



# Angebote für Paare & Familien



2022/23

September-Februar



**B** BISTUM  
REGENSBURG  
HAUPTABTEILUNG SEELSORGE  
EHE UND FAMILIE

*Ihre Ansprech-  
partnerinnen und  
Ansprechpartner  
in der Fachstelle  
Ehe und Familie*

### **Referent**

Leitung

#### **Andreas Dandorfer**

Dipl.-Theologe, Pastoralreferent,  
Kess-erziehen Referent  
0941-597 22 10  
andreas.dandorfer@bistum-  
regensburg.de

### **Referent**

#### **Andreas Holzfurtner**

Dipl.-Theologe, Pastoralreferent  
0941-597 22 20  
andreas.holzfurtner@bistum-  
regensburg.de

### **Sekretariat**

#### **Ehe und Familie**

#### **Claudia Lehner**

0941-597 22 09  
ehe-familie@bistum-regensburg.de  
mfm@bistum-regensburg.de  
nfp@bistum-regensburg.de

### **Sekretariat**

#### **Ehe und Familie**

#### **Anna Bastianelli**

0941-597 22 08  
ehe-familie@bistum-regensburg.de  
mfm@bistum-regensburg.de  
nfp@bistum-regensburg.de

### **Referentin**

*Natürliche Familienplanung (NFP)  
nach Sensiplan*

#### **Annika Heim**

M. A. Kath. Theologie / Germanistik  
0941-597 22 07  
annika.heim@bistum-regensburg.de

### **Referentin**

*My Fertility Matters (MFM)*

#### **Doris Bräuherr**

Dipl.-Religionspädagogin (FH)  
0941-597 22 17  
doris.braueh Herr@bistum-  
regensburg.de

## *Inhalt und Termine*

- |          |   |   |           |   |
|----------|---|---|-----------|---|
| <b>1</b> | <b>„Ein Abend für uns...“</b><br>...im Advent 2022<br>...rund um den Valentinstag | <b>26.11.22</b><br><b>11.02.23</b>          | <b>7</b>  | <b>Vorträge und Workshops</b> zu<br>Erziehungs- und Beziehungsthemen            |
| <b>2</b> | <b>Romfahrt für Ehejubilare</b>   | <i>April 23</i><br>&<br><i>September 23</i> | <b>13</b> | <b>Natürliche Familien-<br/>planung (NFP)</b> nach<br>Sensiplan                 |
| <b>3</b> | <b>Der andere Vatertag</b>  | <b>18.05.23</b>                             | <b>15</b> | <b>My Fertility Matters (MFM)</b><br>Werteorientiertes Präventionspro-<br>gramm |
| <b>4</b> | <b>Tag der Ehejubilare</b>  | <i>Juni 23</i>                              | <b>19</b> | <b>Ehe und Familie digital</b>  |
| <b>5</b> | <b>„Ein Abend für uns...“</b><br>...im Sommer                                     | <b>08.07.23</b>                             |           |   |
| <b>6</b> | <b>„Du bist mein Schmuckstück“</b><br><b>Mutter-Tochter-Tage</b>                  | <b>24.-25.06.22</b>                         |           |   |

**!!!**

**Bedingt durch die Corona-  
Pandemie kann es sein, dass  
Veranstaltungen abgesagt  
werden müssen.**

**Bitte erkundigen Sie sich vor  
der Veranstaltung, ob sie  
stattfinden kann!**



1

## *Ein Abend für uns* *Adventseinstimmung & rund um den Valentinstag*

Mit Impulsen, Texten, Musik  
und vielem mehr laden wir Sie zu entspannten Abenden ein.  
Nehmen Sie sich doch wieder einmal Zeit für sich!

