



ANGEBOTE FÜR

Paare / Familien

Mütter / Väter

Bistum Würzburg
Christsein unter den Menschen



LIEBE PAARE, LIEBE FAMILIEN, LIEBE MÜTTER UND VÄTER, LIEBE KINDER UND JUGENDLICHE,

was verbinden Sie mit dem Begriff „Familie“?

Familie ist für viele ein Ort voller Liebe, Geborgenheit und gemeinsamer Freude – aber manchmal auch Stress. Wichtig ist: Sie sind damit nicht allein.

Die katholische Kirche im Bistum Würzburg begleitet Familien und Paare mit vielfältigen Angeboten, die Halt und Unterstützung geben. In dieser Broschüre finden Sie erste Informationen sowie hilfreiche Kontakte und Links.

Wir wünschen Ihnen, dass Sie genau das Angebot finden, das Sie gerade stärkt. Unsere Türen stehen allen offen.

Ihr Team des Referates Partnerschaft – Familie,
des Familienbundes der Katholiken und der
Ehe- und Familienseelsorge im Bistum Würzburg

Unterstützung vor Ort

→ ab Seite 05

Angebote für Paare

→ ab Seite 13

Angebote für Familien

→ ab Seite 19

Kooperationspartner

→ ab Seite 27



} **Partnerschaft – Familie**
Bistum Würzburg



Unterstützung und Begleitung vor Ort

Ein Elternkurs, ein Themenabend, ein Familientag oder ein besonderer Gottesdienst für Familien – oder etwas ganz anderes? Vielleicht haben Sie Ideen, was Sie gerne bei sich vor Ort erleben möchten.

Wir unterstützen Sie dabei.

Auf den folgenden Seiten finden Sie weiterführende Infos zu Angeboten, zur Ehe- und Familienseelsorge als Kooperationspartner für Ihre Projekte, zu Zuschüssen und hilfreichen Apps.

Viel Spaß beim Entdecken!





„DIESE AUSZEITEN
SIND FÜR UNS
WERTVOLL UND EINE
ECHTE ALLTAGS-
KRAFTQUELLE.“

Ehe- und Familienseelsorge

("EFS") in den Regionen
des Bistums Würzburg

Die Ehe- und Familienseelsorger:innen Ihrer Region gestalten Angebote und unterstützen Sie gerne, wenn Sie ein Projekt planen, z. B. einen Tag für Paare oder ein Familienwochenende, eine Fortbildung zu Kinderliturgie-Themen, einen Elternkurs etc., oder wenn Sie Rat und Hilfe suchen.

Sie finden EFS-Büros in Aschaffenburg, Bad Kissingen, Bad Neustadt, Haßfurt (Haßberge), Kitzingen, Karlstadt (Main-Spessart), Miltenberg, Schweinfurt und Würzburg.



Angebote und weitere
Infos zu den einzelnen Regionen
finden Sie hier.

Ebenso gibt es auf Bistumsebene Veranstaltungen für Familien, wie z. B. Kiliani-Familiensonntag oder Familienwallfahrt. Infos finden Sie hier:

Informationen und Kontakt



Referat Partnerschaft – Familie
0931 386 65 233
partnerschaft-familie@bistum-wuerzburg.de
familie.bistum-wuerzburg.de

Veranstaltungen selbst planen

Wenn Sie bzw. Ihr Gemeindeteam, Ihr Pastoraler Raum, Ihr Familienkreis, Ihre Kita, Schule ... eine Veranstaltung für Paare oder Familien organisieren möchten, unterstützen wir Sie.

Sie wählen ein Thema, das für Sie interessant ist, für Ihre Zielgruppe (Paare, Familien ...). Wir beraten Sie bei der Themenfindung. Zudem vermitteln wir Referent:innen bzw. Kinder- und Jugendbetreuung. Sie buchen einen Veranstaltungsort an einem Termin Ihrer Wahl. Themenvorschläge und viele weitere Informationen finden Sie hier:



Informationen und Kontakt

Referat Partnerschaft – Familie

0931 386 65 225

partnerschaft-familie@bistum-wuerzburg.de

familie.bistum-wuerzburg.de



Zuschüsse beantragen

für Veranstaltungen zur
religiösen Familienbildung
für Paare / Familien

Sie planen ein Familienwochenende oder einen
Familienstag für Ihre Gemeinde/Ihren Pastoralen Raum?

