

# PROGRAMM 2026

FÜR FRAUEN MIT  
LEBENSFREUDE,  
HALTUNG &  
TIEFGANG



Katholischer  
Deutscher  
Frauenbund

Bildungswerk des KDFB Diözesanverband Regensburg e.V.

# JANUAR

## Mit Ruhe in den Tag – Achtsames Yoga für innere Stärke

Online-Kurs für Anfängerinnen und Mittelstufe

**Termin** Fr., 16.01. – Fr., 06.03., 07.30 – 08.45 Uhr, 8-mal

**Kosten** 75,00 € | KDFB-Mitglied 55,00 €



# FEBRUAR

## Pack die Lebensfreude aus!

Lebensfreude empfinden und weitergeben

*Kommission Ehe – Familie – Beruf*

**Termin** Di., 03.02., 20.00 – 21.30 Uhr

**Ort** Falkenstein

**Kosten** gebührenfrei

## Geschwister im Glauben begegnen sich

Führung durch die Moschee in Regensburg

*Kommission Glaube und Kirche*

**Termin** Sa., 07.02., 14.30 – 16.30 Uhr

**Ort** Moschee, Regensburg

**Kosten** gebührenfrei

## Kreatives Design leicht gemacht

Canva-Workshop

**Termin** Fr., 13.02., 14.00 – 17.00 Uhr

**Ort** Haus Johannisthal, Windischeschenbach

**Kosten** 25,00 € | KDFB-Mitglied 15,00 €

KDFB-Führungschaft gebührenfrei

inkl. Kaffee und Kuchen

# MÄRZ

## Viele Farben hat das Leben

Religiöser Bildungstag

**Termin** Do., 26.02., 09.00 – 16.30 Uhr

**Ort** Schönstatt-Zentrum Kösching

**Kosten** 40,00 € | KDFB-Mitglied 30,00 €  
inkl. Mittagessen, Kaffee und Kuchen,  
Kaltgetränke



© KI generiert

## Die Kunst der schönen Schrift: mit Ziehfeder, Rulingpen & Co

Kalligraphie für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

**Termin** Fr., 06.03., 14.30 Uhr – Sa., 07.03., 13.00 Uhr

**Ort** Kloster Weltenburg, Kelheim

**Kosten** 210,00 € | KDFB-Mitglied 185,00 €  
zzgl. Materialkosten

## Die Kunst der schönen Schrift: Antiqua mit der Spitzfeder

Kalligraphie für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

**Termin** Sa., 07.03., 14.30 Uhr – So., 08.03., 15.00 Uhr

**Ort** Kloster Weltenburg, Kelheim

**Kosten** 210,00 € | KDFB-Mitglied 185,00 €  
zzgl. Materialkosten

## Bildungsfestival FrauenWelt

*In Kooperation mit den Fachstellen Frauenseelsorge  
sowie Ehe und Familie*

**Termin** Fr., 13.03., 19.30 Uhr – Sa., 14.03., 18.30 Uhr

**Ort** Diözesanzentrum Obermünster, Regensburg

**Kosten** 35,00 € | Studierende, Schülerinnen und  
Auszubildende 20,00 €  
inkl. Snacks, Obst, Kuchen und Getränke

## Himmelwärts

Sing-Workshop

**Termin** Sa., 14.03., 09.00 – 17.00 Uhr

**Ort** Bildungshaus Kloster Ensdorf

**Kosten** 65,00 € | KDFB-Mitglied 50,00 €  
inkl. Stehkaffee, Mittagessen,  
