Diözesanverband **AUGSBURG**

Kitzenmarkt 20/22 · 86150 Augsburg
Telefon 0821/3166 3441 · Fax 0821/3166 3449 · frauenbund@bistum-augsburg.de

Liebe Leserinnen und Leser,
ohne Frauen geht nichts vorwärts – das war im Verlauf der Geschichte so, das ist heute noch so. Ohne die Frauen, insbesondere die Frau Maria aus Magdala, wüssten wir nichts von der Auferstehung Christi. Vermutlich wäre das Christentum mit ängstlichen Männern hinter verschlossenen Türen bald eingegangen. Durch Maria von Magdalas Begegnung mit dem Auferstandenen konnte sie die frohe Botschaft weitergeben und alle fassten Mut und Hoffnung. Schön, dass sie heute wieder als erste Apostelin für Frauen ein Vorbild in der Nachfolge Christi sein kann.

Ohne die Frau Katharina von Siena wäre die Kirche im 14. Jahrhundert an ihren Machtkämpfen, ihrer Spaltung, ihrer Oberflächlichkeit und ihrer Ignoranz den Armen gegenüber immer unglaubwürdiger geworden. Doch durch Katharina von Siena und ihr Mahnen, ihr unermüdliches Engagement für Versöhnung und Erneuerung und ihre glaubwürdige Spiritualität erlebte die Kirche einen geistlichen Aufschwang – schön, dass ihr Heiligenfest heute der Tag der Diakonin ist.
Ohne heutige Frauen, die ihre Talente einbringen und verantwortlich Gesellschaft und Kirche gestalten und vorwärtsbringen, wäre auch unsere heutige Zeit viel ärmer und etlicher Visionen beraubt. Einige dieser Frauen, die in Justiz, Presse, Hochschule oder Politik Verantwortung übernehmen, können Sie an unserem Frauentag am 7. Mai in Westerheim persönlich erleben!
Doch auch schön, dass es Sie alle gibt und Sie den Verband, die Gesellschaft und die Kirche mitgestalten! Ohne Sie würden viele guten Ideen, Talente und Zukunftsvisionen fehlen. Herzlichen Dank für Ihr Engagement!

***Dr. Ursula Schell**, Geistliche Begleiterin des KDFB Diözesanverbandes Augsburg*

Herzlichen Glückwunsch den Zweigvereinen

zum 100jährigen Jubiläum
Aichach am 28.05.2022
zum 75jährigen Jubiläum
Babenhausen am 07.05.2022
zum 65jährigen Jubiläum
Kirchhaslach 12.05.2022
zum 50jährigen Jubiläum
Haldenwang-Börwang am 04.05.2022
zum 45jährigen Jubiläum
Kirchdorf am 13.04.2022
Legau am 09.05.2022
Oberhausen am 28.05.2022
zum 40jährigen Jubiläum
Denklingen am 28.04.2022
Westendorf am 03.05.2022
Attenhausen am 13.05.2022
zum 35jährigen Jubiläum
Söcking am 10.04.2022
Biburg am 07.05.2022
Klosterbeuren am 18.05.2022
Königsbrunn z.Göttl.Vorseh. 25.05.2022
zum 30jährigen Jubiläum
Ludwigsfeld am 07.04.2022
Dirlewang am 20.05.2022
zum 25jährigen Jubiläum
Augsburg Zum Guten Hirten am 07.04.2022

Aktuelles aus dem Diözesanvorstand

Beim Verfassen dieser Zeilen ist unsere monatliche Sitzung gerade ein paar Tage her, so kann ich wieder aktuell über unsere Arbeit berichten. Ich hoffe, Sie liebe Leser*innen sind genauso interessiert am Bericht unsere Arbeit, wie mir das Schreiben über unser Engagement Freude macht.

Unser Bildungswerk kann endlich wieder eine Pilgerreise planen. Im Hinblick auf die Entwicklung der Pandemie, die Ferienzeiten und die klimatischen Verhältnisse werden wir im September auf Reisen gehen. Weitere Informationen dazu werden zeitnah folgen.
Zum **Frauentag** am 7. Mai 2022 wurden noch letzte Absprachen getroffen und wir freuen uns alle auf tolle Gäste und Workshops, die Sie begeistern werden.
Ein großes Thema ist die **Aktion Herz zeigen**. Dank ihrer wirklich beeindruckenden Spendenbereitschaft konnten wir einen Scheck von gut **11.000 €** an die Kindernothilfe übergeben. Mit dieser Freude im Herzen haben wir beschlossen, die Aktion weiterzuführen und noch weitere Projekte zu unterstützen. Da ist zum einen der LEA-Treffpunkt für obdachlose Frauen in Augsburg, den wir schon seit Längerem unterstützen. Zum anderen wollen wir einem Renovabis-Projekt für obdachlose Frauen in Osteuropa helfen. Auch hier hat die Pandemie wieder die Frauen am schlimmsten getroffen. Zudem möchten wir weiterhin die Kindernothilfe unterstützen, die Mütter und Kinder weltweit Hilfe zukommen lassen. Gerne stelle ich ihnen diese Projekte in den nächsten Ausgaben unserer Engagiert vor. Bleiben sie gesund und passen Sie gut auf sich auf!

*Ihre **Ulrike Stowasser,***
Diözesanvorsitzende

Monika Riedmüller
Schatzmeisterin

Frieden ist keine Selbstverständlichkeit. Wir können Frieden fördern durch achtsames Zuhören, Gespräch und Beistand. Jedes Gebet zählt.

Spendenaktion Lesbos – 11 000 Euro an Kindernothilfe übergeben

Im Herbst 2020 starteten wir unseren ersten Aufruf: „Helfen Sie mit, die unmenschlichen Lebensbedingungen, psychischen Belastungen und die Perspektivlosigkeit der geflüchteten Frauen und Kinder zu ändern!“ Das haben SIE, liebe Frauenbundfrauen, in ganz großartiger Weise getan: Im Laufe des Jahres 2021 gingen über 11 000 Euro auf unser Spendenkonto ein. Vieles war in diesem Jahr geschlossen, ihre Herzen nicht!
Mit unserer Spende unterstützen wir die Arbeit von Lesvos Solidarity (LeSol), einer Organisation, die 2012 auf Lesbos gegründet wurde. Sie setzt sich vor allem für die besonders Schutzbedürftigen ein: Kinder, schwangere Frauen, junge Mütter, traumatisierte Menschen. Nach den verheerenden Bränden im Flüchtlingslager Moria und den schlimmen Zuständen in den Ersatzunterkünften setzt sich LeSol zum Ziel, vor allem Kinder und Familien in dezentralen Unterkünften zu betreuen, zu versorgen und vor allem den Schulbesuch zu ermöglichen.
Leider leben immer noch 400 bis 500

Petra Kalkowski von der Kindernothilfe dankt dem KDFB Diözesanverband von Herzen

Diese Mutter mit ihrem kleinen Sohn findet im Haus von LeSol Hilfe, Perspektive und Hoffnung auf ein neues Leben

Flüchtlingskinder im Lager. Ohne Kontakte zu Einheimischen, ohne Schule, ohne Betreuung. Niemand darf das Lager verlassen ohne guten Grund, auch nicht, um in die Schule zu gehen. „Die Kinder wachsen in einem Käfig auf“, sagt Marianna Stamoulaki von LeSol, „aber sie haben doch nichts verbrochen.“ Daher ist Eile geboten. Die Helfer von Lesvos Solidarity und der Kindernothilfe aus Deutschland realisieren derzeit zwei Hausprojekte. Hier werden vorrangig alleinstehende Mütter mit ihren Kindern Zuflucht, Unterkunft und Hilfe finden. Es wird Therapieangebote geben und vor allem – Perspektiven. Ziel ist, den Kindern und Müttern einen echten Neustart zu ermöglichen. So wie einmal dem kleinen Lord. Der Junge ist erst ein Jahr und kam mit seiner schwer traumatisierten Mutter Naomi aus Nigeria über das Meer. Dank LeSol hat sie ein sicheres Zuhause bekommen und kann nachts wieder schlafen. Naomi hat weben gelernt und langsam spinnen sich auch wieder Fäden der Hoffnung auf ein Leben ohne Gewalt und Angst.
Dies mag ein langer Weg sein, doch alle sind aufgerufen, Verantwortung zu übernehmen. Mahatma Gandhi sagte einst: „Wenn wir wahren Frieden in der Welt erlangen wollen, müssen wir bei den Kindern anfangen.“

Power sucht Frau – Frauentag wird Frauenfest!

Nach zwei schwierigen Pandemie-Jahren dürfen wir im Mai endlich unseren großen Frauentag nachholen. Und wie! Zum Auftakt gibt es die mitreißende Musik der Allgäuer Frauenband „Vivid Curls“. Beim Podiumsgespräch zum Motto „Power sucht Frau“ zeigen uns prominente Frauen aus unterschiedlichsten Bereichen, wie sie Gesellschaft und Politik mitgestalten. Nach einem leckeren Mittagessen verwöhnt der Zweigverein Westerheim mit einem feinen Kuchenbuffet. Der Nachmittag ist gefüllt mit einem vielfältigen Workshop-Programm, das Sie Ihre eigene Kraft und Lebensfreude spüren lässt. Neben diesen Angeboten freuen wir uns vor allem auf die vielen Begegnungen und den lange vermissten Austausch. Zum Abschluss des Tages gestaltet Dr. Ursula Schell einen inspirierenden Frauengottesdienst.

Nachfolge im Zweigverein:

„Es gibt nichts Schöneres, als gestalten zu können!“

Immer öfter erreichen uns Nachrichten aus den Zweigvereinen: Ortsgruppen suchen dringend Nachfolgerinnen für vakante Ämter; lang gediente Vorstandsfrauen würden gern zurücktreten, doch leider findet sich keine Nachfolgerin. Auch der Zweigverein Wehringen stand 2021 an diesem kritischen Punkt und Vorsitzende Gisela Lautenbacher hatte große Sorgen um das Fortbestehen des fast 50jährigen Vereines. Letztlich hat der Zweigverein nach intensiven Bemühungen mit Alexandra Schmid eine engagierte Leitung gefunden. Im Folgenden berichten die beiden Damen von dem erfolgreichen Stabwechsel.

Gisela Lautenbacher, ehemalige Vorsitzende

Nach 21 Jahren im Vorstand blickte ich mit Stolz auf viele schöne und intensive Jahre im Frauenbund zurück. Was haben wir nicht alles auf die Beine gestellt! Oft zwei Veranstaltungen pro Monat, Radtouren, Wallfahrten, Gottesdienste, Bastelabende und vieles mehr. Nicht zu vergessen die Frauenfrühstücke mit bis zu 100 Gästen. Durch die vielen ehrenamtlichen Aktionen konnten wir – vor Corona – bis zu 4000 Euro pro Jahr spenden.

Gisela Lautenbacher weiß ihren Zweigverein in guten Händen

Ja, der Zweigverein stand gut da. Aber mir war klar, dass ich nach all den Jahren zurücktreten und vor allem jüngere Frauen in den Vorstand holen möchte. Ich habe viele Gespräche geführt, leider erfolglos. Im Herbst 2021 schien eine Auflösung des Vereines unabwendbar. Doch dann hörte ich durch Zufall von Alexandra Schmid, deren Mutter bereits lange im Zweigverein Wehringen engagiert war. Pfarrer Ratzinger hat sich gleich mit Frau Schmid zum Gespräch getroffen.

Alexandra Schmid, seit Dezember 2021 Vorsitzende in Wehringen

Ja, so kam ich „ins Spiel“. Als ich das erste Mal von meiner Mutter gehört hatte, dass der KDFB Wehringen aufgelöst werden soll, konnte ich das nicht glauben. Für mich war schon seit Kindertagen der Frauenbund in Wehringen immer ein fester Bestandteil im Ort. Mir ging es nicht in den Kopf, dass sich so ein alteingesessener Verein nur deshalb auflösen sollte, weil sich niemand findet, der hier ehrenamtliche Vereinsaufgaben übernimmt.

Alex Schmid kann sich ihren Heimatort nicht ohne Frauenbund vorstellen und hat Freude an ihrer neuen Aufgabe

Als ehemals langjährige Betriebsrätin fiel mir der Schritt für ein soziales Engagement im Frauenbund nicht schwer. Die Frage war, ob die Frauen mich als ihre neue Vorsitzende haben wollten. Und ja, sie wollten. Vor allem wollten auch sechs weitere Damen ein Amt übernehmen – davon vier ebenfalls neu wie ich. Am 10. November 2021 erhielten wir bei der Mitgliederversammlung ein beeindruckendes Votum.

Die Arbeit als Vorsitzende des Frauenbundes stellt für mich eine große Bereicherung dar. Ich schätze vor allem die große Rückendeckung unserer bisherigen Vorsitzenden Gisela Lautenbacher. Sie stand und steht mir immer noch vollumfänglich mit Rat und Tat zur Seite. Ohne sie wäre es nicht möglich gewesen, sowohl für mich wie auch für den Verein den Übergang zu bewerkstelligen. Neben dem Erhalt des etablierten Vereinslebens suchen wir nach neuen Perspektiven für einen auch zukünftig attraktiven Frauenbund in Wehringen. Ich sehe meine Aufgabe vor allem darin, neue Mitglieder zu werben und den Frauenbund in seiner ganzen Vielfalt zu zeigen. Dabei gilt es, Brücken zu schlagen von der jüngeren zu der älteren Generation, aber auch von den neu Zugezogenen zu der alteingesessenen Dorfbevölkerung.

Und ich sage das ganz deutlich, auch als Motivation für weitere Frauen, die noch zögern, ein Amt zu übernehmen: Es gibt nichts Schöneres, als gestalten zu können! Nutzen Sie die Chance und werden Sie aktiv!

Trauen Sie sich auf neue Wege – wir unterstützen Sie!

Wir vom Diözesanverband freuen uns, wenn wir neue Frauen im Vorstand von Zweigvereinen unterstützen dürfen. Für alle Anliegen stehen neben den Bezirksleiterinnen auch Ansprechpartnerinnen in der Geschäftsstelle zur Verfügung. Spezielle Weiterbildungsangebote sind uns ebenfalls wichtig: Neu in 2022 ist die **„Einführungsveranstaltung für neue Frauen in Vorstandsämtern“,** bei der Frauen auf digitalem Wege viel Wissenswertes zu Rollen, Strukturen, Informationsquellen und Ansprechpartnerinnen erfahren. Haben auch Sie Lust, einen Schritt für die Zukunft des KDFB und Ihre persönliche Weiterentwicklung zu machen? Sprechen Sie mich gerne an! *Martina Stöckl-Muth*

Es heißt Abschied nehmen ....

Danke für alles, Claudia Keisinger!

Bei der Delegiertenversammlung 2017 wurde Claudia Keisinger als Schriftführerin in den Diözesanvorstand gewählt. Von diesem Augenblick an war sie mit ganzer Kraft in diesem Amt dabei. Ihre ruhige, empathische Art war eine Wohltat im Vorstand und hat oft dazu beigetragen, Situationen zu entschärfen. Ihr Engagement für Nachhaltigkeit und Umweltschutz hatte eine große Strahlkraft für unseren Verband. Für dieses Thema brannte und brennt Claudia Keisinger und war für den KDFB eine große Inspiration und Mitstreiterin bei Veranstaltungen und Aktionen. Als Schriftführerin war sie ein Fels in der Brandung. Selbst bei noch so vielen Wortmeldungen und durcheinander gehenden Redebeiträgen behielt sie den Überblick und lieferte ein einwandfreies Protokoll ab.

Wir bedauern sehr, dass Claudia Keisinger aus privaten Gründen zum 31.12.2021 ihr Amt niedergelegt hat. Das Amt der Schriftführerin bleibt somit bis zur nächsten Delegiertenversammlung vakant.

