

Veranstalter:



Familienbund der Katholiken
Obermünsterplatz 7
93047 Regensburg
Tel: 0941/597-2227

in Zusammenarbeit mit:



gefördert durch Mittel des



**Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Sozialordnung,
Familie und Frauen**

Programm:

Freitag, 12. Dezember 2025

17:30 Uhr Eintreffen
18:00 Uhr Abendessen
19:00 Uhr Begrüßung, Kennenlernen;
Adventfeier

Samstag, 13. Dezember 2025

8:00 Uhr Frühstück
9:00 Uhr Morgenlob
9:05 Uhr **Arbeitseinheit**

Digitale Medien im Familienleben

Chancen nutzen - Risiken erkennen -
Achtsamkeit stärken
(Ref. Inge Dreismann)

12:00 Uhr Mittagessen
14:30 Uhr Kaffee
15:00 Uhr **Weiterarbeit am Thema**

18:00 Uhr Abendessen, anschl. „Bunter Abend“

Sonntag, 14. Dezember 2025

8:00 Uhr Frühstück
9:00 Uhr Morgengebet
9:10 Uhr Rückbesinnung-Ausblick
Aktuelles in der Familienpolitik
10:30 Uhr Familiengottesdienst mit
Domvikar Dr. Christian Schulz
12:00 Uhr Mittagessen, anschl. Abreise



**Familienbund
der Katholiken**

im Bistum Regensburg

**Familienbildungs-
wochenende**

12.-14.12.2025

im Kloster Strahlfeld

**Digitale Medien im
Familienleben**

Chancen nutzen - Risiken erkennen -
Achtsamkeit stärken

Referentin: Inge Dreismann
(Wirtschaftspsychologin, zert. Coach,
Trainerin, Moderatorin)

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Familien und Interessierte!

Der Familienbund der Katholiken im Bistum Regensburg lädt Sie herzlich zu einem Familienbildungswochenende ein, das vom 12. bis 14.12.2025 im Kloster Strahlfeld stattfindet.

Als Einstieg in das Wochenende beginnen wir am Freitag Abend nach einer Kennenlernrunde mit einer Adventfeier, um uns auf das bevorstehende Weihnachtsfest einzustimmen.

Der Samstag steht unter dem Thema **„Digitale Medien im Familienleben: Chancen nutzen – Risiken erkennen – Achtsamkeit stärken“**.

Digitale Medien sind heute selbstverständlicher Teil des Familienalltags – sie eröffnen viele Möglichkeiten für Kommunikation, Lernen, Kreativität und gemeinsame Aktivitäten. Gleichzeitig fordern sie unsere Aufmerksamkeit heraus und können familiäre Beziehungen beeinflussen.

In diesem Seminar gehen wir der Frage nach, wie ein achtsamer, bewusster Umgang mit digitalen Medien im Familienleben gelingen kann. Wir sprechen über Potenziale für alle Altersgruppen, über Herausforderungen im Alltag – und darüber, wie digitale Angebote sinnvoll genutzt werden können, um Familienzeit zu bereichern statt zu verdrängen.

Mit praktischen Impulsen, Raum für Austausch und Anregungen für gemeinsame digitale Aktivitäten möchten wir Familien darin stärken, ihren eigenen Weg im Umgang mit Medien zu finden.

Zur Referentin:

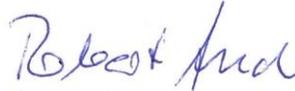
Inge Dreismann ist Wirtschaftspsychologin sowie zertifizierter Coach, Trainerin und Moderatorin. Mit ihrem Unternehmen *ID Coaching, Consulting & Training* begleitet sie Menschen in persönlichen und beruflichen Entwicklungsprozessen. In ihren Seminaren legt sie besonderen Wert auf einen alltagsnahen, achtsamen und stärkenorientierten

Zugang zu aktuellen Themen – auch im familiären Kontext.

Die Kinder haben während der Veranstaltungen ein eigenes Programm.

Über eine Teilnahme würden wir uns freuen.

Mit freundlichen Grüßen



Robert Bach
Vorsitzender



Manfred Fürnrohr,
Geschäftsführer

Organisatorisches:

Der Unkostenbeitrag für Übernachtung, alle Mahlzeiten sowie Referentenhonorar beträgt 50.- € je Person, Kinder sind frei. Für Kinderbetreuung während der Veranstaltungen ist gesorgt.

Anmeldeschluss: 24.11.2025. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung. Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.

Anmeldungen bitte an:

Familienbund der Katholiken
Obermünsterplatz 7
93047 Regensburg
familienbund@bistum-regensburg.de

Wir bitten mit der Anmeldung um Überweisung des Teilnehmerbeitrags auf das Konto des Familienbundes bei der LIGA-Bank Regensburg (IBAN: DE73 7509 0300 0001 1010 21).

Das Wochenende findet statt im

Haus der Begegnung im Kloster Strahlfeld
Am Jägerberg 2
93426 Roding-Strahlfeld
Tel.: 09461/9112-0
Nähere Infos zum Haus unter
www.hdb-kloster-strahlfeld.de

Verbindliche Anmeldung zum Familienbildungswochenende in Strahlfeld vom 12. bis 14. Dezember 2025

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

Ort: _____

Telefon: _____

Mail: _____

Ehepartner/in:

Name: _____

Vorname: _____

Anzahl teilnehmende Kinder: _____

Alter: _____

Ort/Datum

Unterschrift

Bitte abtrennen!