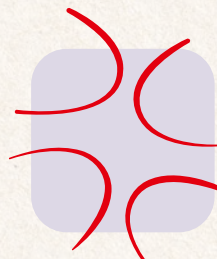




PROGRAMM

2026



FRAUEN
SEELSORGE
Diözese Regensburg

Ansprechpartnerinnen

Elisabeth Rembeck

Leiterin der Fachstelle Frauenseelsorge
Dipl. Religionspädagogin (FH)
T 0941 597-2226

Ulrike Duschl

Büromitarbeiterin
T 0941 597-2243

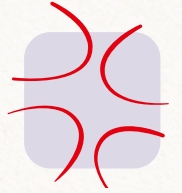
frauenseelsorge@bistum-regensburg.de

Design und Konzeption: justlandPLUS GmbH
Druck: Hofmann Druck & Verlag
auf Recyclingpapier
[zertifiziert mit dem Blauen Engel]

Weitere Informationen finden Sie
auf unserer Homepage:
www.frauenseelsorge-regensburg.de

Eine Einrichtung des

 **BISTUM
REGENSBURG**



Liebe Frauen,

ERINNERN SIE SICH AN MOMENTE, IN DENEN SIE AUSSER ATEM GERIETEN? ODER AN SITUATIONEN, IN DENEN IHNEN DIE PUSTE AUSGING?

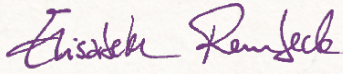
Vermutlich fällt Ihnen da schnell etwas ein.
Gerade in herausfordernden Zeiten sehnen viele sich danach,
Freiräume zu finden und wieder einmal ganz tief durchatmen zu können.

Vor Ihnen liegt unser neues **JAHRESPROGRAMM 2026**.
Die vielfältigen Angebote sind eine Einladung, den Alltag zu unterbrechen
und sich ganz bewusst Zeit für Körper und Seele zu gönnen:

Bewegung & Tanz, kleine Oasen in der Fastenzeit, ein ganzes Wochenende
rund um den Atem, ein Wechseljahres-Workshop, ein Mutter-Tochter-
Wochenende, ein paar biblische „Häppchen“ oder – als kleine Atempause –
unsere Frauenliturgien.

Blättern Sie sich durch das Programmjahr und planen Sie
für sich Auszeiten zum Durchatmen ein.

Ihre


Elisabeth Rembeck

Seminar-
angebote
von Frauen
für Frauen

Materialien zu
Frauenspiritualität
& christlicher
Frauentradition

Frauenliturgie
Gottesdienste
von Frauen
für Frauen

Raum für
Gespräch &
Begleitung



Sie wollen aktuelle
Informationen?
Melden Sie sich über
unsere Homepage
für unseren
Newsletter an.

INHALT



FASTENZEIT

Von Luft und Liebe	10 – 11
Oasennachmittag	12
Mit Marta glauben, sehen, leben lernen	16



LEBENSTHEMEN

Frauen-Liturgien im Laufe des Jahres	6
Verlust als Chance	8 – 9
Bildungsfestival zum Weltfrauentag	14 – 15
Atemweg & Atemweite	18
Sommertag für die Seele	19
Unterwegs – Pilgern auf der Via Nova	19
2. Pubertät – oder was?	22
Gotteswort weihn	23
Mutter & Tochter-Wochenende	24 – 25



TANZ | BEWEGUNG | PILGERN

Bewegung – ein Weg nach Innen	7
Pfingstlicher Stationenweg	17
Unterwegs auf Frauenspuren	20



ADVENT

Sünderin Eva contra reine Maria?	26
Dem Licht entgegen	27



WEITERE ANGEBOTE FÜR FRAUEN ORGANISATORISCHES

.....	28
.....	31



FRAUEN-LITURGIE

Gottesdienste gestaltet von Frauen für Frauen

Mehrmals im Jahr treffen sich Frauen und bringen im gemeinsamen Feiern ihr Leben, Erfahrungen, Fähigkeiten, Sorgen und Fragen vor Gott. Die Themen orientieren sich am Kirchenjahr oder nehmen „große“ Frauen aus der Bibel oder unserer Glaubensgeschichte in den Blick. **Kommen Sie einfach vorbei und feiern Sie mit!**