Liebe Claudia, ich möchte mich an dieser Stelle herzlich bei Dir bedanken. Für Dein Engagement, das weit über die eigentliche Tätigkeit hinausging. Für Deine Ideen, Deine Gedanken, Dein Ausgleichen, Deine Ehrlichkeit, Deine Freude, Deine Freundschaft und Dein mitreißendes Lachen. Dankeschön für die Zusammenarbeit, es ist eine große Lücke im Vorstand entstanden.

Wir verstehen Deinen Entschluss und wünschen Dir, bestimmt auch im Namen aller Mitglieder, eine gute Besserung und alles Gute auf Deinem weiteren Lebensweg. Zu unserer Freude werden sich unsere Wege weiterhin kreuzen, da Du dem Verband als Bezirksleiterin weiterhin zur Verfügung stehen wirst.

Ulrike Stowasser

Auf Wiedersehen, Veronika Schmidt!

Veronika Schmidt kam im Juli 2020 mit frischem Wind in unser KDFB-Mitarbeiterinnen-Team auf Diözesanebene. Schnell arbeitete sie sich in die Aufgaben und Abläufe im Bereich Finanzen und Buchhaltung ein, brachte sie als Betriebswirtin doch ein fundamentales Verständnis für Zahlen mit. Bald konnte sie auch Vorschläge für Verbesserungen in den Arbeitsabläufen machen und das gesamte Team tatkräftig unterstützen. So kommt „Wehmut" auf, wenn wir sie schon wieder ziehen lassen müssen.

Veronika Schmidt wechselt zu einer Halbtagsstelle innerhalb der Diözese Augsburg, die mit ihrer 5-köpfigen Familie besser vereinbar ist. Herzlichen Dank Frau Schmidt für den gemeinsamen Weg, Ihre Anregungen und Impulse für unsere Zusammenarbeit an der Geschäftsstelle und alles Gute und Gottes Segen für Ihre berufliche und private Zukunft.

Dr. Evi Thomma-Schleipfer

„Sophia klatscht in die Hände" – Online-Veranstaltung zu Pfingsten

„Strahlend und unverganglich ist die Weisheit; wer sie liebt, erblickt sie schnell, und wer sie sucht, findet sie". (Weish 6, 12). Auf Pfingsten hin wollen wir Sophia oder „Frau Weisheit" – ein personifiziertes Bild der Heiligen Geistkraft – in den Mittelpunkt stellen. „Frau Weisheit" ist nach der biblischen Tradition eine farbenfrohe, charmante und schillernde Gestalt: Sie ist Mitschöpferin, Lehrerin, Prophetin, Geliebte, spielerische Architektin des göttlichen Weltplans. Sie steht in der Nähe Gottes, und tritt zugleich in enger

Foto: Unslash Jonny Clow

Beziehung zu den Menschen ein: Die biblische Weisheit ruft auf die Straßen, sie spricht uns an, lädt uns ein, uns an ihren Früchten zu sättigen. Sie ist Rat- und Gastgeberin und will uns bewegen, ihr zu folgen. An diesem Abend wollen wir uns Zeit nehmen, um die vielfältigen, inspirierenden Bilder der Weisheit zu meditieren und uns in einer besinnlichen Atmosphäre auf Texte und spirituelle Impulse einzulassen. Wir spüren der schöpferischen Kraft nach, die uns zu Bewegung, Fröhlichkeit und Mut einlädt. Wir bitten gemeinsam die Heilige Geistkraft, die in unseren Herzen wohnt und nach uns ruft, um ihre Gaben, um bestärkt das Pfingstfest und unseren Alltag zu begehen.

Federica Viviani, Referentin für Theologie und Spirtualität

Weiberfasching – Helau

Nördlingen ist als Ries-Metropole nicht gerade als Hotspot für tobendes Faschingstreiben bekannt, aber der Weiberfasching des KDFB ist „legendär". Da wir nun schon zum zweiten Mal infolge der pandemischen Lage absagen mussten, überlegte sich das Organisationsteam „Fasching" eine online Lösung. Natürlich konnten sich einige dies nicht wirklich vorstellen, aber ein lustiger kleiner Pool an 20 mutigen Frauen stellte sich der Herausforderung und probierte es aus.
Zum Einstieg gab es einen kleinen Rückblick in Form von Bildern aus den vergangenen zehn Jahren Weiberfasching sowie einer humorvollen Büttenrede. Ein Aufruf zur Polonaise durfte hier natürlich nicht fehlen und die kleinste Wohnung bietet dafür genügend Platz. Eine witzige Einlage zum „Fronleichnams Nachmittag" brachte die Stimmung an den Schirmen zum Brodeln und konnte nur durch eine Mit-Tanz Aktion zu „Achy Breaky Heart" getoppt werden. Nach so viel Singen und Tanzen stand das Spiel „Stadt-Land-Fluss" auf dem Programm, nur mit dem Titel „Faschingshits-Cocktails-Kostüme". Zum Schluss wurde noch das schönste Kostüm prämiert und eine Tanzrakete

mit Faschingshits abgefeuert. In kleinen Gruppen vor den Bildschirmen wurde dann noch nachgefeiert. Das Fazit dieses Onlinefaschings: Er ersetzt natürlich niemals einen Präsenzfasching, aber es war toll, mal drei Stunden aus dem Alltag auszusteigen und unbeschwert die Zeit zu genießen.

Ulrike Stowassser für das „Orgateam Fasching" der Gruppe Women Live

VERANSTALTUNGEN APRIL / MAI 2022

Informationen zu den Veranstaltungen: Stefanie Oswald 0821/3166 3443 – Anmeldung schriftlich per Email unter frauenbund.veranstaltungen@bistum-augsburg.de oder nutzen Sie die Möglichkeit, sich jetzt ganz einfach online anzumelden: www.frauenbund-augsburg.de

Aufgrund der Pandemie kann es auch kurzfristig zu Veränderungen im Veranstaltungsablauf kommen. Bitte informieren Sie sich auf unseren Webseiten oder fragen telefonisch nach!

Die jeweils aktuellen Termine für die "Einführungskurse für Eltern-Kind-Gruppenleiterinnen" finden Sie unter www.frauenbund-augsburg.de

Bildungsnachmittag der Landfrauen für die Bezirke Aichach/Friedberg, Schrobenhausen und Neuburg/Donau
Im Gartenbaubetrieb Schönacher lernen wir die Arbeit im Betrieb sowie die Vielfalt der Pflanzen kennen. Im Anschluss sehen wir auf dem „Schrufhof", wie hier Brot gebacken wird und erfahren Wissenswertes über die Tradition des Getreideanbaus und seiner Verarbeitung. Anmeldung bei Elfriede Lochbihler (lochbihler.elf@gmx.de), Tel. 08323/4350.
Am Mittwoch 27.04.2022, 9:30 – 16:00 Uhr in Schrobenhausen und Waidhofen-Diepoldshofen
Referentin: Elfriede Lochbihler
Kosten: € 8,00 zzgl. Verpflegung
Anmeldung bis: 19.04.2022

Schatzmeisterinnenschulung mit praktischem Teil „Vereinsbuchhaltung in Excel"
Sie erfahren in diesem Seminar alles rund um Ihre Aufgaben als Schatzmeisterin. Das Spektrum reicht von Kassenführung/Buchhaltung über Vereinsrecht/Rechtsform hin zu Kassenprüfung.
Im praktischen Teil erfahren Sie, wie Sie

die Vereinsbuchhaltung am PC mit „Excel" erledigen können. Bitte bringen Sie einen Laptop mit, auf dem „Excel" installiert ist.
Am Samstag, 30.04.2022,
9:30 – 16:30 Uhr in Haus St. Ulrich, Kappelberg 1, 86150 Augsburg
Referentin: Monika Riedmüller
Kosten: € 35,00 inkl. Verpflegung
Anmeldung bis: 14.04.2022

Pilgern in der „Heiligen Landschaft Pfaffenwinkel" – Spiegelnde Wasser

Die vier Pilgertage führen uns vom Kloster Benediktbeuern durch weitläufige Moor- und Sumpflandschaften. Im lieblichen Auf und Ab pilgern wir vorbei an Weihern, die uns mit unserem Spiegelbild vertraut machen, immer weiter der Wallfahrtskirche auf dem Hohen Peißenberg entgegen. Neben Pilgerimpulsen, dem Singen, Lachen, Schweigen, … lernen wir die Artenvielfalt der Flora und Fauna kennen und nicht zuletzt uns selbst.
Am Dienstag, 03.05.2022 bis Freitag, 06.05.2022
Referentinnen: Gabriele Hoss-Reinhard, Theresia Bereczuk
Kosten: € 145,00, KDFB-Mitglieder: € 125,00
zzgl. ca. € 160,00 im DZ / € 210 im EZ inkl. Frühstück
Anmeldung bis: 05.04.2022

Power sucht Frau – Frauen können alles bewegen! Frauentag 2022
Ein inspirierender Tag von Frauen für Frauen! Sie erleben ein interessantes Podiumsgespräch mit echten Powerfrauen, tolle Musik, vielfältige Workshops und einen inspirierenden Frauengottesdienst.
Am Samstag, 07.05.2022,
9:30 – 17:30 Uhr in der Festhalle Westerheim, Bahnhofstraße 2, 87784 Westerheim
Podiumsgäste: Prof. Dr. Sabine Doering-Manteuffel, Linda Jarosch, Andrea Kümpfbeck, Ulrike Mayer, Katharina Schulze
Kosten: € 45,00, KDFB-Mitglieder € 35,00 inkl. Verpflegung
Anmeldung bis: 22.04.2022
Eine Übersicht aller Workshops findet sich unter: www.frauenbund-augsburg.de

Binden, Ziehen, Lösen – Zwischenmenschliches Leben gestalten
Dieses Wochenendseminar richtet sich an junge Erwachsene unter 35 Jahren. Gemeinsam erarbeiten wir den eigenen Beziehungstyp nach Karl Heinz Brisch, reflektieren unsere Handlungsmuster, lernen Strategien zur Konfliktbewältigung und suchen nach spirituellen Zugängen rund um die Themen Liebe und Streit.
Kooperationsveranstaltung mit der Abteilung Schule und Religionsunterricht.
Am Freitag, 13.05.2022 bis Sonntag, 15.05.2022, 18:00 – 14:00 Uhr
im Haus der Begegnung „St. Hildegard" in 87459 Pfronten-Berg
Referenten: Alena Bischoff, Martin Blay
Kosten: € 122,00, KDFB-Mitglieder: € 99,00 inkl. Verpflegung
(ggf. DZ-Aufschlag: € 10,00 p. P. und Nacht; ggf. EZ-Aufschlag: € 15,00 pro Nacht)
Anmeldung bis: 22.04.2022
Vorbesprechung zu diesem Seminar am Donnerstag, 05.05.2022, 19:15 – ca. 20:30 Uhr digital via Zoom

Mitgliederverwaltung leicht gemacht – Einführung in die Software „adebis"
Im Einführungsseminar erfahren Sie, wie Sie sich als Neueinsteigerin oder als Nutzerin mit der Software "adebis" die Arbeit der Mitgliederverwaltung wesentlich erleichtern können.
Es stehen PCs zur aktiven Mitarbeit zur Verfügung.
Am Dienstag, 31.05.2021,
9:00 – 12:30 Uhr in Augsburg
Referenten: Albert Edmaier
Kosten: € 10,00 inkl. Verpflegung nur für Mitglieder
Anmeldung bis: 16.05.2022

Mitgliederverwaltung intensivieren – Aufbauschulung in der Software „adebis"
Sie haben bereits erste Erfahrungen mit der Mitgliederverwaltung gemacht und wollen das Programm in Zukunft noch intensiver nutzen.
Es stehen PCs zur aktiven Mitarbeit zur Verfügung.
Am Dienstag, 31.05.2021,
13:30 – 16:30 Uhr in Augsburg
Referenten: Albert Edmaier
Kosten: Kosten: € 10,00 inkl. Verpflegung
Anmeldung bis: 16.05.2022

Sophia klatscht in die Hände – Online-Veranstaltung zu Pfingsten
Am Montag, 01.06.2022 ,
19:30 – 21:00 Uhr per Online via Zoom
Referentinnen: Federica Viviani, Elvira Blaha, Ursula Schell, Thérèse Winter
Kosten: € 5,00 (plus ggf. Materialkosten)
Anmeldung: 25.05.2022
(über die Frauenseelsorge)

Frauenfeuer
Am Donnerstag, 23.06.2022, ab 19:00 Uhr an verschiedenen Orten im Bistum
Referentin: Federica Viviani
Bitte fordern Sie unsere Arbeitshilfe an!

Foto: Unsplash Nathan

Diözesanverband **BAMBERG**

Diözesanverband Bamberg e.V. · Domstr. 5, 96049 Bamberg · Telefon 0951/502 3661 · Fax 0951/502 3669
info@frauenbund-bamberg.de · www.frauenbund-bamberg.de

Liebe Frauen,
ob es der US-amerikanischen Sängerin Anastacia bewusst ist, dass sie einen zutiefst österlichen Namen trägt? Über ihre Musik und ihr Auftreten kann man geteilter Meinung sein, aber im Laufe ihres Lebens ist Anastacia tatsächlich mehrmals auf-ge-standen. Als Jugendliche erkrankte sie z.B. an Morbus Crohn. Trotzdem hat sie ihren Traum in die Tat umgesetzt, Tänzerin und Sängerin zu werden. „Resurrection", d.h. Auferstehung, nannte sie ihr erstes Album nach der zweiten Krebserkrankung.

Foto KDFB

Anastacia kommt vom griechischen Wort „anastasis". In den griechischen Texten des Neuen Testaments wird dieser Begriff immer verwendet, wenn von der Auferstehung Jesu Christi von den Toten die Rede ist. Aber er wird auch dort verwendet, wo niederdrückende Erfahrungen überwunden werden, wo gegen Ungerechtigkeit aufgestanden wird, wo der Durchsetzungskraft des Lebens vieles zugetraut wird, wo wider aller Resignation Neuaufbrüche passieren. Dort geschieht etwas von der Höchstform der Auferstehung schon im Hier und Heute, dort wird „mitten im Tag ein Fest der Auferstehung" (A. Albrecht) gefeiert.

So wünsche ich Ihnen viel von dieser österlichen Kraft mitten im Leben!
*Ihre **Andrea M. Friedrich**, Geistliche Beirätin*

Als Mantelspange trägt die Hl. Kunigunde die **„KUNIGUNDENFIBEL"**

Im Jahr 1975 stellte die Diözesanvorsitzende Kunigunde Kemmer dem Diözesanverband des Katholischen Deutschen Frauenbundes erstmals einen Abguss der Spange in verkleinerter Form zur Verfügung, um damit Frauenpersönlichkeiten zu ehren, die sich in besonderer Weise um die Wiederbelebung der Kunigundenverehrung bemühten.

Foto Bernd Kümmelmann

Inzwischen zeichnet der KDFB Diözesanvorstand Verantwortliche des Verbandes für langjähriges und verdienstvolles Wirken im Diözesanverband aus.

Foto KDFB

Im Jahr 2021 erhielten Andrea Stocklassa, Höchstadt/Aisch, Martina Götz, Memmelsdorf, Ingrid Stößel, Ebing, Roswitha Thiemann und Angelika Donhauser, Baiersdorf, Ursula Pfreundner, Stadtsteinach, Johanna Winkelmann, Erlangen-Büchenbach, Barbara Vortmann und Irmgard Matzke, Heroldsbach, Gertrud Leikam, Forchheim - St. Anna sowie Beate Schmitt, Erika Ruff und Barbara Tungl aus Litzendorf die Kunigundenbrosche.

