

# PaarBalance+

**allein oder zu zweit etwas für die  
Beziehung tun**

**Dieser interaktive Online-Kurs kann Ihre  
Paarbeziehung nachweislich verbessern.**

**Bei unserem Angebot bekommen Sie nicht nur  
für 4 Monate den Zugang zu den Online-  
Modulen von PaarBalance+, sondern auch zu  
drei Begleitabenden (online oder in Präsenz in  
Aachen), bei denen Sie sich mit anderen  
Teilnehmenden und einer Fachbegleitung über  
Ihre Erfahrungen austauschen können.**

**Der Kurs ist geeignet für Paare  
jeden Alters und unabhängig  
von der Beziehungsdauer.  
Alle Paarkonstellationen sind  
herzlich willkommen.**

**digitale  
oder  
hybride  
Kurse**

## Inhalte

Mit kurzen Videoimpulsen und anschließenden Übungen lernen Sie sich selbst und Ihre Partnerin / Ihren Partner besser kennen und gewinnen so einen neuen Blick auf Ihre Beziehung.

Sie lernen, Ihre eigenen Bedürfnisse und Gefühle besser wahrzunehmen, anzusprechen und auch schwierige Themen miteinander anzugehen.

Sie werden angeregt, kleine Rituale in den Alltag zu integrieren, die Sie beide als Paar miteinander verbinden.

## Zeiten

Die Online-Kursmodule von PaarBalance+ werden nach Anmeldung und Kursstart für Sie für 4 Monate freigeschaltet.

Die Kursmodule können Sie sich dann in dem für Sie passenden Zeitraum anschauen – alleine oder gemeinsam mit Ihrem Partner / Ihrer Partnerin.

Jede und jeder erhält einen eigenen Zugang. Sie können alle Erkenntnisse und Ihre persönlichen Notizen in Ihrem persönlichen Bereich abspeichern, ausdrucken oder teilen. Im Bedarfsfall ist eine Begleiterin für Sie telefonisch erreichbar

## Kosten

Paare: 50,00 €

Einzelne: 25,00 €

Da eine Teilnahme nicht an den Kosten scheitern soll, kann bei Bedarf eine Kostenübernahme beantragt werden.

<https://www.paarbalance-plus.de>

## Termine

Bei einem Online-Infoabend beantworten wir Ihnen alle Fragen rund um den Kurs.

Bei der Anmeldung zum Kurs entscheiden Sie sich, ob Sie den Kurs lieber komplett digital machen (Online-Kursmodule + 3

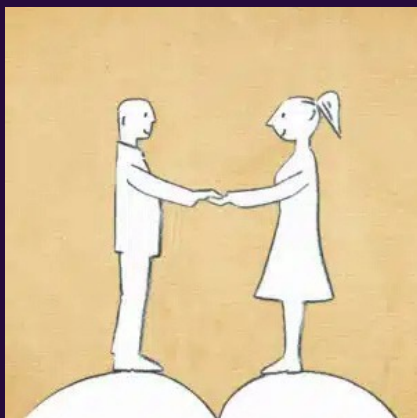
Begleitabende als Videokonferenz)

oder ob Sie die hybride Variante bevorzugen (Online-Kursmodule + 3 Begleitabende in Präsenz in Aachen).

Die einzelnen Kurs-Termine finden Sie auf der Übersicht unten.

## Hinweis

Dieser Kurs ist nicht geeignet für Paare, die sich in einer akuten Krise befinden. Sollte das bei Ihnen so sein, melden Sie sich dennoch gerne bei uns. Dafür gibt es andere Unterstützungsmöglichkeiten.



## Anmeldung

Per Mail mit Name, Anschrift und Nennung der Kursnummer an:

[forum-mg-hs@bistum-aachen.de](mailto:forum-mg-hs@bistum-aachen.de)

02161 980661

# Kurse zur Auswahl

## 1. Halbjahr 2026

### Kurs A-2026

Online-Infoabend (Kursnummer: 26-2ON5002)

*Zugangsdaten für die Videokonferenz folgen nach Anmeldung*

Donnerstag, 23. April 2026, 19:30-21:00 Uhr

### Kurs 1-2026

Kurs mit Online-Begleitabenden  
(Kursnummer: 26-2ON5003)

*Zugangsdaten für die Videokonferenz folgen nach Anmeldung*

Donnerstag, 28. Mai 2026, 19:30-21:00 Uhr

Donnerstag, 25. Juni 2026, 19:30-21:00 Uhr

Donnerstag, 23. Juli 2026, 19:30-21:00 Uhr

### Kurs 2-2026

Kurs mit Präsenz-Begleitabenden  
(Kursnummer: 26-2ON5004)

*Ort: Pfarrzentrum St. Katharina, Forster Linde 5, 52078 Aachen*

Donnerstag, 21. Mai 2026, 19:30-21:00 Uhr

Donnerstag, 18. Juni 2026, 19:30-21:00 Uhr

Donnerstag, 16. Juli 2026, 19:30-21:00 Uhr

# Kurse zur Auswahl

## 2. Halbjahr 2026

### Kurs B-2026

Online-Infoabend (Kursnummer: 26-2ON5005)

*Zugangsdaten für die Videokonferenz folgen nach Anmeldung*

Mittwoch, 9. September 2026, 19:30–21:00 Uhr

### Kurs 3-2026

Kurs mit Online-Begleitabenden  
(Kursnummer: 26-2ON5006)

*Zugangsdaten für die Videokonferenz folgen nach Anmeldung*

Dienstag, 13. Oktober 2026, 19:30–21:00 Uhr

Dienstag, 10. November 2026, 19:30–21:00 Uhr

Dienstag, 8. Dezember 2026, 19:30–21:00 Uhr

### Kurs 4-2026

Kurs mit Präsenz-Begleitabenden  
(Kursnummer: 26-2ON5007)

*Ort: Pfarrzentrum St. Katharina, Forster Linde 5, 52078 Aachen*

Dienstag, 6. Oktober 2026, 19:30–21:00 Uhr

Montag, 2. November 2026, 19:30–21:00 Uhr

Dienstag, 8. Dezember 2026, 19:30–21:00 Uhr