

# gemeinsam lebendig ...

Angebote für Frauen von Frauen | 2018

## ... Spiritualität erfahren



### „Die Bibel - die unendliche Geschichte der Liebe Gottes zu den Menschen“

**Meditatives Tanzwochenende für Frauen**

Wir wollen uns diesem Thema nähern in Texten, Tänzern und Gebärden, mit Leib und Seele.

**Dieses Wochenende wird zweimal mit gleichem Inhalt angeboten.**

Fr., 26.01. | 18:00 Uhr bis So., 28.01. | 14:30 Uhr  
oder Fr., 24.08. | 18:00 Uhr bis So., 26.08. | 14:30 Uhr

**Ort:** Haus Marienhof, Königswinter-Ittenbach

**Kosten:** 120,- € mit Christel Stahl



### In Übergängen Gott begegnen

**Besinnungswochenende für Frauen**

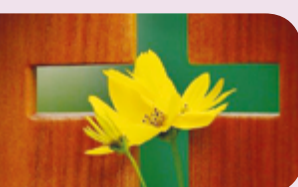
Übergänge begleiten unser ganzes Leben. Oft sind sie fließend, und wir schenken ihnen nicht viel Aufmerksamkeit. Manchmal aber verändern sie unser Leben deutlich. In Übergängen ordnen wir unser Leben und bringen es in eine neue Richtung.

Biblische Impulse, gemeinsamer Austausch, die Erfahrung mit Stille und Klang.

Fr., 23.02. | 17:00 Uhr bis So., 25.02. | 15:00 Uhr

**Ort:** Katholisch-Soziales-Institut, Siegburg

**Kosten:** 120,- € mit Inge Steiger

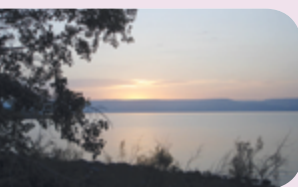


### Aschermittwoch der Frauen 2018

Der kfd-Diözesanverband bietet eine Tagesveranstaltung an.

Mi., 14.02.

Bitte wenden Sie sich an:  
kfd-Diözesanverband,  
Tel.: 0221 1642-1385 oder  
info@kfd-koeln.de



### „Das Ruhegebet“

**Einführungskurs für Frauen**

Das Ruhegebet ist eine sehr einfache und in die Tiefe des Herzens und der Seele führende Gebetsweise im Schweigen und im vertrauenden Loslassen meiner selbst. Vor Gott muss ich nichts leisten, ich darf einfach da sein vor Ihm, wach, empfangsbereit, hörend.

*Nach Ihrer Anmeldung nimmt die Referentin persönlich Kontakt zu den Teilnehmerinnen auf.*

Fr., 16.03. | 16:00 Uhr bis So., 18.03. | 16:00 Uhr

**Ort:** Haus Altenberg, Odenthal-Altenberg

**Kosten:** 120,- € mit Angelika-Teresa Oehlke



### „Die Welt ist Gottes so voll.“ (Alfred Delp)

**Exerzitien mit Bibliodrama für Frauen**

Im Hören und achtsamen Spüren und schließlich durch ein Sich-Hineinbegeben in das gemeinsame Spiel lassen wir uns ein auf die Erfahrungen der Emmausjünger. Wir können die Tiefen und Höhen der Begegnung mit Jesus und untereinander erleben und uns selbst darin finden.

Do., 12.04. | 18:00 Uhr bis So., 15.04. | 15:30 Uhr

**Ort:** Katholisch-Soziales-Institut, Siegburg

**Kosten:** 180,- € mit Christa Pesch, Nicola Dohr



### „Du bist vertraut mit all meinen Wegen...“ (Ps 139,3)

**Malwochenende für Frauen**

Das Hell und Dunkel, das Leichte und Schwere, das Auf und Ab des täglichen Lebens tragen und kreativ gestalten... und in all dem (m)einen spirituellen Raum entdecken.

Bibelarbeit, spontanes Malen, Collagetechnik, Wahrnehmungsübungen, Austausch.

*Erfahrungen in künstlerischen Techniken sind nicht erforderlich.*

Fr., 08.06. | 18:00 Uhr bis So., 10.06. | 14:00 Uhr

**Ort:** Katholisch-Soziales-Institut, Siegburg

**Kosten:** 120,- € (+ 20,- € Materialpauschale) mit Petra Brenig-Klein, Elvira Schmitz



### Glaube – Hoffnung - LIEBE

**Aquarell-Malwochenende für Frauen**

„ ... diese drei, doch am größten unter ihnen ist die Liebe“, so schreibt Paulus in seinem Brief an die Korinther.

Diesen drei christlichen Grundworten wollen wir nachspüren – was bewegen sie in uns, welche Sehnsucht verbindet sich mit ihnen und wie können sie zur Quelle in unserem Leben werden.

