

b

BILDUNGSWERK
der Erzdiözese Freiburg



Bildungszentrum Offenburg

März bis Juli 2026



Erzdiözese
Freiburg

Anmeldung

Zu unseren Angeboten können Sie sich
via Telefon: 0781 925040
per Mail: info@bildungszentrum-offenburg.de
oder direkt über unsere Homepage
www.bildungszentrum-offenburg.de
anmelden.

Bezahlung

Die Gebühren sind nach Erhalt der Rechnung unter
Angabe der Rechnungsnummer auf folgendes Konto
zu überweisen:
Sparkasse Offenburg
IBAN: DE32 6645 0050 0000 0424 58
BIC: SOLADES1OFG
Vorträge sowie Filmgespräche werden vor Ort bar
kassiert.

Newsletter

Unser Newsletter informiert Sie in regelmäßigen
Abständen über unsere Veranstaltungen und weiteren
Themen aus dem Bildungszentrum. Sie können diesen
auf unserer Homepage abonnieren.

AGBs

Bei allen Veranstaltungen gelten die Allgemeinen
Geschäftsbedingungen des Bildungswerks der
Erzdiözese Freiburg. Diese können Sie im Internet unter
www.bildungszentrum-offenburg.de
finden oder wir senden sie Ihnen auf Anfrage zu.
Dort finden Sie auch die Bedingungen, wenn Sie
kurzfristig von Ihrer Anmeldung zurücktreten müssen.



Terminübersicht

Februar

21.02. KUNSTCAFE BLAUER REITER	16
27.02. Literatur am Vormittag - „Shared Reading“	20
28.02. Alfred Delp SJ - Denker, Zeuge, Mystiker	14

März

02.03. Progressive Muskelentspannung	43
02.03. Selbstfürsorge und Wohlfühl mit Achtsamkeit und Progressiver Muskelentspannung	44
11.03. Gemeinsam in Stille den Tag beginnen	27
13.03. Verstehst du auch, was du da liest? (Apg 8, 30)	15
14.03. „Wir entscheiden, wie wir die Welt sehen“ - Einführungsseminar	28
16.03. Venezianische Schule - Kunstvortrag	17
17.03. „Wir entscheiden, wie wir die Welt sehen“ - Workshop	29
geändert 12.03. „Gesund mit Medien aufwachsen“ bis 10 Jahre	36
19.03. Francesco Piobicchi - der malende Sozialarbeiter	52
20.03. Mutig gegen rechte Sprüche	12
23.03. WEtell	53
25.03. Gemeinsam in Stille den Tag beginnen	26
26.03. Einführung in die Gemmotherapie - Die Heilkraft der Knospen entdecken	49
26.03. „Alexa, macht mein Kind Hausaufgaben?“	37
27.03. Ein Wochenende für mich!	47
27.03. Literatur am Vormittag - „Shared Reading“	20

April

10.04. KEK - Kommunikationstraining für Paare in längerer Beziehung	41
15.04. Augenblicke 2026 - Kurzfilmreihe	21
16.04. ZENbo Balance	45
17.04. Verstehst du auch, was du da liest? (Apg 8, 30)	15
17.04. Mosaik als kreative Technik	10
18.04. Ein Tag zum Durchatmen	48
18.04. Familienaufstellung in Lahr	32
18.04. ADHS, ADS und Neurodivergenz	34
20.04. Kunstvortrag Antonio Canova	17

Terminübersicht

20.04. Der eigenen Stärke Ausdruck verleihen	31
22.04. Gemeinsam in Stille den Tag beginnen	27
23.04. Kurzfilme im Spitalkeller verschoben auf Herbst 2026	22
23.04. Das erste Handy	38
24.04. Energie statt Biotonne: Was geschieht mit unserem Hausmüll?	54
24.04. Literatur am Vormittag - „Shared Reading“	20
24.04. EPL Kommunikationstraining für Paare	42
25.04. Theologisches Weinkabarett	24

Mai

05.05. Ben X - Film und Gespräch	23
08.05. Verstehst du auch, was du da liest? (Apg 8, 30)	15
09.05. Familienaufstellung in Lahr	32
10.05. Wohin mit meiner Wut?	33
20.05. Gemeinsam in Stille den Tag beginnen	27
21.05. Likes statt Leben? - die Faszination von Social Media, Gaming und Smartphone	39
22.05. Waldbaden	50
22.05. Literatur am Vormittag - „Shared Reading“	20
23.05. KUNSTCAFE - VENEDIG	18

Juni

09.06. „Manchmal ist ein NEIN die liebevollste Antwort“	30
09.06. Kunstfahrt ins Frankenland	8
11.06. Verbinde dich mit deinem Atem und komme zur Ruhe	46
11.06. „Wissen was ab geht!“ - Gesund mit (Social-) Medien aufwachsen ab 10 Jahre	40
12.06. Verstehst du auch, was du da liest? (Apg 8, 30)	15
15.06. Kunstvortrag Vom Warenhauspalast zur Eiermannfassade	19
16.06. Paulette - Film und Gespräch	23
18.06. Yoga meets Wein	25
19.06. Alkoholtinte	11
24.06. Gemeinsam in Stille den Tag beginnen	27
26.06. Literatur am Vormittag - „Shared Reading“	20

Terminübersicht

Juli

02.07. Yoga meets Wein	26
11.07. Der Wald und der Klimawandel	55
17.07. Verstehst du auch, was du da liest? (Apg 8, 30)	15
24.07. Literatur am Vormittag - „Shared Reading“	20
29.07. Gemeinsam in Stille den Tag beginnen	27

Kommen Sie ins Gespräch

Postkartenaktion und Glücksrad zur Landtagswahl

Wir möchten mit Ihnen ins Gespräch kommen und Ihre Anliegen für eine neue Landesregierung in Baden-Württemberg festhalten. Daher kommen wir mit einer Schreibmaschine in die Stadtbibliothek und laden Sie zum Gespräch ein über Ihre gesellschaftlichen Wünsche und Anliegen. Diese schreiben wir auf Postkarten und schicken sie nach der Wahl ab an die zukünftige Landesregierung.

Dabei möchten wir:

- ... zum Nachdenken anregen
- ... dazu ermutigen, ihre Ansichten und Wünsche in Bezug auf Politik und Gesellschaft zu äußern
- ... Stimmen in den politischen Prozess einbringen, die oft nicht gehört werden
- ... einen Raum für Gespräche öffnen.

Gesprächsanregungen bietet dazu auch unser Glücksrad zur Landtagswahl.

28. Februar 2026
10.00 - 13.00 Uhr
Stadtbibliothek Offenburg



Liebe Interessierte, liebe Teilnehmende,

mit dem neuen Programm von März bis Juli 2026 laden wir Sie herzlich ein, die vielfältigen Angebote des Bildungszentrums Offenburg zu entdecken. Bildung ist für uns mehr als Wissensvermittlung – sie ist Begegnung, persönliche Entwicklung und ein wichtiger Impuls für gesellschaftliche Teilhabe.

Auch im ersten Halbjahr 2026 erwartet Sie ein abwechslungsreiches Programm, das aktuelle Themen aufgreift, bewährte Formate fortführt und Raum für Neues schafft. Ob persönliche Interessen, kreative Entfaltung oder fachlicher Austausch – wir möchten Ihnen Räume bieten, die Ort des Dialogs, der Begegnung und des vielfältigen Lernens sind.

Zum Start in die Sommerpause laden wir Sie zum geselligen Sommerabend am 21. Juli ins Bildungszentrum ein. Kommen Sie mit anderen Menschen ins Gespräch, lernen Sie unser Team kennen und werfen einen Blick in das neue Programm.

Wir freuen uns über Ihr Interesse und über viele Begegnungen bei unseren Veranstaltungen!

Ihr Team des Bildungszentrums Offenburg
Antonia Schwab-Renner, Jasmin Riehle und Angelika Bäuerle



Das Bildungszentrum Offenburg ist durch die SQ Cert GmbH zertifiziert nach Qualitätsentwicklung im Verbund von Bildungseinrichtungen, Stufe B. Zertifikat Nr. 1232-2025-15. Dieses Siegel zeigt an, dass ein Prozessmanagement in Anlehnung an die DIN EN ISO 9001 wirksam angewendet wird.



Wir sind anerkannte Bildungseinrichtung nach dem Bildungszeitgesetz und führen ausgewählte Maßnahmen als Bildungszeit-Angebote durch.

Kunstoffahrt ins Frankenland

Dreitagesfahrt -

Dürerstadt Nürnberg, UNESCO-Weltkulturerbe Bamberg, Pommersfelden, Kloster Ebrach und Vierzehnheiligen

Programm

1. Tag - Nürnberg



Am späten Vormittag Ankunft in Nürnberg, Spaziergang in die Altstadt. Am Mittag Stadtführung durch die historischen Viertel von S. Sebald und S. Lorenz mit Besuch der Lorenzkirche. Am Spätnachmittag Weiterfahrt nach Bamberg, wo wir im zentral gelegenen Drei-Sterne-Hotel Europa wohnen werden. Gemeinsames Abendessen im hoteleigenen Restaurant.

2. Tag - Bamberg

Am Vormittag Spaziergang auf den bischöflichen Domberg: Besichtigung des Doms und Führung durch den beeindruckenden Dombezirk mit seinen Domherrenhäusern, der Alten Hofhaltung und der barocken Residenz. Nach der Mittagspause geführter Stadtrundgang durch das bürgerliche Inselviertel. Freizeit. Gemeinsames Abendessen im hoteleigenen Restaurant.



3. Tag - Bamberger Umland



Fahrt nach Bad Staffelstein, Besichtigung Wallfahrtskirche Vierzehnheiligen. Anschließend Fahrt zur fürstbischöflichen Sommerresidenz Schloss Seehof mit geführtem Rundgang im Schlosspark. Gemeinsame Mittagspause im Schlossrestaurant Seehof. Weiterfahrt nach Pommersfelden und Führung durch das Schönbornsche Barockschloss Weissenstein. Anschließend Besuch der Abteikirche der ehem. Zisterzienserabtei

Ebrach. Ausklang mit einer gemeinsamen Kaffeepause im Ebracher Café Achtziger.

Leistungen

- * Fahrt im modernen Reisebus der Firma René, ab Offenburg
- * 2x Übernachtungen mit Frühstücksbuffet im ***Hotel Europa in Bamberg.
- * 2x Abendessen (3-Gang-Menu) im hoteleigenen Restaurant (exklusiv Getränke)
- * 1x Mittagessen (Hauptgang & Dessert) im Restaurant Schloss Seehof (exklusiv Getränke)
- * 1x Kaffeepause im Café Achtziger in Ebrach
- * geführte Stadtbesichtigungen in Nürnberg und Bamberg
- * geführte Besichtigungsfahrt nach Vierzehnheiligen, zum Schloss Seehof, nach Pommersfelden und zur ehem. Zisterzienserabtei Ebrach.
- * Führung durch Schloss Weissenstein in Pommersfelden
- * Eintritte, Führungsgebühren, Kirchenspenden lt. Programm
- * Trinkgelder (Hotel, Restaurants, Busfahrer)
- * Reisebegleitung durch das Kath. Bildungszentrum Offenburg
- * Reiseführung Dr. Barbara Memheld, Kunsthistorikerin

Anmeldung

Die Teilnehmerzahl ist auf 30 Personen begrenzt

Ein Anmeldeformular erhalten Sie im Kath. Bildungszentrum Offenburg unter: info@bildungszentrum-offenburg.de oder 0781 925040

Zur Anmeldung senden Sie bitte die Reiseanmeldung vollständig ausgefüllt & unterschrieben an:

Dr. Augustin Studienreisen GmbH

DR. AUGUSTIN STUDIENREISEN GMBH ist Veranstalter im Sinne des Reiserechts.

