der vhs, wo das erste Treffen stattfindet. Ausstattung: nichts, gelegentlich feste Schuhe

**01095** **P**

€ 45,00

Dr. Eckart Hundt, Dipl. Physiker, 2. Vorstand der vhs Haar  
ab Dienstag, 10.10.2023, 5x 10:00 - 12:00 Uhr





### Die Germanen

verklärt und ideologisiert

Die germanischen Völker haben die Welt des Römischen Reiches maßgeblich mitgeprägt. Sie waren gefürchtete, aber auch bewunderte Krieger. Manches an ihrer Kultur ist bis heute unverstanden. Ihre Verklärung begann bereits in römischen Zeiten. Die Veranstaltung beschreibt die Rezeptionswege, die die Suche nach dem „Germanentum“ besonders im Rassismus und Sozialdarwinismus des 19. Jh. wiederaufleben ließ – mit schwerwiegenden gesellschaftspolitischen Folgen bis in das 20. Jh. hinein.

**02001** HYBRID NEU € 11,00

Martin Schneider, Historiker, Politologe  
am Mittwoch, 11.10.2023, 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Deutschland im Ersten Weltkrieg

Gezeigt wird die Zeit vom Weg in die Urkatastrophe des 20. Jh. bis zu den revolutionären Ereignissen im November 1918. Die Einzelthemen des interessanten Kurses:

- Deutschlands Weg in den Ersten Weltkrieg
- 1914 - das Attentat von Sarajevo und die Folgen
- Deutsche Innenpolitik und Gesellschaft in der Kriegszeit
- Die Novemberrevolution 1918 - zwischen Ende und Neubeginn

**Bitte beachten:** Der Kurs legt nach dem 3. Teil eine Pause ein. Der letzte Termin ist dann am 11.01.2024.

**02002** HYBRID NEU € 35,00

Martin Schneider, Historiker, Politologe  
ab Donnerstag, 23.11.2023, 4x 14:00 - 16:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 30

### Was Sie schon immer über den Islam wissen wollten

Viele Menschen schauen kritisch auf den Islam – aber nur wenige von ihnen haben sich mit der Religion und ihren Grundüberzeugungen befasst. Was sind die Grundlagen des Islams? Wovon geht er aus? Wohin strebt er? Welche Strömungen gibt es und wie entstanden sie? Der Vortrag versucht, die großen Fragen rund um den Islam „aufzuklären“ und einen ersten Überblick über diese faszinierende Weltreligion zu geben. Der Dozent hat sich jahrelang mit Themen rund um den Islam beschäftigt und engagiert sich für liberale Strömungen im Islam.

**02004** P € 9,00

Hermann Diehl, Islam-Spezialist, ehem. Dozent für Religionspsychologie an der LMU  
am Dienstag, 07.11.2023, 19:00 - 20:30 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Wohin steuert der Iran?

Politik am Abend mit Dr. Robert Staudigl

Seit dem Herbst 2022 sieht sich die iranische Regierung mit der intensivsten Protestwelle seit 1979 konfrontiert. So stellen sich die Fragen: Welche Perspektive ergibt sich für die Regierung der politischen Erben Ayatollah Khomeinis noch? Gelingt ein Regimewechsel oder kann das diktatorische Modell überleben? Diese gilt es vor dem geschichtlichen Hintergrund des Landes und der regionalpolitischen Perspektive zu erörtern.

**02006** O NEU € 27,00

Dr. Robert Staudigl, Historiker  
ab Montag, 16.10.2023, 3x 19:00 - 20:30 Uhr

### Von aufsehenerregende Fällen zu aktuellen polizeilichen Themen

Ein Einblick ins Polizeipräsidium München

Warum ist München so sicher, im Alltag wie bei Großveranstaltungen? Was machen SEKs? Wie wird ein Mord aufgeklärt? Wo unterscheiden sich Krimi und Realität? Was ist als Zeuge einer Straftat oder Belästigung zu tun? Das erklärt der ehemalige hochrangige Polizist des Präsidiums München an Beispielen wie dem Olympia-Attentat 1972, dem Oktoberfest-Anschlag 1980, dem Sedlmayr-Mord, den Angriffen auf eine junge Polizistin in Unterföhring und auf Dominik Brunner. Sie erhalten auch Präventionstipps zu Belästigung im öffentlichen Raum und Trickbetrug.

**02007** HYBRID € 9,00

Christian Weis, ehem. Polizeibeamter in leitender Funktion, Vorstand Münchner Blaulicht e.V.  
am Donnerstag, 25.01.2024, 19:00 - 20:30 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01  
EDV-Studio  
In Kooperation mit dem Münchner Blaulicht e.V.



### Selbstverteidigung beginnt im Kopf

Ein Training für Frauen

Ziel des Trainings ist es, sexuelle Belästigungen und körperliche Angriffe mit wirkungsvollen Techniken abzuwehren, Angst abzubauen und Mut aufzubauen. Es werden Strategien der verbalen, nonverbalen und körperlichen Selbstverteidigung eingeübt - wirkungsvoll, durchdacht und kämpferisch!

**02008** P S € 36,00

Ulrike Herle, Institut für FrauenSelbstManagement  
am Mittwoch, 29.11.2023, 18:15 - 21:15 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Hilfe bei Gewalt gegen Frauen und Kinder

Für Betroffene; Personen, die helfen wollen; pädag. Fachkräfte

Häusliche Gewalt ist die körperliche, sexuelle Gewalt (u.a. schlagen, würgen, vergewaltigen) und psychische Gewalt (u.a. beschimpfen, drohen, kontrollieren, isolieren, nachstellen) zwischen Erwachsenen und gegen Kinder, wenn man in nahen Beziehungen zueinander steht oder stand. Der Vortrag zeigt die Lebenssituation Betroffener und stellt Unterstützungsmöglichkeiten vor.

Häusliche Gewalt birgt auch die Gefahr nachhaltiger psychischer Schäden; für Kinder schon, wenn sie diese nur miterleben! Denken Sie an sich und Ihre Kinder bzw. helfen Sie Betroffenen - holen Sie Unterstützung!

**Für akute Hilfe:** Fachberatungsstelle Häusliche Gewalt, Interventionsstelle Landkreis München Chiemgaustraße 109, 81549 München, Telefon: 089 / 6221-1221, Fax: 089 / 6221-441221, E-Mail: interventionsstelle@lra-m.bayern.de

**02009** P S NEU gebührenfrei

Mitarbeiter:in der Interventionsstelle des Landkreises München  
am Montag, 13.11.2023, 18:00 - 20:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Die Digitale Welt von heute und morgen

Die Fülle von Informationen in digitaler Form, mit denen man konfrontiert wird, steigt stetig. Und dabei ist das Internet nur ein Teil der Digitalen Welt. Wir blicken kurz in die Vergangenheit zu den Anfängen des Digitalen und schauen, wie es heute ist bzw. wie es Zukunft sein kann/wird. Es gibt einen kleinen und unterhaltsamen Überblick über die digitale Welt - im Kleinen wie im Großen. Lassen Sie sich überraschen, wo und wie Sie die Digitalisierung schon antreffen.

**02010** P S € 9,00

Manfred Hachen, Referent der Verbraucherbildung Bayern  
am Dienstag, 30.01.2024, 16:00 - 17:30 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

### Aufwachsen mit digitalen Medien Kinder und Jugendliche gut begleiten

Digitale Medien üben auf Kinder und Jugendliche eine große Faszination aus und immer früher nutzen sie die große Vielfalt, die diese bieten: Posten und Kommentieren auf den Social-Media-Kanälen, Spiele, Chatten mit den Freund:innen u.v.m. Digitale Medien bieten Chancen, bergen aber auch große Risiken in sich. Um seine Kinder zu schützen, gilt es aufmerksam hinzuschauen. Doch worauf muss man achten? Ab wann sollte man beginnen, über das Thema mit den Kindern zu sprechen? Wann ist es zu viel?

**02012** O NEU € 9,00

Kai Sitter, Medienpädagoge  
am Freitag, 20.10.2023, 19:00 - 20:30 Uhr

## DIGITALE LEBENSWELT

### Elektronische Patientenakte und E-Rezept

Digitalisierung im Gesundheitsbereich

In der elektronischen Patientenakte (ePA) können medizinische Befunde, frühere Untersuchungsergebnisse oder Blutwerte vermerkt werden. So können Mehrfachuntersuchungen vermieden werden. Die Entscheidung und Kontrolle über Ihre ePA sowie der darin gespeicherten Daten liegt jedoch allein bei Ihnen. Hier erhalten Sie das nötige Wissen: Welche Vor- und Nachteile bieten ePA und E-Rezept? Wie sicher sind die sensiblen Daten? Können Befunde auch wieder gelöscht werden? Informationen zum E-Rezept runden den Vortrag ab.