AUF EIN NEUES! GETRAGEN VON GOTTES SEGEN

Mo, 19.01.2026 | 19.00 Uhr

**Spitalkirche St. Katharina
Regensburg-Stadtamhof**

St. Katharinenplatz 3
93059 Regensburg
(Parkmöglichkeiten am
Protzenweiher/Dultplatz)

MEHR ALS GENUG – DIE FÜLLE LEBEN

Di, 28.04.2026 | 19.00 Uhr

**Spitalkirche St. Katharina
Regensburg-Stadtamhof**

St. Katharinenplatz 3
93059 Regensburg

FRAUENGOTTESDIENST IN DER WOLFGANGSWOCH

Mi, 24.06.2026 | 18.00 Uhr | **St. Emmeram | Regensburg**

Eine Kooperation von KDFB-Diözesanverband Regensburg (www.frauenbund-regensburg.de)
und Fachstelle Frauenseelsorge.

GERUFEN & GESANDT: GEH' UND VERKÜNDE!

10 Jahre Maria Magdalena „Apostelin der Apostel“

Mi, 22.07.2026 | 19.00 Uhr

Maria Magdalena Kirche

Rudolf-Schlichtinger-Str. 1
93055 Regensburg-Burgweinting

DER HIMMEL GEHT ÜBER ALLEN AUF – WELTWEIT VERBUNDEN

Mo, 19.10.2026 | 19.00 Uhr

(Kirchweihmontag)

Spitalkirche St. Katharina

St. Katharinenplatz 3
93059 Regensburg

BEWEGUNG – EIN WEG NACH INNEN

KREATIVER AUSDRUCKSTANZ

**Kreativer Ausdruckstanz lädt ein, durch freie
Bewegung Neues in sich zu entdecken.**

Der Tanz ist dabei ein Mittel der Kreativität und Selbstentfaltung.

Nicht das Tanzen als körperliche Disziplin steht im Vordergrund,
sondern die Bewegungen dienen als Werkzeug zur Selbstfindung und
persönlichen Transformation. Jede Form der Bewegung ist eine universelle
Sprache, die ermöglicht, Stress abzubauen und innere Freiheit zu fördern.

**Die verwandelnde Kraft des Tanzes kann helfen,
bei uns selber anzukommen und macht gute Laune.**

Dieser Workshop ist geeignet für jedes Alter und alle Menschen,
die Freude an der Bewegung haben.

Sa, 31.01.2026 | 10.00 - 17.00 Uhr

(1 Std. Mittagspause)

Diözesanzentrum Obermünster

Obermünsterplatz 7 | 93047 Regensburg
K3 (gr. Seminarraum)

Referentin: Silvia-Soluna Fuchs

Kreative Tanz- und Ausdruckstherapeutin,
Gemeindereferentin

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

Kosten: 49 €
(Seminar, Mittagsverpflegung)

Anmeldung: bis 21.01.2026





VERLUST ALS CHANCE

BACK TO YOURSELF

Verlusterfahrungen gehören zum Leben.

So vielfältig sie sind, so verschieden ist auch unser Umgang damit. Dabei kann ein Verlust sowohl Herausforderung als auch Quelle ungeahnter Kräfte und Chancen sein.

An diesem Wochenende öffnen wir den Raum für Geschichten und Erfahrungen und fragen uns:

- Wie gut Sorge ich für mich selbst?
- Sehe ich meine Erfolge im Alltag?
- Was bringt mir Freude und Leichtigkeit?

Wir spüren die verbindende Kraft der Gemeinschaft, der Bewegung in der Natur, des Austauschs, der Stille und der Kreativität.

Durch einen liebevollen Blick auf das Leben und Verlusterfahrung(en) können sich Türen öffnen und der Blick für neue Chancen frei werden.
Denn das Leben sagt immer wieder „Kommi!“



Fr, 06.02.2026 | 18.00 – So, 08.02.2026 | 13.00 Uhr

Jugendbildungsstätte Windberg

Pfarrplatz 22 | 94336 Windberg

Referentinnen:

Claudia Reichelt

Mentorin und Lebensbegleiterin

Steffi Werner

Mentorin für Trauernde

Potentialentfaltungsscoach n.G.H.

