

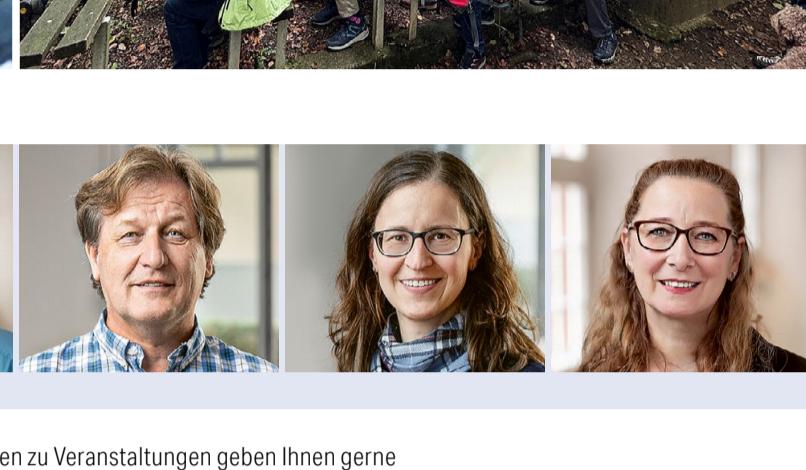
Mehr Sinn (er)leben 50 Jahre Bildung und Propstei



Bildungsprogramm

Januar bis April 2026

Bildung und Propstei



Unser Team

Dr. Guido Estermann, Leitung Bildung und Propstei
056 438 09 41, guido.estermann@kathaargau.ch

Concetta Gamper, Sekretariat Fachstelle
056 438 09 40, bildungundpropstei@kathaargau.ch

Dr. Bernhard Lindner
056 438 09 43, bernhard.lindner@kathaargau.ch

Alois Metz
056 438 09 42, alois.metz@kathaargau.ch

Dr. Isabelle Senn
056 438 09 44, isabelle.senn@kathaargau.ch

Letizia Witton, Sekretariat Bildung Propstei
056 201 40 49, sekretariat@propstei.ch

Informationen zu Veranstaltungen geben Ihnen gerne die verantwortlichen Mitarbeiter.

Bitte melden Sie sich bis spätestens 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn an bei:

Römisch-Katholische Kirche im Aargau

Fachstelle Bildung und Propstei

Feerstrasse 8, Postfach, 5001 Aarau

Telefon 056 438 09 40

bildungundpropstei@kathaargau.ch

Hier erhalten Sie auch Detailprogramme.

Besuchen Sie unsere Websites:

www.bildungundpropstei.ch oder www.propstei.ch

 Römisch-Katholische Kirche im Aargau

 EDUQUA

Bildungsprogramm

Januar – April 2026

Fr, 2. Januar, 18 Uhr bis
So, 4. Januar, 13.30 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Fr, 16. Januar, 17 Uhr bis
Sa, 18. April, 17 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Di, 20. Januar
19.30 bis 21 Uhr
(ohne Anmeldung)
Bullingerstube, Reformiertes Kirchgemeindehaus, Baden

Do, 29. Januar
19 bis 21.30 Uhr
(ohne Anmeldung)

Haus der Landeskirche, Feerstrasse 8, Aarau

Fr, 30. Januar, 18 Uhr bis
So, 1. Februar, 13.30 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Sa, 31. Januar
9.30 bis 16 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Sa, 7. / 28. Februar, 21. März und 25. April
jeweils 9 bis 17 Uhr
(Anmeldung bis 1. Februar)

Haus der Landeskirche, Feerstrasse 8, Aarau

Sa, 7. Februar
9.30 bis 16.30 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Sa, 14. Februar
9.30 bis 16.30 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Sa, 28. Februar
9.30 bis 16.30 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Sa, 28. Februar, 10 Uhr bis
So, 1. März, 13 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Mo, 2. März, 9.30 Uhr bis
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

17. bis 20 Uhr
(mit Anmeldung)

Haus der Reformierten, Aarau

Mi, 4./18. März und 1. April
(19.30 bis 21 Uhr)

(Katholisch) Pfarrzentrum «Treffpunkt», Rheinfelden

Do, 5. März
19.30 bis 21 Uhr
(19.30 Anmeldung)

Haus der Landeskirche, Feerstrasse 8, Aarau

Was will ich? Was ist wichtig?

