



Glaube und Leben I

- ♦ *Religion im Alltag*
- ♦ *Generationsübergreifende Themen*
- ♦ *Literaturkreis*
- ♦ *Achtsamkeit*

September bis Dezember 2025

Anmeldung zu allen Kursen:
Kath. Familienbildungsstätte Hanau
Im Bangert 4
63450 Hanau
Tel. 06181/92323-0
Fax. 06181/92323-11
e-mail: info@fbs-hanau.de
www.fbs-hanau.de

Katholische
Familien-

Bildungsstätte Hanau



002—Achtsam in den Advent

Am Freitag vor dem 1. Advent ist die Gelegenheit, neue Impulse für eine achtsame Adventszeit zu erhalten, sich miteinander auszutauschen und diese besondere Zeit zu gestalten.

Anregungen und Übungen zur Achtsamkeit gibt es natürlich ebenfalls

Termin: Freitag, 28.11.2025

Zeit: 15.00 —18.00 Uhr

Gebühr: 6,00 Euro

Leitung: Henriett Horváth, Petra Krahwinkel

003– Nach dem, Weihnachtseinkauf—Zeit, um die Seele baumeln zu lassen

Ein Abend, um der adventlichen Sehnsucht nach Stille, nach Zeit haben und Gesprächen nachzuspüren. Mit meditativen Elementen, Bibeltexten und adventlichen Düften.

Termin: Mittwoch, 10.12.2025

Zeit: 19.30 - 21.00 Uhr

Gebühr: 6,00 Euro

Leitung: Petra Krahwinkel

004- Ein Tag im Kloster Engelthal - Einkehrtag zur Adventszeit

Termin: Donnerstag 04.12.2025

Zeit: 10.00 - 17.00 Uhr

Gebühr: 40,00 Euro, inkl. Mittagessen und Kaffee

Leitung: Sr. Caterina Görgen, OSB, Petra Krahwinkel

Bei einer Absage nach dem 28.11.2025 müssen die Kursgebühren bezahlt werden.

Wir fahren mit dem eigenen Pkw und bilden Fahrgemeinschaften.

001— Bibliolog

Auf eine kommunikative und kreative Weise nähern wir uns einzelnen Personen oder Gegenständen in der Bibel. Was könnten sie gedacht oder gefühlt haben? Eine interessante Welt tut sich beim Bibliolog auf. Haben Sie Freude am kreativen Denken? Dann seien Sie mit dabei. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Termin: Donnerstag, 20.11.2025

Zeit: 18.00 – 19.30 Uhr

Gebühr: 6,00 Euro,

Leitung: Henriett Horváth

047- - Kostenloser Achtsamkeitsabend mit Impulsen aus dem MBSR - Programm Bewegung, Gesundheit, Entspannung - Achtsamkeit für jedes Alter - für mehr Gelassenheit und Wohlbefinden MBSR (Mindful-Based Stress Reduction)

Termin: Donnerstag, 30.10.2025, 17.30—18.30 Uhr

Infos in unserem Komplettdprogramm auf der Homepage www.info@fbs-hanau.de

030-AUFATMEN-Offener Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Wir beginnen mit einer achtsamen Zeit zum Ankommen und Aufatmen. Im Anschluss ist viel Raum für Begegnung und Austausch beim gemeinsamen (zweiten) Frühstück.

Termin: Mittwoch, 10.09., 01.10., 12.11. und 03.12.2025

Zeit: 10.00 - 11.30 Uhr

Gebühr: gebührenfrei / Anmeldung erwünscht

Leitung: Stephanie Ohnewald

jeden 1. Mittwoch im Monat

031- Informationen über das Hospiz Louise de Marillac

Was ist ein Hospiz? Wie lebt es sich im Hospiz Louise de Marillac in Hanau? Wie gestaltet sich der Alltag der Gäste? Wie ist der Alltag des im Hospiz tätigen Personals? Wie sieht die ärztliche Versorgung aus? Wie lebt es sich angesichts des Sterbens? Für diese und ähnliche Fragen, die Sie bewegen, bieten wir einen Informationsnachmittag an. Neben der Information besteht auch die Möglichkeit zu einer Führung durch die Räumlichkeiten.

