

Liebe Frauenbund-Frauen, liebe Interessierte,

wir hoffen, das neue Jahr hat gut für Sie begonnen! Möchten Sie in diesen besonderen Zeiten Stärkung erfahren und sich selbst etwas Gutes tun? Genau dafür bieten wir die passenden Online-Veranstaltungen. Sie können ganz bequem von zu Hause an Ihrem PC, Laptop oder Tablet teilnehmen. Das sind unsere Angebote:

Einfach gelassen: So kann's gehen

Termin: Mittwoch, 26. Januar 2022, 19.30 - 21.00 Uhr

Referentin: Nicole Niedermeier, Juristin, Kommunikationstrainerin und Coach

[weitere Informationen...](#)

Meetings und Veranstaltungen im Zweigverein über die Plattform Zoom planen und durchführen - Anwendungskurs für KDFB-Führungskräfte

Termin: [Mittwoch, 02. Februar 2022, 17.00 - 19.00 Uhr](#) oder [Montag, 07. Februar 2022, 16.00 - 18.00 Uhr](#)

Referentin: Rebekka Wach, KDFB-Bildungsreferentin

Achtsames Yoga am Morgen - für Anfängerinnen und Mittelstufe (8 x 75 min.)

Termine: jeweils freitags am 18.02./25.02./04.03./11.03./18.03./25.03./01.04./08.04.2022 von 07.00 - 08.15 Uhr

Referentin: Martina Meier, examinierte Krankenschwester, zertifizierte Yogalehrerin

[weitere Informationen...](#)

Achtsames Yoga am Abend - für Anfängerinnen und Mittelstufe (8 x 75 min.)

Termine: jeweils donnerstags am 17.03./24.03./31.03./07.04./21.04./28.04./05.05./12.05.2022 (nicht am 14.04./Gründonnerstag) von 19.30 - 20.45 Uhr

Referentin: Martina Meier, examinierte Krankenschwester, zertifizierte Yogalehrerin

[weitere Informationen...](#)

Giftstoffe in Körperpflegeprodukten

Termin: Mittwoch, 23. Februar 2022, 19.00 - 20.30 Uhr

Referentin: Ulrike Forster, Fachtherapeutin für Hirnleistungstraining, Gesundheitsberaterin, Diplom-Chemikerin

[weitere Informationen...](#)

Bullet Journal - mit mehr Struktur und Übersicht den Alltag gestalten

Termin: Samstag, 05. März 2022, 10.00 - 14.00 Uhr

Referentin: Diana Meier-Soriat, Illustratorin, Trainerin

[weitere Informationen...](#)

Informationen zu diesen und allen weiteren (Präsenz-) Veranstaltungen sowie die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es unter www.frauenbund-regensburg.de/bildungsprogramm.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung! Gern können Sie diese E-Mail weiterleiten an die Frauenbund-Frauen im Zweigverein und an Interessierte.

Ihnen viele frohe Stunden, Gesundheit, Gelassenheit, Geduld und Gottes reichen Segen!

Viele Grüße

Karin Schlecht, Diözesanvorsitzende/Karin Uschold-Müller, Geschäftsführende Bildungsreferentin

Katholischer Deutscher Frauenbund
Diözesanverband Regensburg e.V.
Obermünsterplatz 7, 93047 Regensburg
Tel: 0941 597-2224, Fax 0941 597-2394
frauenbund@frauenbund-regensburg.de www.frauenbund-regensburg.de

Eingetragen beim Amtsgericht Regensburg - VR 43, Steuer-Nr. 244/109/41585

Vertretungsberechtigter Vorstand:

Karin Schlecht (Diözesanvorsitzende), Josefa Bauer, Luise Fischer, Luitgard Hartl, Birgit Kainz, Monika Schmidpeter