

Fachstelle
Frauenseelsorge
Regensburg



2021

frauenseelsorge

programm september - dezember

bistum regensburg

AnsprechpartnerInnen

Elisabeth Rembeck | Dipl. Religionspädagogin (FH),
Referentin für Biographiearbeit
Leiterin für liturgischen Tanz
und christliche Tanzmeditation
Leiterin der Fachstelle Frauenseelsorge
elisabeth.rembeck@bistum-regensburg.de
0941. 597-2226

Ulrike Duschl | Büro
frauenseelsorge@bistum-regensburg.de
0941. 597-2243
fax 0941. 597-2410

Domvikar Harald Scharf |
Leiter der Abteilung Erwachsenenpastoral
0941. 597-1628

Obermünsterplatz 7
93047 Regensburg

Eine Einrichtung des



Liebe Frauen,

die Mitte des Jahres 2021 ist überschritten – genau genommen war sie am 2. Juli um 13 Uhr.

So manch eine packt da die Wehmut, weil es mit dem Jahr schon wieder „bergab“ geht.

Dabei ist die Jahresmitte ein guter Zeitpunkt für den Blick in beide Richtungen: den Rückblick und den Ausblick.

Für persönlichen Rückblick ist während der Sommerpause hoffentlich genügend Raum und Zeit.

Rückblick und Ausblick – beides ist wichtig, denn das Hier und Jetzt ist unser Gestaltungsspielraum.

Den Ausblick in die zweite Jahreshälfte bereichern wir mit Angeboten wie Pilgern, bewegten Tagen mit Kreistänzen, einem Achtsamkeitswochenende und einem Einstieg in den Advent. Neu im Programm ist ein Nachmittag für schwangere Frauen.

Lassen Sie sich einladen!

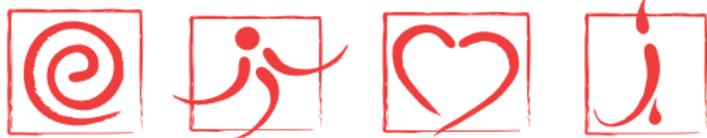
Elisabeth Rembeck
Leiterin der Fachstelle Frauenseelsorge

Inhaltsübersicht

für alle Frauen...

Vorwort	3
In Verbindung kommen - verbunden sein	5
 Besinnung	
Unterwegs auf der Via Nova*	6
 Kreistänze - meditativ und international	
Steh auf, denn schon ein erster Schritt verändert dich...*	7
 Lebensthemen	
Auszeit - Segenszeit für Schwangere*	8
Wenn ich gehe... - Achtsamkeit*	9
 Advent	
A wie Advent, A wie Anfang*	10
Organisatorisches	11

* Die mit einem Sternchen gekennzeichneten Veranstaltungen finden in Zusammenarbeit mit der Katholischen Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg e.V. (KEB) statt.



In Verbindung

Informationen und Angebote...

über die Fachstelle Frauenseelsorge finden Sie

- auf der Homepage
www.frauenseelsorge-regensburg.de
- im Newsletter
Dafür können Sie sich auf unserer Homepage anmelden.

Gespräch

Sie suchen eine Gesprächspartnerin, um über Gott und die Welt zu reden?
Sie haben Anregungen und Wünsche für die Arbeit in der Frauenseelsorge?
Oder Sie möchten sich mit einem Angebot für Frauen einbringen?

Dann melden Sie sich gerne und vereinbaren Sie per Telefon oder Mail ein Gespräch!

elisabeth.rembeck@bistum-regensburg.de
0941. 597-2226
frauenseelsorge@bistum-regensburg.de
0941. 597-2243



Unterwegs

Frauen pilgern auf der VIA NOVA*
Ganztageswanderung

besinnung

1

nr.

Der Herbst zieht ins Land, die Blätter beginnen sich zu färben. Irgendwann werden die Bäume sie fallen lassen. Der Weg durch Buchenwälder und an der Donau entlang lädt ein, von der Natur zu lernen, sich vom Ballast des Alltags zu befreien, Altes loszulassen und neu Gelassenheit zu finden.

Spirituelle Impulse, Schweigezeiten, Wahrnehmungsübungen und gemeinsame Mahlzeiten bilden die Grundlage für das gemeinsame Unterwegssein.

