

Sehr geehrte Damen und Herren,

die **Sehnsucht nach Frieden** steckt in uns allen. Wir ersehnen Frieden in der Welt statt Gewalt und Krieg. Wir möchten **Frieden in der Gesellschaft** statt Spaltung und **Extremismus**. **Wir brauchen Frieden** in den Familien und Beziehungen statt Streit und Härte. Wir benötigen **Frieden in unseren Seelen** statt Unruhe und Zerrissenheit.

Mit unserem Programm wollen wir einen Beitrag zur **Friedensbildung** leisten. Unsere Veranstaltungen geben Anregungen zu einem friedvollen Umgang miteinander. Wir glauben, dass der biblische Satz stimmt: *Selig, die Frieden stiften.*

Friede macht Freude. Das beweist unser Titelbild. Gestaltet hat es die Ulmer Künstlerin Tanja Hanser für uns. Passend fliegt die Friedenstaube hier als Ulmer Spatz herbei. Er bringt den Friedenszweig zusammen mit dem Weihnachtsengel. Dessen Botschaft lautet: Friede den Menschen auf Erden. Das Bild ermutigt uns, nach dem Frieden zu greifen.

Ein Mensch des Friedens war **Franz von Assisi**. Ihm widmen wir einen zweiten Schwerpunkt. Franziskus starb vor genau 800 Jahren. Verschiedene Angebote lassen sein Leben und seine Botschaft für heute lebendig werden. Dabei arbeiten wir mit Kunst und Musik, mit Bewegung und Literatur, wie es zu diesem Troubadour Gottes passt.

Darüber hinaus bieten wir wieder ein **vielfältiges und lebensnahes Programm**, das **Orientierung und Begegnung** ermöglicht. In diesem Heft finden Sie Kurzinformationen zu unseren Veranstaltungen. **Ausführliche Informationen** gibt es auf unserer **Homepage**. Wir freuen uns auf Sie.



Margarete Hegenauer
Vorsitzende



Dr. Oliver Schütz
Leiter



Katholische Erwachsenenbildung
Ulm-Alb-Donau e.V.

Programm September 2026 bis Februar 2027

INHALT

Friede – Franz von Assisi	3
Theologie – Glaube – Bibel	7
Advent – Weihnachten	10
Dialog der Religionen – Theater	11
Philosophie – Trauer	12
Gesellschaft – Geschichte	13
Literatur – Märchen	16
Musik – Hildegard Knef	17
Kabarett – Kunst	20
Männer – Frauen	21
Paare – Beziehung – Liebe	23
Trennung	26
Lebenshilfe	27
ADHS	28
Kess-erziehen	30
Familie – Erziehung	32
Familie und Glaube	35
Eltern-Kind-Gruppen	37
Matinée & Tee – Senioren	38
Ernährung	40
Atem – Tanz	41
Englisch – Prävention – Verein	42

AUSFÜHRLICH UND AKTUELL INFORMIERT

Alle Veranstaltungen mit aktuellen und ausführlichen **Informationen** sowie **zusätzliche Angebote** und Möglichkeit zur **Online-Anmeldung** finden Sie unter:

www.keb-ulm.de

Abonnieren Sie doch unseren kostenlosen **Newsletter**.
Wenn Sie diesen oder unser **Programmheft bestellen** oder
abbestellen möchten, teilen Sie uns dies bitte mit.



Online-Veranstaltungen: Angebote mit diesem Symbol werden über das Internet (per Zoom) durchgeführt.



Hybrid-Veranstaltungen: an Angeboten mit diesem Symbol können Sie wahlweise vor Ort in Präsenz oder online über das Internet (per Zoom) teilnehmen (wird live übertragen).

Informationen zum **Datenschutz**: auf unserer Homepage.



Katholische Erwachsenenbildung
Ulm-Alb-Donau e.V.

Herausgeber:

keb Katholische Erwachsenenbildung Ulm-Alb-Donau e.V.

Olgastraße 137

89073 Ulm

Tel. 0731 920 60-20

Fax 0731 920 60-15

keb.ulm@drs.de

www.keb-ulm.de

Geschäftsstelle:

Annette Herrmann, Sekretariat und Statistik

Monika Riedel, Sekretariat und Buchhaltung

Geschäftszeiten:

Mo, Di, Do, Fr 08.30 - 12.00 Uhr

Mo, Di, Do 14.00 - 16.00 Uhr

Leiter und Geschäftsführer:

Dr. phil. Oliver Schütz, Diplom-Theologe, M.A. (USA)

Tel. 0731 920 60-21, oliver.schuetz@drs.de

Mitarbeiterinnen:

Sarah Scharpf, Bildungsreferentin

Profilstelle Paare, Ehe und Familie, Eltern-Kind-Gruppen,

Familien und Erziehung, Kess-Kurse

Dekanatsfamilienbeauftragte

Tel. 0731 920 60-24, sarah.scharpf@drs.de

Kerstin Geiselmann, Bildungsreferentin

Frauenbildung

Tel. 0731 920 60-22, kerstin.geiselmann@drs.de

Titelbild: Tanja Hanser, Ulm 2026, www.hanserkunst.de
gestaltet für die keb zum Thema Frieden

Gedruckt auf Papier aus
verantwortungsvollen Quellen
Druck: Druckerei Muttscheller, Ulm



Frieden für das Heilige Land

Herausforderungen und Perspektiven

Montag, 12. Oktober 2026, 19.30 Uhr

Online-Veranstaltung



Das Heilige Land ist von Krieg, Angst und verhärteten Fronten geprägt. Abt Nikodemus erlebt diese Wirklichkeit aus nächster Nähe. Der in Stuttgart geborene Benediktiner leitet die Dormitio-Abtei auf dem Jerusalemer Zionsberg und das Priorat Tabgha am See Gennesaret. Er berichtet vom Alltag der Menschen in Israel und Palästina, von der Situation der Christinnen und Christen in Jerusalem, im Westjordanland und in Gaza – und von der Frage, wie Versöhnung und friedliches Zusammenleben dennoch möglich bleiben können.

Abt Dr. Nikodemus Schnabel OSB, Dormitio-Abtei Jerusalem

Anmeldung für den Online-Zugang bei der keb Ulm

Mehr als die Abwesenheit von Krieg

Was die Bibel unter Frieden versteht

Donnerstag, 10. Dez. 2026, 19.00 Uhr

Hybrid-Veranstaltung: Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137 und Online-Übertragung



Der Begriff „Friede“ ist zentral für die Botschaft der Bibel. Doch was genau ist damit gemeint? Dieser Vortrag untersucht biblische Texte – mit Blick auf die Weihnachtsbotschaft.

Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker

Anmeldung für Online-Zugang: keb Ulm



ONLINE-ANGEBOTE IN DER KEB-FRIEDENS-REIHE:

Counterspeech & Friedvolle

Kommunikation auf Social Media

Mittwoch, 23. September 2026, 16.00–17.30 Uhr

Katharina Haugwitz und Andrea Hettler, Fachstelle Medien

Anmeldung beim Veranstalter keb Reutlingen: www.keb-rt.de

Rüstung demoliert den Sozialstaat

Donnerstag, 24. September 2026, 19.00 Uhr

Anmeldung beim Veranstalter: www.keb-boeblingen.de

Gibt es einen gerechten Krieg?

Mittwoch, 21. Oktober 2026, 19.00 Uhr

Referent: Dr. Reinold Schmücker, Uni Münster

Anmeldung: keb Schwäbisch Hall: www.keb-sha.de



Wie geht es dir mit der Wehrpflicht?

Sonntag, 15. November 2026, 19.00 Uhr

Dr. Susanne Grimbacher und Dr. Claudia Guggemos

Anmeldung beim Veranstalter keb Reutlingen: www.keb-rt.de

5 € jeweils für die Veranstaltungen der Reihe

Ein Angebot der keb in der Diözese Rottenburg-Stuttgart zum Jahresthema „Selig, die Frieden stiften“ der Hauptabteilung Kirche und Gesellschaft der Diözese Rottenburg-Stuttgart.

„Am Abend, wenn die Glocken Frieden läuten“

Literarisch-musikalische Variationen zu Frieden

Freitag, 18. September 2026, 19.00 Uhr



Neu-Ulm, Petruskirche, Petrusplatz 2

An diesem literarisch-musikalischen Abend kommen Gedichte, Prosatexte und Musikstücke zum Thema Friede zu Gehör.

Texte: Silke Knaepper, Ulrich Mehling und Bernd Weltin

Violine: Rita Nakad

Eintritt frei, Spende erbeten, ohne Anmeldung

Veranstaltet von keb Ulm-Alb-Donau, KEB Neu-Ulm und Ev.

Pfarrei Neu-Ulm im Rahmen der Ulmer Friedenswochen

WEITERE FRIEDENS-VERANSTALTUNGEN IN UNSEREM KEB-PROGRAMM:

Was dem Seelenfrieden dient:

Abendseminar: Zeit für mich – Zeit für Dich

s. Seite 27 – 20. Oktober 2026, 19 Uhr, Ulm

Was Frieden in der Partnerschaft dient:

Workshop: Unser Zukunftsbild als Paar

s. Seite 24 – 4. November 2026, 19 Uhr, Ulm

Was dem Familienfrieden dient:

Online: Kraftquellen für die ganze Familie

s. Seite 33 – 16. November, 2026, 19 Uhr, Online

800 Jahre Franz von Assisi

Thematische Stadtführung an seinem Todestag

Samstag, 3. Oktober 2026, 14.00 - 15.30 Uhr

Treffpunkt: Ulm, Rathaus (Arkaden), Marktplatz 1

Vor genau 800 Jahren, am 3. Oktober 1226 starb Franziskus. Schon zu Lebzeiten wurde er verehrt und ist heute einer der beliebtesten Heiligen. Er erfand das Mönchtum neu. Lebten bis dahin Ordensleute vor allem fest in einem Kloster, bevorzugten die Franziskaner die Beweglichkeit. Auch nach Ulm kamen die 'Barfüßer' schon bald nach dem Tod ihres Gründers. Diese Führung an seinem Todestag folgt den Spuren des Franziskus und des Ulmer Klosterlebens.

Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker
4 €, Anmeldung bei der keb Ulm



Franz von Assisi in Erbach

Führung zu Franziskus-Darstellungen in
Schlosskapelle und Schlosskirche Erbach

Montag, 5. Oktober 2026, 18.00 - 19.30 Uhr

Treffpunkt: Erbach, Eingang Schloss Erbach, Schloßberg

Der Tod des Franziskus ist auf dem Altar der Kapelle im Schloss Erbach dargestellt. Auch in der Pfarr- und Schlosskirche St. Martinus finden sich Darstellungen des berühmten Heiligen. Die Führung geht seinem Leben und Sterben anhand der Erbacher Kunstwerke nach.

Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker

Eintritt frei, Spende erbeten, ohne Anmeldung
keb Ulm-Alb-Donau und Kath. Kirche Erbach mit freundlicher
Unterstützung durch Freiherr Constantin von Ulm-Erbach

Bruder Sonne - Schwester Erde

Impressionen zum Sonnengesang

Freitag, 9. Oktober 2026, 19.30 Uhr

Ulm-Wiblingen, Kirche St. Franziskus am Tannenplatz

Der Sonnengesang des Franz von Assisi ist einer der bekanntesten und ergreifendsten Texte des Christentums. Kurz vor seinem Tod vor genau 800 Jahren vollendete >>

Franziskus dieses Lied. Es entfaltet bis heute eine schöpferische Wirkung. An diesem Abend kommen literarische Sonnenhymnen und musikalische Sonnensongs aus der Menschheitsgeschichte zu Gehör. Außerdem wird die künstlerische Gestaltung des Sonnengesangs durch Marianne Hollenstein beleuchtet. Dazu gibt es Impulse rund um das „Laudato si“ des Franziskus.

