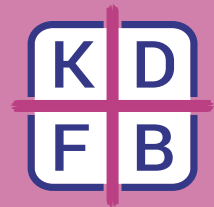


PROGRAMM FÜR FRAUEN 2024



STÄRKE Persönlichkeit Wissen
Kompetenz **BEGEGNEN** Glaube
Erfolg Werte **BILDEN** KRAFT Musik
VERTRAUEN **ERLEBEN** Leichtigkeit Bewegung
Gelassenheit Klarheit Spiritualität
Kreativität **ERLEBEN** Gesundheit
KULTUR Lebensgestaltung
KUNST Selbstbewusstsein Erfahrungen
Solidarität Intuition Lebensfreude
Mut



Katholischer
Deutscher
Frauenbund

JANUAR

Nachhaltigkeit im Alltag –
Mit kleinen Schritten viel bewegen

Online-Veranstaltung

Do. 11.01., 18.00 – 20.00 Uhr

10,00 €
KDFB-Mitglied gebührenfrei



Mit Yoga bewusst in den Tag starten –
für Anfängerinnen und Mittelstufe

Online-Kurs

Fr. 12.01. – Fr. 01.03., 07.30 – 08.45 Uhr, 8 x 75 min.

75,00 €
KDFB-Mitglied 55,00 €



Macht und Frauen – Die Rolle von
Frauen im Spannungsfeld der Macht

Online-Veranstaltung

Di. 16.01., 18.00 – 19.30 Uhr

10,00 €
KDFB-Mitglied gebührenfrei



Was ich glaube. Was mich trägt.

Religiöse Bildungstage

Fr. 19.01., 18.00 Uhr – So. 21.01., 13.00 Uhr

220,00 €
KDFB-Mitglied 190,00 €
Haus Werdenfels
Nittendorf

Mit Leichtigkeit zu Glück und Erfolg –
von Pippi Langstrumpf lernen?

Online-Veranstaltung

Di. 23.01., 19.00 – 20.30 Uhr

18,00 €
KDFB-Mitglied 12,00 €



Die Kunst der schönen Schrift: Moderne
Zierbuchstaben – frei nach Sherri Kiesel

Kalligraphie für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Fr. 26.01., 14.00 Uhr – Sa. 27.01., 13.00 Uhr

185,00 €
KDFB-Mitglied 155,00 €
(zzgl. Material)

Kloster Strahlfeld
Roding

Die Kunst der schönen Schrift:
Kupferstecher Fraktur

Kalligraphie für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Sa. 27.01., 14.30 Uhr – So. 28.01., 15.00 Uhr

185,00 €
KDFB-Mitglied 155,00 €
(zzgl. Material)

Kloster Strahlfeld
Roding



Digital die Zukunft gestalten

**3-teiliger Workshop
zum Erwerb von digitalen Kompetenzen**

Fr. 02.02., 09.02., 01.03., 14.30 – 18.00 Uhr

90,00 €
KDFB-Mitglied 60,00 €
KDFB-Führungskraft gebührenfrei
inkl. Kaffee und Kuchen, Getränke
B.B.W. St. Franziskus, Abensberg

Aschermittwoch der Frauen

**Religiöser Bildungstag zum Beginn der Fastenzeit
in Kooperation mit der Fachstelle Frauenseelsorge**

Mi. 14.02., 09.00 – 16.00 Uhr

25,00 €
inkl. Mittagessen und Getränke

Haus Werdenfels
Nittendorf

Mutig in die Fastenzeit

**Fastenimpulse für junge Frauen
in Kooperation mit der Fachstelle Junge Erwachsene**

Sa. 17.02., 09.00 – 16.30 Uhr

20,00 €
KDFB-Mitglied, Schülerin,
Studentin, Auszubildende 15,00 €
inkl. Fastensuppe und Kaffee
Haus Werdenfels, Nittendorf