Seminar zur integralen Standortbestimmung

Der Kurs bietet die Möglichkeit der persönlichen Rückschau, mit Blick auf das Kommende. Die Gestaltung von Übergängen ist verbunden mit Träumen, Zielen und Werten. **Lukas Niederberger**

Zen-Aufbaukurs (Meditation im Sitzen)

Weiterführung im Aufbaukurs

Der Aufbaukurs schliesst inhaltlich an den Besuch einer Zen-Einführung an. Er umfasst vier Einheiten und gibt einen fundierten Einblick in die Grundlagen der Zen-Meditation, die nahtlos und sehr hilfreich in die Übung des Zazen fließen. **Ursula Popp**

Info-Abend zur Reise und Vortrag

Jüdisches Leben in Antwerpen und das sephardische Judentum

Zur Vorbereitung der Studienreise nach Antwerpen, dem Jerusalem des Nordens, vom 17. bis 20. Mai 2026 nimmt der Abend das sephardische Judentum in den Blick und bietet Informationen zur Reise. **Eliane Moesch und Dr. Bernhard Lindner**

Infoabend

Pilgern und Reisen 2026

Die unterschiedlichen Reise- und Pilgerangebote der Fachstelle werden detailliert vorgestellt.

Der Abend bietet Informationen und Austausch. **Dr. Guido Estermann; Dr. Bernhard Lindner**

Ein Wochenende der Stille und inneren Einkehr

Zazenkai in Wislikofen

Im gemeinsamen Sitzen und still werden können Sie sich in die Praxis des Zen vertiefen – jenseits von Alltag und Ablenkung. Zen-Vorträge eröffnen dabei neue Perspektiven. **Klaus-Peter Wichtmann**

Winter / Wasser im 5-Phasen Qigong

Aus der Ruhe wächst die Kraft

Die Natur geht in den Winterschlaf. Doch in diesem Rückzug bereitet sich neues Leben vor. Die Wasserphase im QiGong steht für Ruhe und Einkehr. Sie gibt Raum, Kraft zu schöpfen, bevor mit dem Frühling ein neuer Zyklus beginnt. **Susanne Andrea Birke**

Einführungskurs

Grundlagen des Christentums & christlicher Glaube heute

Sie suchen eine fundierte Einführung in die christliche Religion und eine Gruppe, in der auch kritisches Nachfragen erwünscht ist? Dann sind sie genau richtig. Detailprogramm erhältlich. **Dr. Isabelle Senn**

Mögen deine Entscheidungen deine Hoffnungen spiegeln

Seminar mit der Methode der PRH-Persönlichkeitsentwicklung

Grosse und kleine Entscheidungen im Alltag so treffen, dass sie zu den persönlichen Hoffnungen passen. Jetzige Entscheidungsfindung in Ihrem täglichen Leben anschauen, um festzustellen, was gut funktioniert, was weniger. **Dr. Gabriele Kieser**

T'ai Chi Ch'uan – Schnuppertag

Erste Schritte in Meditation in Bewegung und im Sitzen

Erste Schritte mit Übungen zur Körperwahrnehmung, Körperhaltungen sowie Prinzipien, Figuren und Partnerübungen des Tai Chi (Yang-Stil). Wir verbinden es mit Sitzmeditation im Stil des Zen. **Stefan Lilischkis**

Wort, das tröstet und befreit

Lektorenkurs

In den biblischen Lesungen unserer Gottesdienste wird Gott in der Gestalt des Wortes gegenwärtig. Möglich wird dies, wenn die Texte angemessen vorgetragen werden. Der Kurstag bereitet Sie auf diesen Dienst vor. **Alois Metz**

Wo Liebe sich freut, da ist ein Fest – Ehevorbereitung

Wir trauen uns. Ein Tag zur Vorbereitung auf Ihre Hochzeit

Sie sind eingeladen, sich mit Ihrer Partnerin, Ihrem Partner Zeit zu nehmen, um über Ihre Partnerschaft, Ihre Liebe und die kirchliche Trauung ins Gespräch zu kommen. **Peter Michalik**

Ich bin Teil einer Entwicklung

Wo ist der Sinn, wenn sich alles ändert?

