

## Kosten EPL und KEK

**Kursgebühr** 120,- € (EPL) bzw. 260,- € (KEK)  
pro Paar für den kompletten Kurs  
KEK-Family II (Kurs 9)  
plus 50,- € Familienpauschale für Kinderbetreuung

**Verwaltungsgebühr für Ab- und Ummeldungen:** 25,- €

### Ausfallgebühr

» **Stornokosten für Kursgebühr:**  
bei Absage innerhalb von 4 Wochen vor Kursbeginn 50,- € (EPL)  
bzw. 100,- € (KEK), falls keine Ersatzbelegung gefunden werden kann.

» **Bzgl. Stornokosten für Unterkunft und Verpflegung**  
verweisen wir auf die Gebührenordnung des betreffenden Hauses.

**Übernachtung und Vollpension** bei folgenden Kursen:  
EPL-Kursform (B), KEK-Kurse Nr. 7, 12 und 18.

» Die Kursanmeldung für diese Kurse beinhaltet auch die Buchung von Übernachtung und Vollpension, die wir an das entsprechende Tagungshaus weitergeben.

» Diese Kosten rechnet das betreffende Tagungshaus direkt mit Ihnen ab.

» Den jeweiligen Gesamtpreis (Ü/VP) pro Paar und Kurs finden Sie in der nachfolgenden Übersicht der Tagungshäuser.

## Tagungshäuser / Kosten Ü/VP

### Abtei Frauenwörth, Frauenchiemsee

www.frauenwoerth.de  
EPL: Ü/VP 352,- € (pro Paar)

### Aktionszentrum Benediktbeuern

www.aktionszentrum.de  
EPL: Ü/VP 210,- € (pro Paar)  
KEK: Ü/VP 300,- € (pro Familie)

### Bildungshaus Kloster Scheyern

www.kloster-scheyern.de  
EPL: Ü/VP 242,- € (pro Paar)

### Bildungshaus St. Michael, Matrei

www.st.michael-dibk.at  
KEK: Ü/VP 850,- € (pro Paar)  
Ü/VP 210,- € (pro Kind ab 4 Jahren)

### Kloster Bernried am Starnberger See

www.bildungshaus-bernried.de  
EPL: Ü/VP ca. 230,- € (pro Paar)

### Landvolkshochschule Petersberg, Erdweg

www.der-petersberg.de  
EPL: Ü/VP 182,- € (pro Paar)

### Pallotti-Haus, Freising

www.pallottiner-freising.de  
KEK: Ü/VP 220,- € (pro Paar)

## Info und Anmeldung

### Information

zu EPL-, KEK- und APL-Kursen  
in der Region München und Oberbayern  
www.paarkommunikation.info



zur Entwicklung und Konzeption der Kurse  
www.institutkom.de

zum deutschlandweiten Angebot  
www.epl-kek.de

### Kursanmeldung

- » bis fünf Wochen vor Kursbeginn bei Übernachtungskursen
- » bis zwei Wochen vor Kursbeginn bei Kursen ohne Übernachtung



» zum EPL-Kurs  
für junge Paare in fester Beziehung,  
Hochzeitspaare und Jungverheiratete  
unter [www.paarkommunikation.info](http://www.paarkommunikation.info) (EPL)  
Sekretariat Ehevorbereitung  
Tel. 089/2137-1549  
ehvorbereitung@eomuc.de

### » zum KEK-Kurs

für (Ehe-)Paare in langjähriger Beziehung  
bzw. in Zweitbeziehung / -ehe  
unter [www.paarkommunikation.info](http://www.paarkommunikation.info) (KEK)  
Sekretariat Ehebegleitung  
Tel. 089/2137-3110  
ehbegleitung@eomuc.de



» zum APL-Kurs  
für Paare, die bereits EPL oder KEK besucht haben  
unter [www.paarkommunikation.info](http://www.paarkommunikation.info) (APL)  
Sekretariat Ehebegleitung  
Tel. 089/2137-3110  
ehbegleitung@eomuc.de