EQUAL PAY – gerechte Bezahlung

Auf das Thema aufmerksam machten dieses Jahr drei verschiedene Aktionen in Bamberg. So präsentierten die Monitore in den Bussen des Bamberger ÖPNV sowie ein Trailer im Lichtspiel und Odeon, beides Bamberger Kinos, die aktuellen Zahlen. Großflächenplakate in der Pödeldorfer und Hallstadter Straße setzten die Forderung des EPD bildlich um.

Foto Kobold-Layout

Sommerlicher Pilger-Kunst-Tag rund um Herzogenaurach

Foto privat

Am 02.08.2021 starteten 15 Frauen zu einem „Sommerlichen Pilgertag mit Kunstaktion“ von St. Magdalena aus und machten sich auf den Weg zu ihrer ersten Station St. Josef, Niederndorf.
Dort erwartete sie ein Frühstück und eine Kunstaktion, zu der Gemeindereferent Bernhard Keller und Pastoralreferent Thomas Matzick eingeladen hatten.
Gabriele Schlüter, Referentin bei der Erzdiözese München, leitete die Frauengruppe im Rahmen der Aktion „Lust und Freude am Leben in ungewissen Zeiten“ an, eigene Kunstwerke aus Holz, Steinen, Spiegel, Farben, etc. zu erschaffen.
Gegen 12:00 Uhr ging die Wanderung weiter nach Haundorf, wo Maria Wein und Hildegard Lunz Interessantes über die Kirche St. Marien zu erzählen hatten.
Spirituelle Impulse, vorbereitet von Irene Herrmann, begleiteten die Pilgerinnen auf dem Weg nach Obermembach.
Körperlich gestärkt nach der Einkehr im „Waldkrankenhaus“ konnte der Rückweg nach Herzogenaurach angetreten werden.
Das sind diese Begebenheiten, die Pilgern ausmachen.
Zufällig trafen sie auf Herrn Thomann, der ihnen die Kapelle von Obermembach aufsperrte und Einblicke in deren Geschichte gab.
Nach einem Pilgertag gefüllt mit Gebeten, Marienliedern, Kunst, Stille, Gesprächen und Gemeinschaft sind wir nach 19 km gestärkt, glücklich und müde wieder nach St. Magdalena zurückgekehrt.

Christina Daßler, KDFB Zweigverein Herzogenaurach

Es geht auch ohne Fleisch

Ernährungsfachfrau Monika Gerner, langjähriges Mitglied im Frauenbund, zeigte im Kath. Pfarrzentrum in Lichtenfels unter dem Titel „Kochen mit Kürbis“ ein 5-Gang-Menü mit verschiedenen Kürbissen.

Foto privat

Zu Beginn informierte sie im Rahmen der Kath. Erwachsenenbildung über verschiedene Kürbisse, ihre Herkunft, Inhaltsstoffe und zweckmäßige Verwendung.
Auf der Speisekarte des Abends stand ein schnell zubereiteter Aufstrich auf Vollkornbaguette, passend zu einer sehr schmackhaften Suppe, beides mit dem bekannten und beliebten Hokkaido. Ein Pesto zu Spaghetti und eine leckere, gesunde und kalorienarme Kürbisquiche für den Backofen gefielen nicht nur farblich, sondern sprachen auch den Gaumen besonders an.
Dass ein gutes Essen mit einem feinen Dessert endet, tut nicht nur der Seele gut, es hebt die gute Laune. Dafür sorgte Vanilleeis mit karamellisierten Kürbiskernen und Kürbiskernöl – ein gelungener Kontrast. Die Frauen waren begeistert und stellten fest, es geht auch ohne Fleisch!

Elvira Koch, KDFB Zweigverein Lichtenfels

Wir laden Sie herzlich ein...

Wochenende für (allein-)erziehende Mütter mit ihren Kindern
Termin: Fr., 13. Mai 2022, 17:30 Uhr bis So., 15. Mai 2022, 13:00 Uhr
Ort: Haus Frankenthal (Haus 2), Bad Staffelstein
Leitung: Kerstin Seßner, Roth
Kinderbetreuung: Carmen Müller, Neustadt/Coburg

Du führst mich hinaus ins Weite (Ps 18,20)
Pilgern auf dem Fränkischen Marienweg
Termin: Fr., 13. Mai 2022, 13:00 Uhr bis 20:00 Uhr
Strecke: Birklingen über Schwanberg und Iphofen – Markt Einersheim
Referentin: Dr. Andrea M. Friedrich und Team

Delegiertenversammlung
des VSB im KDFB e.V.
Termin: Fr., 20. Mai 2022, Beginn: 13:00 Uhr
Ort: Bistumshaus St. Otto, Bamberg

Du führst mich hinaus ins Weite (Ps 18,20)
Pilgern auf dem Fränkischen Marienweg
Termin: Fr., 24. Juni 2022, 13:00 Uhr bis 20:00 Uhr
Strecke: Markt Einersheim – Schloss Frankenberg
Referentin: Dr. Andrea M. Friedrich und Team

Diözesanverband **EICHSTÄTT**

Pedettistr. 4 · 85072 Eichstätt · Telefon 08421/50-671 · Fax 08421/50-9901-674
info@frauenbund-eichstaett.de · www.frauenbund-eichstaett.de

Termine im April/Mai 2022

Einkehrtag
„Maria Magdalena – erste Zeugin der Auferstehung"
Termin: Sa. 02.04.22, Zeit: 10-16 Uhr
Ort: Eichstätt 85072, youHaus
Referenten: Christoph Wittmann, Domvikar und Sarah Hairbucher, Ministrantenreferentin

„Die Heilige Katharina von Siena"
Termin: Mo. 04.04.22, Zeit: 19.30 Uhr
Ort: Raitenbuch 91790, Gasthaus Flierler, Hauptstraße 15
Referent: Diakon Dr. Anselm Blumberg, KDFB Diözesanbeirat, Eichstätt

„Schicksalsschlag – und nun?"
Termin: Do. 28.04.22, Zeit: 19.30 Uhr
Ort: Ing.-Gerolfing 85049, Kath. Pfarrheim, Am Pfarrgraben 10
Referentin: Silke Naun-Bates, Autorin, Billigheim

„Bezaubernde Mosel" Bildungsreise AUSGEBUCHT!

„Gott ist mein Fels!"
Mit Kindern Gott entdecken
Termin: Fr. 06.05.22, Zeit: 14.00 – 16.30 Uhr
Ort: Velburg 92355, Stadtpfarrkirche St. Johannes
Brotzeit bitte selber mitbringen!

„Online-Shopping" praktisch-bequem-umweltfreundlich? Bezirksveranstaltungen VSB – Anmeldung VSB Ingolstadt
Termin: Mo. 09.05.22, Zeit: 19.30 Uhr
Ort: Trautmannshofen 92283, Gasthof Schraml, Dientzenhofener Straße 2

„Farb- und Imageberatung"
Termin: Di. 10.05.22, Zeit: 19-22 Uhr
Ort: Hofstetten 85122, Landgasthof Buchberger, Schloßstraße 23
Referentin: Barbara Bruns, Farb- u. Imageberaterin, Wolnzach

„Kulturelle Kraftorte und Kraftorte in der Natur" Kraftort-Wanderung ca. 7 Kilometer
Termin: Sa. 14.05.22, Zeit: 13.30 – 16.30 Uhr
Treffpunkt: Bergen 86633, Wallfahrtskirche Heilig Kreuz, Kirchplatz 3
Referentin: Elisabeth Graf, Reiseleiterin, Eichstätt

Liebe Frauen,
… „und die Frauen kehrten vom Grab in die Stadt zurück und berichteten alles den Elf und den anderen Jüngern". (Lk 24,9)
Dieser letzte Satz des Evangeliums an Ostern hat mich schon als Kind begeistert, und ich habe mir immer die Frage gestellt: „Was wäre, wenn es diese Frauen mit dieser Frohbotschaft vom leeren Grab nicht gegeben hätte"?
Obwohl wir alle wissen, dass Ostern das bedeutendste Fest für uns Christen und Christinnen ist, tut man sich mit der Freude auf dieses Fest etwas schwer in einer Zeit, in der man das Gefühl hat, der Mensch hat die Welt aus den Angeln gehoben. Ich denke an die Menschen, denen die Freude in der langen Zeit der Pandemie abhandengekommen ist und deren Seele krank wurde. Ich denke an die Menschen, die den Wahnsinn eines Krieges erleben müssen.
Und trotzdem – Ostern steht für Wandlung, Aufbruch und Erneuerung.
Durch die Auferstehung Jesu wurde das Leben der Menschen so radikal verändert, dass dem Tod seine Dominanz genommen wurde und die Liebe oberste Priorität gewonnen hat.
Von Herzen wünsche ich Ihnen ein gesegnetes Osterfest, Gottvertrauen, Mut zur Erneuerung, und dass die österliche Freude Ihre Seele erreichen möge.

***Renate Seis**, Stellv. Diözesanvorsitzende*

Veranstaltungstipp zum Tag der Diakonin: Vortrag „Weihen und Ämter – für Frauen? Was meinen Sie"

Am **25. April 2022** um 18 Uhr feiern wir einen Wortgottesdienst in der St. Anton Pfarrkirche in Ingolstadt. Anschließend hält Dr. Elfriede Schießleder, Vorsitzende des Bayerischen Landesverbands, München, diesen Vortrag. Am 5.02.22 endete die dritte Synodal Versammlung des Synodalen Weges in Frankfurt am Main. Ganz aktuell hinterfragen wir zum Synodalforum: "Frauen in Diensten und Ämter der Kirche" Diese Veranstaltung ist gebührenfrei. Anmeldung an die Geschäftsstelle 08421 50673

Frauenfrühstück / Frauenabend
„Erschöpft war gestern – Leben schöpfen ist heute!"

Fr. 01.04.22 um 8.30 Uhr	Denkendorf 85095, Kath. Pfarrheim, Hauptstraße 22
Do. 07.04.22 um 8.30 Uhr	Wemding 86650, Haus St. Emmeram, Pfarrgasse 3
Do. 19.05.22 um 8.30 Uhr	Pleinfeld 91785, Kath. Pfarrheim, Kirchenplatz 7
Fr. 27.05.22 um 18.30 Uhr	Wolframs-Eschenbach 91639,

wichtig: Zur Planung der Veranstaltungen ist eine rechtzeitige Anmeldung an die KDFB Geschäftsstelle unbedingt notwendig!
Termine unter Vorbehalt und Berücksichtigung der aktuellen Lage, sowie der allgemein geltenden Hygienevorschriften.

Diözesan-Frauenwallfahrt: „Vertrauensvoll – Empathisch – Mutig: Maria, dreimal wunderbar!“

Am **07. Mai 2022** mittags beginnen wir die Wallfahrt. Um 14.00 Uhr zelebriert H.H. Bischof Dr. Gregor Maria Hanke OSB den Wallfahrtsgottesdienst im Liebfrauenmünster in Ingolstadt. Herzlich eingeladen sind alle Frauen unserer Diözese. Die Zweigvereine bitten wir um Teilnahme mit Fahnen und Bannern. Die detailierten Informationen erfahren Sie in Kürze durch Einladungen und Presse.

Neuwahl im Zweigverein Ing.-Mitte

Am 29. Januar 22 fanden im Zweigverein Neuwahlen zu einem Vorstandsteam und die Verabschiedung der bisherigen Vorsitzenden Frau Rottenkober statt.

Auf dem Bild das neue Vorstandsteam von links oben nach rechts unten: Angela Lang (Schriftführerin), Claudia Bäuml (Teamsprecherin), Ursula Schmidt (Schatzmeisterin) Beisitzerinnen: Sabine Ostermaier, Doris Schmidbauer, Simona Rottenkolber, Silvia Rudingsdorfer, Marlies Müller, Michaela Stöhr.

Aufgrund der Coronabedingungen konnte die zeitlich stark verkürzte Versammlung zum Glück in der Moritzkirche in Ingolstadt durchgeführt werden. Es wurden die Tätigkeits- und Kassenberichte 2021 und 2020 vorgelegt und die bisherige Vorstandschaft entlastet. Den Abschluss bildete das Rosenkranzgebet und dieses mündete direkt in die Abendmesse, bei der den verstorbenen KDB-Mitgliedern gedacht wurde. Pater Hubert von den Vororatorianern hat in Vertretung von Herrn Dekan Oswald dankenswerterweise die Veranstaltung begleitet. *Bericht: Claudia Bäuml*

„Stadt Ellingen – Perle des fränkischen Barocks“ Treffen der Ehemaligen

Am **18. Mai 2022** laden wir ehemalige Führungskräfte auf Zweigverein-, Bezirks- und Diözesanebene sehr herzlich gebührenfrei nach Ellingen ein. Treffpunkt um 10 Uhr an der Residenz Ellingen 91792, Schloßstraße 9. **Anmeldung an die Geschäftsstelle!**

Arbeitstreffen des KDFB Diözesanausschusses

Gruppenbild Mitglieder*innen Diözesanausschuss

Zwei thematische Schwerpunkte prägten das diesjährige Arbeitstreffen des KDFB Diözesanausschusses Eichstätt. Im Rahmen der zweitägigen Tagung im Kloster Weltenburg beschäftigten sich die Teilnehmerinnen intensiv mit den Aufrufen Neuwahl im Diözesanvorstand und den Bezirksleiterinnen sowie der Planung des diözesanen KDFB Bildungsprogramms für das Jahr 2023.

„Mein lebendiger Gartenboden“

Bezirksveranstaltung Bay. Landfrauenvereinigung

Foto Mauritius images

Die Referentin Johanna Umbach stellt in Ihrem Vortrag zunächst vor, wie Boden aufgebaut ist, wer ihn bewohnt und warum die enge Beziehung zwischen Bodenlebewesen und Pflanzen so wichtig ist. Danach zeigt sie einfache Tricks und Tests, wie jeder die Haupteigenschaften seines Bodens kennenlernen kann. Anschließend stellt sie die wichtigsten Methoden vor, die sich einfach im Garten umsetzen lassen, um einen gesunden Boden zu erhalten und zu ernähren. Im Kapuzinergarten hat sie diese Techniken jahrelang ausprobiert und mit Laien erprobt und berichtet gern über ihre Erfahrungen dabei.

Termin: Mi. 27.04.22, Zeit: 19.30 Uhr
Ort: Hilpoltstein 91161, Kath. Pfarrheim, Meckenhausen A25
Termin: Fr. 13.05.22, Zeit: 19.30 Uhr
Ort: Velburg 92355, Kath. Pfarrheim, Kolpingstraße 17
Anmeldung: landfrauenvereinigung-dv_eichstaett@ mail.de

Kilianshaus – Kürschnerhof 2 · 97070 Würzburg · Tel. 0931/38665-341, Fax –349 · frauenbund@bistum-wuerzburg.de
www.frauenbund-wuerzburg.de · www.facebook.com/frauenbund.wuerzburg

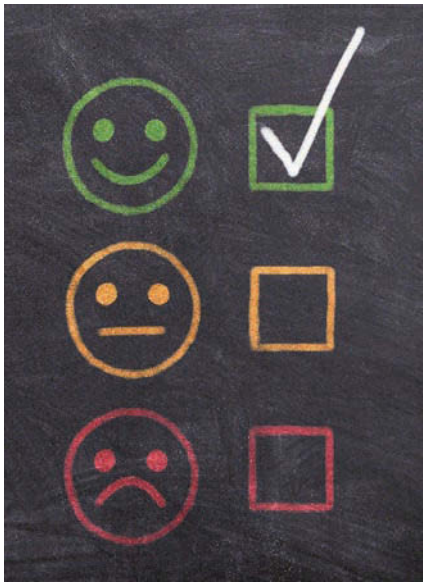


Foto:pixabay

Motivation und Begeisterung

Digitale Bildungsveranstaltung für Frauen

Motivation meint den Zustand einer Person, der sie dazu veranlasst, eine bestimmte Handlungsalternative auszuwählen, um ein bestimmtes Ergebnis zu erreichen und dafür sorgt, dass diese Person ihr Verhalten hinsichtlich Richtung und Intensität beibehält. Nahezu perfekt wird das in Kombination mit dem Zustand freudiger Erregung und leidenschaftlichen Eifers, den Begeisterung meint.
Fragen Sie sich auch gelegentlich, wie Sie sich und andere motivieren können, wie Sie die Funken der Begeisterung bei sich und anderen (wieder) zum Sprühen bringen? Dann kommen Sie zu unserer digitalen Bildungsveranstaltung für Frauen am 26. April 2022. Gemeinsam wollen wir Antworten auf diese Fragen finden, uns gemeinsam auf Spurensuche nach unseren Kraftquellen begeben und gestärkt aus diesem Abend herausgehen.
Lassen Sie sich motivieren und begeistern und melden sich an für Dienstag, 26. April 2022, 19.00 - 20.30 Uhr in BigBlueButton. Wir freuen uns auf Sie!
Nähere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie auf unserer Homepage unter www.frauenbund-wuerzburg.de.