Kunst: Marianne Hollenstein
Musik: Sarah Scharpf
Lesung: Adelheid Bläsi
Impulse: Dr. Oliver Schütz



Eintritt frei, ohne Anmeldung, keb/St. Franziskus Wiblingen

Gezeichnet von Gott

Franz von Assisi und die Stigmata

Dienstag, 13. Oktober 2026, 10 - 11.30 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Als Franziskus vor genau 800 Jahren starb, soll er die Wundmale Jesu an seinem Leib getragen haben. Den Fragen rund um diese und andere Begebenheiten aus dem Leben des berühmten und beliebten Heiligen geht diese Matinee nach.

Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker

Eintritt frei, Beitrag Frühstück: 5 €, Anmeldung: keb Ulm

Bruder Feuer: Franz von Assisi

Lesung und Musik zu seinem 800. Todestag

Samstag, 17. Oktober 2026, 19.00 Uhr

Ulm-West, Kirche St. Elisabeth, Elisabethenstr. 37

Leben und Person des Franz von Assisi werden lebendig in Texten aus dem Franziskusroman „Bruder Feuer“ von Luise Rinser. Musikalische Impulse vertiefen die Begegnung mit dem eindrucksvollen Heiligen. Außerdem sind in St. Elisabeth Malereien der Künstlerin Marianne Hollenstein zu sehen, die Motive aus dem Sonnengesang des Franziskus darstellen.

Lesung: Kay Metzger, Intendant a.D. des Theaters Ulm

Orgel: Dr. Andreas Weil

Leitung: Dr. Oliver Schütz

Kunst: Marianne Hollenstein

Eintritt frei. Spenden für Orgelrenovierung erbeten.

keb Ulm-Alb-Donau mit Kath. Kirchengemeinde St. Elisabeth

Martinus – Mann des Friedens

Das Leben des Sankt Martin als
Vorbild für Franziskus

Do., 5. November 2026, 19.30 Uhr

Ulm-Wiblingen, Martinusheim,
Dreifaltigkeitsweg 21



Seine Eltern gaben ihm den Namen des Kriegsgotts Mars. Er sollte in der römischen Armee Karriere machen. Doch Martin entdeckte das Christentum für sich. Er suchte Frieden und wurde zu einem der bedeutendsten Heiligen der jungen Religion. Diese Präsentation wirft ein neues Licht auf die Person des Martinus und zeigt dessen Wirkung auf Franziskus.

Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker

Eintritt frei, ohne Anmeldung, keb und St. Martin Wiblingen

Gott – Mensch – Ewigkeit

Treffpunkt Christsein 2026



Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Olgastr. 137

Dienstag, 22.09.2026, 19.30 Uhr

Die Wiederkunft Christi als vergessenes Glaubensgut

Warum sollte der Herr nicht schon morgen kommen?

Dienstag, 20.10.2026, 19.30 Uhr

Was wenn die Gegenwart Ewigkeit wäre?

Die unendliche Würde des Augenblicks

Birgit Schultheiß, Wolfgang Steffel, Christsein-Team

Kostenfrei. Hybrid-Veranstaltung, Link für Online-Teilnahme
beim Kath. Dekanat, 0731/9206010, dekanat.eu@drs.de

Philosophisch-theologische Herbstakademie

Denken hilft! Im Leben wie im Glauben

Fr., 25.09., 17 Uhr bis So., 27.09.2026, 16.00 Uhr

Oberdischingen, Haus St. Jakobus, Kapellenberg 58

Für alle, die ihren Glauben reflektieren wollen, fundierte
Antworten auf zentrale Lebensfragen suchen oder in der
Unübersichtlichkeit nicht die Orientierung verlieren wollen.

Dr. Wolfgang Steffel, Dekanatsreferent

Kursgebühr, Übernachtung/Vollpension: EZ 265 €, DZ 235 €

Anmeldung: Cursillo-Haus St. Jakobus, Tel.: 07305/919575, E-Mail: info@haus-st-jakobus.de / www.haus-st-jakobus.de

Mit Bibel und Rucksäckchen auf dem Martinusweg



Was die Schrift zum Teilen sagt

Samstag, 10. Oktober 2026, 14.30 - 17.00 Uhr

Ulm-Wiblingen, Friedhofskapelle St. Nikolaus,
Unterweilsterstr. 1

An Stationen befassen sich die Pilger mit dem Teilen in der Bibel. Die Strecke ist 6 km. Ende an der Basilika St. Martin.

Dr. Wolfgang Steffel, Dekanatsreferent

Eintritt frei. Info und Anmeldung bis 5.10. beim Veranstalter:
Kath. Dekanat, Tel.: 0731/9206010, dekanat.eu@drs.de.

Im Farb-Spiel-Raum des Glaubens

Eine pastoraltheologische Trilogie über
Lebens- und Glaubensformen heute

Donnerstag, 15.10.2026, 15.00 Uhr

Ulm, Kunsthalle Sammlung Weishaupt

„Wenn Farben Formen finden“

Führung in der aktuellen Ausstellung

Dr. Andrea El-Danasouri, Religions-/Kunsthistorikerin

6 €, Anmeldung beim Veranstalter: Kath. Dekanat, Tel.:
0731/9206010, E-Mail: dekanat.eu@drs.de

Freitag, 20.11.2026, 18.00 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Olgastr. 137 und Online

Sprachformen heutiger Glaubensvermittlung

Dr. Wolfgang Steffel, Dekanatsreferent

Eintritt frei. Link für Online-Teilnahme beim Veranstalter:
Kath. Dekanat, Tel.: 0731/9206010, dekanat.eu@drs.de

Samstag, 28.11.2026, 9.30 – 12.00 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Olgastr. 137 und Online

Wie schaffen Menschen Räume und wie Räume

Menschen? Eine Theologie des Raumes für Menschen,
die aus dem Häuschen sind

Dr. Wolfgang Steffel. Eintritt frei. Link für Online-Teilnahme
beim Veranstalter: Kath. Dekanat, dekanat.eu@drs.de

Kirchener Bibelherbst 2025

Kirche – „...und sie verändert sich doch“

Dienstag, 27.10.2026, 20.00 Uhr

Liturgie im Wandel der Zeiten

Pfarrer Harald Gehrig



Dienstag, 03.11.2026, 20.00 Uhr

„Geh und handle genauso“

Den Nächsten im Blick

Gemeindereferentin Sabine Knorr

Dienstag, 10.11.2026, 20.00 Uhr: Dienst am Wort:

Der frohen Botschaft (m)ein Gesicht geben

Pastoralreferentin Ulrike Krezdorn

Ehingen-Kirchen, Haus Bischof-Sproll, Brunnenstr. 34

kostenfrei, ohne Anmeldung, Kath. Kirchengemeinde Kirchen

Bibeltag: Thomas-Evangelium entdecken

Samstag, 14. November 2026, 9.30 - 16.30 Uhr

Ulm, Gemeindehaus St. Georg, Beethovenstr. 1

Beim Dekanatsbibeltag wird das Thomas-Evangelium, als apokryphe Schrift nicht in die Bibel aufgenommen wurde, alltagsnah und verständlich erschlossen.

Beate-Traum Peters und Dr. Wolfgang Steffel

10 € (inkl. Mittagessen, Nachmittagskaffee, Arbeitsmaterial)

Anmeldung beim Veranstalter: Pfarrbüro St. Georg, Tel: 0731 153870, E-Mail: stgeorg.ulm@drs.de

Altes Testament – veraltet?

Das Verhältnis von Altem und Neuem Testament

Donnerstag, 19. November 2026, 19.30 Uhr

Ulm-Donaustetten, Ulrikahaus, St.-Florian-Weg 8

Welche Bedeutung hat das Alte Testament - die Heilige Schrift der Juden - für Christen? Ist es lediglich eine Einleitung zum Neuen Testament? Interessantes tritt zu Tage, wenn man die Geschichte des christlichen Umgangs mit dem „AT“ betrachtet. Ein Beitrag zum Nachdenken über das Verhältnis von Christentum und Judentum.

Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker

Eintritt frei, ohne Anmeldung, keb und SE Ulm-Basilika

„Geboren sei das Licht“

Weihnachtslieder aus aller Welt II

Freitag, 4. Dezember 2026, 19.30 - 20.45 Uhr

Ulm, Haus der Begegnung, Chorraum, Grüner Hof 7

Lauschen Sie den Klängen der Weihnachtsmusik der Welt. Wie klingt es, wenn zu Weihnachten in Korea die Glocken klingen, in Polen die Hirten zur Krippe eilen oder in Finnland die Familie um den Tannenbaum tanzt? Erleben Sie eine Stunde voller Musik, die Wärme schenkt und verzaubert.

Gesang und Klavier: Julia Dorn, Sängerin, Gesangslehrerin
8 €, Anmeldung erwünscht bei keb Ulm

Weihnachtsbräuche

Führung durch das Museum Brot und Kunst

Sonntag, 4. Advent, 20. Dez. 2026, 14.00 - 15.30 Uhr

Ulm, Museum Brot und Kunst, Salzstadelgasse 10

Rund um Weihnachten hat sich ein vielfältiges Brauchtum entwickelt. Seinen Ursprüngen im Christfest geht diese Führung nach. Mit Kostproben von Weihnachtsgebäck.

Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker

Eintritt frei am 4. Adventssonntag, ohne Anmeldung
Veranstalter: Museum Brot und Kunst Ulm

Adventsbesinnung mit Schreibwerkstatt

Der Stock des Antreibers und der Mann in schöner Kleidung

Samstag, 12. Dezember 2026, 10.00 – 12.00 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Olgastr. 137

Dr. Wolfgang Steffel, Dekanatsreferent, Ulm

Eintritt frei, Anmeldung beim Veranstalter: Kath. Dekanat,
Tel.: 0731/9206010, E-Mail: dekanat.eu@drs.de

Er kommt dir entgegen und lässt sein Licht aufgehen Lieder adventlich gedeutet

4. Adventssonntag, 20. Dezember 2026, 17.00 Uhr

Ulm, Nikolauskapelle, Neue Str. 102

Musik und Impulse: Dr. Wolfgang Steffel
Eintritt frei, ohne Anmeldung, Veranstalter: Kath. Dekanat

Christentum und Judentum

Eine Reihe zur Oper „La Juive“ am Theater Ulm

Neben großartiger Musik bietet die Oper, ab Oktober im Theater Ulm zu sehen, eine erschütternde Geschichte. Im Leben der Jüdin Rachel zeigen sich die schrecklichen Folgen von religiösem Fanatismus und christlichem Antijudaismus. Die keb geht dieser Thematik in Veranstaltungen nach.

Katholiken und Juden

2000 Jahre Unheilsgeschichte

Dienstag, 3. November 2026, 19.00 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Die schmerzreiche Ablösung des Christentums vom Judentum prägt das Verhältnis der beiden Religionen bis in die Gegenwart. Der Entwicklung von Nähe und Distanz geht dieser Vortrag nach. Er zeichnet Stationen des christlichen Antijudaismus und Antisemitismus nach. Er fragt nach der Haltung des Papstes im Holocaust und nach der anschließenden Neupositionierung des Katholizismus zum Judentum.

Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker



Juden und Christen in Ulm

Stadtführung zur Geschichte eines konfliktreichen Zusammenlebens

Samstag, 7. November 2026, 13.00 - 14.30 Uhr

Freitag, 13. November 2026, 16.00 - 17.30 Uhr

Ulm, Treffpunkt: Judenhof

Die Ulmer Jüdin Hanna starb 1344. Von vielen unbeachtet ist ihr Grabstein in der Rabengasse zu sehen. Er steht exemplarisch für das spannungsreiche Verhältnis von Juden und Christen in Ulm. Die jüdisch-christliche Geschichte steht bei diesem Gang durch die Stadt im Mittelpunkt. Dabei werden auch Motive aus der Oper "La Juive" von Halévy aufgegriffen, die im Theater Ulm zu erleben ist.

Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker

5 € (vor Ort zur entrichten)

Anmeldung erforderlich bei der keb Ulm. Veranstaltet von keb Ulm-Alb-Donau in Kooperation mit dem Theater Ulm

Das Konstanzer Konzil

Konklave – Kaiser – Ketzer



**Donnerstag, 3. Dezember 2026,
19.00 Uhr**

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137
und Online-Übertragung (Hybrid)

Das Konstanzer Konzil (1414–1418) war eines der bedeutendsten Ereignisse des Mittelalters. Die Präsentation wirft einen Blick auf seine Hintergründe und Folgen. Sie stellt die Akteure vor und berichtet vom turbulenten Treiben in der Stadt Konstanz. Und sie geht der Frage nach, wieso der Komponist Halévy das Konzil als Folie für seine Oper „La Juive“ wählte, die im Theater Ulm zu sehen ist.

Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker

Eintritt frei. Link für die Online-Teilnahme bei der keb Ulm

Christentum und Islam

Ein spannungsreiches Verhältnis



**Donnerstag, 10. September 2026,
19.30 - 21.00 Uhr**

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Vor 20 Jahren hielt Papst Benedikt XVI. seine Freiburger Rede, die eine Diskussion über das Verhältnis von Christentum und Islam auslöste. Der Vortrag beleuchtet Gemeinsamkeiten und Unterschiede der beiden größten Weltreligionen.

Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker

Eintritt frei

TRAUER

Angebote für Trauernde

Gruppen, Cafés, Begleitung, Wanderungen
finden Sie unter www.keb-ulm.de, Tel. 0731/9206020

PHILOSOPHIE

PHILOTHEO: Schwerpunkt Metaphysik

Im Grenzbereich von Philosophie und Theologie

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Olgastr. 137 und Online

Dienstag, 08.09.2026, 20.00 Uhr

Der Mensch kennt sich selbst und auch nicht

Subjektivität im nachmetaphysischen Zeitalter

Donnerstag, 08.10.2026, 20.00 Uhr

Kunst und Kampf des Realismus im Land der Illusion

Objektivität im nachmetaphysischen Zeitalter

Montag, 09.11.2026, 20.00 Uhr

Musik und Metaphysik

Das Singen der Dinge in der Unaussprechlichkeit der Welt

Dienstag, 08.12.2026, 20.00 Uhr

Was ist „Substanz“? Was hat wirklich Substanz?

Samstag, 09.01.2027, 20.00 Uhr

Geist-Monist, kritisch-gelassener Optimist und hoffentlich Mensch

Leitvortrag 2027



Dienstag, 09.02.2027, 20.00 Uhr

Die Monaden von Leibniz und ihre Wirkung

Denker, Dichter und Musiker der Entelechie

Dr. Wolfgang Steffel, Dekanatsreferent

kostenfrei, Link für die Online-Teilnahme beim Veranstalter:

Kath. Dekanat, Tel.: 0731/9206010, dekanat.eu@drs.de

GESELLSCHAFT

Saludos Argentina!

Bericht vom anderen Ende der Welt



Donnerstag, 17. Dezember 2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Online

Wolfgang Herrmann, Priester aus der Diözese Rottenburg-Stuttgart, ist seit mehreren Jahren Pfarrer in Villa Atamisqui. Während hierzulande über größere Kirchengemeinden diskutiert wird, erstreckt sich seine Landpfarrei in Argentinien bereits über 37 Kirchorte. Wie ist unter diesen Bedingungen eine Arbeit möglich, die zusammen mit den Menschen eine Verbesserung der Lebensverhältnisse und Hoffnung bewirkt?

Wolfgang Herrmann, Pfarrer in Atamisqui/Argentinien, zuvor Leiter der Betriebsseelsorge Rottenburg-Stuttgart

Moderation: Dr. Oliver Schütz, Leiter der keb Ulm-Alb-Donau

kostenfrei, Link zur Teilnahme bei der keb Ulm

900 Jahre Abt Werner von Ellerbach und die Anfänge des Klosters Wiblingen

Führung in der Basilika Wiblingen

Sonntag, 6. September 2026, 11.45 – 12.45 Uhr

Samstag, 3. Oktober 2026, 11.00 – 12.00 Uhr

Ulm-Wiblingen, Basilika St. Martin (Eingang)

Werner von Ellerbach war der erste Abt des 1093 gestifteten Benediktinerklosters Wiblingen. Er starb vor 900 Jahren, am 4. Juni 1126. Die Führung geht seinen Spuren in der Basilika nach. Sie führt zurück in die Anfangszeit der Abtei Wiblingen.



Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker
Eintritt frei, ohne Anmeldung

Vom Oberamt zum Bischof-Sproll-Haus

Führungen am Tag des offenen Denkmals

Sonntag, 13. September 2026, zu zwei Zeiten

angeboten: 11.30 - 12.30 Uhr und 13.00 - 14.00 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Das stattliche Gebäude in der Ulmer Olgastraße 137 wurde 1903 als Oberamt, Vorgänger des Landratsamts gebaut. Die Führung lässt seine Geschichte lebendig werden.

Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker, Leiter der keb Ulm
Eintritt frei, ohne Anmeldung

Kloster Neresheim und die Benediktiner

Studientag zur Kloster- und Mönchs-Geschichte

Samstag, 10. Oktober 2026, 10.30 - 17.00 Uhr

Neresheim, Klosteranlage

Der Studientag bietet zwei interessante Vorträge zur Geschichte der Benediktiner. Am Nachmittag gibt es Führungen durch die Abteikirche und das Klostermuseum. Eine Anfahrt im Reisebus ab Ulm wird angeboten. Ausführliche Informationen bei der keb Ulm (Flyer, Internet).

20 € (Programm, Verpflegung), ggf. zzgl. 10 € (Busfahrt)

Veranstalter: Geschichtsverein der Diözese Rottenburg-Stuttgart: www.gv-drs.de

Das religiöse Leben im Ulmer Münster vor der Reformation

Kult und Ausstattung im Spätmittelalter

Montag, 19. Oktober 2026, 18.00 – 19.00 Uhr

Ulm, Ulmer Münster (Eingang beim Lego-Münster)

Wie muss man sich einen Tag im Münster um das Jahr 1500 vorstellen? Bei dieser Führung wird das geistliche Leben dieser Zeit in der Ulmer Pfarrkirche lebendig. Erläutert wird die Verwendung von noch und nicht mehr vorhandenen Ausstattungsstücke wie Seitenaltäre und Sakramentshaus.

Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker

Eintritt frei, Spende für Münster erbeten

Veranstalter: Münstergemeinde Ulm mit keb

Wer ruht denn hier?

Die Gräber des Alten Friedhofs

Donnerstag, 12. November 2026, 15.00 – 16.30 Uhr

Ulm, Treffpunkt: Pauluskirche, Frauenstr. 110

Über 1000 Jahre haben die Ulmer ihre Toten auf dem Alten Friedhof beigesetzt. Die Führung stellt einige der Grabmale, Inschriften, Symbole und Lebensläufe vor.

Führung: Dr. Oliver Schütz, Kirchenhistoriker
Textlesung: Andrea Luiking, Pfarrerin

6 € / ermäßigt 4 €

Anmeldung bei der keb Ulm

Veranstalter: keb Ulm-Alb-Donau mit Haus der Begegnung



Der Petersdom in Rom

Große Kirchen der Christenheit



Mittwoch, 18. November 2026, 19.00 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137 und
Online-Übertragung

Der Petersdom feiert ein doppeltes Jubiläum. Vor 1700 Jahren wurde die von Kaiser Konstantin über dem Grab des Apostels Petrus in Rom errichtete Basilika vollendet. >>

Ihr Nachfolger, der heutige Petersdom, wurde 1626 eingeweiht, vor 400 Jahren. Ein virtueller Gang durch die Geschichte der Hauptkirche des Katholizismus an ihrem Weihtag.

Dr. Oliver Schütz, Theologe und Historiker

kostenfrei, Link für die Online-Teilnahme bei der keb Ulm

Lyrik gemeinsam entdecken!

Flieg mit mir hinauf auf diesen Ast und schau auf dich hinunter (Ulla Hahn)

Donnerstag, 24. September 2026, 19.00 - 20.45 Uhr
Ulm, Haus der Begegnung, Grüner Hof 7

Wir lesen und besprechen Gedichte von deutschsprachigen Autorinnen und Autoren der zweiten Hälfte des letzten Jahrhunderts oder der Gegenwart. Die weiteren Termine der Treffen etwa alle vier Wochen donnerstagabends werden am ersten Abend vereinbart, beim HdB zu erfragen.

Moderation: Dr. Ulrich Mehling

25 € Kursgebühr pro Halbjahr (erster Abend frei)

Informationen beim Veranstalter: Haus der Begegnung,
Tel. 0731 920000, E-Mail: sekretariat@hdbulm.de

„Wir sind die Bienen des Unsichtbaren“ Über Rilke und Religion

Dienstag, 2. Feb. 2027, Mariä Lichtmess, 19.30 Uhr
Ulm-West, Roncallihaus, Elisabethenstr. 37, 89077 Ulm

Der Dichter Rainer Maria Rilke starb vor 100 Jahren, am 29. Dezember 1926. Aus diesem Anlass wirft die Rilke-Kennerin Dr. Antonia Egel einen Blick auf die religiöse Dimension im Werk und Leben Rilkes.

Dr. Antonia Egel, Literaturwissenschaftlerin, promovierte über „Musik ist Schöpfung. Rilkes musikalische Poetik“

5 €, ohne Anmeldung



Märchentag

Sollst das Glück haben, das du verdienst...

Samstag, 3. Oktober 2026, 10 - 18 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Die besondere Kraft des Märchens liegt darin, direkt zur Seele zu sprechen. Es kann bis in unser tiefstes Inneres hineinwirken und von hier aus will es verstanden werden. Wir arbeiten an diesem Tag mit Rollenspielen, Atem und Bewegung, Gesprächen, rituellen Elementen und kreativen Methoden.

Andrea Mittl, Märchenerzählerin und Atempädagogin
Dorothea Auer, Märchenerzählerin

35 € (einschl. Material)

Information und Anmeldung bei der keb Ulm bis 14.9.2026

Circle Singing



„Wer singen will, findet immer ein Lied“

Dienstag, 13. Oktober 2026, 18.30 – 20.00 Uhr

Dienstag, 10. November 2026, 18.30 – 20.00 Uhr

Dienstag, 8. Dezember 2026, 18.30 – 20.00 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Circle Singing ist eine einfache und spielerische Form des Singens, die Freude und Gemeinschaft fördert. Gemeinsam entdecken wir Neues über Atmung und Körper, probieren die eigene Stimme aus und erleben Verbindung und Begegnung im Singen von Kanons und Circlesong-Improvisationen. Genießen Sie das miteinander Klingen wie auch die geteilte Stille, das Eintauchen in den Moment, den Raum und das Singerlebnis mit den Menschen im Kreis. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Die drei Termine können unabhängig voneinander besucht werden.