Es gelten die Allgemeinen Reisebedingungen. Das Bildungszentrum Offenburg ist Kooperationspartner. Es gelten die Reise- und Stornierungsbedingungen des Veranstalters.

Im Reisepreis ist keine Reiseversicherung enthalten. Wenn Sie eine Versicherung benötigen, schließen Sie sie bitte separat ab.

Dr.in Barbara Memheld

Kunsthistorikerin

Dienstag, 9.06., 6.30 Uhr bis Donnerstag 11.06., 21.00 Uhr

Gebühr: 695,00 Euro im Doppelzimmer

Einzelzimmerzuschlag 96 Euro

Anmeldung erforderlich bis 1. April.

Mosaik als kreative Technik

Kreativ-Workshop

Lust auf eine kreative Auszeit?

In diesem kreativen Workshop gestalten Sie individuelle Untersetzer aus Mosaik. Mit verschiedenfarbigen Mosaiksteinen entstehen einzigartige Stücke – dekorativ, alltagstauglich und selbstgemacht. Schritt für Schritt lernen Sie die Grundlagen der Mosaiktechnik kennen: vom Entwurf über das Legen der Steine bis hin zum Verfugen.



Es werden unterschiedliche Holzuntersetzer angeboten. Im Workshop werden pro Person 3-4 Untersetzer gestaltet.

Der Workshop eignet sich für Anfänger*innen ebenso wie für Kreative mit Vorkenntnissen.

Freude am Gestalten und Experimentieren steht im Mittelpunkt.



3-4 Holzuntersetzer sowie alle weiteren Materialien Mosaiksteine, Fugenmasse, Mosaikkleber sind im Preis enthalten.

Lisa Schlegel

Workshopleiterin von Kreativangeboten

Freitag, 17. April 2026, 18.30 - 21.00 Uhr

Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis

Gebühr: 50,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 12. April.



Alkoholtinte - Bilder gestalten

Kreativ-Workshop

Lust auf eine kreative Auszeit?

In diesem Kreativworkshop gestalten Sie abstrakte Kunstwerke auf speziellem Papier. Mithilfe von Alkoholfarben entstehen durch das Zusammenspiel von Farbe, Alkohol und Luft faszinierende, fließende Muster und überraschende Effekte – ganz ohne Pinsel. Spielerisch experimentieren Sie mit Farben, Kontrasten und Bewegungen und entdecken dabei die besondere Dynamik dieser Technik.



Jedes Bild ist ein Unikat und lädt dazu ein, der eigenen Kreativität freien Lauf zu lassen.

Für den Workshop sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Er eignet sich für alle, die kreativ sein und sich von dem Farbspiel inspirieren lassen möchten.

Im Workshop erstellen Sie zwei A4 Kunstwerke sowie Grußkarten. Im Preis sind außerdem Probeblätter sowie ein Bilderrahmen enthalten.



Lisa Schlegel

Workshopleiterin für
Kreativangebote

**Freitag, 19. Juni 2026,
17.00 - 19.30 Uhr**

**Bildungszentrum Offenburg,
Kath. Zentrum St. Fidelis**
Gebühr: 40,00 Euro

Anmeldung erforderlich
bis 14. Juni.

Mutig gegen rechte Sprüche

Ein Argumentationstraining zum Umgang mit rechten Parolen

Wie gehen wir damit um, wenn im Familienkreis abfällig über Geflüchtete gesprochen wird? Was tun, wenn Kolleg*innen unsere Demokratie in Frage stellen und von „Lügenpresse“ sprechen? Menschen- und demokratiefeindliche Hetze, Diskriminierung und Ausgrenzung erleben wir immer häufiger in unserem Alltag.

In diesem Training üben wir dem entgegenzutreten, indem wir rechte Argumentationsmuster analysieren, Gegenstrategien erarbeiten und mögliche Verhaltensweisen ausprobieren.

Diese Veranstaltung findet im Rahmen der „Internationalen Wochen gegen Rassismus“ in Kooperation mit IN VIA und der EEB Ortenau statt.

Gregor Lanz und Anke Rietdorf

Freie Referent*innen der Fachstelle Demokratiebildung

Freitag, 20. März 2026, 16.00 - 19.30 Uhr
Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis

Gebühr: kostenfrei, Spenden sind willkommen.

Anmeldung erforderlich bis 16. März.

Internationale Wochen gegen Rassismus in Offenburg

Jährlich um den 21. März, dem Internationalen Tag gegen Rassismus, finden in Deutschland und weltweit die Internationalen Wochen gegen Rassismus (IWgR) statt. Sie setzen öffentlichkeitswirksam ein Zeichen für Respekt, Menschenwürde und eine vielfältige Gesellschaft.

In Offenburg engagieren sich seit Jahren Vereine, Organisationen und Initiativen im Rahmen der Aktionswochen. Um die Angebote besser zu bündeln, bekannter zu machen und ein größeres Publikum zu erreichen, werden die Internationalen Wochen gegen Rassismus (IWgR) seit 2022 zentral von einem Projektteam unter der Federführung des Integrationsbüros koordiniert. So können Offenburger*innen, ob zugewandert oder hier geboren, die vielfältigen Angebote rund um Vielfalt, Austausch und Zusammenhalt noch besser erleben.

Auch bei den Internationalen Wochen gegen Rassismus 2026, die vom 16. bis 29. März 2026 stattfinden, möchten wir wieder gemeinsam Haltung und Stärke zeigen.

Auch wir als kath. Bildungszentrum beteiligen uns am Programm der Internationalen Wochen gegen Rassismus. Das gesamte Programm finden Sie zeitnah über die Homepage der Stadt Offenburg.



Alfred Delp SJ - Denker, Zeuge, Mystiker

Hybrid-Veranstaltung

P. Alfred Delp SJ (1907 - 1945), Jesuit aus Mannheim, war in München als Schriftsteller für die „Stimmen der Zeit“ tätig und engagierte sich im Widerstand gegen den Nationalsozialismus. Nach dem Attentatsversuch vom 20. Juli 1944 wurde er festgenommen und in einem Schauprozess zum Tod verurteilt. Am 2. Februar 1945 wurde er in Berlin gehängt. Im Gefängnis schrieb er mit gefesselten Händen kurze Briefe und Glaubensbekenntnisse, die ihn als Zeugen für den Glauben und als großen Mystiker zeigen.

In diesem Seminar lernen wir P. Alfred Delp kennen, wir lesen einige seiner Texte und erschließen sie für heutige Glaubensfragen. Die Veranstaltung ist eine Kooperation mit weiteren Bildungszentren der Erzdiözese Freiburg, die sich an diesem Samstagvormittag online in das Bildungszentrum sanct clara Mannheim zuschalten. Dort wird Dr. Kiechle in Präsenz den Vortrag halten, der in die ganze Diözese hinein übertragen wird. In den Bildungszentren vor Ort finden im Anschluss, Diskussion und Austausch untereinander und mit dem Referenten statt.

Dr. Stefan Kiechle

Jesuit in München, ist Chefredakteur der Kulturzeitschrift "Stimmen der Zeit", Exerzitienbegleiter und Autor



**Samstag, 28. Februar 2026,
10.00 - 13.00 Uhr
Bildungszentrum Offenburg,
Kath. Zentrum St. Fidelis**

**Anmeldung für die Onlineteilnahme via Zoom unter:
www.bildungszentrum-Heidelberg.de oder
info@bildungszentrum-heidelberg.de**

Gebühr: kostenfrei

Anmeldung erforderlich bis 18. Februar.

Verstehst du auch, was du da liest? (Apg 8, 30)

„Ökumenischer, theologischer Gesprächskreis“

In einer ökumenischen Gruppe wagen wir uns an biblische und theologische Texte, die wir allein nicht lesen oder verstehen würden.

Dabei schauen wir, ob historisch-kritische Methoden der Bibelforschung hilfreich sind und was uns persönlich bewegt. Und worüber wir immer schon mal reden wollten.

So kommen wir den Texten und ihrer Wirkungsgeschichte näher und sammeln Impulse für uns und unsere heutige Welt.

Herzliche Einladung an alle, die miteinander über biblische Texte ins Gespräch kommen wollen!

Bitte bringen Sie Ihre eigene Bibel zu den Gesprächen mit.

Claudia Roloff

evang. Pfarrerin

Clemens Bühler

Pastoralreferent

13. März

17. April

08. Mai

12. Juni

17. Juli



jeweils freitags 9.30 - 11.00 Uhr

Evang. Erwachsenenbildung Ortenau, Poststraße 16

Gebühr: kostenfrei

Anmeldung erforderlich vor dem jeweiligen Termin.

KUNSTCAFE - am Samstagvormittag

Malerinnen und Musen um den Blauen Reiter

Kunstcafé - Vortrag mit Gespräch bei Kaffee und Brezel

Das Bildungszentrum lädt herzlich zu Kunst und Begegnung ein. Bei Kaffee und Brezel folgen Sie den inspirierenden Kunstvorträgen von Dr. Barbara Memheld und können danach gemeinsam ins Gespräch kommen.



Gabriele Münter, Marianne von Werefkin, Elisabeth Marc und Elisabeth Macke - vier Frauen, die in engstem Zusammenhang mit dem deutschen Expressionismus und dem 1911 gegründeten Blauen Reiter stehen.

Selbstbewusst setzen sie sich über die gesellschaftlichen Konventionen ihrer Zeit hinweg und entscheiden sich für ein unkonventionelles Künstlerleben. Ihr Lebensweg, der an der Seite ihrer berühmten Malerkollegen beginnt und in einem selbstbestimmten Dasein mündet, macht sie zu großen Gestalten der deutschen Kunstszene.

Dr.in Barbara Memheld

Kunsthistorikerin

Samstag, 21. Februar 2026, 9.45 - 11.45 Uhr
Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis

Gebühr: 12,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 16. Februar.

Kunstvortrag

Die Venezianische Schule

Malerei in der Lagunenstadt

Im ausgehenden 15. Jahrhundert entwickeln die Maler in der Lagunenstadt einen neuartigen Umgang mit Licht und Farbe - es entsteht die „Venezianische Schule“. Ihre erste große Blüte erlebt sie mit den Brüdern Bellini, Tizian, Tintoretto und Veronese. Im Barock führen Stadtveduten von Canaletto und Bernardo Bellotto und die Dekorationsmalerei Gian Battista Tiepolos die Venezianische Schule ein weiteres Mal zu internationalem Ruhm.

Erleben wir Venedig durch die Werke großer Meister dieser Schule.



Dr.in Barbara Memheld, Kunsthistorikerin

Montag, 16. März 2026, 15.00 - 16.45 Uhr
Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis
Gebühr: 10,00 Euro

Antonio Canova - der Michelangelo des Klassizismus

Von Rom bis London und von Sankt Petersburg bis North Carolina reichte der Ruhm des italienischen Künstlers Antonio Canova, dessen Skulpturen bei Aristokratie und Kunstliebhabern gleichermaßen begehrt waren.

Bis heute gilt der gebürtige Venezianer als unangefochtener Meister des Klassizismus.