Ist eine Mutter-Kind-Kur das Richtige für mich?

Kindererziehung, immer für die Familie da sein, den Haushalt managen, im Beruf engagiert sein. Vielleicht pflegen Sie auch einen Angehörigen?
Sie machen das wirklich gerne, aber es kostet viel Energie. Wenn noch zusätzlicher Stress hinzukommt, können alle diese Belastungen die Gesundheit beeinträchtigen.

Reif für die Kur? Machen Sie den Kurtest:
www.muettergenesungswerk.de

Durch die Auswirkungen der Corona-Pandemie sind sehr viele Mütter erschöpft. Auch bei Kindern treten Verhaltensauffälligkeiten auf. Aus diesen Gründen besteht zurzeit eine erhöhte Kurnachfrage und in vielen Kurkliniken ist es mittlerweile schwierig, für die Sommermonate noch einen Kurplatz zu erhalten. Dennoch sind kurzfristig über eine Warteliste noch Kuren möglich.
Mit kreativen Ideen sammeln KDFB-Frauen in und mit ihrem Zweigverein rund um den Muttertag jedes Jahr Spenden.Durch Ihre Unterstützung erhalten Antragsteller*-innen Beihilfe zu ihrer Kurmaßnahme. Die Flyer des Mütter-Genesungs-Werkes liegen in vielen Kirchen aus. Weitere Informationen finden Sie auch auf der Homepage des Mütter Genesungswerks: www.muettergenesungswerk.de

Foto MGW

Lesung mit Sr. Katharina Ganz

„Frauen stören – und ohne sie hat Kirche keine Zukunft!“

Davon ist Sr. Dr. Katharina Ganz, Generaloberin des Klosters Oberzell, überzeugt. In ihrem Buch schreibt sie: „Es wird höchste Zeit, dass Frauen aufstehen, statt zu warten, bis man sie gönnerhaft entdeckt. Es wird höchste Zeit, dass Frauen Stimme und Gehör finden in der Verkündigung, in der Lehre, in der Feier der Sakramente, in allen Diensten und Ämtern und überall, wo Entscheidungen getroffen werden.“
Doch noch andere Aspekte werden in dem Buch beleuchtet wie die Ermutigungsgeschichte von Antonia Werr, die die Kongregation der „Dienerinnen der hl. Kindheit Jesu“ gegen viele Widerstände gegründet hat. Auch der Synodale Weg spielt eine große Rolle, hier berät Sr. Katharina das Forum „Frauen in Diensten und Ämtern in der Kirche“.
Wir laden alle Interessierten zu einem Abend mit Lesung, Austausch und Diskussion am 12. Mai 2021 ab 18.30 Uhr ins Burkadushaus in Würzburg ein. Im Vorfeld dazu findet ab 17.30 Uhr das monatliche Donnerstagsgebet für eine zukunftsfähige Kirche statt. Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie auf unserer Homepage www.frauenbund-wuerzburg.de unter der Rubrik Termine. Freuen Sie sich auf einen interessanten Abend mit einer interessanten Frau.

Elke Schrapp
Leitung Kommission Glaube und Kirche - Eine Welt

Herzliche Einladung zum Frauenbildungstag 2022:

Frauen.Gesundheit – „Was mir gut tut!“

„Gesundheit ist ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen.“ (WHO)

Foto pixabay

Beim Bildungstag zum Thema Frauengesundheit stellen wir Konzepte für einen verantwortungsbewussten Umgang mit sich selbst und dem eigenen Körper vor. Mit praktischen Impulsen geben wir einen ganzheitlichen Blick auf die eigene Gesundheit und informieren über Ansätze speziell für Frauen.
In verschiedenen Workshops, zu den Themen Resilienz, Lachyoga, Hormonhaushalt, Ernährung und Heilende Kräuter, stellen wir Ihnen Konzepte und Methoden vor, die Sie im Alltag unterstützen können gesund zu bleiben. Zuvor wird uns Frau Dr. Dagmar Paul-Agrawala (Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe) in die Thematik einführen.
Wir freuen uns auf Sie und Ihr Interesse an diesem sicher spannenden und informativen Thementag. Kommen Sie am 21. Mai 2022 von 10.00 bis 17.00 Uhr nach Würzburg ins Kilianeum und gönnen sich und ihrer Gesundheit diesen Tag. Nähere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung finden Sie auf unserer Homepage www.frauenbund-wuerzburg.de und in unserem Flyer zur Veranstaltung, den wir Ihnen gerne zukommen lassen.

Termine April und Mai 2022

Do. 07.04.2022, 18.30 Uhr
Donnerstagsgebet
Augustinerkirche, Würzburg

Di. 26.04.2022, 19.00
Digitales Bildungsangebot:
„Motivation und Begeisterung“
Online, BigBlueButton

Fr. 29.04.2022, 18.00 Uhr
Tag der Diakonin:
„bunt und lebendig“
St. Margaretha, Mainaschaff

Sa. 07.05.2022, 9.30 Uhr
Unsere Krabbelgruppe läuft
Jugendhaus St. Kilian, Miltenberg

Do. 12.05.2022, 17.30 Uhr
Donnerstagsgebet
Burkadushaus, Würzburg

Do. 12.05.2022, 18.30 Uhr
„Frauen stören:
Und ohne sie hat Kirche keine Zukunft“
Burkadushaus, Würzburg

Sa. 21.05.2022, 10.00 Uhr
Frauenbildungstag:
Frauen.Gesundheit - „Was mit gut tut!“
Kilianeum, Würzburg

Termine unter Vorbehalt und Berücksichtigung der aktuellen Lage, sowie der allgemein geltenden Hygiene-vorschriften.

Diözesanverband München und Freising e.V. · Dachauer Straße 5/IV· 80335 München · Tel. 089/59918–780 · Fax 089/5501709
kontakt@frauenbund-muenchen.de · www.frauenbund-muenchen.de
Geschäftszeiten: Mo bis Do, 9-16 Uhr (mit flex. Arbeitszeit/Mittagspause)

Diözesanverband

La dolce vita – Italienischkurs direkt aus Rom!

In diesem Jahr haben wir ein besonderes Bildungsangebot im Programm: Lernen Sie bequem von zu Hause aus Schritt für Schritt die italienische Sprache, direkt aus Rom! Die Referentin Jasmin Sosto lebt seit vielen Jahren als Deutsch- und Italienischlehrerin in Rom und führt Sie einmal wöchentlich in Sprache, Kunst und Kultur der ewigen Stadt ein, vermittelt römische Atmosphäre und macht Lust auf die Jubiläumsreise im Jahr 2024, die der Diözesanverband München und Freising zu seinem 120-jährigen Bestehen nach Rom plant.
Der Kurs richtet sich an Anfängerinnen und Anfänger der italienischen Sprache oder an jene, die ihre Sprachkenntnisse wieder auffrischen wollen. Der Kurs wird je nach Lernfortschritt wiederholt oder aufbauend angeboten. Arrivederci!

Online-Angebot
Termin: jeweils 10-11.30 Uhr am 9.4., 30.4., 7.5., 14.5., 21.5., 28.5., 4.6., 25.6., 2.7., 9.7.
Kosten: 45 Euro / 50 Euro Nichtmitglieder für den gesamten Kurs
Anmeldung bis 6. April 2022!

Termin Delegiertenversammlung
Die Delegiertenversammlung des Diözesanverbandes München und Freising e.V. mit Wahlen findet am **Freitag, 6. Mai 2022** im St. Theresia Ausbildungshotel München statt.

Redaktionsschluss für Juni/Juli: Mo 25.4.2022

Diözesanredaktion
Constanze Kukula
kukula@frauenbund-muenchen.de

Frauen-Insel
Sendlinger Straße 30
neben der Asamkirche

bewegen!

Diözesanverband

Spenden erbeten

Liebe Mitglieder,
in der Fastenzeit bitten wir Sie einmal mehr um Ihre Unterstützung für die Stiftung „Ein Platz für Kinder“. Ihre Spende können Sie unter Angabe der Zweigvereinsnummer des Verwendungszwecks: „Stiftung Ein Platz für Kinder“ auf das Spendenkonto des Diözesanverbandes überweisen: IBAN DE65 75090300 0002 3090 09, Liga-Bank München.
Die Stiftung mit Sitz in München richtet in eigener Trägerschaft ein therapeutisches Internat für traumatisierte Kinder ein. Zu diesem Zweck hat sie von der Abtei Frauenwörth das ehemalige Schulgebäude in Mitterndorf am Chiemsee in Erbpacht erworben. Bei den vom Jugendamt zugewiesenen Kindern stehen die Vorzeichen für ein normales Leben schlecht. Sie haben seelische Verletzungen erfahren, massive Vernachlässigungen, körperliche Misshandlungen bis hin zu schwerstem sexuellen Missbrauch. Durch die extremen Lebensumstände fehlt ihnen teilweise der Schulstoff von Jahren. Damit diese Lücke geschlossen werden und das Geschehene besser verarbeitet werden kann, brauchen sie eine besondere Schule, die es in Deutschland bisher nicht gibt. Viele der Kinder haben Unzumutbares erlebt. Nicht wenige zeigen ihr Leid durch Aggression, Zerstörung von Mobiliar, Gewalt gegen sich selbst und andere. Das Personal hat daher zusätzliche Trauma-Ausbildungen durchlaufen und kann diese Kinder „aushalten“, mit viel Zeit, Geduld und Empathie Vertrauen aufbauen und ihnen helfen, das Unfassbare zu verarbeiten. Gebäude und Einrichtung sind auf die speziellen Bedürfnisse der Kinder ausgerichtet und nahezu unzerstörbar. Bitte helfen Sie mit, dass für diese extrem geschädigten Kinder eine solche Chance möglich wird.

EIN PLATZ FÜR KINDER

Ihr Vorstand des Diözesanverbandes München und Freising

Zweigverein Gauting

100 bewegte Jahre

Der Frauenbund Gauting feiert in diesem Jahr sein 100-jähriges Bestehen. Die bewegte Geschichte des am 8. Januar 1922 gegründeten Vereins ist in einer Chronik aus dem Jahr 2008 nachzulesen, die derzeit um die vergangenen Jahre ergänzt wird. Von den Anfängen unmittelbar nach dem Ersten Weltkrieg, als die Not groß war und der Gautinger Frauenbund beispielsweise eine tägliche Suppenküche für unterstützungsbedürftige Familien einrichtete, bis hin zur heutigen Vielfalt an Bildungs- und Informationsangeboten, geselligen Runden, kulturellen Ausflügen und gemeinsamen Aktionen wie dem traditionellen Palmbuschen-Binden. Bis heute sei es erklärtes Ziel „christlich zu handeln“, resümierte die Vorsitzende Johanna Krepold gegenüber dem Münchner Merkur, vor allem aber „schenken wir unseren Mitgliedern ein Gefühl der Gemeinschaft“.
Gefeiert werden soll das Jubiläum mit einem Festgottesdienst im September 2022. *kuk*

Auch beim **Frauenbund Gündlkofen** steht ein Jubiläum an: Der Verein feiert am 14. Mai 2022 sein 40-jähriges Bestehen.

Herzlichen Glückwunsch!

TIPP

Impulse jetzt auch als E-Mail

Die kurzen spirituellen Impulse von #meinWegmeineZeit gibt es jetzt nicht nur auf Instagram, Facebook und unserer Internetseite, sondern auch als E-Mail. Wenn Sie die wöchentlichen Impulse per E-Mail erhalten wollen, schicken Sie einfach eine E-Mail an reinbold@frauenbund-muenchen.de

aus den Zweigvereinen ...

... Forstinning

Am 23. November 2021 haben die beiden Vorsitzenden des Frauenbundes Forstinning elf Säcke mit insgesamt 110 Herzkissen an Irmgard Burger von der Rotkreuz-Frauenklinik an der Taxisstraße München übergeben. Frau Burger berichtete uns dabei, dass der Jahresbedarf zwischen 1.000 und 1.200 Stück liegt!
Diese Zahl macht sehr betroffen und spornt uns in dem Bemühen zusätzlich an, auch in diesem Jahr und weiterhin diese sinnvolle Aktion zu unterstützen.
Inzwischen ist uns eine Dankesmail zugegangen, von einer jungen, betroffenen Frau, die in bewegenden Worten schilderte, was sie fühlte, als sie bei ihrer Einlieferung ein solches Kissen erhalten hatte.

W. Riedel

... Vierkirchen

Der Frauenbund Vierkirchen hat die Erlöse aus dem Adventsbasar und dem Verkauf von Schnittblumen aus dem Jahr 2021 wieder für verschiedene wohltätige Zwecke gespendet: 500 Euro gingen an die indische Partnerpfarrei Lavanyadeipur, 200 Euro an die Aktion PiT – Togohilfe, weitere 200 Euro an eine Taubstummenschule Südafrika sowie 150 Euro an den Sternstunden e. V.

R. Höß

... St Benno München

Corona forderte auch den Frauenbund St. Benno heraus: Nicht alles abzusagen, was uns bisher vertraut war, die Lücken zu suchen, was möglich ist. Deshalb reifte in der Vorstandschaft der Plan, andere Möglichkeiten zu nutzen.

Der Frauenbund verkaufte seine Adventskränze und Gestecke am Ersten Adventswochenende nach den Gottesdiensten in der Kirche. Geplant war, am 30.11.21 die selbstgemachten Produkte auf dem Bauernmarkt zu verkaufen. Da machte das Wetter einen gewaltigen Strich durch die Rechnung. Es war so stürmisch, dass gleich beim ersten Aufbauversuch die Planen des Pavillons davongeweht wurden. Da war Improvisation gefragt. Pfarrer Sperrer hat uns spontan „Kirchenasyl“ für den Adventsverkauf gewährt und uns zusammen mit dem Team des Pfarrbüros mit laminierten Hinweisschildern versorgt, damit die Besucher des Bauernmarkts auch den Weg zu uns finden konnten. Wir waren hocherfreut, wie viele Menschen zu unserem Stand in der Kirche gekommen sind – das lag aber auch an der guten Werbung der Standinhaber auf dem Bauernmarkt. Eine rundum schöne Zusammenarbeit. Ein herzliches Dankeschön auch an die vielen helfenden Hände aus dem Frauenbund und unserer Pfarrgemeinde.
Die Aktion war ein voller Erfolg – wir konnten rund 2.500 Euro an folgende Einrichtungen verteilen:

- Ronald Mc Donald Stiftung – helping hands
- Selbst Helfen – Initiative krebskranke Kinder München e.V.
- Korbinian-Küche München
- Barbara und Rudi Hierl Stiftung
- Plan International Deutschland – Patenschaft für ein Mädchen in Uganda
- Welthungerhilfe Madagaskar
- Pfarrei St. Benno

M. Mittermeier

Neuwahlen in den Zweigvereinen

Freising am 13.11.2021, Team: Erika Massinger
Kirchdorf am 8.12.2021: Renate Stiebing

Allen neu und wiedergewählten Vorständen herzlichen Glückwunsch und eine gute Zusammenarbeit!