Julia Dorn, Sängerin, Gesangspädagogin

8 € pro Person und Abend

Anmeldung bei der keb Ulm



Bachs Goldberg-Variationen

Ein Meisterwerk zwischen Wirklichkeit und

Vision, zwischen Plan und Improvisation >>

Freitag, 16. Oktober 2026, 19.00 Uhr

Ulm-Wiblingen, Bibliothekssaal im Kloster, Schloßstr.

Goldberg-Variationen 1:

Heiter Tonraum um Tonraum durchschreiten

Freitag, 23. Oktober 2026, 19.00 Uhr

Ulm, Kleine Wengenkirche, Wengengasse

Goldberg-Variationen 2: Metaphysik und Glaube
in der „Clavierübung“ Bachs

Mandoline, Impulse: Dr. Wolfgang Steffel

Eintritt frei, ohne Anmeldung,
Veranstalter: Kath. Dekanat



Credo-Musik-Projekt: Alles d'accord?

Französische Komponisten in geistlicher Deutung

Ulm-Wiblingen, Friedhofskapelle, Unterweilerstr.1

1. Adventssonntag, 29. November 2026, 14.30 Uhr

Verwegene Harmonik und nostalgische Weihnacht

Guillaume de Machaut und Marc-Antoine Charpentier

Sonntag, 28. Februar 2027, 14.30 Uhr

Umfangreich-weitgespannt in Harmonik und Melodie
Charles Gounod und das „Ave Maria“ schlechthin

Deutung von Hörbeispielen und Mandoline: Dr. Wolfgang
Steffel, Dekanatsreferent

Eintritt frei, ohne Anmeldung, Veranstalter: Kath. Dekanat

Der Kosmos von Bachs „Kunst der Fuge“

Gestalt und Gehalt einer Musikkathedrale

Freitag, 15. Januar 2027, 17.00 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Olgastr. 137

„Kunst der Fuge“ und die Gottesgeburt in der Seele

Ein mystisches Meisterwerk im Horizont des Glaubens

Sonntag, 24. Januar 2027, 17.00 Uhr

Ulm-Mitte, Nikolauskapelle, Neue Str. 102

„Kunst der Fuge“ als Lebens- und Sterbens-Kunst

Konzert auf Mandoline und Bachs „Ruhens in Gottes Schoß“

Mandoline und Impulse: Dr. Wolfgang Steffel

Eintritt frei, ohne Anmeldung, Veranstalter: Kath. Dekanat

"Ich gebe niemals auf"

Das Leben der Hildegard Knef

Samstag, 7. November 2026, 19.30 - 21.00 Uhr

Ehingen, Saal im Franziskanerkloster, Spitalstr. 30

Die in Ulm geborene Hildegard Knef war ein Ausnahmetalent: Schauspielerin, Sängerin, Schriftstellerin. Ende 2025 wäre sie 100 Jahre alt geworden. An diesem Abend wird in Liedern von Hildegard Knef und in Geschichten aus ihrem Leben erzählt: Ihr Weg von der Zeichnerin bei der Ufa zur Schauspielerin, ihre Erfolge am Broadway und als Autorin, ihre Erinnerungen an den Krieg, ihre Kindheit, ihre Ehen und Beziehungen zu Männern, ihre Ängste und Träume.



Gesang und Klavier: Julia Dorn, Sängerin und Gesangslehrerin
Sprecher: Kay Metzger, Intendant des Theaters Ulm a.D.

Vorverkauf: 18 € / ermäßigt: 16 € / Abendkasse: 21 € /
ermäßigt: 19 € / Schüler/innen, Azubis, Studierende: 8 €
Vorverkauf: im Kulturamt Ehingen, Spitalstr. 30 (Tel. 07391 503 503), Touristinfo Ehingen Marktplatz 1 oder an allen Reservix-Vorverkaufsstellen sowie online: www.reservix.de

Veranstalter: Kulturamt der Stadt Ehingen in Kooperation mit der keb Katholische Erwachsenenbildung Ulm-Alb-Donau
FOTO: Nationalarchiv der Niederlande, Eric Koch/Anefo

"Ich bin den weiten Weg gegangen"

Hildegard Knef - Musik und Texte zum Gedenken

Montag, 1. Februar 2027, 18.30 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Am 1. Februar 2002, auf den Tag vor 25 Jahren starb die Sängerin und Schauspielerin Hildegard Knef. Wir erinnern an sie unweit des Ortes, wo sie 1925 in Ulm geboren wurde. Julia Dorn singt Lieder der Knef und hat Texte von und über sie ausgesucht. Musik und Wort lassen eine moderne Frau erleben, die mit ihrem Schicksal und Krankheiten rang – und sich doch nicht unterkriegen ließ.

Musik und Gestaltung: Julia Dorn, Musikerin
Sprecherin: Angela Böhmer-Oberländer

10 €, Anmeldung/Kartenreservierung bei der keb Ulm

Himmelwärts und mittendrin

Kabarett mit Kopf, Herz, Hand und Fuß
Marlies Blume beim Kirchenkabarett

Freitag, 16. Oktober 2026, 20.00 Uhr

Ulm, Haus der Begegnung, Grüner Hof 7

Diese Blume müssen Sie sehen, wie sie in voller Blüte steht! Marlies Blume geht in sich, kommt wieder heraus und wächst dann über sich hinaus. Sie treibt Blüten, versprüht Seelendünger, pflanzt sich mitten ins Leben, geht tief an die Wurzel und bleibt dennoch immer oberhalb der Gürtellinie. Voller Energie und Spielfreude wirbelt sie über die Bühne, singt und tanzt und schwätzt und schwätzt – mit Leib und Seele, Händen und Füßen und von Herz zu Herz. Marlies Blume hat etwas zu sagen – und das will auch gesagt sein. In diesem Sinne: Lasst Blume sprechen!



Marlies Blume, mehrfach ausgezeichnete Ulmer Kabarettgröße, im bürgerlichen Leben Heike Sauer

Eintritt: 15 €, ermäßigt 10 €

Abendkasse und Kartenvorverkauf bei der keb Ulm, Tel. 0731 9206020 - und bei KEB Kreis Neu-Ulm und EBAM

Im Geiste des Tuchs von Manoppello

Donnerstag, 12. November 2026, 18.00 Uhr

Ulm, Kirche St. Georg, Beethovenstr. 1

Installation eines Kunstwerks von Prof. Dieter Groß
Gespräch mit dem Künstler: Pavel Jerabek, Musik und Impulse

Eintritt frei, ohne Anmeldung, Kath Dekanat Ehingen-Ulm

Die Ulmer Nikolauskapelle und vor der Tür: Croissants Skulptur „Stehende Figur“

Sonntag, 6. Dezember 2026, 16.00 Uhr (Nikolaustag)

Ulm-Mitte, Nikolauskapelle, Neue Str. 102

Vortrag/Musik: Ulrich Brauchle, Künstler und Kunstpädagoge
Führung/Musik: Dr. Wolfgang Steffel, Dekanatsreferent

Eintritt frei, ohne Anmeldung, Kath Dekanat Ehingen-Ulm

Männertag: Brot und Rosen

Männer auf der Suche nach dem Mehr im Leben

Sa, 17.10., 13 Uhr bis So, 18.10.2026, 13 Uhr

Untermarchtal, Bildungshaus des Klosters

Der diözesane Männertag bietet Impulse und Workshops,
Raum für Begegnung und Austausch unter Männern.

Ausführliche Informationen auf www.keb-ulm.de

Anmeldung beim Veranstalter: Fachbereich Männer der
Diözese Rottenburg-Stuttgart, E-Mail: maenner@bo.drs.de

FRAUEN

Frauenprojekttag 2026

Zeit für mich - Inspirationen und Impulse

Samstag, 24. Oktober 2026, 9.00 - 16.30 Uhr

Ulm, St. Georg Gemeindehaus, Beethovenstr. 1

Projekte zur Wahl am Vor- und/oder Nachmittag: Yoga, Klang
und Teezeremonie / Healthy Habits erleben / Entzündungs-
hemmend essen und leben / Kreativprojekt leichtSINN /
Stärke zeigen - Sicherheit gewinnen / Alte Wege, neue Kraft

15 € pro Projekt / 30 € für 2 Projekte

Mehr Informationen und Anmeldung bei der
keb Ulm, solange Plätze vorhanden sind



Weltgebetstag: Vorbereitung und Jubiläum

Samstag, 30. Januar 2027, 13.30 - 19.00 Uhr

Ulm, Haus der Begegnung, Grüner Hof 7

Zunächst wird die Gottesdienstordnung zum
Weltgebetstag (WGT) am Freitag, 5. März
2027 vorgestellt. Ein geschichtlicher
Rückblick auf 100 Jahre WGT wird ebenso
wenig fehlen wie neue und alte Lieder und
Gestaltungsvorschläge. Im zweiten Teil
ab ca. 16.30 Uhr feiern wir das 100. Jubiläum –
mit allen am WGT Interessierten!



Rachel Rau und Carola Hoffmann-Richter
Ökumenisches Beziksteam für den Weltgebetstag

Freiwilliger Unkostenbeitrag, ohne Anmeldung

Frauenseminare

Offene Treffen für Frauen



ULM-MITTE: Frauen-Treff St. Georg

Dienstags 9.00 – 11.00 Uhr

Ulm, Gemeindehaus St. Georg, Beethovenstr. 1

Dienstag, 15. September 2026, 9 - 11 Uhr

Die Sprache der Blumen mit Marianne Rudhard

Dienstag, 06. Oktober 2026, 9 - 11 Uhr

Streifzüge durchs Schwabenlände - Hildegard Vogelmann

Dienstag, 03. November 2026, 9 - 11 Uhr

Sperrige Texte in der Bibel mit Pfarrer Thomas Breitzkreuz

Dienstag, 01. Dezember 2026, 9 - 11 Uhr

Fräulein Fabelhaft erzählt ... mit Maria Wenning

ULM-SÖFLINGEN: Frauenseminar Söflingen

Mittwochs, 9.00 - 11.00 Uhr

Ulm-Söflingen, Pfarrheim, Harthäuser Str. 36

Mittwoch, 16. September 2026, 9 - 11 Uhr

Fledermäuse: lautlose Jäger der Nacht - Dr. Anna Vogeler

Mittwoch, 14. Oktober 2026, 9 - 11 Uhr

Die Kunst als Therapie mit Alexandra Danner-Weinberger

Mittwoch, 11. November 2026, 9 - 11 Uhr

Humorvolle schwäbische Geschichten und Gedichte

mit Otto Schempp

Mittwoch, 09. Dezember 2026, 9 - 11 Uhr

Die heilige Familie mit Dr. Oliver Schütz

ULM-ESELSBERG: Frauenseminar Treff 2000

Dienstags, 9.00 – 11.00 Uhr

Ulm-Eselsberg, Suso-Gemeindehaus, Mähringer Weg 51

Dienstag, 10.11.2026, 9 - 11 Uhr

Hildegard Knef: „Aber schön war es doch“

mit Anne Pröbstle

Dienstag, 15. Dezember 2026, 9 - 11 Uhr

Die Weihnachtskrippe mit Monika Speidel

4,50 € (in der Regel), ohne Anmeldung. Veranstalter:

Kirchengemeinden in Zusammenarbeit mit der keb

Liebe vergeht, Hektar besteht

Von Ehe, Zucht und Ordnung

Freitag, 18. September 2026, 18.00 - 20.00 Uhr

Ulm, Treffpunkt: Stadthaus, Münsterplatz 50

Romantisch soll die Liebe sein, die Ehe für immer halten. Wen wundert's, dass es hierzu jede Menge Lebensweisheiten und alte Traditionen gibt, um die es bei dieser Führung geht.