Leitung:

Elisabeth Rembeck

Dipl. Rel. Päd.

Kosten: 195 €

Anmeldung: bis 16.01.2026





VON LUFT UND LIEBE

ASCHERMITTWOCH DER FRAUEN

**Es gibt Zeiten, in denen uns die Luft ausgeht.
Dabei sind wir stets von ihr umgeben.**

Grund genug, bewusst innezuhalten und Atem zu holen.

Die Fastenzeit ist eine große Einladung, wieder Atem zu holen und gestärkt weiterzugehen.

Begleitet von vielfältigen Impulsen, meditativen Tänzen, Gesprächen und kreativen Angeboten – zum Teil in Kleingruppen – beginnen wir gemeinsam die Vorbereitungszeit auf Ostern hin.

Der Tag endet jeweils mit einem Gottesdienst mit Auflegung des Aschenkreuzes.

In Johannisthal wird der Aschermittwoch der Frauen zusätzlich am Freitag, 20. Februar angeboten.



Mi, 18.02.2026

09.00 – 16.00 Uhr

Haus Werdenfels

Waldweg 15 | Eichhofen | 93152 Nittendorf

Referentinnen:

Katharina Libon

Bildungsreferentin, Haus Werdenfels

Elisabeth Rembeck

Dipl. Rel.päd. (FH)

Kosten: 30 €

(Seminar, Fastensuppe und Getränke)

Anmeldung: bis 30.01.2026

bei der Fachstelle Frauenseelsorge
Regensburg | Tel. 0941 597-2243

frauenseelsorge@bistum-regensburg.de

Mi, 18.02.2026 & Fr, 20.02.2026

09.00 – 16.00 Uhr

Exerzitienhaus Johannisthal

Johannisthal 1 | 92670 Windischeschenbach

Referentinnen:

Maria Rehaber-Graf

Referentin im Haus Johannisthal, N. N.

Kosten: 30 €

(Seminar, Fastensuppe und Getränke)

Anmeldung: bis 30.01.2026

im Haus Johannisthal

Tel. 09681 400150

kontakt@haus-johannisthal.de



VON LUFT UND LIEBE

OASENNACHMITTAG IN DER FASTENZEIT

Es gibt Zeiten, in denen uns die Luft ausgeht. Dabei sind wir stets von ihr umgeben.

Grund genug, bewusst innezuhalten und Atem zu holen.

Die Fastenzeit ist eine große Einladung, wieder Atem zu holen und gestärkt weiterzugehen.

Begleitet von vielfältigen Impulsen, meditativen Tänzen, Gesprächen und kreativen Angeboten – zum Teil in Kleingruppen – lassen wir uns inspirieren für den weiteren Weg durch die Vorbereitungszeit auf Ostern hin.

Fr, 27.02.2026 | 14.30 – 18.00 Uhr

Exerzitienhaus Cham

Ludwigstraße 16 | 93413 Cham

Referentin:

Elisabeth Rembeck

Dipl. Rel.päd. (FH)

Kosten: 16 €

Anmeldung: bis 20.02.2026

direkt im Exerzitienhaus Cham

Tel. 09971 2000-0

exerzitienhaus.cham@redemptoristen.de

www.kloster-cham.de/exerzitienhaus

**WER GESAMMELT BIS
IN DIE TIEFE GEHT,
DER SIEHT AUCH DIE
„KLEINEN DINGE“
IN GROSSEN
ZUSAMMENHÄNGEN.**

EDITH STEIN

1891-1942, DEUTSCHE PHILOSOPHIN UND FRAUENRECHTLERIN,
KARMELITIN, BRÜCKENBAUERIN ZWISCHEN CHRISTENTUM
UND JUDENTUM



FRAUENWELT

EIN BILDUNGSFESTIVAL ZUM WELTFRAUENTAG 2026

Seit über 100 Jahren findet der internationale Frauentag – auch Weltfrauentag genannt – am 8. März statt. Weltweit demonstrieren Frauen an diesem Tag gegen Diskriminierung und für Gleichberechtigung.

