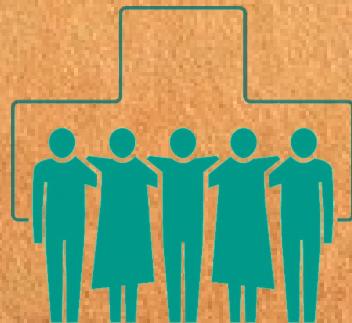


# Seminar Planer

# 2026



**KREUZBUND**

Gemeinsam Sucht überwinden

# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Seminare 2026

In Zusammenarbeit mit den Diözesanbeauftragten und unserem Vorstand haben wir für das vor uns liegende, neue Jahr 2026 wieder eine Reihe von Seminaren zusammengestellt. Wir hoffen, dass es uns gelungen ist, für Euch etwas Ansprechendes und Passendes gefunden zu haben.

Das diesjährige Dankeschön Seminar auf Norderney richtet sich ausschließlich an die engagierten jungen Menschen in unserem Diözesanverband. Denn gerade sie haben in unzähligen Stunden, das inzwischen Bundesweit erfolgreiche „Drogen-ABC“ erstellt.

Durch das ausgebuchte Dankeschön Seminar findet in 2026 kein Willkommens Seminar statt. Somit ist das nächste Willkommensseminar im nächsten Jahr 2027. Hierzu werden dann die Neumitglieder für 2025 und 2026 eingeladen.

Darüber hinaus haben wir das Layout unseres Seminar-Newsletters sowie das Anmeldeformular überarbeitet und neu gestaltet. In dem Zusammenhang ist unser Ziel, dass ihr die Anmeldungen über unsere Homepage durchführen könnt.

In diesem Sinne wünschen Euch der Vorstand und die Geschäftsstelle viel Spaß beim Lesen.

### Allgemeine Hinweise zu den Seminaren

#### Beginn und Ende der Seminare

Die Wochenendseminare beginnen freitags mit dem Abendessen um 18:00 Uhr und enden sonntags nach dem Mittagessen - in der Regel gegen 13:30 oder 14:00 Uhr. Tagesseminare finden in der Regel samstags statt und beginnen um 09:00 Uhr und enden um 16:00 Uhr, sofern im Einzelnen nichts anderes angegeben ist.

#### Seminarausschreibungen auf der Homepage

Das komplette Seminarangebot des Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e.V. ist auch im Internet unter <https://www.kreuzbund-os.de/de/termin-seminar-kalender.html> veröffentlicht.

Weitere Informationen zur Anmeldung stehen auch auf Seite 25.

#### Weitere Fragen

beantworten wir von der Geschäftsstelle des Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück gerne

0541 64339

[info@kreuzbund-os.de](mailto:info@kreuzbund-os.de)

# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Seminare 2026

### ○ März 2026

13.— 15. März 2026 Willkommen und Dankeschön Wochenende

### ○ April 2026

10.-12. April 2026 Glückspielsucht

11. April 2026 Frauen Tagesseminar

24.-26.04.2026 Basiswissen—Kreuzbund kompakt (1. Modul)

### ○ Juni 2026

05.-07. Juni 2026 Krankenhausbesuchsdienst

12.-14. Juni 2026 Gruppenleiterausbildung „Die Gruppe“ 2. Modul

19.-21. Juni 2026 Junge Menschen

26.- 28. Juni 2026 Männerwochenende

### ○ Juli 2026

02.-05. Juli 2026 Seniorenfahrt Würzburg

### ○ August 2026

19.-21. August 2026 Senioren Woche

22. August 2026 Gruppenfachtagung

### September 2026

04.-06. September 2026 Junge Menschen

18.-20. September 2026 Gruppenleiterausbildung „Kommunikation und  
Gesprächsverhalten 3. Modul“

25.-27. September 2026 Frauenwochenende

### Oktober 2026

15.-18. Oktober 2026 Familienwochenende

### November 2026

13.-15. November 2026 Gruppenleiterausbildung „Der/die Gruppenleiter /in als  
Person 4. Modul“

# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Einladung zum Glücksspielwochenende

### „Grundlagen Glücksspielsucht – Wenn Spielen zur Falle wird“

Termin: 10. bis 12. April 2026

Anmeldefrist: 13. Januar 2026

Veranstaltungsort: Kolping– Bildungshaus Salzbergen, Kolpingstraße 4, 48499 Salzbergen

Zielgruppe: Alle Gruppenmitglieder

Teilnehmerzahl: 14 Personen

Referent: Timo Nobis und Nicole Dreifeld

Teilnahmegebühr: Kreuzbundmitglieder: 40,00€  
Nicht– Kreuzbundmitglieder: 80,00€

### **Grundlagen Glücksspielsucht – Wenn Spielen zur Falle wird**

Glücksspielsucht entsteht oft leise. Ein Spiel, ein Klick, ein scheinbar harmloser Moment – und plötzlich geraten Menschen in einen Strudel aus Hoffnung, Verlust und zunehmender Verzweiflung. Dieses Seminar möchte ein tieferes Verständnis dafür vermitteln, was hinter dieser Erkrankung steht, wie sie sich entwickelt und wie sie das Leben von Betroffenen und ihren Familien verändert.

### **Warum dieses Seminar?**

Weil Glücksspielsucht keine Randerscheinung ist – sie betrifft Menschen mitten unter uns. Das Seminar vermittelt grundlegendes Wissen über Glücksspielsucht und bietet einen fundierten Überblick über zentrale Begriffe, Mechanismen und Risikofaktoren. Teilnehmende erhalten Einblicke in aktuelle Zahlen, Daten und Fakten sowie in das breite Spektrum an Spielformen, die zur Entwicklung eines problematischen Glücksspielverhaltens beitragen können. Neben theoretischem Basiswissen liegt ein Schwerpunkt auf dem Vergleich von stoffgebundenen Süchten (z. B. Alkoholabhängigkeit) und Verhaltenssüchten wie der Glücksspielsucht. Herr Sirrenberg oder Herr Sender werden zu Thema Suchtverlagerung einen Vortrag halten.



# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Einladung zum Frauen Tagesseminar „Finde zurück zu deiner inneren Stärke“

Termin: 11. April 2026

Anmeldefrist: 27. Februar 2026

Veranstaltungsort: Gästehaus Kloster Nette, Östringer Weg 120 49090 Osnabrück

Zielgruppe: Alle Gruppenmitglieder

Teilnehmerzahl: 20 Personen

Referent: Christiane Westerveld

Teilnahmegebühr: Kreuzbundmitglieder: 20,00€  
Nicht– Kreuzbundmitglieder: 30,00€

Die fünf Säulen der Identität zeigen, was uns im Leben trägt – und wo wir neue Kraft finden können. Das Modell unterstützt Frauen dabei, zentrale Bereiche ihres Lebens bewusst zu reflektieren und daraus neue Kraft zu schöpfen.

- Körper & Gesundheit: Lernen, den eigenen Körper zu achten und sich wieder wohl in der eigenen Haut zu fühlen.
- Soziale Beziehungen: Menschen an der Seite haben, die guttun, stärken und tragen.
- Arbeit & Leistung: Die eigenen Talente sehen, stolz auf das sein, was man schafft – ob im Beruf, zu Hause oder in persönlichen Projekten.
- Materielle Sicherheit: Ein Gefühl von Sicherheit, das Ruhe schenkt und Raum für Entwicklung schafft.
- Werte & Ideale: Den eigenen inneren Kompass finden – und mutig dem folgen, was sich richtig anfühlt.

*In unseren Seminaren bekommst du Raum, über diese Fragen nachzudenken und Antworten zu finden, die zu dir passen.*

*Du lernst, deine Stärken bewusster wahrzunehmen, dein Selbstvertrauen zu festigen und für dich selbst einzustehen.*

*Ein starkes Fundament in diesen fünf Lebensbereichen gibt dir Orientierung – gerade dann, wenn sich vieles verändert.*

*Es geht darum, wieder bei dir selbst anzukommen.*



# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Einladung zum Kreuzbund Basiswissen—Kreuzbund kompakt

Termin: 24.-26. April 2026

Anmeldefrist: 27. Februar 2026

Veranstaltungsort: St. Antoniushaus, Klingenhangen 6, 49377 Vechta

Zielgruppe: Alle Gruppenmitglieder

Teilnehmerzahl: 20 Personen

Referent: Wolfgang Gehrs

Teilnahmegebühr: Kreuzbundmitglieder: 40,00€

Nicht– Kreuzbundmitglieder: 80,00€

In diesem Seminar haben wir über Auftrag und Entwicklung des Kreuz-bundes, die Grundsätze der Kreuzbund-Arbeit, die Aufgaben des Kreuz-bundes, die Organisation des Verbandes sowie seine Kooperation mit anderen Verbänden informiert. Das Leitbild des Kreuzbundes und seine Satzung waren ebenfalls zentrales Thema.



„Basiswissen - Kreuzbund kompakt“ zu kennen heißt:

- über den gesamten Kreuzbund grundlegend informiert zu sein,
- allen Weggefährt\*innen einen einheitlichen und aktuellen Informationsstand im Kreuzbund zu ermöglichen und
- den Kreuzbund mit einer möglichst gemeinsame Sprache auch nach außen zu vertreten.

# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## **Einladung zum Krankenhaus Besuchsdienst Wochenende Qualifizierung für aktive und erfahrene Kreuzbundmitglieder**

Termin: 05. bis 07. Juni 2026

Anmeldefrist: 07. April 2026

Veranstaltungsort: HÖB Papenburg, Spillmannsweg 30, 26871 Papenburg

Zielgruppe: Alle Gruppenmitglieder

Teilnehmerzahl: 20 Personen

Referent: Wolfgang Gehrs

Teilnahmegebühr: Kreuzbundmitglieder: 40,00€

Nicht-Kreuzbundmitglieder: 80,00€

Der Besuchsdienst ist ein zentraler Bestandteil der Selbsthilfearbeit des Kreuzbundes und ein wichtiges Bindeglied im Suchthilfesystem.

Mit diesem Seminar bieten wir interessierten, aktiven und erfahrenen Kreuzbundmitgliedern bereits zum vierten Mal einen Raum zur Reflexion, Vertiefung und Weiterentwicklung ihrer Tätigkeit im Besuchsdienst.

Im Mittelpunkt stehen die eigene Rolle als Vertreter / in des Kreuzbundes, die Wirkung auf Patient / innen und Fachpersonal sowie der Umgang mit unterschiedlichen Situationen in Entgiftungskliniken, Fachkliniken und Therapieeinrichtungen.

Neben fachlichen Impulsen liegt der Schwerpunkt auf dem Austausch von Erfahrungen, der gemeinsamen Entwicklung von Standards und der Stärkung der persönlichen Haltung.

Das Seminar richtet sich an interessierte, aktive und erfahrene Kreuzbundmitglieder sowie an neue Teilnehmende mit entsprechender Gruppenerfahrung.?



# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Gruppenleiterausbildung 2. Modul „Die Gruppe“

Termin: 12.-14. Juni 2026

Anmeldefrist: 27. Februar 2026—Anmeldung erfolgt für die ganze Seminarreihe

Veranstaltungsort: St. Antoniushaus, Klingenhangen 6, 49377 Vechta

Zielgruppe: Alle Gruppenmitglieder

Teilnehmerzahl: 20 Personen

Referent: Marianne Holthaus

Teilnahmegebühr: die Seminarreihe Kostet 280,00€

Gruppen sind dynamische Systeme. Mit dem Eintreten oder Ausscheiden eines Mitglieds formiert sich jede Gruppe neu, wobei sich die ursprünglichen Mitglieder auf bisherige Gruppennormen stützen können. Ein neues Mitglied muss sich entweder den vorhandenen Normen und Regeln anpassen oder eine Veränderung der Regeln erreichen. Klärungsprozesse dieser Art sind immer ergebnisoffen und nicht planbar. Es kann beispielsweise sein, dass der Gruppenneuling sich gut einfügt, die Gruppe verändert oder aber nicht akzeptiert wird, Außenseiter bleibt oder die Gruppe verlässt. Um solche Entwicklungen besser zu verstehen und mit ihnen umzugehen, werden in dieser Ausbildungseinheit wichtige Gruppenregeln vermittelt sowie Gruppenphasen und typische Rollen in der Gruppe dargestellt.



# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Einladung zum Junge Menschen Wochenendseminar „Resilienz und Lebenszufriedenheit“

Termin: 19. bis 21. Juni 2026

Anmeldefrist: 23. April 2026

Veranstaltungsort: LandvolkHochschule Oesede, Gartbrink 5, 49124 Georgsmarienhütte

Zielgruppe: Alle Gruppenmitglieder

Teilnehmerzahl: 20 Personen

Referent: Conrad Tönsing

Teilnahmegebühr: Kreuzbundmitglieder: 40,00€  
Nicht– Kreuzbundmitglieder: 80,00€

Resilienz beschreibt die psychische Widerstandsfähigkeit eines Menschen- also die Fähigkeit schwierige Lebenssituationen, Krisen und Schicksalsschläge ohne dauerhafte seelische und gesundheitliche Schäden zu überstehen. Eine hohe Resilienz ist eine gute Grundlage für mehr Lebenszufriedenheit, verbunden mit dem Glauben an die eigenen Fähigkeiten und Stärken (Selbstwirksamkeit).

Im Rahmen des Seminars wollen wir nicht nur danach schauen, was uns stark und widerstandsfähig macht, sondern auch danach, was wir selbst tun können, um Glück und Zufriedenheit in unserem Leben zu steigern. D.h. wir wollen uns mit den Wünschen und Erwartungen an das eigene Leben befassen und damit, was jede und jeder Einzelne selbst tun kann um die eigenen Möglichkeiten zu erkennen und die gewünschten Ziele zu erreichen.



# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Einladung zum Männerseminar „Mann sein - Heute „

Termin: 26. bis 28.Juni 2026

Anmeldefrist: 19. Dezember 2025

Veranstaltungsort: Ökumenischen Tagungshaus Kloster Frenswegen

Zielgruppe: Männer im Kreuzbund

Teilnehmerzahl: 10 Personen **Teilnehmerzahl schon erreicht**

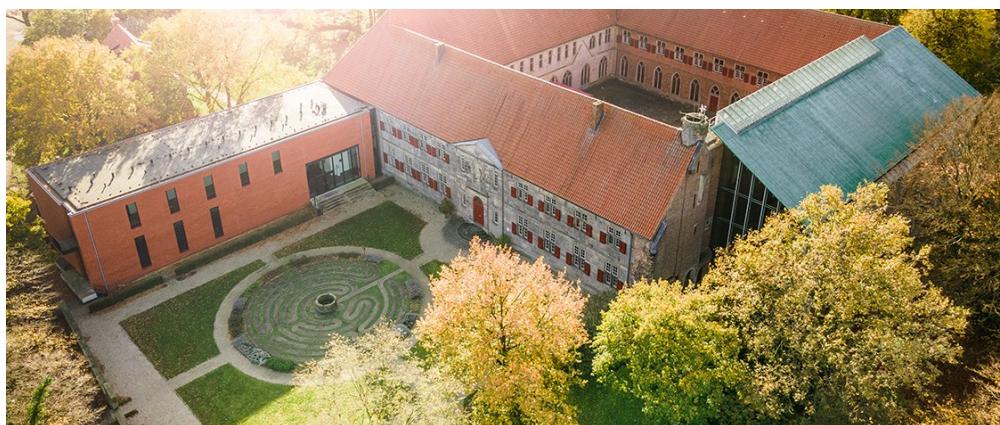
Referent: Rüdiger Blomeyer

Teilnahmegebühr: Kreuzbundmitglieder: 40,00€  
Nicht– Kreuzbundmitglieder: 80,00€

Leben ist Veränderung und manche Veränderungen gehen so schnell vonstatten, dass man gar nicht recht hinterherkommt, da man noch zu sehr am Alten festhält. Andere hat man gar nicht mitbekommen und sich nicht vorstellen können, dass sie einen auch selbst betreffen. Kaum etwas verändert sich aktuell so schnell und radikal wie die Rolle des Mannes in der Gesellschaft. Jede Zeit brauchte ein anderes Bild vom „Mann“. Jede Soziale Gruppe will ein anderes Bild vom „Mann“. Und es herrscht eine große Bandbreite, in der wir uns bewegen können.

Dabei suchen wir Männer tief im Inneren eigentlich nach Frieden, Sicherheit und Verbundenheit und schämen uns für unsere destruktiven und unsicheren Anteile. Und doch sind sie da und wirken: In unseren Begegnungen (Partnerschaft, Arbeit, Freundschaft) und im Umgang mit uns selbst.

Suchst du nach mehr Lebensfreude, Kraft, echtem emotionalen Ausdruck und einer Kultur des Miteinanders? Möchtest du herausfinden, welche inneren Muster dich davon abhalten, mit Klarheit, Leidenschaft und Präsenz als Mann in deinem Leben zu stehen?



# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Einladung Bildungsfahrt Generation 55 Plus nach Würzburg

Termin: 02. bis 05. Juli 2026

Anmeldefrist: 31. März 2026

Veranstaltungsort: Premier Inn Hotel in Würzburg

Zielgruppe: Alle Gruppenmitglieder

Teilnehmerzahl: 30 Personen

Referent:

Teilnahmegebühr:	Kreuzbundmitglieder:	300,00€
	Nicht– Kreuzbundmitglieder:	450,00€
	Einzelzimmerzuschlag:	100,00€

Im Teilnehmerbeitrag sind die An- und Abreise im modernen Reisebus, 3 Übernachtungen mit Halbpension (Frühstück und Abendessen) sowie die im Programm aufgeführten Leistungen enthalten.

Abfahrt und Möglichkeiten zum Zustieg werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Der Programmablauf ist auf den folgenden Seiten ausführlich dargestellt.



# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Generation 55+ Bildungsfahrt Würzburg 02. – 05. Juli 2026

Würzburg

### TAG 1. 02. – 05.07.2026 Anreise und Stadtführung Würzburg

Das Hotel Premier Inn liegt mitten im Zentrum von Würzburg. Mit seinen 17 Etagen liegt das Hotel nicht nur ideal in der wunderschönen Altstadt – viele der gemütlichen Zimmer bieten auch einen fantastischen Blick über Würzburg. Obwohl das Hotel beeindruckende 58 Meter erreicht, ist es nicht einmal das höchste Gebäude der Altstadt.

Im Jahr 704 wurde Würzburg erstmals als Befestigungsanlage urkundlich erwähnt. Bereits im Mittelalter war die Stadt ein bedeutendes wirtschaftliches, geistliches und hoheitliches Zentrum. Der Kirchturm der nahegelegenen Marienkapelle ist mit 73 m ein zentraler Punkt der Stadt. Er ist nur eines der vielen Highlights in der Würzburger Altstadt von großartiger Architektur und kulturellen Sehenswürdigkeiten bis hin zu gemütlichen Cafés, traditionellen Weinstuben und fränkischen Restaurants mit regionalem Flair bietet Würzburg viel. Kunstliebhaber können im Museum im Kulturspeicher vorbeischauen und eine einzigartige Mischung zeitgenössischer und moderner Werke bewundern oder das Mainfränkische Museum auf der Festung Marienberg erkunden, das beeindruckende Sammlungen beherbergt, darunter Skulpturen von Tilman Riemenschneider.



**Nachmittags** starten wir direkt vom Hotel zu einer geführten Stadtführung zu Fuß durch die historische Altstadt.

**Abends** genießen wir ein gemeinsames Abendessen in einem gemütlichen Gasthaus in der Nähe des Hotels, wo regionale Spezialitäten serviert werden.

### Busfahrt im 5\*\*\*\*\* Reisebus



18.07.2025 | Premier Inn eröffnet in Würzburg



# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Generation 55+ Bildungsfahrt Würzburg 02. – 05. Juli 2026

TAG 2. 3. Juli 2026

### Gesundheit, Natur, Weinbau und seine Geschichte,

#### Fahrt entlang der südlichen Weinschleife.

Die Mainschleife war bereits seit dem Frühmittelalter bekannt für den Anbau von Weinreben. Mit ihrem speziellen Kleinklima bzw. den Steillagen, waren die Orte an der Mainschleife begehrte Zentren für den Anbau von Weinreben.



Lohr

#### Wir erkunden die Städte Iphofen, Wertheim und Lohr,

Am Ufer des Mains inmitten herrlicher Spessartwälder liegt die wunderschöne Fachwerkstadt Lohr. Lohr ist wahrscheinlich seit dem 8. Jahrhundert besiedelt. Die Stadt kann auf eine über 300-jährige Industriegeschichte zurückblicken. Die Gründung der kurmainzischen Spiegelmanufaktur im Herbst 1704 brachte für damalige Verhältnisse eine Großinvestition in die Stadt. Die Manufaktur machte in ihrer Blütezeit mit den prunkvollen „Lohrer Spiegeln“ sogar Venedig Konkurrenz und Lohr in aller Welt bekannt. In Lohr haben wir die Möglichkeit zum Besuch des Spessart- Museum im Lohrer Schloss. Das Spessartmuseum präsentiert auf mehr als 2000 qm Spannendes und Glanzvolles rund um das Thema "Mensch und Wald".

Das Schloss ist fußläufig, 200 m, von der Stadtmitte erreichbar.



Eintritt 3,- €, als Gruppe 2,-€ (Eigenleistung)

#### Weinreben



Steillage



**Steillagenweinbau in Franken** auf Muschelkalkböden an den monumentalen, kargen Felsen entlang des Mains. Die ältesten Nachweise auf Weinbau in Franken stammen aus dem 8. Jahrhundert. Der Sage nach beginnt der geregelte Weinbau mit der Gründung der Benediktinerinnenklöster in Kleinochsenfurt und Kitzingen (Ältester Klosterkeller in Kitzingen).

Ihre größte Ausbreitung erreichten die fränkischen Rebflächen im 12. bis 16. Jahrhundert und waren damit zu dieser Zeit das größte zusammenhängende Anbaugebiet Europas. Für den erfolgreichen Rebenanbau sind neben einer guten Sortenwahl die geeigneten Standortbedingungen entscheidend. Dabei sind Licht und Wärme die die bedeutendsten Kriterien neben einer ausreichenden Wasserversorgung.

Der Rebenanbau ist eine der ältesten Spezialkulturen. Wir besuchen das Weingut Leininger und erfahren Wissenswertes über den Weinanbau.

Der Fokus liegt auf dem Erhalt und der Pflege der Steil- und Steilst Lagen, die mehr als die Hälfte der Fläche des Weingutes Leininger ausmachen. Viele der Reben wachsen schon über 40 Jahre auf den Muschelkalkböden an den monumentalen, kargen Felsen entlang des Mains. Uns erwartet eine alkoholfreie Weinprobe.

Das Abendessen genießen wir im Anschluss daran.



# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Generation 55+ Bildungsfahrt Würzburg 02. – 05. Juli 2026

3. Tag: 4. Juli 2026,

### Tradition und Kulturlandschaft

**Wir besuchen die Städte: Marktbreit, Ochsenfurt, Kitzingen und Volkach,**

Im **Mittelalter** ist Frankens Schicksal eng verknüpft mit der Geschichte des Hauses Hohenzollern, zugleich steht diese Epoche für die Blütezeit der mächtigen freien Reichsstädte. Im Lauf der Geschichte prägen Glau- be und Kirche die fränkischen Gebiete im Konfessionellen Zeitalter, dadurch wird die Region Brennpunkt für Reformation und Revolution, ehe in der Neuzeit Frankens wirtschaftlicher Aufschwung durch die industrielle Revolution erfolgt.