### Postanschrift

**Erzbischöfliches Ordinariat München**  
Fachbereich Ehevorbereitung und -begleitung  
Kommunikationstraining für Paare (EPL und KEK)  
Postfach 33 03 60, 80063 München

## Hinweise

### Allgemeine Hinweise zu den Kursen

- » Alle EPL- und KEK-Kurse finden ohne **Kinderbetreuung** statt, mit Ausnahme von „KEK-Family“ (Kurse 9 und 18) sowie „KEK-Holiday“ (Kurs 12).
- » Die Teilnahme an den Kursen ist **unabhängig** von Familienstand, Konfession oder Religion.
- » Die Kurse sind **präventiver** Natur und nicht geeignet für Paare mit schwerwiegenden Konflikten; diesen Paaren empfehlen wir eine Paarberatung (z. B. unter [www.eheberatung-oberbayern.de](http://www.eheberatung-oberbayern.de)).
- » Bitte beachten Sie die **Teilnahmebedingungen** und die **Datenschutzhinweise** unter [www.paarkommunikation.info](http://www.paarkommunikation.info).  
Mit Ihrer Anmeldung erkennen Sie diese an. Ihre Daten werden im Rahmen der Kursverwaltung EDV-technisch bearbeitet. Der gesetzliche Datenschutz wird gewährleistet. Weitere datenschutzrechtliche Informationen finden Sie unter [www.ehe-und-familie.info/datenschutz.php](http://www.ehe-und-familie.info/datenschutz.php). Ergänzender Hinweis: Wenn Sie keine weiteren Informationen mehr von uns erhalten wollen (Programmheft, Info-Mails), teilen Sie uns das bitte telefonisch (089/2137-3110) oder per Mail mit: [ehbegleitung@eomuc.de](mailto:ehbegleitung@eomuc.de).

### Unsere Kooperationspartner

Institut für Kommunikationstherapie e.V. / Kath. Kreisbildungswerke Dachau, Ebersberg, Fürstenfeldbruck, Rosenheim, Traunstein / Münchner Bildungswerk / Bildungszentrum Rosenheim / Bildungszentrum Freising / Bildungshaus St. Michael, Matrei / Pallotti Haus Freising / Hochschulgemeinden in München / Aktionszentrum Benediktbeuern / Haus Petersberg / Kloster Scheyern / Kloster Bernried / Kath. Eheberatung in der Erzdiözese München und Freising e.V.

### Bücher und DVDs zum Kurs

Engl, Joachim / Thurmaier, Franz  
**Wie redest du mit mir?  
Fehler und Möglichkeiten in der Paarkommunikation.**  
Kreuz Verlag, 2012

Engl, Joachim / Thurmaier, Franz  
**Damit die Liebe bleibt**

Richtig kommunizieren in mehrjährigen Partnerschaften – basierend auf den Paartrainings EPL und KEK,  
Huber Verlag, 2012

Engl, Joachim / Thurmaier, Franz  
**Gelungene Kommunikation ... damit die Liebe bleibt.**  
Interaktive DVDs auf der Basis von EPL bzw. KEK  
Bezug: [www.institutkom.de](http://www.institutkom.de)

Kursentwicklung: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie, Rückertstraße 9 · 80336 München · [www.institutkom.de](http://www.institutkom.de)  
Programmautoren: **EPL** Dr. F. Thurmaier, Dr. J. Engl, Prof. Dr. K. Hahlweg (TU Braunschweig) / **KEK** Dr. J. Engl, Dr. F. Thurmaier

**Bundesweite Ansprechpartnerin und Herausgeberin**  
Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung e.V.  
Mainzer Straße 47 · 53179 Bonn · [www.akf-bonn.de](http://www.akf-bonn.de)

## APL-Aufbaukurse

Beziehung braucht Pflege und eine gute Gesprächskultur will ebenfalls weiterhin gepflegt werden. Dazu laden wir alle Paare ein, die einen EPL- oder KEK-Kurs besucht haben:

### 1. APL-Abendgespräche

#### Anliegen:

- » Gesprächsfertigkeiten auffrischen
- » Paargespräche mit individuellen Themen führen
- » gecoacht durch erfahrene Kommunikationstrainer
- » mit Tipps für den Beziehungsallday

**Termine:** 19. Februar, 19. März, 19. Juli, 19. Sept., 19. Nov. 2019  
(können jeweils einzeln besucht werden)

**Zeit:** 18.00 – 20.30 Uhr

**Ort:** Rückertstraße 9, 80333 München,  
(10 Min. vom Hbf, U-Bahn Theresienwiese)

**Kosten:** 20,- € pro Paar und Abend

**Information und Anmeldung:**  
[www.paarkommunikation.info](http://www.paarkommunikation.info)

### 2. APL-Aufbaukurse

#### Anliegen:

- » Kommunikation auffrischen
- » intensive Paargespräche führen
- » neue Themen anpacken
- » sich viel Zeit dafür nehmen

**Wochenendseminare** (zentral in München, auf Frauenchiemsee, am Petersberg, in Benediktbeuern) mit folgenden **Themenfeldern:**

- » „Konstruktive Konfliktbewältigung“
- » „Stressbewältigung (SPL)“
- » „Lebenswenden“
- » „Work-Life-Balance“ (auch mit Kinderbetreuung)
- » „Familienklima“ (auch mit Kinderbetreuung)

**Informationen, Termine und Anmeldung unter:**  
[www.paarkommunikation.info](http://www.paarkommunikation.info)

### Impressum

Erzdiözese München und Freising (KdöR) vertreten durch das  
Erzbischöfliche Ordinariat München  
Generalvikar Dr. Dr. Peter Beer, Kapellenstr. 4, 80333 München.

### Herausgegeben von:

Ressort Seelsorge und kirchliches Leben  
Fachbereich Ehevorbereitung und -begleitung  
Kontakt und inhaltliche Verantwortung:  
Robert Benkert  
[www.paarkommunikation.info](http://www.paarkommunikation.info)

UID-Nummer: DE811510756



ERZBISCHÖFLICHES ORDINARIAT  
MÜNCHEN

## Info-Veranstaltungen zu EPL und KEK



### „Das Geheimnis zufriedener Paare“ – Vortrag und Diskussion

Als Paar auf Dauer glücklich zu leben, ist großartig, aber nicht selbstverständlich. Wie das gelingen bzw. was man dafür tun kann, davon soll an diesem Abend die Rede sein. Außerdem werden die Gesprächstrainingsprogramme EPL/KEK vorgestellt.

**Zeit:** jeweils 19.30 – ca. 21.00 Uhr;

**Kosten:** 6,- € pro Person;

**Anmeldung** bitte bis 5 Tage vor dem Termin unter  
089/2137-3110 oder [ehbegleitung@eomuc.de](mailto:ehbegleitung@eomuc.de)