TERMINE APRIL / MAI

Weitere Informationen zu allen Veranstaltungen und Online-Anmeldung auf www.frauenbund-muenchen.de
Wenn Sie sich für ein Bildungsangebot interessieren, melden Sie sich bitte an. Sollte die Veranstaltung nicht stattfinden können, informieren wir Sie. Bei allen Veranstaltungen in geschlossenen Räumen bitte Impf- oder Genesenennachweis mitbringen!

Deutsch-Kurse für Migrant*innen
in Kooperation mit der Caritas
Mo bis Do, 10-11.30 Uhr, online
(Nicht in den Schulferien!)

Der Glaube – die Kirche – und ich
Offene Runde, München/DV-Büro, kostenfrei
Fr 1.4., 14.30-16 Uhr, Thema „Das Übel mit der Wurzel ausrotten" (Joh 8,1-11)
Fr 6.5., 14.30-16 Uhr, Thema „Wer gehört zu Christus?" (Joh 10,27-30)
Leitung: D. Petermann und A. E. Ammann
Anmeldung unter Tel. 089 59918780!

Online-Vortrag: Essen am Familientisch für die Zeit nach der Beikost
Referentin: Renate Bleistein
Mo 4.4., 10-11.30 Uhr, online
Kosten: 5 € / Nichtmitglieder 7 €

Vortragsgespräch: „Birg mich im Schatten deiner Flügel" (Ps 17,8)
Referentin: Prof. em. Dr. H. Steichele
Di 5.4., 15-17 Uhr, München/DV-Büro
Kosten: 8 € / Nichtmitglieder 10 €

Online-Vortrag: Nachhaltiger Lebensmitteleinkauf – verlässliche Siegel, Täuschungen und neue Einkaufswege
Referentin: Annegret Hager
Mi 6.4., 18.30-20.00 Uhr, online
Kosten: 5 € / Nichtmitglieder 7 €

Geführte Pilgerwanderung: Hinaus in Gottes schöne Welt
Von Seefeld-Hechendorf nach Andechs
Referentin: Sieglinde Nubert
Fr 8.4., 10-14 Uhr, Treffpunkt Bahnhof Seefeld-Hechendorf 10 Uhr;
S 8 ab München Hbf um 09.02 Uhr
Kosten: 9 € / Nichtm. 11 € + MVV
Anmeldung bis 1. April; die Teilnahmezahl ist auf 15 begrenzt!

Kurs: La dolce vita – Italienischkurs direkt aus Rom! (siehe S. 40)
Referentin: Aydin-Sosto Jasmin
Sa 9.4. / 30.4. / 7.5. / 14.5. / 21.5. / 28.5. 4.6. / 25.6. / 2.7. / 9.7., 10-11.30 Uhr, online
Kosten gesamt: 45 € / Nichtmitglieder 50 €
Anmeldung bis 6. April!

Englisch-Konversation (offen für alle)
Organisation: Inge Brummer
Mi 13.4. / 27.4. / 11.5. / 25.5., jeweils 17.45-19.45 Uhr, München/Diözesanbüro
Kosten je Treffen: 2,50 €
Anmeldung jederzeit möglich!

Infotreffen zur Corona-Kerzen-Nacht 2022
Referentin: Gabriela Ferraro
Do 21.4., 18-19.30 Uhr, online

Bildungs- und Begegnungstag der Landfrauen
Vormittags: Gedächtnistraining
Referentin: Hildegard Grosse
Nachmittags: Jeder Tag bringt seine Geschenke mit
Referentin: Regina Rosenkranz
Di 26.4., 9.30-16.00 Uhr, Gmund/Pfarrheim

Online-Vortrag: Ernährung 50 Plus
Referentin: Eva Kirchberger
Do 28.4., 19-20.30 Uhr, online
Kosten: 5 € / Nichtmitglieder 7 €
Anmeldung bis 21. April!

Kurs: Körper-Seele-Geist (Reihe 3)
Referentin: Heike Emmerling
Di 3.5. bis 31.5., 5x jeweils 16-18 Uhr, Diözesanbüro
Kosten: 40 € / Nichtmitglieder 50 €
Anmeldung bis 26. April!

Führung: Von der Idee zur Sendung! Einblick in die Arbeit des BR
Referent: Tobias Henkenhaf
Mi 4.5., 10-13 Uhr, München / BR-Funkhaus
Kosten: 8 € / Nichtmitglieder 10 €
Anmeldung bis 27. April!

Diözesane Delegiertenversammlung
Fr 6.5., München/St. Theresia Ausbildungshotel

Neuer Kurs: Biographie-Arbeit – Ein kontemplativer Blick auf's Leben
Referentin: Carmen del Campo
ab Fr 6.5., jeweils 16.30-18.30 Uhr, Diözesanbüro
Kosten gesamt: 30 € / Nichtmitglieder 42 €
Anmeldung bis 29. April!

Geführte spirituelle Wanderung: Freud' am Wasser
An und über der Leitzach (ca. 2,5 Stunden).
Referentinnen: Albine Becker, Rita Geyer
Sa 7.5., 10-12.30 Uhr, Treffpunkt Wörnsmühl, Leitzachbrücke
Kosten: 8 € / Nichtmitglieder 10 €
Anmeldung bis 25. April!

Vortragsreihe „Die sorgeberechtigte Frau": Meine Familie, mein Beruf und Ich
Referentin: Heike Emmerling
Di 10.5., 19-21 Uhr, online
Kosten: 5 € / Nichtmitglieder 7 €
Anmeldung bis 3. Mai!

Meet & Lead
Wirkung und Auswirkung der Zweigvereinsumfrage 2020/21
Referentin: Gabriela Ferraro
Fr 13.5., 18-19.30 Uhr, online
kostenlos
Anmeldung bis 6. Mai!

Vortragsreihe „Die sorgeberechtigte Frau": Wenn FRAU für alle da sein will ...
Referent: Ulrich Spies
Mi 18.5., 17-18.30 Uhr, Diözesanbüro
Kosten: 8 € / Nichtmitglieder 10 €
Anmeldung bis 11. Mai!

Fortbildung: Digitale Fragestunde für Schatzmeisterinnen des KDFB
Referentin: Claudia Koch
Di 24.5., 16-17.30 Uhr, online
kostenlos / Nichtmitglieder 7 €
Anmeldung bis 16. Mai!

VORSCHAU

Begegnungstag Stadt- und Landfrauen: Fraueninsel / Chiemsee
Mi 1.6., 9.45 Uhr, Treffpunkt Schiffsanlegestelle Stock / Prien
Kosten: 8 € / Nichtmitglieder 10 €

Diözesanverband Passau e.V. · Ludwigsplatz 4, 94032 Passau · Telefon 0851/36361, Fax 0851/31812
kdfb.passau@bistum-passau.de · www.frauenbund-passau.de
Öffnungszeiten: Mo – Do 8.30 – 12 und 14 – 16 Uhr · Fr 8.30 – 12 Uhr; mittwochs nicht telefonisch erreichbar

Würdigung

Stephanusplakette für KDFB-Frauen

Mit der Stephanusplakette, der höchsten Laienauszeichnung im Bistum Passau, werden Ehrenamtliche geehrt, die sich in besonderem Maße um die Kirche von Passau verdient gemacht haben. Auf Vorschlag des KDFB-Diözesanverbandes zählen mit Klara Kirschner aus Eichendorf und Gertraud Stangl aus Obernberg zwei weitere Frauenbund-Frauen zu den Trägerinnen dieser Auszeichnung. Der KDFB verlieh die Stephanusplakette im Auftrag von Bischof Dr. Stefan Oster SDB im kleinen Kreis im Rahmen einer Wort-Gottes-feier in der Stadtpfarrkirche St. Paul in Passau.

Klara Kirschner ist 1984 dem KDFB-Zweigverein Eichendorf beigetreten. „Von diesen 38 Jahren war sie 33 Jahre Mitglied in der Vorstandschaft“, stellte Laudatorin und (zum damaligen Zeitpunkt) stellvertretende Diözesanvorsitzende Anne-Marie Ederer heraus. Sie hatte jeweils vier Jahre das Amt der Schriftführerin und der stellvertretenden Vorsitzenden inne und war anschließend 25 Jahre erste Vorsitzende. „Dass Klara Kirschner Denken und Handeln über den eigenen Kirchturm hinaus wichtig sind, beweist ihr vielseitiges Engagement als Dekanatsleiterin“, führte Ederer aus. Seit 2010 ist Kirschner im Dekanat Pfarrkirchen, Region Landau, verantwortliches Bindeglied zwischen dem Diözesanverband und den Zweigvereinen. Zudem reicht ihr ehrenamtliches Engagement über den KDFB hinaus. In der Pfarrei Eichendorf ist Klara Kirschner seit 2001 als Lektorin aktiv, bis 2010 war sie Leiterin von Wortgottesfeiern.

Die zweite Geehrte **Gertraud Stangl** ist seit 1992 Mitglied des Zweigvereins Schaufling. 1998 wurde sie zur stellvertretenden Vorsitzenden gewählt, vier Jahre später zur ersten Vorsitzenden. Dieses Amt übte sie bis 2020 aus. Stangl vertritt seit 2002 die Interessen der KDFB-Landfrauen als Dekanatsverantwortliche im Dekanat Osterhofen. Von 2008 bis 2016 war sie stellvertretende Diözesanvorsitzende der Landfrauenvereinigung in der Diözese Passau. Seit 2016 ist sie Mitglied im Vorstandsteam der Bayerischen Landfrauenvereinigung im KDFB. Laudatorin Gerda Stöfl, stellvertretende KDFB-Diözesanvorsitzende, beschrieb Gertraud Stangl als eine umsichtige, aktive, hilfsbereite und kreative Frau, die trotz gesundheitlicher Probleme nie ihren Humor verloren habe.

Foto: Günter Ilg

Bei der Überreichung der Stephanusplakette (v.l.): Pater Roy Kurian, Hans Ilg, Gretl Ilg und Pfarrer Wolfgang Reincke.

Einer weiteren verdienten KDFB-Frau wurde die Stephanusplakette von Seiten der Pfarrei überreicht: **Gretl Ilg** aus dem Zweigverein Tann nahm die Auszeichnung von Pfarrer Wolfgang Reincke entgegen. Er hatte eine lange Liste an ehrenamtlichen Tätigkeiten aufgezeichnet, die Grundlage für die Ehrung waren. Herausragend sei Gretl Ilgs jahrzehntelanger Einsatz beim KDFB-Zweigverein Tann, dem sie bereits seit 1958 angehört. Sie hatte verschiedene Ämter inne. 28 Jahre lang war sie Landfrauenvorsitzende, vier Jahre Schatzmeisterin, von 1997 bis 2001 stellvertretende Vorsitzende und von 2001 bis 2017 Beisitzerin. Für ihren unermüdlichen Einsatz wurde sie 2015 zum Ehrenmitglied des Zweigvereins ernannt und mit der Ehrennadel in Gold ausgezeichnet. Ihr ehrenamtliches Engagement erstreckt sich zudem auf den KAB-Ortsverband und den Pfarr-Caritasverband. *mam*

Foto: mam

Im Rahmen einer Wort-Gottesfeier wurde die Stephanusplakette an Klara Kirschner (3.v.l.) und Gertraud Stangl (5.v.l.) verliehen.

WGT 2022

England, Wales und Nordirland

Am 4. März beteiligten sich zahlreiche Zweigvereine am Weltgebetstag der Frauen. In diesem Jahr luden Frauen aus den Schwerpunktländern England, Wales und Nordirland dazu ein, den Spuren der Hoffnung nachzugehen.
Neben der Feier des Gottesdienstes selbst zählt die intensive Vorbereitung auf den Weltgebetstag zum wichtigen Begleitprogramm. Im Zuge der Corona-Einschränkungen musste das ökumenische Vorbereitungsteam in Bistum und Dekanat Passau wie bereits im Vorjahr das geplante Konzept an die aktuelle Situation anpassen. Anstelle der Informationsveranstaltungen mit Feier des WGT-Gottesdienstes in Passau, Grafenau und Ortenburg gab es ein Online-Format, das informative und abwechslungsreiche Einblicke in die Schwerpunktländer ermöglichte. Zudem wurde wie 2021 ein Beispiel-Gottesdienst in der Kirche St. Nikola gefeiert.

Foto: mam

Das ökumenische Vorbereitungsteam zeigte in der Kirche St. Nikola, wie der Weltgebetstag 2022 coronakonform gefeiert werden kann.

Die Teilnehmerinnen erfuhren, wie eine stimmungsvolle Feier des WGT-Gottesdienstes unter Einhaltung der Corona-Schutzmaßnahmen möglich ist. Der Gottesdienst war mitgefilmt worden und stand anschließend bei Youtube zur Ansicht bereit. *mam*

Online-Vortrag

Psychische Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen

Als Hilfestellung für Eltern hat der KDFB-Diözesanverband Passau gemeinsam mit dem Zweigverein Pleiskirchen einen Online-Vortrag mit Dr. med. Gertraud Fridgen, Chefärztin der Kinder- und Jugendpsychiatrie am ZKJM Altötting, über „Psychische Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen" organisiert. „Eine psychische Störung bei Kindern und Jugendlichen liegt vor, wenn das Verhalten und/oder Erleben unter Berücksichtigung des Entwicklungsalters abnorm ist und/oder zu einer Beeinträchtigung führt", definierte Fridgen zu Beginn. Die Schwierigkeit liege im Graubereich: „Was ist (noch) normal, was ist abnorm?" In diesem Zusammenhang spielen verschiedene Kriterien eine Rolle, beispielsweise das Alter. Im Folgenden ging Fridgen auf die Vielzahl psychischer Störungen ein, die Kinder und Jugendliche betreffen können. Denn nur wenn Eltern wissen, welche Erkrankungen es gibt und welche Symptome mit diesen Erkrankungen einhergehen, können sie in der Lage sein, Anzeichen frühzeitig zu erkennen. Einen ausführlichen Nachbericht finden Sie unter www.frauenbund-passau.de bei den Pressemitteilungen. *mam*

Rückblick

KDFB-Adventskalender

Der KDFB-Adventskalender hatte im zweiten Jahr seiner Auflage für große Begeisterung gesorgt: Rund 14.000 gedruckte Exemplare waren bestellt worden. Zudem erfolgte eine Veröffentlichung der Inhalte auf der KDFB-Homepage und Facebook. Besonders erfreulich: Viele Zweigvereine banden den Kalender in eigene Aktionen ein. So beispielsweise der Zweigverein Fürstenzell. Weil coronabedingt erneut Veranstaltungen abgesagt werden mussten, war nach einer Möglichkeit gesucht worden, wie die Vorstandschaft den Mitgliedern zeigen kann, dass an sie gedacht wird. „Als wir den KDFB-Adventskalender entdeckten, hatten wir eine Idee: Zusammen mit der ‚engagiert', unserem Adventsbrief mit Grüßen von der Vorstandschaft, dem Adventskalender und einem Schokoladennikolaus könnten wir alle überraschen. Wir haben nur positive Rückmeldungen erhalten und planen auch für dieses Jahr eine kleine Adventsüberraschung", heißt es von Seiten der Vorstandschaft. *mam*

Foto: ZV Fürstenzell

Die Vorstandschaft des ZV Fürstenzell band den KDFB-Adventskalender in eine Adventsüberraschung ein.