**02017** **HYBRID** € 9,00

Jörg Schiemann, Dipl. Informatiker, Autor von Werken zur Digitalen Gesundheit am Dienstag, 10.10.2023, 19:00 - 20:30 Uhr Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30 Medienraum

### NFTs und Metaverse

Non-Fungible Token und Metaverse wird ein sehr großes Potenzial bei der Digitalisierung vorausgesagt. NFTs sind Werte und eine Art digitaler Eigentumsnachweis für reale und digitale Wertgegenstände (Audio- und Videoclips, Bilder, usw.) und eine der Basistechnologien für den Aufbau des Metaverse - einer Weiterentwicklung des Internets. Ein virtuelles Universum, das man mitgestalten bzw. in dem man lernen, arbeiten und leben kann. Inhalte sind u.a. die technischen Grundlagen, die Erstellung von NFTs, deren Handelsplätze bzw. Möglichkeiten und Anwendungsbeispiele des Metaverse.

**02018** **O S NEU** € 16,00

Hartmut Nehme, Dipl.-Ing. Elektrotechnik am Montag, 13.11.2023, 18:30 - 21:00 Uhr



### Künstliche Intelligenz

Künstliche Intelligenz (KI) gilt als eine der wichtigsten Zukunftstechnologien. Viele sehen in ihr eine Vereinfachung des Alltags, andere eine Vernichterin von Arbeitsplätzen. Der Vortrag macht Sie vertraut mit den Grundlagen der KI und zeigt an Beispielen, was heutige und zukünftige Lösungen leisten können. Themen sind u.a.:

- Was steckt hinter Künstlicher Intelligenz?
- Die selbstständige Weiterentwicklung der Computersysteme
- Grenzen und Gefahren der KI
- Auswirkungen auf die Gesellschaft und Pläne der Politik

**02019** **O** € 16,00

Hartmut Nehme, Dipl.-Ing. Elektrotechnik am Dienstag, 07.11.2023, 18:30 - 21:00 Uhr

### vhs.wissen live - Abo

Das neue Online Angebot für Zuhause

vhs.wissen live, das digitale Wissenschaftsprogramm der vhs, bietet Ihnen qualitativ hochwertige Vorträge zu aktuellen Themen aus Gesellschaft, Kultur und Wissenschaft. Sie sind live dabei, zu Hause oder unterwegs, und können sich an Diskussionen über Chats beteiligen. Buchen Sie das Semester-Abo, verfolgen Sie alle Vorträge des Semesters für nur 60,- €. Für mehr Informationen zu den einzelnen Vorträgen besuchen Sie bitte unsere Internetseite [www.vhs-haar.de](http://www.vhs-haar.de). Voraussetzung für die Teilnahme: Eine ausreichend starke Internetverbindung und ein entsprechendes Endgerät (Laptop, PC, Tablet, Smartphone). Zudem benötigen wir Ihre Email-Adresse zur Zusendung der Zugangsdaten vor Kursbeginn.

**02100** **O** € 60,00

ab Montag, 11.09.2023, 20x 19:30 - 21:00 Uhr

### Die Demokratie und ihre Zukünfte

**Referent:** Prof. Dr. Felix Heidenreich arbeitet am internationalen Zentrum für Kultur und Technikforschung (IZKT) der Univ. Stuttgart. In autoritären Regimen werden Zukunftsvorstellungen oft mit Bildern vergangener Größe überblendet. Demokratien müssen plausible Gründe für Zuversicht vorbringen. Dies fällt angesichts der Klimakrise schwer. Geht der Demokratie also die Zukunft aus? Wie lässt sich glaubwürdig so etwas wie kollektive Zuversicht, politische Hoffnung generieren? Eine vergleichende Perspektive macht Optionen erkennbar.

**02101** **O NEU** € 9,00

am Montag, 11.09.2023, 19:30 - 21:00 Uhr

### Normalisierung der extremen Rechten und die Rolle des Populismus

**Referentin:** Prof. Dr. Paula Diehl, Direktorin des Internationalen Netzwerks für Populismusforschung an der Univ. Kiel, hat als Forschungsschwerpunkte u.a. Demokratietheorie, Totalitarismus, Populismus, Medien. In den letzten Jahren konnte man eine Normalisierung von Ideen und Vorstellungen der extremen Rechten beobachten. Dies bringt immer mehr antidemokratische Parteien an die Macht, zuletzt in Italien. Will man die Normalisierung der extremen Rechten verstehen, muss man den Populismus und seine Rolle in der Normalisierung rechtsextremer Ideologien berücksichtigen.

**02102** **O NEU** € 9,00

am Dienstag, 12.09.2023, 19:30 - 21:00 Uhr

#### Hinweis:

vhs • wissen live

#### Erhalt des Teilnahme-Links:

Bei Ihrer Anmeldung zum Abo oder Einzelvortrag geben Sie Ihre Email-Adresse an. Sie erhalten den Link am Tag des Vortrags per Mail.

### „Bekehret die Welt“ - Geschichte der christlichen Mission

**Referent:** Prof. Dr. Bernhard Maier lehrt Allgemeine Religionswissenschaft und Europäische Religionsgeschichte an der Univ. Tübingen. 1493 bestätigte Papst Alexander VI. das Anrecht der spanischen Könige auf die Gebiete jenseits des Atlantiks, wenn sie diese missionierten. Damit war ein Grundmuster vorgegeben. Missionare flankierten die Unterwerfung der Welt moralisch. Sie stießen aber bald an Grenzen. Bekehrungen waren selten nachhaltig. Sprachen mussten erlernt, Mythen und Rituale christlich gedeutet, schulische bzw. medizinische Versorgung geboten und wenn nötig die Menschen auch gegen die eigene Kolonialmacht geschützt werden. Es kam auch zum Austausch zwischen den Religionen.

**02103** **O NEU** € 9,00

am Mittwoch, 27.09.2023, 19:30 - 21:00 Uhr

### Fragile Sicherheit

Das Ende des Friedens und die neue Konfliktordnung

**Referent:** Dr. Christian Mölling, Forschungsdirektor der Dt. Gesellschaft für Auswärtige Politik, forscht und berät seit über 20 Jahren zu Sicherheit und Verteidigung. Russlands Krieg gegen die Ukraine hat Europa radikal verändert und eine epochale Verschiebung der Weltentwicklung ausgelöst. Deutschlands lang gepflegte Illusion von Krieg und Frieden haben das Land bzw. Europa erpressbar gemacht. Dr. Mölling analysiert die sicherheitspolitische Lage und zeigt, was sich ändern muss, damit keine fatalen Folgen drohen.

**02104** **O NEU** € 9,00

am Sonntag, 01.10.2023, 19:30 - 21:00 Uhr

### Kolonialer Held oder grausamer Despot?

Léopold II. von Belgien in der europäischen Erinnerungskultur

**Referentin:** Dr. Julia Seibert, publizierte zur Geschichte des Kongo und zu Léopold II., u.a. in „Tyrrannen. Eine Geschichte von Caligula bis Putin“ (2022, C.H. Beck). Keine andere Figur der belgischen Geschichte wird so kontrovers diskutiert wie Léopold II. Er war nicht nur belgischer Souverän, sondern auch Herrscher über den 1885 gegründeten „Kongo-Freistaat“. Historiker sind sich einig, dass seine dortige Herrschaft zu den dunkelsten Kapiteln der europäischen Kolonialgeschichte gehört. Die belgische Gesellschaft nimmt ihn dagegen bis heute ambivalent wahr. Wie kommt es zu dieser unterschiedlichen Deutung?

**02105** **O NEU** € 9,00

am Sonntag, 08.10.2023, 19:30 - 21:00 Uhr

## Ewald Frie „Ein Hof und elf Geschwister“

Deutscher Sachbuchpreis 2023

**Referent:** Ewald Frie, Professor für Neuere Geschichte an der Univ. Tübingen, ist ordentliches Mitglied der Heidelberger Akademie der Wissenschaften.

Kühe auf der Weide, Pferde vor dem Pflug, ein Garten für die Vorratshaltung. Das bäuerliche Leben in den 50ern. Aber: Einst angesehene Bauern gelten trotz Modernisierung als ärmlich und rückständig, ihre Kinder riechen nach Stall und schämen sich. Dann die Änderung: Wege aus der bäuerlichen Welt weist die katholische Kirche mit neuer Jugendarbeit. Der Sozialstaat hilft bei Ausbildung und Hofübergabe. Schon in den 70ern ist die Welt auf dem Land völlig anders. Frie, 9. von 11 Kindern einer katholischen Bauernfamilie erzählt von diesem Wandel.

**02106** 0 NEU € 9,00

am Mittwoch, 11.10.2023, 19:30 - 21:00 Uhr  
In Kooperation mit dem Börsenverein des Dt. Buchhandels

## Warum Erben ungerecht ist

**Referent:** Stefan Gosepath, Professor für Philosophie an der FU Berlin, forschte zuvor u.a. an der Columbia University und an der Harvard University.

Gosepath vertritt die These, Vererben ist eigentlich ungerecht, da es dem Begünstigten einen ungerechten Vorteil und der Gesellschaft Nachteile verschafft. Er bringt die wichtigsten gerechtigkeitsbasierten Argumente gegen das Erben vor. Danach verteidigt er seine Position gegen vier der wichtigsten normativen Argumente für das Vererben, die sich auf das Eigentumsrecht, den Vergleich zu Schenkungen, den Wert der Familie und ökonomische Argumente beziehen.