Impulse, Meditationszeiten, Malen und Stille

*Es sind keine künstlerischen Vorkenntnisse erforderlich.*

Fr., 20.07. | 18:00 Uhr bis So., 22.07. | 15:00 Uhr

**Ort:** Haus Marienhof, Königswinter-Ittenbach

**Kosten:** 120,- € (zuzügl. ca. 10,- € Materialkosten vor Ort) mit Dr. Hedwig Lamberty, Irene Gantke

Unser Newsletter informiert Sie mehrmals im Jahr über weitere interessante Angebote für Frauen. Sie können ihn abonnieren unter: [www.frauenpastoral-koeln.de](http://www.frauenpastoral-koeln.de)

#### Anmeldung

Ich melde mich hiermit zu folgenden Veranstaltungen verbindlich an:

Thema	Datum

Datum, Unterschrift

Bitte senden Sie den Flyer der Frauenspiritualität auch an:

Nachname, Vorname

Str., Nr.

PLZ, Ort

Ich möchte den Newsletter per E-Mail erhalten, bitte an diese E-Mail-Adresse versenden:

E-Mail

# gemeinsam lebendig ...

Angebote für Frauen von Frauen | 2018



## „Wenn ich schwach bin, dann bin ich stark ...“

(2 Kor 12,9)

### Besinnungswochenende für Frauen

Schwach sein und Scheitern – jede kennt es – aus den unterschiedlichsten Lebenskontexten – und dennoch ein Tabu. Die Annäherung an unsere Widerstände und unsere eigene Deutung des Scheiterns führen uns zu uns selbst. So kann aus Scheitern Neues wachsen.

Biblische Impulse, Austausch, Einzelarbeit, kreative Methoden

Fr., 31.08. | 18:00 Uhr  
bis So., 02.09. | 15:00 Uhr

**Ort:** Katholisch-Soziales  
Institut, Siegburg

**Kosten:** 120,- €  
mit Frauke Fischer



## „Meine Seele ist stille in Gott“ (nach Ps 62,2)

### Besinnungswochenende für Frauen

Die Meditation der Achtsamkeit und die Zeiten der Stille in der Gemeinschaft schenken zunehmende Nähe zu mir selbst und anderen. Im Sacred Dance, der heilig-enden Bewegung, erlebe ich Leichtigkeit und Freude und ein tiefes Berührtsein. Mit Texten und Gebeten aus der Mystik vertieft sich diese Hinwendung zu Gott.

Fr., 05.10. | 18:00 Uhr  
bis So., 07.10. | 15:00 Uhr

**Ort:** Haus Marienhof,  
Königswinter-Ittenbach

**Kosten:** 120,- €  
mit Gisela Preuteborbeck



## Ruhe suchen – Stille finden

### Besinnungstage für Frauen

Eutonische Übungen und Meditation tragen dazu bei, sich ganzheitlich zu erfahren und in Stille Gott zu begegnen.

Fr., 26.10. | 18:00 Uhr  
bis So., 28.10. | 14:00 Uhr

**Ort:** Haus Marienhof,  
Königswinter-Ittenbach

**Kosten:** 120,- €  
mit Maria-Therese Stein



## „Leben in der Fülle der Zeit“

### Oasentag zum 1. Advent – für Frauen und Männer

„Als die Zeit erfüllt war, sandte Gott seinen Sohn“ heißt es in der Bibel. Der Oasentag zum ersten Advent greift diesen Gedanken auf: Wie gehen wir mit unserer Zeit um? Wo stehe ich in meiner Lebenszeit? Glaube ich, in der Fülle der Zeit zu leben? Was erhoffe ich von der Adventszeit?

Biblische Impulse, Austausch, Zeit zur persönlichen Betrachtung und Anregungen für die Gestaltung der Adventszeit

Sa., 02.12. |  
9:30 – 17:00 Uhr

**Ort:** Katholisch-Soziales  
Institut, Siegburg

**Kosten:** 29,- €  
mit Sylvia Dörnemann

## Angebote für Singles – Frauen und Männer



## „Solo ... - mein Leben im Blick“

### Lebensperspektiven für Singles – Impulstag

Sie sind noch solo – oder wieder allein – oder immer schon Single? Das ist voll in Ordnung – oder gerade so auszuhalten – oder ziemlich schwierig?

Welche Chancen liegen in dieser Lebensform? Wo gibt es Fragen und Herausforderungen? Welche Wünsche tun sich auf?