Dr.in Barbara Memheld, Kunsthistorikerin

Montag, 20. April 2026, 15.00 - 16.45 Uhr
Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis
Gebühr: 10,00 Euro

KUNSTCAFE - am Samstagvormittag

Venedig

„man kann alle Städte der Welt gesehen haben, und doch überrascht sein, wenn man nach Venedig kommt “

Kunstcafé - Vortrag mit Gespräch bei Kaffee und Brezel

Das Bildungszentrum lädt herzlich zu Kunst und Begegnung ein. Bei Kaffee und Brezel folgen Sie den inspirierenden Kunstvorträgen von Dr. Barbara Memheld und können danach gemeinsam ins Gespräch kommen.



Ein „Spaziergang“ durch die Lagunenstadt:

Lassen Sie sich faszinieren von der einzigartigen Urbanistik und der prachtvollen Architektur, aber auch vom authentischen Charme von Venezia Minore, dem Venedig der 'kleinen Leute' mit seinen malerischen Gassen und verborgenen Winkeln.

Der Blick auf Kunst, Brauchtum und Alltagsleben zeigt uns diese außergewöhnliche Stadt in all ihren Facetten.

Dr.in Barbara Memheld

Kunsthistorikerin

Samstag, 23. Mai 2026, 9.45 - 11.45 Uhr

Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis

Gebühr: 12,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 17. Mai.

Kunstvortrag

Vom Warenhauspalast zur Eiermannfassade

Ein historischer Spaziergang durch die Warenhauskultur im deutschen Südwesten

Ende des 19. Jahrhunderts begann die beispiellose Erfolgsgeschichte der Warenhäuser, die seit 1900 auch die Innenstädte im deutschen Südwesten prägten.

Prachtvolle Architektur, eine elegante Atmosphäre und das riesige Warenangebot machten zusammen mit verführerischen Geschäftsprinzipien die Warenhauspaläste zu Publikumsmagneten. In Mannheim, Freiburg, Straßburg oder Stuttgart war das nicht anders als in den Geschäftshäusern von Tietz und Wertheim in Berlin.

Mit dem 2. Weltkrieg verschwanden die meisten dieser Prachtbauten, ersetzt durch Häuser, denen die moderne Architektenschaft ein zeitgemäßes Aussehen verlieh. Begeben wir uns auf eine bebilderte Zeitreise in die Geschichte der Einkaufskultur unserer Region.

Dr.in Barbara Memheld

Kunsthistorikerin

Montag, 15. Juni 2026, 15.00 - 16.45 Uhr

Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis

Gebühr: 10,00 Euro



Literatur am Vormittag - „Shared Reading“

„An Worten Wachsen - Lesefreude teilen“

Eine Kurzgeschichte und ein Gedicht werden gemeinsam in der Gruppe gelesen und besprochen. Das gemeinsame Lesen eröffnet Möglichkeiten, Gedanken und Gefühle zu formulieren, die uns als Menschen ausmachen.

Auch wer nur zuhört, gehört dazu!

Die Idee zu diesem Konzept wurde in Liverpool entwickelt. Daher der englische Titel „Shared Reading“ - Gemeinsames Lesen - für dieses Projekt. Shared Reading ruht in der einfachen und kraftvollen Idee, Worte auf sich wirken zu lassen. Die Geschichte und das Gedicht, die die Leseleitung für jedes Treffen aussucht, werden auf Deutsch gelesen.

Die Termine können unabhängig voneinander wahrgenommen werden. Um eine Anmeldung zum ersten Termin wird gebeten. Im Anschluss entscheiden Sie, ob Sie an weiteren Terminen teilnehmen möchten.

Clemens Bühler

Pastoralreferent, ausgebildeter Leseleiter für Shared Reading



27. Februar

27. März

24. April

22. Mai

26. Juni

24. Juli

jeweils freitags, 10.00 - 11.30 Uhr

Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis

Gebühr: kostenfrei

Augenblicke 2026 - Kurzfilmreihe

Filmgespräch im Kommunalen Kino Achern

Gemeinsam mit dem kommunalen Kino Trivoli in Achern und dem Bildungswerk Achern zeigt das Bildungszentrum die neuen Kurzfilme AUGENBLICKE.



Diese werden deutschlandweit aufgeführt. Es sind zehn prämierte kleine Film(Meister-)Werke, unterschiedlicher Genres, Themen und Inhalten auf die Sie sich gefahrlos einlassen können - verdichtet, kreativ und immer überraschend. Sie zeigen neue Blickwinkel, erzählen von anderen Lebensrealitäten und reflektieren unsere Zeit.

Dieses Jahr erwartet Sie:

HAI LATTE Deutschland 2024, Kurzspielfilm

KRATZER Deutschland 2023, Kurzspielfilm

DEAR PASSANGERS, Kurzspielfilm, ohne Dialog

DAS MEISTERWERK Spanien 2023, Kurzspielfilm, spanisch/englisch/französisch/ dt.Untertitel

THE ART OF AUTHENTICITY Deutschland 2021, Mockumentary

BEEN THERE Schweiz 2023, Kurzdokumentation, ohne Dialog

DER MANN DER NICHT SCHWEIGEN WOLLTE Kroatien, Frankreich, Bulgarien, Slowenien 2024, Kurzspielfilm, kroatisch/dt. Untertitel

MIND THE GAB Deutschland 2024, Kurzanimation, ohne Dialog

TERESA, STATION B Deutschland 2025, 20:00 Min., Kurzspielfilm

MUSIC STORIES - JE TE VEUX Deutschland 2024 Kurzspielfilm, ohne Dialog

Nach der Filmvorführung besteht die Einladung zum Austausch über die Filme.

Dr. Lukas Schmitt und Clemens Bühler

Mittwoch, 15. April 2026, 20.00 Uhr

Tivoli - Kommunales Kino

Gebühr: Parkett 8,00 Euro, Loge 10,00 Euro

Ticketreservierung unter www.tivoli-achern.de, 07841 6827440 oder reservierung@tivoli-achern.de

Kurzfilme im Spitalkeller

Die Betriebsseelsorge Ortenau und das Bildungszentrum Offenburg lädt in Kooperation mit 361 Grad e. V. zum Kurzfilmeabend in den Spitalkeller ein.

Wer im Anschluss noch Lust und Zeit hat, kann sich gerne noch bei einem Feierabend-Getränk über die Kurzfilme austauschen.

Eintritt frei - Getränke sind kostenpflichtig

Stefan Falk
Antonia Schwab-Renner

Verschoben auf
06. Oktober 2026

Donnerstag, 23. April 2026,
20.00 Uhr
Spitalkeller, Spitalstraße 1a

Gebühr: kostenfrei

Keine Anmeldung erforderlich.



F!LM»AB

Filmgesprächsreihe in Kooperation
mit der VHS, EEB, BUND und Stadt Offenburg

Gute Filme. Gute Gespräche.
- Entdecke jetzt unsere Filmabende!

Mehr als Kino!

Tolle Filme und spannende Dokus mit Input und Gedankenaustausch. Zum Mitreden oder einfach nur zuhören. Jede Woche an einem anderen Ort in Offenburg.

Machs dir gemütlich!

Was zum Knabbern oder was zum Trinken?
Bring dir einfach was mit.

Große Filme, kleines Geld.

Im Bildungszentrum zeigen wir die Filme in deutscher Sprache.

Ben X

Der mehrfach ausgezeichnete Film Ben X erzählt die bewegende Geschichte eines Jugendlichen mit Autismus, der im Schulalltag Ausgrenzung, Mobbing und Gewalt erfährt. Zuflucht findet Ben in einer virtuellen Welt, in der klare Regeln gelten und er Stärke zeigen kann. Dabei eröffnet er einen eindringlichen Blick auf die Wahrnehmung eines jungen Menschen, der anders ist - und fordert dazu auf, über Empathie, Toleranz und den Umgang miteinander nachzudenken.

Regie: Nic Balthazar, Belgien,
Niederlande 2007, 93 min.

**Dienstag, 05. Mai 2026,
19.00 Uhr**
**Bildungszentrum Offenburg,
Kath. Zentrum St. Fidelis**
Gebühr: 5,00 Euro



Paulette

Mit viel Humor und Herz erzählt Paulette die Geschichte einer eigenwilligen Rentnerin, die nach dem Tod ihres Mannes in prekären finanziellen Verhältnissen lebt. Ihr Alltag ist geprägt von Einsamkeit, festen Routinen und einer zunehmenden Distanz zu ihrem sozialen Umfeld. Angesichts finanzieller Sorgen beschließt sie einen ungewöhnlichen Weg einzuschlagen: Sie steigt kurzerhand ins Drogengeschäft ein. Was zunächst absurd wirkt, entwickelt sich zu einer frechen und zugleich warmherzigen Erzählung über Neuanfänge, gesellschaftliche Rollenbilder und den Mut, Konventionen zu hinterfragen.

Regie: Jérôme Encrico,
Frankreich 2012, 84 min.

**Dienstag, 16. Juni 2026,
19.00 Uhr**
Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis
Gebühr: 5,00 Euro



Theologisches Weinkabarett

Kabarett mit Weinbegleitung

Der Rebensaft hat im Christentum eine einzigartige spirituelle Karriere hingelegt. Das liegt unter anderem daran, dass Christus der Winemaker schlechthin ist. Und dafür brauchte er nicht mal einen Weinkeller, ein Wasserfass hat gereicht! Hätte der Gastgeber bei der Hochzeit von Kanaan nicht einen so unfähigen Weddingplaner gehabt, vielleicht wäre dieses Talent Jesu unentdeckt geblieben? Keine Frage, der Wein ist ein ganz außergewöhnliches Elixier. Nur hartgesottne Atheisten würden dem widersprechen.

Aber die haben - in der Regel - von Wein auch keine Ahnung. Sie glauben mir nicht?

Dann kommen Sie! Und damit Sie wissen was Sie da trinken. Herzliche Einladung!



Martin Pünschon alias Martin Vrana wird an diesem Abend in einem theologischen Kabarett die Gehirnzellen in Schwung bringen. Weine aus dem Familien-Weingut Renner beleben den Gaumen und für Musik zum Rebensaft sorgt Gwendolin Hofert.

Martin Vrana

Kabarettist und Theologe

Samstag, 25. April 2026, 19.00 Uhr
Familien-Weingut Renner, Fessenbach

Gebühr: 32,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 20. April.

Yoga meets Wein

Yoga & Rosé - Ein Abend in Balance



Erleben Sie einen besonderen Abend, der bewusste Bewegung und genussvolle Momente miteinander verbindet:

zart · frisch · weich · lebendig

So wie der Wein, so die Bewegung.

Was erwartet Sie:

Nach der Einstimmung mit einem Glas Secco beginnen wir miteinander ruhigen Yogaeinheit, mit fließenden, entspannenden und erdenden Übungen, die von Anfängern und Ungeübten gut bewältigt werden können.

Das Glas Rosé bildet den Abschluss des Abends nach der Abschlussentspannung zusammen mit einigen Informationen über den Wein des Weingut Renners in Fessenbach. Zeit um den genussvollen Abend mit Leichtigkeit, Offenheit und sommerlicher Lebensfreude abzurunden.

Wir freuen uns auf einen Abend voller Ruhe, Leichtigkeit und roséfarbener Momente.

Die Yogaeinheit findet auf der Terrasse des Panoramaraums mit Blick ins Elsass statt.

Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Kleidung für draußen

Rolf Birk

Heilpraktiker, Rückentrainer DTB, Yogatrainer

Donnerstag, 18. Juni 2026, 19.00 - 20.30 Uhr
Familien-Weingut Renner, Fessenbach

Gebühr: 18,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 10. Juni.