**02107** 0 NEU € 9,00

am Donnerstag, 12.10.2023, 19:30 - 21:00 Uhr


## Vom Nutzen der Pilze

Wie Pilzbiotechnologie die Wirtschaft nachhaltig transformieren kann

**Referent:** Prof. Dr. Vera Mayer leitet das Fachgebiet für Angewandte und Molekulare Mikrobiologie an der TU Berlin.

Pilze leben als ständige Begleiter in und auf unseren Körpern. Sie gehören zu unserer normalen Mikrobiota und helfen, Nährstoffe besser zu verwerten und das Immunsystem zu stärken. Andere Pilze versorgen Pflanzen mit Nährstoffen und Wasser aus der Erde. Die Pilzbiotechnologie erforscht, wie Stoffwechsellpotentiale von Pilzen für eine nachhaltige und kreislauffähige Bioökonomie nutzbar gemacht werden können. Entstehen in Zukunft Medikamente, Biokraftstoffe ebenso aus Pilzen wie Kleidung, Möbel oder gar Häuser? Wie das gelingen könnte, erläutert Vera Meyer.

**02108** 0 NEU € 9,00

am Dienstag, 17.10.2023, 19:30 - 21:00 Uhr  
In Kooperation mit der acatech 

## Veranstaltung mit dem:der Träger:in des Dt. Friedenspreises 2023

Auch in diesem Semester gibt es eine Veranstaltung mit dem:der Träger:in des Deutschen Sachbuchpreises.

Genauere Informationen erhalten Sie auf unserer Homepage [www.vhs-haar.de](http://www.vhs-haar.de) unter der Nummer 02109o, sobald feststeht, wer der:die Preisträger:in ist.

**02109** 0 NEU € 9,00

am Montag, 23.10.2023, 19:30 - 21:00 Uhr


In Kooperation mit dem Börsenverein des Dt. Buchhandels

## Künstliche Photosynthese: Die Vision – und ein Weg dorthin

**Referent:** Thomas Haas promovierte in technischer Chemie und ist Vice President und Head of New Growth Area Reticus im Inkubationscluster Defossilation der Creavis, Evonik. Wie kann die chemische Industrie klimafreundlicher werden und weniger fossile Rohstoffe nutzen? Die Natur macht es mit der Photosynthese vor, aus Sonnenlicht und CO<sub>2</sub> werden wertvolle Stoffe hergestellt. Hier der Prozess künstlicher Photosynthese verständlich erläutert und auch welche Produkte auf diese Weise hergestellt werden können.

**02110** 0 NEU € 9,00

am Dienstag, 24.10.2023, 19:00 - 20:30 Uhr

In Kooperation mit der acatech 

## Die Sache mit Israel

5 Fragen zu einem komplizierten Land

**Referent:** Richard C. Schneider, SPIEGEL-Autor und langjähriger Israel-Korrespondent der ARD, lebt seit fast 20 Jahren in Tel Aviv. Ist Israel eine Demokratie? Ist es ein Apartheidstaat? Ist Kritik an ihm antisemitisch? Ist Israel ein fundamentalistischer Staat? Gehört Palästina den Palästinensern? Richard C. Schneider kennt Alltag sowie Geschichte des Landes und weiß um die gängigen Vorbehalte bzw. Vorurteile in Deutschland. Bei den Antworten auf diese 5 Fragen setzt er an, um einige grundlegende Dinge über Israel zu erklären – 75 Jahre nach der Staatsgründung Israels und in einem entscheidenden Moment für dessen Demokratie.

**02111** 0 NEU € 9,00

am Sonntag, 29.10.2023, 19:30 - 21:00 Uhr

## Die schuldigen Hirten

Geschichte des Missbrauchs in der katholischen Kirche

**Referent:** Thomas Großbölting ist Direktor der Forschungsstelle für Zeitgeschichte in Hamburg und Professor für Geschichte an der Univ. Hamburg

Es ist die Geschichte eines tiefgreifenden Vertrauensbruchs. Großbölting bewertet den weltweiten sexuellen Missbrauch in der katholischen Kirche als „Zäsur in der Kirchengeschichte“. Er zeichnet die Geschichte von Betroffenen, Tätern und Vertuschern des Missbrauchsskandals nach und analysiert die fatalen kirchlichen Strukturen, die die Taten ermöglichten.

**02112** 0 NEU € 9,00

am Sonntag, 05.11.2023, 19:30 - 21:00 Uhr

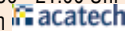
## Roboter, Künstliche Intelligenz und der Mensch

**Referent:** Michael Decker ist Professor für Technikfolgenabschätzung und Leiter des Bereichs „Informatik, Wirtschaft und Gesellschaft“ des KIT.

Roboter können dem Menschen schwere, monotone und gefährliche Arbeiten abnehmen, u.a. in der Alten- oder Krankenpflege. Industrie-Roboter gehören längst zum Alltag und werden für die Industrie 4.0 stetig weiterentwickelt. Mit den zunehmenden Möglichkeiten der Künstlichen Intelligenz rückt das Zusammenspiel von Mensch und Roboter weiter in den Fokus. Nicht mehr allein der Mensch wird Entscheidungen treffen. Dies wirft gesellschaftliche und ethische Fragen auf, die hier thematisiert werden.

**02113** 0 NEU € 9,00

am Dienstag, 07.11.2023, 19:30 - 21:00 Uhr

In Kooperation mit der acatech 

## Die Moskau-Connection

Das Schröder-Netzwerk und Deutschlands Weg in die Abhängigkeit

**Referenten:** Reinhard Bingener und Markus Wehner, Korrespondenten der FAZ, zu einer der größten Fehleinschätzungen deutscher Außenpolitik seit 1945.

Viele Jahre wurden die Gefahr sowie die Warnungen der europäischen Nachbarn ignoriert. Man machte sich von Gas und Öl aus Russland immer abhängiger. Wie kam es dazu? Welche Rolle spielte Gerhard Schröder als SPD-Bundeskanzler und späterer Gas-Lobbyist? Warum schlug CDU-Kanzlerin Angela Merkel keinen weitsichtigeren Kurs ein? Welche geschäftlichen und politischen Verbindungen bzw. welche wirtschaftlichen und strategischen Interessen führten dazu, dass man auf Putin setzte, obwohl er schon vor seinem Ukraine-Überfall Kriege geführt bzw. Freiheits- und Menschenrechte missachtet hatte?

**02114** 0 NEU € 9,00

am Donnerstag, 09.11.2023, 19:30 - 21:00 Uhr

## Vermögensungleichheit und Klassenanalyse

**Referentin:** Dr. Nora Waitkus ist Assistant Professor an der London School of Economics (LSE)

Das Schisma zwischen Eigentum und Nicht-Eigentum an Produktivvermögen galt einst als der zentrale Klassengegensatz in kapitalistischen Gesellschaften. In Deutschland besitzt das reichste Prozent der Bevölkerung rund 35% des Gesamtvermögens und weit in die Mittelschichten hinein haben Wohneigentum und Finanzvermögen eine wichtige Funktion für die soziale Absicherung und Statusreproduktion. Der Vortrag geht der Frage nach, wie man Vermögensungleichheiten aus klassenanalytischer Perspektive verstehen kann.

**02115** 0 NEU € 9,00

am Montag, 13.11.2023, 19:30 - 21:00 Uhr



## Raben

Das Geheimnis ihrer Intelligenz und sozialen Fähigkeiten

Referent: Thomas Bugnyar ist Professor an der Univ. Wien und weltweit renommierter Verhaltens- und Kognitionsbiologe. Sein Buch über Raben wurde als Wissenschaftsbuch 2023 ausgezeichnet. Sie sind bekannt für ihre verblüffende Intelligenz, für das clevere Benutzen von Werkzeugen und für ihr außergewöhnlich soziales Miteinander. Raben und Krähen faszinieren und begleiten Menschen seit jeher. Doch leben Kolkraben wirklich so streng in Beziehungen wie Ehepaare im Einfamilienhaus? Warum verlassen sie ein Gebiet, in dem es genug Nahrung gibt? Wie können Sie sich in andere hineinversetzen? Und welche Regeln prägen ihr komplexes Sozialsystem?

**02116** 0 NEU € 9,00  
am Donnerstag, 16.11.2023, 19:30 - 21:00 Uhr

## Wo die Zitronen blühen

Kulturgeschichte der italienischen Küche

Referent: Dr. Peter Peter ([www.pietropietro.de](http://www.pietropietro.de)) lehrt am Zentrum für Gastrosophie der Univ. Salzburg, und verfasst die Kolumne „Peters Lebensart“ im Rotary Magazin. Seine prämierten Kulturgeschichten zu verschiedenen Landesküchen gelten als Standardwerke. Italy goes global. Salat, Pizza und Pasta, Espresso und Gelato sind zu Lieblingsspeisen der Menschheit arriviert. Worauf beruht dieser Erfolg? Faktoren wie mediterrane Diät, schnelle Nachkochbarkeit, Auswanderung und der regionale Elan der Slow Food-Ideen sorgen dafür, dass ein 2500 Jahre altes kulinarisches Erbe aktueller denn je interpretiert wird. Ein spannender Gang durch die Epochen der cucina italiana.