Impulse – Austausch – Bibel und Geschichte – Chancen und Perspektiven heute

**Dieser Tag wird zweimal mit gleichem Inhalt angeboten.**

**INFOS UND ANMELDUNGEN:** [singlepastoral@erzbistum-koeln.de](mailto:singlepastoral@erzbistum-koeln.de)  
(Dr. Hedwig Lamberty, Referentin)

Sa., 10.3.2018 |  
9:30 – 17:00 Uhr

**Ort:** Maxhaus Düsseldorf  
oder

Sa., 10.11.2018 |  
9:30 – 17:00 Uhr

**Ort:** Katholisch-Soziales  
Institut, Siegburg

mit Astrid Eichler,  
ev. Theologin, Berlin (Solo&Co)

**Kosten:** 25,- €



## Solo, aber nicht ohne ...!?

### Ein Wander- und Austauschwochenende für Singles

Was macht mich als Single aus? Was sind meine Wünsche an mein Leben? Wie geht es anderen mit dieser Lebensform?

Im Austausch wollen wir diesen Fragen nachgehen und u.a. in (biblischen) Texten und Zeiten der Stille nach Antworten suchen. Im Mittelpunkt des Samstags steht eine Tageswanderung mit Impulsen zum Nachdenken und darüber Sprechen.

**ANMELDUNGEN** für dieses Wochenende bitte nur (schriftlich) an:  
Katholisches Bildungswerk Bonn, Kasernenstr. 60, 53111 Bonn,  
E-Mail: [borengaesser@bildungswerk-bonn.de](mailto:borengaesser@bildungswerk-bonn.de)

Fr., 04.05. | 18:00 Uhr  
bis So., 06.05. | 14:00 Uhr

**Ort:** Haus Marienhof,  
Königswinter-Ittenbach

**Kosten:** 130,- €  
mit Gertrud Ganser,  
Gerd Reiners

## Kraft aus der Stille

Wer einmal dem Getriebe des Alltags für ein paar Tage entfliehen und in geistlicher Atmosphäre abschalten möchte, findet dazu Gelegenheit in verschiedenen Klöstern im Bistum Köln oder darüber hinaus. **Kontakt:** Dr. Hedwig Lamberty (s.u.)

## Geistliche Begleitung für Frauen

Innehalten und fragen, sich auf die Suche begeben, sich Zeit nehmen für sich selbst und für Gott – und dann... neue Spuren entdecken, andere Wege gehen, mehr leben. Dazu will Geistliche Begleitung anregen. Über einen kürzeren oder längeren Zeitraum finden Einzelgespräche statt, die ganz auf den individuellen Weg der einzelnen Frau abgestimmt sind.

**Kontakt:** Dr. Hedwig Lamberty (s.u.)

## Anmeldung und Informationen

**Informationen bei:** Dr. Hedwig Lamberty, Marzellenstr. 32, 50668 Köln  
Tel.: 0221 1642-1649; [lamberty-zielinski@erzbistum-koeln.de](mailto:lamberty-zielinski@erzbistum-koeln.de)

**Anmeldung** nur schriftlich auf anhängender Karte oder per E-Mail an:  
[frauenpastoral@erzbistum-koeln.de](mailto:frauenpastoral@erzbistum-koeln.de)

Da die Zahlung der Teilnahmegebühr ausschließlich über Lastschrift einzug erfolgt, können wir Sie erst nach Erhalt einer Einzugsermächtigung in den Kurs aufnehmen. Eine verbindliche Zu- oder Absage erhalten Sie ca. 6 Wochen vor Kursbeginn. Die Gebühr wird nach Ende des Kurses eingezogen.

Bei finanzieller Notlage kann ein  
Antrag auf Zuschuss gestellt werden.  
**Kontakt:** Dr. Hedwig Lamberty.

**Impressum**  
Erzbistum Köln | Generalvikariat  
Hauptabteilung Seelsorge  
Abteilung Erwachsenenseelsorge  
Referat Geistliches Leben  
Marzellenstraße 32, 50668 Köln  
V.i.S.d.P.: Dr. Philipp Wittmann  
**Redaktion:** Dr. Hedwig Lamberty  
**Layout:** grafixx | Marion Schmidt

Bitte diesen Abschnitt ausfüllen, abtrennen und in einem verschlossenen Umschlag an die angegebene Adresse senden!

Ich ermächtige das Erzbistum Köln Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Erzbistum Köln/Bildungswerk der Erzdiözese Köln, auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. **Hinweis:** Ich kann innerhalb von acht Wochen beginnend mit dem Belastungsdatum die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Die Beträge und Fälligkeiten der Lastschriften ergeben sich aus dem hiermit geschlossenen Vertragsverhältnis. Die Mandatsreferenz wird durch den Gläubiger vergeben und ist bei der ersten Lastschrift im Kontoauszug ersichtlich.

Nachname, Vorname

IBAN

Str., Nr.

PLZ, Ort

Telefon/E-Mail

Datum, Unterschrift

**Erzbistum Köln | Generalvikariat**  
**Frauenspiritualität**  
**Marzellenstraße 32**  
**50668 Köln**