*„Die Frage der Zeit ist keine Frage von Minuten oder Stunden,  
keine Frage, ob und wann wir füreinander Zeit haben.  
Zeit haben wir, weil wir füreinander Zeit haben wollen.  
Dann, wenn wir uns welche nehmen, wird diese Zeit zu  
kostbaren Augenblicken.“* Ernst Ferstl

**Samstag,**  
**26. November 22**  
**18.00 – ca. 21.30 Uhr**

**Spitalgarten**  
St. Katharinenplatz 1  
93059 Regensburg

**Samstag,**  
**11. Februar 23**  
**18.00 – ca. 21.30 Uhr**

**Spitalgarten**  
St. Katharinenplatz 1  
93059 Regensburg

### **Referenten:**

**Andreas Dandorfer**, Dipl.-Theologe,  
Pastoralreferent

**Andreas Holzfurtner**, Dipl.-Theologe,  
Pastoralreferent

**Heidi Braun**, Dipl.-Theologin, Pastoralre-  
ferentin  
Fachstelle Gemeindegatechese

### **Kosten:**

**Advent** 12,00 € pro Person  
**Valentin** 25,00 € pro Person (3-Gänge-Menü)

### **Anmeldung:**

bis spätestens eine Woche vor der  
jeweiligen Veranstaltung bei:

KEB Regensburg-Stadt  
0941-597 22 31  
info@keb-regensburg-stadt.de

## Romfahrt für Ehejubilare

Zweimal im Jahr lädt die Fachstelle Ehe und Familie der Hauptabteilung Seelsorge im Bistum Regensburg Ehepaare, die ein Jubiläum feiern, zu einer einwöchigen Pilgerfahrt nach Rom ein.

Auf dem Programm stehen zum einen viele der Sehenswürdigkeiten Roms. Bei einem Stadtspaziergang erkunden Sie die Ewige Stadt, Sie besuchen die vier Papstkirchen, dürfen einen Blick in die Vatikanischen Gärten werfen u.v.m. Einen weiteren Höhepunkt der Pilgerfahrt stellt der Gottesdienst anlässlich des Ehejubiläums dar, den Sie in Castel Gandolfo feiern. Anschließend genießen Sie ein Mehrgängemenü mit herrlichem Blick über den Nemi-See.

### Pilgerbegleiter:

**Harald Scharf**, Domvikar, Leiter der Abteilung Erwachsenenpastoral (geistliche Begleitung)

**Andreas Dandorfer**, Pastoralreferent, Leiter der Fachstelle Ehe und Familie

### Anmeldung und nähere Informationen:

Fachstelle Ehe und Familie  
Obermünsterplatz 7, 93047 Regensburg  
Tel.: 0941-597 22 09  
ehejubilare@bistum-regensburg.de



2

**April  
2023  
&  
September  
2023**

*Die genauen Termine erfahren Sie ab September 22 bei der Fachstelle Ehe und Familie*

DER ANDERE  
**VATER**  
UND-KIND-SPASS-ERLEBNIS  
**TAG**

3

## *Der andere Vatertag*

*Ein Erlebnistag für Väter und ihre Kinder*

Es wartet ein Nachmittag mit buntem Programm auf Sie: verschiedene Mitmachaktionen, die einfach nur Spaß machen und Gelegenheiten schaffen, die Vater-Kind-Beziehung zu stärken.

Natürlich wird auch für das leibliche Wohl gesorgt und die Kinder können sich selbst knuspriges Stockbrot über dem Feuer backen.

Abgerundet wird dieser erlebnisreiche Tag mit einer Andacht am Lagerfeuer.

**Donnerstag,**  
**18. Mai 23**  
**15.00 – ca. 18.00**  
**Uhr**

*Ort wird noch bekannt  
gegeben*

### **Kosten:**

Die Teilnahme ist kostenlos.

### **Nähere Informationen:**

Andreas Dandorfer  
0941-597 22 10  
vatertag@bistum-regensburg.de

Die Veranstaltung findet statt in  
Kooperation mit:

Fachstelle für Alleinerziehende,  
Fachstelle Männerseelsorge,  
Kolping -Familienbildung

# Tag der Ehejubilare

## Dank für 25, 40, 50, 55, 60 und mehr Ehejahre

Sie begehen in diesem Jahr gemeinsam als Ehepaar im Kreis Ihrer Familien, Ihrer Kinder und Enkelkinder einen großen Tag. Sie blicken auf ein bewegtes Leben zurück, das seine Höhen und Tiefen kennt, auf ein Leben, das Sie Seite an Seite geführt und gemeistert haben. Dafür dürfen Sie Gott danken, vor dessen Angesicht Sie vor 25, 40, 50, 55, 60 oder sogar mehr Jahren zueinander „Ja“ gesagt haben.