**02117** 0 NEU € 9,00  
am Donnerstag, 23.11.2023, 19:30 - 21:00 Uhr

## Die Intelligenz der Bienen

Referent: Prof. Dr. Lars Chittka lehrt Biologie in London. Er ist Mitglied der Dt. Akad. der Naturforscher Leopoldina und der Royal Entomological Society of London. Vielfältige Instinkte bei Bienen ermöglichen das Funktionieren des Bienenstocks. Die Arbeiterinnen spezialisieren sich auf Wabenbau, Klimakontrolle, Verteidigung sowie Nektar- und Pollensuche. Zuletzt entdeckte man, dass Bienen Fähigkeiten wie u.a. Zählen, Aufmerksamkeit, Werkzeuggebrauch und Metakognition (Wissen über das eigene Wissen) besitzen. Zudem gibt es Hinweise, dass sie eine Form von Bewusstsein haben könnten, mit autobiografischen Erinnerungen, emotionalen Zuständen und Problemlösung durch Nachdenken. Dies könnte Auswirkungen auf ihren Schutz und die Forschungsethik haben.

**02118** 0 NEU € 9,00  
am Sonntag, 26.11.2023, 19:30 - 21:00 Uhr

## Global gescheitert?

Der Westen zwischen Anmaßung und Selbsthass

Referent: Prof. Dr. Susanne Schröter lehrte und forschte u.a. an der University of Chicago und der Yale University. 2008 erhielt sie die Professur für „Ethnologie kolonialer und postkolonialer Ordnungen“ an der Univ. Frankfurt, 2014 die Leitung des „Frankfurter Forschungszentrum Globaler Islam“.

Selten schien der Westen so geschlossen wie zu Beginn des Ukraine-Kriegs. Es galt die Werte der Freiheit und Demokratie zu verteidigen. Doch schnell gab es die ersten Risse. Wie viel sind dem Westen die eigenen Ideale wert? Hier verbirgt sich, so Susanne Schröter, ein strukturelles Problem des Westens. Angesichts der jüngsten Konflikte (Ukraine, Afghanistan, Mali), dem planlosen Umgang mit Migration, Islamismus und Cancel Culture zeigt sie einen zwischen Hybris und Selbsthass gefangenen Westen, der die Demokratie werte beschwört, sie aber verrät, wenn es darauf ankommt.

**02119** 0 NEU € 9,00  
am Sonntag, 03.12.2023, 19:30 - 21:00 Uhr

### Hinweis:

vhs • wissen live

Buchen Sie die ganze Reihe für nur € 60,00.  
Informationen siehe Seite 23  
Kurs-Nr. 02100

## Von Macht, Legitimation und Selbstdarstellung

Die Ölskizzen zum „Medici-Zyklus“ von Rubens in der Alten Pinakothek

Referentin: Mirjam Neumeister ist Sammlungsleiterin für flämische Barockmalerei an den Bayerischen Staatsgemäldesammlungen München. Die Ölskizzen zum „Medici-Zyklus“ sind ein besonderer Schatz der Alten Pinakothek. Die 17 kleinen Tafeln erzählen die Geschichte der Maria de' Medici, die nach dem Tod ihres Mannes, König Heinrich IV. von Frankreich, die Regentschaft für ihren minderjährigen Sohn übernahm. Rubens nahm den Auftrag an, ihre Geschichte zu erzählen und in ihrem Sinne zu deuten. Den großen Leinwandbildern, die zu den Attraktionen im Louvre zählen, gingen die Ölskizzen voraus, in denen Rubens seine Ideen entwickelte. Der überwiegende Teil davon befindet sich in der Alten Pinakothek. Sie sind völlig eigenständig und unschätzbare Dokumente für die Entstehung des berühmten Zyklus. Live aus der Alten Pinakothek.

**02120** 0 NEU € 9,00  
am Donnerstag, 14.12.2023, 19:30 - 21:00 Uhr

# GESELLSCHAFT

## BETRIEBSBESICHTIGUNGEN

### Das Bayerische Landeskriminalamt - Ein Blick hinter die Kulissen

Mit Hilfe von DNA-Analyse, Biometrie, Mikrosprenauswertung, chemischen und physikalischen Verfahren klärt das LKA Verbrechen auf. Ein Vortrag über die Arbeit des LKA und ein Besuch im Kriminalmuseum geben Ihnen einen spannenden Einblick in diese Behörde. **Bitte beachten:** Zur polizeilichen Überprüfung benötigt das LKA bestimmte Daten der Teilnehmer:innen und eine Personalausweiskopie. Ansonsten ist eine Teilnahme nicht möglich. Die vhs muss die Daten und die Kopien 2 Wochen vor der Führung an das LKA senden. Bitte daher frühzeitig anmelden.

#### Führung Oktober

**03102** P € 5,00  
Mitarbeiter:in des Landeskriminalamts am Donnerstag, 26.10.2023, 14:00 - 16:00 Uhr  
Treffpunkt: Bayerisches Landeskriminalamt, Maillingerstr. 15, 80636 München

#### Führung Januar

**03103** P € 5,00  
Mitarbeiter:in des Landeskriminalamts am Donnerstag, 25.01.2024, 14:00 - 16:00 Uhr  
Treffpunkt: Bayerisches Landeskriminalamt, Maillingerstr. 15, 80636 München

### Der Blick in die Sterne

Eine Führung in der Bayerischen Volkssternwarte München

Haben Sie schon die Saturnringe mit eigenen Augen gesehen? Wussten Sie, dass die Milchstraße aus 300 Milliarden Sternen besteht? Bei der Führung gibt es für Groß und Klein etwas zum Staunen. An den Fernrohren kann man eigene Himmelsbeobachtungen machen und die Unendlichkeit des Universums entdecken. Unsere Plattform bietet zudem einen herrlichen Blick über München. Die Führung ist z. T. abhängig von der Witterung und wird flexibel angepasst, sie findet aber bei jedem Wetter statt.

**03104** P € 9,00  
Mitarbeiter:in der Volkssternwarte am Dienstag, 24.10.2023, 15:00 - 16:30 Uhr  
Treffpunkt: Rosenheimer Straße 145h, 4. Stock (Lift benutzen)



### Magische Weihnachten

Ein Spaziergang zu Brauchtum, Ritualen, Pflanzen der Weihnachtszeit

Was verbirgt sich hinter den uns lieb gewordenen Traditionen und Bräuchen rund um Weihnachten? Warum spielen Tannengrün, Weihnachtsgewürze und Räucherstoffe immer noch eine zentrale Rolle? Wir entdecken erstaunliche Antworten, verborgen in vorchristlich-heidnischen Zeiten. Bei diesem Winterspaziergang geht es um Brauchtum und Rituale zur Wintersonnenwende sowie um besondere Pflanzen, die zwischen den Jahren eine Rolle spielen.

**Bitte mitbringen:** dem Wetter angepasste Kleidung und angemessenes Schuhwerk, Getränk

**04002** P NEU € 11,00

Bärbel Kellner, Kräuterpädagogin  
am Sonntag, 26.11.2023, 10:30 - 12:00 Uhr  
Treffpunkt: Bushaltestelle Schichtlstraße,  
81929 München/Daglfing.

### Überlebenskünstler im Winter

Ein Winterspaziergang durch die Natur

Wie bereitet sich die Natur auf den Winter vor? Wie können wir Bäume ohne deren Blätterkleid bestimmen? Warum legen Gehölze ihre Knospen im Herbst an und wie lassen sie sich bestanderhaltend und umweltverträglich verwenden? Beim gemeinsamen Spaziergang zeige ich Ihnen unsere Wildpflanzen in der kalten Jahreszeit.

**Bitte mitbringen:** dem Wetter angepasste Kleidung und angemessenes Schuhwerk, Getränk

**04003** P € 11,00

Bärbel Kellner, Kräuterpädagogin  
am Sonntag, 28.01.2024, 10:30 - 12:00 Uhr  
Treffpunkt: Bushaltestelle Schichtlstraße,  
81929 München/Daglfing.

### Klimaschutz mit Messer und Gabel

Wer bei der Ernährung auf Klimaschutz achten will, hat es nicht leicht. Wie ist es bei Fleisch, Obst und Gemüse? Auf welche Siegel ist Verlass? Was wir essen oder auch wegwerfen, wirkt sich auf Umwelt und Klima aus. Wichtig ist, sich auf den Weg zu mehr Klimaschutz mit Messer und Gabel zu begeben. Die Möglichkeiten sind zahlreich, u.a. weniger Lebensmittel wegwerfen oder mehr regionale und Bio-Lebensmittel essen. Sie erfahren, wie sich Essen mit Genuss und Klimaschutz gut kombinieren lassen und welche vielfältigen Möglichkeiten es für die Umsetzung in Ihrem Alltag gibt.