**Di, 29. Januar**

**Dachau**

Dachauer Forum, Ludwig-Ganghofer-Str. 4

**Do, 7. Februar**

**Fürstenfeldbruck**

Pfarrzentrum St. Bernhard, St.-Bernhard-Str. 2

**Fr, 8. Februar**

**Kolbermoor**

Evangelisches Gemeindehaus, Mitterharterstr. 3

**Di, 26. März**

**München-Zentrum**

Münchner Bildungswerk, Dachauer Str. 5/II

**Mi, 10. April**

**Freising**

Zentrum der Familie, Kammergasse 16

**Mo, 6. Mai**

**Rosenheim**

Bildungszentrum, Pettenkoflerstr. 5

**Di, 4. Juni**

**München-Neuaubing**

Pfarrzentrum St. Lukas, Aubingerstr. 63

**Mi, 10. Juli**

**Traunstein**

Katholisches Kreisbildungswerk, Vonfichtstr. 1

**Do, 10. Oktober**

**München-Zentrum**

Münchner Bildungswerk, Dachauer Str. 5/II

**Di, 12. November**

**Ebersberg**

Katholisches Kreisbildungswerk,  
Pfarrer-Bauer-Str. 5



„Damit wir uns

Gesprächstrainings für Paare

besser

verstehen“

bewährt und  
30 Jahre  
weiterentwickelt

**EPL** – EIN PARTNERSCHAFTLICHES LERNPROGRAMM

**KEK** – KONSTRUKTIVE EHE UND KOMMUNIKATION

**APL** – AUFBAUKURSE

PARTNERSCHAFTLICHES LERNPROGRAMM

ERZDIÖZESE MÜNCHEN UND FREISING

2019

## EPL

4 Paare

2 Trainer/innen

6 Themen

### Das Beziehungs-Coaching

für Paare am Beginn ihrer Beziehung

„Wir verstehen uns!“

Bewusst machen, was Verständnis fördert.

„Ich kann mit dir reden, auch wenn ich sauer bin!“

Gefühle offen aussprechen.

„Wir kommen einen Schritt weiter!“

Meinungsverschiedenheiten lösen.

„Das wünsche ich mir in unserer Beziehung!“

Erwartungen aussprechen.

„So stelle ich mir unsere erotische Beziehung vor!“

Sich über Intimität und Sexualität austauschen.

„Das trägt mich und uns!“

Über Wertvorstellungen und Glauben reden.



Sich als Paar gut zu verstehen, ist eine wunderbare Erfahrung, die nicht immer so einfach gelingt. Missverständnisse und Enttäuschungen führen im Laufe einer Beziehung leicht zu Streiterei oder „Funkstille“.

Eine konstruktive Gesprächskultur kann wesentlich dazu beitragen, sich neu zu verstehen und einander nahe zu sein.

### Hier setzen die Gesprächstrainings an

» Die Paare üben zunächst grundlegende Gesprächsfertigkeiten ein.

» Dann bespricht jedes Paar für sich in einem eigenen Raum die Themen, die ihm aktuell für die Partnerschaft wichtig sind.

» Dabei werden sie von Trainerinnen und Trainern gecoacht: Sie unterstützen die Paare darin, die Gesprächsfertigkeiten anzuwenden, ohne sich inhaltlich einzumischen.

### Hohe Qualität

Die Trainings wurden vom Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie, München, entwickelt und evaluiert. Wissenschaftliche Begleitstudien zeigen, dass Paare auch noch Jahre nach dem Kurs von der Teilnahme profitieren.

### Günstiger Preis

Die Gesprächstrainings werden mit Kirchensteuer-Mitteln subventioniert. Deshalb ist es möglich, ein hochqualifiziertes Coaching zu einem günstigen Preis anzubieten.

## EPL Ein Partnerschaftliches Lernprogramm

für junge Paare und Paare vor bzw. nach der Hochzeit

### Termine 2019

- 1 2. + 3. Feb.** **München-Haidhausen (C)**  
Johann Michael Sailer Haus, Preysingstr. 89
- 2 15. – 17. Feb.** **Dachau (A)**  
Dachauer Forum, Ludwig-Ganghofer-Str. 4
- 3 23. + 24. Feb.** **München-Zentrum (C)**  
Erzbischöfliches Ordinariat, Schrammerstr. 3
- 4 15. – 17. März** **Frauenchiemsee (B)**  
Abtei Frauenwörth
- 5 15. – 17. März** **Frauenchiemsee (dt./englisch) (B)**  
Abtei Frauenwörth
- 6 6. + 7. April** **München-Haidhausen (C)**  
Johann Michael Sailer Haus, Preysingstr. 89
- 7 10. – 12. Mai** **Frauenchiemsee (B)**  
Abtei Frauenwörth
- 8 18. + 19. Mai** **Eichenau (C)**  
Pfarrzentrum Hl. Schutzengel, Hauptstr. 2
- 9 24. – 26. Mai** **Bernried am Starnberger See (B)**  
Bildungshaus St. Martin, Klosterhof 8
- 10 28. – 30. Juni** **Frauenchiemsee (B)**  
Abtei Frauenwörth
- 11 5. – 7. Juli** **Benediktbeuern (B)**  
Aktionszentrum, Don-Bosco-Str. 1
- 12 26. – 28. Juli** **München-Schwabing (A)**  
KHG Uni, Leopoldstr. 11
- 13 20. – 22. Sept.** **Scheyern (B)**  
Bildungsh. Kloster Scheyern, Schyrenplatz 1
- 14 12. + 13. Okt.** **München-Neuaußing (C)**  
Pfarrzentrum St. Lukas, Aubingerstr. 63
- 15 18. – 20. Okt.** **Frauenchiemsee (B)**  
Abtei Frauenwörth
- 16 8. – 10. Nov.** **München-Schwabing (A)**  
Ausbildungszentr. PA, Franz-Joseph-Str. 6
- 17 15. – 17. Nov.** **Petersberg / Erdweg (B)**  
Landvolkshochschule, Petersberg 2
- 18 22. – 24. Nov.** **Rosenheim (A)**  
Bildungszentrum, Pettenkoferstr. 5