Abschied

Viele Jahre haben sie federführend die Geschicke des KDFB-Diözesanverbandes Passau geleitet. Im Rahmen der Delegiertenversammlung schieden die erste Vorsitzende Bärbel Benkenstein-Matschiner und ihre Stellvertreterin Anne-Marie Ederer nach zwölf Jahren in der Vorstandschaft sowie stellvertretende Vorsitzende Waltraud Lerchl nach vier Jahren Vorstandstätigkeit aus ihren Ämtern aus. Mit persönlichen Abschiedsworten blicken sie auf eine bewegte Zeit zurück.

Liebe Frauen, liebe Leser,

„JA – ich nehme die Wahl an!“ Mit diesen Worten habe ich 2007 die Wahl zur stellvertretenden Diözesanvorsitzenden angenommen. Drei Jahre später – 2010 – wieder ein JA bei der Wahl zur Diözesanvorsitzenden. Zu dem Zeitpunkt war mir nicht klar, was dieses JA in der Praxis bedeutet – ein Fulltimejob im Ehrenamt!

Der KDFB ist ein Verband, der sich mit vielen Themen beschäftigt, Stellung bezieht, sich engagiert für gerechte Lebensbedingungen für Frauen in der ganzen Welt, sich für eine zukunftsfähige und gerechte Kirche einsetzt und die Gemeinschaft pflegt.

Der KDFB ist ein demokratisch strukturierter Verband und als Diözesanvorsitzende war ich auf Bundes- und Landesebene in Gremien, um den DV Passau zu vertreten: München, Köln, Bonn, Würzburg – oft unterwegs!

Der KDFB ist im Bistum verankert. Unsere Zweigvereine sind das Rückgrat, gestalten vor Ort das kirchliche und gesellschaftliche Leben, geben Glauben weiter, helfen, verbinden Menschen und feiern Feste. Bei vielen von Ihnen war ich eingeladen. Danke, Sie haben mich immer herzlich in Ihre Mitte genommen!

Der KDFB braucht hauptamtliche Mitarbeiterinnen – kann nicht allein ehrenamtlich geführt und organisiert werden. Danke an unsere Mitarbeiterinnen in der Geschäftsstelle – immer engagiert, motiviert und unterstützend! Ich schätze euch sehr!

Der KDFB wird von ehrenamtlichen Vorstandschaften geleitet: in den Zweigvereinen, im Diözesan-, Landes- und Bundesverband. Wir haben viel diskutiert, um Formulierungen und Entscheidungen gerungen – in freundschaftlicher und wertschätzender Atmosphäre! Danke an alle, mit denen ich die vergangenen Jahre etwas bewegen durfte, vor allem an meine Kolleginnen im Diözesanvorstand. Ich werde unser Miteinander vermissen!

Der KDFB ist ein katholischer Verband – das Wort Gottes, die Auseinandersetzung mit dem eigenen Glauben, hat immer eine wichtige Rolle gespielt. Ich durfte vielen Seelsorgerinnen und Seelsorgern begegnen. Oft hatten wir spannende, tiefgründige und intensive Gespräche. Diese Vielfalt wird mir fehlen!

15 Jahre im Diözesanvorstand haben mich gefordert und gefördert. Ich durfte Wunderbares erleben und vieles mitgestalten. Aber es gab auch Momente des Enttäuscht- und Erschöpftseins. Danke an meine Familie. Ohne deren Rückhalt und Verständnis hätte ich mein Amt als Diözesanvorsitzende nicht so ausfüllen können, wie ich es für richtig gehalten habe.

JA – es war mir eine Ehre, Ihre Diözesanvorsitzende zu sein!

Danke, dass Sie mir die vielen Jahre Ihr Vertrauen geschenkt haben.

Bärbel Benkenstein-Matschiner

Aus beruflichen Gründen sind mein Mann und ich 1993 mit unseren drei Töchtern nach Grafenau gezogen. Hier lernte ich ein Jahr später über die Eltern-Kind-Gruppe den Frauenbund kennen und von Jahr zu Jahr mehr zu schätzen.

Als Gruppenleiterin wurde ich von Beginn an zu den Vorstandssitzungen eingeladen und darf seit 2006 zusammen mit engagierten Vorstandsmitgliedern den KDFB-Zweigverein Grafenau führen. Über die ehrenamtliche Arbeit als Regionalleiterin für Eltern-Kind- und Junge-Frauengruppen wurde ich in den Diözesanvorstand berufen und 2010 zur stellvertretenden Diözesanvorsitzenden gewählt.

Dieses Ehrenamt hat mich in vielerlei Hinsicht bereichert und begeistert mich immer noch. Warum?

- Weil Frauensolidarität nicht nur auf dem Papier steht, sondern auf allen Ebenen nicht nur vor Ort, sogar weltweit, gelebt und auf vielfältigste Weise praktiziert wird.
- Weil Frauenbildung nicht nur die berufliche Qualifikation in den Blick nimmt, sondern auch Persönlichkeitsbildung, gesellschaftliches oder politisches Engagement, Selbstfürsorge, und dabei die jeweilige Lebenssituation von Frauen berücksichtigt.
- Weil Frauenspiritualität für mich (und viele andere) zu einem wichtigen Element im Alltag geworden ist, die meine innere Haltung zum Leben, zu meinen Werten und zu Gott widerspiegelt.

Sicher gab es auch einige enttäuschende und persönlich verletzende Erfahrungen – aber gemessen an den zahlreichen wunderbaren, erfreulichen und aufrichtigen Begegnungen mit engagierten Frauen bei Jubiläen, Versammlungen, Vorträgen, Gottesdiensten und vielen mehr fallen sie nicht (mehr) ins Gewicht.

Ich möchte mich bei jeder Einzelnen von Ihnen für das mir entgegengebrachte Vertrauen und das wertschätzende Mit- und Füreinander von ganzem Herzen bedanken. Mein größter Wunsch zum Abschied ist es, dass Sie mit Stolz und Selbstbewusstsein unserem großen Frauenverband noch lange treu bleiben, um auch weiterhin mit Macht und Ausdauer Gesellschaft, Politik und Kirche zu bewegen!

Ihre Freundin
Anne-Marie Ederer

Es ist an der Zeit mich bei Ihnen zu bedanken. Für Ihr Vertrauen, für unsere gemeinsamen Erlebnisse und die bereichernden Begegnungen. Voranschreiten zu wollen, ohne zu vergessen, wer Schritt halten soll – ist eine große Aufgabe – fast eine Kunst. Auch wir im Vorstand waren manchmal Getriebene, so fordernd waren teilweise die Zeiten. Vergelt‘s Gott, allen die uns mit Rat und Tat zur Seite standen. Ein vertrauensvolles Miteinander auf allen Ebenen durfte ich erleben.

Könnte ich mir für unseren KDFB etwas wünschen, so wäre dies, dass man uns die Tür einrennt. Viele neue Mitglieder, für die es nicht „nice to have“, sondern ein Herzensbedürfnis ist, dass Politik, Gesellschaft und auch die Kirche den Menschen wahrnimmt mit all seinen Bedürfnissen, von der Zeugung an bis über den Tod hinaus. Es muss möglich sein, einen weltweiten Handel zu betreiben, ohne den Menschen dort ihre Lebensgrundlagen zu zerstören. Forschung und Medizin müssen der Gesunderhaltung des Menschen dienen und nicht einem Geschäftsmodell. Wir brauchen echte Lebensmittel und Lösungen für unseren Energiehunger. Wir brauchen Schulen mit dem Schwerpunkt Alltagskompetenz für mündige Verbraucher*innen. Miteinander – Füreinander! Wir brauchen Frauen, die zu unseren Standpunkten stehen und einen Verband zu schätzen wissen, der für jedes Alter und in fast jeder Lebenslage eine echte Bereicherung ist. Für Groß und Klein.

Ich verabschiede mich von Ihnen und freue mich, wenn sie mögen, auf ein Wiedersehen bei einer Stilberatung für Zweigvereine oder im VSB.

Herzlichst,

Ihre ***Waltraud Lerchl***

Große Beteiligung

„Solibrot"-Aktion 2022

Fast 30 Zweigvereine und dutzende Bäckereien beteiligen sich gemeinsam mit dem KDFB-Diözesanverband Passau an der bundesweiten „Solibrot"-Aktion. In der Fastenzeit, in diesem Jahr seit 2. März und noch bis 14. April 2022, verkaufen Bäckereien auf Initiative der örtlichen Frauenbund-Zweigvereine „Solibrot". Dabei handelt es sich entweder um ein Brot nach neuem Rezept oder um ein Brot aus dem üblichen Sortiment, für das Kund*innen einen zusätzlichen freiwilligen Betrag in Höhe von 50 Cent pro Brot leisten. Dieser Solidaritätszuschlag wird gespendet. Daneben kann erstmals auch schnell von zu Hause aus gespendet werden. Der Diözesanverband Passau hat bei Misereor eine digitale Spendenbox eingerichtet.
Unterstützt werden das Straßenmädchenprojekt „Rescue Dada Centre" in Nairobi und ein Projekt, das gegen den grausamen Brauch der weiblichen Genitalverstümmelung in Tansania, Äthiopien und Mali kämpft. *mam*

Gut erholt ins neue Jahr

Badewoche der Landfrauen

Foto: Landfrauenvereinigung

Die Landfrauen freuten sich über eine Auszeit im Rottaler Hof in Bad Birnbach.

Das hat Tradition: Die bayerische Landfrauenvereinigung im KDFB-Diözesanverband Passau veranstaltet zu Beginn eines jeden neuen Jahres eine Erholungswoche im Hotel Rottaler Hof in Bad Birnbach. Coronabedingt musste die Badewoche im vergangenen Jahr ausfallen. 2022 fand sie mit leichter Verspätung Ende Februar statt. „Trotz widriger Umstände nahmen fast 50 Teilnehmerinnen aus ganz Bayern das Angebot an. Wir freuten uns über das herrliche Wetter zum Baden und Spazieren gehen, genossen die nette Gemeinschaft und die guten Gespräche", berichtet Organisatorin Christa Reiterer. Sogar „Jubiläen" wurden begangen. Hoteldirektor Siegfried Reitmeier bedankte sich bei Anni Eder und Gerti Zirhut für ihre zehnmalige Beteiligung, Rosina Pallauf war schon 15-mal bei der Badewoche dabei. *mam*

Foto: privat

Die Eltern-Kind-Gruppe bedankte sich mit einem Gruppenfoto und einem extra erstellten Dankeschön-Plakat beim ZV Haiming für die Kostenübernahme.

Zweigverein Haiming

Nachdem der alte Spieleteppich im Gruppenraum der Eltern-Kind-Gruppe beim Unteren Wirt in Haiming schon ziemlich viel mitmachen musste, war es an der Zeit, einen neuen anzuschaffen. Speziell für die Kleinsten sollte dies ein hochwertiger Teppich sein, der allergiegeprüft, robust und auch entsprechend warm ist. In Eigeninitiative der Eltern-Kind-Gruppe wurde schnell eine geeignete Spielunterlage gefunden.
Auf Anfrage bei der Vorstandschaft des ZV Haiming erklärte sich diese sofort bereit, die Kosten für die Anschaffung zu übernehmen. „Für die kleinsten Gemeindebürger*innen hat der Frauenbund immer ein offenes Ohr und ein großes Herz", so die 1. Vorsitzende Brigitte Straubinger. *Karin Sewald*

Redaktionsschluss für den Passauer Diözesanteil der „Engagiert" Ausgabe Juni/Juli ist am 22. April 2022.

Das sind wir
Zweigverein Neuötting am Inn

Gegründet:	am 22. Januar 1922
Erste Vorstandschaft:	Josefine Kreutzberger (1. Vorsteherin), Anna Eichinger (2. Vorsteherin), Maria Rubenberger (Kassierin), Josefine Kessner (Schriftführerin), Maria Geigenberger, Maria Hofstetter, Maria Hiermaier und Antonie Sporrer (Beisitzerinnen)
Fahnenweihe:	am 24. September 1923 durch Präses Brunner
Aktuelles Vorstandsteam:	Martha Bruckmeier (1. Vorsitzende), Monika Schneidermeier (2. Vorsitzende, Schatzmeisterin), Eva Eichberger (3. Vorsitzende, Schriftführerin), Verena Asenkerschbaumer, Helga Bittern, Margarethe Eisensamer, Johanna Estermaier, Marianne Falter, Christa Koblbauer, Irmi Rauschecker, Brigitte Rothenaichner, Ingrid Schinagl
Aktuelle Mitgliederzahl:	232
Regelmäßige Aktivitäten:	Nähtreffen, MuKi-Gruppen, Stricktreff im BRK-Heim (vor Corona)
Jährliche Veranstaltungen:	Christkindl-Weisat-Gehen, Weiberfasching, Weltgebetstag, Palmbuschen/Kräuterbuschenbinden, Kreuzwegandacht, Maiandacht mit offenem Singen, Gestaltung des Fronleichnamteppichs, Anna-Andacht, Elisabethfeier, Adventfeier, töpfern, Kochkurse, Bastelangebote, Besichtigung heimischer Betriebe – danach immer ein gemütliches Beisammensein
Besonderheiten:	Sonnenuntergangsmeditation am Inn, mehrtägige Ausflüge
Unsere Aktivität mit dem größten Aufwand:	mehrtägige Ausflugsfahrten, die Ausstellung zum 90. Jubiläum im Stadtmuseum
Die abgefahrenste Aktion:	„Mia-san-mia-Blasmusi“ beim Faschingszug
Unser Einsatz in der Corona-Pandemie:	Masken nähen, Einkaufsdienst für ältere MitbürgerInnen, Oster- und Weihnachtsgrüße für die Mitglieder (alles selbstgebastelt und selbstgedichtet)
Unser Leitbild	„Miteinander – füreinander“
Das treibt uns an:	Nur zusammen sind wir stark und können etwas bewegen, unsere Gemeinschaft, das schöne Miteinander von Alt und Jung

Die aktuelle Vorstandschaft des Zweivereins Neuötting am Inn.

Der Stricktreff im BRK-Heim zählt (sofern möglich in Pandemie-Zeiten) zu den regelmäßigen Aktivitäten des ZV.

Fotos: ZV Neuötting am Inn

Das Kräuterbuschenbinden fällt unter die jährlichen Aktivitäten.

Portrait Tanja Schnurr

Liebe Leserinnen und Leser,
mein Name ist Tanja Schnurr, ich bin 34 Jahre alt, verheiratet, Mama einer wunderbaren dreijährigen Tochter namens Josephine und wohne in Eichendorf.

Den ersten Kontakt mit dem KDFB hatte ich durch meinen Beruf als Gemeindereferentin. Im Winter 2018/2019 besuchte ich mit Josephine zum ersten Mal die Eltern-Kind-Gruppe in Eichendorf, und schon nach ein paar Wochen habe ich die Leitung der „Zwergal“ übernommen. Anfangs noch mit zwei Co-Gruppenleiterinnen, später dann alleine.

Foto: privat

So war es nur eine Frage der Zeit, bis unsere ehemalige Vorsitzende Klara Kirschner auf mich zukam und mich fragte, ob ich mir vorstellen könnte, in die Vorstandschaft des KDFB Eichendorf zu kommen. Seit der Jahreshauptversammlung mit Neuwahlen im Sommer 2021 bin ich nun im Vorstandsteam als Schriftführerin tätig. Sozusagen vom Hauptberuflichen ins Ehrenamt. Heute bin ich im Nachbarpfarrverband Simbach/Aufhausen als Gemeindereferentin tätig und habe auch dort Berührungspunkte mit dem KDFB Zweigverein.