**04004** P S NEU € 5,00

Anne Köslér, Diplom-Öcotrophologin beim Landratsamt  
am Mittwoch, 08.11.2023, 19:00 - 20:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

### Black-Out

Reichen Wind und Sonne für den Energiebedarf Deutschlands

2021 deckte Deutschland seinen enormen Energiebedarf zu 84% aus fossilen Quellen und der Kernenergie. Gemäß Klimaschutzgesetz der Bundesregierung sollen wir bis 2045 klimaneutral sein, also ohne Kernenergie und fast ohne fossile Brennstoffe. Können die erneuerbaren Formen - Wind, Sonne, Wasser, Erdwärme, Biomasse - den Energiehunger stillen? Gibt es drastische Einschränkungen? Muss grüne Energie teuer importiert werden? Woher? Der Vortrag zeigt Potenziale auf und hilft Ihnen bei der gesellschaftlichen Diskussion.

**04005** O € 5,00

Dr. Alexander Eichberger, Ingenieur  
am Donnerstag, 16.11.2023, 19:00 - 20:00 Uhr

### Wie erzeuge ich eigenen Strom?

Vortrag zu Balkon-/Terrassensolaranlagen

Wirken Sie den hohen Energiekosten entgegen. Mit Balkonsolaranlagen (Stecker-Solarargeräten) können sowohl Mieter:innen wie auch Eigentümer:innen eigenen Sonnenstrom erzeugen. Es wird darauf eingegangen, wie Sie auf dem Balkon oder der Terrasse Solarstrom erzeugen und im Haushalt verbrauchen können. Sie erfahren, was eine Balkonsolaranlage ist, wie sie funktioniert und weshalb Sie sich von den vorhandenen Regeln bzw. Anforderungen nicht abschrecken lassen sollten. Im Anschluss ist Zeit für Fragen.

**04006** HYBRID S € 9,00

Hans Gröbmayr, Energieberater  
am Montag, 15.01.2024, 19:00 - 20:30 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30



### Wohngesund bauen, renovieren, dämmen und heizen

Ein nachhaltiges und bezahlbares Renovieren oder Bauen wirft viele Fragen auf: Massivhaus? Holzhaus? Fertighaus? Hinzukommt, dass Greenwashing auch in der Baubranche ein großes Problem ist. Selbst auf Gütesiegel ist nicht immer Verlass. Ein Überblick über verschiedene Baumaterialien soll Ihnen eine fundierte Entscheidung erleichtern. Sie erfahren, wie ökologisch und gesund die Baustoffe unter Einbezug des kompletten Lebenszyklus und der Kosten sind. Zudem geht es um Gebäudedämmungen und die Unterschiede bei den Heizungsarten.

**04007** P S NEU € 11,00

Horst Wirth  
am Mittwoch, 21.02.2024, 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30

### Umweltaspekte von E-Autos

Für Befürworter und Skeptiker der Elektromobilität

ÖPNV, Ausbau des Radwegenetzes und E-Mobilität sind die Säulen der Verringerung der lokalen Verkehrsemissionen. Fortschritte in der Batterie- und Ladetechnologie machen Elektroautos zunehmend auch für die Langstrecke zur Alternative. Was sind die Unterschiede zwischen Verbrenner und E-Auto? Ist es wirklich klimafreundlicher und wie steht es mit den sozioökologischen Abbaubedingungen der Akku-Rohstoffe? Sind Wasserstoff und synthetischer Sprit bessere Alternativen?

**04008** O S NEU € 5,00

Dr. Alexander Eichberger, Ingenieur  
am Mittwoch, 29.11.2023, 19:00 - 20:00 Uhr

### Der Haarer Ökogarten

Haben Sie Freude am ökologischen Gärtnern, an Gemeinschaftsarbeiten, z.B. Mähen, Kompost- und Teichpflege, Heckenschneiden etc., und am Beobachten der Natur? Dann kommen Sie zu uns. Wir praktizieren biologischen Anbau und sind eine nette Gemeinschaft. An drei Samstagvormittagen pro Semester pflegen wir gemeinsam den Ökogarten. Zudem können Sie auf einem eigenen Beet pflanzen, ernten und Gartenerfahrungen sammeln. Der Haarer Ökogarten ist ein Naturgarten und befindet sich am Ende der Ferdinand-Kobell-Straße, angrenzend an den Waldfriedhof. Dieses Biotop ist Lebensraum für eine Vielzahl von Pflanzen und Tieren wie Fledermäuse, Igel, Molche, Kröten, Libellen und verschiedene Vogelarten.

Der Ökogarten ist also auch für Kinder eine Welt der Abenteuer und Entdeckungen.

Bei schlechtem Wetter fällt der Kurs aus!

**04070** P € 35,00

Margarete Frommherz  
am Samstag, 30.09.2023, 13:00 - 14:30 Uhr  
am Samstag, 21.10.2023, 13:00 - 14:30 Uhr  
am Samstag, 11.11.2023, 13:00 - 14:30 Uhr  
Treffpunkt: Ökogarten am Ende der Ferdinand-Kobell-Str., angrenzend an den Waldfriedhof Haar



## ÖKOLOGIE / UMWELT / FINANZEN / VORSORGE / RECHT

### Fachgerechter Gehölzschnitt

Seit über 15 Jahren arbeiten wir in der Baumpflege. Wir wollen unser Wissen und die Erfahrung im richtigen Umgang und der nachhaltigen Pflege weitergeben. Behandelt werden vor allem autochthone Bäume und (Groß-)Sträucher, aber auch Obstbäume. Die Teilnehmer:innen erwerben Grundkenntnisse für die Arbeiten im „Grünen Bereich“. Neben der richtigen Schnitttechnik sowie den benötigten Werkzeugen werden baumbiologische und phytohormonelle Grundkenntnisse, die Reaktionen der Gehölze auf (Schnitt-)Wunden, sinnvolle Pflegemaßnahmen im Jahresverlauf und der Artenschutz vermittelt.

**Bitte mitbringen:** Ihre eigene Schere, tragen Sie bitte feste Schuhe und bequeme Kleidung

**04071** P € 22,50

Dominik Wolfseher, European Tree Technician (ETT) am Samstag, 09.12.2023, 13:30 - 15:30 Uhr  
Treffpunkt: Ökogarten am Ende der Ferdinand-Kobell-Str., angrenzend an den Waldfriedhof Haar

### Vogel­exkursion ins Ismaninger Speicherseegebiet

ca. 4-stündige Exkursion

Das Europareservat Ismaninger Speicherseegebiet ist ein Vogelschutzgebiet von internationaler Bedeutung und in weiten Bereichen normalerweise nicht öffentlich zugänglich. Im Frühjahr ist es Brutgebiet etlicher Vogelarten, im Sommer eines der wichtigsten europäischen Mauergebiete. Jetzt im Herbst nutzen Zugvögel den Speichersee als Raststation auf dem Flug zu ihren Winterquartieren, andere kommen den Winter über hierher. Der Treffpunkt ist nicht über den ÖPNV erreichbar und wird ein paar Tage vorher bekannt gegeben. Bei Bedarf wird versucht Fahrgemeinschaften zu vermitteln.

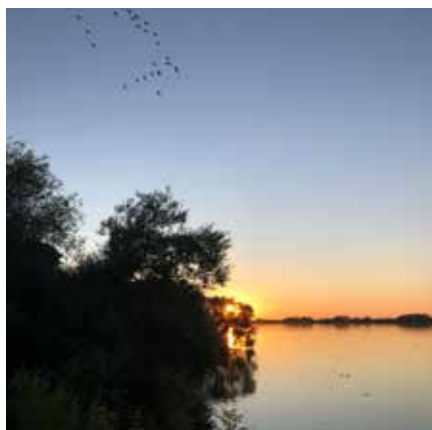
**Bitte mitbringen:** Fernglas, falls vorhanden  
Spektiv, wetterfeste Kleidung, ggf. Brotzeit und Getränk, Teilnahme bitte ohne Hunde

**04075** P € 19,50

Dr. Ariane Schade, Tierärztin, Leiterin Vogel- und naturkundliche Reisen und Exkursionen am Samstag, 30.09.2023, 08:00 - 12:00 Uhr

**04076** P € 19,50

Dr. Ariane Schade, Tierärztin, Leiterin Vogel- und naturkundliche Reisen und Exkursionen am Samstag, 24.02.2024, 08:00 - 12:00 Uhr



### Einführung in den Aktienhandel

Kennen Sie die Welt der Börse? In diesem Kurs wird Ihnen Grundwissen über die spannende Welt der Wertpapierbörsen und Aktien vermittelt: Was ist eine Aktie? Welche Aktien-typen gibt es? Finden von Aktien auf Aktienportalen, Eröffnung eines Wertpapier-Depots und Kauf einer Aktie.