Urban, mediterran und doch ganz fränkisch, das ist **Kitzingen**, eine der ältesten Städte Unterfrankens. Mitten durch die Stadt fließt beschaulich der Main, sein beidseitig unverbautes Ufer und der Panoramablick auf die Stadtsilhouette sind besondere Stadt-Highlights. Fachwerkhäuser, das Renaissance-Rathaus, die „Alte Mainbrücke“, die berühmte Kreuzkapelle von Balthasar Neumann und die zahlreichen Türme, darunter der Falterturm mit seiner schiefen Haube – das Wahrzeichen der Stadt – prägen das Stadtbild.

Ein Spaziergang durch die verwinkelten Gäßchen der historischen Innenstadt erlauben einen kurzen Blick auf die vielfältige Geschichte von Kitzingen. Gegründet wurde das Kloster „Chitzinga Monasterium“ 745 durch Hadeloga und dem ersten Abt von Fulda, Sturmius. Der Sage nach, war Hadeloga eine Tochter des karolingischen Hausmeiers Karl Martell.

Die Mainschleife bei **Volkach** ist die größte Flussmäander-Landschaft in Bayern. Durch Einschneiden des Flusslaufs mit Beginn vor etwa 3 bis 7 Millionen Jahren entstand ein System aus Prall- und Gleithängen am Flussufer mit einem für den Weinbau äußerst günstigen Mikroklima.

Die **Wallfahrtskirche Maria im Weingarten** ist Innenstadtnah fußläufig erreichbar.

Wichtigste Sehenswürdigkeit ist die von Tilman Riemenschneider 1521 - 1524 geschaffene "Madonna im Rosenkranz", eines der wichtigsten Holzbildwerke des Künstlers.

**Mainschiffahrt.** In Volkach startet die Tour oberhalb der Neuen Mainbrücke, von wo aus man einen herrlichen Blick auf die Wallfahrtskirche „Maria im Weingarten“ hat.

**Anschließend** erwartet uns ein kulinarisches Highlight. In einem traditionellen Gasthof können wir ein fränkisches Schäufele genießen und natürlich auch Anderes.

Am Abend kehren wir nach Würzburg zurück.

Kitzingen



Marktplatz Volkach



Wallfahrtskirche Maria im Weingarten



Schifffahrt - Meinschleife



# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Generation 55+ Bildungsfahrt Würzburg 02. – 05. Juli 2026

4. Tag: 5. Juli 2026,

Geschichte und Politik

Residenz Würzburg

UNESCO-Welterbe in Würzburg erleben

Bevor wir die Heimreise antreten, besuchen wir am Morgen die weltberühmte Würzburger Residenz mit ihrem prunkvollen Treppenhaus, den kunstvollen Sälen und den prachtvollen Gärten. Einst war der prächtige Palast Sitz der mächtigen Fürstbischöfe der Familie Schönborn. Die ehemalige fürstbischöfliche Residenz ist seit 1803 im Besitz des bayerischen Staates. "Zwischen 1740 und 1770 ausgestattet und zwischen 1765 und 1780 mit prachtvollen Gärten versehen, wird die Würzburger Residenz als das einheitlichste und außergewöhnlichste aller Barockschlösser betrachtet und veranschaulicht einen der strahlenden Fürstenhöfe Europas.

Würzburg



Treppenhaus der Würzburger Residenz mit dem Deckenfries, gemalt von 1752 bis 1753 von **Giovanni Battista Tiepolo** aus Venedig, dem berühmtesten Freskenmaler seiner Zeit, sowie dessen Söhnen - insbesondere Giovanni Domenico Tiepolo - und weiteren Helfern.

Danach fahren wir zum **Mittagessen** und treten die **Heimreise** an.

Anmeldungen nimmt die Geschäftsstelle entgegen.

Residenz



Deckenfresco Kaisersaal



**"Der Sonnengott Apoll führt Beatrix von Burgund dem Genius Imperii zu"**

Ausschnitt aus dem zentralen Deckenfresco im

**Ansprechpartner:**

Wolfgang Heermann

mobil: 01515 8895500

# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Einladung zum Seniorensenior „Neues im Alter“

Termin:	19. bis 21. August 2026
Anmeldefrist:	30. Juni 2026
Veranstaltungsort:	LVH Oesede, Gartbrink 5, 49124 Georgsmarienhütte
Zielgruppe:	Alle Gruppenmitglieder
Teilnehmerzahl:	10 Personen
Referent:	Jürgen Boder
Teilnahmegebühr:	Kreuzbundmitglieder: 40,00€ Nicht-Kreuzbundmitglieder: 80,00€

### Wichtiger Hinweis!

Mittwoch, 19.08.2026, 11:00Uhr

bis Freitag, 21.08.2026 13:00 Uhr

Wir beginnen am Mittwoch mit dem Mittagessen und  
beenden das Seminar am Freitag nach dem Mittages-

**„Neues im Alter“ Ja, man kann im Alter gut Neues lernen, da das Gehirn lebenslang lernfähig bleibt und sich an neue Gegebenheiten anpasst?**

Auch im Leben älterer Menschen öffnen sich neue Türen, gibt es leuchtende Augenblicke für uns selbst und für andere. Das soziale Netz fängt uns auf und trägt uns. Ältere Menschen profitieren von ihren Lebenserfahrungen, können durch gezielte Lernstrategien wie regelmäßige Pausen, das Verknüpfen von neuem und altem Wissen sowie das Setzen kleiner Etappenziele die Lernprozesse effektiv gestalten. Auch die sozialen Aspekte des Lernens, wie das Finden von Gleichgesinnten, können den Prozess erleichtern und die Lebensqualität verbessern. Überhaupt wissen wir heute, dass ältere Gehirne durchaus ihre Vorzüge haben. Wo es um Expertenwissen, aber auch um soziale und emotionale Kompetenzen geht, liegen sie sogar vorn (Susanne Donner). Wie gehen wir um mit den Anforderungen von außen, dem neuen Weltbild der Großmächte, mit Kriegsängsten, mit Populismus und Spaltung der Gesellschaft? Wie gehen wir um mit Neuem, das täglich auf uns zukommt? Wir wollen darüber sprechen und freuen uns auf das gemeinsame Seminar.