Yoga meets Wein

Yoga & Grauburgunder - Ein Abend zum Ankommen

Erleben Sie einen besonderen Abend, der bewusste Bewegung und genussvolle Momente miteinander verbindet:

weich · warm · rund · erdverbunden

Diese Qualitäten finden sich sowohl im Wein als auch in den Bewegungen des Abends wieder.

Was erwartet dich:

Nach der Einstimmung mit einem Glas Secco beginnen wir mit einer ruhigen Yogaeinheit, mit weichen, entspannenden und erdenden Übungen, die von Anfängern und Ungeübten gut bewältigt werden können.

Das Glas Grauburgunder bildet den Abschluss des Abends nach der Abschlussentspannung zusammen mit einigen Informationen über den Wein des Weingut Renners in Fessenbach. Zeit zum Gedanken loslassen, Austauschen und dabei Genießen.

Wir freuen uns auf einen Abend zum Durchatmen, zum Loslassen und zum bewussten Genießen.

Die Yogaeinheit findet auf der Terrasse des Panoramaraums mit Blick ins Elsass statt.

Bitte mitbringen: Yogamatte, bequeme Kleidung für draußen

Rolf Birk

Heilpraktiker, Rückentrainer DTB, Yogatrainer

Donnerstag, 02. Juli 2026, 19.00 - 20.30 Uhr
Familien-Weingut Renner, Fessenbach

Gebühr: 18,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 24. Juni.



Gemeinsam in Stille den Tag beginnen

Meditation in Anlehnung an ZEN und gemeinsames Frühstück

*„Wer Stille findet, stärkt seine Fähigkeit, die Ruhe nicht zu verlieren“
(Ernst Festl)*

Stille schafft Gelegenheit, Routinen zu unterbrechen und neu zu denken, innerlich mit sich mehr in Kontakt zu kommen, den eigenen Gedankenfluss wahrzunehmen, vor allem aber sich und seine Kraft zu sammeln, um dann anders die Herausforderungen des Tages angehen zu können. Menschen, die regelmäßig in einer Gruppe meditieren, spüren genau hier den Unterschied zum normalen Beginn des neuen Tages. Wir laden Sie ein, sich den Unterschied zu gönnen und dieses Experiment mit sich selbst zu genießen.

Es gibt am Anfang jeweils einen Impuls, danach folgt eine stille Zeit (Sitzen wie in der Zenmeditation).

Im Anschluss laden wir Sie zu einem einfachen gemeinsamen Frühstück ein.

Eine Kooperation mit der Psychologischen Beratungsstelle für Ehe-Familie-Lebensfragen (EFL) Ortenau.

Christine Kraft-Hillebrandt

Dipl. Rel.pädagogin, EFL-Beraterin

Dietmar Schimmer

Theologe, EFL-Berater

18. Februar

11. März

25. März

22. April

20. Mai

24. Juni

29. Juli



jeweils mittwochs 7.30 - 8.45 Uhr

7.20 Uhr Treffpunkt am Eingang

Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis

Gebühr: kostenfrei, Spende für das Frühstück sind willkommen.

Eine Anmeldung ist entweder zu einzelnen Terminen oder zu allen Terminen möglich. Anmeldung bis jeweils Montag vor dem Termin.

Wir entscheiden, wie wir die Welt sehen

Entdecken Sie die Kraft der wertschätzenden Kommunikation - Einführungsseminar nach Marshall B. Rosenberg

Möchten Sie besser mit anderen Menschen ins Gespräch kommen und gleichzeitig sich selbst mehr Achtsamkeit schenken?

Unser Seminar zeigt Ihnen, wie das geht – mit der wertschätzenden Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg.

Rosenberg hat ein einfaches, aber tiefgehendes Modell entwickelt („Gewaltfreie Kommunikation“), das Ihnen hilft, bewusster zu denken, zu reden und zu handeln. Es geht darum, eine wertschätzende Haltung sich selbst und anderen gegenüber zu entwickeln – unabhängig davon, wie schwierig eine Situation gerade ist.

Was erwartet Sie?

- Sie lernen, wie Sie im Alltag Konflikte besser lösen können.
- Sie erhalten praktische Tipps, die Sie sofort umsetzen können.
- Sie erfahren, wie wertschätzende Kommunikation Ihr Leben bereichern kann – sowohl privat als auch beruflich.

Dieses Seminar ist ideal für alle, die:

- offener und einfühlsamer kommunizieren möchten
- neugierig auf neue Perspektiven sind
- sich persönlich weiterentwickeln möchten

Bitte bringen Sie Verpflegung und Getränke für die Pause mit.

Sie können für dieses Seminar bei Ihrem Arbeitgeber Bildungszeit beantragen.

Sabine Zink und Carola Vogt

Trainerinnen für gewaltfreie Kommunikation

Samstag, 14. März 2026, 10.00 - 17.00 Uhr
Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis

Gebühr: 80,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 8. März.

Wir entscheiden, wie wir die Welt sehen

Workshop für Geübte zur wertschätzenden Kommunikation

Die wertschätzende Kommunikation bietet einen Weg der Persönlichkeitsentwicklung hin zu einer umfassend einfühlsamen, empathischen Haltung - sich selbst und anderen gegenüber. Unter dem Stichwort „Gewaltfreie Kommunikation“ ist dieses Konzept von Marshall Rosenberg bekannt geworden. Im Kern geht es darum, das uralte Gebot „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst“ praktisch im eigenen Leben, zwischen Gruppen und Nationen umzusetzen.

Wertschätzende Kommunikation ist einfach und leicht verständlich, so dass erste Schritte im privaten wie beruflichen Alltag gleich umgesetzt werden können. Und sie ist so differenziert und tiefgehend, dass Rosenberg selbst von einem lebenslangen spirituellen Übungsweg sprach.

Voraussetzung für die Teilnahme sind Grundkenntnisse in der Gewaltfreien Kommunikation. Diese können Sie im Tagesseminar am 14. März erwerben.

Sabine Zink und Carola Vogt

Trainerinnen für gewaltfreie Kommunikation

17.03. | 31.03. | 14.04. | 28.04 | 12.05.2026
jeweils dienstags 19.00 - 21.00 Uhr

Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis

Gebühr: 75,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 10. März.



„Manchmal ist ein NEIN die liebevollste Antwort“

Kurzseminar zur gewaltfreien Kommunikation

In diesem Workshop arbeiten wir gemeinsam an den zentralen Aspekten der Gewaltfreien Kommunikation im Umgang mit Ja und Nein. Im Fokus steht das bewusste Wahrnehmen eigener Grenzen sowie das klare Erkennen dessen, was für uns wichtig ist. Die Teilnehmenden setzen sich mit ihren Gefühlen und Bedürfnissen auseinander und lernen, Verantwortung für ihre Entscheidungen zu übernehmen.

Ein Schwerpunkt liegt darauf, Ja zu sich selbst zu sagen, indem die eigenen Bedürfnisse ernst genommen und klar benannt werden. Das Nein wird dabei als Ausdruck eines unerfüllten Bedürfnisses verstanden und nicht als Ablehnung einer Person. Die Teilnehmenden üben, Nein zu sagen und dieses konstruktiv zu formulieren, indem sie mitteilen, welches Bedürfnis dahintersteht und was sie benötigen, um Ja sagen zu können. Dabei wird das im Nein enthaltene Ja sichtbar gemacht, ebenso wie die Bedürfnisse, die sich durch ein Nein erfüllen würden. Ein weiterer Fokus liegt auf dem empathischen Hören eines Neins. Die Teilnehmenden lernen, ein Nein anzunehmen, ohne es persönlich zu nehmen, und das Bedürfnis der Person wahrzunehmen, die Nein sagt. Auf diese Weise wird die Fähigkeit gestärkt, auch bei unterschiedlichen Bedürfnissen in Verbindung zu bleiben und respektvoll zu kommunizieren.

Sabine Zink Carola Vogt

Trainerinnen für gewaltfreie Kommunikation

09.06. | 23.06. | 07.07.2026

jeweils dienstags 19.00 - 21.00 Uhr



**Bildungszentrum Offenburg,
Kath. Zentrum St. Fidelis**

Gebühr: 45,00 Euro

Anmeldung erforderlich
bis 2. Juni.

Der eigenen Stärke Ausdruck verleihen - ein Kraftschild gestalten

Eine kreative Reise zu Resilienz und innerer Kraft

Wir leben in herausfordernden Zeiten. Gefühle wie Unsicherheit, Ohnmacht oder Zweifel gehören dazu - und doch tragen wir alle Ressourcen und Potenziale in uns, die uns stärken und weiterführen. Oft sind es gerade die ungewöhnlichen Wege und Erfahrungen, die besondere Kräfte hervorbringen.

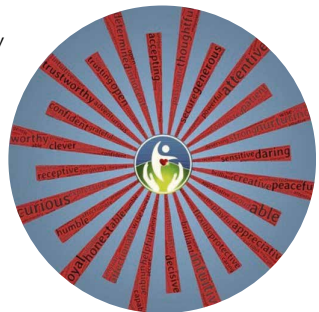
In diesem Workshop schaffen wir Raum, diese Schätze sichtbar zu machen. Gemeinsam in der Gruppe entsteht Resonanz und neue Perspektive. Inspiriert von der Tradition vieler Kulturen, in denen Menschen ein Schild gestalten, das ihre Kräfte und ihre „Medizin“ zeigt, erschaffst du dein persönliches Kraftschild: ein Symbol für deine Geschichte, deine Resilienz und dein Potenzial - ein Begleiter für kommende Schritte.

- Übungen, um Zugang zu inneren Bildern und Kraftquellen herzustellen, in Einzelsetting als auch in Begegnung
- Rückblick auf Herausforderungen und die daraus entstandenen Ressourcen
- Arbeit mit Symbolen und Bildern als Spiegel innerer Prozesse
- Impuls für einen Gang in der Natur zwischen den Terminen
- Kreativer Ausdruck: das persönliche Kraftschild gestalten.

So entsteht ein sichtbarer Ausdruck deiner Stärke und deiner Einzigartigkeit - getragen von der Kraft der Gruppe und als Wegweiser für neue Schritte. Das Kraftschild kann ich ganz unterschiedlicher Weise kreativ gestaltet werden.

Susanne Gebele

Systemische Coach, Supervisorin,
Prozessbegleiterin für Veränderungs-
und Entwicklungswege



20.04. | 04.05. | 18.05.2026

jeweils montags 19.00 - 21.00 Uhr

Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis

Gebühr: 70,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 12. April.

Familienaufstellung in Lahr

Tagesseminar Christliches Familienstellen

Was hindert uns daran unsere Beziehungen frei, liebevoll und friedvoll zu leben?

Oft sind es unverarbeitete negative Erfahrungen aus der Vergangenheit, aus der Kindheit, oft sogar traumatische Erlebnisse die unsere Familie, Eltern und Großeltern durchleben mussten. Das Familienstellen bietet uns die Möglichkeit, die Ursachen von Beziehungsstörungen zu erkennen, diese durch Rituale zu beseitigen und den Weg frei zu machen zur Heilung von Beziehungen und Konflikten.

Petra Bouren

Ausgebildete Trainerin für Familienstellen

Samstag, 18. April 2026, 9.30 - 18.00 Uhr

Ein weiterer Termin findet am Samstag, dem 09. Mai, statt.