Anne Pröbstle, Gästeführerin in Ulm

8 €, Anmeldung bei der keb Ulm



Von Kammerwagen und Brautkoffern

Hochzeitsbräuche - Damals und heute

Donnerstag, 15. Oktober 2026, 18.00 - 20.00 Uhr

Ulm, Treffpunkt: Stadthaus, Münsterplatz 50

Einige der schönsten Hochzeitsbräuche lernen wir bei dieser romantischen Stadtführung kennen, von Brautkrone und Myrtenkranz bis hin zum Schleiertanz!

Anne Pröbstle, Gästeführerin in Ulm

8 €, Anmeldung bei der keb Ulm

Die perfekte Mixtur - Willkommen zurück

Orgelmusik und Impulse zum Thema Liebe

Sonntag, 18. Oktober 2026, 17.00 - 18.00 Uhr

Ulm-Wiblingen, Basilika St. Martin, Schloßstraße 38

Trotz Bauarbeiten in der Basilika Wiblingen kann wieder an zwei Orgeln musiziert werden. Beide Orgeln erklingen bei der siebten 'Perfekten Mixtur' wieder im Dialog - ergänzt um neue Impulse zum Thema Liebe.

Chororgel: Wolfgang Treß

Hauptorgel: Sarah Scharpf

Impulse: Dekan Ulrich Kloos

Eintritt frei, Spenden willkommen



Alle Veranstaltungen mit aktuellen und ausführlichen
Informationen sowie zusätzliche Angebote unter:

www.keb-ulm.de

Golden Bowl-Genuss aus dem Erntekorb

Jahreszeitenküche im Rhythmus der Saison

Workshop für Paare

Donnerstag, 22. Oktober 2026, 18.00 - 21.00 Uhr

Ulm, Landratsamt Alb-Donau-Kreis, Schillerstr. 30

In diesem Workshop lernen Sie wie sie das Trendgericht „Bowl“ ganz neu interpretieren: weg vom Exotischen hin zu Lebensmitteln aus regionalem Anbau. Ob als leichtes Meap-Prep für die Mittagspause oder als „Resteverwertung“- unsere Herbst-Bowls sind ausgewogen, nachhaltig und ein echter Blickfang. Kochschürze und Speisenbehälter mitbringen.

Ulrike Bahmer, Fachdienst Landwirtschaft, Landratsamt ADK

Kosten: 20 € pro Paar (einschl. Lebensmittel)

Veranstalter: keb und Landratsamt Alb-Donau-Kreis

Ein Mann – (k)ein Wort

Warum Männer anders oder nicht über

Gefühle reden und Frauen sich ungern damit abfinden



Donnerstag, 22. Oktober 2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Ulm-Wiblingen, Martinusheim, Dreifaltigkeitsweg 21

Wie können Männer und Frauen damit umgehen, dass sie über unterschiedliche Themen und auf unterschiedliche Art kommunizieren? Mehr Informationen zu diesem Angebot in unserem Internetprogramm unter: www.keb-ulm.de

Dr. Beate Maria Weingardt, Diplompsychologin und Autorin

8 €

Unser Zukunftsbild - Gemeinsam Zukunft

gestalten: Ein Workshop für Paare

Mittwoch, 4. November 2026, 19.00 - 21.30 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Dieser Workshop richtet sich an Paare, die ihre Beziehung auf eine besondere Weise erkunden möchten. In einer kreativen und entspannten Atmosphäre entsteht durch Bilder, Symbole und Worte eine Collage, die ein Zukunftsbild Ihrer Partnerschaft sichtbar macht. Ein Abend voller Leichtigkeit, Inspiration und wertvoller Impulse für Ihren gemeinsamen Weg.

Annerose Wildermuth, Heilpraktikerin, Gestalttherapeutin

15 € / Paar, ein Angebot von keb und EBAM

Paartag

Mein Lieblingsort sind wir - Die Kunst
zusammen in der Welt klarzukommen

Samstag, 23. Januar 2027, 9.00 - 17.00 Uhr

Untermarchtal, Bildungshaus des Klosters

Der Tag beginnt mit dem Impulsvortrag "Was sind relevante Dimensionen in einer Partnerschaft, um in der Welt klarzukommen?". Am Nachmittag können Sie als Paar einen der folgenden Workshops auswählen: Gemeinsam wachsen - mit Humor, Gelassenheit und Herz / Gemeinsam neu aufbrechen - Beziehung in der zweiten Lebenshälfte / Herzensfarben – Die eigene Partnerschaft mit den Farben der Liebe stärken / Als Paar gemeinsam durch die stürmischen Phasen des Lebens. Ausführliche Informationen auf www.keb-ulm.de

Leitung: Andreas Mattenschlager, Psych.
Familien- und Lebensberatung der
Caritas, Sarah Scharpf, keb-Bildungsre-
ferentin und das Team „Tage für Paare“

Kosten pro Paar: 50 € Teilnahmebeitrag
zzgl. 50 € Verpflegung (Mittagessen und
Stehkaffee am Vor- und Nachmittag)

Anmeldung erforderlich bei der keb Ulm



EPL - Erlebnis.Partnerschaft.Liebe.

Gesprächstraining für Paare am Beginn
ihrer Beziehung



Termine: 24.2. / 3.3. / 10.3. / 17.3. / 7.4. /

14.4.2027, jeweils mittwochs von 19.00 - 21.15 Uhr

Online

Glückliche Paare haben ein Geheimnis: Sie können „gut“
miteinander reden und das kann man/frau lernen. Mehr
Informationen zu diesem Gesprächstraining in unserem
Internetprogramm: www.keb-ulm.de

Dr. Ute Rieck, Theologin, EPL-Trainerin
Hans-Jürgen Winkler, Religionspädagoge, EPL-Trainer

150 Euro (pro Paar)

Anmeldung beim Veranstalter: Fachbereich Ehe und Familie,
Diözese Rottenburg-Stuttgart, E-Mail: ehe-familie@bo.drs.de

Tag für Paare

Seminartag für Brautpaare

Samstag, 13. Feb. 2027, 9 - 18 Uhr

Westerstetten, Gemeindehaus

St. Josef, Kirchstr. 17



Samstag, 20. März 2027, 9 - 18 Uhr

Ulm-Wiblingen, Kath. Gemeindehaus am Tannenplatz

Samstag, 5. Juni 2027, 9 - 18 Uhr

Dietenheim, Don-Bosco-Heim, Don-Bosco-Weg 4

Samstag, 26. Juni 2027, 9 - 18 Uhr

Illerkirchberg-Oberkirchberg, St. Ida-Haus, Idastr. 1

Der Tag für Paare bietet Anregungen, in Ihrer Ehe Vertrauen und Liebe zu stärken, zu vertiefen und aus dem Glauben heraus partnerschaftlich zu gestalten. Er ist ein Angebot für Sie als junges Braut- und Ehepaar.

Ein Angebot der Ehevorbereitung Dekanat Ehingen-Ulm, der Psychologischen Familien- und Lebensberatung der Caritas Ulm-Biberach und der keb Ulm-Alb-Donau.

TRENNUNG

„Schluss jetzt!“ – Trennung gestalten

Ein Gruppenangebot für Mütter und Väter vor, in oder nach Trennung

5 x freitags von 09.30 – 12.00 Uhr am 18.9. / 25.9. / 2.10. / 9.10. / 16.10.2026

Ehingen, Kolpinghaus, Hehlestr. 2

Trennung und Scheidung sind sowohl für Erwachsene als auch für Kinder ein tiefer Einschnitt in ihre Lebenssituation. Dabei hilft dieses Angebot. Mehr dazu auf www.keb-ulm.de

Leitung: Veronika Giebfried und Andreas Mattenschlager

Teilnahme für Mütter und Väter aus Baden-Württemberg kostenlos, da vom Landesprogramm STÄRKE gefördert

Anmeldung bei der keb erforderlich.

Psychologische Familien- und Lebensberatung der Caritas Ulm-Alb-Donau und keb Ulm-Alb-Donau

Trennung – und jetzt? Das Alte loslassen und Neues beginnen

Wochenende für Menschen nach Trennung
mit Kinderbetreuung

Freitag, 6. November - Sonntag, 8. November 2026

Wernau, Katholisches Jugend- und Tagungshaus

Ausführliche Informationen und Anmeldung bis 23.09.2026
bei: Fachbereich Ehe & Familie der Diözese Rottenburg-
Stuttgart, Jahnstraße 30, 70597 Stuttgart, Tel.: 0711 9791-
1040, E-Mail: ehe-familie@bo.drs.de

LEBENSHILFE

Zeit für mich – Zeit für Dich Interaktives Seminar



**Dienstag, 20. Oktober 2026,
19.00 - 21.30 Uhr**

Ulm, Schulzentrum St. Hildegard, Aula, Zinglerstr. 90

Wie kann ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Selbst-
fürsorge und Aufmerksamkeit für andere Menschen gelingen?
In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit unseren eigenen
Bedürfnissen und Grenzen. Diese zu erkennen und zu res-
pektieren ist Voraussetzung, um langfristig für andere da sein
zu können. Gesunder Egoismus bedeutet, sich wichtig zu
nehmen, ohne andere unwichtig zu machen.

Beate Herre, Lehrerin, Tanz- und Bewegungstherapeutin

10 €, Anmeldung bei der keb Ulm

Licht in dunklen Zeiten - Wie komme ich gut durch die dunkle Jahreszeit?

Freitag, 13. November 2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

In diesem Vortrag erfahren Sie, warum Licht für unsere
Gesundheit so wichtig ist und wie sich die dunkle Jahreszeit
auf Körper und Seele auswirken kann. Sie erhalten praktische
Anregungen, wie Sie mit einfachen Maßnahmen Ihre
Stimmung, Kraft und innere Balance unterstützen können.

Annerose Wildermuth, Heilpraktikerin, Gestalttherapeutin

8 €, angeboten von keb und EBAM

Angst und Vertrauen

Interaktives Seminar

Samstag, 13. Februar 2027, 9.00 - 17.00 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Angst gehört zum Leben. In diesem Seminar geht es darum, die eigenen Ängste besser zu verstehen und konstruktiv mit ihnen umzugehen und Vertrauen als Kraftquelle für den Alltag mitzunehmen. Durch Impulse, praktische Übungen und den Austausch in der Gruppe werden neue Perspektiven eröffnet und persönliche Ressourcen sichtbar gemacht.

Beate Herre, Lehrerin, Tanz- und Bewegungstherapeutin

20 €, Anmeldung bei der keb Ulm

Glück 2.0 – Kleine Glücksreise zu Dir selbst

Interaktiver Glücksworkshop

Samstag, 27. Februar 2027, 09.00 – 14.30 Uhr

Dellmensingen, Kath. Gemeindezentrum, Schulstr. 3

Jede/r von uns will glücklich sein. In diesem Workshop bekommen Sie Ideen und Tools, wie Glück in den Alltag integriert werden kann, erfahren Fakten aus der Positiven Psychologie und Glücksforschung und sind eingeladen zum Mitmachen, Reflektieren und Umsetzen.