Zum dritten Mal begehen wir den Weltfrauentag – dieses Jahr am darauffolgenden Wochenende – mit einem Bildungsfestival.

Es startet am Freitagabend mit einem kostenlosen Kinoabend, am Samstag gibt es über den Tag verteilt eine bunte Mischung verschiedener Vorträge und Workshops zu aktuellen Frauen-Themen.

Auswahl an Workshop-Themen:

- Achtsamkeit & Spiritualität
- Selbstbewusst in die 2. Lebenshälfte
- Keine Angst vor Smalltalk!
- Frauenkörper & Gesundheit
- Musik, Rhythmus & Bewegung
- Freundschaft mit mir selber schließen
- Frauen-Stadtführung
- u.v.m.

*Eine Kooperation
der Fachstellen
Frauenseelsorge und
Ehe & Familie sowie
des KDFB Diözesan-
verbandes Regensburg.*

Fr, 13.03.2026 | 19.30 – Sa, 14.03.2026 | 19.00 Uhr

Diözesanzentrum Obermünster

Obermünsterplatz 7 | 93047 Regensburg

Anmeldung: KDFB Diözesanverband Regensburg
www.frauenbund-regensburg.de/event/bildungsfestival-frauenwelt oder direkt
über diesen QR-Code



PROGRAMM

Fr, 13.03.2026 | 19.30 Uhr | Eintritt frei
Frauen-Kinoabend & Filmgespräch

Sa, 14.03.2026 | 10.00 – 19.00 Uhr
Buntes Workshop-Programm & Abschluss

Ausstellung während des
gesamten Bildungsfestivals

**Rebellinnen: Frauen verändern
die Welt! [Teil 2]**





MIT MARTA GLAUBEN, SEHEN, LEBEN LERNEN

OASENTAG IN DER FASTENZEIT

Wohin geht Ihre Sehnsucht, wenn Sie „Leben“ hören?

Das Johannesevangelium ist davon überzeugt: Wer glaubt, kann neu sehen und leben!

Das erfährt Marta, die Schwester des Lazarus, im Evangelium vom fünften Fastensonntag. Bei der Erzählung von der Auferweckung des Lazarus spielt sie eine zentrale Rolle: Sie legt ein überwältigendes Glaubensbekenntnis ab!

Wir entdecken Marta als vorbildliche Jüngerin im Johannesevangelium und als Begleiterin für unseren Weg auf Ostern zu. Wir arbeiten mit vielfältigen Inputs und erfahrungsbezogenen Methoden. Den gemeinsamen Tag beschließen wir mit einem Segensritual.

Do, 19.03.2026 | 09.30 – 16.00 Uhr

(Mittagspause zur freien Verfügung)

Emmeramsforum

Emmeramsplatz 3 | 93047 Regensburg

Referentin: Dr. Hildegard Gosebrink

Theologin, Geistliche Begleiterin
Arbeitsstelle Frauenseelsorge
der Freisinger Bischofskonferenz

Leitung: Elisabeth Rembeck

Dipl. Rel. Päd. (FH)

Kosten: 15 € (Seminargebühr)

Anmeldung: bis 04.03.2026

UNTERWEGS

AUF DER VIA LUCIS RICHTUNG PFINGSTEN

Nach Ostern hieß es für die Jüngerinnen und Jünger erst mal warten. Warten auf das von Jesus selbst versprochene Geschenk der Geistkraft Gottes. Aber dann gab es wohl ein Erlebnis, das ihr Leben völlig veränderte.

Wo Gott ins Spiel kommt, kommt auch Bewegung ins Leben: aufbrechen, umdenken, Neues wagen – trotz Ängsten und Schwächen.

Wir gehen ein Stück die Via Lucis, den be-geisternden Stationenweg Richtung Pfingsten – getragen von der Hoffnung auf die Kraft, die in uns wachsen kann und uns den Rücken stärkt.

Begleitet von Impulsen, Liedern, Gesprächen entdecken wir die unbändige Lebenskraft in der aufblühenden Natur und spüren im Gehen gemeinsam nach, wo wir selber Geistkraft in unserem Leben brauchen.