Veränderungsprozesse in Kirche prägen meine Befindlichkeit. Meine innere Haltung und Überzeugung sind Teil dieser Veränderungsprozesse. Wie kann ich dabei den Sinn behalten und finden? **Dr. Guido Estermann; Prof. Dr. Roger Dettling**

Kommunikation mit und ohne KI

Zielgruppen, Strategien, Botschaften für die Kommunikation

Praxisorientierter Kurs, um innovative und zielgruppenorientierte Ansätze zu entwickeln, die Verbindung zwischen Unternehmen und Menschen zu stärken sowie Botschaften effektiv zu vermitteln. **Jeannette Häsliger Daffré**

Lichttheilkreis

Heilwerden und zum Heil werden

Ein spiritueller Weg, der in die Tiefe führt, ist ein Hinabsteigen in den eigenen Seelengrund. Auf diesem Weg kommen wir in Berührung mit unserem Potenzial, unseres Fähigkeiten, unseres Verletzungen. **Claudia Nothelfer; Margrit Wenk-Schlegel**

Brunnentage mit Bibliodrama

Ausruhen

«Lerne Geduld zu haben wie der Baum ... Du wirst getragen sein bis an die offenen Türen. Lass dich vom Leuchten dieses Augenblicks zu führen, dich in der Schönheit aller Dinge auszuruhen.» **Sabine Tscherner; Dr. Nicolas Derkken**

4-teilige Kursreihe für Freiwillig-Engagierte

Einführungskurs Besuchsdienst

Glück und Freude schenken Kompetenzen, damit Besuch von Anfang an gelingen und Sie Menschen ein Stück

Männer-Palaver 9.

Die zweite Halbzeit entscheidet

Männer ab 40 sprechen über Leben, Glück, Spiritualität, Philosophie ... in der zweiten Halbzeit des Lebens. Auch das Gemütliche kommt nicht zu kurz. In Zusammenarbeit mit der Pfarrei Rheinfelden-Magden-Olsberg. **Florian Piller; Dr. Bernhard Lindner**

Ein Abend für Informationen und Austausch

Pilgerreisen auf dem Jakobsweg in Frankreich und Spanien

Beide Pilgerreisen vom 30. Mai bis 7. Juni 2026 von Paris nach Chartres und vom 26. September bis 11. Oktober 2026 von Porto nach Santiago werden vorgestellt. Beide Reisen werden spirituell geführt. **Dr. Bernhard Lindner**



Mehr Sinn (er)leben 50 Jahre Bildung und Propstei



Fr. 6. / 13. / 20. / 27. März, 17. / 24. April und 8. Mai
9.30 bis 11.15 Uhr
(Anmeldung bis 1. März)
Haus der Landeskirche, Feerstrasse 8, Aarau

Sa, 7. März, 16.30 Uhr bis
So, 8. März, 17 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

So, 8. bis Fr. 13. März
So, Di, Do, 18 bis 19 Uhr
Mo, Mi, Fr, 19.30 bis 21 Uhr
(mit Anmeldung)
Pfarreiheim, Sulz

Di, 10. März
19.30 bis 21 Uhr
(ohne Anmeldung)
Bullingerstube, Reformiertes Kirchgemeindehaus, Baden

Sa, 14. März
9.30 bis 16.30 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

So, 15. März, 12. April und 10. Mai
10 bis 13 Uhr
(ohne Anmeldung)
Treppunkt: Platz zwischen Bushaltestellen und SBB-Bahnhof Aarau

So, 15. März, 18 Uhr bis
Fr, 20. März, 13.30 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Fr, 20. März, 18 Uhr bis
So, 22. März, 13.30 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Sa, 21. März, 16.30 Uhr bis
So, 22. März, 16.30 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Fr, 27. März, 18 Uhr bis
Sa, 28. März, 16.30 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Sa, 28. März
9.30 bis 16.30 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Fr, 3. April, 16 Uhr bis
So, 5. April, 13 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Sa, 4. April
9.30 bis 16.30 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Fr, 10. April, 18 Uhr bis
So, 12. April, 13.30 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Sa, 12. April, 18.30 Uhr bis
Mi, 20. Januar 2027, 16 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Do, 23. April, 18 Uhr bis
So, 26. April, 15.30 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Sa, 9. / 23. Mai und 13. Juni
(Anmeldung bis 1. Mai)

Haus der Landeskirche, Feerstrasse 8, Aarau
Termine für Gruppenführungen auf Anfrage,
Dauer ca. 90 Minuten
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Fr, 12. Juni
17 bis 20 Uhr
(mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

So, 14. Juni
10 bis 17 Uhr
(Brunch mit Anmeldung)

Propstei Wislikofen

Weitere Veranstaltungsinformationen finden Sie unter

www.bildungundpropstei.ch

056 438 09 40

Bildungsprogramm

Januar bis April 2026

Bildung und Propstei



Theologie 60+: 7 Matineen

Menschenbilder in der Bibel

Schlaglichter aus der jüdisch-christlichen Tradition auf den Menschen und seinen Körper. Detailprogramm erhältlich.