... als wärest Du selbst dabei gewesen

**Impulse zu religiösen Mutgeschichten
Kommission Glaube und Kirche**

Do. 22.02., 18.30 – 21.00 Uhr

gebührenfrei

Pfarrheim Steinweg
Regensburg

Himmelwärts

**Neue Geistliche Lieder aus voller Kehle für die Seele
Workshop**

Sa. 24.02., 09.00 – 18.00 Uhr

60,00 €
KDFB-Mitglied 45,00 €
inkl. Mittagessen, Kaffee und Kuchen

Bildungshaus
Kloster Enseldorf

Übergänge im Leben: Abschied von
Vertrautem – Einlassen auf Neues

Online-Veranstaltung

Di. 27.02., 19.00 – 20.30 Uhr

18,00 €
KDFB-Mitglied 12,00 €



Jetzt ist die Zeit

Religiöser Bildungstag vor Ostern

Do. 29.02., 09.00 – 16.00 Uhr

35,00 €
KDFB-Mitglied 25,00 €
inkl. Mittagessen, Getränke, Kaffee und Kuchen
Schönstatt-Zentrum, Kösching-Kasing

KDFB





Mehr Leichtigkeit und Freude durch bewusstes Kommunizieren

Workshop

Sa. 02.03., 09.30 – 16.30 Uhr

95,00 €
KDFB-Mitglied 80,00 €
inkl. Kaffee, Tee, Getränke, Snacks

Diözesanzentrum Obermünster
Regensburg

Wie von Gott sprechen?

Online-Gespräch über die Welt und Gott

Mo. 04.03., 19.00 – 20.30 Uhr

10,00 €
KDFB-Mitglied gebührenfrei



Kapitänin auf stürmischer See

Online-Veranstaltung

Mi. 06.03., 19.30 – 21.00 Uhr

18,00 €
KDFB-Mitglied 12,00 €



Geschwister im Glauben begegnen sich

Führung durch die Synagoge in Regensburg

Kommission Glaube und Kirche

Fr. 15.03., 15.00 – 17.00 Uhr

gebührenfrei

Treffpunkt Synagoge
Regensburg

So gewinnen Sie an Charisma!

**Der Zusammenhang von Persönlichkeit und Auftreten
Workshop**

Sa. 16.03., 09.30 – 16.30 Uhr

95,00 €
KDFB-Mitglied 80,00 €
inkl. Kaffee, Tee, Getränke, Snacks

Diözesanzentrum Obermünster
Regensburg

MÄRZ

Am Tisch der Religionen

gebührenfrei

Praxis-Vortrag mit Verkostung
Kommission Glaube und Kirche
Do. 11.04., 18.00 – 21.00 Uhr

Wirtsstüberl
Demling/Bach

Die Kunst der schönen Schrift

370,00 €
KDFB-Mitglied 340,00 €
(zzgl. Material)

Kalligraphie-Workshop
Fr. 19.04., 14.30 Uhr – So. 21.04., 15.00 Uhr

Kloster Weltenburg, Kelheim

Meinen Lebensmitteln auf der Spur

Bildungstag für mich, für dich, für die ganze Familie

35,00 €
KDFB-Mitglied 25,00 €
Kinder gebührenfrei

Kommission Eine Welt
in Kooperation mit der Landfrauenvereinigung
Sa. 20.04., 10.00 – 17.00 Uhr

Klostermühle
Cham

Kraft finden in der Veränderung

Online-Gespräch über die Welt und Gott
Mo. 22.04., 19.00 – 20.30 Uhr

10,00 €
KDFB-Mitglied gebührenfrei



Übergänge im Leben: Abschied von
Vertrautem – Einlassen auf Neues

210,00 €
KDFB-Mitglied 180,00 €

Seminar

Fr. 26.04., 18.00 Uhr – Sa. 27.04., 16.00 Uhr

Haus Johannisthal
Windischeschenbach

APRIL

Gut leben im Alter

Wohn- und Betreuungshilfen für ein selbstbestimmtes Leben daheim

Kommission Ehe – Familie – Beruf

Fr. 03.05., 13.30 – 16.00 Uhr

Sa. 04.05., 14.00 – 16.30 Uhr

Fr. 10.05., 15.00 – 17.30 Uhr

Do. 16.05., 14.00 – 16.30 Uhr

gebührenfrei

Tagespflege mit Herz, Nittenau

Tagespflege, Waldthurn

Pflegedienst Askari, Abensberg

Seniorenwohnen am Nußbaumpark, Ursensollen

Bildungs- und Erlebnistag für Familien

15,00 €

KDFB-Mitglied 10,00 €

Kinder gebührenfrei

Impulse und Erlebniselemente

Arbeitskreis Junge Frauen

Sa. 04.05., 10.00 – 16.00 Uhr

Freizeitpark Monte Kaolino

Hirschau

Auf den Spuren der hl. Hildegard von Bingen

810,00 €

KDFB-Mitglied, Teilnehmerin

der Frauenseelsorge 778,00 €

Pilger- und Studienreise für Frauen/Busreise

in Kooperation mit der Fachstelle Frauenseelsorge

Di. 07.05. – Sa. 11.05.

Einmal abtauchen
und übersetzen

680,00 €

KDFB-Mitglied/Partner p.P. 620,00 €

Studienreise an die Ostseeküste/Busreise

Kommission Eine Welt

Fr. 17.05. – Di. 21.05.

gebührenfrei



95,00 € / KDFB-Mitglied 80,00 €

inkl. Stehkaffee, Mittagessen,

Kaffee und Kuchen

Haus Johannisthal

Windischeschenbach

gebührenfrei

Treffpunkt

Cham – Pfarrheim

Untertraubenbach

300,00 €

KDFB-Mitglied 270,00 €

Kloster Strahlfeld

Roding

Alle Zeit – Eine Frage
von Macht und Freiheit

Online-Lesung mit moderiertem Austausch

Kommission Gesellschaft und Politik

Mi. 05.06., 18.00 – 19.30 Uhr

Grüne [n]ausZeit – Auszeit für mich

**Ruhe – Kraft – Erholung
Gesundheitsvorsorge für Körper und Geist**

Sa. 08.06., 09.30 – 16.30 Uhr

Kraftorte entdecken

Geführte Wanderung zur Wallfahrtskapelle Streicherröhren

Kommission Glaube und Kirche

Sa. 15.06., 11.00 – 16.30 Uhr

Kraftquellen für Leib und Seele

Besinnliche Tage mit Bewegung und Entspannung

Fr. 21.06., 18.00 Uhr – So. 23.06., 13.00 Uhr

MA

MA



Schritt für Schritt – zur Ruhe kommen

Geführte Pilgerwanderung mit Impulsen

Fr. 12.07., 18.00 Uhr – Sa. 13.07., 16.00 Uhr

215,00 €

KDFB-Mitglied 185,00 €

Kloster Weltenburg

Kelheim

JUL

ANG

Irland – Insel der Regenbogen

Studienreise/Flugreise

Sa. 31.08. – Sa. 07.09.

Die Kunst der schönen Schrift:

Historische Großbuchstaben

Kalligraphie für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Fr. 27.09., 14.00 Uhr – Sa. 28.09., 13.00 Uhr

185,00 €

KDFB-Mitglied 155,00 €

(zzgl. Material)

Kloster Strahlfeld

Roding

Die Kunst der schönen Schrift:

Tanzende Buchstaben mit der Spitzfeder

Kalligraphie für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Sa. 28.09., 14.30 Uhr – So. 29.09., 15.00 Uhr

185,00 €

KDFB-Mitglied 155,00 €

(zzgl. Material)

Kloster Strahlfeld

Roding

SEPT

Von der Kraft des Segens

Religiöse Bildungstage

Fr. 11.10., 18.00 Uhr – So. 13.10., 13.00 Uhr

220,00 €
KDFB-Mitglied 190,00 €
Haus Werdenfels
Nittendorf

„Was ist der Mensch, dass Du seiner gedenkst“? (Ps 8,5a)

Film-Oasentag

Kommission Glaube und Kirche

Sa. 12.10., 09.30 – 17.00 Uhr

80,00 €
KDFB-Mitglied 60,00 €
inkl. Snacks, Mittagessen, Wasser,
Säfte, Obst, Tee, Kaffee und Kuchen
Katholische Akademie, Regensburg

Gemüse haltbar machen – Durch Fermentieren
Vitamine auch im Winter genießen

Praxis-Vortrag mit Verkostung

Landfrauenvereinigung

Fr. 18.10., 18.00 – 21.00 Uhr

20,00 €
KDFB-Mitglied 15,00 €

Pfarrheim Steinweg
Regensburg

Es reist sich besser mit leichtem Gepäck

Auszeit für junge Frauen

in Kooperation mit der Fachstelle Junge Erwachsene

Do. 24.10., 17.00 Uhr – So. 27.10., 13.00 Uhr

200,00 €
KDFB-Mitglied, Schülerin,
Studentin, Auszubildende
180,00 €

Haus Werdenfels, Nittendorf

Musizieren für alle

**Schnupperkurs Veeh-Harfe mit dem
Themenschwerpunkt Adventslieder**

Fr. 25.10., 13.00 – 17.00 Uhr

95,00 €
KDFB-Mitglied 80,00 €
(zzgl. Leihgebühr)
inkl. Kaffee und Kuchen

Haus Johannisthal
Windischeschenbach

NOVEMBER



Zwischen Liebe und Rivalität – lebenslang

Online-Veranstaltung

Mi. 06.11., 19.30 – 21.00 Uhr

18,00 €
KDFB-Mitglied 12,00 €



Zeit für Trauer

Seminar für Trauernde

Fr. 08.11., 15.00 Uhr – So. 10.11., 13.00 Uhr

250,00 €
KDFB-Mitglied 220,00 €

Haus Johannisthal
Windischeschenbach

Eintauchen in analoge und digitale Welten

Workshop

Kommission Medien

Sa. 16.11., 10.00 – 16.00 Uhr

gebührenfrei

Diözesanzentrum Obermünster
Regensburg

Die Kunst der schönen Schrift

Kalligraphie-Workshop

Fr. 22.11., 14.30 Uhr – So. 24.11., 15.00 Uhr

370,00 €
KDFB-Mitglied 340,00 €
(zzgl. Material)

Kloster Weltenburg
Kelheim

Das schaffe ich! Zuversicht leben

Online-Gespräch über die Welt und Gott

Mo. 25.11., 19.00 – 20.30 Uhr

10,00 €
KDFB-Mitglied gebührenfrei



EHRENAMTLICHE STÄRKEN

VERANSTALTUNGEN FÜR EHRENAMTLICH ENGAGIERTE IM KDFB

Einführungsseminare


Ausbildung zur Eltern-Kind-Gruppenleiterin 

Sa. 27.01. und Sa. 13.07., 09.30 – 17.30 Uhr Online-Veranstaltungen

Kompetenztraining

Geschichte der Frauenbewegung, Verbandsstruktur, Aufgaben der Vorstandsämter

Fr. 23.02., 13.00 – 18.00 Uhr Diözesanzentrum Obermünster, Regensburg

Öffentlichkeitsarbeit – gewusst wie! 

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

Di. 23.04., 17.00 – 19.00 Uhr Online-Veranstaltung

Workshop

Rhetorik und Kommunikation – so kann's gehen!

Rhetorik, Moderation, Kommunikation im Team, neue Frauen ansprechen

Fr. 07.06., 13.00 – 18.00 Uhr Diözesanzentrum Obermünster, Regensburg



Online-Veranstaltung



GLAUBE . SPIRITUALITÄT . PHILOSOPHIE



KREATIVITÄT . KUNST . KULTUR



MUSIK . BEWEGUNG . GESUNDHEIT



PERSÖNLICHKEITSBILDUNG . LEBENSGESTALTUNG . KOMPETENZ

Die ausführlichen Ausschreibungstexte und weitere Informationen (Inhalte, Gebühren, Anmeldefristen, AGB) sowie die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es auf der Homepage www.frauenbund-regensburg.de/bildungsprogramm

Jetzt anmelden. Wir freuen uns auf Sie!

Bildungswerk des Katholischen Deutschen Frauenbundes Diözesanverband Regensburg e.V.

Obermünsterplatz 7, 93047 Regensburg

Telefon 0941 597-2224, Telefax 0941 597-2394

E- Mail: frauenbund@frauenbund-regensburg.de

www.frauenbund-regensburg.de



Konzept/Redaktionsleitung: Karin Uschold-Müller



Katholischer
Deutscher
Frauenbund

Frauenbildung Bayern