Was bedeutet der Frauenbund für mich?
Der Frauenbund ist geballte Frauenpower. Grundsätzlich und zuallererst auf Pfarreiebene. Dort organisiert der Frauenbund oft „Alltägliches“ und „Selbstverständliches“, wie zum Beispiel Kreuzweg- und Maiandachten, Fastenessen, Palm- und Kräuterbuschen binden, Eltern-Kind-Gruppe, Turn- und Gymnastikgruppe, Handarbeitsgruppe oder verschiedene Bildungsangebote, um nur ein paar wenige zu nennen. Doch auch auf politischer Ebene ist der Frauenbund sehr aktiv: So hatte er großen Anteil daran, dass die Mütterrente eingeführt wurde. Dieses Engagement im Großen sowie im Kleinen ist nur möglich, wenn es Frauen gibt, die etwas bewegen wollen.

Was möchte ich im Frauenbund bewegen?
Zuallererst muss ich in meine Rolle als Schriftführerin noch hineinwachsen. Aber mit der Zeit und der Hilfe des Vorstandsteams wird das schon werden. Mit meinen 34 Jahren gehöre ich deutlich zur jüngeren Generation im Frauenbund. Vielleicht schaffe ich es zusammen mit dem Team, dass sich mehr junge Frauen für den Frauenbund interessieren. Wer weiß, vielleicht mache ich einen Frauenbund-YouTube oder TikTok-Kanal und räume mit dem Klischee des „Kuchenbackvereins“ auf. Ich freue mich jetzt schon wieder auf den Tag, wenn wir wieder Frauenfasching feiern dürfen. Der ist nämlich immer ein echtes Highlight für mich.

Regionalleitung EKG

Petra Tischler übernimmt Regionen Vilshofen und Pocking

Petra Tischler – so heißt die neue Regionalleiterin für Eltern-Kind-Gruppen in den Regionen Vilshofen und Pocking. Die gelernte Erzieherin und Jugendsozialarbeiterin aus Osterhofen hat das Amt im Februar übernommen. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit! *mam*

Foto: Kemper

Geschäftsführerin Kathrin Plechinger (links) und Eltern-Kind-Koordinatorin Yvonne Lorenz (rechts) beglückwünschten Petra Tischler zu ihrem neuen Amt als Regionalleiterin für Vilshofen und Pocking.

Wir gratulieren ganz herzlich

35 Jahre Zweigverein **Rotthalmünster**
40 Jahre Zweigverein **Gottsdorf**
45 Jahre Zweigverein **Schwanenkirchen**
55 Jahre Zweigverein **Perach**
65 Jahre Zweigverein **Spiegelau**
70 Jahre Zweigverein **Bad Griesbach**
105 Jahre Zweigverein **Tann**

ZEIT FÜR MICH

APRIL

Vielfältige Geschichte in und um Linz
Fahrt ins „Paneum“ und Frauenstadtführung
Fr 01.04. Linz

„Guten Abend - gute Nacht“
Wie Kinder gut einschlafen und durchschlafen
Mo 04.04. 19.30 – 21 Uhr online mit Andrea Reichert

Einen Verein leiten
Workshop: Was muss ich als Vorstandsmitglied wissen?
Di 05.04. 19 – 21 Uhr online mit Kathrin Plechinger

„Innehalten“: Exerzitien im Alltag für Frauen
Di 05.04. 9.30 – 11 Uhr Passau, Begegnungsstätte für Frauen mit Walburga Westenberger und Niederalteich, LVHS mit Elisabeth Simon

Mama macht alles
Von der Versorgerin zur Selbst-Fürsorgerin
Do 07.04. 18 – 21 Uhr Hengersberg, Nothaft Gewölbe mit Waltraud Eichinger
Do 19.05. 18 – 21 Uhr
Hauzenberg, Landgasthaus Gidibauer Hof mit Waltraud Eichinger

Landfrauentag im Dekanat Pfarrkirchen, Region Pfarrkirchen
Zusammenleben in der Familie - zwischen den Generationen im Alltag
Mo 11.04. 13.30 Uhr Arnstorf, Pfarrzentrum mit Waltraud Eichinger

Kreative Frauenbibelarbeit
Gottes starke Töchter – Frauenblicke: Die salbende Frau
Mi 13.04. 18 – 20 Uhr online

Ökumenische Frauengottesdienste - Aus der Mitte wachsen
Fr 15.04. 18 Uhr Passau, Gisela-Kirche Niedernburg
Mi 25.05. 18 Uhr Passau, Gisela-Kirche Niedernburg
Mi 22.06. 18 Uhr Passau, Gisela-Kirche Niedernburg

Osterfahrt nach Baden-Württemberg
Mo 18.04. – Sa 23.04.

Guter Hoffnung sein: Segensfeier für schwangere Frauen
Do 28.04. 18 Uhr Passau, Andreaskapelle mit Barbara Stadlberger

Partnerschaftlich Kirche sein - Feiern zum Tag der Diakonin
Fr 29.04. 19 Uhr Haag, Pfarrkirche St. Nikolaus
Fr 29.04. 19 Uhr Pocking, Pfarrkirche Schönburg
Fr 29.04. 19 Uhr Riedlhütte, Pfarrkirche St. Josef

MAI

Einblicke in den Alltag im Hospiz St. Ursula
Di 03.05. 14 – 16 Uhr Niederalteich, St. Ursula Hospiz mit Irene Basmer

Einen Verein leiten
Workshop - Leitung und Moderation von Sitzungen
Do 05.05. 18 – 21 Uhr Vilshofen, Kloster Schweiklberg mit Tanja Kemper

Eine Stadtführung durch Passau für Familien der besonderen Art
Führung für Familien mit Kindern, die körperliche und/oder geistige Einschränkungen haben
Fr 06.05. 14 – 16 Uhr Passau, Treffpunkt: Anfang Fußgängerzone mit Silke Fritz

Stadtführung: Bemerkenswerte Frauen in der Stadt Passau
Mo 09.05. 10 – 12.30 Uhr Passau, Treffpunkt am Domplatz beim Passauer Tölpel mit Gisa Berger

Einen Verein leiten
Workshop für Schatzmeisterinnen
Do 12.05. 19 – 21 Uhr online mit Kathrin Plechinger

Frauenkörper - Weibliche Schönheitsideale im Wandel der Zeit und wie wir uns heute davon befreien können
Do 12.05. 19.30 – 21 Uhr online

Wo die Uhren anders gehen: öko-faire Fahrt ins Waldviertel
Fr 13.05. – So 15.05. Waldviertel

Blick hinter die Kulissen - jetzt und einst
Besuch in der Bezirksregierung und im Zeughaus der Landshuter Hochzeit
Mi 18.05. Landshut

JUNI

I know the plans I have for you (Jer 29,11)
Frauenpilgerreise nach England und Wales ins Weltgebetstagsland 2022
Mo 06.06. – Mo 13.06. England und Wales

Einen Verein leiten
Workshop für Schriftführerinnen
Do 23.06. 19 – 21 Uhr online mit Kathrin Plechinger

REGELMÄßIGE VERANSTALTUNGEN

Wöchentliche bzw. monatliche Angebote. Näheres im KDFB-Büro oder unter www.frauenbund-passau.de

Diözesanchor: dienstags von 19:00 – 21:30 Uhr

Trauer-Frühstück: jeden dritten Donnerstag des Monats (ausgenommen August) von 09:00 - 11:00 Uhr

Trauersprechstunde: Einzelsprechstunde (kostenfrei) nach Vereinbarung und Anmeldung im KDFB-Büro unter: 0851/36361

ANMELDUNG:
In der Regel bis spätestens eine Woche vorher bei:
Katholischer Frauenbund Bildungswerk Passau e. V.
Tel. 0851/36361, Fax. 31812
Email: kdfb.passau@bistum-passau.de

FRAUENBUND REGENSBURG

Zeit für einen Rück- und Ausblick

Liebe Frauenbund-Frauen,
liebe Leserinnen und Leser,

nach gut zwei Jahren Pandemie hat sich vieles verändert. Bestimmt denken Sie jetzt: „Bitte nicht schon wieder ein Artikel über die Pandemie!“. Doch ich finde es ist Zeit, um das Erlebte einmal Revue passieren zu lassen und auch einen Blick in die Zukunft zu wagen. Dafür habe ich mit Christina Heckinger-Raßhofer vom Arbeitskreis junge Frauen und mit Christiane Hirsch, Bezirksleiterin von Rottenburg, gesprochen. Ich wollte von den beiden Frauenbund-Frauen wissen, wie sich ihre persönliche Situation seit der Pandemie verändert hat.

Wie geht es Euch und Euren Familien nach zwei Jahren Pandemie?

Christina Heckinger-Raßhofer: An den Kindern merkt man eine Veränderung. Zu Hause können wir uns alle frei bewegen und im Umfeld haben wir alle sehr liebe Freunde und die Familie hält zusammen.

Christiane Hirsch

Christiane Hirsch: Ich bin müde, müde davon, dass man nicht weiß, wie lange das noch dauert, müde davon, den Kindern, der Familie, der Arbeit und einem selbst gerecht zu werden. Müde von der Unsicherheit was noch kommt, wie viel noch diskutiert wird und ob bzw. was sich ändert oder wann es entspannter wird. Wann hat man nicht mehr im Hinterkopf, wie man etwas schaffen soll oder wie etwas möglich ist. Klar, dies war bereits vor der Pandemie als Frau schon immer ein Balanceakt, doch nun hat man oft das Gefühl, noch Lücken füllen zu müssen. Sei es beim Lernstoff der Kinder, sei es bei ihrer Entwicklung, denn hier fehlen oft soziale Kontakte. Sei es in der Beziehung oder sei es bei einem selbst, denn hier fehlen die Inseln der Erholung. Einfach mal mit Freundinnen einen netten Abend verbringen, raus aus dem Alltag, dies ist noch schwerer als zuvor möglich.

Habt Ihr Euch mit dieser Ausnahmesituation bereits arrangiert?

Christina Heckinger-Raßhofer: Wenn man sich damit arrangiert, hört man eventuell auf, zu hinterfragen. Das ist gerade jetzt sehr wichtig. Als Eltern sehen wir uns in der Pflicht, für uns und unsere Kinder mehrere Informationsquellen zu nutzen.

Christiane Hirsch: Soweit wie möglich versuchen wir durchzukommen, nicht ohne zu bemerken, dass man Dinge vermisst und immer im Hinterkopf hat, dass man jederzeit von Quarantäne oder Erkrankung betroffen sein kann und dann erst mal zum Stillstand kommt. *(Sie bemerken sicher die Wortwahl „durchkommen“ kein arrangieren, wir hoffen auf das Ende des Tunnels.)*

Wie veränderte die Pandemie Euren Alltag?

Christina Heckinger-Raßhofer: Bis auf die Tests und weniger Aktivitäten in der Freizeit, weil ständig was nicht gemacht werden durfte, hat es unseren Alltag dahingehend verändert, dass wir mehr Zeit aufwenden müssen, z. B. Fahrten zu Testzentren, Aufklärungsarbeit, Besorgung der Tests usw.

Christiane Hirsch: Es gab längere Zeit keinen Freizeitstress, auch jetzt ist es mehr ein Glücksspiel, ob man geplante Freizeitaktivitäten durchführen kann oder nicht.

Ich würde zudem behaupten, dass die Spontanität gelitten hat, viele Unternehmungen werden länger geplant oder gar nicht erst gemacht. Dafür sind z. B. Ausflüge, Treffen mit der Familie ein größeres Highlight.

Katholischer Deutscher Frauenbund Diözesanverband Regensburg e.V.

Postanschrift:
Postfach 11 02 28 | 93015 Regensburg

Besuchsadresse:
Obermünsterplatz 7 | 93047 Regensburg

Tel. 09 41 597-22 24
Fax 09 41 597-23 94

E-Mail:
frauenbund@frauenbund-regensburg.de
www.frauenbund-regensburg.de

Verantwortlich für den Redaktionsteil Regensburg:
Karin Schlecht, Diözesanvorsitzende

Redaktionsleitung: Karin Uschold-Müller

Fotos: C. Hirsch/R. Wach

Wie veränderte die Pandemie das Leben bzw. die Bildungsgleichheit Eurer Kinder?

Christina Heckinger-Raßhofer: Unsere Kinder haben keinen Nachteil in der Bildung. Zwei gehen noch in den Kindergarten, wenn das nicht möglich ist, bleiben sie eben zu Hause. Das war früher doch ganz normal und aus den Kindern wurden auch tolle Erwachsene. In der Schule kommt es auf die Lehrkraft an. Die Lehrerin unseres ältesten Sohnes hatte ein klares Konzept und die Kinder sind bestens betreut gewesen. Zur Veränderung des Lebens kann ich sagen, dass wir nicht mehr so unbeschwert den Freizeitaktivitäten nachgehen können. Das ist traurig.

Christiane Hirsch: Es fehlt die Unbeschwertheit, die Weite, sich persönlich zu entwickeln, außerhalb des Familienverbundes, seine Grenzen auszutesten und soziale Kontakte zu knüpfen. Vieles wurde abgesagt z. B. Fußballturniere, Dorffeste, Geburtstagsfeiern usw. Spontane Treffen mit anderen werden „vermiest" durch den Gedanken, sich anstecken zu können. Nun mag man vielleicht sagen, das sind Kinder, die schauen da nicht so drauf. Wie soll ihnen das bei mehrmaligen Tests pro Woche entfallen oder nicht bewusst sein? Wenn die Medien stets darauf aufmerksam machen, wenn Corona in allen Lebensbereichen ein Thema ist?

Auch ich gehöre zu den Eltern, die meinen, dass die Kinder nicht auf dem gleichen Bildungsniveau sind, wie wenn sie die Schule „normal" besucht hätten und Homeschooling oder Wechselunterricht zu einem Bildungsdefizit geführt haben.

Hierzu habe ich diese Woche einen tollen Artikel in der Zeitung gelesen. Ein Direktor einer Schule in Landshut sagte, dass nicht die Schülerinnen und Schüler ein Defizit hätten, sondern unser System.

Christina Heckinger-Raßhofer im Gespräch mit Tanja Pichlmeier.

Seid Ihr und Eure Familie durch die Pandemie-Erfahrungen für mögliche künftige Belastungen widerstandsfähiger geworden?

Christina Heckinger-Raßhofer: Wir waren schon immer ein gutes Team – vor der Pandemie und auch jetzt.

Christiane Hirsch: Im Moment würde ich sagen, ich möchte es gar nicht wissen, ob ich/wir widerstandfähiger bin/sind, denn dies würde bedeuten, dass ich mir über weitere Belastungen Gedanken machen müsste. Nein, danke, lieber das Beste hoffen, dass wieder andere Zeiten kommen - leichtere, geselligere, buntere, fröhlichere, gemeinsame.

Könnt Ihr auch etwas Positives aus der Coronakrise ziehen?

Christina Heckinger-Raßhofer: Ja, gute neue Freunde mit echten Gesprächen.

Christiane Hirsch: Ja, im Rahmen der Digitalisierung tut sich so einiges, nur ist die Frage, wenn man oft über Social Media debattiert, ob dies tatsächlich so toll ist. Immer mehr persönliche Treffen werden digital abgehalten, das Einbinden von Medien ist mehr und mehr selbstverständlich.

Danke für das Gespräch.

Der Frauenbund lebt von Vernetzung, von individuellen Themen, von Solidarität und Gemeinschaft. So unterschiedlich die einzelnen Frauen mit ihren Lebensgeschichten, Charakteren und Fähigkeiten sind, so unterschiedlich ist auch das, was in gelebter Gemeinschaft sichtbar wird. Dadurch wird der Frauenbund lebendig, vielseitig und abwechslungsreich. Und je breiter die Themen und Angebote im Zweigverein sind, desto mehr Frauen fühlen sich angesprochen und werden eine Heimat in der Gruppe finden – vielleicht auch im Arbeitskreis der jungen Frauen.

