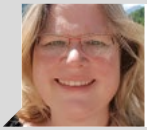
Silke Blume ist als Kursleiterin neu dabei. Ihre größte Leidenschaft ist das Nähen. In den letzten Jahren sind immer mehr Upcycling-Projekte dazugekommen, hier im besonderen Erinnerungsstücke. | 241



Gemeindereferentin **Sandra Bonenkamp** möchte im Sinne des biblischen Verses „Damit sie das Leben in Fülle haben" jedem die frohe Botschaft bringen. Gern begleitet sie auch Sie ein Stück auf Ihrem Weg. | 206, 234

Beate Brunst-Sprenger ist Musiklehrerin und weiß, „Musizieren hilft in allen Lebenslagen und macht Spaß!" Deshalb leitet sie seit über 25 Jahren Blockflötenkurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. | 130 – 134, 200

Den Partner/die Partnerin zu verstehen und sich verstanden zu fühlen, ist wichtig in einer Beziehung, weiß Sozialpädagogin **Kathrin Drescher-Mattern.** Daher bieten sie und ihr Mann Kommunikationstraining für Paare an. | 221

Als Ehe-, Familien- und Lebensberater ist **Marcus Drescher** in Kontakt mit vielen Paaren. Er erlebt, dass gelingende Kommunikation für eine zufriedenstellende Partnerschaft unerlässlich ist. Dabei unterstützt er Sie gerne. | 221

gemeinsam *leben*

„WIR SIND STARK, WENN WIR ZUSAMMENHALTEN: DIE STARKEN UND SCHWACHEN, DIE JUNGEN UND ALTEN.“

Kurt Tucholsky

Als zertifizierte Trauerbegleiterin und Leiterin für Waldbaden begleitet **Astrid Froeb** Menschen mit viel Empathie durch Trauer und Veränderung. Ihre Methoden helfen, Ruhe, Kraft und neue Perspektiven zu finden. | 240

Pfarrer **Thomas Meyer** möchte Glaubenskompetenz durch Lebenskompetenz stärken. Hierfür bietet er seine Erfahrungen als Krankenhausseelsorger und Exerzitienbegleiter zu den Themen „Spiritualität und Lebensgestaltung“ an. | 210 – 212

Gemeindereferent **Timo Sachs** bietet seit Jahren Kurse bei uns an. Darin folgt er dem Trend zu pilgern, beginnt aber vor der eigenen Haustür. Er durchstreift unsere schöne Heimatstadt und freut sich, wenn Sie ihn begleiten. | 213, 563

Heilpraktikerin **Renate Vorwald** beschäftigt sich seit über 30 Jahren mit den Themen Kopfschmerzen und Migräne. Sie versucht zu vermitteln, welche unterschiedlichen Möglichkeiten der Hilfe und Behandlung es gibt. | 202 – 203

Partnerschaft

Die Kunst als Paar zu leben

Als Paar miteinander in einer liebevollen, lebendigen, entwicklungs- und konfliktfähigen Partnerschaft zu leben, ist eine Kunst. Sie bedarf der Schaffung von Freiräumen, um hilfreiche Haltungen und Fertigkeiten einzuüben und zu vertiefen.

Das Seminar richtet sich an Paare, die in ihrer Beziehung neugierig aufeinander (geblieben) sind und sich Zeit nehmen möchten, sich selbst, den Partner und die Beziehung zueinander in einer Gruppe mit anderen Paaren neu in den Blick zu nehmen, neue Erfahrungen zu machen und neue Anstöße zu suchen.

Wir arbeiten als Selbsterfahrungsgruppe unter anderem mit psychodramatischen Elementen und Partnerübungen.

220	Freitag	**06.02.2026 bis Sonntag 08.02.2026**
	Dauer	**Freitag 17:00 bis 22:00 Uhr** **Samstag 9:00 bis 18:00 Uhr** **Sonntag 9:00 bis 13:00 Uhr**
	Gebühr	**320,00 Euro pro Paar inkl. Pausenimbiss**
	Leitung	**Anette und Otmar Leibold**

- **Ort:** Ehe-, Lebens- und Familienberatung, Die Freiheit 2
- **Höchstens 4 Paare** können teilnehmen.
- **Anmeldeschluss:** 12.01.2026
- **Fragen zu diesem Angebot** richten Sie bitte an die Kursleitung unter Telefon 0561 522393 oder per E-Mail an a.leibold@gmx.com.