Wir verwalten den Etat für religiöse Familienbildung
des Bistums Würzburg. Ziel des Etats ist es, mit
Kirchensteuermitteln die Kosten für die Teilnehmenden
erschwinglich zu halten.

Wir informieren Sie über die Richtlinien und Zuschüsse.



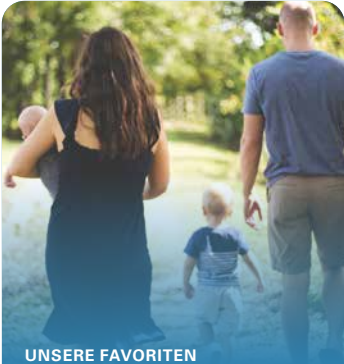
Informationen und Kontakt

Referat Partnerschaft – Familie

0931 386 65 222

etat.familienbildung@bistum-wuerzburg.de

familie.bistum-wuerzburg.de



UNSERE FAVORITEN

Apps für Paare und Eltern



Apps, die Sinn und Spaß machen!



Ehepost

Spannende Anregungen, kreative Ideen und aktive Tipps für die Beziehungsqualität in eurer Ehe.



Ehe.Wir.Heiraten.

Die App für alle, die innerhalb des nächsten Jahres heiraten wollen. Informativ, inspirierend, romantisch.



Entspannt erziehen

Die App für alle Eltern. In 7 Schritten zu mehr Gelassenheit und Freude im Erziehungsalltag.



Elternbriefe

Die Elternbriefe begleiten Mütter und Väter bei der Erziehung ihrer Kinder mit Anregungen und praktischen Tipps.



KommUnity

Eltern sind eingeladen, die Zeit der Erstkommunion-Vorbereitung als eigene Entdeckungsreise zu erleben.



Angebote für Paare

Als Paar zusammen sein, das Leben miteinander teilen und gestalten – das wünschen sich die meisten Menschen, und sie erfahren in dieser Beziehung großes Glück, Bereicherung und Erfüllung. Partnerschaft leben ist aber auch immer wieder eine Herausforderung, bedarf der eigenen Anstrengung und des beiderseitigen Bemühens.

Unsere folgenden Angebote sollen Paaren Unterstützung, Inspiration und Tipps für ihren gemeinsamen Weg bieten.





„WIR HABEN SO
INTENSIV GEREDET,
WIE NOCH NIE IN
UNSERER LANGEN
EHE.“

Gesprächstraining für Paare: EPL, KEK und APL

In unseren Gesprächstrainingskursen erhalten Paare das richtige „Handwerkszeug“ für ein verständnisvolles Miteinander:

- sich so ausdrücken, dass das Gemeinte bei der Partnerin/dem Partner richtig ankommt,
- so zuhören, dass jede/r besser versteht, was die/der andere meint,
- Meinungsverschiedenheiten und Probleme fair austragen, ohne einander zu verletzen.

Die meiste Zeit verbringen die Paare unter sich und führen Paargespräche. Eine Trainerin und ein Trainer unterstützen die maximal vier teilnehmenden Paare bei der Einübung der Gesprächsregeln.



Informationen und Kontakt

Referat Partnerschaft – Familie

0931 386 65 227

partnerschaft-familie@bistum-wuerzburg.de

familie.bistum-wuerzburg.de



in Kooperation
mit dem



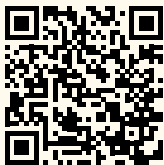
Sie möchten heiraten?

Auf vielen „Hochzeitsmessen“ in Unterfranken sind wir mit unserem Stand „Wir heiraten. JA-Sagen zum Segen“ als Bistum Würzburg vertreten.

Hier informieren wir Sie in persönlichen Gesprächen über kirchliche Trauungen und Segensfeiern, Kurse für Paare, Vorbereitungsseminare, Angebote/Kurse für Paare und mehr.

Wir haben ein offenes Ohr für Ihre Fragen rund um Hochzeit, Trauung, Gott und die Welt.

Viele Informationen, Hinweise und Hilfen zur Vorbereitung von kirchlichen Trauungen und Segensfeiern finden Sie auch auf unserer Homepage.