Sa, 09.05.2026 | 15.00 – 18.00 Uhr

Treffpunkt

Parkplatz am Kinderhaus Kapellenberg
84061 Ergoldsbach

Referentin: Irmtraud Ewender

Gestaltpädagogin, Religionslehrerin i.R.

Leitung: Elisabeth Rembeck

Dipl.Rel.Päd. (FH)

Anmeldung: bis 27.04.2026

Kosten: 10 €

*Unterwegs stärken
wir uns mit einer
Teil-Brotzeit.*





ATEMWEG & ATEMWEITE

EIN WOCHENENDE ZUM AUFTANKEN

Einatmen und Ausatmen, der Rhythmus des Lebens, ist unser ständiger Wegbegleiter.

Oft verlieren wir in der Hetze des Alltags den Kontakt und die Wahrnehmung dafür. Manchmal nehmen wir ihn erst wieder wahr, wenn er uns ausgeht, wenn er uns nicht selbstverständlich zur Verfügung steht.

An diesem Wochenende wenden wir uns mit Atem- und Körperübungen, Meditation und Stillezeiten ganz bewusst unserem Atem zu, spüren Kraft, spüren Lebendigkeit.

Denn bewusst atmen bedeutet bewusst leben und in Kontakt mit mir sein.



**Fr, 29.05.2025 | 18.00 Uhr
bis So, 31.05.2025 | 13.00 Uhr**

Haus der Bäume Refugium Handloh

Handloh 1 | 84339 Unterdietfurt

Referentin: Christine Troidl
Atemtherapeutin, Syst. Beratung und
Organisationsentwicklung, Mediation

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

Kosten: 240 € (Seminar, Übernachtung,
Vollpension/biolog.-veget.)

Anmeldung: bis 30.04.2026

SOMMERTAG FÜR DIE SEELE

OASENTAG FÜR FRAUEN

Wasser ist Leben.

Ohne Wasser können weder Pflanzen noch Tier noch Menschen leben und gedeihen. Wasser ist ein Symbol für Reinheit, aber auch für Wandel und Veränderung.

Lassen Sie sich von der Kraft des Wassers beleben und spüren Sie nach, wo und wie Sie für Ihren Alltag wieder auftanken können.

**Mit spirituellen Impulsen, meditativen Tänzen
und Zeit für Ruhe und Gespräche erleben Sie einen
erfrischenden Sommer-Oasentag für die Seele.**



Sa, 04.07.2026 | 10.00 – 16.00 Uhr

Exerzitienhaus Cham

Ludwigstr. 16 | 93413 Cham

Referentin: Elisabeth Rembeck
Dipl. Rel. Päd. (FH)

Kosten: 35 €

Anmeldung: bis 22.06.2026
direkt im Exerzitienhaus Cham
Tel. 09971/2000-0
exerzitienhaus.cham@redemptoristen.de
www.kloster-cham.de/exerzitienhaus





UNTERWEGS AUF FRAUENSPUREN

KUNST- UND KULTURFAHRT NACH FREISING

Die diesjährige Kunst- und Kulturfahrt führt uns nach Freising und Neufahrn.

Auf dem Programm stehen dort:

- eine Frauenführung im Diözesanmuseum: Frauenbilder & Marienbilder
- eine Besichtigung der Schutzmantelmadonna gewidmeten Kapelle „The Chapel of Mary's Mantle“ von Kiki Smith
- eine Sonderführung im Freisinger Dom mit der Perspektive „Frauen und Drachen“
- Besuch der Kirche St. Wilgefortis in Neufahrn bei Freising (besondere Darstellung einer „Frau am Kreuz“)

An diesem Ausflugstag begegnen Sie starken und faszinierenden Persönlichkeiten, die zum Nachdenken anregen und die eigene Frauenperspektive ein wenig erweitern wollen.

Die An- und Rückreise erfolgt mit der Bahn; die Wege zwischen den einzelnen Programmpunkten werden zu Fuß und mit der S-Bahn zurückgelegt.

