

## Vom Wort zum Klang

Achtsam kommunizieren – klangvoll präsentieren

Samstag, 16.05.2020, 09.30 – 16.30 Uhr



Sie sorgen dafür, dass Gottes Wort hörbar und erlebbar wird. Hierfür ist Ihre Stimme Ihr wichtigstes und wertvollstes Werkzeug. Das gilt für Vorträge vor Gruppen ebenso wie für den Dialog. Doch nur wer auf Resonanz stößt, kann seine Zuhörer berühren!

Sie lernen Ihre Stimme bewusst einzusetzen. Dazu gehören unter anderem eine gesunde

Atemführung, das Ausschöpfen des gesamten Klangpotenzials und Achtsamkeit in der Kommunikation.

Das Konzept folgt einem körper- und achtsamkeitsbasierten Ansatz und geht damit über ein herkömmliches Rhetorik- und Sprechtraining hinaus. So wird aus dem geschriebenen Wort sinnlich erlebbarer Klang.

Die Inhalte des Seminars im Überblick:

- Ihre Stimme im Mittelpunkt: Entwickeln einer eigenen, authentischen Stimmqualität
- profundes Handwerk: Grundlagen der Atem- und Sprechtechnik und Rhetorik
- Achtsamkeit in der Kommunikation: Intensivierung von Körperbewusstsein und Präsenz
- Ich klinge, also bin ich: Erkennen hemmender und Installieren förderlicher Muster
- Damit Sie auch in Zukunft noch kraftvoll sprechen können: Prävention von Stimm Schäden

Referentin: **Julia Schneider**  
(Gesangspädagogin, Stimmtrainerin)

Kosten: 25,- € (Verpflegung)

Anmeldeschluss: 30.04.2020

## Workshop Pressearbeit für Ehren- und Hauptamtliche in Pfarreien und Verbänden

Praktische Anregungen für eine erfolgreiche Pressearbeit

Samstag, 24.10.2020, 09.30 – 16.30 Uhr



Für alle Pfarreien und kirchlichen Verbände spielen Pressemitteilungen und ihre Berücksichtigung in den Medien eine große Rolle für den Erfolg von Veranstaltungen.

- Wie müssen solche Mitteilungen gestaltet sein, dass sie berücksichtigt werden?
- Was muss ich bei Fotos beachten?
- Welche zeitlichen Fristen sind einzuhalten?
- Wie erhöhe ich die Chancen, mit meiner Veranstaltung berücksichtigt zu werden?



Diese und viele andere praktische Fragen behandelt der „Workshop Pressearbeit“.

Referenten: **Christine Straßer**  
(Redakteurin der Mittelbayerischen Zeitung),  
**Christian Omonsky** (Partner in der Agentur „faust | omonsky kommunikation“)

Veranstalter: KEB im Bistum Regensburg e.V.

Kosten: 55,- € (Kurskosten und Verpflegung)

Anmeldung: KEB im Bistum Regensburg e.V., 09402/ 94 77-15, renaate.bogner@bistum-regensburg.de

Information: Gregor Tautz( 2. Vorsitzender der KEB im Bistum Regensburg e.V.); 09443/ 91 84 224; info@keb-kelheim.de

Anmeldeschluss: 09.10.2020

## Supervisionstag für kirchlich Engagierte

Das eigene Tun reflektieren

Samstag, 24.10.2020, 09.30 – 16.00 Uhr



Supervision ist ein Beratungskonzept und gut geeignet, um den eigenen Standpunkt zu finden. Wie kann ich in meinem Ehrenamt Zufriedenheit erreichen? Kann ich die vielen Faktoren, die mein Aufgabengebiet in der Pfarrei beeinflussen, optimieren? Lässt sich die Teamarbeit effektiver gestalten? Vielleicht gibt es ja sogar neue Handlungsmöglichkeiten zu entdecken.