Informationen und Kontakt

Referat Partnerschaft – Familie

0931 386 65 202

partnerschaft-familie@bistum-wuerzburg.de

wirheiraten.bistum-wuerzburg.de

Wir heiraten.

JA-SAGEN
ZUM SEGEN

Empfängnis- regelung – natürlich und sicher

Natürliche Familienplanung (NFP) nach Sensiplan ermöglicht es Paaren, die Zeichen für die fruchtbaren und die unfruchtbaren Tage im Zyklus der Frau zuverlässig zu erkennen und Sexualität partnerschaftlich zu leben.

Sie finden Unterstützung für eine sichere Anwendung der NFP nach Sensiplan in:

- Einführungskursen
- persönlicher Sprechstunde
- Beratung bei (unerfülltem) Kinderwunsch



Informationen und Kontakt

Referat Partnerschaft – Familie
Fachstelle Sexualpädagogik mit NFP
0931 386 65 231
nfp@bistum-wuerzburg.de
nfp.bistum-wuerzburg.de

sensiPLAN



Weil Familie

richtig wichtig ist

Innehalten, Zeit für mich und
Activity-Time für die ganze Familie?
Was Neues ausprobieren, sich mit
anderen austauschen?

Erleben Sie Gemeinschaft und Spaß.
Genießen Sie neue Erfahrungen als
Familie sowie wertvolle Eindrücke
und Gespräche mit anderen Familien/
anderen Eltern.

Wir bieten Ihnen als Familie, als
Mütter, als Väter, als Erziehende eine
breite Palette von spannenden und
anregenden Angeboten.

Unsere Themen sind vielfältig –
so wie Familie auch!



„GLEICHGESINNTE
TREFFEN, NEUE
PERSPEKTIVEN
ENTDECKEN UND
VIELFALT ERLEBEN –
DAS TUT GUT!“

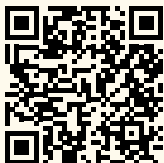
Familienbund der Katholiken

im Bistum Würzburg

Familie ist richtig wichtig – denn hier wird Leben, Vertrauen, Glück und Wertschätzung weitergegeben und das Fundament einer starken Gesellschaft gelegt. Deshalb engagiert sich der Familienbund als Verband mit viel Herz und Engagement für ein bereicherndes und stärkendes Familienangebot:

- Familientage (z. B. Wundertüte Familie)
- Bildungswochenenden für Familien
- Freizeiten und Wochenenden für Familien mit Kindern mit Behinderung
- Politik mit und für Familien
- Diözesanfamilienrat: Forum für Familien (1 x jährlich)
- und vieles mehr...

Macht Euch mit unseren Angeboten als Familie stark und macht Euch mit uns für Familien stark!



Informationen und Kontakt

Familienbund der Katholiken
0931 386 65 234
fdk@bistum-wuerzburg.de
familienbund-wuerzburg.de



Selbsthilfeplattform für Eltern von Kindern mit Behinderung

in Bayern

intakt.info bietet:

- Austausch unter Eltern
- Erklärvideos
- regelmäßige Neuigkeiten und Termine
- Interviews
- Fachbeiträge
- Adressen und Anlaufstellen

Egal, ob Ihr Kind gerade auf die Welt gekommen oder bereits erwachsen ist – hier sind Sie genau richtig.

Kostenfrei und jederzeit erreichbar. Begleitet von ehren- und hauptamtlichen Mitarbeitenden, die selbst Eltern-Teil eines Kindes mit Behinderung sind oder beruflich in diesem Bereich arbeiten.



Informationen und Kontakt

intakt.info
Familienbund der Katholiken
in der Diözese Würzburg e. V.
0931 386 65 226 o. 228
kontakt@intakt.info | www.intakt.info

intakt.info



Bezirk
Unterfranken



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



Träger und Förderer

Träger von intakt.info ist der Familienbund der Katholiken in der Diözese Würzburg e.V..
Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales gefördert. Außerdem wird intakt.info finanziell durch das Bistum Würzburg sowie den Bezirk Unterfranken unterstützt.

„Kess-erziehen“

**Kooperativ, ermutigend, sozial,
situationsorientiert**

Gemeinsam die Welt entdecken und gestalten, Kinder mit einem liebevollen Blick betrachten, Miteinander gut kommunizieren, schwierige Situationen förderlich gestalten, Oasen zum Durchatmen, gemeinsam unterwegs und in Beziehung sein – das wünschen sich Eltern und Kinder für ihren Familienalltag. Entspannt erziehen bedeutet, dass Eltern einen Erziehungsstil entwickeln, der für die eigene Familie passt.