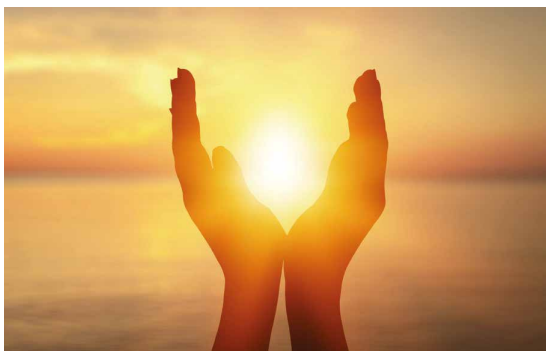
Lahr, Gemeindehaus Hl. Geist

Gebühr: 60,00 Euro

zzgl. 80 Euro für eine eigene Aufstellung (vor Ort zu zahlen)

Anmeldung erforderlich bis 12. April unter Angabe, ob eine eigene Aufstellung gewünscht wird.





Wohin mit meiner Wut?

Tagesseminar im Bildungszentrum Offenburg

Oft fällt es schwer, mit den eigenen Gefühlen in Kontakt zu kommen. Als Kinder haben wir nicht gelernt, unsere Wut anzunehmen und ihr Ausdruck zu verleihen. So haben wir Mühe, uns gegenüber anderen Menschen abzugrenzen. Um nicht zurückgewiesen zu werden versuchen wir, solche negativen Gefühle bei uns erst gar nicht wahrzunehmen. Wir scheuen uns, unsere Wut zu zeigen, auch weil wir Angst vor eigener Gewalttätigkeit haben.

Bei diesem Seminar wird dazu eingeladen, den Themen Wut und Abgrenzung im eigenen Leben und Erleben nachzugehen. Dazu helfen inhaltliche Impulse und angeleitete Übungen.

Voraussetzung für die Teilnahme ist die Bereitschaft, sich mit seinen eigenen Themen auseinanderzusetzen.

Petra Bouren

Ausgebildete Trainerin für Familienstellen

Sonntag, 10. Mai 2026, 14.00 - 18.00 Uhr
Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis

Gebühr: 50,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 3. Mai.

ADHS, ADS und Neurodivergenz



**Neurodivergenz kompakt:
Ein praxisnahes vierteiliges Online-
seminar zu AD(H)S & Neurodivergenz**

Kennen Sie das? Sie wissen, was zu tun ist und auch wie es geht - aber kommen bei nicht interessanten Tätigkeiten einfach nicht vom Wollen ins Tun?

Sich selbst strukturieren, Prioritäten setzen, Zeit einschätzen, dran-
zubleiben: Was für andere selbstverständlich scheint, kostet Sie
enorme Kraft.

Neurodivergenz, insbesondere ADHS, beeinflusst viele Lebensbe-
reiche - von Konzentration und Organisation bis hin zu sozialen In-
teraktionen und Emotionen. Bei Neurodivergenz funktioniert das
Gehirn anders. Diese besondere Art zu denken und zu handeln
bringt sowohl Stärken als auch Herausforderungen mit sich.

Was Sie im Seminar erwartet:

- Vorstellung eines einfachen, praktischen Workflows der Ihnen hilft, Ihre Aufgaben, Gedanken und Ideen zu strukturieren, leichter zu planen und ins Handeln zu kommen
- Neurobiologische Grundlagen zu Neurodivergenz und AD(H)S
- Praxisnahe Alltagsstrategien zum direkten Umsetzen

Das Seminar richtet sich speziell an neurodivergente Erwachsene, insbesondere an Menschen mit AD(H)S. Es ersetzt keine medizinische oder therapeutische Behandlung.

Max. Gruppengröße: 14 Teilnehmende

Digitales Endgerät erforderlich - idealerweise Tablet oder PC

Raphael Bäuerle

Zertifizierter ADHS-Life Coach, der selbst mit ADHS lebt

18.04. | 25.04. | 02.05. | 09.05.2026

jeweils samstags 10.00 - 11.30 Uhr

online via Zoom

Gebühr: 65,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 12. April.

Familie und Medien - Onlinereihe für Eltern und Erziehende

In der Reihe Familie und Medien – Medienwelten besser verstehen, bieten wir gemeinsam mit dem digitalen Bildungszentrum eine Onlinereihe mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten an.

In der digitalen Welt von heute stehen Eltern und Erziehende vor der Herausforderung, ihre Kinder sicher und kompetent im Umgang mit Medien zu begleiten. Um diese Aufgabe erfolgreich zu meistern, ist es wichtig, selbst gut über die aktuellen Medienwelten informiert zu sein.

In unserer Online-Reihe bieten wir Erziehenden praxisorientierte Unterstützung, um Medienerziehung effektiv in der Familie umzusetzen. Expert*innen mit langjähriger Erfahrung im Umgang mit Kindern und Medien vermitteln wertvolles Wissen und praktische Tipps, die sowohl die Familie im Medienumgang stärken, als auch einen Beitrag zum präventiven Jugendmedienschutz leisten.



„Gesund mit Medien aufwachsen“ -

Mediennutzung in der Familie: für Erziehende von Kindern im Alter von Grundschule und Kindergarten

Medien sind allgegenwärtig und ein nützlicher Alltagsbegleiter von Heranwachsenden und Erwachsenen geworden. Medien haben somit in das tägliche Leben von Familien Einzug gehalten und stellen viele Herausforderungen für Eltern und Kinder.

Wie wichtig sind Medien für die Kinder?

Welche Rolle haben die Eltern in der Medienerziehung (z.B. Vorbild, Begleiter, etc.)?

Gibt es Regeln und Grenzen bei der Mediennutzung?

Wie können Eltern und Kinder im Umgang mit Medien gestärkt werden (z.B. Sicherheit, Geräteeinstellungen, Risiken und Gefahren kennen)?

Das sind nur ein Bruchteil von ganz vielen Fragen, welche im Rahmen des Vortrages angeschaut und diskutiert werden. Ziel ist es, dass Sie als Eltern und Erziehende eine Balance zwischen Medienbedürfnisse und Medienkritik finden und hilfreiche Anregungen, Impulse und Tipps für die Medienerziehung im familiären Alltag kennenlernen und anwenden können.

Die Veranstaltung findet digital via Zoom statt. Hierfür benötigen Sie ein digitales Endgerät.



Anja Uhlenberg

Lehrerin, Erzieherin, Kindheitspädagogin MA und freiberufliche Medienreferentin

verschoben

**Donnerstag, 12. März 2026,
20.00 - 21.30 Uhr
ONLINE**

Gebühr: kostenfrei

Anmeldung erforderlich - den Zoom- Link erhalten Sie rechtzeitig vor der Veranstaltung per Mail.

„Alexa, macht mein Kind Hausaufgaben?“

KI im Jugendzimmer verstehen

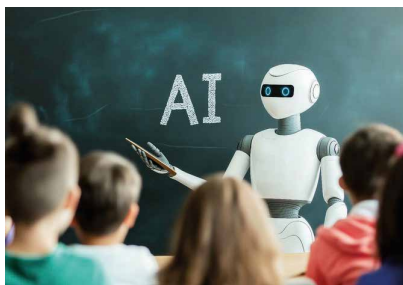
Künstliche Intelligenz ist längst im Alltag von Jugendlichen angekommen - oft unbemerkt. Ob ChatGPT für die Hausaufgaben, KI-Filter auf Instagram und TikTok, Sprachassistenten wie Alexa oder Siri, personalisierte Empfehlungen auf Spotify und YouTube oder KI-generierte Bilder: Die Technologie durchdringt das Leben junger Menschen auf vielfältige Weise. Doch was bedeutet das für Familien? Welche Chancen bietet KI beim Lernen und im kreativen Alltag? Und wo lauern Risiken - von Datenschutzfragen über Fake News bis hin zu problematischen KI-generierten Inhalten?

An diesem Abend erfahren Sie:

- Wo begegnet meinem Kind überall KI?
- Wie nutzen Jugendliche KI-Tools tatsächlich - und wofür?
- Welche Chancen bietet KI für Schule, Kreativität und Alltag?
- Welche Risiken sollten Eltern kennen?
- Wie kann ich mein Kind im Umgang mit KI begleiten?
- Welche Regeln und Gespräche helfen wirklich?

Die Veranstaltung bietet neben fachlichem Input ausreichend Raum für Ihre Fragen und den Austausch. Denn eines ist klar: KI wird bleiben - umso wichtiger ist es, gemeinsam einen guten Umgang damit zu finden.

Die Veranstaltung findet digital via Zoom statt. Hierfür benötigen Sie ein digitales Endgerät.



Jonas Stratmann

Medienpädagoge, Schulsozialarbeiter, ehem. stationäre Jugendhilfe, Gamer, ehem. E-Sport Nationalspieler

**Donnerstag, 26. März 2026, 20.00 - 21.30 Uhr
ONLINE**

Gebühr: kostenfrei

Anmeldung erforderlich - den Zoom- Link erhalten Sie rechtzeitig vor der Veranstaltung per Mail.

Das erste Handy

Ein wichtiger Schritt - gut begleitet

Ab welchem Alter ist ein Smartphone sinnvoll - und woran merkt man eigentlich, ob ein Kind wirklich bereit dafür ist?

Viele Eltern bewegen sich hier zwischen Unsicherheit, Vergleichsdruck und dem Wunsch, ihr Kind gut zu begleiten. In diesem Workshop geht es darum, die Altersfrage einzuordnen und gemeinsam zu klären, welche Anzeichen im Alltag Orientierung geben können. Anhand praxisnaher Beispiele wird gezeigt, wie der Einstieg in digitale Geräte schrittweise gestaltet werden kann, ohne zu überfordern und mit Blick auf wachsende Eigenverantwortung.

Weitere Inhalte:

- Kritische Einordnung der Frage nach dem „richtigen Alter“
- Woran können Eltern erkennen, ob ihr Kind bereit für ein eigenes Smartphone ist?
- Das Smartphone als Teil eines begleiteten Lernprozesses der Medienaneignung verstehen
- Wie kann der Einstieg in digitale Geräte schrittweise gestaltet werden?
- Rolle und Haltung der Eltern zwischen Begleitung, Grenzsetzung und Aushandlung
- Überblick über technische Unterstützungsangebote

Die Veranstaltung findet digital via Zoom statt. Hierfür benötigen Sie ein digitales Endgerät.

Pepe Thölken

Sozialarbeiter, freier Medienpädagoge

Alina Hoirdt

Sozialarbeiterin, Transforming Digitality,
freie Medienpädagogin



**Donnerstag, 23. April 2026, 20.00 -
21.30 Uhr
ONLINE**

Gebühr: kostenfrei

Anmeldung erforderlich - den Zoom- Link erhalten Sie rechtzeitig vor der Veranstaltung per Mail.

Likes statt Leben? -

die Faszination von Social Media, Gaming und Smartphone

Lernen Sie in diesem Vortrag mehr darüber, was das Angebot der digitalen Welt für Kinder und Jugendliche so attraktiv und bedeutsam macht. Hierzu wird eine differenzierte Betrachtung der Plattformen wie TikTok und Instagram ebenso wie das Thema Gaming dargestellt.

Digitale Medien werden dabei nicht pauschal bewertet, sondern als Räume verstanden, die Bedürfnisse erfüllen.

Weitere inhaltliche Schwerpunkte sind:

- Einblick in zentrale Funktionsweisen von Plattformen wie TikTok, Instagram oder Snapchat
- Differenzierte Betrachtung von Gaming: Reiz, Motivation und Bedeutung im Alltag
- Abgrenzung zwischen normaler Mediennutzung und problematischen Nutzungsmustern
- Orientierung für Eltern zur eigenen Medienhaltung und zu alltagstauglichen, dialogorientierten Strategien im Familienalltag

Der Vortrag schafft Raum für Gespräche, Fragen und Perspektiven aus dem Familienalltag und unterstützt Eltern dabei, neue Sicherheit im Umgang mit Medienthemen zu gewinnen.