Dies sind nur einige Beispiele für Fragen, die Sie möglicherweise beschäftigen. An diesem Seminartag bestimmen allein Sie die Themen. Bringen Sie Ihre ganz eigenen Anliegen mit und teilen Sie sie mit einer Gruppe Gleichgesinnter. Es gilt das Motto: Alles kann, nichts muss!

Referenten: **Sigrid Stilp-Weiß**  
(Master Coach und Supervisorin (EASC),  
Inhaberin des Instituts für Entwicklungsberatung)

Kosten: 25,- € (Verpflegung)

Anmeldeschluss: 09.10.2020

## Frisch, fromm, fröhlich, frei

Grußworte und Ansprachen meistern

Samstag, 07.11.2020, 09.30 – 17.00 Uhr



Als ehrenamtlich Engagierte/r in Ihrer Pfarrei stehen Sie immer wieder im Mittelpunkt des Interesses. Denn oft ist nicht nur Ihre tatkräftige Unterstützung in praktischen Belangen gefragt, sondern bei verschiedensten Anlässen auch Ihre Fähigkeit vor Menschen zu sprechen. Die freie Rede, egal

ob bei einem Grußwort oder einer Dankesrede, stellt für viele eine Herausforderung dar.

In diesem Seminar machen Sie sich mit dem richtigen rhetorischen Handwerkszeug sowie praxistauglichen Tipps und Tricks fit für zukünftige Redesituationen. Damit werden Sie in Zukunft Ihr Publikum mit einer authentischen Rede überzeugen, die Ihnen und dem jeweiligen Anlass gerecht wird!

Referentin: **Pia Pollicini-Uphoff**  
(Kommunikationstrainerin, Sprecherzieherin)

Kosten: 25,- €

Anmeldeschluss: 23.10.2020



Das „Forum Ehrenamt“ ist eine Initiative der Hauptabteilung Seelsorge, um die vielen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Pfarreien, Gruppen und Verbänden zu unterstützen.

### Ziele des Forums sind:

Kompetenzen und Fähigkeiten in den verschiedenen Bereichen zu fördern, sich selbst und andere Menschen zu bewegen und zu begeistern, den eigenen Glauben zu stärken. Themen- und Änderungswünsche sowie Anregungen sind herzlich willkommen!

## Allgemeine Hinweise

Veranstalter: Hauptabteilung Seelsorge im Bistum Regensburg (Bildungshaus Schloss Spindlhof, Fachstellen Gemeindekatechese, Missionarische Pastoral und Diözesane Räte sowie Gemeinde- und Organisationsberatung) in Kooperation mit der Katholischen Erwachsenenbildung im Bistum Regensburg e.V.

Kosten: Die Seminare werden von der Hauptabteilung Seelsorge bezuschusst.

Anmeldung/  
Veranstaltungsort: Bildungshaus Schloss Spindlhof, Spindlhofstraße 23, 93128 Regenstauf, Tel. 09402/ 93 54-0, Fax: 09402/ 93 54-11, info@spindlhof.de

Information: [www.schloss-spindlhof.de](http://www.schloss-spindlhof.de)



KOMPETENZEN FÖRDERN.  
MENSCHEN BEWEGEN.  
GLAUBEN STÄRKEN.



RÜCKENWIND  
FÜR ENGAGIERTE  
CHRISTEN

## Sehen, was ist

Die Kirche vor Ort wahrnehmen und mitgestalten

Samstag, 18.01.2020, 09.30 – 16.00 Uhr



Wenn es wahr ist, „dass uns Gott durch die Wirklichkeit umarmt“, dann kann der Auftrag der Kirche vor Ort nur erkannt werden, wenn wir bereit sind, zunächst einmal diese Wirklichkeit wahrzunehmen. Denn, wer nicht weiß, wo er gerade steht, kann den Weg zum Ziel nicht finden.

