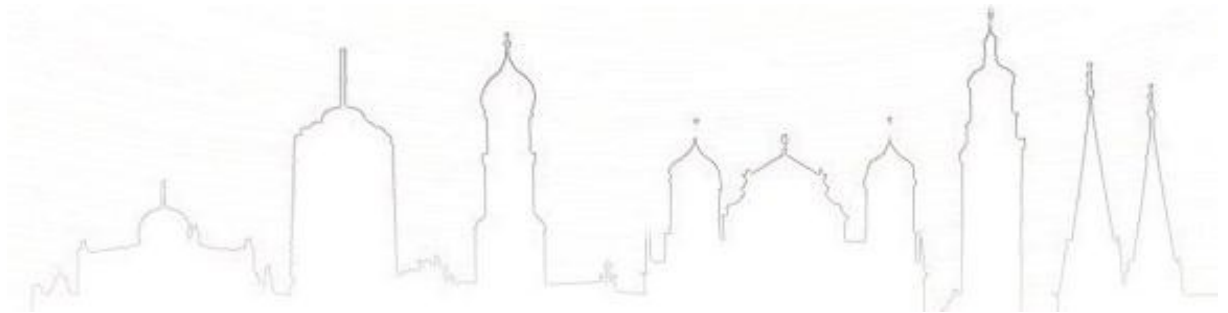




2025

Seminare

zur Stärkung der Persönlichkeit

Freizeit

mit Weggefährten gestalten

wählen

- 1. die Führungsriege des DV Augsburg*
- 2. Deine Unabhängigkeit von*

Besinnung

auf das Wesentliche

***Man kann einen Menschen nichts lehren,
man kann ihm nur helfen,
es in sich selbst zu entdecken***

Galileo Galilei

Inhaltsverzeichnis

Grußwort.....	3
Ablauf von Wochenend - Seminaren.....	4
Anmelden oder Abmelden für Seminare.....	4
In eigener Sache - Anmeldefristen.....	6
Die Tagungshäuser.....	7
Veranstaltungsübersicht 2025.....	9
Jubiläum 40 Jahre Kreuzbund Diözesanverband Augsburg e.V.....	9
07.09.2025 Jubiläumsfahrt 25-09-07.....	9
Seminare für alle Gruppenbesucher.....	9
VNR 25-09-07 Jubiläum 40 Jahre Kreuzbund Diözesanverband Augsburg e.V.....	10
VNR 25-02-22 Themenseminar 1 : Wohlfühlen.....	11
VNR 25-04-27 Pilgerseminar : Den eigenen Kraftquellen nachspüren.....	12
VNR 25-05-17 Männerseminar : Resilienz.....	14
VNR 25-06-01 Mitgliederversammlung.....	14
VNR 25-06-28 Themenseminar 2 : Nein sagen können.....	16
VNR 25-09-20 Themenseminar 3 : Rückfall.....	17
VNR 25-10-11 Frauenseminar : „Werde die Du bist.....	17
VNR 25-11-22 Besinnungstag.....	18
Veranstaltungen für Gruppenleiter, Stellvertreter und Vorstandschaft.....	18
VNR 25-02-01 GLAT – Tag : Gefahren im Internet.....	19
VNR 25-07-05 Vorstands - Wochenende.....	19
VNR 25-11-08 GLAT – Wochenende :.....	19
Gesprächskreise 2025.....	20
Der Frauengesprächskreis 2025.....	21
Übersicht der IGAF Freizeitangebote 2025.....	22
16.02.2025 Wanderung: um die „Allgäuer Riviera“, dem Hopfensee.....	23
06.04.2025 Deutsches Hutmuseum Lindenberg.....	24
25.05.2025 Wanderung: Blick aufs Donautal.....	25
19.– 26.07.2025 Wanderwoche Südtirol.....	26
21.09.2025 Wanderung zum Dengelstein.....	28
26.10.2025 Wanderung auf dem Brettlesweg.....	29
Anhang.....	30
Kalender : Kreuzbund – Angebote.....	30
Übersicht der Anmeldetermine.....	32
Versions – Historie von „Programm 2025“.....	32

Grußwort

Liebe Weggefährten, Gruppenbesucher, Angehörige und Gäste,

für das kommende Jahr 2025 bieten wir einen Mix interessanter Seminare an und Ihr habt die Möglichkeit, Euch aktiv in den Kreuzbund einzubringen:

kandidiert für eine leitende Position

bei der Wahl der Führungsriege im Juni.

Ansprechpartner für alles rund um das Thema Seminare ist immer noch

Reinhard Philipp

Im Internet auf unserer web-site „www.kreuzbund-augsburg.de“ ist das Programm 2025 ebenfalls einzusehen.

Für Anregungen und Tipps sind wir immer dankbar.

Wir können Euch nur einladen – aktiv werden müsst IHR selbst.

Jedes Seminar bringt Euch ein Stück weiter auf dem Weg zu einer zufriedenen Abstinenz.

Wir wünschen Euch ein erfolgreiches und zufriedenes Jahr 2025.

***Ich muss bereit sein,
das aufzugeben was ich bin,
um zu dem zu werden,
was ich sein kann.***

Albert Einstein

Eure Vorstandschaft

PS: Seminare 2025 erstellt von Reinhard Philipp

In diesem Dokument wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit überwiegend die männliche Form verwendet. Damit sind alle anderen Formen gleichermaßen mitgemeint. Aufgrund des Datenschutz- und Urheber – Rechtes können nur Bilder eingefügt werden, deren Verwertungsrechte wir besitzen. Das sind in der Regel nur selbst fotografierte Motive.

Ablauf von Wochenende - Seminaren

Unterkunft / Übernachtungen in Tagungshäusern

Unsere Seminare finden in spezialisierten Häusern statt, die neben den Veranstaltungsräumlichkeiten auch eine komfortable Unterbringung der Seminarteilnehmenden in Einzelzimmern mit Dusche/WC bieten. Für Paare stehen natürlich auch entsprechende Doppelzimmer zur Verfügung. Interessierte mit Mobilitätseinschränkungen bitte vor Buchung bei mir nachfragen, ob Tagungshaus entsprechend ausgerüstet ist.

Übernachtung im Tagungshaus ist für alle Beteiligten verpflichtend. Es ein wichtiger Punkt für das Wochenende in der Gemeinschaft.

ZUR BEACHTUNG !

Während der Dauer des Seminars ist der Konsum von Suchtmitteln nicht gestattet. Die Tagungshäuser sind rauchfreie Zonen.

Verpflegung

Für das leibliche Wohl wird im hauseigenen Speisesaal gesorgt.
Getränke bezahlen die Seminateilnehmenden selbst.

Seminareinheiten (bestimmt die Seminarleitung)

am Freitag nach dem Abendessen
am Samstag nach dem Frühstück
am Samstag nach dem Mittagessen
am Samstag nach dem Nachmittagskaffee
am Samstag nach dem Abendessen ist Zeit für gemeinsame Aktivitäten
am Sonntag nach dem Frühstück

Selbstbeteiligung

Die Selbstbeteiligung (Kreuzbund-Mitglieder – 100 €, Gruppenbesucher – 120 €) enthält die Unterkunft, Verpflegung und Seminarleitung.

Reisekosten, Getränke und eventuelle Seminar-Materialkosten trägt der Teilnehmende selbst.

Anmelden oder Abmelden für Seminare

Der Ansprechpartner für **alles** rund um das Thema Seminare ist:

Reinhard Philipp
Vogeistr. 17
86199 Augsburg

eMail kbs@seminare@kreuzbund-augsburg.de

Mobil 0176 55076503

Anmeldungen können mit der Veröffentlichung des Seminarprogramms 2025 getätigt werden.

Die Anmeldefristen der Seminare müssen unbedingt eingehalten werden.