Hwst. Herr Bischof Rudolf Vorderholzer lädt Sie herzlich zu einem festlichen Dankgottesdienst in Dom zu Regensburg ein, um Gott für das Gute, das er Ihnen geschenkt hat, zu danken und zugleich um seinen Segen für die Zukunft zu bitten!

### Anmeldung und nähere Informationen:

Fachstelle Ehe und Familie  
Obermünsterplatz 7, 93047 Regensburg  
Tel.: 0941-597 22 09  
ehejubilare@bistum-regensburg.de

Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit:



4

### Juni 2023

*Der genaue Termin  
wird noch bekannt  
gegeben*

**Dom St. Peter  
Regensburg**

5



## „Du bist mein Schmuckstück“ *Mutter-Tochter-Tage mit Schmuckworkshop*

Mutter und Tochter - im Alltag ein nicht immer spannungsfreies Verhältnis! Deshalb ist es manchmal gut, aus dem Alltagstrott auszusteigen und etwas ganz Anderes auszuprobieren.

Das gemeinsame Wochenende lässt für Mutter und Tochter Raum, eine besondere Zeit zu erleben, ein schönes Schmuckstück zu gestalten, sich aufeinander einzulassen und aneinander neue Glanzstellen zu entdecken.

**23. - 24. Juni 23**

**Fr. 16.30 -**

**Sa. 16.30 Uhr**

**Apostolatshaus der  
Pallottiner**

Hofstetten 1,  
93167 Falkenstein

**Referentinnen:**

**Renate Brandel-Motzel**  
Goldschmiedemeisterin

**Elisabeth Rembeck**  
Dipl. Rel.päd. (FH)

**Kosten:**

Erwachsene 70,00 €  
Jugendliche 13 - 16 J. 45,00 €

Materialkosten für das Schmuckstück zwischen 10,00 € und 40,00 € (Barzahlung vor Ort)

**Anmeldung bis 07.06.2023:**

Fachstelle Frauenseelsorge  
Obermünsterplatz 7  
93047 Regensburg

frauenseelsorge@bistum-regensburg.de  
0941- 597-2243

*Kooperationsveranstaltung der Fachstellen  
Frauenseelsorge und Ehe und Familie*



# *Ein Abend für uns*

## *im Sommer*

Mit Impulsen, Texten, Musik  
und vielem mehr laden wir Sie zu entspannten Abenden ein.  
Nehmen Sie sich doch wieder einmal Zeit für sich!

*„Die Frage der Zeit ist keine Frage von Minuten oder Stunden,  
keine Frage, ob und wann wir füreinander Zeit haben.  
Zeit haben wir, weil wir füreinander Zeit haben wollen.  
Dann, wenn wir uns welche nehmen, wird diese Zeit zu  
kostbaren Augenblicken.“* Ernst Ferstl

### **Referenten:**

**Andreas Dandorfer**, Dipl.-Theologe,  
Pastoralreferent

**Andreas Holzfurtner**, Dipl.-Theologe,  
Pastoralreferent

### **Kosten:**

25,00 € pro Person (3-Gänge-Menü)

### **Anmeldung:**

bis spätestens eine Woche vor der  
jeweiligen Veranstaltung bei:

KEB Regensburg-Stadt  
0941-597 22 31

info@keb-regensburg-stadt.de



6

**Samstag,**  
**08. Juli 2023**  
**18.00 – ca. 22.00 Uhr**

### **Spitalgarten**

St. Katharinenplatz 1  
93059 Regensburg



## Vorträge und Workshops zu Erziehungs- und Beziehungsthemen

auch online

Folgende Themen können Sie für Ihre Pfarrgemeinde oder Ihren Kindergarten bei uns buchen:

### Andreas Dandorfer

#### • „Schau mal, was ich kann...“ Kinder stark machen fürs Leben.

Kinder stark machen fürs Leben. Wie geht das? Indem Eltern wahrnehmen, was ihr Kind schon alles kann. Denn wo Kinder sogenannte Entwicklungsaufgaben bewältigen, wächst das kindliche Selbstbewusstsein und die psychische Widerstandsfähigkeit, auch Resilienz genannt. Auch Rituale und eine Verankerung positiver Erfahrungen spielen hier eine große Rolle. Wie diese Bestärkung und positive Wahrnehmung im Familienalltag verankert werden können, zeigt ein Einblick in die autoritative Erziehung. In Grundzügen wird dieser Erziehungsstil an diesem Abend erläutert und spannt dabei den Bogen zwischen liebevollem Begleiten und einem guten Maß an Autorität.