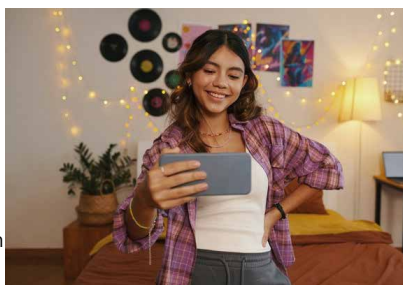
Die Veranstaltung findet digital via Zoom statt. Hierfür benötigen Sie ein digitales Endgerät.

Pepe Thölken

Sozialarbeiter, freier Medienpädagoge

Alina Hoirdt

Sozialarbeiterin, Transforming Digitality, freie Medienpädagogin



Donnerstag, 21. Mai 2026,

20.00 - 21.30 Uhr

ONLINE

Gebühr: kostenfrei

Anmeldung erforderlich - den Link erhalten Sie rechtzeitig vor der Veranstaltung

„Wissen was ab geht!“ - Gesund mit (Sozialen-) Medien aufwachsen

Mediennutzung ab 10 Jahre gut begleiten

Medien sind allgegenwärtig und ein nützlicher Alltagsbegleiter von Heranwachsenden und Erwachsenen geworden. Medien, somit auch soziale Plattformen, haben in das tägliche Leben von Familien Einzug gehalten und stellen viele Herausforderungen für Eltern und Kinder.

Wie wichtig sind Medien und soziale Medien für die Kinder?

Welche Rolle haben die Eltern in der Medienerziehung (z.B. Vorbild, Begleiter, etc.)?

Gibt es Regeln und Grenzen bei der Mediennutzung? Wie können Eltern und Kinder im Umgang mit Medien gestärkt werden (z.B. Sicherheit, Geräteeinstellungen, Risiken und Gefahren kennen)?

Dies sind nur ein Bruchteil von ganz vielen Fragen, welche im Rahmen des Vortrages angeschaut und diskutiert werden. Ziel ist es, dass Sie als Eltern eine Balance zwischen Medienbedürfnisse und Medienkritik finden und hilfreiche Anregungen, Impulse und Tipps für die Medienerziehung im familiären Alltag kennenlernen und anwenden können.

Die Veranstaltung findet digital via Zoom statt. Hierfür benötigen Sie ein digitales Endgerät.



Anja Uhlenberg

Lehrerin, Erzieherin, Kindheitspädagogin MA und freiberufliche Medienreferentin

**Donnerstag, 11. Juni 2026,
20.00 - 21.30 Uhr
ONLINE**

Gebühr: kostenfrei

Anmeldung erforderlich - den Zoom- Link erhalten Sie rechtzeitig vor der Veranstaltung per Mail.

KEK - Kommunikations- training für Paare in längerer Beziehung



In unserem Lebensrhythmus brauchen wir immer wieder Pausen, Oasen und Auszeiten. Wir müssen Kraft tanken, uns auf uns selbst und unsere Partnerschaft besinnen. Nur so können wir Glück genießen und gleichzeitig Probleme in den Blick nehmen. Jeder Rhythmus braucht seine Pausen. Dazu laden wir Sie mit unseren KEK-Seminaren ein. Mit den Paarkursen können Sie eine ausgezeichnete Chance für die Partnerschaft nutzen. Sie können eine Pause einlegen und den Alltag unterbrechen. Der andere Rhythmus in einer ungewohnten Umgebung - zusammen mit anderen Paaren - kann so Neues bewirken. Eingeladen zu KEK sind Paare in unterschiedlichen Ehe- und Familienphasen. Willkommen sind selbstverständlich auch Paare in einer zweiten Partnerschaft:

- Sie fühlen sich in Ihrer Partnerschaft wohl und möchten ein paar schöne Tage erleben.
- Sie suchen Anregungen, wie Sie Ihrer Partnerschaft mehr Lebendigkeit schenken können.
- Sie befinden sich gerade in einer Problem- oder Krisensituation und suchen nach einem neuen Weg.

Das Geheimnis zufriedener Paare liegt in Ihnen selbst, im offenen und vertrauensvollen Gespräch. Wünsche mitzuteilen, Meinungsverschiedenheiten zu klären, den Alltag gemeinsam zu verbringen - nichts geht, ohne miteinander zu reden.

Christine Kraft-Hillebrandt, EFL-Beraterin, KEK-Trainerin
Dietmar Schimmer, EFL-Berater, KEK-Trainer

Teil 1: Präsenzwochenende:

10. -12. April 2026, Freitag 18.30 - Sonntag 15.00 Uhr
Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis

Teil 2: Digitale Abendtermine:

16.04. | 23.04. | 30.04.2026 jeweils donnerstags
von 19.00 - 22.00 Uhr, via Zoom

Gebühr: pro Paar 300,00 Euro (inklusive Getränke und kleinem Imbiss)

Anmeldung erforderlich bis 26. März.

EPL Kommunikationstraining für Paare

Ein partnerschaftliches Lernprogramm

Gibt es ein "Geheimrezept" für eine glückliche Partnerschaft? Sicher nicht im Sinne eines Zaubertranks. Glück lässt sich nicht zwingen, jedoch pflegen. Genau deshalb spielt für eine glückliche Partnerschaft die Frage nach dem gegenseitigen Umgang und Vertrauen sowie der Suche nach einer fairen Konfliktlösung eine zentrale Rolle. Voraussetzung dafür ist das offene und annehmende Gespräch, das gepflegt werden muss. Das Geheimrezept sind wir also selbst. Die Erfahrung zeigt leider, dass durchschnittlich betrachtet schon in den ersten Jahren einer Ehe/Partnerschaft der Wortschatz im Paargespräch stark abnimmt und viele Themen aufgrund von Missverständnissen ausgespart werden. Das Gegenmodell dazu ist eine partnerschaftliche Kommunikation, die vergleichsweise einfach zu erlernen ist. Wege dazu zeigt "Ein partnerschaftliches Lernprogramm" (EPL) auf.

Was ist EPL? EPL ist keine Therapie oder Beratung. EPL ist ein präventives Trainingsprogramm, das vom Münchner Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie entwickelt wurde. Der Schwerpunkt wird auf den vorbeugenden Charakter des Programms gelegt. Paare sollen lernen, ihr Kommunikationsverhalten zu Beginn ihrer Beziehung gemeinsam zu entwickeln und gewisse Regeln im Alltag zu beachten. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass Paare auch noch nach Jahren von diesem Training profitieren. EPL ist somit ein wichtiger Faktor, eine Beziehung dauerhaft und harmonisch zu gestalten.



Christine Rieder, ELP-Trainerin
Claudia Schimmer, EPL-Trainerin

24. - 26. April 2026
Freitag ab 19.00 - Sonntag 15.00 Uhr
Bildungszentrum Offenburg,
Kath. Zentrum St. Fidelis

Gebühr: pro Paar 205 Euro
(inklusive Getränke und kleinem Imbiss)

Anmeldung erforderlich bis 12. April.



Progressive Muskelentspannung

Fünfteiliger Kurs

Die Progressive Muskelentspannung kann durch Auflösung muskulärer Spannungszustände einen Zustand tiefer Entspannung des ganzen Körpers erreichen. Nacheinander werden die einzelnen Muskelpartien zunächst angespannt, die Muskelspannung kurz gehalten und anschließend wieder gelöst. Dadurch können Sie Ihre Körperwahrnehmung verbessern, verspannte Muskeln lockern und lernen, sich im Alltag zu entspannen.

Die Progressive Muskelentspannung ist ein leicht zu erlernendes und wirksames Entspannungsverfahren, das in diesem Kurs mit einfachen Bewegungs-, Achtsamkeits- und Atemübungen ergänzt wird.

Bitte mitbringen:

Yoga-/Isomatte, Decke, kleines Kissen, warme Socken und ggf. Getränk. Bitte kommen Sie in bequemer (sportlicher Kleidung), da wir auch Bewegungsübungen durchführen werden.

Nicole Späth

Trainerin für Progressive Muskelentspannung,
Entspannungstrainerin

02.03. | 09.03. | 16.03. | 23.03. | 30.03.
jeweils montags, 19.00 - 20.00 Uhr

Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis

Gebühr: 60,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 23. Februar.

Selbstfürsorge und Wohlfühl mit Achtsamkeit und Progressiver Muskelentspannung

online - live

„Wer gut zu sich selbst ist, erlebt auch das Leben als gut.“

Quelle unbekannt

Achtsame Atemübungen und Muskelentspannung sind gerade in Zeiten großer Herausforderungen gute Möglichkeiten „trotz allem“ unser Wohlfühl zu unterstützen. Wir können uns zunehmend mit dem ursprünglich in uns angelegten Wohlfühl wieder in Verbindung bringen und das genießen. Ein tiefes Loslassen im ganzen Körper ist erleb- und spürbar, sodass der Tag in wohltuender Entspannung ausklingen kann.

Die Übungen können im Sitzen, Liegen oder Stehen durchgeführt werden. Die Übungen lassen sich leicht in den (achtsamen) Alltag integrieren. Verschiedene Atem- und Körperübungen sowie Meditationen runden den Kurs ab.

Der Kurs kann durch die Krankenkasse bezuschusst werden. Weitere Informationen zur Kostenerstattung und Kursgestaltung finden Sie auf der Homepage.

Die Veranstaltung findet digital via Zoom statt. Hierfür benötigen Sie ein digitales Endgerät.

Martina Wieber

Sozialpädagogin, Coach, Mediatorin,
Fachberaterin für Selbstfürsorge,
Entspannungstrainerin



**02.03. | 09.03. | 16.03. | 23.03. | 30.03. | 13.04. | 20.04.
27.04. | 04.05. | 11.05.2026**
(kein Kurs am 06.04.2026)

**jeweils montags, 20.15 - 21.15 Uhr
ONLINE**

Gebühr: 100,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 22. Februar.

ZENbo® Balance

Fünfteiliger Kurs

Ein ZENbo® Balance Kurs kombiniert klassische westliche Entspannungsverfahren mit meditativen Übungen und fernöstlichen Bewegungsübungen.

Eine klassische Kursstunde kann mit einer meditativen Übung beginnen, um bei sich anzukommen. Das Zentrieren und die Aufmerksamkeit nach innen richten kann helfen, den Geist und die Gedanken zu beruhigen.

Die sanften Bewegungsübungen aus dem Yoga und Qi Gong werden im Stehen, Sitzen und/oder im Liegen praktiziert. Sie können sowohl das innere Gleichgewicht als auch den Gleichgewichtssinn und das Koordinationsvermögen fördern. Sie werden bewusst und konzentriert ausgeführt und können die Körperwahrnehmung schulen. Der Atem gibt den Rhythmus der Bewegungsübungen vor, ohne diese zu bestimmen. Es geht vielmehr darum, den eigenen Atem mit den Übungen in Einklang zu bringen.

Die Kursstunde endet mit einer Entspannungsphase, die aus Entspannungsübungen besteht, die an das Autogene Training, die Progressive Muskelentspannung, Body-Scan, Körper- oder Fantasiereisen usw. angelehnt sind.

Bitte mitbringen: Yoga-/Isomatte, Yoga-Kissen (sofern vorhanden), Decke, ggf. kleines Kissen, warme Socken, etwas zum Trinken.

Nicole Späth

Trainerin für ZENbo, Entspannungstrainerin

16.04. | 23.04. | 30.04. | 07.05. | 21.05.2026
jeweils donnerstags, 19.00 - 20.00 Uhr

Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis
Gebühr: 60,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 12. April.