Kaffee und Kuchen

## Autorenlesung und Gespräch mit Tobias Haberl

Aus dem Buch „Unter Heiden –  
Warum ich trotzdem Christ bleibe“

*Kommission Medien*

**Termin** Fr., 27.03., 19.00 – 21.00 Uhr

**Ort** Diözesanzentrum Obermünster, Regensburg

**Kosten** 10,00 € | KDFB-Mitglied 8,00 €

# APRIL

## Blaues Gold – Unser Umgang mit der Ressource Wasser

Bildungsfrühstück

*AG Landfrauen*

**Termin** Do., 16.04., 08.30 – 11.30 Uhr

**Ort** Altenstadt b. Vohenstrauß

**Kosten** gebührenfrei

## Geschwister im Glauben begegnen sich

Führung durch die Synagoge in Regensburg

*Kommission Glaube und Kirche*

**Termin** Fr., 17.04., 14.00 – 15.30 Uhr

**Ort** Neue Synagoge, Regensburg

**Kosten** gebührenfrei

## Digital die Zukunft gestalten

Workshop

**Termin** Sa., 18.04., 10.00 – 16.30 Uhr

**Ort** Diözesanzentrum Obermünster, Regensburg

**Kosten** 60,00 € | KDFB-Mitglied 40,00 €

KDFB-Führungskraft gebührenfrei

inkl. Snack, Kaffee und Kuchen, Kaltgetränke

Mittagspause zur freien Verfügung

# Pilger- und Studienreise: Auf den Spuren von Paulus und Lydia

Christliche Geschichte und Kultur in Griechenland

Philippi | Thessaloniki | Meteora-Klöster | Delphi |

Korinth | Athen und mehr

**Termin** So., 19.04. – So., 26.04.

**Kosten** 2.100,00 € | KDFB-Mitglied / Partner 1.975,00 €

Zuschlag Einzelzimmer 295,00 €

## Führung durchs BayernLab

AG Landfrauen

**Termin** Di., 21.04., 14.30 – 16.30 Uhr

**Ort** Nabburg

**Kosten** gebührenfrei

## Führung durchs BayernLab

AG Landfrauen

**Termin** Mi., 22.04., 14.30 – 16.30 Uhr

**Ort** Wunsiedel

**Kosten** gebührenfrei

## Blaues Gold – Unser Umgang mit der Ressource Wasser

Bildungsfrühstück

AG Landfrauen

**Termin** Fr., 24.04., 08.30 – 11.30 Uhr

**Ort** Neukirchen-Balbini

**Kosten** gebührenfrei



## Aquarell-Lettering-Workshop im Loose Stil für Einsteigerinnen

Loose Watercolor Floral mit Lettering

**Termin** Sa., 25.04., 09.30 – 16.30 Uhr

**Ort** Benediktinerabtei, Rohr i. NB

**Kosten** 110,00 € | KDFB-Mitglied 85,00 €

zzgl. Materialkosten

inkl. Stehkaffee mit Snack, Mittagessen,

Kaffee und Kuchen

# MAI

## Geschlechtersensible Medizin im Fokus: Diagnosen, Versorgung, Therapien



*In Kooperation mit regionalen Gleichstellungs-, Gesundheits- und Wissenschaftseinrichtungen sowie der Kommission Gesellschaft und Politik*