**05001** HYBRID € 14,00

Paulina Lolov, zertifizierte ETF-Spezialistin (Deutsche Börse Group), Trainerin für Verbraucherbildung Finanzen  
am Donnerstag, 05.10.2023, 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30 Medienraum

### Die besten Aktien richtig auswählen

Sie erfahren, was breite Streuung bedeutet und wie viel Diversifikation ein Portfolio braucht. Sie lernen kennen, die Macht der Diversifikation, Strategien für Ihr Investment sowie was Fundamentaldatenanalyse, technische Analyse bzw. das Kern-Satelliten-Konzept sind.

**05002** HYBRID € 14,00

Paulina Lolov, zertifizierte ETF-Spezialistin (Deutsche Börse Group), Trainerin für Verbraucherbildung Finanzen  
am Donnerstag, 12.10.2023, 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01 EDV-Studio

### Einführung in ETFs

Mit Exchange Traded Funds, die es über 20 Jahre gibt, liegt die Verwaltung Ihrer Investitionen in Ihren eigenen Händen. Sie ermöglichen Privatanleger:innen, einfach und günstig in Märkte zu investieren. Dieser Kurs ist für Einsteiger:innen ohne Börsenerfahrung. Nach einer Einführung in die Börsenthematik werden Indizes, ETF-Eckdaten und Eigenschaften der ETFs erklärt.

**05003** HYBRID € 14,00

Paulina Lolov, zertifizierte ETF-Spezialistin (Deutsche Börse Group), Trainerin der Verbraucherbildung Finanzen  
am Donnerstag, 19.10.2023, 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30 Medienraum

### ETFs auswählen mit System

Von den ETFs und ETF-Arten, die im Kurs „Einführung in ETFs“ vorgestellt wurden, werden die wichtigsten Eigenschaften erklärt und Kriterien zum Auswählen von ETFs erarbeitet. Desweiteren wird erklärt, wie die Anleger:innen selbst geeignete ETFs mit System auswählen können. Es wird ein Depot eröffnet und ETF-Anteile werden gekauft.

**05004** HYBRID € 14,00

Paulina Lolov, zertifizierte ETF-Spezialistin (Deutsche Börse Group), Trainerin für Verbraucherbildung Finanzen  
am Donnerstag, 26.10.2023, 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01 EDV-Studio



### Die Beziehung zu Geld und Vermögen neu ausrichten

Der mentale Finanzkompass

Trotz des vielen Sparens landet Deutschland im internationalen Ranking des Geldvermögens pro Kopf nur auf Platz 19. Während in vielen Ländern mehr als 50% des Vermögenswachstums auf Wertsteigerungen im Portfolio zurückgehen, sind es bei uns nur 17%. Die Deutschen, die meist auf konservative, zinsabhängige Anlagen setzen, profitieren also kaum von den Wertsteigerungen an den Märkten. Mangelnde Informationen bzw. Finanzkenntnisse, aber auch die „German Angst“ sind mentale Hinderungsgründe. Die Ursachen dafür werden analysiert, Mythen hinterfragt und wissenschaftliche Fakten betrachtet.

**05014** P € 9,00

Gernot Arendt, Dipl. Ökonom, zertifizierter Sachverständiger für Ruhestandsplanung  
am Donnerstag, 16.11.2023, 19:00 - 20:30 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30 Medienraum

### Rechtzeitig selbstbestimmt vorsorgen - die 5Vs

Vollmachten, Verfügungen, Versicherungen, Vermögen, Vermächtnis

Verhindern Krankheit, Unfall, Alter das selbstständige Regeln Ihrer Angelegenheiten, dürfen Ehepartner oder Verwandte Sie nicht automatisch vertreten. Besitzen Sie für diese Fälle eine rechtssichere Vorsorgevollmacht, Patienten- bzw. Betreuungsverfügung? Haben Sie Absicherungen gegen existenzielle Risiken? Sind diese noch aktuell? Ist Ihr Vermögen sinnvoll strukturiert für den Werterhalt bzw. die Weitergabe? Gelangt es in die richtigen Hände? Ist die Einhaltung Ihres letzten Willens gesichert? Der produktneutrale, objektive Vortrag gibt einen Leitfaden zur richtigen Vorsorge, zur rechtssicheren Dokumentengestaltung bzw. -aufbewahrung.

**05015** P € 9,00

Gernot Arendt, Dipl. Ökonom, zertifizierter Sachverständiger für Ruhestandsplanung  
am Dienstag, 07.11.2023, 19:00 - 20:30 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, UG 01 EDV-Studio

### Sichere Anlagestrategien in unsicheren Zeiten

Vermögensaufbau und -erhalt mit inflationsgeschützten Sachwerten im Niedrigzinsumfeld  
Der Ukrainekrieg, Lieferengpässe und die hohe Inflation haben erhebliche Auswirkungen auf Vermögen, Renten und Finanzen. Anlagen in Geldwerte vernichten bei steigenden Risiken nach Gebühren, Steuern, Inflation sukzessive das Vermögen, trotz steigender Zinsen. Man muss umdenken zur Investition in inflationsgeschützte Sachwerte. Dabei können ökologische, soziale und ethische Investments Positives bewirken. Der produktneutrale, objektive Vortrag zeigt krisenfesten Sachwerte, zukunftsweisende Konzepte, inflationsgeschützte Sachwertanlagen und wie eine breite Streuung auf verschiedene nachhaltige Anlageklassen zu höherer Renditeerwartung bei geringerem Risiko führt.

**05017** P € 9,00

Gernot Arendt, Dipl. Ökonom, zertifizierter Sachverständiger für Ruhestandsplanung  
am Dienstag, 21.11.2023, 19:00 - 20:30 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Immobilieninvestment = Inflationsschutz, Steuerersparnis, Vermögensaufbau

Warum sich jetzt ein Immobilienkauf lohnt

Trotz der gestiegenen Zinsen gibt es lukrative Standorte für eine rentable und risikoarme Immobilien-Investition. Dabei gilt v.a.: Emotionen vermeiden und analytisch, strategisch vorgehen. Anhand konkreter Fakten wird gezeigt, wie dies mit konzeptionellem Vorgehen gelingt. Auch die Fragen nach den Kriterien für Immobilien mit nachhaltiger Wertsteigerung, der korrekten Berechnung von Wert und Rendite, der Rentabilität, einem sinnvollen Finanzierungsplan, der Nutzung steuerlicher Vorteile sowie der Risikoerkennung und -minimierung vor dem Kauf werden produktneutral bzw. objektiv geklärt.

**05018** P € 9,00

Gernot Arendt, Dipl. Ökonom, zertifizierter Sachverständiger für Ruhestandsplanung  
am Donnerstag, 23.11.2023, 19:00 - 20:30 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30

### Inflation - ein gefährliches Übel

In den 1970er- und frühen 1980er-Jahren herrschte in den Industrieländern weitgehend „Stagflation“. Die Wirtschaft stagnierte und infolge zweier Ölpreisschocks stiegen die Preise. Doch anders als heute hob die Bundesbank die Zinsen deutlich an, so dass unter dem Strich für die Sparer noch etwas übrig blieb. Die aktuelle Inflation sollte deshalb im Auge behalten werden. Ein Jahrzehnt mit negativen Realzinsen würde nämlich verheerenden Schaden anrichten. Erfahren Sie hier mehr zum wichtigen Thema Inflation.

**05019** HYBRID NEU € 9,00

Claus Brockmann, Wirtschaftsberater  
am Dienstag, 16.01.2024, 19:00 - 20:30 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30

### Märchen im Mietrecht für Vermieter:innen

Ein Streifzug durch das Mietrecht

Der Vortrag mit zahlreichen Praxisbeispielen will Rechtsirrtümer aufklären und Fehlerquellen vermeiden helfen. Themen sind u.a.: Gestaltung des Mietvertrages über Indexmieten, Mieterhöhung, Mängel, Minderungen, Nebenkostenabrechnung, Haustierhaltung, Kautions- und Beendigung des Mietverhältnisses wegen Eigenbedarfs oder Zahlungsverzugs. Kristina Häfner, Rechtsanwältin, ist Dozentin mit Leib und Seele zu rechtlichen Themen rund um Immobilien.

**05020** P € 9,00

Kristina Häfner, Fachanwältin für Miet- und Wohnungseigentumsrecht  
am Dienstag, 07.11.2023, 19:00 - 20:30 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Viel zu wenige Bürger:innen denken daran, Vorsorge für weniger gute Zeiten zu treffen, nämlich für den Fall, dass sie infolge eines Unfalls, einer schweren Erkrankung oder auch durch Nachlassen der geistigen Kräfte im Alter ihre Angelegenheiten nicht mehr selbst wie gewohnt regeln können. Für diesen Fall können Sie vorsorgen, indem Sie Ihre Wünsche schriftlich festhalten. Wie dies rechtlich sicher zu erfolgen hat, darüber informiert Sie dieser Vortrag.