Sa, 18.07.2026

ca. 8.30 – 18.00 Uhr

Die genauen Abfahrtszeiten erfahren Sie bei der Anmeldung.

Referentin: Dr. Hildegard Gosebrink

Theologin, Geistliche Begleiterin, Arbeitsstelle Frauenseelsorge der Freisinger Bischofskonferenz

Leitung: Elisabeth Rembeck

Dipl. Rel.päd. (FH)

Kosten: 25 €

(Bayernticket, Eintritt ins DIMU, Sonderführungen)

Anmeldung: bis 02.07.2026

UNTERWEGS

FRAUEN PILGERN AUF DER VIA NOVA GANZTAGESWANDERUNG

Für Frieden und Hoffnung

Frieden ist ein kostbares Gut. Als Weggemeinschaft gehen wir im Zeichen der Hoffnung – für uns, für die Menschen, die uns wichtig sind, für den Frieden hier und weltweit.

Begleitet von spirituellen Impulsen, persönlichen Gesprächen, kunstgeschichtlichen Elementen und Schweigezeiten sind wir gemeinsam pilgernd unterwegs.

Sa, 19.09.2026

9.30 – 18.00 Uhr

Treffpunkt

Parkplatz Leierndorfer Str.
84085 Langquaid

Referentin: Rita Dallmeier

Pilgerwegbegleiterin

Kosten: 20 € (für Pilgerbegleitung, Bustransport)

Anmeldung: bis 04.09.2026

Die Zahl der Teilnehmerinnen ist begrenzt auf 15 Personen.

TAGESABLAUF

- Treffpunkt am Parkplatz – Bustransport nach Rohr – Pilgersegen & Morgenimpuls in der Klosterkirche
- Weg nach Laaberberg (Wallfahrtskirche) – Mittagspause (Brotzeit) zwischen Laaber und Adlhausen
- Kirche St. Kolomann – Weg nach Langquaid - Abschlussegens – Möglichkeit zur gemeinsamen Einkehr

Gehstrecke: ca. 14 km
(ca. 6 Stunden reine Gehzeit)





2. PUBERTÄT – ODER WAS?

EIN WORKSHOP FÜR FRAUEN VOR UND IN DEN WECHSELJAHREN

Wechseljahre können eine schweißtreibende Angelegenheit sein.

Und sie sind oft noch ein Tabuthema, obwohl ALLE Frauen zwischen Mitte 40 und 60 davon betroffen sind.

Diese Phase im Lebensfluss von uns Frauen ist wie eine zweite Pubertät, in der jede sich wieder mit körperlichen und seelischen Veränderungen auseinandersetzen muss.

In unserem Workshop erklären wir diese Veränderungen mit anschaulichen Materialien, Texten, Bildern und Musik. Dieses Wissen hilft dir, diese Lebensphase positiv zu gestalten und dich selbst wertschätzend zu behandeln.

Kurz gesagt, dieses Seminar ist für alle Frauen, die sich wünschen, dass die Wechseljahre nicht das Ende, sondern der Anfang von etwas Neuem, Aufregendem und Lohnendem sind.

Sa, 10.10.2026 | 9.00 – 18.00 Uhr

Emmeramforum

Emmeramsplatz 3 | 93047 Regensburg

Referentin: Myriam Mainz

Dipl.- Sozialpäd. (FH), Referentin für sexuelle Bildungsarbeit zu Zyklus und Wechseljahren

Kosten: 45 € (Seminar, Mittagsverpflegung)

Anmeldung: bis 30.09.2026



WEITERE TERMINE

in Kooperation mit der Fachstelle Ehe & Familie
Natürliche Familienplanung

Annika Heim

nfp@bistum-regensburg.de
Tel. 0941 597-2208

Sa, 27.06.2026 | Vohburg

Sa, 14.11.2026 | Dingolfing

Ein Wechseljahresworkshop ist auch für Frauengruppen vor Ort buchbar.

GOTTESWORT WEIBLICH

GESCHLECHTERGERECHTIGKEIT IN DER KIRCHE HEUTE

Online-Veranstaltung

Wie von Gott reden? Wie Gott ansprechen?
Leseordnung – mit oder ohne Frauen?