Circa 2 Wochen vor Anmeldeschluss verschicke ich eine Statusmail zur Erinnerung an alle Gruppenleiter. Darin ist der aktuelle Anmeldestand aller Seminare ersichtlich.

Der Gruppenleiter meldet den / die Teilnehmer **per eMail oder Briefpost** bei mir an. Dazu benötige ich folgende Angaben :

- **Name der Gruppe**
- **Seminarnummer oder -Titel**
- **Name des / die Teilnehmenden**
- **Kreuzbundmitglied oder Gruppenbesucher**
- **Einzelzimmer oder bei Paaren Doppelzimmer**
- **Wird eine Teilnahmebestätigung gewünscht ?**

Der Gruppenleiter erhält von mir eine Anmeldebestätigung. Im 1. Anmeldedurchlauf werden max. 2 Personen pro Gruppe berücksichtigt. Alle weiteren landen auf einer Warteliste. Nach Ablauf der Anmeldefrist werden im 2. Durchlauf noch freie Seminarplätze mit der Warteliste aufgefüllt.

Nach Anmeldeschluss erhält jeder Gruppenleiter von mir eine Teilnehmerliste. So können Fahrgemeinschaften über Gruppengrenzen hinweg gebildet werden.

Wird die minimale Teilnehmeranzahl nicht erreicht, fällt das Seminar ersatzlos aus.

Abmeldungen können bis zur Anmeldefrist kostenlos storniert werden, später ist die Selbstbeteiligung in voller Höhe zu entrichten. In Ausnahmefällen entscheidet die Vorstandschaft.

Sollte ein Teilnehmer zum Seminar später erscheinen oder dies früher verlassen, muss ich spätestens 2 Tage vor Seminarbeginn informiert werden, damit für den Kreuzbund keine unnötigen Kosten entstehen.

Wenn es Probleme mit dem Tagungshaus oder den Referenten gibt, ist ebenfalls unverzüglich den Seminar-Organisator in Kenntnis zu setzen.

Die Bezahlung der Selbstbeteiligung ist nach Teilnahmebestätigung bzw. spätestens bis zur Anmeldefrist auf das bekannte, unten stehende Kreuzbund-Konto zu tätigen. Die Überweisung muss vom Gruppenleiter bzw. Kassier erfolgen und mit der Seminarnummer und Gruppennamen und Teilnehmernamen versehen sein.

Auf der Überweisung im Feld Verwendungszweck sollte also stehen:

z.B: Gruppe Augsburg-Stadtbergen NullKommaNull / VNR 21-04-11 / Reinhard Philipp

Weitere Namen von Teilnehmenden einfach hinten anfügen.

Es ist der Wunsch einer Teilnahmebestätigung an uns herangetragen worden.

Wir werden folgendes Prozedere anwenden:

- mit der Seminaranmeldung den Wunsch einer Bestätigung angeben
- eine vorausgefüllte Bestätigung erhält die / der Referentin / Referent vor Seminarbeginn. Sie wird von ihr / ihm ausgedruckt.
- die unterschriebene Bestätigung wird am Seminarende der / dem betreffenden Seminar-Teilnehmerin oder -Teilnehmer überreicht.

Für die Gruppenförderung kann beim Gesundheitsamt (runder Tisch) ein Antrag gestellt werden; er beinhaltet auch Seminare.

Datenschutz

Bei der Seminaranmeldung willige ich ein, dass die hierbei personenbezogenen Daten zum Zweck der Teilnehmerdatenverwaltung erhoben, verarbeitet und genutzt werden dürfen. Die interne Verwendung meiner personenbezogenen Daten erfolgt ausschließlich zweckbestimmt.

Die Vorstandschaft

Diözesanverband Augsburg
Bankverbindung: Liga Bank Augsburg
IBAN: DE55750903000000203513 BIC: GENODEF1M05

In eigener Sache - Anmeldefristen

Die Sache mit den Anmeldefristen möchte ich Euch transparent machen. Ich buche die Zimmer und Tagungsräume etwa 2 Jahre im Voraus. Die Tagungshäuser geben uns ein Datum vor Seminarbeginn vor, ab dem eine Stornierung des Seminars oder einzelner Zimmer kostenpflichtig wird. Dieses Datum (+ 8 Tage) spiegelt sich dann in der Anmeldefrist wieder. In diesen 8 Tagen wird die Warteliste abgearbeitet. Ich übermittle dann die Anzahl der definitiv benötigten Zimmer und eine Namensliste der angemeldeten Seminarteilnehmer incl. der Seminarleitung an das Tagungshaus..

Sollte eine Abmeldung nach diesem Datum erfolgen, so ist das Seminarhaus berechtigt einen gewissen Prozentsatz der Kosten trotzdem einzufordern. Das kann bei Absagen je nach Zeitpunkt bis zu 100 % betragen.

Darum – Anmeldefristen einhalten !

Euer Reinhard

Die Tagungshäuser

Exerzitienhaus St. Paulus Leitershofen

Krippackerstrasse 6
86391 Stadtbergen

Telefon 0821 / 90754-0
www.exerzitienhaus.org
info@exerzitienhaus.org

B 17 Umgehung von Augsburg, Abfahrt Leitershofen, in Leitershofen ist das Exerzitienhaus ausgeschildert. Parkplätze finden Sie direkt vor dem Haus oder in der Tiefgarage (kostenfrei, keine Reservierung möglich)

Exerzitienhaus Erzabtei St.Ottilien

Erzabtei 3
86941 St.Ottilien

Telefon 08193 71-601
www.erzabtei.de
exhaus@ottilien.de

Aus Richtung Lindau, Landsberg die A96 Richtung München bis Ausfahrt 27 Schöffelding, links nach Eresing/Geltendorf abbiegen, nach Ortsende von Eresing im Kreisverkehr rechts ab nach St.Ottilien.

In St.Ottilien an der Gaststätte Emminger Hof in der Linkskurve geradeaus die schmale Straße zum Exerzitienhaus, 2.Straße links zum Parkplatz.

Bildungshaus St. Albert

Schloßstrasse 2,
86756 Reimlingen / Nördlingen

Telefon 09081 29071-0
www.tagungshaus-reimlingen.de
info@tagungshaus-reimlingen.de

Von Augsburg Richtung Donauwörth B2, nach Donauwörth auf die B 25 Richtung Nördlingen, ca. 10 km vor Nördlingen links abbiegen nach Reimlingen.

Kostenlose Parkmöglichkeit direkt am Tagungshaus.

Bildungszentrum Kloster Roggenburg

Klosterstr. 3
89297 Roggenburg

Telefon 07300 9611-0
www.bildungszentrum-roggenburg.de
bildungszentrum@kloster-roggenburg.de

Über A8: An Ausfahrt 76 Günzburg auf die B16 Richtung Ichenhausen/Krumbach abbiegen. Nach Ichenhausen rechts abbiegen nach Stoffenried/Waldstetten. In Waldstetten links auf die GZ4 abbiegen. In Stoffenried rechts auf die Schwaningerstraße Richtung Roggenburg fahren.

Über B300 von Augsburg: Der B300 bis nach Krumbach folgen. In Krumbach der Wegweisung Ulm/Weißenhorn/Deisenhausen auf der St2019 bis Roggenburg folgen.

Über A7: An Ausfahrt 123 Vöhringen auf die NU14 Vöhringen/Weißenhorn/Bellenberg fahren. Vor Weißenhorn auf der St2019 Richtung Krumbach rechts weiter bis Roggenburg fahren.

Kath. Landvolkshochschule Wies e.V.