Erika Stiele, Coach und Beraterin

25 €, Anmeldung bei der keb Ulm



ADHS

Weibliche ADHS ist anders - männliche auch Geschlechterspezifische Varianten von ADHS

Mittwoch, 21. Oktober 2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Zu lange sind betroffene Mädchen und Frauen unter den Tisch gefallen, da sie selten als Zappelphilipp in Erscheinung treten. Mädchen verletzen eher sich selbst als andere, sie werden später diagnostiziert und schlechter versorgt. Die Veranstaltung möchte über geschlechterspezifische Varianten von ADHS aufklären und beleuchtet Zusammenhänge zwischen ADHS-Symptomen und weiblichem Monatszyklus.

Ursula Frühe, systemische Therapeutin und Autorin
8 €

ADHS: alles andere als eine Kinderkrankheit

Für Eltern, pädagogische Fachkräfte sowie alle, die sich mit dem Thema auseinandersetzen möchten

Dienstag, 19. November 2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Ulm, Kinder- und Familienzentrum, Schaffnerstr. 18 / 1

Nach kurzer Lesung aus ihrem Buch „Neuronengewitter“ möchte die Autorin verbreiteten Klischees über ADHS auf den Grund gehen, offene Fragen beantworten und betroffene Familien stärken. Die Veranstaltung richtet sich nicht nur an Eltern, sondern auch an pädagogische Fachkräfte sowie alle, die sich mit dem Thema auseinandersetzen möchten.

Ursula Frühe, systemische Therapeutin und Autorin

8 €, Anmeldung bei der keb Ulm erwünscht

keb und Kinder- und Familienzentrum Schaffnerstraße

ADHS verwächst sich nicht!



Online-Vortrag mit
Gesprächsmöglichkeit

Mittwoch, 20. Januar 2027, 19.00 - 20.30 Uhr

Online

Längst ist klar, dass ein Großteil der Betroffenen ihre ADHS-Symptomatik ein Leben lang behalten, wobei sich die Ausprägung und Symptomatik über die Lebensspanne ändern. Die Autorin des Buches „Neuronengewitter“ stellt mögliche Coping-Strategien für einen besseren Umgang mit ADHS im Erwachsenenalter vor. Auch für Angehörige und Interessierte.

Ursula Frühe, systemische Therapeutin und Autorin

8 €, Anmeldung bei der keb Ulm

STÄRKE



Unsere Eltern- und Familienbildung wird unterstützt durch das **Programm STÄRKE** des Landes Baden-Württemberg.

Elternkurs: Kess-erziehen

Kess erziehen statt Stress
beim Erziehen



Kess-erziehen: Elternkurs

5 x mittwochs, 19.00 bis 21.30 Uhr

am 23.9. / 30.9. / 7.10. / 14.10. und 21.10.2026

Lonsee-Urspring, Kinder- und Familienzentrum

Spatzennest, Kirchstraße 10

Petra Baumgärtner-Mader, Erzieherin, Kess-Referentin

Kess-erziehen: Elternkurs

5 x dienstags, 19.00 bis 21.30 Uhr

am 16.2. / 23.2. / 2.3. / 9.3. / 23.3.2027

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Jessica Da Silva Inverno, Erzieherin, Kess-Referentin

Kess-erziehen: für Väter

5 x dienstags, 19.30 bis 21.30 Uhr

am 10.11. / 17.11. / 24.11. / 1.12. / 8.12.2026

Ulm, Kinder- und Familienzentrum, Schaffnerstr. 18/1

Ulrich Hoffmann, Kess-Referent, Familien- und Lebensberater

kostenfrei für Väter aus Ulm und Alb-Donau-Kreis (STÄRKE)

Kess-erziehen: Allein erziehen

6 x mittwochs, 19.00 bis 21.00 Uhr am

21.10. / 4.11. / 25.11. / 2.12. / 9.12. / 16.12.2026

Online-Angebot für allein/getrennt Erziehende

Diana Gehrmann, Dipl.-Sozialpädagogin, Kess-Referentin

Eltern mit Kindern im Alter von 2 bis 12 Jahren erhalten eine praktische, ganzheitlich orientierte Erziehungshilfe. Die Themen der 5 Kurseinheiten: Das Kind verstehen - soziale Grundbedürfnisse achten / Verhaltensweisen verstehen - angemessen reagieren / Kinder ermutigen - Konsequenzen zumuten / Konflikte entschärfen - Probleme lösen / Selbständigkeit fördern - Kooperation entwickeln

€ 70 Einzelperson, € 90 Paar, € 9 Kess-Handbuch. Die Kurse sind förderfähig im Rahmen des STÄRKE-Programms und daher für Alleinerziehende, Patchworkfamilien, Familien mit Zwillingen, ... aus Alb-Donau-Kreis und Ulm auf Anfrage kostenlos. Ulmer Gutscheine für Elternbildung einlösbar.

Anmeldung bei der keb Ulm

Kess-erziehen für Eltern von Kindern mit Behinderung



5 x dienstags, 20.00 bis 22.00 Uhr

am 12.1. / 19.1. / 26.1. / 2.2. / 16.2. / 23.2.2027

Online-Angebot



Annette Brandner, Seelsorge bei Menschen mit Behinderung
Regina Pintzka, Religionspädagoginnen, Kess-Referentin

20 € pro Person

Informationen und Anmeldung bis 6.1.2027 beim Veranstalter
keb Ostalb: www.keb-ostalbkreis.de, Tel. 07361 3777 440.

Kess-erziehen Abenteuer Pubertät

Online-Elternkurs



5 x dienstags, 19.30 bis 22.00 Uhr am 10.11. /

17.11. / 24.11. / 1.12. / 8.12.2026

Der Kurs unterstützt Eltern mit Kindern im Alter von 11 bis 18 Jahren in der Zeit des Umbruchs und zeigt Wege, wie sie Jugendliche in ihrem Selbstwertgefühl stärken, Grenzen respektvoll setzen und Kooperationen entwickeln können.

Silke Felsmann und Regine Pintzka, Kess-Kursleiterinnen

50 € Einzelperson / 60 € Paar inkl. Handbuch. Gefördert vom Landesprogramm STÄRKE: Kostenbefreiung für Familien aus Alb-Donau-Kreis und Ulm mit Kindern in der Pubertät

Anmeldung bei der keb Ulm

Kess late night: Entspannt durch die Pubertät

Die anderen dürfen das auch!

Konflikte gemeinsam lösen



Montag, 18. Januar 2027, 20.00 – 21.30 Uhr

Online-Veranstaltung

Konflikte gehören zum Erwachsenwerden dazu, doch oft fehlen Eltern die Werkzeuge, um diese produktiv zu gestalten. Der Kurs zeigt Wege auf, wie man Streitpunkte erkennt, anspricht und gemeinsam Kompromisse findet. So wird das Familienklima nachhaltig verbessert.

Rainer Hörmann, Dipl. Sozialpädagoge, Familientherapeut
8 €, Anmeldung bei der keb Ulm
keb mit Fachbereich Ehe und Familie DRS

Starke Rituale - Starke Familie

Familienrituale für eine enge, liebevolle und stressfreie Eltern-Kind-Beziehung

Dienstag, 29. September 2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Staig, Kath. Gemeindezentrum, Uhlandstr. 3

Regelmäßige gemeinsame Erlebnisse und Rituale im Familienalltag unterstützen eine harmonische Eltern-Kind-Beziehung. An diesem Termin werden die besten Ideen für gemeinsame Erlebnisse und ein liebevolles Miteinander vorgestellt, aber auch, Rituale, die gegen stressige Situationen im Eltern-Kind-Alltag helfen.

PD Dr. Susanne Kobel und
Dr. Olivia Wartha, Gesundheits-
wissenschaftlerinnen, Autorinnen



8 €, Anmeldung bei der keb Ulm

So essen Kinder gerne und gesund

Tipps und Tricks für Frühstücksmuffel, Obst- und Gemüseverweigerer & Co

Dienstag, 13. Oktober 2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Ulm, Kinder- und Familienzentrum, Schaffnerstr. 18/1

Eine ausgewogene Ernährung und gemeinsame Mahlzeiten sind wichtig für die körperliche und soziale Entwicklung von Kindern. Das umzusetzen ist nicht immer ganz einfach. Dieser Abend gibt Tipps und Tricks, einfach umsetzbare Ideen, um schon früh gesunde (Ess-) Gewohnheiten zu etablieren.

PD Dr. Susanne Kobel und Dr. Olivia Wartha, Gesundheits-
wissenschaftlerinnen an der Universität Ulm, Autorinnen
von Büchern wie „111 Healthy Habits“

kostenfrei, Anmeldung bei der keb Ulm erwünscht

keb mit Kinder- und Familienzentrum Schaffnerstraße

We are family! 🎵

Gemeinsam singen – Familienzeit mit Musik

Samstag, 17. Oktober 2026, 14.00 - 16.30 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Erleben Sie mit Ihrer Familie die Freude am gemeinsamen Singen und stärken Sie Ihre Verbindung durch Musik.

In diesem Workshop lernen Sie neue Lieder kennen und entdecken alte Lieder in neuem Gewand. Wir verbinden Singen mit Bewegung und rhythmischen Körperaktionen und stellen dabei immer die Freude in den Mittelpunkt.

Julia Dorn, Gesangspädagogin und Sängerin

10 € Familie/Einzelperson, Anmeldung bei der keb Ulm

Wenn ich mal Kinder hab, mach ich das ganz anders

Eigene Kindheitserfahrungen und ihre Auswirkungen auf unser Eltern-Sein

Montag, 23. November 2026, 19.00 - 20.30 Uhr
Online

Dieser Vortrag ermöglicht, sich selbst in manchen Situationen besser zu verstehen, damit das Leben mit Kindern leichter werden kann. Für alle, die Verantwortung für Kinder tragen und sich einmal vorgenommen haben, es anders zu machen, als sie es selbst erlebten.

Simone Gottwald-Blaser, Pädagogin,
Werkstatt für kindorientierte Pädagogik



Kostenfrei, Anmeldung bei der keb Ulm
Kinder- und Familienzentrum Schaffnerstraße 18/1 in Ulm

Entspannung und Achtsamkeit als Kraftquelle für die ganze Familie

Online-Vortrag



Montag, 16. November 2026, 19.00 – 20.30 Uhr

Wenn Eltern und Kinder gemeinsam Entspannung und Achtsamkeit erleben, stärkt das die Gesundheit, ein konfliktfreies Miteinander und die Beziehung zueinander. Der Vortrag liefert Impulse und kurze Übungen, wie innere Ruhe, Gelassenheit, weniger Stress und ein bewussterer Umgang miteinander im Familienalltag gefördert werden können.

PD Dr. Susanne Kobel und Dr. Olivia Wartha, Gesundheitswissenschaftlerinnen an der Universität Ulm und Autorinnen von Büchern wie „Starke Rituale – Starke Familien“

5 €, Anmeldung bei der keb Ulm

Eine Veranstaltung aus der keb-Online-Reihe "We are family - Familie in allen Facetten" – mehr auf der nächsten Seite:

We are family

Familie in allen Facetten

Online-Vortragsreihe



Kinder vor sexuellem Missbrauch schützen

Mi., 07.10.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

Anmeldung: www.keb-freudenstadt.de

Veranstalter: keb Kreis Freudenstadt e.V.



Kratzen, beißen, Haare ziehen

Wenn Kinder in Wut Grenzen überschreiten

Di., 20.10.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

Anmeldung: www.keb-zak.de

Veranstalter: keb Zollernalbkreis e.V.