#### • „Kinder brauchen Religion“ Vortrag mit Gespräch

Mein Kind fragt nach Gott. Was antworte ich? Gerade bei religiösen Fragen sind Eltern oft überfordert. Denn diese Fragen sind immer auch existentieller Natur. Oft genug kommen sie ganz unerwartet beim Butterbrotschmieren oder auf dem schnellen Weg zum Kindergarten und fordern Eltern heraus. Vielleicht deshalb, weil es bedeutet, sein eigenes Gottesbild in eigene Worte zu fassen. Worte, die für das eigene Kind umso wertvoller sind, weil sie mit uns selbst zu tun haben.

Ein ermutigender Vortrag, der dazu anregt, sich mit religiösen Fragen und Werten und dem eigenen Gottesbild zu beschäftigen, um auch in der religiösen Erziehung authentisch zu bleiben.

<sup>1</sup> Georg Langenhorst, Kinder brauchen Religion! Orientierung für Erziehung und Bildung, Herder, 2014.

Nähere Informationen  
bei:

andreas.dandorfer  
@bistum-  
regensburg.de  
0941-597 22 10

## • **KESS-erziehen – Weniger Stress. Mehr Freude.**

Elternkurs für Mütter und Väter von Kindern im Alter von 3 bis 11 Jahren  
/ 5 Abende

Kess-erziehen: Weniger Stress - mehr Freude stellt die Entwicklung des Kindes, gestützt durch Ermutigung, und dessen verantwortungsvolle Einbeziehung in die Gemeinschaft in den Mittelpunkt. Mütter und Väter von Kindern im Alter von 3 bis 11 Jahren erhalten eine praktische, ganzheitlich orientierte Erziehungshilfe.

Zu jeder Einheit gehören Informationen über die Entwicklung und die Bedürfnisse von Kindern, kurze Übungen, Demonstrationen, Selbstreflexion und Anregungen für die Praxis zu Hause.

### Die Themen der fünf Kurseinheiten:

- Das Kind sehen - soziale Grundbedürfnisse achten
- Verhaltensweisen verstehen - angemessen reagieren
- Kinder ermutigen - die Folgen des eigenen Handelns zumuten
- Konflikte entschärfen - Probleme lösen
- Selbstständigkeit fördern - Kooperation entwickeln

*Informationen zu weiteren Kursen und Anmeldung auf der Website des Website Kolping-  
Erwachsenenbildungswerk Regensburg e.V.*

*<https://www.kolping-erwachsenenbildungswerk-regensburg.de/elternkurse-kess-erziehen/>*



8

Nähere Informationen  
zu **Kess-erziehen** bei:

Kolping-  
Erwachsenenbildungs-  
werk Regensburg e.V.

Sebastian Wurmdobler

info@kebw-  
regensburg.de

0941-597 2234



## *Vorträge und Workshops zu Erziehungsthemen*

### • **(Über)Förderung (über)fordert**

„Das überförderte Kind? Wie viel Ehrgeiz verträgt gute Erziehung?“, so titelte das Magazin der Spiegel in seiner Ausgabe Nr. 42 vom 17.10.2011.

Vermutlich waren Eltern noch nie so bemüht wie heutzutage, ihr Kind so gut es geht auf das Leben vorzubereiten.

Yoga für Schwangere, Babyschwimmen, Musikalische Früherziehung, Englisch im Kindergarten...

Die Weichen für ein erfolgreiches Leben sollen von Anfang an gestellt werden – ja fast könnte man ein schlechtes Gewissen als Eltern bekommen, wenn man nicht die größtmögliche Produktpalette an Fördermöglichkeiten abdeckt, die für ein bestmögliches Aufwachsen und ein später erfolgreiches Leben (angeblich) absolut unverzichtbar sind.

Es werden aber auch immer wieder Stimmen laut, die von einer ÜBERförderung unserer Kinder sprechen.