Wies 20
86989 Steingaden

Tel. 08862-9104-0
Fax 08862-910440
www.lvhwies.de
info@lvhwies.de

Anreise mit dem PKW

Zur Orientierung: Folgen Sie **immer der Ausschilderung zur WIESKIRCHE**. Sie fahren fast bis zur Wieskirche, biegen jedoch 1 Kilometer davor links ab; die Abzweigung ist ausgeschildert.

von der **A 7 Ulm-Füssen** bis Ausfahrt Nesselwang - Seeg - Lechbruck - Steingaden - Richtung Wieskirche - links zur Kath. Landvolkshochschule Wies abbiegen

von der **B 17 Augsburg-Landsberg** - Schongau - Ausfahrt Peiting West (Richtung Füssen) - Steingaden - Richtung Wieskirche - links zur Kath. Landvolkshochschule Wies abbiegen

Lademöglichkeit für E-Autos

Am Gästeparkplatz in der Nähe von Haus 2 steht eine Säule mit zwei Wallboxen (Typ-2Stecker), an der Gäste der KLVHS Wies ihr E-Auto aufladen können.

Veranstaltungsübersicht 2025

Jubiläum

40 Jahre Kreuzbund Diözesanverband Augsburg e.V

07.09.2025

Jubiläumsfahrt

25-09-07

an und auf dem Bodensee

Seminare für alle Gruppenbesucher

21. – 23.02.2025	Themenseminar 1 Wohlfühlseminar	25-02-22	St. Ottilien Susanne Grüßhaber
26. – 27.04.2025	Pilgerseminar Den eigenen Kraftquellen nachspüren	25-04-27	Oberstaufen - Lindau Dietrich Tiggemann
16. - 18.05.2025	Männerseminar Resilienz	25-05-17	Wies Klaus Bilgeri
01.06.2025	Mitgliederversammlung mit Wahlen für Vorstandschaft und Arbeitskreisen des Kreuzbundes DV Augsburg	25-06-01	Leitershofen
27. – 29.06.2025	Themenseminar 2 Nein sagen können	25-06-28	Reimlingen Klaus Bilgeri
19. - 21.09.2025	Themenseminar 3 Rückfall	25-09-20	St. Ottilien Fabian Schroer
10. - 12.10.2025	Frauenseminar Werde die Du bist. Wege in die Resonanz“	25-10-11	Leitershofen Marta Budna-Lamla
22.11.2025	Besinnungstag aktuelles Thema	25-11-22	Leitershofen Diakon Markus Müller

VNR 25-09-07 Jubiläum

40 Jahre Kreuzbund Diözesanverband Augsburg e.V

Termin	07.09.2025	
Tagungsort		
Beginn		
Ende		
Teilnehmer maximal		
Teilnehmer minimal		
Referentin		
Selbstbeteiligung	Kreuzbund-Mitglieder	Euro
	Gruppenbesucher	Euro
Anmeldung	bis spätestens	über Gruppenleiter

VNR 25-02-22 Themenseminar 1 : Wohlfühlen

Wohlfühlseminar

Stress, Hektik, Termindruck, Job, Familie, Haushalt und vieles mehr - permanente Reizüberflutung bestimmt unser Leben. Wir haben verlernt auf uns selbst und unsere Bedürfnisse zu hören und zu achten.

Gesund leben fängt jedoch im Alltag an:

Innehalten, achtsam sein, genießen, entspannen, meditieren - das sind Möglichkeiten, dem Alltagsstress und der Hektik des alltäglichen Lebens einfach und wirksam zu begegnen. So kann selbst ein einfaches Essen wieder Freude bereiten.

Es geht um Loslassen, Geduld, Innehalten, Vertrauen: Haltungen, die das Leben lebenswerter und auch einfacher machen, die die eigenen Kräfte stärken und die Potentiale, die in einem liegen, zum Blühen bringen.

Im Sinne eines präventiven Umgangs mit der eigenen Sucht will das Seminar die Möglichkeit bieten, die eigene Lebenssituation zu überprüfen, alltagstaugliche Möglichkeiten zum Genusstraining, zum Entspannen und Wohlfühlen aufzeigen und zum Ausprobieren anregen.

Der Transfer erfolgt mittels Übungen, Kleingruppenarbeit, Diskussionsrunden und Vorträgen.

Bitte bewegungsbequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke und / oder Matte mitbringen.

Termin	21. – 23.02.2025	
Tagungsort	Exerzitien- und Gästehaus St.Ottilien, Erzabtei 3, 86941 St. Ottilien, Tel. 08193 71600	
Beginn	Freitag 18:30 Uhr mit dem Abendessen	
Ende	Sonntag nach dem Mittagessen, ca 13:00 Uhr	
Teilnehmer maximal	14 Personen	
Teilnehmer minimal	12 Personen	
Referentin	Susanne Grüßhaber	
Selbstbeteiligung	Kreuzbund-Mitglieder	100 Euro
	Gruppenbesucher	120 Euro
Anmeldung	bis spätestens 20.12.2024 über Gruppenleiter	

VNR 25-04-27 Pilgerseminar : Den eigenen Kraftquellen nachspüren

Den eigenen Kraftquellen nachspüren – Pilgern auf meinem Weg

Es tut in vielen Alltags-Situationen richtig gut, festen Boden unter den Füßen zu spüren, sich verwurzelt zu wissen, um den Stürmen des Lebens begegnen zu können. Wir erfahren derzeit heftige Verunsicherungen; Klima-Veränderung, religiöse Auseinandersetzungen, auch persönliche Umbrüche scheinen ungemein Vieles in Frage zu stellen.

Wir möchten auf unserer Pilgertour gemeinsam unseren ganz eigenen Wurzeln nachspüren: Wo finde ich Halt? Was nährt mich? Was erdet mich? Welches sind meine „seelischen Tankstellen“, Kraftquellen?

Auf den Stationen unseres Pilgerweges kommen biblische Gedanken mit unseren Hoffnungen, Sorgen, unserer Sehnsucht nach einem gefestigten Glauben und stärkenden Ideen ins Gespräch. Dabei werden uns spirituelle Impulse, Austausch-Runden, Schweigezeiten feinsinnig für Gottes heilsame Begleitung machen.

Unser Weg:

Wir treffen uns am Bahnhof in Oberstaufen. Unser Weg führt uns in nördlicher Richtung bis wir nach ca. 2,7 km, 20 m im Aufstieg und 10 m im Abstieg, die Gemeinde Zell und auch den schwäbisch-bayerischen Jakobsweg erreichen. Ihm folgen wir nun in westlicher Richtung. Über Simmerberg und Weiler im Allgäu erreichen wir nach weiteren 22 km, 420 m im Aufstieg und 410 m im Abstieg, Scheidegg. In der dortigen Pilgerherberge werden wir die Nacht verbringen.

Nach einem kräftigen Frühstück machen wir uns auf den Weg zum Pfänder, der mit etwas über 1000 m Höhe einen herrlichen Blick über den Bodensee erlaubt. Diesen Blick erkaufen wir uns mit 11 km Wegstrecke, 415 m im Aufstieg und 214 m im Abstieg. Dort entscheiden wir gemeinsam, wie wir nach Lindau kommen:

- mit der Seilbahn hinab nach Bregenz und weiter mit dem Zug nach Lindau
- mit der Seilbahn hinab nach Bregenz und weiter zu Fuß nach Lindau, 11 km Strecke
- Abstieg nach Bregenz, 4 km Wegstrecke, 590 m im Abstieg und weiter nach Lindau

Die Wegbeschaffenheit variiert stark, von asphaltierten Nebenstraßen über befestigte Wirtschaftswege, markierten Wanderwegen bis hin zu voralpinen Pfaden mit entsprechenden Steigungen.