Entspannung und Achtsamkeit in der Familie

keb Ulm-Alb-Donau, s. vorige Seite 34

Mehrsprachig aufwachsen

Sprachentwicklung im Familienalltag stärken

Di., 24.11.2026, 19.00 - 21.00 Uhr

Anmeldung: www.keb-boeblingen.de

Veranstalter: keb Kreis Böblingen e.V.

Die Kraft des Spiels

Wie Kinder ganz nebenbei fürs Leben lernen

Di., 01.12.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

Anmeldung: www.keb-tuttlingen.de

Veranstalter: keb Kreis Tuttlingen e.V.

KI als Lernhilfe - was Eltern wissen sollten

Do., 14.01.2027, 19.30 - 21.00 Uhr

Anmeldung: www.keb-fn.de

Veranstalter: keb Bodenseekreis e.V.

Epigenetik und Lebensanfang

Wie früheste Einflüsse unser Leben prägen

Do., 28.01.2027, 19.00 - 21.00 Uhr

Anmeldung: www.keb-rt.de

Veranstalter: keb Kreis Reutlingen e.V.

Von Dopamin bis Selbstwert

Wie Kinder selbstbestimmt und suchtfrei aufwachsen

Mi., 17.02.2027, 19.30 - 21.00 Uhr

Anmeldung: www.keb-ostalbkreis.de

Veranstalter: keb Ostalbkreis e.V.

INFO: 5 € pro Vortrag, ZOOM-Link und Rechnung nach

Anmeldung beim jeweiligen Veranstalter, weitere

Informationen auf den genannten Internetseiten

Schau mal her und hör mal zu!

Biblische und Geschichten mit religiösem
Bezug lebendig erzählen und gestalten

Mittwoch, 30. September 2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Online

Kinder lieben es, wenn man ihnen Geschichten erzählt. Für die Sprachentwicklung sind sie ein unerschöpflicher Schatz. Wie kann es gelingen, so lebendig und anschaulich zu erzählen, dass schon kleine Kinder (bis Grundschulalter) angesprochen werden und aktiv mitmachen können? Nach einer kurzen theoretischen Einführung werden ganz konkrete Beispiele, die einen religiösen Bezug haben, vorgestellt.

Martina Liebendörfer, Diplom-Pädagogin
8 €, Anmeldung bei der keb Ulm



Abenteuer Kirche

Kirchenraum entdecken für Familien

Samstag, 17. Oktober 2026, 10.00 - 12.00 Uhr

Dornstadt, Kirche St. Ulrich, Kirchplatz 7

Unsere Kirche steckt voller Geschichten, Symbole und besonderer Orte. Wir gehen gemeinsam auf Entdeckungstour. Mit Rätseln, Spielen und kleinen Überraschungen entdecken Groß und Klein zusammen das Gotteshaus.

Maria Grüner, Theologin
Sarah Scharpf, Dekanatsfamilienbeauftragte
Kostenfrei, Anmeldung bei der keb Ulm



Lichter leuchten in der dunklen Zeit

Laternen – Sankt Martin – Nikolaus

Dienstag, 3. November 2026, 19.00 - 20.30 Uhr

Online

An diesem Abend bekommen Sie einfache Praxisvorschläge - wie Verse, kleine Geschichten, Fingerspiele, Lieder, Bastelvorschläge - rund um die Themen Licht, Laternen, Sankt Martin und Nikolaus. Kleine Kinder (bis Grundschulalter) können so diese Zeit staunend und intensiv erleben.

Martina Liebendörfer, Diplom-Pädagogin
8 €, Anmeldung bei der keb Ulm



Religion erleben über die Sprache der Sinne

Wie kommt Gott ins Spiel?

**Donnerstag, 14. Januar 2027,
19.00 – 20.30 Uhr**

Online



An diesem Abend bekommen Sie nach ein wenig Theorie konkrete, ganz praktische Vorschläge, wie Gott im Familienalltag mit Kindern bis zum Grundschulalter ins Spiel gebracht werden kann. Mit Martina Liebendörfer, Diplom-Pädagogin

8 €, Anmeldung bei der keb Ulm

Erste Hilfe am Kind

Samstag, 6. Feb. 2027, 13.00 - 16 Uhr

Ulm, DRK Ulm, Frauenstr. 125



Samstag, 20. Februar 2027, 9.30 - 12.30 Uhr

Ehingen, DRK Außenstelle Ehingen, Mühlweg 10

Der Erste-Hilfe-Kurs wendet sich speziell an Eltern, Großeltern, Erzieher und an alle, die mit Kindern zu tun haben.

10 €, Anmeldung bei der keb Ulm

Was passiert in meinem Körper?

Mädchen, Jungen und ihre Eltern
in die Pubertät begleiten



Ulm-Wiblingen, Kath. Gemeindehaus am Tannenplatz

MFM (My Fertility Matters) ist ein sexualpädagogisches Präventionsprogramm, das 10 bis 12-jährige Mädchen und Jungen mit geschlechts-getrennten Workshops dabei unterstützt, einen positiven Bezug zu ihrem Körper zu entwickeln.

Elternvortrag: Freitag, 16. Okt. 2026, 19.30 - 21.30 Uhr

Mädchen-Workshop „Die Zyklusshow“:

Samstag, 17. Oktober 2026, 08.30 - 13.30 Uhr

Jungen-Workshop „Agenten auf dem Weg“:

Samstag, 17. Oktober 2026, 14.00 - 18.30 Uhr

Clarissa Henle, Jürgen Henle, zertifizierte MFM-Kursleiter

30 € für den Workshop einschließlich Elternvortrag

Anmeldung bei der keb Ulm (mit SE Ulm-Basilika)

Eltern–Kind–Gruppen vor Ort

Etwa 50 „Spielgruppen“ bieten Eltern mit kleinen Kindern von 0 bis 3 Jahre in Ulm und im Alb-Donau-Kreis in Zusammenarbeit mit der keb Treffen und Impulse.



Kontakt: Fragen Sie bei uns an, wenn Sie für sich und Ihr Kind / Ihre Kinder Anschluss an eine Gruppe suchen. Oder möchten Sie eine neue Gruppe gründen, bzw. leiten Sie eine Spielgruppe und wünschen sich dabei Unterstützung? Rufen Sie einfach Sarah Scharpf bei der keb an: 0731/92060-24.

Online-Fortbildungen für Spielgruppen-Leitung

Den Herbst in der Eltern-Kind-Gruppe erleben

Montag, 21. September 2026, 10.00 – 11.00 Uhr

Nachhaltige Spielideen kommen zum Einsatz

Freitag, 9. Oktober 2026, 10.00 – 11.00 Uhr

Advent und Weihnachten in der Gruppe

Mittwoch, 25. November 2026, 10.00 – 11.00 Uhr

Martina Liebendörfer, Diplom-Pädagogin, Referentin für Frühpädagogik und frühkindliche religiöse Bildung

kostenfrei für Spielgruppen im Dekanat
Ehingen-Ulm, Kosten für Externe: 5 €
Anmeldung bei der keb



Grundlagen und Praxisideen Spielgruppen

Kompaktkurs für Leiter/innen und interessierte Mütter und Väter der Eltern-Kind-Gruppen

Samstag, 7. November 2026, 09.00 - 14.30 Uhr und

Samstag, 21. November 2026, 09.00 - 14.30 Uhr

Ulm, Haus der Begegnung, Grüner Hof 7

Ausführliche Informationen zu diesem Einführungskurs finden Sie auf unserer Homepage www.keb-ulm.de

Martina Liebendörfer, Diplom-Pädagogin

Leitung: Viktoria Fahrenkamp und Sarah Scharpf

80 € inkl. Kursmaterial; kostenfrei für Leitungen von Spielgruppen, die von der keb bzw. vom EBAM betreut werde.
Anmeldung bei: keb Ulm und EBAM

Matinee & Tee

Anregungen am Vormittag

Ökumenische Veranstaltungsreihe der keb Katholischen Erwachsenenbildung Ulm-Alb-Donau mit Evangelischem Bildungswerk Alb-Donau EBAM und Haus der Begegnung Ulm



Gezeichnet von Gott: Franz von Assisi und die

Stigmata aus Anlass seines 800. Todestags

Dienstag, 13. Oktober 2026, 10.00 – 11.30 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Als Franziskus vor genau 800 Jahren starb, soll er die Wundmale Jesu an seinem Leib getragen haben. Was hat es damit auf sich? Referent: Dr. Oliver Schütz

Brautbriefe aus Zelle 92

Briefe: Dietrich Bonhoeffer und Maria von Wedemeyer

Dienstag, 17. November 2026, 10.00 – 11.30 Uhr

Ulm, Haus der Begegnung, Grüner Hof 7

Der Pfarrer und Widerstandskämpfer und die 18 Jahre jüngere Frau hatten wenig Zeit miteinander. Die ungewöhnliche Verlobungszeit, die erst in der Haft beginnt, endet mit der Hinrichtung Bonhoeffers. Die Briefe zeigen, wie sich über die räumliche Trennung hinweg eine Liebe von verwandelnder Intensität entwickelte. Referentin: Pfarrerin Andrea Luiking

Maria selbdritt: Mirjam - Maria - Maryam

Dienstag, 8. Dezember 2026, 10.00 – 11.30 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Am Tag "Mariä Empfängnis" geht es um das vielfältige Bild der Gottesmutter. Was erfahren wir aus der Bibel über Maria? Wie wird sie im Koran vorgestellt? Was erzählen Legenden und Traditionen über sie? Referent: Dr. Oliver Schütz

Vergebung und Versöhnung – wie kann das gelingen?

Dienstag, 19. Januar 2027, 10.00 – 11.30 Uhr

Ulm, Haus der Begegnung, Grüner Hof 7

Menschen enttäuschen und verletzen einander. Danach sitzt der Schmerz oft tief, begleitet von heftigen Gefühlen. Vergebung kann helfen, von Bitterkeit und Enttäuschung frei zu werden. Der Vortrag geht theologischen und psychologischen Aspekte nach. Referent: Klaus Hoof, Pfarrer i.R.

Spätzle, Smoking, Exzellenzen

Ein schwäbischer Protokollchef plaudert

Dienstag, 9. Februar 2027, 10.00 – 11.30 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Am Fastnachtsdienstag erfahren wir unterhaltsam und hintergründig einiges über den Politikbetrieb in Stuttgart.

Es geht um große Köpfe und kleine Pannen, um die richtige Verkleidung und die Menschen hinter den Masken.

Referent: Werner Schempp, Ministerialdirigent a.D.

Eintritt frei, freiwilliger Beitrag von 5 € für das Brezelfrühstück. Anmeldung bis zum Vortag jeweils am Ort des Termins bei: Haus der Begegnung Ulm, Tel. 0731/92 000 0 bzw. Bischof-Sproll-Haus / keb, Tel. 0731/9206020

Ökumenische Treffen für Mitarbeitende in der Seniorenarbeit

Erde, Wasser, Feuer und Luft (Teil II)

Dienstag, 13. Oktober 2026, 14 - 17 Uhr

Ehingen, Jugendheim ev. Kirche, Lindenstr.25

Donnerstag, 15. Oktober 2026, 14 - 17 Uhr

Dornstadt, Gemeindehaus St. Ulrich, Kirchplatz 7

Montag, 19. Oktober 2026, 9 - 12 Uhr

Ulm, Haus der Begegnung, Grüner Hof 7

Dienstag, 20. Oktober 2026, 14 - 17 Uhr

Oberdischingen, Gemeindehaus Maria Königin, Schlossplatz 8

Freitag, 23. Oktober 2026, 14 - 17 Uhr

Blaubeuren, Matthäus-Alber-Haus, Klosterstr. 12

Die Symbole Feuer und Luft werden tiefer gehend betrachten. Neben Impulsen und kurzen Aktivitäten bleibt Zeit für Gespräche und Austausch.