wo alte Türen sich schließen, gehen neue auf,



# Seminar Planer 2026

Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Einladung zur Fachtagung „Selbstwirksamkeit, Fähigkeiten und Handeln in der Suchtselbsthilfe“

Termin: 22. August 2026

Anmeldefrist: 15. August 2026

Veranstaltungsort: Gaststätte Els, Dorfstraße 13, 49838 Handrup

Zielgruppe: Alle Gruppenmitglieder

Teilnehmerzahl: 70 Personen

Referent: Erwin Vartmann

Teilnahmegebühr: keine



Beim letzten Fachtag unseres Kreuzbund Diözesanverbandes Osnabrück wurde als ein Ergebnis besprochen, für den diesjährigen Fachtag das Thema: „Selbstwirksamkeit – Fähigkeiten und Handeln in der Suchtselbsthilfe“ näher zu betrachten.

Der diesjährige Fachtag richtet sich weiterhin an alle ehrenamtlich engagierte Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter sowie interessierte Weggefährten und Weggefährtinnen in unserem Diözesanverband Osnabrück. Unter dem WunschtHEMA steht die Frage im Mittelpunkt, wie eigenes Erleben, Wissen und Handeln bewusst wahrgenommen, gestärkt und weiterentwickelt werden kann.

Selbstwirksamkeit beschreibt die Überzeugung, Herausforderungen aus eigener Kraft bewältigen und das eigene Leben sowie das gemeinsame Handeln aktiv mitgestalten zu können.

Gerade in der Suchtselbsthilfe ist dies eine zentrale Ressource:

- Sie unterstützt persönliche Stabilität,
- fördert Verantwortungsübernahme
- und stärkt das Vertrauen in die eigene Rolle, sowohl im individuellen Weg der Abstinenz als auch im ehrenamtlichen Engagement für andere.

Der Fachtag soll natürlich auch wieder einen Raum zur Auseinandersetzung bieten. Vor allem bezogen auf:

- der eigenen Haltung,
- den persönlichen Fähigkeiten
- und den Handlungsmöglichkeiten in der Gruppen- und Verbandsarbeit.

Fachliche Impulse, praxisnahe Anregungen sowie Zeiten für Austausch und Reflexion sollen es ermöglichen, Erfahrungen zu teilen, voneinander zu lernen und neue Perspektiven zu gewinnen. Ziel des Fachtages ist es, Selbstwirksamkeit im persönlichen und gemeinschaftlichen Handeln zu vertiefen, vorhandene Ressourcen bewusst zu nutzen und Impulse für eine lebendige, tragfähige und wirksame Suchtselbsthilfe im Kreuzbund mitzunehmen.

# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Einladung zum Junge Menschen Wochenendseminar „Rucksack Teil 2“

Termin: 04. bis 06. September 2026

Anmeldefrist: 07. Juli 2026

Veranstaltungsort: Ludwig-Windthorst-Haus, Gerhard-Kues-Straße 16, 49808 Lingen (Ems)

Zielgruppe: Alle Gruppenmitglieder

Teilnehmerzahl: 20 Personen

Referent: Ulrich Theisling und Lisa Ahlers

Teilnahmegebühr: Kreuzbundmitglieder: 40,00€  
Nicht– Kreuzbundmitglieder: 80,00€



Nach dem ersten Rucksackseminar, in dem wir mutig in unsere eigenen „Rucksäcke“ geschaut haben, wollen wir uns erneut gemeinsam auf den Weg machen. Viele von uns haben seitdem gespürt, dass manche Themen leichter geworden sind – andere aber vielleicht wieder angeklopft haben oder sich ganz neu zeigen.

Teil 2 soll Raum geben für genau das, was jetzt in uns da ist. Vielleicht sind Fragen geblieben, vielleicht sind neue entstanden: Was begleitet mich immer noch? Was möchte gesehen werden? Was darf sich verändern?



Gemeinsam mit Ulrich Theisling und Lisa Ahlers nehmen wir wieder einen Blick auf das, was uns aktuell beschäftigt. In einer offenen Atmosphäre geht es darum, ins Gespräch zu kommen, Gedanken zu sortieren und neue Impulse mitzunehmen.



# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Gruppenleiterausbildung 3. Modul „Kommunikation und Gesprächsverhalten“

Termin: 18.-20. September 2026

Anmeldefrist: 27. Februar 2026—Anmeldung erfolgt für die ganze Seminarreihe

Veranstaltungsort: St. Antoniushaus, Klingenhangen 6, 49377 Vechta

Zielgruppe: Alle Gruppenmitglieder

Teilnehmerzahl: 20 Personen

Referent: Christiane Westetveld

Teilnahmegebühr: die Seminarreihe Kostet 280,00€

Kernpunkt und Basis der Gruppenarbeit ist die Kommunikation, die Verständigung der Gruppenmitglieder untereinander. In der Selbsthilfe-gruppe helfen das Gespräch und der gegenseitige Austausch bei der Lösung persönlicher Konflikte und konkreten Notlagen. Indem sich die einzelnen Gruppenmitglieder mit ihren Gefühlen, Gedanken und persönlichen Erfahrungen auf ein bestimmtes Thema einlassen, leisten sie sich gegenseitige „Hilfe zur Selbsthilfe“. Die Art der Verständigung ist dabei von besonderer Bedeutung.

Während der Ausbildungseinheit besteht die Gelegenheit, das eigene Gesprächsverhalten und das Kommunikationsverhalten der eigenen Gruppe zu reflektieren und sich mit wichtigen Kommunikationsregeln vertraut zu machen.



# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Einladung zum Frauenwochenende „Wer bin ich wenn ja! Wie viele!“

Termin: 25. bis 27. September 2026

Anmeldefrist: 28. Juli 2026

Veranstaltungsort: Ludwig-Windthorst-Haus, Gerhard-Kues-Straße 16, 49808 Lingen (Ems)

Zielgruppe: Alle Gruppenmitglieder

Teilnehmerzahl: 20 Personen

Referent: Conrad Tönsing

Teilnahmegebühr: Kreuzbundmitglieder: 40,00€  
Nicht– Kreuzbundmitglieder: 80,00€

Wir alle leben in ganz unterschiedlichen Kontexten, sind berufstätig oder auch nicht, haben Familie, Kinder und/oder leben mit unseren Haustieren zusammen. Wir sind aktiv im Sport oder im Heimatverein, bei der Feuerwehr oder sonst wo, vielleicht ja auch in einer Selbsthilfegruppe für Suchtkranke und deren Angehörige. Wir haben auch andere Interessen, sind lieber allein als gemeinsam unterwegs- in den Bergen oder am Meer und sind Mann oder Frau oder vielleicht Transgender.

*Wir alle haben im Leben ganz unterschiedliche Rollen inne, die wir gern oder auch weniger gern ausfüllen- Rollen die Freude bereiten und andere, die wir als eine Verpflichtung wahrnehmen und die auch zur Belastung werden können. In diesem Seminar wollen wir uns mit den lieb gewonnenen Rollen ebenso beschäftigen, wie mit den zugeschriebenen Rollen und auch den Rollen die wir gern nicht hätten und schließlich soll es um Sortierung und vielleicht auch um Neuorientierung gehen, verbunden mit dem Ziel der persönlichen Zufriedenheit und einer Stärkung der eigenen Person.*



# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Einladung zum Familienwochenende „Tatort Familie: Mission Kreuzi,,

Termin: 16. bis 18. Oktober.2026

Anmeldefrist: 18. August 2026

Veranstaltungsort: Inseloase Norderney

Zielgruppe: Alle Gruppenmitglieder und deren Kinder und Enkelkindern

Teilnehmerzahl: 34 Personen

Referent: Holger Giest und Ingrid Hermes

Teilnahmegebühr:  
Kreuzbundmitglieder: 40,00€  
Nicht– Kreuzbundmitglieder: 80,00€  
Kinder & Studenten: 20,00€

### Freitag, 16.10.2026

Bis 18.00 Uhr	Anreise und Zimmerbelegung
18.00 Uhr	Abendessen
19.00 Uhr	Begrüßung und Vorstellung. Info's über unser Wochenendmaskottchen <b>Kreuzi</b> -was ist mit ihm passiert?

### Samstag, 17.10.2026

8:00 Uhr	Frühstück
9:00 Uhr	Detektivausbildung: Teil 1—Spuren lesen, Geheimschrift lernen, Puzzle lösen.
10:30 Uhr	Stehcafé
10:45 Uhr	Wo ist <b>Kreui</b> Verdächtige Interviewen
12:00 Uhr	Mittagessen
14:00 Uhr	Der große Rätselnachmittag (vorzugsweise draußen)
18:00 Uhr	Abendessen
19:00 Uhr	Verdächtige erzählen wilde Alibis, Teams sammeln Indizien für ihre Lösungen, Gemütliches Beisammensein

### Sonntag, 18.10.2026

8:00 Uhr	Frühstück
9:00 Uhr	Siegerehrungen und Rückblick
12:00 Uhr	-Letzte Hinweise finden -Teams stellen ihre Ergebnisse vor -kenne wir den Entführer? Und haben wir Kreuzi gefunden?
13:00 Uhr	Abreise

# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

## Gruppenleiterausbildung 4. Modul „Der/die Gruppenleiter/in als Person“

Termin: 13.-15. November 2026

Anmeldefrist: 27. Februar 2026—Anmeldung erfolgt für die ganze Seminarreihe

Veranstaltungsort: Kolping Salzbergen, Kolpingstraße 4, 48499 Salzbergen

Zielgruppe: Alle Gruppenmitglieder

Teilnehmerzahl: 20 Personen

Referent: Christiane Westetveld

Teilnahmegebühr: die Seminarreihe Kostet 280,00€

Diese Ausbildungseinheit will die Selbsteinschätzung der Teilnehmenden fördern, ihnen helfen, sich selbst und die Beweggründe ihres Handelns besser kennenzulernen. Das bedeutet auch, die eigenen Grenzen zu erkennen und zu eigenen Wünschen und Bedürfnissen zu stehen, so dass „Helfen“ nicht nur eine Sache des Gebens wird, sondern auch des persönlichen Gewinns. Eine gründliche Selbstüberprüfung geht hierbei einher mit einer ehrlichen Fremdeinschätzung. Ein Austausch darüber dient dem Schutz der Person, nicht ihrer Reglementierung.

### Zu den Themen gehören:

- Klärung der Motivation
- Selbstreflexion und Selbsteinschätzung



# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

An den  
**Kreuzbund Diözesanverband**  
Osnabrück e.V.  
Bramischer Str. 158  
**49088 Osnabrück**

Datum:

**Verbindliche Anmeldung** für das Seminar:

Vom: \_\_\_\_\_ Bis: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_

Name / Vorname: \_\_\_\_\_

Partner Name / Vorname: \_\_\_\_\_

Anschrift: Tel. Nr.: \_\_\_\_\_

Kreuzbundmitglied:	ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>	Gruppe:
--------------------	---	---------

Kreuzbundmitglied Partner:	ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>	Gruppe:
----------------------------	---	---------

Normalkost  Vegetarisch  Vegan  Sonstiges: \_\_\_\_\_

Doppelzimmer  Einzelzimmer  Barrierefrei  Sonstiges: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift TeilnehmerIn / Partner

## Unvollständig ausgefüllte Anmeldungen gelten als nicht abgegeben!

Im Falle der Überbuchung oder für den Fall, dass die Veranstaltung wegen zu geringer Teilnehmerzahl nicht stattfindet, erfolgt 3 Wochen vor der Veranstaltung eine schriftliche Absage. Über die Teilnehmergebühr wird eine Rechnung erteilt, die vor Beginn des Seminars fällig ist. Erst nach Eingang der Teilnehmergebühr gilt die Anmeldung als verbindlich.