Termin: Termine auf Nachfrage

Zeit: 15.00 - 17.00 Uhr

Gebühr: Um eine Spende für das Hospiz wird gebeten

Leitung: Jeannette Marquardt

Treffpunkt ist vor dem Hospiz, Am Frankfurter Tor/Nußallee

042 - Erben und Vererben

Wer erbt, wenn ich sterbe? Soll ich ein Testament machen? Was tue ich, wenn ein naher Angehöriger stirbt? Diese Fragen stellt sich jeder von uns gelegentlich. Gern möchten wir Ihnen helfen, diese in rechtlicher Hinsicht zu beantworten, und Ihnen erklären, was im Falle eines Falles zu veranlassen ist.

Termin: wird bei ausreichendem Interesse festgelegt

Zeit: 18.00—20.00 Uhr

Gebühr: 6,00 Euro

Leitung: Cigdem Bayrak und Dr. Nina Stickler, Rechtsanwältinnen

043 - Patientenverfügung - Betreuungsverfügung - Vorsorgevollmacht

Wer soll für mich Entscheidungen treffen, wenn ich es nicht mehr selber kann? Wenn es mit mir zu Ende geht: Wie will ich dann medizinisch behandelt werden und was will ich nicht mehr? Neben den juristischen Informationen wird Zeit für Fragen sein.

Termin: Donnerstag, 30.10.2025

Zeit: 19:00-21:15 Uhr

Gebühr: 6,00 Euro

Leitung: H. Michael Roth, Rechtsanwalt

009 - Mit dem Hund raus - Hundespaziergang mit Tiefgang

Menschen mit Hund tun das täglich: Spaziergehen. Manchmal mit anderen zusammen. Das ist auch oft eine Gelegenheit, die Natur und die Zeit mit unserem Tier besonders zu genießen. Dafür ist bei diesem Spaziergang gemeinsam mit anderen Hundemenschen besonders viel Zeit: Die etwa dreistündige kleine Wanderung wird unterbrochen von Gedankenanstößen rund um uns und unser Tier in der Schöpfung sowie für Austausch.

Voraussetzungen:

Damit es für die Hunde auch entspannt werden kann, ist der Hundekontakt an der Leine zu vermeiden.

Um Stürzen vorzubeugen, bitte eine Alltagsleine mitnehmen (2-3 Meter).

Läufige Hündinnen bleiben bitte zu Hause. Halter darf trotzdem mitkommen.

Wir weisen darauf hin, dass die Veranstalter für etwaige Schäden an Menschen, Hunden und Gegenständen keine Haftung übernehmen. Jedes Mensch-Hund-Team muss dementsprechend versichert sein (Tierhaftpflichtversicherung).

Wir bitten um Berücksichtigung und Einhaltung unserer Vorgaben.

Termin: Sonntag, 14.09.2025

Zeit: 10:00 bis 13:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Wilhelmsbad, Hochstädter Landstraße (Ecke Burgallee, Nähe Bahnhof Hanau-Wilhelmsbad)

Gebühr: keine

Leitung: Henriett Horváth, FBS in Kooperation mit Katie Westphal, Citypastoral Hanau

046 Teetrinken – interkulturell

Teetrinken ist in vielen Kulturen eine Gelegenheit, um Zeit für sich zu finden, zur Ruhe zu kommen und mit anderen ins Gespräch zu kommen.

Termin: Mittwoch 17.09., 24.09., 22.10., 29.10.2025

Zeit: 10:00 – 11:00 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Leitung: Henriett Horváth

041 - Literaturkreis

Einmal im Monat treffen sich montags Frauen, die gern lesen und sich über das Gelesene mit Anderen austauschen möchten. Alle 4 Wochen wird ein neues Prosawerk ausgewählt, wobei es sich um Novellen, Romane und auch Sachbücher handeln kann. Die Reise geht quer durch die verschiedenen Sprachräume und Epochen.

Termin: Montag, 15.09., 20.10., 17.11., 15.12.2025—4x

Zeit: 10.00 Uhr - 11.30 Uhr

Gebühr: pro Treffen 5,00 Euro

Leitung: Eva-Maria Thimm