**05021** HYBRID € 11,00

Markus Brunner, Rechtsanwalt  
am Dienstag, 17.10.2023, 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Testamentsgestaltung

In nächster Zukunft wird eine Unzahl von Vermögenswerten in die nächste Generation übergehen. Nicht zuletzt aufgrund moderner Lebensformen und der erbschaftssteuerrechtlichen Aspekte ist eine vorsorgende erbrechtliche Gestaltung oft von entscheidender Bedeutung. Eine rechtzeitige Information über die richtigen, insbesondere steuer- und kostensparenden erbrechtlichen Schritte sowie die Testamentsgestaltung zur Sicherung des „Letzten Willens“ sind daher wichtig.

**05022** HYBRID € 11,00

Markus Brunner, Rechtsanwalt  
am Dienstag, 14.11.2023, 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum



### Halten Sie Ihr Gehirn fit

Für Senior:innen

Sie wollen Ihre geistige Fitness trainieren? Dann lassen Sie uns gemeinsam in entspannter Atmosphäre das Gedächtnis trainieren. Der Bundesverband für Gedächtnistraining hat ein ausgewogenes Programm zur Förderung spezifischer Gehirnleistungen entwickelt. Die Ziele beziehen sich auf Wahrnehmung, Formulierung, Fantasie, Merkfähigkeit, Konzentration u.v.m. Der Kurs bietet für jeden etwas und findet ohne Stress statt. Wichtigster Grundsatz: Spaß am Denken. Er ist auch für Anfänger:innen kein Problem.

**06005** P S € 60,00

Ulrike Huefnagels, Gedächtnistrainerin  
ab Dienstag, 17.10.2023, 10x 15:00 - 16:15 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29

**06006** P S € 60,00

Ulrike Huefnagels, Gedächtnistrainerin  
ab Donnerstag, 19.10.2023, 10x 15:45 - 17:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29

### Das innere Kind verstehen lernen

Mit schwierigen Verhaltensmustern besser umgehen

Viele Verhaltensmuster, Ängste sowie Gefühlsreaktionen werden in unserer Kindheit geprägt und belasten das Erwachsenenleben – oft, ohne dass uns die Ursachen bewusst sind und gegen unser rationales Denken. Entwickeln Sie ein tieferes Verständnis und lernen Sie, sowohl liebevoll mit dem inneren Kind umzugehen als auch seine Wunden zu heilen. Kämpfen Sie nicht gegen das innere Kind, erschließen Sie seine Lebensfreude und Kreativität.

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke, Schreibzeug

**06007** P S € 55,00

Anne Pohlmeier, Heilpraktikerin (Psychotherapie)  
am Samstag, 20.01.2024, 10:00 - 17:00 Uhr  
Gesundheitszentrum, Friedrich-Ebert-Str. 12,  
Studio 2 DG

### Resilienz- Widerstandsfähigkeit

Resilienz- und Stressmanagement-Training

Um sich Krisen oder Dauerstress stellen zu können, bedarf es innerer Stärke. Hier finden Sie konkrete Ansätze zu Stärkung Ihrer Widerstandsfähigkeit.

- Stärkeres Eingehen auf Ihre Bedürfnisse und Achtsamkeit
- Erfassen ihrer Denk- und Verhaltensmuster und Entwicklung von Optimismus bzw. Akzeptanz
- Erkennen eigener Stressauslöser
- Erste-Hilfe bei Stress und Vermeiden von Langzeitstress
- Aufbau eigener Ressourcen für schwierige Situationen

**Bitte mitbringen:** Stift und Papier, bequeme Kleidung

**06008** P S NEU € 105,00

Gordana Dlesk, Coach und Unternehmensberaterin für Organisationale Resilienz  
am Samstag, 18.11.2023, 10:00 - 16:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30



## PERSÖNLICHKEITSGESTALTUNG

### (Vor-)urteile erkennen

Mich und andere besser verstehen. Teil 1

Was beeinflusst mein Verhalten? Warum ärgere ich mich über andere? Verständnis für andere ist der Grundpfeiler jeder ernsthaften Kommunikation. Unverständnis schafft Missverständnisse und Konflikte, die vermeidbar sind. Wenn ich meine eigenen Beweggründe verstehe bzw. die Fähigkeit erlerne, sie zu artikulieren, verstehe ich auch die Beweggründe anderer besser und kann auf sie eingehen. Das heißt nicht, Konflikte zu unterdrücken, sondern anders mit ihnen umzugehen.

**06009** HYBRID S € 9,00

Garry Baumeister, Mimikresonanz-Profilier und Emotionscoach

am Donnerstag, 19.10.2023, 19:15 - 20:45 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

### „Emotionen sind Mist“

Mich und andere besser verstehen. Teil 2

Was beeinflusst mein Verhalten? Warum ärgere ich mich über andere? Verständnis für andere ist der Grundpfeiler jeder ernsthaften Kommunikation. Unverständnis schafft Missverständnisse und Konflikte, die vermeidbar sind. Wenn ich meine eigenen Beweggründe verstehe bzw. die Fähigkeit erlerne, sie zu artikulieren, verstehe ich auch die Beweggründe anderer besser und kann auf sie eingehen. Das heißt nicht, Konflikte zu unterdrücken, sondern anders mit ihnen umzugehen.

**06010** HYBRID S € 9,00

Garry Baumeister, Mimikresonanz-Profilier und Emotionscoach

am Donnerstag, 26.10.2023, 19:15 - 20:45 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 36

### Was hindert mich am Treffen klarer Entscheidungen?

Was geht in uns vor, wenn wir das Gefühl haben, „innerlich zerrissen“ zu sein, keine klare Richtung zu haben? Aus welchen „Ecken“ der Persönlichkeit kommen diese Anfechtungen? Sind dabei einzelne Aspekte erkennbar oder sogar verstehbar? Wie können wir mit ihnen umgehen? Es ist möglich, diese inneren Prozesse sowie ihre Funktionen deutlich zu machen und sie zu nutzen - wenn wir den Blick in unsere Persönlichkeit zulassen.

**06011** HYBRID NEU € 9,00

Garry Baumeister, Mimikresonanz-Profilier und Emotionscoach

am Donnerstag, 18.01.2024, 19:15 - 20:45 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

Immer aktuell informiert!



### Zwischen Klimapanik und innerem „Klima-Schweinehund“

Szenarien von dräuenden Klimaveränderungen lösen u. U. Panik und Angst in uns aus. Gleichzeitig fühlen wir uns bei diesem Thema häufig machtlos, überfordert und entscheiden uns dafür, einfach alles beim Alten zu belassen. Damit baut sich unterschwellig Stress auf, der sich an anderer „Stelle“ Luft macht. Wir zeigen Wege auf, (nicht nur) angesichts des Klimawandels die eigenen Emotionen und ihr Stresslevel zu erkennen sowie einen Verhaltenswandel möglich zu machen.

**06012** HYBRID S NEU € 9,00

Garry Baumeister, Mimikresonanz-Profilier und Emotionscoach

am Donnerstag, 01.02.2024, 19:15 - 20:45 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Magie der Ordnung

Workshop

Mit praktischen Methoden und einer Step-by-Step-Anleitung erfahren Sie, wie Sie sich ein Zuhause mit nachhaltiger Ordnung und Struktur schaffen. So verwandeln Sie Ihr Heim in eine Wohlfühloase. Mehr Ordnung im Wohnungsumfeld kann zu einem freieren Kopf und besseren Lebensgefühl verhelfen. Sie erhalten zudem Tipps, wie Sie mit kleinen alltäglichen Handgriffen die magische Ordnung und damit Ihre Wohlfühloase erhalten.

**06015** P S € 39,00

Tanja Reißweber, zertifizierter Ordnungscoach  
am Samstag, 18.11.2023, 10:00 - 16:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 29



### Ordnung meets Resilienz

Erste Hilfe für eine innere und äußere Ordnung

Überforderung im Alltag? Der digitale Wahnsinn und die Alltagsanforderungen treffen aufeinander. Alles stürmt auf Sie ein? Sie sind Familienmanager, im Berufsleben stark beansprucht, unterstützen Ihre Eltern und selbst bleiben Sie auf der Strecke? Zudem wird das Chaos im Zuhause immer größer. Der Impulsvortrag leistet Erste Hilfe für eine innere und äußere Ordnung.

**06016** P S NEU € 9,00

Tanja Reißweber, zertifizierter Ordnungscoach  
am Mittwoch, 15.11.2023, 19:00 - 20:30 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Meinen Sorgen mache ich Beine

Wie Sie wieder zur inneren Gelassenheit finden

Viele Menschen sind in der heutigen Zeit verunsichert und nehmen Belastendes im Leben verstärkt wahr. Dabei tritt Positives in den Hintergrund, Ängste bzw. Unsicherheiten nehmen immer mehr Raum ein und schränken die Lebensqualität ein. Sie haben den Eindruck, hilflos zu sein, grübeln, machen sich Sorgen. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie Ihr Gedankenkarussell in die Schranken weisen und wieder zu Ihrer inneren Stabilität sowie zu Zuversicht und Vertrauen zurückfinden.