Do, 15.10.2026 | 17.00 – 19.00 oder

Di, 22.10.2026 | 19.00 – 19.30 Uhr

Referentin:

Dr. Annette Jantzen

Theologin, freie Autorin,
Herzblut-Theologin

Kosten: keine

Anmeldung bis 09.10.2026

Eine Kooperation mit den Hauptabteilungen Schule/ Hochschule
& Pastorales Personal.





MUTTER & TOCHTER

EINE BEZIEHUNG, DIE DAS LEBEN PRÄGT

Wie wir als Frauen fühlen, denken und handeln, ist entscheidend beeinflusst von den Erfahrungen mit der eigenen Mutter.

Dieses Seminar lädt ein, sich mit den Botschaften, Bildern und Empfindungen rund um das Frau-Sein in der eigenen Familie zu beschäftigen – sei es aus der Perspektive als Tochter oder als erwachsene Frau und Mutter. Dabei geht es sowohl um Versöhnung und Abgrenzung zur eigenen Mutter als auch um die Frage, wie wir als Mutter einer Tochter/mehrerer Töchter eine liebevolle und stärkende Beziehung gestalten können.

Neben der eigenen Familiengeschichte lohnt es sich, einen Blick auf die Wirkung von gesellschaftlichen, politischen und religiösen Einflüssen auf die Mutter-Tochter-Beziehung zu werfen.

Das Seminar richtet sich an Frauen jeden Alters. Sie können alleine teilnehmen, mit Ihrer Mutter oder mit Ihrer erwachsenen Tochter.

Fr, 30.10.2026 | 17.00 Uhr – Sa, 31.10.2026 | 17.00 Uhr

Haus Werdenfels

Waldweg 15 | 93152 Nittendorf

Referentin: Angela Leierseder

Dipl. Rel.päd.(FH), Familientherapeutin



Anmeldung:

bei der KEB im Bistum Regensburg KEB-Sekretariat | Regine Ullrich
Tel. 0941 597 2363 | erwachsenenbildung@bistum-regensburg.de

Kosten:

Einzelzimmer _____ 130 €

Doppelzimmer _____ 124 €

Eine Kooperation mit der KEB im Bistum Regensburg e.V.



SÜNDERIN EVA contra REINE MARIA?

EIN AUFSCHLUSSREICHER ONLINE-ABEND ZUM FEST MARIÄ EMPFÄNGNIS

Eva und Maria sind zwei starke Frauen, mit denen Neues beginnt. Manchmal erscheinen sie jedoch als Gegenspielerinnen: Die eine sei schuld am Sündenfall, die andere Jungfrau und Magd Gottes. Das Fest am 8. Dezember, das manchmal „Unbefleckte Empfängnis Mariens“ genannt wird, kann solche Missverständnisse fördern.

Wir entdecken, wie wertschätzend die Bibel von beiden Frauen erzählt. Wir räumen Missverständnisse aus, erfahren hilfreiche Hintergrundinfos und klären, was wir am 8. Dezember eigentlich feiern. Wir begegnen zwei Freundinnen auf unserem Weg durch den Advent. Wir tanken bei ihnen Kraft und Mut für das Neue, das Gott mit jeder von uns jeden Tag beginnt.

Mo, 07.12.2026 | 19.30 – 21.00 Uhr

Online-Veranstaltung

Referentin: Dr. Hildegard Gosebrink
Theologin, Geistliche Begleiterin,
Arbeitsstelle Frauenseelsorge der
Freisinger Bischofskonferenz

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

Kosten: keine

Anmeldung: bis 30.11.2026

DEM LICHT ENTGEGEN

MIT MEDITATIVEN TÄNZEN IN DEN ADVENT

In der dunklen Jahreszeit sind sie überall zu sehen:
Lichterketten, Lichtergirlanden, Leuchtsterne.

**Wir sehnen uns gerade in dieser Zeit nach Licht, nach einem Licht,
das die Dunkelheit erhellt.**

An diesem Nachmittag werden wir uns tanzend – mal ruhig und meditativ,
mal beschwingt - auf die Adventszeit einstellen. Besinnliche Impulse
und Texte runden den Nachmittag ab.