Dr. Isabelle Senn und Dr. Bernhard Lindner

Paarlife®-Workshop

Was Paare stark macht

Glückliche Partnerschaft lebt vor allem vom Engagement beider Partner. In einer angenehmen und diskreten Atmosphäre gehen Sie dem nach, was Ihre Beziehung stärkt. **Peter Michalik**

Fastenwoche

Mein Leben neu beginnen durch Fasten

Veränderung fängt bei Dir selbst an. Eine Woche Heil-Fasten bedeutet Wandel beim Essen, Konsumieren und bringt

Bewegung ins Leben. Eine Fastengruppe mit Gesprächen, Spaziergängen, Heubad etc. **Sabine Rüede; Dr. Bernhard Lindner**

Vortrag in Zusammenarbeit mit der CJA Aargau

Der Name Gottes in der Tora

In der Begegnung Gottes mit Mose im Brennenden Dornbusch offenbart Gott seinen Namen. Rabbiner Müller lässt uns an der jüdischen Lektüre und Auslegung des Buches Exodus teilhaben. **Rabbiner Aaron Müller; Eliane Moesch; Dr. Bernhard Lindner**

Wo Liebe sich freut, da ist ein Fest – Ehevorbereitung

Wir trauen uns. Ein Tag zur Vorbereitung auf Ihre Hochzeit

Sie sind eingeladen, sich mit Ihrer Partnerin, Ihrem Partner Zeit zu nehmen, um über Ihre Partnerschaft, Ihre Liebe und

die kirchliche Trauung ins Gespräch zu kommen. **Peter Michalik**

Stadtspaziergang in Aarau

Fremd in Aarau? Das muss nicht sein!

Wanderung durch das Städtlein und seine nähere Umgebung. Wir lernen uns und kulturell fremd Gewordenes zu verstehen. Eingeladen sind Zugezogene, Geflüchtete und Einheimische. **Beat Näf; Suzanne Frey-Kupper; Dr. Bernhard Lindner**

«Acht Säulen der Freude» nach Desmond Tutu und Dalai Lama

Kontemplationswoche via integralis

Der Weg in die eigene Tiefe erfordert Entschiedenheit und eine radikale Bereitschaft, ganz da zu sein in dem, was jetzt gerade ist. Ganzes Kurs im Schweigen. **Margrit Wenk-Schlegel; Charlie Wenk-Schlegel**

Zen-Einführung

Grundlagen des Zens

Einführung in die Praxis und den Geist des Zen ist die Voraussetzung für positive erste Erfahrungen mit der Zen-Meditation.

Diese führt von aussen nach innen, vom Handeln zum Sein, vom Wissen zum Erleben. **Ursula Popp**

Kommunikationstraining für Paare, die ihre Beziehung vertiefen möchten

Einfach besser kommunizieren

Wie zufriedenstellend eine Beziehung erlebt wird, hängt davon ab, wie Paare miteinander sprechen. Wünsche mitteilen, Meinungs-

verschiedenheiten klären, den Alltag gemeinsam verbringen – nichts geht, ohne miteinander zu reden. **Peter Michalik**

Übergang zu einer neuen Epoche

Kirchenentwicklung für die Zukunft

Die Kirche hierzulande steht am Übergang zu einer neuen Epoche. Die kirchlichen Entwicklungen sind von ungleichzeitigen

Rückgängen betroffen. Es geht eine Epoche von Kirche-sein zu Ende und neue Perspektiven eröffnen sich. **Dr. Guido Estermann**

Kommunikationspendekurs

Brot, das die Hoffnung nährt

Das Teilen des Brotes ist nach dem Teilen des Wortes der zweite zentrale Teil der gottesdienstlichen Feier. Dieses Brot stärkt

den Glauben und nährt die Hoffnung. In der Kommunionspendung legen wir von diesem Glauben Zeugnis ab. **Alois Metz**

Yoga, Kräuter und Atem

Achtsame Praxis über Ostern

Tauchen Sie ein in eine Welt der Entspannung, des Wohlbefindens und der Naturverbundenheit.