Das Seminar schärft den Blick für die Lebenssituation der Menschen in der Pfarrei und regt dazu an, vorhandene Ressourcen zu entdecken sowie Eigeninitiative und Selbsthilfe zu stärken. Das aufmerksame und wertschätzende Hinschauen kann eine erfolgreiche Gemeindeentwicklung in Gang bringen - ein Weg, der mit professionellem Handwerkszeug und geistlicher Kompetenz gegangen werden will.

Referentin: **Maria Plank**  
(Pastoralreferentin für Gemeindec Caritas)

Kosten: 19,50 € (Verpflegung)

Anmeldeschluss: 20.12.2019

## „Wir brauchen ein institutionelles Schutzkonzept“

Ein Beitrag zur Prävention sexualisierter Gewalt

Samstag, 25.01.2020, 09.30 – 16.00 Uhr



Wenn Sie als Pfarrgemeinde noch aufmerksamer werden wollen, um Grenzverletzungen zu vermeiden ist ein Schutzkonzept der richtige Weg. Wird es gemeinsam entwickelt, dann sensibilisiert es alle die mitmachen für heikle Situationen, Machtgefälle und missbrauchsbegünstigende Strukturen.

Bis Ende 2020 sollen in den Pfarreien diese Schutzkonzepte entstehen, in denen über Kinderrechte, verbindliche Verhaltenskodizes und Beschwerdewege gesprochen wird. Ziel des Seminars ist es, Ihnen konkrete Handlungsschritte zur Erstellung eines Schutzkonzeptes zu vermitteln, die Sie vor Ort unmittelbar anwenden können.

Referentin: **Dr. Judith Helmig**  
(Leiterin der Stabsstelle für Kinder- und Jugendschutz)

Kosten: 25,- € (Verpflegung)

Anmeldeschluss: 10.01.2020

## Studientag für Pfarreiengemeinschaften

Seminartag mit Workshopangeboten

Samstag, 15.02.2020, 09.00 – 16.00 Uhr

### Tagesprogramm:

9:00 Uhr An- & ins Gespräch kommen beim Stehkafee

9:30 Uhr Begrüßung durch Domkapitular Thomas Pinzer (Leiter der Hauptabteilung Seelsorge)  
Impulsvortrag durch Generalvikar Michael Fuchs



10:00 Uhr Workshopinheit 1

12:00 Uhr Mittagessen & Pause

13:00 Uhr Workshopinheit 2 (inkl. Kaffeepause)

15:00 Uhr Weiterdenken – Zusammenfassendes Gespräch mit Verantwortlichen der Pastoralen Planung

15:45 Uhr Spiritueller Abschluss in der Albertus-Magnus-Kirche

Sie können im Rahmen des Studientags 2 Workshops besuchen:

- 1) Pfarrgemeinderäte in Pfarreiengemeinschaften
- 2) Eigenständigkeit – Zusammenarbeit
- 3) Unterwegs in einer Pfarreiengemeinschaft - für Neustarter und Dranbleiber
- 4) Liturgie – Herausforderung und Chance
- 5) Starke Pfarrei/engemeinschaft vor Ort!
- 6) Neue Möglichkeiten der Zusammenarbeit zwischen Kirchenstiftung und Bischöflicher Finanzkammer

Referenten: Mitarbeiter/-innen des Bischöflichen Ordinariates Regensburg

Veranstalter: Hauptabteilung Seelsorge im Bistum Regensburg, Bildungshaus Schloss Spindlhof

Kosten: Die Kosten des Studientages trägt die Hauptabteilung Seelsorge im Bistum Regensburg.

Anmeldeschluss: 05.02.2020

## In die Tiefe gehen

Spirituelle Impulse für engagiertes Christsein

„Dankbar leben“

Samstag, 29.02.2020, 09.00 – 16.30 Uhr



Nicht selten besteht die Gefahr, in den Sorgen und Anforderungen des Alltags all das Gute zu vergessen, das uns geschenkt wurde. Im Rahmen der Sakramente ist die Eucharistie - zu Deutsch „Danksagung“ - die Feier, in der das in den Blick genommen und vor den Herrn getragen wird.