Ablauf des Tages

Von Kelheim auf der VIA NOVA Donau aufwärts – Wieser Kreuz – Frauenbergkapelle – Kloster Weltenburg – Übersetzen mit Seilfähre – Stausacker – auf dem ostbayerischen Jakobsweg zurück nach Kelheim

Gehstrecke: ca. 15 km, teilweise anspruchsvoll, Trittsicherheit erforderlich.

Zeit: **Sa 18. September 2021**

(09.00 Uhr bis ca. 17.00 Uhr)

Ort: **Parkplatz Landratsamt,**

Donaupark 12, 93309 Kelheim

Referentin: **Monika Seidl** | Pilgerführerin

Leitung: **Elisabeth Rembeck** | Dipl. Rel. Päd. (FH)

Kosten: **25.- €**

(für Pilgerbegleitung, einfaches Essen, Fähre)

Die Anzahl der Teilnehmer*innen ist begrenzt auf 15 Personen.



„Steh` auf, denn schon ein erster Schritt verändert dich...“

Tanzwochenende

In Bewegung spüren wir unsere Lebendigkeit. Auf dem Weg sein ist ein uraltes Symbol für das Leben an sich. Den eigenen Weg zu gehen braucht Vertrauen: darauf, dass ich begleitet bin und dass es ein guter Weg ist - trotz mancher Umwege, Irrwege und Wendepunkte.

Verschiedenste Tänze, biblische Impulse und das Labyrinth als verschlungener Weg laden ein, Kraft zu tanken und gemeinsam Freude am Bewegtwerden und Bewegtsein zu erleben.

Zeit: **Fr 08. - So 10. Oktober 2021**

(Fr 18.00 Uhr bis So ca. 13.00 Uhr)

Ort: **Haus Werdenfels**, Eichhofen

Referentinnen:

Karolina Kammerl | Dipl. Theologin

Elisabeth Rembeck | Dipl. Rel. Päd. (FH)

Kosten: **135.- €**

(für Kurs, Übernachtung im EZ, Verpflegung)

tanz

2

nr.

Anmeldung bis 27.09.2021



Auszeit - Segenszeit

Ein stärkender Nachmittag
für schwangere Frauen

Lebensthemen

3

nr.

Eigentlich ist es das das natürlichste Ereignis. Und doch verändert das Entstehen eines Kindes alles: den Körper, die Seele, die Beziehungen und den Glauben — einfach das ganze Leben.

An diesem Nachmittag ist Zeit, die Sorgen und Ängste wahrzunehmen, aber auch die Vorfreude zu genießen, damit mit dem Kind im Bauch auch das Vertrauen wächst, getragen und begleitet zu sein.

Entspannungsübungen, kreatives Tun und eine Segensfeier laden ein, innere Ruhe zu finden und Kraft zu tanken.

Zeit: **Sa 23. Oktober 2021**

(15.00 Uhr bis 18.00 Uhr)

Ort: **Pfarrheim Sallern,**

Amberger Str. 87, 93057 Regensburg

Referentinnen:

Tanja Burggraf | Doula (Schwangerschafts- und Geburts-Begleiterin)

Elisabeth Rembeck | Dipl. Rel. Päd. (FH)

Kosten: **25.- €**

Die Anzahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt.

Anmeldung bis 15.10.2021



Wenn ich gehe, dann gehe ich

Achtsamkeit im Alltag erfahren

Lebensthemen

4

nr.

Wir stehen unter Druck . Chronischer Zeitmangel und eine Fülle von Erwartungen, die andere an uns herantragen, gehören zu unserem Leben. Die Regelkreise unseres Körpers können da kaum noch gegensteuern.

- Wie können wir uns schützen?
- Wie unsere innere und äußere Balance wieder finden?

Mehr Achtsamkeit in den Alltag zu integrieren kann helfen, mit den täglichen Belastungen in Beruf und Alltag besser umzugehen und Stress und Hektik entgegen zu wirken.

Zeit: **Fr 12. - So 14. November 2021**

(Fr 18.00 Uhr bis So ca. 13.00 Uhr)

Ort: **Exerzitenhaus Cham**

Referentinnen:

Ulrike Simon-Schwesinger |

Dipl. Rel. Päd., MBSR-Lehrerin (IAS)

Elisabeth Rembeck | Dipl. Rel. Päd. (FH)

Kosten: **135.- €**

Anmeldung bis 02.11.2021



A wie Advent, A wie Anfang

Adventswochenende

„... in unsern Träumen / weihnachtet es seit
gestern schon“ – heißt es in einem Gedicht
„Advent“ von Mascha Kaléko.