Nähere Informationen zu den einzelnen **EPL-Kursformen** (A) bis (C) finden Sie nebenan oder unter [www.paarkommunikation.info](http://www.paarkommunikation.info)

## KEK Konstruktive Ehe und Kommunikation

für Paare in mehrjähriger Beziehung oder Zweitbeziehung

### Termine 2019

- | Nr.       | Teil 1              | Teil 2                   | Kurs-Ort (Kursform)  |
|-----------|---------------------|--------------------------|--|
| <b>1</b>  | <b>18.+19. Jan.</b> | und <b>1.+2. Feb.</b>    | <b>München-Schwabing (B)</b><br>Eheberatung,<br>Franz-Josef-Str. 35                  |
| <b>2</b>  | <b>18.+19. Jan.</b> | und <b>22.+23. Feb.</b>  | <b>München – Zentrum (C)</b><br>Institut für Kommunikation,<br>Rückertstr. 9         |
| <b>3</b>  | <b>15.+16. Feb.</b> | und <b>1.+2. März</b>    | <b>Assling, Landkreis Ebersberg (B)</b><br>Pfarrzentrum St. Georg,<br>Mitterweg 11   |
| <b>4</b>  | <b>8.–10. März</b>  | und <b>5.+6. April</b>   | <b>Eichenau (A)</b><br>Katholisches Pfarrzentrum,<br>Hauptstr. 2                     |
| <b>5</b>  | <b>22.–24. März</b> | und <b>12.+13. April</b> | <b>München-Harlaching (A)</b><br>Eheberatung,<br>Lorenzonistr. 58                    |
| <b>6</b>  | <b>29.+30. März</b> | und <b>10.+11. Mai</b>   | <b>Dachau (B)</b><br>Dachauer Forum,<br>Ludwig-Ganghofer-Str. 4                      |
| <b>7</b>  | <b>5.+6. April</b>  | und <b>24.+25. Mai</b>   | <b>Freising (C)</b><br>Pallottihaus,<br>Pallottinerstr. 2                            |
| <b>8</b>  | <b>4.+5. Mai</b>    | und <b>18.+19. Mai</b>   | <b>München – Zentrum (G)</b><br>Münchner Bildungswerk,<br>Dachauer Str. 5/II         |
| <b>9</b>  | <b>29.+30. Juni</b> | und <b>27.+28. Juli</b>  | <b>München-Untermenzing (F)</b><br>Pfarrzentrum Maria Trost,<br>Ruess-Str. 47        |
| <b>10</b> | <b>5.+6. Juli</b>   | und <b>19.+20. Juli</b>  | <b>Rosenheim (B)</b><br>Bildungszentrum,<br>Pettenkoferstr. 5                        |
| <b>11</b> | <b>5.–7. Juli</b>   | und <b>19.+20. Juli</b>  | <b>München-Neuperlach (A)</b><br>Caritaszentrum,<br>Lüdersstr. 10                    |
| <b>12</b> | <b>12.–17. Aug.</b> |                          | <b>Matrei/Tirol (D)</b><br>Bildungshaus St. Michael,<br>Schöfens 12,<br>A-6143 Pfnos |



Nähere Informationen zu den einzelnen **KEK-Kursformen** (A) bis (G) finden Sie nebenan oder unter [www.paarkommunikation.info](http://www.paarkommunikation.info)

## Kursformen EPL

**(A) Wochenende:** Freitag 18.30 – 21.30 Uhr  
(ohne Übern.) Samstag 9.00 – 18.00 Uhr  
Sonntag 9.00 – ca.13.00 Uhr

**(B) Wochenende mit Übernachtung:**  
Freitag 18.00 Uhr bis Sonntag ca. 14.00 Uhr

**(C) zwei ganze Tage:** jeweils 9.30 – 18.00 Uhr

## Kursformen KEK

**(A) Zwei Wochenenden** ohne Übernachtung, Beginn Teil 1: 18.00 Uhr  
Teil 1 Teil 2  
Freitag 18.00 – 21.00 Uhr Freitag 18.00 – 21.00 Uhr  
Samstag 9.00 – 18.00 Uhr Samstag 9.00 – 18.00 Uhr  
Sonntag 9.00 – ca.12.30 Uhr

**(B) Zwei Wochenenden** ohne Übernachtung, Beginn Teil 1: 15.00 Uhr  
Teil 1 Teil 2  
Freitag 15.00 – 21.00 Uhr Freitag 18.00 – 21.00 Uhr  
Samstag 9.00 – 18.00 Uhr Samstag 9.00 – 18.00 Uhr

**(C) Zwei Wochenenden „Gelassen und gestärkt“ zur Thematik Stressbewältigung**  
Teil 1 Teil 2  
Freitag 15.00 – 21.00 Uhr Freitag 15.00 – 21.00 Uhr  
Samstag 9.00 – 18.00 Uhr Samstag 9.00 – 18.00 Uhr  
Kurs 7 mit Übernachtung; Kurse 2 und 14 ohne Übernachtung

**(D) Eine Ferienwoche „KEK-Holiday“**  
im Bildungshaus St. Michael, Matrei/Tirol  
mit Übernachtung und Kinderbetreuung  
Montag 14.00 Uhr – Samstag 14.00 Uhr  
Info und Anmeldung unter familienreferat@dibk.at  
(Tel. 0043-512-2230-4301)

**(E) Ein verlängertes Wochenende „KEK-Family I“**  
mit Kinderbetreuung (ab 3 J.), mit Übernachtung  
Samstag 10.00 Uhr – Montag (Ferien) ca. 17.00 Uhr

**(F) Zwei Wochenenden „KEK-Family II“**  
mit Kinderbetreuung (ab 3 J.), ohne Übernachtung  
Teil 1 Teil 2  
Samstag 9.00 – 18.00 Uhr Samstag 9.00 – 18.00 Uhr  
Sonntag 9.00 – ca.17.00 Uhr Sonntag 9.00 – ca.12.00 Uhr

**(G) Zweimal Samstag und Sonntag** ohne Übernachtung  
Teil 1 Teil 2  
Samstag 9.00 – 18.00 Uhr Samstag 9.00 – 18.00 Uhr  
Sonntag 9.00 – ca.17.00 Uhr Sonntag 9.00 – ca.12.00 Uhr

## KEK

4 Paare

2 Trainer/innen

7 Themen

### Das Beziehungs-Coaching

für Paare in mehrjähriger Beziehung

„Wir verstehen uns!“

Bewusst machen, was Verständnis fördert.

„Ich kann mit dir reden, auch wenn ich sauer bin!“

Gefühle offen aussprechen.

„Wir kommen einen Schritt weiter!“

Meinungsverschiedenheiten lösen.

„Was ich an dir schätze.“

Über Positives in der Beziehung reden.

„Wie reden wir im Alltag miteinander?“

Die Gesprächskultur weiterentwickeln.

„Unsere Beziehung ist lebendig.“

Veränderungen anschauen.

„Was uns zusammenhält.“

Sich der Stärken der Beziehung bewusst werden.