Viele Eltern fragen sich: „Wie fördere ich mein Kind, ohne es zu ÜBER-fördern und damit vielleicht auch zu ÜBER-fordern?“

### • **Mut zum NEIN - liebevoll Grenzen setzen**

„Ich will das aber haben, ich will, ich will, ich will....“

Vielleicht verbinden Sie diese Worte auch mit einem Supermarktbesuch. Hinter Ihnen an der Kasse eine riesige Schlange, vor Ihnen das Regal mit den Überraschungseiern und neben Ihnen ein Kind, das lauthals verkündet, eines dieser mit Spielsachen gefüllten Schokoeier haben zu wollen, und sich zur Bekräftigung seines Wunsches am Boden wälzt.

Nachdem es erst gestern eines dieser mit Spielsachen gefüllten Schokoeier bekommen hat, wollen Sie Ihrem Kind heute keines kaufen. Schließlich geht das nicht bei jedem Einkauf.

Eine Entscheidung ist von Ihnen gefordert – konsequent bleiben und die 30 Augenpaare, die Sie deutlich im Rücken spüren, weiterhin aushalten oder nachgeben und Ruhe haben.

Manchmal fällt es Erwachsenen schwer, gegen den Willen von Kindern zu handeln. Doch für Kinder ist es auf lange Sicht einfacher, wenn sie wissen, wo ihre Grenzen sind.

### **Nähere Informationen bei:**

andreas.dandorfer

@bistum-  
regensburg.de

0941-597 22 10

## *Vorträge und Workshops zu Paarthemen*

Andreas Holzfurtner bietet folgende Themen für Vortragsabende an:

### Partnerschaft und Ehe

#### „Weil die Liebe niemals aufhört“

Vortrag zu Ehe und Partnerschaft mit folgenden Inhalten

Was ist aus der Verliebtheit am Anfang geworden?

Was macht eine Ehe stabil?

Die Sprachen und Dialekte der Liebe

Ein Dritter geht mit und trägt uns

#### „Liebt einander!“

Im Rahmen des Letzten Abendmahls, bei der Fußwaschung, richtet Jesus diese Worte an seine Jünger. Ohne Liebe geht es nicht. Das gilt für alle Lebensbereiche. Gerade für Ehepaare ist es wichtig, sich das immer wieder in Erinnerung zu rufen. Stolpersteine und Streitthemen gibt es mehr als genug. Richten wir doch mal gezielt den Blick auf das, was eine Ehe stabil macht. Unter anderem spielen dabei die Verliebtheit und der Zauber des Anfangs eine wichtige Rolle.



10

#### **Nähere Informationen bei:**

andreas.holzfurtner  
@bistum-  
regensburg.de  
0941-597 22 20



## *Vorträge und Workshops zu Erziehungsthemen*

Als Baustein für ein Familienwochenende, für den Kindergarten oder die Pfarrgemeinde. Alle Themen können auch online angeboten werden.

11

- **„Auf eigenen Beinen stehen“: Kinder brauchen verlässliche Begleiter**

Sogenannte „Helikoptereltern“ kreisen ständig um ihr Kind. „Rasenmäher- oder Schneepflugeltern“ gehen noch einen Schritt weiter, indem sie jedes Problem, das ihrem Kind im Weg sein könnte, bereits vorsorglich zur Seite räumen.

Das schadet den Kindern jedoch auf dem Weg zur Selbständigkeit. Vielmehr brauchen sie ein gewisses Maß an Freiheit, damit sie Vertrauen in ihre eigenen Stärken gewinnen und gleichzeitig auch Grenzen erkennen. Dabei müssen sie sich auf Ihre Eltern als Begleiter verlassen können, die möglichst kind- und altersgerecht auf sie eingehen.

- **„Was soll ich denn noch alles machen?“  
Gelassen bleiben im Familienalltag**

Beruf, Haushalt, Kinder, Ehrenamt, Nachhaltigkeit, Gesundheit, körperliche Fitness, Glaube und Gebet. Alles ist wichtig, für alles muss Zeit sein. Auf keinen Fall darf ich Zeit sparen, indem ich „halbe Sachen“ mache. Ständig mit diesem Druck zu leben, zehrt an den Kräften, Scheitern ist vorprogrammiert.

Deshalb raten Experten dazu, nicht zu perfektionistisch zu sein, sich nicht zu wichtig zu nehmen. Wie sich das umsetzen lässt, möchte der Vortrag zeigen. Besondere Bedeutung hat dabei der Erfahrungsaustausch.

### **Nähere Informationen bei:**

andreas.holzfurtner  
@bistum-  
regensburg.de  
0941-597 22 20



- **Familie fröhlich, liebevoll und gemeinsam leben**

Niemand hat Kinder bekommen, um sich mit ihnen zu „streiten“. Dennoch bestimmen kleinere und größere Auseinandersetzungen nicht selten den Alltag. Konflikte sind ein Teil des Lebens und bringen für die Familie im besten Fall wertvolle Fortschritte.

Es kommt auf die Grundhaltung an. Eine wertschätzende Partnerschaft und Eltern - Kind - Beziehung trägt entscheidend dazu bei, dass schwierige Situationen gemeistert werden. Familie soll, muss und kann Glück sein. Wir kennen unsere Stärken und Schwächen und mögen uns gerade deshalb.

Verschiedene Familien können dazu verschiedenes beitragen und sich so im besten Fall gegenseitig weiterhelfen.

- **„So ein Tag, so wunderschön wie heute“ –  
Miteinander leben und feiern**

Im Religionsunterricht der 3. Klasse bereiten sich die Kinder auf die Erstkommunion vor. Dieser große Tag wird zu einem gelungenen Fest für die ganze Familie, wenn sich auch Eltern und Geschwister darauf einstimmen.

Die Feste des Kirchenjahres, der Sonntag als Familientag, aber auch Geburtstagsfeiern oder die Erinnerung an den Namenstag bieten dazu gute Gelegenheiten.

**Nähere Informationen bei:**

andreas.holzfurtner

@bistum-

regensburg.de

0941-597 22 20



13

sensiPLAN

## *Natürliche Familienplanung (NFP) nach Sensiplan*

*Wer seinen Körper kennt, kann ihm vertrauen.*

**Natürliche Familienplanung nach Sensiplan®** steht für die wissenschaftlich erforschte, **symptothermale Methode** und ist eine moderne, hochsichere und natürliche Form der Familienplanung, bei der die Frau verschiedene Körperzeichen beobachtet, die sich im Laufe ihres Zyklus typisch verändern.

Diese Zeichen ermöglichen Frauen jeden Alters mit Hilfe bestimmter Regeln, die fruchtbaren und unfruchtbaren Tage in ihrem Zyklus zu bestimmen und ihre Fruchtbarkeit bewusst zu (er-)leben. Zugleich ermöglicht die Methode Paaren, verantwortete Elternschaft zu leben oder eine Schwangerschaft zu vermeiden.

NFP beruht auf der Beobachtung und Einschätzung von Körperzeichen im Zyklusverlauf der Frau und kann mithilfe von ausgebildeten und zertifizierten Beraterinnen und Beratern erlernt werden.

### **NFP nach Sensiplan ist eine Wahrnehmungsmethode:**

Durch das regelkonforme Beobachten und Aufzeichnung von verschiedenen Körperzeichen der Frau werden die fruchtbaren und unfruchtbaren Tage des weiblichen Zyklus unterschieden.

Die wichtigsten Zeichen dabei sind:

Basale Körpertemperatur & Zervixschleim / Muttermund



Die NFP-Beratung versteht sich als Dienst an allen Menschen – ohne Ansehen der Person und ihrer Beweggründe – und ist deswegen offen für alle.

Über die **NFP-Regionalzentrale Regensburg** bekommen Sie fundierte Informationen zu den Themen Zyklus, Fruchtbarkeit und natürliche Familienplanung nach Sensiplan®.:

- NFP-Kurse und Beratungen bei zertifizierten Sensiplan Beraterinnen
- Infoveranstaltungen und Vorträge zu NFP nach Sensiplan
- Kostenlose Sprechstunde (Termine nach individueller Vereinbarung)

### Sensiplan Berater/-innen - Ausbildungskurs 2022/23 in Regensburg

*Sie sind erfahren und haben Freude an Sensiplan?  
Sie überlegen selbst in der NFP Beratung tätig zu werden?*

Melden Sie sich bei uns - im Herbst 2022 startet ein Ausbildungskurs in Regensburg! Der Ausbildungskurs umfasst vier Ausbildungswochenenden, eine Praxisphase sowie eine Zertifizierungsprüfung.