Unser Pilgern:

Pilgern ist eine religiöse Reise – wir beginnen unseren Weg mit einem Pilgersegen, unterwegs werden wir immer wieder für meditative Impulse innehalten, die wir im folgenden Weitergehen in der Stille oder im Gedankenaustausch vertiefen und das Ende der Etappe schließen wir mit einem Gebet ab. Nach dem Abendessen lassen wir den Tag Revue passieren, reflektieren unsere Eindrücke, verteilen Lob oder Tadel und erzählen von unserer aktuellen Gefühlslage.

Beim Pilgern verlassen wir ganz bewusst unsere Komfortzone. Das ganze Hab und Gut, das wir für die Reise benötigen, tragen wir in unseren Rucksäcken, einschließlich Essen und Trinken für unter tags. Abends in der Pilgerherberge gibt es ein einfaches, warmes Abendessen und eine Auswahl an Getränken. Die Nacht verbringen wir in Mehrbettzimmern, teils mit Stockbetten. Toiletten, Waschgelegenheiten und Duschen befinden sich in separaten Räumen. Bettwäsche ist in der Herberge vorhanden, Handtücher hat jeder selbst dabei.

Unsere Anreise nach Oberstaufen

- mit dem Pkw: Navi Zieleingabe - Bahnhofplatz 1, 87534 Oberstaufen
- mit dem ÖPNV - Zugverbindungen (für Sa, 26.04.2025)

von Augsburg	ab 6:32	an 8:06	direkt
von Ulm	ab 6:14	an 8:06	1 Umstieg, 15 min
von Lindau	ab 7:14	an 7:50	direkt
von Oberstdorf	ab 7:19	an 8:06	1 Umstieg, 7 min

Unsere Rückreise ab Lindau Insel

- mit dem ÖPNV - Zugverbindungen: (für So, 27.04.2025)
- mindestens 1x stündlich, z.B:

nach Oberstaufen	ab 17:04	an 17:50	direkt
nach Augsburg	ab 17:04	an 19:14	direkt
nach Ulm	ab 17:22	an 19:13	1 Umstieg, 20 min
nach Oberstdorf	ab 17:04	an 18:40	1 Umstieg, 9 min

Termin	26. – 27.04.2025		
Start	Bahnhof Oberstaufen, Bahnhofplatz 1, 87534 Oberstaufen		
Ziel	Evangelische Kirche St. Stephan, Am Marktplatz / Hospiz, Paradiesplatz 1, 88131 Lindau – Insel		
Beginn	Samstag um 8:30 Uhr		
Ende	Sonntag nach der Ankunft in Lindau		
Teilnehmer maximal	10 Personen		
Teilnehmer minimal	8 Personen		
1. Pilgerbegleiter	Dietrich Tiggemann, qual. Pilgerbegleiter		
2. Pilgerbegleiter	Reinhard Philipp		
Selbstbeteiligung	Kreuzbund-Mitglieder	50 Euro	
	Gruppenbesucher	60 Euro	
Anmeldung	bis spätestens 07.03.2025 über Gruppenleiter		

Wir möchten den angemeldeten Personen noch weitere Informationen zukommen lassen und vorab ein Vorbereitungstreffen veranstalten (Präsenz oder online), daher bitte auch den eMail-Kontakt bei der Anmeldung angeben.

VNR 25-05-17 Männerseminar : Resilienz

Resilienz – ein Thema für uns alle. Oft gehört, sei gut und hilfreich, aber was heißt das überhaupt? Eine kurze Beschreibung lautet, Resilienz ist die Fähigkeit emotionale und mentale Belastungen zu überwinden, ohne dass daraus psychische Störungen entstehen können. Resilienz bedeutet, mehr positive Emotionen, mehr Lebensfreude, bessere Lösungsstrategien, bessere Widerstandsfähigkeit fördern - Probleme lösen ohne dass Stress aufkommt.

Wir wollen uns mit Resilienz näher auseinandersetzen und lernen gelassener zu werden...

Termin	16. - 18.05.2025
Tagungsort	Kath. Landvolkshochschule Wies e.V. Wies 20, 86989 Steingaden Tel. 08862-9104-0
Beginn	Freitag 18 Uhr mit dem Abendessen
Ende	Sonntag nach dem Mittagessen, ca 13:00 Uhr
Teilnehmer maximal	17 Personen
Teilnehmer minimal	12 Personen
Referent	Klaus Bilgeri, Dipl.Soz.Päd.(FH)
Selbstbeteiligung	Kreuzbund-Mitglieder 100 Euro Gruppenbesucher 120 Euro
Anmeldung	bis spätestens 21.02.2025 über Gruppenleiter

VNR 25-06-01 Mitgliederversammlung

**mit Wahlen für Vorstandschaft und Arbeitskreisen
des Kreuzbundes DV Augsburg**

Kandidaten bitte beim Vorstand melden

Termin	01.06.2025
Tagungsort	Exerzitienhaus St. Paulus, Krippackerstraße 6, 86391 Stadtbergen-Leitershofen, Tel 0821 907540
Beginn	Sonntag ab 8:30 Uhr mit Stehkafee und 1 Butterbreze je Teilnehmer Mittagessen um 12:00 Uhr Getränke bezahlt jeder Teilnehmer selbst
Ende	Sonntag Nachmittag
Teilnehmer	alle Kreuzbundmitglieder des DV Augsburg
Veranstalter	DV Kreuzbund Augsburg
Selbstbeteiligung	20,00 €

Anmeldung bis spätestens **04.05.2025** über Gruppenleiter
Bei der **Wahl zur Unabhängigkeit von** Alkohol und sonstigen Drogen könnt Ihr jeden Tag aufs Neue das Kästchen „JA“ ankreuzen.

Die zu wählenden Organe des Kreuzbundes DV Augsburg e.V. stehen in der Spalte **Funktion**.

Die derzeitigen „Funktionäre“ sind in der Spalte **Aktuell** aufgelistet.

Die Kandidaten, die sich zur Wahl stellen, stehen unter **Kandidaten**.

Es ist wünschenswert, wenn für jede Funktion mehrere Kandidaten zur Auswahl stehen würden. Es dürfen sich auch „Praktikanten“ melden, die in eine funktion hineinschnuppern wollen.

Funktion	aktuell	Kandidaten
1. Vorstand	Torsten Neumann	
2. Vorstand	Renate Baumann-Micheler	Renate Baumann-Micheler
3. Vorstand und Finanzen	Luise Grajdek	
Geschäftsführung	Ernst Stöhr	
Stv. Geschäftsführung	Veronika Horst	Veronika Horst
Beisitzer Seminare	Reinhard Philipp	Reinhard Philipp
Beisitzer Öffentlichkeit Arche	-----	
Beisitzer Öffentlichkeit EDV	Manfred Kammerer	
Beisitzer Bildung	-----	
Familie als System	-----	
Jugend und Familie	-----	
Frauengesprächskreis	Claudia Gengel	Claudia Gengel
Männergesprächskreis	-----	
Seniorengesprächskreis	-----	
1. Kassenprüfer	Wolfgang Freiding	
2. Kassenprüfer	Rolf Arnold	
Zur Bundes-Delegierten-Versammlung		
1. Delegierte	Veronika Horst	
2. Delegierte	Susanne Hermann	
3. Delegierte	Christina Neumann	

VNR 25-06-28 Themenseminar 2 : Nein sagen können

Ein Nein fällt in der Regel viel schwerer, als ein Ja. Wer nicht nein sagen kann, der setzt sich häufig selbst unter Druck bzw. wird unter Druck gesetzt.

Der erste Schritt in Richtung Verhaltensänderung besteht stets darin, sich die Ursachen für das Nicht-Nein-Sagen-Können bewusst zu machen.

Frei nach Nicolas Chamfort (frz. Moralist, *1741- +1794):

„Die Fähigkeit, das Wort Nein auszusprechen,
ist der erste Schritt zur persönlichen Freiheit.“

Was nichts anders heißt, dass eine Portion gesunder Egoismus dafür sorgt, gesund zu bleiben.

In diesem Kontext wollen wir miteinander darüber reden, warum es oft schwer fällt nein zu sagen. Das Seminar soll Anregung und Hilfestellung sein, sich zu trauen, einen gesunden Egoismus zu leben.

Termin	27. - 29.06.2025
Tagungsort	Tagungshaus Reimlingen, Schloßstraße 2, 86756 Reimlingen, Tel. 09081 290710
Beginn	Freitag 18 Uhr mit dem Abendessen
Ende	Sonntag nach dem Mittagessen, ca 13:00 Uhr
Teilnehmer maximal	17 Personen
Teilnehmer minimal	12 Personen
Referentin	Klaus Bilgeri, Dipl.Soz.Päd.(FH)
Selbstbeteiligung	Kreuzbund-Mitglieder 100 Euro Gruppenbesucher 120 Euro
Anmeldung	bis spätestens 21.05.2025 über Gruppenleiter

VNR 25-09-20 Themenseminar 3 : Rückfall

Termin	19. – 21.09.2025
Tagungsort	Exerzitien- und Gästehaus St.Otilien, Erzabtei 3, 86941 St. Otilien, Tel. 08193 71600
Beginn	Freitag 18:30 Uhr mit dem Abendessen
Ende	Sonntag nach dem Mittagessen, ca 13:00 Uhr
Teilnehmer maximal	17 Personen
Teilnehmer minimal	12 Personen
Referenten	Fabian Schroer, Dipl. Sozialpädagoge
Selbstbeteiligung	Kreuzbund-Mitglieder 100 Euro Gruppenbesucher 120 Euro
Anmeldung	bis spätestens 18.07.2025 über Gruppenleiter

VNR 25-10-11 Frauenseminar : „Werde die Du bist. Wege in die Resonanz“

Dabei soll es um eine kurze Auseinandersetzung mit dem Begriff der Resonanz gehen, was sie ist und wozu sie für unsere heutige Welt unverzichtbar ist. Anhand einiger Übungen im Raum wie im Freien soll eigene Resonanz aktiviert, die persönliche Weiterentwicklung vorangebracht werden.

Bei guten Wetterverhältnissen können wir auch von mir angeleitet-Waldbaden gehen.

Bequeme und warme Kleidung sind wichtig. Ich freue mich richtig und danke für die Möglichkeit, mich in diesem Rahmen weiterentwickeln zu dürfen.

Termin	10. - 12.10.2025
Tagungsort	Exerzitienhaus St. Paulus, Krippackerstraße 6, 86391 Stadtbergen-Leitershofen, Tel 0821 907540
Beginn	Freitag 18 Uhr mit dem Abendessen
Ende	Sonntag nach dem Mittagessen, ca 13:00 Uhr
Teilnehmer maximal	15 Personen
Teilnehmer minimal	10 Personen
Referentin	Marta Budna-Lamla, M.Sc. Dipl. Sozialpädagogin (FH)
Selbstbeteiligung	Kreuzbund-Mitglieder 100 Euro Gruppenbesucher 120 Euro
Anmeldung	bis spätestens 05.09.2025 über Gruppenleiter

VNR 25-11-22 Besinnungstag

Dieser Tag wird traditionell von dem Geistlichen Beirat gestaltet und bezieht sich auf ein aktuelles Thema.

Termin	22.11.2025
Tagungsort	Exerzitienhaus St. Paulus, Krippackerstraße 6, 86391 Stadtbergen-Leitershofen, Tel 0821 907540
Beginn	Samstag Morgen um 8:30 Uhr mit kleinem Frühstück
Ende	Samstag nach dem Kaffee und Gottesdienst gegen 17:00 Uhr
Teilnehmer maximal	17 Personen
Teilnehmer minimal	10 Personen,
Referent	Diakon Markus Müller
Selbstbeteiligung	20 Euro für 1 Butterbreze, Stehcafe, Mittagessen mit 1 Freigetränk, Kaffee und Kuchen
Anmeldung	bis spätestens 25.10.2025 über Gruppenleiter

Veranstaltungen für Gruppenleiter, Stellvertreter und Vorstandschaft

Zu den GLAT (GruppenLeiterArbeitsTagung) – Veranstaltungen können auch delegierte Gruppenmitglieder teilnehmen, wenn Gruppenleiter und Stellvertreter verhindert sind.

01.02.2025	GLAT-Tag	25-02-01	Leitershofen
?	Gefahren im Internet		Lorenz Haser
04. - 06.07.2025	Vorstandswochenende	25-07-05	St. Ottilien
07. - 09.11.2025	GLAT-Wochenende	25-11-08	Leitershofen
	?		?

VNR 25-02-01 GLAT – Tag : Gefahren im Internet

Termin	01.02.2025
Tagungsort	Exerzitienhaus St. Paulus, Krippackerstraße 6, 86391 Stadtbergen-Leitershofen, Tel 0821 907540
Beginn	Samstag um 8:30 Uhr mit kleinem Frühstück
Ende	Samstag Nachmittag
Teilnehmer	Gruppenleiter, Stellvertreter oder delegierte Gruppenmitglieder
Referentin	Lorenz Haser
Selbstbeteiligung	20 Euro für Stehcafe und 1 Butterbreze am Morgen Mittagessen und 1 Freigetränk, Nachmittagskaffee mit Kuchen
Anmeldung	bis spätestens 04.01.2025

VNR 25-07-05 Vorstands - Wochenende

Termin	04. - 06.07.2025
Tagungsort	Exerzitien- und Gästehaus St.Ottilien, Erzabtei 3, 86941 St. Ottilien, Tel. 08193 71600
Beginn	Freitag 18:30 Uhr mit dem Abendessen
Ende	Sonntag nach dem Mittagessen, ca 13:00 Uhr
Teilnehmer	Vorstand des DV Kreuzbund Augsburg
Anmeldung	bis spätestens 02.05.2025

VNR 25-11-08 GLAT – Wochenende :

Thema :

Termin	07. - 09.11.2025
Tagungsort	Exerzitienhaus St. Paulus, Krippackerstraße 6, 86391 Stadtbergen-Leitershofen, Tel 0821 907540
Beginn	Freitag 18 Uhr mit dem Abendessen
Ende	Sonntag nach dem Mittagessen, ca 13:00 Uhr
Teilnehmer	Gruppenleiter, Stellvertreter oder delegierte Gruppenmitglieder
Referentin	??
Selbstbeteiligung	100 Euro
Anmeldung	bis spätestens 03.10.2025

Gesprächskreise 2025

Neben den Seminaren, die von professionellen Referentinnen und Referenten geleitet werden, gibt es auch noch Gesprächskreise, in denen sich nur Frauen oder nur Männer treffen, um sich über die verschiedensten Themen auszutauschen und zu diskutieren. In den Gesprächskreisen kann so über Anliegen gesprochen werden, die in eine gemischte Gruppe nicht hineinpassen oder zu geschlechtsspezifisch sind.

Das „Wann – Wo – Warum – Wie – Was “ managen, organisieren und moderieren

Für die **Frauen** : Claudia Gengel

Für die **Männer** : fehlt uns noch der Macher !

Wer möchte sich anbieten, den Gesprächskreis **Abstinente älter werden** zu organisieren ?

Frauengesprächskreis

Informationen bei: Claudia Gengel
Jettingen-Scheppach
kbfrauenkreis@kreuzbund-augsburg.de
Mobil 0152 58482516

Termine:

15.03.2025	86343 Königsbrunn, Ulrichsplatz 2
17.05.2025	89250 Senden /Wullenstetten, Zedernstrasse 10 / Feuerwehrhaus
18.10.2025	86633 Neuburg a. d. Do, OT Bittenbrunn, Gemeindehaus, Mohnheimerstrasse 113

Männergesprächskreis

Informationen bei: Organisator gesucht !
kbmaennerkreis@kreuzbund-augsburg.de

Gesprächskreis Abstinente älter werden

früher Gesprächskreis 55+

Informationen bei: Organisator oder Organisatorin gesucht !