**Termin** Mi., 20.05., 18.00 Uhr

**Ort** Landratsamt Regensburg, live & digital

**Kosten** gebührenfrei

## Kraftorte entdecken

Geführte Wanderung zur Andreaskapelle bei Tröstau

*Kommission Glaube und Kirche*

**Termin** Sa., 23.05., 11.00 – 16.30 Uhr

**Ort** Treffpunkt: Parkplatz am Bräustüberl, Schönbrunn

**Kosten** gebührenfrei

# JUNI

## Katastrophenschutz dahoam

*AG Landfrauen*

**Termin** Do., 11.06., 10.00 – 12.00 Uhr

**Ort** Deggendorf

**Kosten** gebührenfrei

## Pack die Lebensfreude aus!

Lebensfreude empfinden und weitergeben

*Kommission Ehe – Familie – Beruf*

**Termin** Do., 11.06., 19.30 – 21.00 Uhr

**Ort** Trausnitz

**Kosten** gebührenfrei

## Die Seele baumeln lassen

*Ein Tanztag für mich*

**Termin** Sa., 20.06., 09.30 – 16.00 Uhr

**Ort** Haus Johannisthal, Windischeschenbach

**Kosten** 80,00 € | KDFB-Mitglied 60,00 €

inkl. Stehkaffee, Mittagessen, Kaffee und Kuchen

## Pack die Lebensfreude aus!

Lebensfreude empfinden und weitergeben

*Kommission Ehe – Familie – Beruf*

**Termin** Di., 23.06., 19.00 – 20.30 Uhr

**Ort** Weiden

**Kosten** gebührenfrei

# JULI

## Ein Blick hinter die Kulissen Bildungsausflug zu TVA

Studioführung und Medienpraxis

*Kommission Medien*

**Termin** Mi., 01.07., 17.30 – 19.30 Uhr

**Ort** Regensburg

**Kosten** gebührenfrei

---

## Den eigenen Weg gehen

Wanderung mit spirituellen Impulsen rund um Kallmünz über Traidendorf

**Termin** Sa., 04.07., 10.00 – 14.00 Uhr

**Ort** Treffpunkt: Parkplatz am Schmidwöhr, Kallmünz

**Kosten** 35,00 € | KDFB-Mitglied 20,00 €

---

## Ein Blick hinter die Kulissen Bildungsausflug zu OTV

Studioführung und Medienpraxis

*Kommission Medien*

**Termin** Fr., 17.07., 10.00 – 12.00 Uhr

**Ort** Amberg

**Kosten** gebührenfrei



# SEPTEMBER

## Tuchfabrik heute und regional

Führung durch die Fa. Mehler GmbH

*AG Landfrauen*

**Termin** Fr., 18.09., 13.00 – 16.30 Uhr

**Ort** Tirschenreuth

**Kosten** gebührenfrei

---

## Einfach lachen – Die Kraft des Humors

Workshop

**Termin** Sa., 19.09., 09.30 – 16.30 Uhr

**Ort** Haus Johannisthhal, Windischeschenbach

**Kosten** 100,00 € | KDFB-Mitglied 80,00 €

inkl. Stehkaffee, Mittagessen, Kaffee und Kuchen

## Kreatives Design leicht gemacht

Canva-Workshop



**Termin** Di., 22.09., 18.00 – 20.00 Uhr

**Ort** Online-Veranstaltung

**Kosten** 10,00 € | KDFB-Mitglied gebührenfrei

## Pack die Lebensfreude aus!

Lebensfreude empfinden und weitergeben

*Kommission Ehe – Familie – Beruf*

**Termin** Sa., 26.09., 15.00 – 16.30 Uhr

**Ort** Bodenkirchen

**Kosten** gebührenfrei

## Mit Karten durch das Jahr

Kartengestaltung mit Fineliner, Farbe & Schrift

Workshop

**Termin** Sa., 26.09., 09.30 – 16.30 Uhr

**Ort** Benediktinerabtei, Rohr i. NB

**Kosten** 120,00 € | KDFB-Mitglied 95,00 €

zzgl. Materialkosten

inkl. Stehkaffee mit Snack,

Mittagessen, Kaffee und Kuchen



## Gib mir, Gott, ein hörendes Herz!

Religiöse Bildungstage

**Termin** Fr., 09.10., 18.00 Uhr – So., 11.10., 13.00 Uhr

**Ort** Haus Werdenfels, Nittendorf

**Kosten** 220,00 € | KDFB-Mitglied 190,00 €



# OKTOBER

## Mit Persönlichkeit und Klarheit überzeugen

Rhetorik-Workshop