Ich nehme zur Kenntnis und willige ein, dass die mitgeteilten Kontaktdaten (Name, Adresse, Telefonnummer und E-Mail-Adresse) für die Abwicklung der Tagungsorganisation in eine Liste aufgenommen werden und das Tagungshaus sowie der Referent erhalten.

Mit der Anmeldung erkläre ich mich damit einverstanden, dass die auf der Veranstaltung aufgenommenen fotografischen Dokumentationen gespeichert und in den Printmedien und auf der Homepage des Diözesanverbandes Osnabrück veröffentlicht werden.

# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

An den  
**Kreuzbund Diözesanverband**  
Osnabrück e.V.  
Bramscher Str. 158  
**49088 Osnabrück**

Datum:

## Verbindliche Anmeldung für das Familienwochenende

von: Freitag, 13. Juni 2025 bis: Sonntag, 15. Juni 2025

### Erwachsene

1	Name / Vorname:	geb. am:	
	Anschrift / Tel.-Nr.:		
2	Kreuzbundmitglied:	ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>	Gruppe:
	Name / Vorname:	geb. am:	
2	Anschrift / Tel.-Nr.:		
	Kreuzbundmitglied:	ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/>	Gruppe:

### Kinder / Enkelkinder

1	Name / Vorname:	geb. am:
	Anschrift / Tel.-Nr.:	
2	Name / Vorname:	geb. am:
	Anschrift / Tel.-Nr.:	

Normalkost  Vegetarisch  Vegan  Sonstiges:

Doppelzimmer  Einzelzimmer  Barrierefrei  Sonstiges:

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift TeilnehmerIn / Partner \_\_\_\_\_

### Unvollständig ausgefüllte Anmeldungen gelten als nicht abgegeben!

Im Falle der Überbuchung oder für den Fall, dass die Veranstaltung wegen zu geringer Teilnehmerzahl nicht stattfindet, erfolgt 3 Wochen vor der Veranstaltung eine schriftliche Absage. Über die Teilnehmergebühr wird eine Rechnung erteilt, die vor Beginn des Seminars fällig ist. Erst nach Eingang der Teilnehmergebühr gilt die Anmeldung als verbindlich.

Ich nehme zur Kenntnis und willige ein, dass die mitgeteilten Kontaktdaten (Name, Adresse, Telefonnummer und E-Mail-Adresse) für die Abwicklung der Tagungsorganisation in eine Liste aufgenommen werden und das Tagungshaus sowie der Referent erhalten. Mit der Anmeldung erkläre ich mich damit einverstanden, dass die auf der Veranstaltung aufgenommenen fotografischen Dokumentationen gespeichert und in den Printmedien und auf der Homepage des Diözesanverbandes Osnabrück veröffentlicht werden.

# Seminar Planer 2026



Kreuzbund Diözesanverband Osnabrück e. V.

Seminar Planer 2026

Anmeldebestimmungen und Hinweise zum Datenschutz

## Anmeldung und Zahlung

- Die Anmeldung zu allen Seminaren erfolgt formlos über die Gruppenleitung, über unser Anmeldeformular oder direkt in der Geschäftsstelle oder im Internet unter <https://www.kreuzbund-os.de/de/termin-seminar-kalender.html> html.
- Anmeldungen zu allen Seminaren und Veranstaltungen sind sofort nach Erscheinen des Seminarprogramms und spätestens bis zur genannten Anmeldefrist möglich.
- Ca. 4 Wochen vor Seminarbeginn versendet die Geschäftsstelle die Rechnung über die zu zahlende Teilnahmegebühr an den Teilnehmer bzw. die Teilnehmerin oder an die Gruppenleitung. Die Rechnung ist innerhalb von 10 Tagen nach Rechnungsdatum zu begleichen.
- Die Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt. Sind mehr Anmeldungen als Seminarplätze vorhanden, behält der DV Osnabrück sich vor, eine Kürzung der Anmeldungen vorzunehmen. In solchen Fällen können pr Gruppe max. zwei bis vier Teilnehmende berücksichtigt werden.
- 

## Rücktritt von der Teilnahme, Storno-Regelungen

- Bis zu 14 Tage vor Seminarbeginn kann die Teilnahme kostenfrei durch den Teilnehmenden storniert werden. Bereits bezahlte Teilnahmegebühren werden dann zurückerstattet. In diesem Fall erhält der Teilnehmer seinen Teilnehmerbeitrag erstattet. Spätere Stornierungen sind kostenpflichtig, da auch die Bildungshäuser Abstandssummern berechnen. In diesem Fall gilt der gezahlte Teilnehmerbeitrag als Stornogebühr.
- Angemeldeten Teilnehmern, die Ihre Teilnahme nicht absagen und keine Ersatzperson melden, werden die tatsächlichen Kosten in Rechnung gestellt.
- 

## Hinweis Datenschutz

Die von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern mit der Anmeldung übermittelten personenbezogenen Daten werden im Einklang mit den datenschutzrechtlichen Bestimmungen verwendet. Personenbezogene Daten sind alle Daten, die im Zusammenhang mit dem Namen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer gespeichert werden. Es ist sichergestellt, dass kein Unbefugter Zugang zu unseren Datenbeständen hat. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einer Seminarveranstaltung werden mit den für die Anmeldung notwendigen Daten in eine entsprechende Teilnehmerliste aufgenommen. Diese Listen werden an das jeweilige Tagungs- bzw. Veranstaltungshaus für die Organisation und ggf. die Zimmerreservierung weitergegeben. Außerdem erfolgt eine Weitergabe der Teilnehmenden Liste an die jeweiligen Referenteninnen und Referenten der Veranstaltung und.

Wir bitten um Verständnis, dass aus organisatorischen und förderrechtlichen Gründen eine Teilnahme nur unter der Voraussetzung möglich ist, dass Sie die Weiterleitung Ihrer Daten an die entsprechenden Stellen akzeptieren.

Mit der Anmeldung erkläre ich mich damit einverstanden, dass die auf der Veranstaltung aufgenommenen fotografischen Dokumentationen gespeichert und in den Printmedien und auf der Homepage des Diözesanverbandes Osnabrück veröffentlicht werden.