Marianne Rudhard und Elisabeth Vögele

5 € (Kaffee, Gebäck und Materialien)

Anmeldung bei der keb Ulm oder beim Kooperationspartner Evangelisches Bildungswerk Alb-Donau EBAM



Markt der Möglichkeiten

Ideen für ein gutes Leben im Alter entdecken

Donnerstag, 1. Oktober 2026, 16.30 – 18.30 Uhr

Hüttisheim, Gemeindehalle, Kirchweg 29

Wie kann ein gutes Leben im Alter in unseren Gemeinden gelingen? Vertreter/innen verschiedener Initiativen und Organisationen stellen ihre Angebote in kurzen Impulsen vor.

Über-Gänge (nicht nur) im Advent

Adventsimpulse

Donnerstag, 19. November 2026, 16.30 – 18.30 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Der Advent lädt uns ein, Übergänge bewusst zu gestalten: vom alten zum neuen Jahr, von der Aktivität zur Besinnung oder von einer Lebensphase in die nächste. Mit Ulli Körner.

Beide Angebote sind kostenfrei.

Das Forum Teilhabe im Alter fördert den Austausch und die Vernetzung von haupt- und ehrenamtlich Engagierten, die sich für und mit älteren Menschen einsetzen.

Informationen und Anmeldung beim Veranstalter: Caritas, Forum Teilhabe im Alter, Carmen Diller, E-Mail: diller.c@caritas-dicvrs.de, Tel.: 0171 5362506

ERNÄHRUNG

Geschmacksache

Warum wir essen, wie wir essen



Montag, 25. Januar 2027, 19.00 – 20.30 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Hybrid: auch Online-Teilnahme möglich, Link: [keb Ulm](#)

Warum greifen wir zu bestimmten Lebensmitteln? Woran erkennen wir echten Hunger und weshalb fühlen wir uns nach manchen Mahlzeiten rundum wohl – nach anderen jedoch nicht? Der Vortrag nimmt Sie mit auf die spannende Reise eines Bissens – von der ersten Wahrnehmung bis zur Verdauung. Verständlich erfahren Sie, wie Hunger, Sättigung und Gewohnheiten unser Essverhalten beeinflussen.

Kerstin Geiselman, Ernährungsberaterin, keb-Referentin

Teilnahme kostenlos, freiwilliger Beitrag willkommen

Atemkurse: Erfahrbarer Atem

Neu-Ulm, "Atemräume", An der Schießmauer 26

Kurs 1 - montags 9.00 - 10.30 Uhr:

14.9. / 28.9. / 12.10. / 19.10. / 2.11. / 9.11. / 16.11. / 23.11.
/ 30.11. / 7.12. / 14.12. 2026

Kurs 2 - donnerstags 9.00 - 10.30 Uhr:

17.9. / 8.10. / 15.10. / 22.10. / 26.11. / 3.12. / 10.12.2026

Kurs 3 - dienstags 17.30 - 19.00 Uhr:

15.9. / 29.9. / 13.10. / 20.10. / 3.11. / 10.11. / 17.11. /
24.11. / 8.12. / 15.12. 2026

65 € (für 5 Termine, freie Terminwahl, Einstieg jederzeit)

Körper, Geist und Seele - Innen und Außen - alles ist verbunden durch den Atem. Die Kurse bieten leicht auszuführende Körperübungen. Sie fördern die Lebenskraft, Präsenz, Gelassenheit und Kreativität.

Anmeldung bei der Veranstalterin Margaretha Zipplies:
margaretha@atem-tanz.de, www.atem-tanz.de

Meditativer Tanz

Kraft schöpfen aus ruhiger Bewegung

Mittwochsgruppen

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Olgastr. 137, Saal im Hof

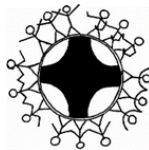
14.10. / 11.11. / 25.11. / 9.12.2026 / 13.01. / 27.01. /
10.02. / 24.02.2027

Kurs 1 von 16.30 bis 18.00 Uhr

Kurs 2 von 19.00 bis 20.30 Uhr

Leitung: Dorothee Ignat, Blaustein

64 € (für 8 Termine)



Donnerstagsgruppe

Neu-Ulm, „Atemräume“, An der Schießmauer 26

17.09. / 15.10. / 26.11. / 10.12.2026, 19.30 - 21.00 Uhr

Leitung: Margaretha Zipplies, Neu-Ulm

32 € (für 4 Termine)

Meditativer Tanz, das sind einfache, ruhige oder auch beschwingte Kreistänze, die in die eigene Mitte kommen lassen. Sie schaffen die Möglichkeit zur Ruhe zu finden, Kraft schöpfen und in Einklang mit sich, dem eigenen Körper, mit der Gruppe und dem ganzen Umfeld zu kommen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Anmeldung: keb Ulm

Tanztag

Ein Tag mit meditativen Tänzen nur für mich!

Samstag, 14. November 2026, 10.00 – 17.00 Uhr

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Herzliche Einladung an alle, die Freude an neuen bewegenden Erfahrungen haben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Cäcilia Bierer und Dorothee Ignat, Tanzleiterinnen

30 €, Anmeldung bei der keb Ulm

ENGLISCH

Englischkurs in Ulm

English easy



Donnerstags, 10.00 bis 11.30 Uhr, 3.9. / 10.9. / 1.10. / 15.10. / 5.11. / 19.11. / 3.12. / 17.12.2026

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Raum 2.12, Olgastr. 137

Englischkurs ohne Leistungsdruck und Prüfungen. Für Wiedereinsteiger und alle mit einfachen Vorkenntnissen.

Dr. Oliver Schütz, Master of Arts (USA)

5 € je Termin, Anmeldung bei der keb (Warteliste)

PRÄVENTION

Prävention von sexuellem Missbrauch

Grundwissen,
Früherkennung,
Reaktionsmöglichkeiten



Schulungen für Ehrenamtliche in Kirche, Verbänden und Gruppen

Mittwoch, 30. Sept. 2026, 19.00 - 20.30 Uhr (A1)

Online-Schulung

Maria Grüner, Dekanatsreferentin



Donnerstag, 8. Oktober 2026, 15.30 - 18.30 Uhr (A2)

Ulm, Bischof-Sproll-Haus, Saal im Hof, Olgastr. 137

Dr. Anna Eberhardt, Universität Ulm

Kostenfrei, einschl. Teilnahmebestätigung. Anmeldung bei der Dekanatsgeschäftsstelle Ehingen-Ulm, Tel. 0731/9206010, dekanat.eu@drs.de Veranstalter: Dekanat mit keb

keb Katholische Erwachsenenbildung Ulm-Alb-Donau e.V.
fördert und vertritt die Erwachsenenbildung im Bereich des
katholischen Dekanats Ehingen-Ulm. Der gemeinnützige
Verein wurde am 1. Oktober 1975 in Ehingen
gegründet und ist im Vereinsregister Ulm
eingetragen unter: Nr. 609.



Vorstand

Margarete Hegenauer, Vorsitzende
Monika Lederle, Stellv. Vorsitzende
Christl Drollinger, Stephan Walburger, Dr. Manuela
Wiedemann; Dekan Ulrich Kloos, Dr. Oliver Schütz

QUALITÄT

Die keb Katholische Erwachsenenbildung Ulm-Alb-Donau e.V.
ist durch die SQ Cert GmbH für das **Qualitätsmanagement**
angelehnt an ISO 9001 zertifiziert nach QVB Stufe B,
Zertifikat: 1208-2025-15



KALENDER: EINZELVERANSTALTUNGEN DER KEB

Wiblingen und Abt Werner, 6.9.	S. 14
Christentum und Islam, 10.9.	S. 12
Tag des offenen Denkmals, 13.9.	S. 14
Liebe vergeht, Hektar besteht – Führung, 18.9.	S. 23
Friedensglocken: Musik und Texte, 18.9.	S. 4
Familienrituale, 29.9.	S. 32
Geschichten für Kinder erzählen, 30.9.	S. 35
Wiblingen und Abt Werner, 3.10.	S. 14
Franz von Assisi-Stadtführung Ulm, 3.10.	S. 5
Märchentag, 3.10.	S. 17
Franz von Assisi in Erbach, 5.10.	S. 5
Sonnengesänge, 9.10.	S. 5
Kloster Neresheim, 10.10.	S. 14
Frieden für das Heilige Land, 12.10.	S. 3
Kinder und gesunde Ernährung, 13.10.	S. 32
Franziskus und seine Stigmata, 13.10.	S. 6
Hochzeitsbräuche – Stadtführung, 15.10	S. 23
Kabarett mit Marlies Blume, 16.10.	S. 20
My Fertility Matters, 16./17.10.	S. 36
Familiensingen, 17.10.	S. 32
Familien-Abenteuer Kirche, 17.10.	S. 35

KALENDER: EINZELVERANSTALTUNGEN DER KEB

Bruder Feuer: Franz von Assisi, 17.10.	S. 6
Orgel-Mixtur, 18.10.	S. 23
Ulmer Münster vor der Reformation, 19.10.	S. 15
Zeit für mich-Abendseminar, 20.10.	S. 27
ADHS weiblich, 21.10.	S. 28
Workshop Jahreszeitenküche, 22.10.	S. 24
Männer-Frauen-Kommunikation, 22.10.	S. 24
Frauenprojekttag, 24.10.	S. 21
Laternen, Sankt Martin, Nikolaus, 3.11.	S. 35
Katholiken und Juden, 3.11.	S. 11
Zukunft als Paar, 4.11.	S. 24
Martin von Tours, 5.11.	S. 7
Juden und Christen in Ulm, 7.11. und 13.11.	S. 11
Hildegard Knef – ihr Leben, 7.11.	S. 19
Alter Friedhof Ulm, 12.11.	S. 15
Licht in dunklen Zeiten, 13.11.	S. 27
Tanztag, 14.11.	S. 42
Kraftquellen für die Familie, 16.11.	S. 33
Der Petersdom in Rom, 18.11.	S. 15
ADHS verstehen, 19.11.	S. 29
Das Alte Testament, 19.11.	S. 9
Kindheitserfahrungen, 23.11.	S. 33
Das Konstanzer Konzil, 3.12.	S. 12
Weihnachtslieder aus aller Welt, 4.12.	S. 10
Maria selbdritt, Matinee, 8.12.	S. 38
Frieden in der Bibel, 10.12.	S. 3
Besuch in Argentinien, 17.12.	S. 13
Weihnachtsbräuche im Museum, 20.12.	S. 10
Religion in der Erziehung, 14.1.	S. 36
Entspannt durch die Pubertät, 18.1.	S. 31
ADHS verstehen, 20.1.	S. 29
Paartag, 23.1.	S. 25
Geschmacksache: wie wir essen, 25.1.	S. 40
Hildegard Knef – zum Gedenken, 1.2.	S. 19
Rilke und Religion, 2.2.	S. 16
Erste Hilfe am Kind, Ulm, 6.2. und 20.2.	S. 36
Ein schwäbischer Protokollchef plaudert, 9.2.	S. 39
Angst und Vertrauen, 13.2.	S. 28
Glücksworkshop, 27.2.	S. 28

Mehr Informationen

Auf www.keb-ulm.de finden Sie zusätzliche Informationen zu unseren Veranstaltungen sowie die Möglichkeit zur Online-Anmeldung per **QR-Code**:

