



## 02 Leben zwischen festhalten wollen und loslassen sollen

Menschen neigen dazu, an Dingen festzuhalten. Loslassen bedeutet nicht Verlust, sondern schafft Raum für Neues

Dr. Josef Heine (Referent)

**Sa** öffentlicher Vortrag der Hochgrat-Klinik in Kooperation mit der KEB Landkreis Lindau.

Anmeldung an der Rezeption erforderlich. Dort kann auch eine Essensmarke für den anschließenden Mittagstisch erworben werden. Die Unkosten für die Essensmarke betragen 8

Sa 02.05.2026 um 10:15 Uhr Hochgrat Klinik Stiefenhofen

Vortragsraum, Wolfsried, 108, 88167 Stiefenhofen

## 05 Meditativer Tanz

Erlernen von gesundheitsfördernden Bewegungen und Training für Gedächtnis und Körperwahrnehmung

Ingrid Geser (Referentin)

**Di** Keine Vorkenntnisse notwendig

Bequeme Kleidung und leichte Schuhe

Anmeldung bei Ingrid Geser unter Tel. (08385) 1414 oder bei Zita Resch, Tel. (08384) 823545

Di 05.05.2026 um 19:00 Uhr Pfarrei St. Martin - Röthenbach

Pfarrheim, Kirchweg, 5, 88167 Röthenbach

### Vortragsreihe 'Paulus' - Paulus und die Korinther

Informationen zur Zeitgeschichte der Entstehung der Briefe anhand ausgewählter Texte und was sie uns sagen möchten.

Markus Weiland (Referent)

05.05.26 'Paulus und die Korinther'

Di 05.05.2026 um 20:00 Uhr Pfarrei St. Markus - Weißensberg

Pfarrheim, Kirchstr., 17, 88138 Weißensberg

## 07 F. Mendelssohn-Bartholdy. Der 42. Psalm, op.42

Musikvermittlung 2026. Klassik hören, verstehen und erleben

Norbert Huber (Referent)

**Do** Veranstaltungsreihe Musikvermittlung 2026. Probe Projektchor

Do 07.05.2026 um 19:00 Uhr KEB Landkreis Lindau e.V.

Münster Lindau, Stiftsplatz, 1, 88131 Lindau

### Marien- und Rochuskapelle

Sinn und Bedeutung der Kapelle in Schweinebach

Irmgard Müller (Leitung)

Do 07.05.2026 um 19:00 Uhr Pfarrei St. Gallus - Gestratz

Pfarrheim, An der Reuthe, 3, 88167 Gestratz

## 09 Weiterleben mit traumatischen Verlust - ja, es geht!

Wie aus Stockstarre eines Traumas wieder eine neue Lebensperspektive entstehen kann.

Andrea Heinz (Referentin)

**Sa** öffentlicher Vortrag der Hochgrat-Klinik in Kooperation mit der KEB Landkreis Lindau.

Anmeldung an der Rezeption erforderlich. Dort kann auch eine Essensmarke für den anschließenden Mittagstisch erworben werden. Die Unkosten für die Essensmarke betragen 8

Sa 09.05.2026 um 10:15 Uhr Hochgrat Klinik Stiefenhofen

Vortragsraum, Wolfsried, 108, 88167 Stiefenhofen

# 11

## Lebensfreude trotzdem

Frauenfrühstück



 Schwester Bernadett-Maria Schenk (Referentin)


Mo

 Termin Montag, 11.05.26 oder Dienstag, 12.05.2026

Nur mit Voranmeldung unter Telefon (08384) 1737

Treffpunkt 8 Uhr vor der Argenhalle in Gestratz

 Mo 11.05.2026 um 8:00 Uhr  Pfarrei St. Gallus - Gestratz

 Haus der Familie, Schönstatt auf'm Berg, 68, 87448 Waltenhofen


# 12

## Der Mai ist gekommen


Maiandacht in einer Kapelle mit Führung und Erklärung

 Maria Begaß (Leitung)

Di

 Die Kapelle wird noch bekannt gegeben

 Di 12.05.2026 um 14:45 Uhr  Pfarrei St. Johannes der Täufer - Bodolz



 Pfarrheim, Kirchstr., 53, 88131 Lindau-Bodolz


## F. Mendelssohn-Bartholdy. Der 42. Psalm, op.42

Musikvermittlung 2026. Klassik hören, verstehen und erleben

 Norbert Huber (Referent)


 Veranstaltungsreihe Musikvermittlung 2026. Probe Projektchor

 Di 12.05.2026 um 18:30 Uhr  KEB Landkreis Lindau e.V.


 Pfarrzentrum St. Josef, Kemptenerstraße, 22, 88131 Lindau

## Verlorenes Gewerbe und verlorene Industrie in Lindau-Reutin

Wissenswertes über den Stadtteil Lindau-Reutin erfahren

 Iris Möller (Referentin)

 Di 12.05.2026 um 19:30 Uhr  Historischer Verein Lindau (B) e.V.

 Veranstaltungskeller Cavazzen, Marktplatz, 6, 88131 Lindau


# 13

## 'Frühling lässt sein blaues Band ...'


Thema Frühling: Gedichte, Lieder, Natur, Nahrung, Wetter

 Hermann Mayr (Leitung)

Mi


 Auftritt der jungen Trachtlergruppe

 Mi 13.05.2026 um 14:00 Uhr  Pfarrei St. Margareta - Heimenkirch


 Pfarrheim, Kolpingstr., 8, 88178 Heimenkirch

## Musikalische Maiandacht

Texte, Musik und Dialog zum Monat Mai

 Rita Schwarz Ingrid Höpfl und Gisela Fütterer (Leitung)

 Mi 13.05.2026 um 14:30 Uhr  Pfarrei St. Christophorus - Nonnenhorn



 Pfarrsaal, Seehalde, 12, 88149 Nonnenhorn


## F. Mendelssohn-Bartholdy. Der 42. Psalm, op.42

Musikvermittlung 2026. Klassik hören, verstehen und erleben

 Norbert Huber (Referent)


 Veranstaltungsreihe Musikvermittlung 2026. Probe Projektchor


 Mi 13.05.2026 um 18:30 Uhr  KEB Landkreis Lindau e.V.



 Münster Lindau, Stiftsplatz, 1, 88131 Lindau


## Frauen-Yoga

Fit in Körper, Geist und Seele, Beweglichkeit erhalten

 Bernadette (Referentin)

 Für Frauen aller Altersgruppen, keine Vorkenntnisse erforderlich  
Benötigt wird bequeme Kleidung, Socken, Decke, Yoga-Matte


 Mi 13.05.2026 um 19:30 Uhr  Pfarrei St. Gallus - Sigmarszell

 Haus Sigmar, Zeller Str., 18, 88138 Sigmarszell, barrierefrei

# 15


## F. Mendelssohn-Bartholdy. Der 42. Psalm, op.42

Musikvermittlung 2026. Klassik hören, verstehen und erleben

 Norbert Huber (Referent)

Fr


 Veranstaltungsreihe Musikvermittlung 2026. Probe Projektchor


 Fr 15.05.2026 um 15:00 Uhr  KEB Landkreis Lindau e.V.



 Münster Lindau, Stiftsplatz, 1, 88131 Lindau


### grenzenlos

ist Frieden grenzenlos möglich

 Berit Mohr (Leitung)

-  Was bedeuten grenzloser Frieden für die jungen Erwachsenen. Vorstellung derer kreativen Auseinandersetzung an Hand von Texten und Bildern von Schülerinnen und Schüler aus verschiedenen 8. Klassen.

 Fr 15.05.2026 um 17:00 Uhr  friedens räume

 friedens räume, Lindenhofweg, 25, 88131 Lindau



## F. Mendelssohn-Bartholdy. Der 42. Psalm, op. 42

Vorstellung der Konzertart, der Tonsprache und die verschiedenen Instrumente

 Norbert Huber (Referent)

 **Konzert mit Dialogvortrag**, freier Eintritt (auf Spendenbasis)

Gemeinschaftsprojekt mit verschiedenen Chören und Kooperation mit KEB Landkreis Lindau, den Pfarreien in Lindau und Rotary Club Lindau-Westallgäu

 Fr 15.05.2026 um 18:00 Uhr  KEB Landkreis Lindau e.V.

 Münster Lindau, Stiftsplatz, 1, 88131 Lindau


# 16

## Spaziergang mit Köpfchen

Ganzheitliches Gedächtnistraining für Generation 50 Plus

 zert.Gedächtnistrainerin BVGT Erika Keil (Referentin)

Sa

 Dauer zirka 1,5 bis 2 Stunden, Gehstrecke max. 2 Kilometer in ruhigem Schrittempo.

Veranstaltung findet nur bei trockenem Wetter statt!


Leitung, Information und Anmeldung bei Erika Keil, zert. Gedächtnistrainerin BVGT, Tel. (08381) 81389

 Sa 16.05.2026 um 10:00 Uhr  KEB Landkreis Lindau e.V.

 Stadtbücherei, Brennterwinkel, 4, 88161 Lindenberg



## Gesunde Spiritualität auf meinem Genesungsweg


Die Bedeutung und Wirksamkeit der Spiritualität werden thematisiert

 Carsten Scheele (Referent)

 öffentlicher Vortrag der Hochgrat-Klinik in Kooperation mit der KEB Landkreis Lindau.


Anmeldung an der Rezeption erforderlich. Dort kann auch eine Essensmarke für den anschließenden Mittagstisch erworben werden. Die Unkosten für die Essensmarke betragen 8


 Sa 16.05.2026 um 10:15 Uhr  Hochgrat Klinik Stiefenhofen

 Vortragsraum, Wolfsried, 108, 88167 Stiefenhofen

## Spaziergang mit Köpfchen

Ganzheitliches Gedächtnistraining für Generation 50 Plus

 zert.Gedächtnistrainerin BVGT Erika Keil (Referentin)

 Dauer zirka 1,5 bis 2 Stunden, Gehstrecke max. 2 Kilometer in ruhigem Schrittempo.

Veranstaltung findet nur bei trockenem Wetter statt!

Leitung, Information und Anmeldung bei Erika Keil, zert. Gedächtnistrainerin BVGT, Tel. (08381) 81389

 Sa 16.05.2026 um 16:00 Uhr  KEB Landkreis Lindau e.V.

 Brunnen bei der Tourist-Info, Rathausplatz, 8, 88175 Scheidegg

# 18

## Seniorenachmittag

 Hertha Kolb und Alfonsa Vögel (Leitung)

 Mo 18.05.2026 um 14:00 Uhr  Pfarrei St. Peter und Paul - Ellhofen

Mo

 Gasthaus Adler, Neideggstr., 1, 88171 Ellhofen

# 19

## Frag doch mal die Jugend

Jugendliche geben Tipps zum Umgang mit dem Handy und beantworten Fragen

 Helene Dirheimer (Leitung)

Di

 Di 19.05.2026 um 14:30 Uhr  Pfarrei St. Ambrosius - Hergensweiler

 Pfarrheim, Dorfstr., 24, 88138 Hergensweiler

# 20

## Josefs Café - Ausflug ins Lindauer Hinterland

Kennenlernen der religiösen Tradition der Maiandacht sowie die regionale Geschichte von Kapelle und Hofgut

 Michaela Boss und Hannelore Vogler (Leitung)

Mi

 Anmeldung bis 11.05.2026 im Pfarrbüro St. Josef, Tel. (08382) 9647-0)

Treffpunkt: 13.30 Uhr am Parkplatz vor dem Pfarrhaus (Fahrgemeinschaften)

Maiandacht in der Sebastianskapelle in Betznau und anschl. Kaffee und Kuchen (15 €) im Hofgut Schleinsee

 Mi 20.05.2026 um 13:30 Uhr  Pfarrei St. Josef - Lindau-Reutin

 Hofgut Schleinsee, Schleinsee, 3, 88079 Kressbronn


# 23

## Die Fünf Säulen der Resilienz

Erklärung und Trainingsvorschläge der 5 wichtigen Fundamente der Resilienz


 Albert Huchler (Referent)

Sa

 öffentlicher Vortrag der Hochgrat-Klinik in Kooperation mit der KEB Landkreis Lindau.

Anmeldung an der Rezeption erforderlich. Dort kann auch eine Essensmarke für den anschließenden Mittagstisch erworben werden. Die Unkosten für die Essensmarke betragen 8

 Sa 23.05.2026 um 10:15 Uhr  Hochgrat Klinik Stiefenhofen

 Vortragsraum, Wolfsried, 108, 88167 Stiefenhofen


# 27

## Frauen-Yoga



Fit in Körper, Geist und Seele, Beweglichkeit erhalten


 Bernadette (Referentin)

Mi

 Für Frauen aller Altersgruppen, keine Vorkenntnisse erforderlich

Benötigt wird bequeme Kleidung, Socken, Decke, Yoga-Matte

 Mi 27.05.2026 um 19:30 Uhr  Pfarrei St. Gallus - Sigmarzell

 Haus Sigmar, Zeller Str., 18, 88138 Sigmarzell, barrierefrei

# 30

## Die Welt der Gefühle und Bedürfnisse

Wie kann ich meine Gefühle und Bedürfnisse spüren?


 Andrea Heinz (Referentin)

Sa

 öffentlicher Vortrag der Hochgrat-Klinik in Kooperation mit der KEB Landkreis Lindau.

Anmeldung an der Rezeption erforderlich. Dort kann auch eine Essensmarke für den anschließenden Mittagstisch erworben werden. Die Unkosten für die Essensmarke betragen 8

 Sa 30.05.2026 um 10:15 Uhr  Hochgrat Klinik Stiefenhofen

 Vortragsraum, Wolfsried, 108, 88167 Stiefenhofen

## Mehrtägige Veranstaltungen

# 22

### Pilgerreise ins Heilige Land


Erleben und Kennenlernen von Land und Kultur, Lebensgewohnheiten und Heilige Stätten der Christen, Juden und Moslime

 Anton Latawiec (Leitung)

Fr

 Anmeldung im Pfarramt Weißenberg, Kirchstr. 17, 88138 Weißenberg  
Tel. (08389) 1255 oder direkt bei Pfarrer Anton, Tel. 0171 2774435


 Fr 22.05.2026 um 4:00 bis 31.05.2026  Pfarrei St. Markus - Weißenberg


 Pfarrheim, Kirchstr., 17, 88138 Weißenberg


## Veranstaltungsreihen und Kurse

### Frauengymnastik



Förderung und Erhaltung der Beweglichkeit

 Angela Haas (Referentin)



 Die Gymnastik findet in der Winterzeit von 19.00 bis 20.00 Uhr statt  
und in der Sommerzeit von 19.30 bis 20.30 Uhr.