In Verbindung mit Yoga-Einheiten, lernen Sie die Wirkung von heimischen Kräutern kennen. **Olaf Kapitschke**

Widerstand und Hingabe

Initiativische Schwertarbeit

Ein Übungsweg zum Wesentlichen, zu dem, was zutiefst in mir ist. In Bewusstsein und Achtsamkeit werden mit dem japanischen

Holzscherz (Bokken) Bewegungsabläufe geübt. Äusseren Bewegungen innerliche Prozesse in Gang. **Christina Burger**

Stille – Einführung in die Kontemplation

Kontemplationswochenende via integralis

Stille ist ein Luxusgut geworden, welches viele Menschen ersehnen. Und ist es endlich still, stellt sich heraus, dass

das Stillesein Pflege braucht. In der äusseren Stille wird der innere Lärm umso lauter wahrgenommen. **Regula Tanner**

Das kann ja heiter werden

Sinn und Spiritualität im Alter

Wir machen uns auf zurückzuschauen, Erfolge und Misserfolge anzuerkennen und den Lebensweg als Ganzes wahrzunehmen.

Ein Bewusstsein für das gelungene Leben stellt sich ein – trotz der erlittenen Enttäuschungen und Schmerzen. **Ursula Popp**

Schönheit erblüht in der Stille meiner Gegenwärtigkeit

Kontemplation via integralis – drei Tage der Stille

Was mag sich aus meiner Gegenwärtigkeit zeigen ... klären ... ja, erblühen? Wir möchten dem im absichtslosen Stillesein

nachspüren. Kann Schönheit in mir erblühen und durch mich in die Welt fließen? **Eveline Felder; Francesco Pedrazzini**

Projekte wollen gelingen

Erfolgskriterien für pastorale Projekte

Pastorale Projekte sind Kernelemente einer zeitgemässen Kirchenentwicklung. Die Planung mit deren Gelingensbedingungen

stehen im Zentrum. Mit Hilfe konkret umgesetzter Projekte lernen wir Kriterien für das Gelingen kennen. **Dr. Guido Estermann**

Auszeit!

Das Retreat in der Propstei Wislikofen

Nehmen Sie sich ein Wochenende zum Innehalten. Treten Sie aus der Hektik des Alltags aus und finden Sie Ihre innere Ruhe wieder.

Kommen Sie zurück zu sich, in Ihre Präsenz und in Resonanz: Mit sich selber, dem Gegenüber, dem Sein. **Lorenz Ruckstuhl**

Mit dem Leben strömen

Jin Shin Jyutsu – Oasentag

Das innere Gleichgewicht finden, mich mit der Quelle des Lebens verbinden. Impulse aus dem Jin Shin Jyutsu, einer alten

japanischen Kunst zur Harmonisierung von Körper, Seele und Geist. **Susanne Andrea Birke**

Passion, Leiden und Leidenschaft

Tanz vom Herzen mit Leichtigkeit

Die Musik in diesen Tagen, die unser Tanzen inspiriert, ist von Passion, Leiden und Leidenschaft geprägt. Uns begleiten Kompo-

sitionen aus der h-Moll-Messe von J.S. Bach, inspirierte Stabat Mater sowie auch neue Musik und Weltmusik. **Wilma Vesseur**

Basikkurs mit Marianne Candreia, Alzheimer Aargau

Achtsames Begleiten von Menschen mit Demenz

Menschen mit Demenz anders: Wie können wir Begegnungen und Begleitung so gestalten, dass die Lebensqualität

der direkten und indirekten Betroffenen ansteigt? Wie können wir Begegnungen und Begleitung so gestalten, dass die Lebensqualität

Einführungskurs

Beziehungsreich: Gott und Mensch in der Bibel

Eine Einführung in die Quelle des christlichen Glaubens, die auch kritischen Fragen nicht ausweicht. Detailprogramm erhältlich.

Dr. Bernhard Lindner

Care-Rundgang in den Monaten Mai, Juni, Juli, August und September

Kümmern, kochen, pflegen – who cares?

Ein historischer Spaziergang zu Sorge-Insight in Aarau rückt die versteckte Geschichte dieser gesellschaftlich und