An diesem Tag wird Ihnen die Gelegenheit geboten zu entdecken, wie die Haltung der Dankbarkeit das eigene Leben bereichern und wie die Eucharistiefeier dazu helfen kann.

Das Seminar startet mit einem gemeinsamen Frühstück, das mit geistlichen Elementen und verschiedenen Impulsen gestaltet wird.



Anschließend können von den folgenden Workshops zwei besucht werden:

1. „Dankbar leben im Alltag“
2. „Frohe Botschaft trotz schwieriger Aussagen“
3. „Eucharistiefeier und mein Leben“



Als Abschluss wird in der Albertus-Magnus-Kirche eine Anbetung mit Dankritus gestaltet.

Referenten: **Heidi Braun** (Pastoralreferentin in der Hauptabteilung Seelsorge, Gemeindecatechese),

**Wolfgang Stöckl** (Abteilungsleiter der Katholischen Erwachsenenbildung, Hausleiter Schloss Spindlhof),  
**Dr. Reinhold Then** (Bibelpastorale Arbeitsstelle)

Kosten: 25,- € (Verpflegung)

Anmeldeschluss: 14.02.2020

## Schon Halbzeit?

Im Pfarrgemeinderat eine Zwischenbilanz ziehen

Samstag, 04.04.2020, 09.30 – 16.00 Uhr



Ob beim Sport oder beim Engagement im Pfarrgemeinderat Ihrer Pfarrei/-engemeinschaft: Halbzeitpausen sind sinnvoll. Sie können sich den aktuellen Stand anschauen und eventuell Veränderungen vornehmen.

Bei diesem Seminar nehmen Sie Ihr Gremium und die Wirkung seiner Arbeit in den Blick: Wie sind Ihre Projekte gelungen und welche Ziele werden Sie künftig leiten?

Wie können Sie die Motivation der einzelnen Pfarrgemeinderäte erhalten und ihre Fähigkeiten gut einbinden?



An Ihren eigenen Beispielen erarbeiten Sie

sich Methoden, die Sie Zuhause mit Ihrem Gremium weiterführen können. Es geht um die Weichenstellung für die zweite Hälfte der Wahlperiode bis 2022.

Referenten: **Kathrin Hauser** (Gemeinde- und Organisationsberaterin)  
**Stefan Lobinger** (Gemeinde- und Organisationsberater, Beauftragter für Pastorale Mitarbeiterfortbildung und Theologie im Fernkurs)

Kosten: 25,- € (Verpflegung)

Anmeldeschluss: 20.03.2020

## Mehr vom Glauben wissen

Die Bibel verstehen

Samstag, 09.05.2020, 09.30 – 16.00 Uhr



Wenn „die Schrift mit den Lesenden wächst“ (Papst Gregor der Große), ist es spannend zu erkunden, mit welchen Methoden die Bibel ausgelegt werden kann. An exemplarischen Motiven lassen sich interessante Zusammenhänge zwischen Altem und Neuem Testament herstellen. Mit der „Opferung Isaaks“ werden

wir uns auch einem sehr sperrigen Text stellen und auf verständliche Weise der Gottesfrage nachgehen...

An diesem Studientag erarbeiten Sie mit Material des Würzburger Fernkurses biblische Inhalte und sprechen über deren Relevanz für Ihren Glauben. Ein Einblick in den Aufbau von „Theologie im Fernkurs“ zeigt Ihnen Möglichkeiten, noch mehr vom Glauben zu erfahren.

Referent: **Stefan Lobinger** (Gemeinde- und Organisationsberater, Beauftragter für Pastorale Mitarbeiterfortbildung und Theologie im Fernkurs)

Kosten: 25,- € (Verpflegung)

Anmeldeschluss: 24.04.2020