 Mo 12.01.2026 bis 21.12.2026 um 19:00  Pfarrei St. Georg - Wasserburg

 Feuerwehrhaus Hattnau, Hattnau, 47, 88142 Wasserburg

 Di 13.01.2026 bis 22.12.2026 um 9:00  Pfarrei St. Georg - Wasserburg


 Pfarrheim, Halbinselstr., 81, 88142 Wasserburg

 Mi 14.01.2026 bis 23.12.2026 um 9:15  Pfarrei St. Georg - Wasserburg

 Sumserhalle Wasserburg, Reutenerstr., 12, 88142 Wasserburg



### Friedenskompass


Frieden was bedeutet er für uns

 Berit Mohr (Leitung)

 öffentliche Führung in den friedens räume Lindau


 So 19.04.2026, 17.05.2026, 14.06.2026, 12.07.2026, 23.08.2026, 13.09.2026 und



 11.10.2026 um 15:00  friedens räume

 friedens räume, Lindenhofweg, 25, 88131 Lindau

### Gymnastik für Frauen

Gesundheitsfördernde Übungen zur Erhaltung der Beweglichkeit und Kräftigung der Muskulatur

 Annemarie Schmelz (Leitung)

 Mi 07.01.2026 bis 16.12.2026 um 19:30  Pfarrei St. Ottmar - Grünenbach

 Laubenberghalle, Hauptstraße, 24, 88167 Grünenbach



### Nordic-Walking am Vormittag


Erlernen der richtigen Technik, zur Verbesserung der Koordination und der Ausdauer

 Annemarie Schmelz (Leitung)

 Treffpunkt: jeden Montag, Schönau, Kapellenweg 3


Informationen unter Telefon (08383) 78 11


 Mo 19.01.2026 bis 28.12.2026 um 9:15  Pfarrei St. Ottmar - Grünenbach

 Schönau, Kapellenweg, 5, 88167 Grünenbach

## Orgelmantinen 2026. Vier Epochen. Vier Begegnungen. Ein Instrument

Veranstaltung Klassik hören, verstehen, erleben. Musikvermittlung 2026

 Norbert Huber (Referent)


 Szenische Einführung mit anschließender Orgelmatinee.

30.05.2026 Frühbarock

27.06.2026 Barock

25.07.2026 Klassik


22.08.2026 Romantik

 Sa 30.05.2026 bis 22.08.2026 um 10:15  KEB Landkreis Lindau e.V.

 Münster Lindau und Pfarrgarten, Stiftsplatz, 1, 88131 Lindau

## Senioren Fitness Rund um den Stuhl



Bewegungstraining und Koordinationstraining


 zert.Gedächtnistrainerin BVGT Erika Keil (Referentin)

 Information und Leitung Frau Erika Keil, zert. Gedächtnistrainerin BVGT e.V.

 Mo 12.01.2026 bis 04.01.2027 um 11:00  KEB Landkreis Lindau e.V.


 Pfarrheim Lindenberg, Austr., 2, 88161 Lindenberg

 Mo 12.01.2026 bis 28.12.2026 um 9:00  KEB Landkreis Lindau e.V.

 Pfarrheim Scheidegg, Pfarrweg, 7, 88175 Scheidegg

## Sturzpräventionskurs für Senioren



Übungen zur Sturzprävention und Schulung der Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft und Konzentration

 Dr. Angelina Knoll (Referentin)

 Physiotherapeutin Dr. A. Knoll in Kooperation mit der KEB Landkreis Lindau (B).

Jeweils Dienstag um 10 Uhr im Pfarrzentrum St. Josef (Gymnastikraum).

Anmeldung und weitere Informationen unter Telefon (0176) 227257 60.

 Di 10.03.2026 bis 19.05.2026 um 10:00  Physiotherapeutin Dr. A. Knoll


 Pfarrzentrum St. Josef, Kemptener Str., 20, 88131 Lindau


## 'Wichtelstube' - Eltern-Kind-Gruppe

Erfahrungsaustausch - Erziehungskompetenzen von Eltern fördern

 Fabienne Mann (Leitung)

 Für die Eltern-Kind-Gruppe liegt ein pädagogisches Konzept vor

 Mi 14.01.2026 bis 16.12.2026 um 9:00  Pfarrei St. Ottmar - Grünenbach

 Kindergarten Grünenbach, Hauptstraße, 24, 88167 Grünenbach