**06017** P S € 9,00

Eva-Maria Gebert-Riess, zertifizierte Systemische Therapeutin (DGST)

am Dienstag, 05.12.2023, 19:00 - 20:30 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Reise zum Glück für Frauen

Eine Forschungsreise in Ihr eigenes ICH: Wie bringen Sie mehr Glück in Ihr Leben? Finden Sie Wege aus dem Gedankenrad und begeben Sie sich auf einen neuen Pfad zu persönlichem Glück. Mögliche Themen:

- Lebenssinn und Spiritualität
- Das Positive in jeder Situation sehen
- Was spiegelt mir mein Gegenüber?
- Wie steuert mein Denken und Fühlen mein Gegenüber?
- Kraftquellen entdecken
- Persönlichkeitsschulung

**06018** P S € 34,00

Birgitta Engler, Glückscoach  
am Samstag, 14.10.2023, 10:00 - 13:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, AG 03

### Die Reise zum Glück für Frauen geht weiter

Impulse - Stille - Gespräche - Kreativität

Auf vielfachen Wunsch gibt es eine Fortsetzung der Reise zum Glück.

Alle, die kommen, sind mit ihrem Wissen und ihren Erfahrungen das Potenzial für den Austausch.

**Bitte beachten:** Nur für Frauen, die den 1. Workshop besucht haben!

**Bitte mitbringen:** Decke/Matte und Kuschelsocken, für eine kleine gemeinsame Brotzeit Snacks

**06019** P S NEU € 59,00

Birgitta Engler, Glückscoach  
am Samstag, 18.11.2023, 10:00 - 15:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, AG 03

Immer aktuell informiert!





### Herzraum

#### Begegnung und Austausch

Sie haben Interesse an Begegnung und persönlicher Weiterentwicklung? In einem geschützten Rahmen tauschen Sie sich mit anderen Teilnehmer:innen zu Themen aus, die eine:n bewegen (Werte, Bauchgefühl ...) und die zu Beginn in einem kurzen Impulsvortrag vorgestellt werden. Hier haben Sie Gelegenheit, über Persönliches, Erlebtes und die eigene Erfahrung zu sprechen. Die Kursleiterin begleitet Sie als Coach unter dem Motto „Gesehen, gehört und verstanden werden“.

**Bitte mitbringen:** Stift und Block

**06020** P S NEU € 65,00

Sabine Schott

ab Donnerstag, 23.11.2023, 5x 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, AG 03

### Kopf-Herz-Bauch

#### Welcher Typ sind Sie?

Im Kurs geht es um Themen aus dem Bereich Persönlichkeitsentwicklung. Durch diese erfahren Sie, wie Sie selbst ticken, wieso die andere Person auf ihrer eigene Insel lebt und wie Sie Brücken dorthin bauen können. Sind Sie eher Kopf- oder ein Bauchmensch? Welche Werte sind Ihnen wichtig und wie können Sie diese auch kommunizieren. Sie lernen, zu reflektieren, auch mal die Perspektive zu wechseln und neue Sichtweisen kennenzulernen.

**06021** P S NEU € 65,00

Sabine Schott

ab Donnerstag, 11.01.2024, 5x 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28

### Entspannt bleiben - trotz schwieriger Gefühle

Gefühle sind die Musik unseres Alltags. Ohne sie könnte man nicht lieben, sich nicht freuen, man würde weniger verstehen und sich ständig in Gefahr begeben. Gefühle können aber auch unangenehm sein und zu Handlungen antreiben, die man später bereut. Hier lernen Sie, Gefühle besser zu verstehen und zu steuern. Dies bringt Ihnen ein (tiefen-)entspannteres Leben.

**06022** HYBRID € 11,00

Ingrid Langschwert,

Heilpraktikerin für Psychotherapie

am Donnerstag, 12.10.2023, 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 28



### „Was du hörst, ist nicht, was ich gesagt habe!“

#### Konstruktive Kommunikation in der Partnerschaft

Eine glückliche Partnerschaft ist eine zentrale Bedingung für Zufriedenheit. Ob ein Paar langfristig glücklich ist, hängt sehr von dessen Kommunikationsfähigkeit ab. Nur wer miteinander spricht, weiß, was den anderen bewegt. Bei Konflikten ist schnell etwas gesagt, die Kränkung aber bleibt. Sie erhalten Tipps für eine befriedigende, die Partnerschaft stärkende Kommunikation. Zudem erfahren Sie, wie die Unterschiede zwischen Ihnen zu einer Bereicherung der Beziehung werden können.

**06024** P € 9,00

Eva-Maria Gebert-Riess, zertifizierte Systemische Therapeutin (DGSF)

am Mittwoch, 13.12.2023, 19:00 - 20:30 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Wie „tickst“ du - wie „ticke“ ich?

#### Konflikte in Familie, Partnerschaft und Beruf neu verstehen und besser lösen

Warum geraten wir immer wieder aufs Neue in bestimmten Situationen mit Menschen in Konflikt? Wer hat welchen Anteil daran und wie kann ich das vermeiden? Das Konzept der sieben Kompetenzebenen, die bei jedem Menschen unterschiedlich ausgeprägt sind, ermöglicht es uns, die eigenen und fremden Wahrnehmungs- und Handlungsmuster auf neue Art zu verstehen. So können wir Konflikte wirksamer vorbeugen und sie besser lösen.

**06025** P € 11,00

Joachim Reinwald, Evolutionspädagoge und Lernberater

am Montag, 22.01.2024, 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Die 7 Sicherheiten, die Kinder für ihre Entwicklung brauchen

#### Vom Urvertrauen zum Selbstvertrauen

Kinder durchlaufen in ihrer Entwicklung verschiedene Wahrnehmungs- und Verhaltensstufen. Die kindliche Entwicklung ist dabei an bestimmte Sicherheiten gekoppelt. Wenn Kinder von Lern-, Entwicklungs- oder Verhaltensschwierigkeiten betroffen sind, liegt die Ursache oft in stressbedingten Blockaden dieser Sicherheiten. Anhand konkreter Beispiele wird gezeigt, wie diese Blockaden erkannt und über gezielte Übungen aufgelöst werden können, so dass die Kinder ihre Talente wieder frei entfalten können.

**06031** P € 11,00

Joachim Reinwald, Evolutionspädagoge und Lernberater

am Montag, 20.11.2023, 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Wenn Geschwister ständig streiten

#### Hilfreiche Verhaltensweisen für Eltern

Hier bekommen Eltern Verhaltensweisen gezeigt, die streitmindernd / deeskalierend wirken sowie eine positive Geschwisterbeziehung unterstützen können in „Freud und Streit“. Ob Streit zwischen Geschwistern auch sinnvoll sein kann, erfährt man ebenfalls im Vortrag der Familientherapeutin und Mutter Irmgard Juhasz.

**06033** P € 11,00

Irmgard Juhasz, Familientherapeutin, Pädagogin  
am Mittwoch, 07.02.2024, 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Selbstfürsorge für Mütter

Jeden Tag geben Sie als Erziehende:r Liebe, Verständnis, Neugier, Trost sowie Sicherheit und setzen zudem Grenzen, sagen NEIN. Sie erklären, diskutieren, lesen vor, wachen am Bett, pflegen bei Krankheit u.v.m. Sie tun das aus einer tiefen Liebe und Fürsorge heraus. Um das alles leisten zu können, ohne gestresst, genervt, ärgerlich zu sein oder zu schimpfen, müssen Sie für sich selbst gut sorgen! Selbstfürsorge betreiben! Und zwar gut! Hier gibt es dafür Infos, Tipps und Methoden, die man im Alltag ganz leicht einbauen kann.

**06038** HYBRID S NEU € 11,00

Christine Häckler, Eltern-Coach, systemischer Coach  
am Dienstag, 24.10.2023, 19:00 - 21:00 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, OG 30  
Medienraum

### Eltern-Coaching

Anmeldung nur über Frau Thier,  
Tel.: 089/45139695

Stress-Situationen sind bei Familien Alltag. Oft sind Eltern mit den Nerven am Ende und wissen nicht mehr weiter. Da ist es hilfreich, sich in einer Gruppe auszutauschen und zu unterstützen, neue Sichtweisen sowie Anregungen zu erhalten, sich eigene Interaktionsmuster mit den Kindern bewusst zu machen, pädagogische Theorien und den Erziehungsalltag zu verknüpfen. Dieses Seminar unterstützt Sie dabei, sich für den Alltag zu stärken sowie neue Sichtweisen zu erhalten.

**06041** P € 82,00

Monika Thier, Paar-/Familientherapeutin/  
Montessoripädagogin/PEKiP-Gruppen-Leiterin  
am Mittwoch, 04.10.2023, 19:30 - 21:30 Uhr  
am Mittwoch, 08.11.2023, 19:30 - 21:30 Uhr  
am Mittwoch, 13.12.2023, 19:30 - 21:30 Uhr  
am Mittwoch, 24.01.2024, 19:30 - 21:30 Uhr  
Volkshochschule, Münchener Straße 3, EG 07