ip-pflege

M|AKADEMIE

Dienstag: Zeitungsdruck hautnah & live erleben - Ein Blick hinter die Kulissen und eine Führung durch die verschiedenen Stationen zeigt, wie die Zeitung jeden Morgen druckfrisch auf dem Frühstückstisch landet. Die Führung findet von 17 – 20 Uhr im Mittelbayerischen Druckzentrum GmbH & Co. KG (Rathenaustraße 11) statt. Anmeldung über M|Akademie.

Donnerstag (23.01.): **Einfach kommunizieren mit WhatsApp -** In diesem Kurs lernt man die Benutzung und Möglichkeiten der beliebten kostenlosen Nachrichten-App „WhatsApp" kennen. Ebenso werden Nachrichten mit Smileys, Fotos, etc. noch persönlicher gestaltet. Der Kurs findet von 9 – 12 Uhr im Mittelbayerischen Verlag (Kumpfmühler Straße 15) statt. Mit Anmeldung.

Besser miteinander verhandeln – in fünf Schritten zur Einigung - In diesem Kurs lernt man, wie man eine konstruktive Arbeits- und Gesprächsatmosphäre gestaltet und konsensorientiert und wertschätzend miteinander verhandelt. Der Kurs findet von 18.30 – 21.30 Uhr im Mittelbayerischen Verlag (Kumpfmühler Straße 15) statt. Mit Anmeldung.

EVANGELISCHES BILDUNGSWERK

Mittwoch: Vortrag: Der vermessene Mensch – Sinn und Unsinn von Gesundheit-Apps - Informationen über unseren Gesundheitszustand gehören zu unseren sensibelsten Daten. Wem sollten wir sie offenbaren? Ist die systematische Preisgabe im großen Stil Segen oder Fluch? Vortrag mit Eva Maria Traupe um 19 Uhr im EBW, Eintritt frei

Abendkurs: Tanzvergnügen um 1600 – Historische Tänze kennen und tanzen lernen. Fortlaufender Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene mit Verena Kronseder, 10 Termine ab Mi 15.01., 20 Uhr im EBW, Anm. über EBW.

Donnerstag: Vortrag: Klangrede – Musik als Sprache - Musik kann sprechen. Sie ist mehr als Geräusch, Ton oder Klang. Der Theologe und Musiker Prof. Dr. Jochen Arnold zeigt die vielfältigen Beziehungen von Musik und Sprache auf. In der Reihe Klang – Stille – Resonanz: Die Spiritualität des Hörens um 18 Uhr im EBW.

Eltern-Kind-Kurs: 1,2,3 – Im Sauseschritt - Bewegung für die Kleinsten ab 18 Monate um 15 Uhr im EBW, 8 Termine, Anm. EBW Familienbildung.

Eltern-Kind-Kurs: Musik und Bewegung - Für Eltern und Kinder von 2 - 4 Jahren um 17 Uhr im EBW, 10 Termine, Anm. EBW Familienbildung.

Freitag: Begegnungsabend: Kurdischer Abend mit Musik, Texten und Gesprächen - Der kurdische Musiker Rezan Morad spielt verschiedene kurdische und orientalische Instrumente, begleitet wird er von Tobi Brosi auf der Gitarre, dazu liest Dr. Carsten Lenk kurze Texte in deutscher Übersetzung, um 19 Uhr, Orientales, Glockengasse 4.

Impuls und Gespräch: Die alttestamentlichen Bücher der Weisheit - Der philosophische Teil der Bibel vorgestellt von Gerhard Bauer,9.30 Uhr im Café Pernsteiner, Von-der-Tann-Str. 40.

Samstag: Tanztag: Bach getanzt Sich bewegen und bewegen lassen. Kirchenmusikdirektor Gerd Kötter entwickelt zu Arien und Chorsätzen von Johann Sebastian Bach einfache Choreografien und lässt Raum für freie Tanzformen. Von 11-17 Uhr im EBW, Anm. EBW

Sonntag: Meditation: TonRaum Die Welt ist Klang. Offenes Tönen in der Dreieinigkeitskirche mit Tatjana K. Schnütgen und Ralf Wargitsch; 18 Uhr.