Verbinde dich mit deinem Atem und komme zur Ruhe

Fünfteiliger Kurs Atem und Bewegung

Einatmen und Ausatmen - das Natürlichste auf der Welt. Oder? Manchmal sind wir aber atemlos und gehetzt, uns fehlt der Raum zum Atmen. Immer wieder gibt es Situationen im Leben, die „einen langen Atem“ verlangen. Wie kann ich Kraft schöpfen, Luft holen? Einfache Übungen im Liegen, Sitzen und Stehen laden dazu ein, den eigenen natürlichen Atemfluss kennenzulernen. Sie helfen, sich im Körper und im Atem besser zu spüren. Blockaden können sich lösen, Gedanken zur Ruhe kommen. Tiefe Entspannung darf sich einstellen. Die Übungen sind einfach und körperlich nicht fordernd. Sie lernen auch durch Ihren Atem, das richtige Maß zu finden.

Bitte mitbringen: (Yoga-) Matte, flaches Kissen und Decke sowie bequeme Übungskleidung.

Ilse Marquart

Atempädagogin

11.06. | 18.06. | 25.06. | 02.07. | 09.07.2026
jeweils donnerstags von 9.30 - 11.00 Uhr

Rammersweier, Gemeindehaus Herz Jesu

Gebühr: 70,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 7. Juni.



Ein Wochenende für mich!

Selbstfürsorge und Wohlbefinden mit Achtsamkeit und Progressiver Muskelentspannung

*„Tue deinem Leib des öfteren etwas Gutes, damit deine Seele Lust hat, darin zu wohnen.“
Teresa von Avila“*

Zeit haben zum Entspannen, die Seele baumeln zu lassen und zu staunen - in einer weiten, harmonischen Landschaft: das Haus Maria Lindenberg in St. Peter bietet wunderbare Plätze, um inne zu halten, die zauberhafte Landschaft bewusst wahr zu nehmen und die Aussicht zu genießen.

Verschiedene achtsame Körperübungen (Progressive Muskelentspannung, Atemübungen, Meditation, u.a.) unterstützen dabei, Kraft und Energie für den Alltag zu tanken, die Widerstandskraft zu stärken und etwas für die körperliche und seelische Gesundheit zu tun. Die entspannenden und stärkenden Übungen sind einfach zu erlernen und leicht in den Alltag integrierbar. Sie brauchen keinerlei besondere körperliche Fähigkeiten. Zwischen den Kurseinheiten bleibt Zeit und Raum, um in der herrlichen Umgebung zu spazieren.

Der Kurs gilt als Präventionskurs der gesetzlichen Krankenkasse und kann entsprechen bezuschusst werden.

Weitere Informationen und Detailangaben zu den Kosten und Stornobedingungen finden Sie auf unserer Homepage.

Martina Wieber

Sozialpädagogin, Coach, Mediatorin, Fachberaterin für Selbstfürsorge, Entspannungstrainerin



27. - 29 März 2026
Freitag, 17.00 - Sonntag 14.00 Uhr
St. Peter, Haus Maria Lindenberg

Gebühr: 383,20 Euro
(incl. Kursgebühr, Übernachtung,
Kurtaxe, Verpflegung und Getränke
im Tagungsraum)

Anmeldung erforderlich bis 08. März.

Ein Tag zum Durchatmen

Eine Atempause im Alltag finden - jetzt ist die Möglichkeit, sich einen Tag lang dafür Zeit zu nehmen. Sich Ruhe zu gönnen, einfach zu SEIN.

Zur Ruhe zu kommen bedeutet, den Körper und den Atem achtsam wahrzunehmen. Wir sammeln uns, horchen nach innen und erleben, wie es in uns atmet.

Bewegungsübungen im Sitzen, Stehen und Liegen helfen uns dabei. Begrenzungen und Blockaden werden sichtbar und wir können uns davon lösen.

Ein zerstreuter Geist kann sich im Atem wieder sammeln. Wir kommen weg vom Machen und Kämpfen. Spüren, was uns gut tut und was uns belastet und können somit besser für uns sorgen. Der Atemweg ist ein Weg, in die Balance, zur eigenen Mitte, zu finden. Die Übungen sind einfach und erfordern keine Vorkenntnisse.

Bitte mitbringen:

(Yoga-) Matte, flaches Kissen, eine Decke, bequeme Kleidung, warme Socken.

Für einen kleinen Imbiss in der Mittagspause und Getränke (Tee, Wasser) ist gesorgt.



Ilse Marquart

Atempädagogin

Samstag, 18. April 2026,

10.00 - 15.30 Uhr

Rammersweier,

Gemeindehaus Herz Jesu

Gebühr: 59,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis

12. April.

Einführung in die Gemmotherapie - Die Heilkraft der Knospen entdecken

„Gemma“ ist das lateinische Wort für „Knospe“.

Die Gemmotherapie - auch „Knospenheilkunde“ genannt - wurde vom belgischen Arzt Dr. Henry Pol entwickelt.

Die Grundidee der Gemmotherapie ist einfach: Knospen und junge Triebe enthalten besonders viele wertvolle Inhaltsstoffe, die die Pflanze für ihr Wachstum, ihre Erneuerung und ihren Schutz benötigt. In diesem frühen Entwicklungsstadium sind Vitamine, Mineralstoffe, Enzyme und andere natürlichen bioaktiven Inhaltsstoffe in hoher Konzentration vorhanden. Durch ein spezielles Herstellungsverfahren entstehen daraus die sogenannten Gemmomazerate. Diese Auszüge können den Körper dabei unterstützen, seine eigenen Regenerations- und Reparaturprozesse anzukurbeln.

In diesem praxisorientierten Workshop laden wir Sie ein, in die Welt der Knospen einzutauchen. Sie lernen dabei, die wichtigsten Knospen heimischer Bäume und Sträucher zu erkennen, zu sammeln und zu verarbeiten. Unter fachkundiger Anleitung stellen Sie Ihr eigenes Knospenmazerat her und erhalten wertvolle Einblicke über die Anwendung und Wirkung der einzelnen Knospen.

Weitere Informationen und Hinweise erhalten Sie auf unserer Webseite.

Ulrike Armbruster

Kräuterpädagogin und
Gesundheitsgärtnerin

**Donnerstag, 26. März 2026,
15.00 - 17.00 Uhr
Berghaupten, Armbruster Hof,
Obertal 5**

Gebühr: 25,00 Euro
(inkl. Materialkosten, kleinem
Imbiss und alkoholfreiem
Getränk)

Anmeldung erforderlich bis 18. März.



Waldbaden

Spüren Sie die Kraft des Waldes

Waldbaden hilft um vom beruflichen Alltag abzuschalten, wieder in die eigene Mitte zu kommen, innezuhalten und durchzuatmen.

Unter Waldbaden versteht man den achtsamen Aufenthalt im Wald, bei dem die Aufnahme der Waldatmosphäre und der enge Kontakt zu der Natur im Fokus stehen. Waldbaden soll dazu verhelfen, Entschleunigung zu finden, neue Lebensfreude zu schöpfen und Energiereserven einmal ordentlich aufzufüllen. Schlendern und meditieren zwischen den Bäumen, Ausruhen auf dem Waldboden.

Durch unterschiedliche Übungen mit Ihrer speziell ausgebildeten Kursleiterin der Akademie für Waldbaden, Anette Bocek, werden Sie den Wald als heilsamen Ort völlig neu erleben. Achtsam und mit wachen Sinnen entdecken Sie die kleinen Wunder abseits der bekannten Wege, senken Ihr eigenes Stresslevel und verbessern Ihre Körperwahrnehmung. Nehmen Sie die Schönheit der Natur mit allen Sinnen wahr.

Bitte mitbringen: festes Schuhwerk, der Witterung angepasste Kleidung, Kopfbedeckung, Sitz- und Liegeunterlage, Getränk.

Dauer: ca. 3,0 Stunden, Max. Gehstrecke: 2,7 Km



Anette Bocek

Zertifizierte Kursleiterin für Waldbaden, Trainerin für Natur-Resilienz und Business Coach (IHK)

**Freitag, 22. Mai 2026,
14.00 - 17.00 Uhr
Treffpunkt: 77656 Offenburg -
Zunsweier Wanderparkplatz
Nächstenbach**

Gebühr: 22,00 Euro

Anmeldung erforderlich bis 17. Mai.

Offenburger Netzwerk für Nachhaltigkeit

Zum Schutz unseres Planeten und seiner Bevölkerung trägt Nachhaltigkeit in allen Lebensbereichen bei.

Damit Nachhaltigkeit auch auf lokaler Ebene umgesetzt wird, engagieren sich zahlreiche Akteure des öffentlichen Lebens im Offenburger Netzwerk für Nachhaltigkeit (ONN).

Neben der VHS, dem BUND, der Stadt Offenburg, der EBB sowie weiteren Akteur*innen engagiert sich auch das Bildungszentrum Offenburg mit unterschiedlichen Veranstaltungen in diesem Netzwerk.

Das Ziel dieses Netzwerkes ist, das Bewusstsein für Nachhaltigkeit in der Bevölkerung zu schärfen, Anregungen zu einem nachhaltigen Lebensstil zu geben und einen Austausch zu diesem Thema zu ermöglichen.

Menschen sollen zu einer nachhaltigen Lebensweise und Entscheidungsträger zu verantwortlichen Handlungen und entsprechenden Veränderungen animiert werden.

Alle Veranstaltungen des Netzwerkes finden Sie unter:
www.offenburg-klimaschutz.de/onn



Francesco Piobicchi - der malende Sozialarbeiter

NoCap ist ein Projekt, das sich für die Rechte der Erntehelfern in Süd-Italien einsetzt.

Süd-Italien: Schier endlos erstrecken sich Felder mit Gemüse und Zitrusfrüchten bis zum Horizont, 500.000 Hektar Land, eines der größten und fruchtbarsten Anbaugelände Italiens. Vieles von dem, das in Deutschland als gesund und vitaminreich auf den Tisch kommt, stammt von hier. Schon seit 500 Jahren wird hier Korn und Gemüse für das ganze Land angebaut, inzwischen für nahezu ganz Europa.

Was viele Konsumenten in Deutschland und in anderen Ländern Europas nicht wissen oder nicht wissen wollen: Rund ums Mittelmeer ernten überwiegend Flüchtlinge aus Afrika unter ausbeuterischen Bedingungen dieses Obst und Gemüse für den europäischen Markt.

Vorstellung des Projekts NoCap aus Süditalien und der Arbeit im Haus der Würde. Es handelt sich dabei um ein Sozialprojekt mit geflüchteten Menschen.

Eine Kooperation mit dem Weltladen Regentropfen und dem Offenburger Netzwerk für Nachhaltigkeit.

Francesco Piobicchi

Leiter des Haus der Würde

Donnerstag, 19. März 2026, 18.30 Uhr
Offenburg, Weltladen Regentropfen

Gebühr: kostenfrei, ohne Anmeldung



WEtell - Mobilfunk vom nachhaltigen Anbieter

WEtell macht Mobilfunk, um mehr Nachhaltigkeit zu erreichen und nicht Nachhaltigkeit, um Mobilfunk zu verkaufen. Dadurch steht das Gemeinwohl an erster Stelle und hat Einfluss auf jede Entscheidung, die das Unternehmen trifft. WEtell strebt eine Wirtschaft an, die nicht nur Profite maximiert, sondern das Wohl aller fördert und hat jüngst den deutschen Nachhaltigkeitspreis gewonnen.