*Für mehr Informationen, bei Rückfragen und dem Wunsch einer Beratung kontaktieren Sie uns gerne:*

Bistum Regensburg  
NFP-Regionalzentrale Regensburg

[nfp@bistum-regensburg.de](mailto:nfp@bistum-regensburg.de)

**Annika Heim**, NFP- Beauftragte  
0941 597-2207

**Claudia Lehner**, Sekretariat  
0941 597-2209



14

**sensi**PLAN

[www.nfp-online.de](http://www.nfp-online.de)

[www.sensiplan.de](http://www.sensiplan.de)



**My Fertility Matters**  
Werteorientiertes  
Präventionsprogramm

15

## *MFM Informationsvorträge für Eltern, Lehrer/innen und Interessierte*

Eltern sind Ansprechpartner Nr. 1 für ihre Kinder, wenn es um Themen rund um Pubertät, Sexualität und Fruchtbarkeit geht. Wir wollen Sie in Ihrer Erzieherrolle stärken. Sie werden ermutigt, Ihrem Kind einen positiven Zugang zu seinem Körper zu vermitteln. Bei den Informationsvorträgen erhalten Interessierte, Eltern und Lehrer/innen einen Einblick, wie die Referent/innen in den Workshops mit Kindern arbeiten. Der gleiche Wissensstand ebnet den Weg für das gemeinsame Gespräch in der Familie und erleichtert die Nachbereitung für die Lehrkräfte im Unterricht.

### **Termine und Ort:**

nach Absprache

### **Anmeldung und nähere Informatio- nen:**

0941-597 22 17  
oder  
mfm@bistum-  
regensburg.de

### **Dauer:**

1,5 Stunden

### **Kosten:**

Honorar + Fahrtkosten übernimmt die  
KEB im Bistum Regensburg.



**MFM** Agenten auf dem Weg  
My Fertility Matters



**MFM** WaageMut  
My Fertility Matters



**MFM** Zyklusshow  
My Fertility Matters

**MFM** KörperWunderWerkstatt  
My Fertility Matters





KörperWunderWerkstatt  
My Fertility Matters

17



Agenten auf dem Weg  
My Fertility Matters

### **Termine und Ort:**

nach Absprache

### **Anmeldung und nähere Informatio- nen:**

0941-597 22 17  
oder  
mfm@bistum-  
regensburg.de

## *Geschlechtsgetrennter Workshop für Mädchen und Jungen in der 4. Jahrgangsstufe*

In der „KörperWunderWerkstatt“ erleben Mädchen und Jungen altersgerecht und in getrennten Gruppen, wie sich ihr Körper in der Pubertät in ein „Meisterstück“ verwandelt. In einer interaktiven Entdeckungsreise erfahren sie behutsam, wie ein neues Leben entsteht. Sie spüren, wie kostbar ihr Körper ist und dass jeder Mensch einzigartig ist.

### **Dauer:**

4 x 45 Minuten

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Kinder begrenzt.

### **Kosten:**

Honorar 150,00 € + Fahrtkosten.

## *Workshop für Jungen in der 5. / 6. Jahrgangsstufe*

In einem phantasievollen Stationenspiel schlüpfen die Jungen als Spezialagenten in die Rolle der Spermien und gehen auf eine spannende Entdeckungsreise durch den männlichen und weiblichen Körper.

### **Dauer:**

Mo – Fr, 8.00 – 13.00 Uhr  
Sa, 9.00 – 15.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Kinder begrenzt.

### **Kosten:**

Honorar Mo – Fr 220,00 € + Fahrtkosten  
Sa 250,00 € + Fahrtkosten.

## *Workshop für Mädchen in der 5./6. Jahrgangsstufe*

Die Zyklusshow ist eine einzigartige, anschauliche Darstellung des weiblichen Zyklusgeschehens. Die Mädchen schlüpfen in die Rolle der Hormone und erleben staunend, wie diese sie vom Mädchen zur Frau werden lassen und warum sie die Tage bekommen.

### **Dauer:**

Mo – Fr, 8.00 – 13.00 Uhr

Sa, 9.00 – 15.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Kinder begrenzt.

### **Kosten:**

Honorar Mo – Fr 220,- € + Fahrtkosten

Sa 250,00 € + Fahrtkosten.