EPL – Kommunikationstraining für Paare

Die Zufriedenheit von Paaren in ihrer Beziehung hängt wesentlich davon ab, wie die Partner miteinander kommunizieren können. Mangelhafte Kommunikations- und Problemlösefertigkeiten führen zu Missverständnissen, eskalierenden Streitsituationen bis hin zum Scheitern der Beziehung.
EPL bietet Paaren die Möglichkeit, sich mögliche ungewollte Kommunikationsfehler im Gespräch miteinander bewusst zu machen und gemeinsam Regeln für eine gute, die Beziehung vertiefende Kommunikation einzuüben.

EPL – Ein Partnerschaftliches Lernprogramm – führt Paare in sechs Bausteinen zu einer verbesserten Kommunikation:

- „Wir verstehen uns!“ – Bewusst machen, was Verständnis fördert.
- „Ich kann mit dir reden, auch wenn ich sauer bin!“ – Gefühle aussprechen.
- „Wir kommen einen Schritt weiter!“ – Meinungsverschiedenheiten lösen.
- „Das wünsche ich mir in unserer Beziehung!“ – Erwartungen aussprechen.
- „So stelle ich mir unsere erotische Beziehung vor!“ – Sich über Intimität und Sexualität austauschen.
- „Das trägt mich und uns!“ – Über Wertvorstellungen und Glauben reden.

Die Paare üben Fertigkeiten ein, die sich förderlich auf den Gesprächsverlauf auswirken und sprechen über wichtige Themen ihrer Partnerschaft. Ausgebildete Trainerinnen und Trainer helfen ihnen, sich verständlich auszudrücken sowie richtig zuzuhören. Meinungsverschiedenheiten und Probleme können dadurch fairer ausgetragen werden und neue Erfahrungen werden möglich.
Entwickelt und evaluiert wurde das EPL-Training vom „Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie e. V.“, München. Wissenschaftliche Begleitstudien zeigen, dass Paare auch noch Jahre nach dem Kurs von der Teilnahme profitieren.

221	Freitag	**06.03.2026 bis Sonntag 08.03.2026**
	Dauer	**Freitag 17:00 bis 21:00 Uhr** **Samstag 9:00 bis 18:00 Uhr** **Sonntag 9:00 bis 13:00 Uhr**
	Gebühr	**325,00 Euro pro Paar inkl. Verpflegung**
	Leitung	**Kathrin Drescher-Mattern und Marcus Drescher**

Ort: Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Die Freiheit 2
Höchstens 4 Paare können teilnehmen.

Ehevorbereitungsseminar

Verliebt, verlobt … und bald verheiratet. Die Hochzeit ist ein ganz besonderer Tag, der lange geplant wird. Neben all den praktischen Vorbereitungen rund um die Hochzeit tut es gut, sich als Paar einen Tag lang eine Auszeit zu nehmen.

Die perfekte Gelegenheit, um sich…

- einzustimmen auf das Versprechen, das man sich gegenseitig gibt.
- auszutauschen über die Vorstellungen des gemeinsamen Lebensweges.
- selbst und den Partner ein Stück besser kennen und lieben zu lernen.
- Gedanken darüber zu machen, dass Gott als Dritter mit auf dem Weg ist.

Anmeldungen und weitere Kursangebote:
www.ehevorbereitung.bistum-fulda.de.

Tag der Ehejubiläen

SAVE THE DATE! Wir feiern jedes Jahr in Fulda den Tag der Ehejubiläen. 2025 findet dieser am 30. August statt, 2026 am 29. August.
An diesen Tagen sind alle Paare herzlich eingeladen, die im jeweiligen Jahr ein „rundes“ Ehejubiläum feiern (5, 10, 15, 20, … 55, 60, 65 Jahre).

Weitere Informationen finden Sie unter
www.familieundbeziehung.bistum-fulda.de

Ehe | Familie | Leben

Beratungsstelle Kassel | Diözese Fulda

im Kolpinghaus Kassel
Die Freiheit 2
34117 Kassel
Telefon 0561 7004-144

› Beratung bei Störungen und Krisen in Ehe und Partnerschaft
› Beratung bei persönlichen Konflikten und psychischen Belastungen