In den „Kess-“ Kursreihen für verschiedene Altersstufen erhalten Eltern und Erziehende durch Impulse, Erfahrungsaustausch und Übungen das Handwerkszeug, um ihre Kinder beim Heranwachsen zu selbstbewussten und starken Persönlichkeiten zu unterstützen und liebevoll zu begleiten – vom Baby bis zur Pubertät.



Informationen und Kontakt

Referat Partnerschaft – Familie

0931 386 65 225

partnerschaft-familie@bistum-wuerzburg.de

familie.bistum-wuerzburg.de

Kess
kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert
erziehen®

in Kooperation
mit dem



AUSZEIT **zum Luftholen –** **weil's gut tut!**

Angebote für allein-getrennt-
erziehende Mütter und Väter
mit Kindern

Familie ist vielfältig! Getrennt, geschieden, unverheiratet, verwitwet – es gibt viele Gründe, dass Männer und Frauen ihre Kinder allein erziehen.

Wir bieten Themen, die Sie und Ihre Kinder beschäftigen; von „frisch getrennt“ bis hin zum Wagnis neuer Beziehungen. Da geht es um Oasen, Pubertät, Konfliktbewältigung, positives Lebensgefühl, Kommunikation, sich gegenseitig Mut machen,...

Wir bieten unterschiedliche Möglichkeiten, sich gemeinsam mit den Kindern Auszeiten zu gönnen und sich durch Inhalte und Themen inspirieren zu lassen.



Informationen und Kontakt

Referat Partnerschaft – Familie

0931 386 65 202

allein-getrennt-erziehende@bistum-wuerzburg.de

familie.bistum-wuerzburg.de

In der Pubertät begleiten

Wie Kinder und Jugendliche ihren Körper wahrnehmen und bewerten, hat einen nachhaltigen Einfluss auf ihr Selbstbild und Selbstwertgefühl. Die Veränderungen der Pubertät in positiver Weise anzunehmen, ist jedoch keineswegs selbstverständlich. Unterstützung bietet hier das MFM-Programm mit altersgerechten Workshops.

Kinder (4./5. Klasse)

- Workshop „Die Zyklusshow“ für Mädchen
- Workshop „Agenten auf dem Weg“ für Jungen

Themen: Pubertät, Fruchtbarkeit, Zyklus,
Entstehung neuen Lebens

- Elternvortrag „Nur was ich schätze, kann ich schützen“

Jugendliche (9./10./11. Klasse)

- Workshop „Waagemut“

Themen: Fruchtbarkeit, Zyklus, Empfängnisregelung,
Beziehung



Informationen und Kontakt

Referat Partnerschaft – Familie
Fachstelle Sexualpädagogik mit NFP
0931 386 65 231
mfm@bistum-wuerzburg.de
nfp.bistum-wuerzburg.de



My Fertility Matters
Werteorientiertes
Präventionsprogramm



Kooperationspartner/ weitere Angebote/ Informationen

Auf den folgenden Seiten stellen wir Ihnen Kooperationspartner und weitere Angebote für Paare und Familien im Bistum Würzburg vor.

Hier finden Sie Links zu kirchlichen Tagungshäusern und Verbänden, Beratungsstellen, geistlichen Gemeinschaften, zur Domschule, Caritas, Hospizpastoral und mehr.

„ZEIT MIT DER
FAMILIE UND NEUE
KRAFT FÜR MEIN
LEBEN – DAS HABE
ICH ERLEBT.“



Häuser und Orte

Mehrgenerationenhäuser

Zentrale Begegnungsorte und Angebote für alle Generationen flächendeckend in Unterfranken.

mehrgenerationenhaeuser.de



Mehr
Generationen
Haus

Tagungshäuser

Unsere kirchlichen Tagungshäuser sind nicht nur Orte für Veranstaltungen, sondern sind offen für Events, Familienferien oder individuelle Kurzurlaube.

tagungshaeuser.net



Familienstützpunkte

in ganz Unterfranken – viele davon in kirchlicher Trägerschaft – sind auf kommunaler Ebene ein Ort mit Unterstützungsangeboten für Familien.

familienbildung.bayern.de



Verbände/ Fachstellen

Kolpingwerk Diözesanverband Würzburg e.V.