Der Frauengesprächskreis 2025

Liebe Frauen des Kreuzbundes,damit meine ich natürlich betroffene Frauen und auch angehörige Frauen!

Ich hatte bisher nicht die Möglichkeit, mit einem Kreis von Selbsthilfegruppen konkrete Termine für das Jahr 2025 festzulegen.

Dennoch vertraue ich drauf, dass wir was „Schönes“ zustande bekommen und werde deshalb meine Vorschläge hier unterbreiten.

Selbstverständlich möchte ich dazu im Vorfeld mit den genannten Gruppen sprechen und werde dies bei nächster Gelegenheit tun. Deshalb bitte ich Euch, die vorgeschlagenen Termine als unverbindlich anzusehen.

15.03.2025

Treffen der Gruppen Augsburg / Königsbrunn / Stadbergen und Jettingen

Von 09:30 -13:30 im Haus der KB – Gruppe Königsbrunn, bei Caritas Königsbrunn, Ulrichsplatz 2

17.05.2025

Treffen der Gruppen Senden, Weissenhorn, Neu Ulm

Von 09:30 – 13:30 im Haus der KB- Gruppe Senden 2, in Senden /Wullenstetten, Zedernstrasse 10 / Feuerwehrhaus

18.10.2025

Treffen der Gruppen Neuburg an der Donau, Wemding, Donauwörth

Von 09:30 – 13:30 im Haus der KB- Gruppe Neuburg Phoenix, in Neuburg a. d. Do, OT Bittenbrunn, Gemeindehaus, Mohnheimerstrasse 113

Wir hören voneinander und ich freue mich darauf, gemeinsam etwas auf die Beine zu stellen.

Keine Sorge; Langeweile wird es nicht geben, denn ich habe meine kreativen Utensilien dabei.

Eure Beauftragte des Frauenkreises Claudia Gengel

Übersicht der IGAF Freizeitangebote 2025

16.02.2025	Wanderung um die „Allgäuer Riviera“, dem Hopfensee mit Georg
06.04.2025	Deutsches Hutmuseum Lindenberg mit Georg
25.05.2025	Wanderung: Blick aufs Donautal mit Gisela und Simon
19.–26.07.2025	Wanderwoche Südtirol mit Georg
21.09.2025	Wanderung zum Dengelstein mit Georg
26.10.2025	Wanderung auf dem Brettlesweg mit Georg

Termine Minigolfturnier und Kegeln werden zeitgerecht vom Veranstalter bekanntgegeben.

16.02.2025 Wanderung: um die „Allgäuer Riviera“, dem Hopfensee



Interessen Gemeinschaft Alkoholfreie Freizeit Kreuzbund e.V.
Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft
für Suchtkranke und deren Angehörige



Wanderung am 16.02.2025 um die „Allgäuer Riviera“ dem Hopfensee

Treffpunkt: 10:00 Uhr beim Wiesbauer, Riederwies 112

Anfahrt: A7 bis Füssen, dann rechts Richtung Pfronten,
nach ca. 500 M rechts Hopferau/Seeg,
von da ab der Beschilderung Wiesbauer folgen.

Navi- Zieleingabe: Riederwies 112, 87659 Hopferau

Hier beginnt unsere Wanderung um den See. Unterwegs Rucksackvesper oder Einkehr
in der Fischerhütte in Hopfen.

Dann geht's weiter zum Wiesbauer, wo wir den Tag gemütlich bei Kaffee und Kuchen
ausklingen lassen.

Anmeldeschluss: 07.02.2025

Georg Einsiedler Tel. 08331-497933

Auf gutes Wetter und eine rege Beteiligung freut sich

Euer Wegbegleiter Georg

06.04.2025

Deutsches Hutmuseum Lindenberg



Interessen Gemeinschaft Alkoholfreie Freizeit Kreuzbund e.V.
Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft
für Suchtkranke und deren Angehörige



Deutsches Hutmuseum Lindenberg

Hut ab – 300 Jahre Hutgeschichte(n)

Im Dezember 2014 hat das Deutsche Hutmuseum eröffnet. In der neu konzipierten und modern gestalteten Dauerausstellung gibt es Hutgeschichte(n) zum Aufsetzen und Anfassen! Bereits im Eröffnungsjahr hat das Deutsche Hutmuseum den Bayerischen Museumspreis gewonnen.

Lebendig

Spazieren Sie durch 300 Jahre Hutmode und entdecken Sie Vertrautes, Interessantes und Kurioses rund um das Thema Kopfbedeckungen.

Authentisch

Im Mittelpunkt unserer Erzählungen stehen die Menschen: fleißige Heimarbeiterin, mutige Huthändler und mächtige Fabrikanten. Über vier Millionen Strohhüte produzierten die Frauen und Männer hier um 1900. Die ganze Welt trug Hüte aus Lindenberg.

Nach dem Museumsbesuch können wir noch im Cafe Zandler oder Hotel Waldsee den Tag ausklingen lassen.

Treffpunkt: 10:00 Uhr

Anfahrt: A96 bis Ausfahrt 6 Wangen-Nord weiter auf L320 und B32 bis Lindenberg im Allgäu

Navi- Zieleingabe: Museumsplatz 1, 88161 Lindenberg

Anmeldeschluss: 30.03.25

Georg Einsiedler Tel. 08331-497933

Auf gutes Wetter und eine rege Beteiligung freut sich

Euer Wegbegleiter Georg

25.05.2025

Wanderung: Blick aufs Donautal



Interessen Gemeinschaft Alkoholfreie Freizeit Kreuzbund e.V.
Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft
für Suchtkranke und deren Angehörige



Wanderung: Blick aufs Donautal

Treffpunkt: Wanderparkplatz an der Erminger Turritellenplatte

89081 Ulm-Ermingen
Arneggerstrasse
48.3848258 9.8889234

Sonntag, 25.05.2025
Uhrzeit: 9:30 Uhr

Anfahrt:

- Aus Richtung Memmingen, A7 → Kreuz Hittitstetten auf B28 Richtung Ulm.
Von Neu-Ulm auf B30 bis Ausfahrt Donautal.
- Aus Richtung Augsburg auf A8 bis Ulm – Elchingen – auf A7 bis Ausfahrt Nersingen,
auf B10 bis Neu-Ulm – Richtung Biberach auf B30 bis Ausfahrt Donautal.
- Ab Donautal über Kurt-Schumacher-Ring bis Ausfahrt
Harthausen → Harthausen- Ermingen.
In Ermingen erste Strasse rechts (Arneggerstrasse) dann bis Parkplatz.

Beschreibung:

Unsere Wanderung ist geeignet von 0-99 Jahren.

Die knappen 7 km schaffen wir gemütlich in 3 Stunden. Natürlich stärken wir uns noch zwischendurch in der Gaststätte in Butzenthal mit einem wunderschönen Biergarten, sollte der Wettergott mitspielen, bei einer „ordentlichen Mahlzeit“ oder auch bloß bei Kaffee und Kuchen, bevor wir unser Endziel/Parkplatz wieder erreichen.

Die Wanderung führt uns über geteerte Wege und immer wieder durch kleine Waldabschnitte, und da wir ja ganz brav waren und das Wetter mitspielt

- haben wir einen Ausblick über das Donautal bis hin zu den Alpen – lasst euch überraschen!