Voller Freude tanzen wir in den Advent hinein.

Sa, 28.11.2026 | 15.00 – 18.00 Uhr

Jugendpastoralzentrum JETZT

Obermünsterplatz 10 | 93047 Regensburg

Referentin: Rosalinde Mader,
Tanzleiterin

Kosten: 15 € (Seminar, Getränke)

Anmeldung: bis 12.11.2026



WEITERE ANGEBOTE FÜR FRAUEN

FRAUENZEIT ZUM DURCHATMEN

Fr, 16.01.2026 | 18.00 Uhr –
So, 18.01.2026 | 13.00 Uhr

Haus Werdenfels

DEN KOMPASS NEU STELLEN

Fr, 03.07.2026 | 18.00 Uhr –
So, 05.07.2026 | 13.00 Uhr

Nähere Infos und Anmeldung:
Tel. 09404 95020
www.haus-werdenfels.de

VERSCHIEDENE KURSANGEBOTE

Aschermittwoch – Wechseljahre –
Sternenkinder & Trauer – Brauchtum

Landvolkshochschule (LVHS)
94557 Niederalteich
(bei Hengersberg nahe Deggendorf)

Nähere Infos und Anmeldung:
Tel. 09901-93520 | www.lvhs-niederalteich.de

STILLE TAGE IM KLOSTER SCHWEIGEN.HÖREN. REDEN.BETEN.

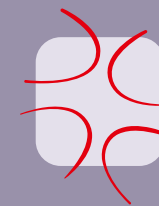
📍 Kloster Mallersdorf
Tel. 08772 69-00 (Vermittlung)
www.mallersdorf-schwestern.de

📍 Zisterzienserinnen Abtei Seligenthal
Tel. 0871 821-0 | www.abtei.seligenthal.de

📍 Zisterzienserinnen-Abtei Waldsassen
Gästehaus St. Joseph
Tel. 09632 92388-0
www.abtei-waldsassen.de

ANMELDEBOGEN

FACHSTELLE FRAUENSEELSORGE



Name _____ Vorname _____

Geburtsdatum _____

Straße _____

PLZ | Wohnort _____

Telefon _____ Mobil _____

E-Mail-Adresse _____

☐ *Ich bin damit einverstanden, dass diese Angaben zur Organisation der Veranstaltung und für die Zusendung weiterer Informationen bei der Fachstelle Frauenseelsorge gespeichert werden.

ABSENDER

Für folgende Kurse melde ich mich an:

Nr. _____ Datum _____

Nr. _____ Datum _____

Nr. _____ Datum _____

Nr. _____ Datum _____

☐ Ich wünsche vegetarisches Essen

☐ Ich habe Allergien/Unverträglichkeiten

Mit meiner Unterschrift melde ich mich verbindlich an und verpflichte mich, gegebenenfalls eine Ausfallgebühr zu bezahlen, falls ich innerhalb der gesetzten Frist vom Kurs zurücktrete.

Datum, Unterschrift



ORGANISATORISCHES



BÜROZEITEN

Das Büro der Fachstelle Frauenseelsorge ist von
Montag bis Donnerstag jeweils vormittags besetzt.



Außerhalb dieser Zeiten meldet sich der Anrufbeantworter, um Ihre Anliegen aufzuzeichnen. Wir rufen baldmöglichst zurück.



KURSANMELDUNG



Sie können sich anmelden:

- ☐ per Telefon
- ☐ per E-Mail
- ☐ oder über die Homepage

Bitte beachten Sie, dass Ihre Anmeldung alle erforderlichen Angaben enthält (siehe Anmeldeformular).

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

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

AUSFALLGEBÜHREN

Ihre Anmeldung ist verbindlich. Sollten Sie kurzfristig absagen, berechnen wir Ihnen – auch im Krankheitsfall – **Ausfallgebühren**. Diese richten sich nach den Tarifen des jeweiligen Tagungshauses. Bei Nicht-Teilnahme am Kurs ohne vorherige Abmeldung werden die gesamten Kursgebühren in Rechnung gestellt.



Eine Fachstelle des