[kolpingwerk-mainfranken.de/
unsere-schwerpunkte/familie/](http://kolpingwerk-mainfranken.de/unsere-schwerpunkte/familie/)



Katholischer Deutscher Frauenbund (KDFB) Diözesanverband Würzburg e.V.

[frauenbund-wuerzburg.de/
themen-und-projekte/eltern-
kind-arbeit](http://frauenbund-wuerzburg.de/themen-und-projekte/eltern-kind-arbeit)



Katholische Arbeitnehmer- Bewegung Würzburg e.V.

kab-wuerzburg.de/bildung/familien



DJK-Diözesanverband Würzburg + DJK-Sportjugend im Diözesanverband Würzburg

djk-dvwuerzburg.de

djk-sportjugend-dvwuerzburg.de



Katholische Landvolk Bewegung Würzburg

klb-wuerzburg.de



Katholische
Landvolk
Bewegung
Würzburg

Kath. Akademie Domschule Würzburg

Veranstaltungen zu Beziehung
und Lebensgestaltung

domschule-wuerzburg.de



Frauenseelsorge

Fachstelle für Frauenpastoral,
Spirituelle Angebote, Trauer
und Trost, Weltgebetstag der
Frauen u. v. m.

frauenseelsorge.bistum-wuerzburg.de



Beratungsstellen

Sozialdienst katholische Frauen e.V.

Anlaufstelle für Kinder und Jugendliche, Frauen und Familien in besonderen Lebenslagen.

Aschaffenburg: skf-aschaffenburg.de

Schweinfurt: skf-schweinfurt.de

Würzburg: skf-wue.de



Ehe-, Familien und Lebensberatung (EFL) der Diözese Würzburg

Unterstützung bei persönlichen, partnerschaftlichen oder familiären Schwierigkeiten.

eheberatung-wuerzburg.de



Ländliche Familienberatung

Unterstützung für Menschen aus Landwirtschaft, Wein- und Gartenbau

klb-wuerzburg.de/laendliche-familienberatung



Hospiz- und Trauerpastoral

Unterstützung bei der Suche nach Hospizdiensten, stationären Einrichtungen und Angebote für Trauernde.



Hospiz- und Trauerpastoral
der Diözese Würzburg

hospiz-trauerpastoral.bistum-wuerzburg.de

Caritasberatungsstellen in Unterfranken

Unterstützung von Familien durch Erziehungshilfe, Familienpflege, Erholungsaufenthalte für Mütter und Kinder u. v. m.



caritas-wuerzburg.de/hilfe-beratung/

Beratungsstellen für Kinder, Jugendliche und Eltern

Hilfe bei Klärung und Bewältigung individueller und familienbezogener Probleme.



Erziehungsberatung
in Bayern

stmas.bayern.de/erziehungsberatung/stellen

Christophorus-Gesellschaft Würzburg

Schuldner- und Insolvenzberatung
christophorus-wuerzburg.de



Weitere Kooperationspartner

**Arbeitsgemeinschaft
für katholische
Familienbildung e.V., Bonn**

akf-bonn.de



**Caritas in Unterfranken –
Diözesanverband Würzburg**

caritas-wuerzburg.de



**Fachstelle Katechese
im Referat Verkündigung
und Liturgie**

katechese.bistum-wuerzburg.de



Schönstattwerk Würzburg e.V.

schoenstatt-wuerzburg.de



**Kongregation der Schwestern
des Erlösers**

erloeserschwestern.de



**Katholische Erwachsenenbildung
im Bistum Würzburg e.V. (KEB)**

keb-wuerzburg.de





Impressum

Herausgeber

Diözese Würzburg KdöR
Referat Partnerschaft – Familie
Ottostraße 1 | 97070 Würzburg

Telefon 0931 386-65 202
partnerschaft-familie@bistum-wuerzburg.de
www.familie.bistum-wuerzburg.de

Gestaltung

Sven Gramlich, Medienhaus des Bistums Würzburg

Bildnachweise

Referat Partnerschaft-Familie
POW
stock.adobe.com
unsplash.com

© September 2025 | 1. Auflage



familie.bistum-wuerzburg.de