Dienstag: Vortrag: Psychose und Elternschaft - in der Reihe Psychoseseminar - Trialog für Betroffene, Angehörige und Profis um 16 Uhr im EBW,

KONTAKTADRESSEN

M|Akademie, Kumpfmühler Straße 15, Tel. 0800 207 207 0 (kostenfrei).
Evangelisches Bildungswerk (EBW), Regensburg. Am Ölberg 2, Tel. 59 21 50, E-Mail: ebw@ebw-regensburg.de
EBW Familienbildung, Tel. 5 92 15 16; familienbildung@ebw-regensburg.de
Gesellschaft für Erwachsenenbildung: Dr-Gessler-Str. 19 b, Tel. 2 66 28, E-Mail: info@geb-erwachsenenbildung.de

TIPP DER WOCHE



Eine Reise in die Welt des Steaks

Christian Bücherl lädt zu einer vierstündigen Feinschmeckerreise durch die Steak- und Fleischwelt ein. Fassona Rind, US Nebraska Beef, Iberico – spanisches Edelschwein, Wagyu Beef... alles was schmeckt wird professionell zubereitet, gegart und kommt auf den Tisch. Alle Infos zur Anmeldung unter Telefon (0800) 207 207 0 (kostenfrei). FOTO: NATALIA LISOVSKAYA - STOCK-ADOBE

BESUCHER-INFOS:
Regensburg, 28. Februar, 18 bis 22 Uhr, Bücherls Kochschule, Wernberger Str. 2

Reise & Erholung



Anzeige | Urlaubsziele und Unterhaltung für Jung und Alt



Im Raurisertal herrscht bis weit in den Frühling hinein Schneesicherheit. Foto: Gruber

Winterfreuden im Raurisertal

Natur erleben und Gastlichkeit genießen im Herzen des Nationalparks Hohe Tauern

sv. Rauris hat viele Namen. „Tal der Quellen", „Tal der Geier" oder auch „Tal des Goldes". Im Winter, ganz in Weiß getaucht, stellt es sich aber vor allem als Tal der glitzernden Weiten vor. Da wird die mit imposanten Bergspitzen und großartigen Aussichten verwöhnte Landschaft zum Schauplatz.

Das Urlauberparadies im Herzen des Nationalparks Hohe Tauern verspricht ein vielseitiges Aktivprogramm für seine Gäste. Von Langlauf, über Schneeschuhwandern bis hin zu Eisklettern und ausgedehnten Rodelpartien findet sich hier alles, was unter die Kategorie der „Winter-Wunderland-Aktivitäten" fällt. Obendrauf ist das Raurisertal für seine – im wahrsten Sinne des Wortes – atemberaubenden Skitouren und endloses Skivergnügen bekannt.

Mit der Gipfelbahn geht's hinauf auf die Rauriser Hochalm, wo Pisten für jedes Skikönnen und Hütten nach jedem Geschmack warten. Den 2200 Höhenmetern sei Dank: Hier herrscht vom ersten Winter- bis zum letzten Frühlingstag absolute Schneesicherheit.



Im Zentrum von Rauris erwartet das Vier-Sterne-Hotel Alpina seine Gäste. Foto: Zuchna

Mittendrin im Winterparadies thront das Hotel Alpina. Familie Prommegger ist Gastgeber mit Leidenschaft – und das bekommt man hier vom ersten „Hallo" bis zum Abreisetag zu spüren. Und das Ankommen ist natürlich doppelt schön, wenn es einen in ein besonders kuscheliges Zimmer führt. Erst kürzlich wurden die exklusiven Themenzimmer – wie beispielsweise das zum „Rauriser Urwald" – errichtet und die Natur damit in die vier Hotelwände gebracht. Auch die Außenfassade erstrahlt im neuen Gewand.

„In unser Haus stecken wir viel Liebe. Dadurch tut sich hier eigentlich immer etwas", erzählt Hotelier Thomas Prommegger. Und dass das Bestehende hier ständig verfeinert wird, stellt man als Gast allerspätestens dann fest, wenn man sich nach einem langen Tag auf den Brettern abends in einen der Restaurantstühle sinken lässt. Das Küchenteam steckt Tag für Tag viel Kreativität und regionale Vielfalt in seine Gerichte und zaubert im Zuge der Verwöhn-Halbpension köstliche Kreationen auf den Tisch. So schön und schmackhaft ist der Winter im Raurisertal.

„Wohin mit den Ferien?"

Saisoneröffnung der Firma Sieghart Reisen aus Grafenau mit vielen attraktiven Reisezielen.

sv. Sieghart Reisen ferienstar bringt Urlauber sicher an ihr Reiseziel – mit größtem Komfort. Der Urlaub beginnt mit dem einzigartigen Haustürservice, den das Busunternehmen aus Grafenau bietet. Die Gäste werden von der Haustür abgeholt und nach der Reise wieder bis an die Haustür gebracht. Kompetente und erfahrene Reisebusfahrer bringen die Urlauber in hochmodernen Bussen sicher an ihr Ziel. Außerdem bietet Sieghart weitere Vorteile, wie Bordküche mit Snack, kleines Frühstück im Bus und Hostessen, die sich um das Wohl der Gäste kümmern.

