

**Ich melde mich für folgende Veranstaltung verbindlich an:**

Kurs Nr. .... vom ..... bis .....  
Kurzbezeichnung der Veranstaltung .....

Dem Leben  
Richtung geben

Bildungshaus  
Landvolkshochschule  
Niederalteich

Hengersberger Straße 10  
D - 94557 Niederalteich  
Telefax 09901 935219

# Faxantwort

**Einzugsermächtigung**  
Für die nebenstehende Veranstaltung erteile ich hiermit eine einmalige Einzugsermächtigung von meinem

Konto-Nr. ....  
BLZ .....  
Geldinstitut .....  
Ort .....  
Kontoinhaber/-in .....  
Datum/Unterschrift .....

Vor- und Zuname .....  
Straße/Hausnummer ..... PLZ/Ort .....  
Telefon ..... E-Mail .....  
Geburtsdatum .....

Ich wünsche eine Übernachtung  im Einzelzimmer mit WC/Dusche (Aufpreis 4 Euro/Nacht)  
 im Einzelzimmer mit Etagendusche/WC (Aufpreis 2 Euro/Nacht)

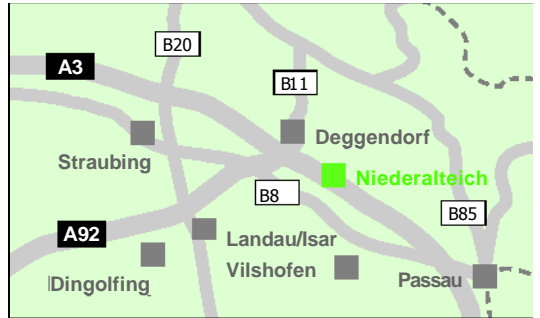
Ich benötige keine Übernachtung  
 Ich beantrage eine Ermäßigung der Kursgebühr (Nachweis liegt bei)

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Geschäftsbedingungen an.

Datum ..... Unterschrift .....

**Anmelde- und Geschäftsbedingungen**  
Die Anmeldung erfolgt schriftlich, telefonisch oder per Internet. Die Kursgebühr wird nach Beginn der Veranstaltung von Ihrem Konto abgebucht, darum bei der Anmeldung bitte stets die Bankverbindung angeben. Sie erhalten ca. 2 Wochen vor Kursbeginn eine schriftliche Anmeldebestätigung.

Eine Absage ist bis 4 Wochen vorher kostenfrei möglich. Danach berechnen wir laut unseren Geschäftsbedingungen 10 Euro, ab 2 Wochen 25% und ab 1 Woche 50% der Kursgebühr.



Sie erreichen uns mit dem Auto über die Autobahn A3, Ausfahrt Hengersberg (Nr. 111). Der nächste Bahnhof ist der Bahnknotenpunkt Plattling (mit IC-/EC-Anschluss) oder Deggendorf. Von dort holen wir Sie auf Wunsch gerne ab.

**Bildungshaus und Landvolkshochschule St. Gunther e.V.**  
Hengersberger Str. 10, D-94557 Niederalteich  
Telefon 0049 (0)9901 9352-0  
Telefax 0049 (0)9901 9352-19  
[anmeldung@lvhs-niederalteich.de](mailto:anmeldung@lvhs-niederalteich.de)  
[www.lvhs-niederalteich.de](http://www.lvhs-niederalteich.de)

Dem Leben  
Richtung geben

**NA** Bildungshaus  
Landvolkshochschule  
Niederalteich

2010

Dem Leben  
Richtung geben

**NA** Bildungshaus  
Landvolkshochschule  
Niederalteich

## Zeit lassen und Ruhe geben

### Bildungstage für Meister und Meisterinnen der Land- und Hauswirtschaft zu Lichtmess

**01. - 03. Feb. 2010**

Liebe Meisterinnen und Meister der Land- und Hauswirtschaft!

Seit jeher war der Lichtmesstag eine Zäsur im Bauernjahr. Er stand für den Beginn des neuen Arbeitsjahres und neuer Arbeitsverhältnisse. Eine kleine Zwischenzeit, ein paar freie Tage („Schlankltage“) läutete er ein, die dem Vergnügen und der Erholung dienten, bevor es wieder so richtig los ging.

Wir nehmen die alte Bedeutung auf und verleihen ihr einen aktuellen Sinn: Bei all den Anforderungen und der ständigen Betriebsamkeit auf dem Hof tut es gut, zwischenzeitlich einmal Ruhe zu geben und sich Zeit zu lassen zum Ausspannen und zur Weiterbildung.

In ruhiger Atmosphäre nehmen wir uns um Themen an, wie Zusammenleben auf dem Hof, Hilfen gegen Stress, Führen mit Kopf und Herz und gesunder Lebensrhythmus.

### **Josef Holzbauer**

Agrar- und Bildungsreferent der LVHS

In Zusammenarbeit mit dem Verband für landwirtschaftliche Fachbildung (vlf), Bezirksverband Niederbayern

## **Programm**

### Montag, 1. Februar 2010

- 10:00 Uhr Anreise  
 10:30 Uhr Beginn und Begrüßung  
 Einheit zum Ankommen:  
 „Alles hat seine Zeit!“  
 12:00 Uhr Mittagessen  
 14:00 Uhr Zusammenleben auf dem Hof  
 Konfliktfelder u. Kraftquellen  
 18:00 Uhr Abendessen  
 19:30 Uhr Erfahren der Ruhe  
 Yoga und Entspannung

### Dienstag, 2. Februar 2010

- 7:30 Uhr Morgenbesinnung  
 8:00 Uhr Frühstück  
 9:00 Uhr Führung mit Kopf und Herz  
 Anforderungen moderner  
 Betriebsführung  
 12:00 Uhr Mittagessen  
 14:00 Uhr Ora et labora – auf der Spur  
 benediktinischer Traditionen  
 16:00 Uhr **Niederalteicher Lichtmesstag:**  
 Dichterlesung mit Ulrike Siegel,  
 Autorin des Bestsellers „Immer  
 regnet es zur falschen Zeit“ –  
 Bauerntöchter erzählen ihre  
 Geschichte.  
 18.00 Uhr Geselliger Abend mit Bay. Büffet,  
 dazu: Musik und Geschichten mit Rainer  
 Gaschler und Familie Slavik

### Mittwoch, 3. Februar 2010

- 7:30 Uhr Morgenbesinnung  
 8:00 Uhr Frühstück  
 9:00 Uhr Im Gleichgewicht bleiben -  
 gesunder Lebensrhythmus  
 11:30 Uhr Meditative Abschlussmeditation  
 12:00 Uhr Mittagessen und Abreise

### **Referent/-innen:**

**Helga Grömer**, Leiterin der LVHS  
**Hedwig Beier**, Meisterin der ländl.  
 Hauswirtschaft, Gemeindeberaterin  
**Hannelore Anetsberger**, Yogalehrerin  
**Sepp Holzbauer**, Referent der LVHS

### **Organisatorisches:**

#### Beginn:

Montag, 10:30 Uhr

#### Ende:

Mittwoch, 13:00 Uhr

#### Kosten:

215 Euro für Kursgebühr mit Vollverpflegung  
 im Doppelzimmer mit Dusche.

#### Anmeldeschluss:

22. Januar 2010

**60 Jahre**  
Landvolkshochschule  
Englburg - Niederalteich  
**1950 - 2010**