Späteste Anmeldung bis 01.05.2025

bei Gisela 07309 / 9290319 oder 0176 97414737
oder
bei Simon 0151 73011170

19.– 26.07.2025

Wanderwoche Südtirol



Interessen Gemeinschaft Alkoholfreie Freizeit Kreuzbund e.V.
Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft
für Suchtkranke und deren Angehörige



Einladung zur

Wanderfreizeit in Morter / Südtirol

vom 19.07. – 26.07.2025

Dieses Jahr ist wieder die Möglichkeit gegeben, an einer Wanderfreizeit der IGAF in Morter im Vinschgau teilzunehmen.
Wir sind im Hotel bei MARTIN's im Doppelzimmer mit Dusche, WC und TV sehr gut untergebracht (www.beimartin.it).

Der Preis für die Übernachtung mit Halbpension (Frühstücksbuffet, Abendessen in Form eines 5-Gänge-Menues) und die Vinschgau-Card beträgt

pro Person 610 €/Woche

Die Touren haben eine Gehzeit von 4 bis 5 Stunden. Wer nicht so viel wandern will, kann auch zum Bummeln mit der Vinschgaubahn nach Meran fahren, oder sich in der Gegend von Morter bewegen.

Anmeldeschluss ist am 31.01.2025

P.S.: Bitte 100,00 € vorab als Anzahlung überweisen.

Weitere Informationen gibt Euch: Georg Einsiedler Telefon: 08331-497933

Anmeldung zur „Wanderfreizeit“ vom 19.07 – 26.07.2025

Mit Teilnehmern

Kreuzbundgruppe:

Name:

Datum:

An:

Georg Einsiedler

Memminger Straße 8

87789 Woringen



Wanderfreizeit in Morter im Vinschgau vom 19.07. – 26.07.2025

Liebe Wanderfreunde des Kreuzbundes,

hiermit möchte ich Euch noch die notwendigen Informationen für die Freizeit schicken und hoffe, dass ihr Euch schon darauf freut.

1. Fahrt und Treffpunkt am 19.07.2025

Über Füssen und Reutte zum Fernpass.

Vor dem Ortseingang von Nassereith ist auf der rechten Seite eine OMV - Tankstelle und der Rasthof „Rastland Nassereith“.

Dort treffen wir uns um **10.00 Uhr**. Dann geht es gemeinsam weiter zu unserem (Eis-) Café am Reschen.

Anschließend beginnt der Endspurt in unser geliebtes „**Hotel bei Martin's**“ in Morter, wo wir wieder gemeinsam eine schöne Woche verbringen werden.

2. Freizeitverlauf

In der Zeit vom 19.07. – 26.07.2025 werden wir viel wandern und ich denke, dass für jeden etwas dabei sein wird. Genauer werde ich vor Ort erläutern. Ich bitte auch zu beachten, dass wir nur Halbpension gebucht haben, d.h. für das Mittagessen muss jeder selber Sorge tragen. Vor Fahrten bzw. Wanderungen gibt es immer Einkaufsmöglichkeiten.

Ausweis, evtl. Impfbescheinigung und Bescheinigung von der Krankenkasse nicht vergessen.

3. Kleidung

Auch wenn Ihr es schon wisst, möchte ich trotzdem darauf hinweisen, dass ihr entsprechende Wanderbekleidung für das Gebirge mitbringt (feste Schuhe, wetterfeste Kleidung). Wir befinden uns im Hochgebirge, wo es schnell zu einem Wetterumsturz kommen kann. Personen ohne ausreichende Kleidung (vor allem Schuhe) müssen ggf. von der Wanderung ausgeschlossen werden.

Eine Haftung kann in keinem Fall übernommen werden!

4. Sonstiges

Im Speise- und Aufenthaltsraum ist das Rauchen nicht erlaubt, dafür ist der Balkon groß genug und regengeschützt. Der Preis pro Woche beträgt **610 €**. Bitte Schwimmbekleidung mitbringen, je nach Wetter werden wir auch zum Baden gehen.

5. Freizeitleitung

Georg Einsiedler
Memmingerstraße 8
87789 Woringen
Tel.: 08331-497933

6. Pensionsanschrift

Hotel bei MARTIN's
Hofergasse 14
I-39020 Morter
Tel.: 0039/0473-742049

So, nun wünsche ich euch allen viel Vorfriede und freue mich darauf, euch in Morter begrüßen zu dürfen.

Euer Weggefährte

Georg

21.09.2025

Wanderung zum Dengelstein



Interessen Gemeinschaft Alkoholfreie Freizeit Kreuzbund e.V.
Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft
für Suchtkranke und deren Angehörige



Wanderung zum Dengelstein

Der Dengelstein ist ein imposanter Findling, der sich im Kemptener Wald befindet. Dieser außergewöhnliche Steinblock ist der größte seiner Art in der Region und zählt zu den bedeutendsten geologischen Sehenswürdigkeiten der Umgebung. Mit einer Höhe von 8,5 Metern und einem Umfang von 60 Metern überragt der Dengelstein alle anderen Findlinge im Kemptener Wald.

Die Strecke ist ca. 10 km lang und eine Gehzeit von 2,5-3 Stunden.

Für Unterwegs bitte eine kleine Brotzeit und Trinken mitnehmen.

Zum Mittagessen gehen wir ins Waldgasthaus zum Tobias.

Anfahrt: Über A7 Richtung Füssen-Betzigau (Ausfahrt 135) nach ca. 700 m rechts Richtung Haßberg nach ca. 800 m links ca. 2,7 km bis um Parkplatz auf der rechten Seite vor dem Wirtshaus.

Navi- Zieleingabe: Rothen 129 ½, 87471 Durach

Treffpunkt: 9:30 Uhr Parkplatz auf der rechten Seite vor dem Wirtshaus.

Anmeldeschluss: 14.09.2025

Georg Einsiedler 08331-497933

Auf gutes Wetter und eine rege Beteiligung freut sich

Euer Wegbegleiter Georg

26.10.2025

Wanderung auf dem Brettlesweg



Interessen Gemeinschaft Alkoholfreie Freizeit Kreuzbund e.V.
Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft
für Suchtkranke und deren Angehörige



Wanderung Brettlesweg (Steingaden-Wieskirche)

Der reizvolle Rundweg zwischen Steingaden und der Wieskirche verspricht eine spannende Verbindung zwischen Natur und Kultur. Allen voran der Brettlesweg durch das idyllische Wiesfilz, ist ein einzigartiges Naturerlebnis.

Die Strecke ist ca. 10 km lang und eine Gehzeit von 2,5-3 Stunden.

Für Unterwegs bitte eine kleine Brotzeit und Trinken mitnehmen.

Zum Mittagessen gehen wir in den Gasthof Moser.

Anfahrt: Über A7 Richtung Füssen-**Nesselwang**-Seeg-Roßhaupten-Lechbruck-Steingaden
oder B17 Landsberg-Schongau-Steingaden
Navi- Zieleingabe: Marktplatz 3, 86989 Steingaden