Sieghart Reisen ferienstar führt faszinierende Reisen in ganz Europa durch. Dazu gehören Erlebnisreisen, Badereisen, Städtereisen, Musik- und Musicalreisen sowie Tagesfahrten. Für jeden Geschmack ist etwas dabei: Erholung pur in den Bergen Österreichs, der Toskana oder am Gardasee, Spaß für die ganze Familie im Legoland oder Europapark und sportliche Unterhaltung bei der Formel 1. Bei allen Reisen warten ausgewählte Hotels auf ihre Gäste. Von Juni bis September bringt Sieghart Reisen ferienstar seine Gäste wöchentlich nach Südtirol, an die Obere und Mittlere Adria und nach Kroatien. Interessante Angebote – mit Kinderermäßigungen bis zu hundert Prozent für Familien und Singles mit Kind – machen den Badeurlaub noch schöner.

Das Traditionsunternehmen aus Grafenau blickt auf 65 erfolgreiche Reisejahre zurück und freut sich, den neuen Sommerkatalog „Wohin mit den Ferien" präsentieren zu können. Die Kunden erwartet ein breites Reiseangebot für Italien. Ebenso kamen Ziele in Großbritannien und Skandinavien hinzu. Der Katalog wurde mit vielen neuen Reisezielen erweitert, zum Beispiel mit Albanien, dem neuen Trendland oder Bulgarien. Die Reisen überzeugen durch ein tolles Preis-Leistungsverhältnis, denn einen „billigen" Urlaub haben die Gäste von Sieghart Reisen nicht verdient.



Der neue Sommerkatalog von Sieghart Reisen „Wohin mit den Ferien" bietet unzählige wunderschöne Reiseziele. Foto: Sieghart Reisen

kostenlose Kataloganforderung unter Telefon (0 85 55) 9 60 60

ferienstar SIEGHARTREISEN
zu den schönsten Plätzen Europas

Winterreisen & Events
Wien 8.2. 2T ÜF ab 98
Biathlon WM Antholz 21.2. ab 339
Karneval in Venedig 21.2. 2T ÜF ab 149
Berlin 14.3. 2T ÜF ab 119
mit Möglichkeit zum Musical-Besuch „Ich war noch niemals in New York"

Musicals & Events
München - Olympiahalle 16.2. 1T ab 79
Cavalluna – Legende der Wüste
Hamburg 28.2. 3T ÜF ab 319
Musical Disneys König der Löwen
Hamburg 28.2. 3T ÜF ab 299
Musicals Pretty Woman, Tina, Cirque du Soleil
Füssen - Ludwig² 8.3. 1T ab 89
Bochum - Starlight Express 14.3. 2T ab 229
Stuttgart 21.3. 1T ab 139
Musicals Aladdin, Ghost - das Musical, Tanz der Vampire

Musikreisen & Events
Andrea Berg 7.3. 1T ab 119
Olympiahalle München, inkl. EK PK 3
Helene Fischer 4.4. 1T ab 159
Bad Hofgastein, inkl. EK(Stehplatz)
Die Schlagernacht des Jahres 4.4. 1T ab 98
Olympiahalle München, inkl. EK PK IV(Stehplatz)

Eröffnungsfahrten
Grado 25.3. 5T HP ab 499
Südschweiz - Luganer See 30.3. 5T HP ab 449

Kreuzfahrt
Nordeuropa mit MSC POESIA 21.6. 8T VP ab 1059
Warnemünde - Bergen - Molde - Hellesylt/Geiranger - Kopenhagen - Warnemünde

Erlebnisreisen
Gardasee 13.3. 5T HP ab 299
Comer See 20.3. 5T HP ab 299
Heilbad Heviz 21.3. 6T HP ab 495
Schönheiten der Riviera 25.3. 5T HP ab 419
Toskana 26.3. 5T HP ab 369
Elsass Kultur & Genuss 28.3. 4T HP ab 399

Ihr Vorteil
– Immer dabei: Bordküche mit Snack
– Große Reise: kleines Frühstück im Bus
– Bequemer Haustürservice
– 3% Frühbucherrabatt bei Buchung bis 20.03.

Buchung in Ihrem Reisebüro!
Reisebüro Meixner Schwandorf 09431/1342
Neunburg 09672/1342
Reisebüro Mädl, Weiden 0961/5033
www.ferienstar.de
Kataloganforderung unter:
08555 9606-0
Sieghart Reisen GmbH & Co. KG
Hangstraße 14, 94481 Grafenau

Reisebörse in Regensburg: 24.+25.01.2020 im Donaueinkaufszentrum
Erkundigen Sie sich bei einem Glas Prosecco nach unseren attraktiven Messeangeboten!