## *Workshop ab der 9. Jahrgangsstufe*

Im „WaageMut-Workshop“ wird Jugendlichen zugemutet, einfache Patentlösungen in Frage zu stellen und individuell Abwägen zu üben, statt fertige Lösungen zu übernehmen.

Wir machen Ihnen MUT, eigenverantwortliche Entscheidungen zu treffen. Inhalte des Workshops sind: Basiswissen zu Fruchtbarkeit, Wirkweise von Verhütungsmethoden und Impulse für eine gelingende Beziehung.

### **Dauer:**

Mo – Fr, 8.00 – 13.00 Uhr

Sa, 9.00 – 15.00 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Kinder begrenzt.

### **Kosten:**

Honorar Mo – Fr 220,00 € + Fahrtkosten

Sa 250,00 € + Fahrtkosten.



**Zyklusshow**  
My Fertility Matters

18



**WaageMut**  
My Fertility Matters

### **Termine und Ort:**

nach Absprache

### **Anmeldung und nähere Informationen:**

0941-597 22 17

oder

mfm@bistum-  
regensburg.de

## *Ehevorbereitung im Bistum Regensburg*

Mit den Ehevorbereitungsseminaren möchten wir Ihnen helfen, sich gut auf Ihre Ehe vorzubereiten. Keine Angst – es geht nicht ums Ausfragen oder Prüfen – es geht um Ihre persönliche Vorbereitung. Neben den vielen äußeren Vorbereitungen auf Ihre kirchliche Trauung, möchten wir Ihnen Zeit zu zweit schenken,

*... in der Sie Ihren bisherigen und Ihren künftigen gemeinsamen Lebensweg in den Blick nehmen,  
... sich bewusst machen, was Sie sich bei der Trauung versprechen,  
... erfahren, was die Ehe eigentlich zu einem Sakrament macht,  
... und Möglichkeiten kennen lernen, wie Sie Ihren Trauungsgottesdienst gestalten können.*

### *Anmeldung und weitere Informationen*

im Veranstaltungskalender von

[www.trau-dich-kirchlich.de](http://www.trau-dich-kirchlich.de)



...oder bei der Fachstelle Ehe und Familie  
([ehe-familie@bistum-regensburg.de](mailto:ehe-familie@bistum-regensburg.de))





### Wer heiraten will, muss an die unterschiedlichsten Dinge denken:

den Pfarrer, die Kirche, die Location für die Feier, das Hochzeits-Menü, die Gästeliste, ...

Zwischendrin sollte es aber immer wieder Zeit zu zweit geben. Gerade während der hektischen Vorbereitung darf die eigene Beziehung – die „Freude der Liebe“ (Papst Franziskus) – mit all ihren Themen nicht zu kurz kommen.

Deshalb ist die App **Ehe.Wir.Heiraten.** der katholischen Kirche genauso vielseitig wie die Situationen der Hochzeitsvorbereitung. Die App mit ihren vielen interessanten Infos will euch als Paar unterstützen und begleiten.

Sie ist kostenlos für Apple- und Android-Smartphones erhältlich und richtet sich an alle, die heiraten wollen.

**Direkt im App-Store kostenlos downloaden!**



[www.ehe-wir-heiraten.de](http://www.ehe-wir-heiraten.de)

## Angebote für Familien im Bistum Regensburg

Im Bistum Regensburg gibt es viele Veranstaltungen für Familien.

Unter [www.familienimbistumregensburg.de](http://www.familienimbistumregensburg.de) gelangen Sie zum bistumsweiten Veranstaltungskalender für Familien!



**elternbriefe**  
Die neue Elternbriefe-App ist da!



Laden im  App Store


JETZT BEI  Google Play

© Fotolia / Dmitry Lobanov


**BISTUM  
REGENSBURG**  
HAUPTABTEILUNG SEELSORGE

**EHE UND FAMILIE**

ehepost



**liebe. leben.**  
Eine Initiative der katholischen Kirche

Auch als App für unterwegs.  
Weitere Informationen unter [www.ehepost.de](http://www.ehepost.de)

## Fachstelle Ehe und Familie

Obermünsterplatz 7

93047 Regensburg

Tel.: 0941-597 22 08

0941-597 22 09

Mail: [ehe-familie@bistum-regensburg.de](mailto:ehe-familie@bistum-regensburg.de)