**Termin** Sa., 10.10., 09.30 – 16.30 Uhr

**Ort** Diözesanzentrum Obermünster, Regensburg

**Kosten** 110,00 € | KDFB-Mitglied 80,00 €

inkl. Kaffee, Snack und Kaltgetränke

Mittagspause zur freien Verfügung

## Die Kunst der schönen Schrift

Kalligraphie-Workshop für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

**Termin** Fr., 16.10., 14.30 Uhr – So., 18.10., 15.00 Uhr

**Ort** Kloster Weltenburg, Kelheim

**Kosten** 400,00 € | KDFB-Mitglied 350,00 €  
zzgl. Materialkosten

## Wer stillt meine Sehnsucht, wenn die KI Gott spielt?

Film-Oasentag

*Kommission Glaube und Kirche & Arbeitskreis Film*

**Termin** Sa., 17.10., 09.30 – 17.00 Uhr

**Ort** Katholische Akademie, Regensburg

**Kosten** 80,00 € | KDFB-Mitglied 60,00 €  
inkl. Stehkaffee mit Snack, Mittagessen, Kaffee  
und Kuchen, Obst und Kaltgetränke

# NOVEMBER

## Zeit für Trauer

Seminartag für Trauernde

**Termin** Sa., 07.11., 09.00 – 16.30 Uhr

**Ort** Haus Johannisthal, Windischeschenbach

**Kosten** 100,00 € | KDFB-Mitglied 75,00 €  
inkl. Stehkaffee, Mittagessen, Kaffee und Kuchen

## Medienpädagogik: Fachvortrag für Eltern von 6- bis 10-Jährigen mit dem Schwerpunkt Internet und Smartphone

*Kommission Medien*

**Termin** Sa., 14.11., 15.00 – 17.00 Uhr

**Ort** Regensburg

**Kosten** 10,00 € | KDFB-Mitglied gebührenfrei

## Mehr Leichtigkeit im Alltag

Workshop

**Termin** So., 15.11., 09.30 – 17.00 Uhr

**Ort** Haus Werdenfels, Nittendorf

**Kosten** 95,00 € | KDFB-Mitglied 75,00 €  
inkl. Stehkaffee, Mittagessen, Kaffee und Kuchen



# EHRENAMTLICHE STÄRKEN

VERANSTALTUNGEN FÜR EHRENAMTLICH ENGAGIERTE IM KDFB

## Kompetenztraining

Geschichte der Frauenbewegung, Verbandsstruktur, Aufgaben der Vorstandämter

**Termin** Fr., 27.02., 13.00 – 18.00 Uhr

**Ort** Diözesanzentrum Obermünster, Regensburg

## Öffentlichkeitsarbeit – gewusst wie!

Für alle, die im Zweigverein für die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit zuständig sind



**Termin** Di., 14.04., 17.00 – 19.00 Uhr

**Ort** Online-Veranstaltung

## Rhetorik und Kommunikation – so kann's gehen!

Workshop | Rhetorik, Moderation, Kommunikation im Team, neue Frauen ansprechen

**Termin** Fr., 19.06., 13.00 – 18.00 Uhr

**Ort** Diözesanzentrum Obermünster, Regensburg

## Einführungsseminare

Ausbildung zur Eltern-Kind-Gruppenleiterin



**Termin** Sa., 24.01., und Sa., 18.07., 09.30 – 17.30 Uhr

**Ort** Online-Veranstaltungen

BEGEGNEN  
BILDEN  
ERLEBEN.

ALLE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG  
UNTER: [WWW.FRAUENBUND-REGENSBURG.DE](http://WWW.FRAUENBUND-REGENSBURG.DE)

Freuen Sie sich auf spannende Veranstaltungen!

Wir freuen uns auf Sie!

## Bildungswerk des Katholischen Deutschen Frauenbundes (KDFB)

Diözesanverband Regensburg e.V.

Obermünsterplatz 7 · 93047 Regensburg

0941 597-2224

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

[www.frauenbund-regensburg.de](http://www.frauenbund-regensburg.de)



Katholischer  
Deutscher  
Frauenbund

Frauenbildung Bayern



Katholische  
Erwachsenenbildung  
KEB Bayern

**KEB**  
KATHOLISCHE ERWACHSENENBILDUNG  
IM BISTUM REGENSBURG E.V.