Treffpunkt: 9:30 Uhr Parkplatz am Marktplatz

Anmeldeschluss: 13.10.2025 Georg Einsiedler Tel. 08331-497933

Auf gutes Wetter und eine rege Beteiligung freut sich

Euer Wegbegleiter Georg

Anhang

Kalender : Kreuzbund – Angebote

Kalender**pedia**
Informationen zum Kalender

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
1 Mi Neujahr	1 Sa GLAT	1 Sa	1 Di	1 Do Tag der Arbeit	1 So MV	1 Di	1 Fr	1 Mo 36	1 Mi	1 Sa Allerheiligen	1 Mo 49
2 Do	2 So	2 So	2 Mi	2 Fr	2 Mo	2 Mi	2 Sa	2 Di	2 Do	2 So	2 Di
3 Fr	3 Mo	3 Mo Rosenmontag	3 Do	3 Sa	3 Di	3 Do	3 So	3 Mi	3 Fr Tag der Dts. Einheit	3 Mo 45	3 Mi
4 Sa	4 Di	4 Di	4 Fr	4 So	4 Mi	4 Fr	4 Mo	4 Do	4 Sa	4 Di	4 Do
5 So	5 Mi	5 Mi	5 Sa	5 Mo	5 Do	5 Sa VSW	5 Di	5 Fr	5 So	5 Mi	5 Fr
6 Mo Hl. Drei Könige	6 Do	6 Do	6 So	6 Di	6 Fr	6 So	6 Mi	6 Sa	6 Mo 41	6 Do	6 Sa
7 Di	7 Fr	7 Fr	7 Mo	7 Mi	7 Sa	7 Mo	7 Do	7 So	7 Di	7 Fr	7 So
8 Mi	8 Sa	8 Sa	8 Di	8 Do	8 So Pfingsten	8 Di	8 Fr	8 Mo 37	8 Mi	8 Sa GLAT	8 Mo 50
9 Do	9 So	9 So	9 Mi	9 Fr	9 Mo Pfingstmontag	9 Mi	9 Sa	9 Di	9 Do	9 So	9 Di
10 Fr	10 Mo	10 Mo	10 Do	10 Sa	10 Di	10 Do	10 So	10 Mi	10 Fr	10 Mo 46	10 Mi
11 Sa	11 Di	11 Di	11 Fr	11 So Muttertag	11 Mi	11 Fr	11 Mo	11 Do	11 Sa FS	11 Di	11 Do
12 So	12 Mi	12 Mi	12 Sa	12 Mo	12 Do	12 Sa	12 Di	12 Fr	12 So	12 Mi	12 Fr
13 Mo	13 Do	13 Do	13 So	13 Di	13 Fr	13 So	13 Mi	13 Sa	13 Mo 43	13 Do	13 Sa
14 Di	14 Fr	14 Fr	14 Mo	14 Mi	14 Sa	14 Mo	14 Do	14 So	14 Di	14 Fr	14 So
15 Mi	15 Sa	15 Sa F1	15 Di	15 Do	15 So	15 Di	15 Fr Maria Himmelfahrt	15 Mo 38	15 Mi	15 Sa	15 Mo 51
16 Do	16 So	16 So	16 Mi	16 Fr MS	16 Mo	16 Mi	16 Sa	16 Di	16 Do	16 So	16 Di
17 Fr	17 Mo	17 Mo	17 Do	17 Sa F2	17 Di	17 Do	17 So	17 Mi	17 Fr	17 Mo 47	17 Mi
18 Sa	18 Di	18 Di	18 Fr Karfreitag	18 So	18 Mi	18 Fr	18 Mo	18 Do	18 Sa F3	18 Di	18 Do
19 So	19 Mi	19 Mi	19 Sa	19 Mo	19 Do Erntedankfest	19 Sa	19 Di	19 Fr	19 So	19 Mi	19 Fr
20 Mo	20 Do	20 Do	20 So	20 Di	20 Fr	20 So	20 Mi	20 Sa TH 3	20 Mo 43	20 Do	20 Sa
21 Di	21 Fr	21 Fr	21 Mo Ostermontag	21 Mi	21 Sa	21 Mo	21 Do	21 So	21 Di	21 Fr	21 So
22 Mi	22 Sa TH 1	22 Sa	22 Di	22 Do	22 So	22 Di	22 Fr	22 Mo 39	22 Mi	22 Sa BT	22 Mo 52
23 Do	23 So	23 So	23 Mi	23 Fr	23 Mo	23 Mi	23 Sa	23 Di	23 Do	23 So	23 Di
24 Fr	24 Mo	24 Mo	24 Do	24 Sa	24 Di	24 Do	24 So	24 Mi	24 Fr	24 Mo 48	24 Mi Heiligabend
25 Sa	25 Di	25 Di	25 Fr	25 So	25 Mi	25 Fr	25 Mo	25 Do	25 Sa	25 Di	25 Do 1. Weihnachtstag
26 So	26 Mi	26 Mi	26 Sa Pilg	26 Mo	26 Do	26 Sa	26 Di	26 Fr	26 So	26 Mi	26 Fr 2. Weihnachtstag
27 Mo	27 Do	27 Do	27 So	27 Di	27 Fr	27 So	27 Mi	27 Sa	27 Mo 44	27 Do	27 Sa
28 Di	28 Fr	28 Fr	28 Mo	28 Mi	28 So TH 2	28 Mo	28 Do	28 So	28 Di	28 Fr	28 So
29 Mi		29 Sa	29 Di	29 Do Christi Himmelfahrt	29 So	29 Di	29 Fr	29 Mo 49	29 Mi	29 Sa	29 Mo 1
30 Do		30 So Beginn der Sommerzeit	30 Mi	30 Fr	30 Mo	30 Mi	30 Sa	30 Di	30 Do	30 So 1. Advent	30 Di
31 Fr		31 Mo	31 Do	31 Sa	31 Mi	31 Do	31 So	31 Fr	31 Di Reformationstag	31 Mi Silvester	

In diesem Kalender sind die bayerischen Schulferien gelb markiert.
Unsere gesamten Kreuzbund – Angebote sind andersfarbig hervorgehoben.

In dieser Art sind die einzelnen Angebotsgruppen dargestellt.

1	Sa	GLAT	GLAT und Vorstand, hier GLAT
2	So		
3	Mo	6	
4	Di		
5	Mi		
6	Do		
7	Fr		
8	Sa	F1	Gesprächskreis, hier F1 = Frauen 1
9	So		
10	Mo	7	
11	Di		
12	Mi		
13	Do		
14	Fr		
15	Sa		
16	So		IGAF – Angebote
17	Mo	8	
18	Di		
19	Mi		
20	Do		
21	Fr		
22	Sa	TH 1	Seminar-Termin, hier Themenseminar 1
23	So		
24	Mo	9	
25	Di		
26	Mi		
27	Do		
28	Fr		

Übersicht der Anmeldetermine

Anmelde-Termin	VNR	Titel
?	25-09-07	Jubiläum – 40 Jahre Kreuzbund
20.12.2024	25-02-22	Themenseminar 1 : Wohlfühlen
04.01.2025	25-02-01	GLAT – Tag
31.01.2025	-----	IGAF - Wanderfreizeit in Morter / Südtirol
07.02.2025	-----	IGAF – Wanderung um die „Allgäuer Riviera“, dem Hopfensee
21.02.2025	25-05-17	Männerseminar : Resilienz
07.03.2025	25-04-27	Pilgerseminar: Den eigenen Kraftquellen nachspüren
30.03.2025	-----	IGAF – Deutsches Hutmuseum Lindenberg
01.05.2025	-----	IGAF - Wanderung: Blick aufs Donautal
02.05.2025	25-07-05	Vorstands - Wochenende
04.05.2025	25-06-01	Mitgliederversammlung
21.05.2025	25-06-28	Themenseminar 2
18.07.2025	25-09-20	Themenseminar 3 : Rückfall
05.09.2025	25-10-11	Frauenseminar
14.09.2025	-----	IGAF – Wanderung zum Dengelstein
25.10.2025	25-11-22	Besinnungstag
03.10.2025	25-11-08	GLAT – Wochenende
13.10.2025	-----	IGAF – Wanderung auf dem Brettlesweg
25.10.2025	25-11-22	Besinnungstag

Versions – Historie von „Programm 2025“

03.11.2024	v1.0	- Programm 2025 erstellt / einzelne Punkte stehen noch nicht fest
07.11.2024	v1.1	- Fehlerbehebung / Wahl und Kandidaten / IGAF /
10.12.2024	v1.2	- Ergänzungen – Pilgerseminar, IGAF, Kalender
25.01.2025	v1.3	- IGAF Datumsänderung und Preis Vinschgau // Beschreibung Frauenseminar, Themenseminar 2 und GLAT-Tag