Doch wie funktioniert dieser nachhaltige Mobilfunk? Und ist dieses Modell wirklich wirtschaftlich?

Der kostenfreie Vortrag wird Antwort auf diese Fragen und spannende Einblicke ins Unternehmen geben.

Eine Kooperation mit dem BUND und dem Offenburger Netzwerk für Nachhaltigkeit.

Andreas Schmucker

Mitgründer und Geschäftsführer von WEtell

Montag, 23. März 2026, 19.00 Uhr

Bildungszentrum Offenburg, Kath. Zentrum St. Fidelis

Gebühr: kostenfrei, keine Anmeldung



Energie statt Biotonne: Was geschieht mit unserem Hausmüll?

Exkursion zum Kahlenberg



Anders als in anderen Stadt- und Landkreisen in Deutschland gibt es in der Ortenau nur eine grüne Tonne für Papier und eine graue Tonne für den Restmüll - inkl. Bioabfälle.

Aber was geschieht mit den Inhalten der grauen Tonne?

Dem wird bei dieser Exkursion zum Kahlenberg nachgegangen.

Wo bis 2005 der Hausmüll deponiert wurde, befinden sich heute ein Naherholungsgebiet und eine hochmoderne mechanisch-biologische Abfallbehandlungsanlage. Diese sortiert in einem mehrstufigen Verfahren Metalle fürs Recycling, schleust mineralische Bestandteile zur gefahrlosen Ablagerung auf der Deponie aus und gewinnt energetisch verwertbare Bestandteile in Form von Biogas und Ersatzbrennstoffen. Nach einem Einführungsvortrag lernen Sie bei der Führung durch die Anlage dieses weltweit einzigartige und europaweit patentierte Verfahren kennen.

Eine Kooperation mit dem Offenburger Netzwerk für Nachhaltigkeit.

Dr. Georg Person

Stellvertretender Geschäftsführung ZAK

Freitag, 24. April 2026, 14.00 - 17.00 Uhr

**Ringsheim, Zweckverband Abfallbehandlung Kahlenberg;
Bergwerkstr. 1**

Gebühr: kostenfrei

Anmeldung erforderlich bis 19. April.

Der Wald und der Klimawandel

Wie verändert sich unser Wald angesichts steigender Temperaturen, längere Trockenzeiten und zunehmenden Extremwetterereignisse?

Welche Baumarten haben noch eine Zukunft - und was bedeutet das für das gesamte Ökosystem Wald? Im Rahmen dieser geführten Exkursion durch den Wald erkunden die Teilnehmenden gemeinsam mit Georgios Kouprizas die sichtbaren und unsichtbaren Folgen des Klimawandels vor Ort. Dabei werden Fragen zur Anpassungsfähigkeit von Bäumen, zur Rolle der Forstwirtschaft und zu möglichen Schutzmaßnahmen thematisiert. Auch die Idee, den Wald sich selbst zu überlassen, wird kritisch diskutiert. Die Führung bietet Raum für Austausch, Beobachtung und neue Perspektiven - direkt im Lebensraum Wald. Sie richtet sich an alle, die sich für Natur, Klimaschutz und nachhaltige Entwicklung interessieren.

Bitte wettergerechte Kleidung und festes Schuhwerk mitbringen.

Eine Kooperation mit der Stadt Offenburg und dem Offenburger Netzwerk für Nachhaltigkeit.

Georgios Kouprizas

Zertifizierter Waldführer

Samstag, 11. Juli 2026, 15.00 - 17.30 Uhr

Ohlsbach, Riesenwaldparkplatz, Nähe Naturfreundehaus

Gebühr: 12,00 Euro

Anmeldung über die VHS Offenburg.



Bildungszentrum Offenburg als Fach- und Servicestelle

Das Bildungszentrum Offenburg ist für die örtlichen Bildungswerke in der Region Ortenau Ansprechperson in Fragen der Erwachsenenbildung. Wir unterstützen die Ehrenamtlichen vor Ort unter anderem im Bereich Landesmittelabrechnung und initiieren eine Vernetzung über die eigene Pfarrei hinaus.

Wenn Sie Interesse an der Bildungswerksarbeit haben, melden Sie sich gerne bei uns.

Fachstelle Ehrenamt und Engagementförderung

Die Fachstelle unterstützt Ehrenamtliche in den Bildungswerken in der gesamten Erzdiözese Freiburg. Vor allem die Website bildungvorort.de bietet einen großen Mehrwert für die Gestaltung der Bildungsarbeit vor Ort. Dort finden Sie neben unterstützendem Material viele Angebote primär für Ehrenamtliche.

Bildungswerke in der Region Ortenau

In den vier neuen Kirchengemeinden der Ortenau gibt es etwa 40 örtliche Bildungswerke. Sie finden Sie auf unserer Webseite. Diese planen und organisieren ein Bildungsprogramm vor Ort. Wir freuen uns immer über Personen die Lust haben Ehrenamtlich mitzuarbeiten.

Kreisarbeitsgemeinschaft für Erwachsenenbildung

Regelmäßig treffen sich die in den Bildungswerken Engagierten zum Austausch und um Anregungen und Informationen zu Themen der Bildungsarbeit zu erhalten. Dabei stehen ebenso die gemeinsamen Gespräche im Zentrum der Treffen. Selbstverständlich sind auch alle Interessierte aus den Gemeinden zu den Versammlungen der Kreis-AG eingeladen.

Weitere Informationen und Termine finden Sie auf der Homepage des Bildungszentrums.

Kommen Sie vorbei!

Zum Ausklang des ersten Halbjahres und als gemeinsamer Start in die Sommerpause laden wir Sie herzlich zu unserem offenen Sommerabend am **Dienstag, 21. Juli ab 17.00 bis 20.00 Uhr ins Bildungszentrum Offenburg** ein.

In entspannter sommerlicher Atmosphäre möchten wir mit Ihnen außerhalb unseres Programms ins Gespräch kommen: Bei einem kühlen Getränk gibt es Gelegenheit zum persönlichen Austausch, zum Kennenlernen unseres Teams und zum Entdecken unseres neuen Programms für die kommende Zeit. Ganz ungezwungen, offen und in guter Gesellschaft.

Der Abend bietet Raum für Begegnung und Gespräche – für alle, die das Bildungszentrum bereits kennen, ebenso wie für alle, die neugierig sind und uns (neu) entdecken möchten. Ob zum kurzen Vorbeischauen oder zum längeren Verweilen: Alle sind herzlich eingeladen.

Feiern Sie mit uns den Abschluss eines ereignisreichen ersten Halbjahres und stimmen Sie sich gemeinsam mit uns auf die Sommerpause ein. Wir freuen uns auf viele (neue) Begegnungen, neue Impulse und einen schönen Sommerabend mit Ihnen!

Um etwas planen zu können, freuen wir uns über eine kurze Rückmeldung Ihrerseits. Gerne per Mail an: info@bildungszentrum-offenburg oder Telefon 0781 925040.



Vom Bahnhof Offenburg (15 min Gehzeit)

Nach dem Treppenaufgang rechts gehen. Erste Straße links (Straßburger Str.). Nächste Kreuzung überqueren und halb-rechts weiter auf der Straßburger Straße. Nach ca. 500 m befindet sich links das Kath. Zentrum St. Fidelis.

Von A 5

Ausfahrt Offenburg, Richtung Offenburg, nach rechts Richtung B 3 / Achern abbiegen, immer in Richtung Achern halten. Nach der Kinzigbrücke erste Ampel rechts (Im Seewinkel). Nächste Straße rechts abbiegen (Am Hohen Rain). Nach der Kirche (St. Fidelis) links zu den Parkplätzen des Kath. Zentrums St. Fidelis.

Aus Kinzigtal B 33

B33 geradeaus weiterfahren, unter Autobahnzubringer durch, an Edeka und Möbelcenter vorbei. Auffahrt B 3 Richtung Achern / OG Nord nehmen, rechts abbiegen. Im Kreisverkehr geradeausfahren, erste Ampel rechts („Im Seewinkel“). Nächste Straße rechts abbiegen („Am Hohen Rain“). Nach der Kirche (St. Fidelis) links zu den Parkplätzen.

Von Achern/Appenweier

Auf der B 3 nach dem Ortsschild „Offenburg“, die erste Ampel rechts abbiegen (an einem Autohaus) in die „Englersstraße“. Nach Unterquerung der Brücke an der zweiten Ampel links abbiegen (wieder an einem Autohaus): „Im Seewinkel“. Dann gleich die erste Möglichkeit rechts „Am Hohen Rain“. Dort parken und um das Kath. Zentrum St. Fidelis herumgehen zum Haupteingang an der Straßburger Straße.



- Seite 1: A. Schwab-Renner, Canva
- Seite 6: stock.adobe.com-melita
- Seite 7: A. Schwab-Renner
- Seite 8: Nürnberg | Canva
- Seite 8: Bamberg | Canva
- Seite 8: Vierzehnheilige | Canva
- Seite 10: alle _ Lisa Schlegel
- Seite 11: alle _ Lisa Schlegel
- Seite 13: Sophie Nicklas
- Seite 14: ECE-Provinz SJ
- Seite 15: 462 - RC-Fotografie-Erzdiözese-452
- Seite 16: Wik.com. G. Münter an der Staffelei
- Seite 17: Wik.com. Fr. Guardi
- Seite 17: Wikcom. J.P.Grantmont
- Seite 18: wikimedia | Venice_Old_Town_Lagoon_Aerial_View
- Seite 19: Wik.com. Fr. Guardi
- Seite 20: RC-Fotografie-Erzdiözese-453
- Seite 21: Augenblicke
- Seite 22: Canva
- Seite 23: Kinowelt
- Seite 23: Neue Versionen Filmverleih
- Seite 24: Martin Puenschon alias Vrana
- Seite 25: A. Schwab-Renner, Canva
- Seite 26: A. Schwab-Renner, Canva
- Seite 27: C. Kraft-Hillebrandt
- Seite 29: Lehmann GfK
- Seite 30: Canva
- Seite 31: Gebele
- Seite 32: Bouren Mauer
- Seite 33: AdobeStock_296394525
- Seite 34: Gehirn.docx | Unsplash_Milad Fakurian
- Seite 35: RC-Fotografie-Erzdiözese-624
- Seite 36: AdobeStock_271032434
- Seite 37: Quality One-stock.adobe.com-1167297240
- Seite 38: Canva
- Seite 39: Canva
- Seite 40: Canva
- Seite 41: RC-Fotografie-Erzdiözese Freiburg 609
- Seite 42: Canva
- Seite 43: RC-Fotografie-Erzdiözese-393
- Seite 44: RC-Fotografie-Erzdiözese-303
- Seite 45: RC-Fotografie-Erzdiözese-326
- Seite 46: RC-Fotografie-Erzdiözese-335
- Seite 47: Lindenberg
- Seite 48: Robert Kneschke - stock.adobe
- Seite 49: Pixabay _ mariya_m
- Seite 50: Bocek
- Seite 51: stock.adobe.com _ wolfgang rieger
- Seite 52: No Cap _ Weltladen Regenbogen
- Seite 53: WETell
- Seite 54: ZAK _ Kahlenberg
- Seite 55: A. Schwab-Renner, Canva



Erzdiözese Freiburg
Bildungszentrum Offenburg
Kath. Zentrum St. Fidelis
Straßburger Str. 39 - 77652 Offenburg



Telefon 0781 9250-40
info@bildungszentrum-offenburg.de
www.bildungszentrum-offenburg.de