Dabei beginnt mit dem Advent erst die Zeit der
Vorbereitung auf das Weihnachtsfest.

Eine besondere Zeit, in der Hoffnung und
Sehnsucht, Wünsche und Erinnerungen
einen Raum brauchen.

Mit allen Sinnen machen wir uns auf den Weg
in den Advent, um nachzuspüren, welche Hoff-
nung uns antreibt und welche Lichtspuren uns
leiten.

Kreatives Gestalten (Adventskranz), adventliche
Impulse, meditative Tänze und Stille begleiten
uns dabei.

Zeit: **Fr 26. - So 28. November 2021**
(Fr 18.00 Uhr - So 13.00 Uhr)

Ort: **Apostolatshaus Hofstetten,**
bei Falkenstein

Referentin: **Elisabeth Rembeck** | Dipl. Rel. Päd. (FH)
N.N.

Kosten: **100,- €**
(für Kurs, Übernachtung im EZ
und Verpflegung)

advent

5

nr.

Organisatorisches

für alle Frauen

Das Büro der Fachstelle Frauenseelsorge ist nicht ganzzeitig besetzt. Gegebenenfalls meldet sich der Anrufbeantworter, um Ihre Anliegen aufzuzeichnen. Wir bitten um Ihr Verständnis!

Die Teilnahmebestätigung erhalten Sie ca. 10 Tage vor Beginn der Veranstaltung. Eine Anmeldung ist auch über die Homepage möglich:

www.frauenseelsorge-regensburg.de

Ihre Anmeldung ist verbindlich. Sollten Sie kurzfristig absagen, so müssen wir Ihnen – auch im Krankheitsfall – Ausfallgebühren berechnen. Dies ist unabhängig davon, ob jemand von der Warteliste nachrücken kann. Für eine Absage, die in der Woche direkt vor der Veranstaltung bei uns eingeht, beträgt die Ausfallgebühr 16.- €. Falls Sie nicht teilnehmen ohne abzusagen, berechnen wir die volle Kursgebühr.

Wir setzen die Bereitschaft voraus, an der gesamten Kurszeit teilzunehmen, zum eigenen Wohl und dem der Gruppe.

Die Mitnahme von Haustieren ist nicht gestattet.

Die mit einem Sternchen gekennzeichneten Veranstaltungen finden in Zusammenarbeit mit der Katholischen Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg e.V. (KEB) statt.

In besonderen Fällen kann ein Preisnachlass gewährt werden. Bitte fragen Sie nach! Dringend bitten wir Sie, die Kurskosten vor Beginn der jeweiligen Veranstaltung zu überweisen!

Wir müssen langfristig planen. Bitte melden Sie sich daher rechtzeitig an!

Anmeldeschluss beachten!

Absender...

.....
Name

Vorname
.....

Straße
.....
.....

PLZ | Wohnort
.....
.....

Telefon

Geburtsdatum

Frauenseelsorge
Obermünsterplatz 7
93047 Regensburg

E-Mail-Adresse

Ich bin damit einverstanden, dass diese Angaben zur Organisation der Veranstaltung und für die Zusendung von weiteren Informationen in der EDV der Frauenseelsorge gespeichert werden.

für alleinerziehende...

Ich melde mich an zum

Kurs-Nr:

Datum

Ich möchte auf die Warteliste:

Kurs-Nr:

Datum

Ich bringe Kinder mit:

(Vorname, Geb.datum)

(Vorname, Geb.datum)

(Vorname, Geb.datum)

Ich bitte um einen Zuschussantrag

Zuschussnachfrage in der Pfarrei

Mit meiner Unterschrift melde ich mich verbindlich an und verpflichte mich, eine Ausfallgebühr von 16,-€ zu bezahlen, falls ich innerhalb von 7 Tagen vor Kursbeginn vom Kurs zurücktrete.

Datum, Unterschrift

gunplanung

für alle frauen

Für folgenden Kurs melde ich mich an

Kurs-Nr: Datum

Kurs-Nr: Datum

Kurs-Nr: Datum

Kurs-Nr: Datum

Ich wünsche wenn möglich

ein Doppelzimmer

ein Einzelzimmer

vegetarisches Essen

Mit meiner Unterschrift melde ich mich verbindlich an und verpflichte mich, eine Ausfallgebühr von 16,-€ zu bezahlen, falls ich innerhalb von 7 Tagen vor Kursbeginn vom Kurs zurücktrete.

Datum, Unterschrift

a