Ihre

Rebekka Wach

Bildungsreferentin

INFO

Der Arbeitskreis „junge Frauen" ist eine kleine Gruppe junger Frauen aus dem Regensburger Umland. Sie interessieren und engagieren sich für gesellschaftspolitische und frauenspezifische Themen. Die Mitglieder des Arbeitskreises wollen den jungen Frauen in unserem Verband eine Stimme und Plattform geben. Die Treffen finden ca. vier bis sechs Mal pro Jahr statt – teilweise virtuell, teilweise in Präsenz.
Wenn Sie Lust haben, dabei zu sein, dann melden Sie sich gern unter 0941 597-2304 oder per Mail an frauenbund@frauenbund-regensburg.de.

Dolores Cruz Benitez

„Wir grüßen die Frauenbundfrauen und wünschen Ihnen Frieden und Wohlstand für das Jahr 2022“, so Dolores Cruz Benitez von der Landfrauenorganisation APROLMA aus Honduras in ihrem Weihnachtsbrief.

In der ersten Hälfte des Jahres 2021 wurde das Leben der Bevölkerung durch Ausgangssperren und pandemiebedingte Beschränkungen erschwert und beeinträchtigt. Der große Druck aus der Bevölkerung veranlasste die Regierung, Impfstoff zu bestellen und die anspruchsberechtigten Menschen entsprechend zu versorgen. Der Impfstoff kam zwar verspätet an, aber inzwischen werden auch junge Menschen geimpft und die Älteren erhalten ihre Auffrischungen. Das kann trotzdem nicht darüber hinwegtäuschen, dass es viele Todesopfer gab. In den Krankenhäusern herrscht großer Mangel an Fachkräften. Kranke bekommen Rezepte für Medikamente, können diese aber nicht einlösen, weil es einerseits keine Medikamente gibt, andererseits den Menschen das Geld fehlt, sie zu bezahlen. Die Regierung hat wohl Milliarden von Dollars für das Gesundheitssystem genehmigt, bei der Bevölkerung kommt jedoch nichts an. Die Frauen sind zuversichtlich, dass sich mit der neuen Regierung die Situation verbessern wird.

Optimismus in der Krise

Im November 2021 wurde eine neue Staatspräsidentin gewählt. Ihre Wahl ist ein Hoffungsschimmer am Horizont für die leidgeprüfte Bevölkerung.

In den letzten 12 Jahren hat Korruption und Armut alarmierende Ausmaße angenommen. Unbequeme und engagierte Landsleute, wie Menschenrechts- und UmweltaktivistInnen, wurden systematisch ermordet. Die neue Regierung steht vor immensen Herausforderungen beim Aufbau einer funktionierenden Demokratie.

Wegen der Pandemie können die Kinder und Jugendlichen nach wie vor nicht zur Schule oder an die Hochschulen gehen und sie erhalten virtuellen Unterricht. Allerdings ist das nur in Familien möglich, die einen Internetanschluss und die erforderlichen Endgeräte besitzen. Für alle anderen bleibt es schwierig. Daher haben bereits 70 % der Jugendlichen ihre Schule abgebrochen. Die unsichere politische und wirtschaftliche Lage im Land erschwert einen Berufsstart für die jungen Leute. Viele sind daher gezwungen, in die USA oder nach Spanien auszuwandern. Die Familien setzen große Hoffnungen in die neue Regierung.

„Die neue Regierung steht vor immensen Herausforderungen beim Aufbau einer funktionierenden Demokratie.“

Die Kaffeeprodu- zentinnen machen große Fortschritte mit ihren kreativen Ideen und Projek- ten. Viel Energie haben sie in ihr neues Projekt „Röstkaffee aus dem Ursprungs- land" investiert. Trotz anfänglicher Schwierigkeiten meistern sie diese Herausforderung mit großem Erfolg.

Für die Zukunft möchten sie eine starke Vermark- tungsstruktur für ih- ren Kaffee aufbau- en, mit intensiven Beziehungen zu ihren Kundinnen und Kunden. Weiterhin wollen sie ihre produktiven Bereiche, wie Gemüseanbau und Tierhaltung erweitern. Ein großes Anliegen ist die gesundheitliche Versorgung ihrer Mitglieder und deren Familien.

Der **KDFB Kaffee ganze Bohne** wird nicht mehr angeboten, da der Absatz zu gering war. Alternativ gibt es „Röstkaffee aus Honduras“, der auch von der Landfrauenorganisation APROLMA produziert wird. Dieser Kaffee wird in Honduras geröstet und verpackt. Damit bleibt ein höherer Erlös direkt bei den Produzentinnen.

Gisela Niklas-Eiband

Mitgliedsfrauen von APROLMA

Bildnachweise: gepa

Digital. Vernetzt – Frauen im Ehrenamt stärken

Digital-Schulungen für die ehrenamtliche Frauenarbeit in ländlichen Regionen.

Mit der Fördermaßnahme „Digital. Vernetzt – Frauen im Ehrenamt stärken" im Rahmen des Bundesprogramms Ländliche Entwicklung (BULE) unterstützt das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) das bürgerschaftliche Engagement auf dem Land während der COVID-19-Pandemie. Die Arbeit von Frauenvereinen und -initiativen soll in dieser Krisensituation mit Schulungs- und Qualifizierungsmaßnahmen im Bereich der Digitalisierung gestärkt werden.

Der KDFB Diözesanverband Regensburg hat eine Finanzierungszusage für dieses Projekt erhalten.

Zielgruppe des Programms sind in erster Linie Frauen aus den Vorstandschaften der Zweigvereine. Für die Teilnehmerinnen werden, in den vorgegebenen Regionen, jeweils eine Basisschulung und zwei Aufbauschulungen angeboten. Die Inhalte orientieren sich am Bedarf der ehrenamtlich engagierten Frauenbundfrauen. Alle Seminare sind für die Teilnehmerinnen kostenfrei.

Folgende Themenbereiche werden besprochen und praktisch geübt:

- Anwendung von Kommunikationstools in der Verbandsarbeit, z. B. WhatsApp oder Signal
- Chancen und Nutzen von Online-Konferenzen und deren Anwendung
- Terminkoordination anhand entsprechender Plattformen, wie z. B. doodle
- Kontaktpflege zu den Mitgliedern mittels verschiedener Medien
- Erstellen von Präsentationen, Plakaten und Flyern

Die ausgewählten Regionen betreffen folgende Bezirke im Diözesanverband Regensburg: Amberg, Bad Kötzting, Cham, Furth i. Wald, Kemnath-Stadt, Neustadt/WN, Roding, Sulzbach-Rosenberg, Tirschenreuth, Vohenstrauß, Weiden, Wunsiedel.

Gisela Niklas-Eiband

Bezirksleiterinnenkonferenz *wieder online*

Zur diesjährigen Bezirksleiterinnenkonferenz – diese fand coronabedingt wie schon im vergangenen Jahr digital statt – konnte Diözesanvorsitzende Karin Schlecht zahlreiche Bezirksleiterinnen bzw. deren Stellvertreterinnen begrüßen.

Mit dem geistlichen Impuls von Dr. Jakob Seitz zum Thema „Blaumachen" wurden alle Frauen ermutigt, öfter das zu tun, was sie wirklich möchten – vielleicht auch in der Hängematte liegen und in den Himmel zu schauen. Die technische Einführung und Begleitung übernahm Bildungsreferentin Rebekka Wach. Zum überaus erfolgreichen Projekt „Digital. Vernetzt" sprach als Teilnehmerin Martha Bauer vom Bezirk Vohenstrauß: „So eine Schulung anzubieten, aufgebaut auf mehrere Module, ist ein einzigartiges Angebot im KDFB und sollte unbedingt weiter im Programm bleiben." Darüber hinaus wurden die Termine für die Bezirkskonferenzen im Herbst 2022 besprochen. Außerdem fand ein Austausch zu aktuellen Verbandsthemen statt. Es wurden die Folgen der Beitragsanpassung und Anliegen der Bezirksleiterinnen diskutiert.

Mit der amüsanten Persiflage „Beige" endete die Konferenz. Karin Schlecht dankte abschließend den Bezirksleiterinnen für ihr Engagement und die vertrauensvolle Zusammenarbeit mit dem Diözesanvorstand.

Luitgard Hartl

Ideenschmiede mit Gleichgesinnten

Können Sie sich vorstellen, sich auch vom heimischen Sofa aus, mit gleichgesinnten Frauen auszutauschen und dabei Ihre Ideen und Kompetenzen einzubringen? Wollen Sie etwas bewegen, motivierte und aufgeschlossene Menschen kennenlernen?

Wenn ja, dann sind Sie bei unseren Kommissionen und Arbeitskreisen richtig. Das sind Arbeitsgruppen, die zu bestimmten Themenbereichen Angebote mitgestalten und insbesondere das Programm unseres Verbandes bereichern.

Die Mitarbeiterinnen der Kommission Gesellschaft und Politik treffen sich zum virtuellen Gedankenaustausch.

Es gibt folgende Kommissionen und Arbeitskreise: Ehe – Familie – Beruf, Eine Welt, Gesellschaft und Politik, Glaube und Kirche, Medien und als Arbeitskreise: Film und junge Frauen.
Die Treffen werden individuell vereinbart und können auch virtuell stattfinden.

Wir freuen uns auf Ihr Interesse und heißen Sie herzlich willkommen. Melden Sie sich einfach mal unverbindlich, schnuppern Sie rein und lernen Sie uns kennen. Kontakt:

frauenbund@frauenbund-regensburg.de

Anerkennung für das Engagement in Bistum und Verband

Die Vorsitzende des KDFB Diözesanverband Regensburg und des Diözesankomitees Karin Schlecht wurde mit der St.-Wolfgangs-Verdienstmedaille geehrt.

Bischof Rudolf Voderholzer sagte bei der Verleihung im Regensburger Dom: „Frau Karin Schlecht hat sich Verdienste erworben durch die Unterstützung des Laienengagements und der Förderung von Frauen in der Kirche."

Karin Schlecht habe im Diözesankomitee die Verbände und geistlichen Gemeinschaften gestärkt, lobte Bischof Rudolf und erwähnte Studientage, z. B. zur „Zukunft der Verbände" oder zur Katholischen Soziallehre, die sie angeregt hat.

„Sie hat der katholischen Kirche in der Gesellschaft immer wieder eine Stimme gegeben."

Auch die politische Meinungsbildung insbesondere durch Veranstaltungen vor der Bundestags-, Landtags- oder Europawahl war der Vorsitzenden des Komitees ein Anliegen.

„Sie hat dadurch der katholischen Kirche in der Gesellschaft immer wieder eine Stimme gegeben", so Bischof Rudolf.

Seit 2014 ist Karin Schlecht Vorsitzende des Diözesanverbandes des Katholischen Deutschen Frauenbundes und durch dieses Amt erst in das Diözesankomitee gekommen. Bischof Rudolf beschrieb die neue Trägerin der Wolfgangsmedaille als eine KDFB-Frau mit Herzblut, die mit Leidenschaft für die Sache der Frauen kämpft. „Sie hat das ‚Schiff Frauenbund' in den vergangenen Jahren auch durch schwierige Zeiten lotsen müssen und war immer wieder bereit, selber an die Basis zu gehen, in die Zweigvereine zu fahren, um dort für den Erhalt der Vereine zu kämpfen und

ihnen Perspektiven aufzuzeigen bzw. sich auch dem Unmut der Frauen zu stellen, wenn z. B. eine Beitragserhöhung anstand."

Karin Schlecht vertrete ihre Position bzw. die Position des KDFB in der Öffentlichkeit mit Nachdruck und Mut. „Sie scheut keinen Konflikt, wenn es um Dinge geht, die dem Verband wichtig sind. Dabei gelingt es ihr, das Ganze nicht aus dem Blick zu verlieren und Ausgleich zu schaffen." Karin Schlecht verhandle auf eine Art und Weise, die es ihr ermögliche, mit den Menschen, die ihre Positionen nicht teilen, im Gespräch zu bleiben.

„Sie scheut keinen Konflikt, wenn es um Dinge geht, die dem Verband wichtig sind"

Bischof Rudolf schloss die Laudatio: „Die St.-Wolfgangs-Verdienstmedaille wird Weltchristen verliehen, die sich um den Glauben und die Kirche im Bistum Regensburg verdient gemacht haben. Frau Karin Schlecht erhält die Ehrung für ihr Engagement in der Diözese Regensburg. Ich grüße damit auch die Vertreterinnen und Vertreter des Diözesankomitees und des Katholischen Deutschen Frauenbundes und danke für ihr Wirken in der Kirche von Regensburg."

Birgitt Pfaller

ONLINE-SEMINARE

mit unterschiedlichen Schwerpunkten zum Thema Gelassenheit

Eine Teilnahme ist auch an einzelnen Veranstaltungen möglich. Die Reihe knüpft an das Seminar vom Januar an, geht in einzelnen Bereichen noch tiefer und enthält zahlreiche neue Aspekte und Impulse.

Themenschwerpunkt: **Bewusstheit**

Online-Veranstaltung

Wir alle kennen das:

Es gibt immer etwas zu tun.
Oder: Die Gedanken drehen sich im Kreis.
Oder: Viele Erwartungen prasseln auf uns ein.
Oder: Wir wollen alles perfekt machen.
Oder: Der Haussegen hängt schief.

Hinzu gekommen ist einiges an Unsicherheit aufgrund von Corona. All das kann einem schon mal den Schlaf rauben. Wie schön wäre es, sich in solchen Situationen so oft wie möglich gelassen zurückzulehnen in dem Bewusstsein, dass vieles gut ist und sich für (fast) alles eine Lösung finden lässt.

Gemeinsam mit Ihnen wird die Referentin auf die Suche gehen, wie Sie mehr Gelassenheit in unser Leben einladen können. Im Mittelpunkt steht bei diesem Seminar das Thema **Bewusstheit: Wo stehen Sie gerade und welche möglichen Gründe und Blockaden gilt es, aus dem Weg zu räumen?**

Darüber hinaus teilt die Referentin mit Ihnen einige praktische Impulse für mehr Gelassenheit und Achtsamkeit im alltäglichen Tun.

TERMIN	Donnerstag, 28. April 2022 | 19.30 – 21.00 Uhr	
REFERENTIN	Nicole Niedermeier, Kommunikationstrainerin und Coach	
KOSTEN	KDFB-Mitglieder	10,– €
	weitere Interessierte	15,– €
ANMELDUNG	bis 25. April 2022	

Themenschwerpunkt: **Klarheit**

Online-Veranstaltung

Gemeinsam mit Ihnen wird die Referentin auf die Suche gehen, wie Sie mehr Gelassenheit in unser Leben einladen können. Im Mittelpunkt steht bei diesem Seminar das Thema **Klarheit: Was wünschen Sie sich, wo möchten Sie hin und wie kann das klappen?** Darüber hinaus teilt die Referentin mit Ihnen einige praktische Impulse für mehr Gelassenheit und Achtsamkeit im alltäglichen Tun.

TERMIN	Mittwoch, 18. Mai 2022 | 19.30 – 21.00 Uhr	
REFERENTIN	Nicole Niedermeier, Kommunikationstrainerin und Coach	
KOSTEN	KDFB-Mitglieder	10,– €
	weitere Interessierte	15,– €
ANMELDUNG	bis 16. Mai 2022	

„Einfach gelassen" So kann's gehen

lautete der Titel des Online-Seminars, das wir am 26. Januar 2022 angeboten haben. Als Referentin begleitete uns Nicole Niedermeier, die manche Frauen bereits als Online-Referentin mit anderen Themen bei uns erlebt haben.

Das Seminar gliederte sich in die Aspekte „Wann bzw. warum fehlt uns Gelassenheit?", „Wie bekommen wir mehr Gelassenheit?", „Zauberwaffen: Fokus und Dankbarkeit" und „Mein gelassener Tag".

Nach der Einführung in die verschiedenen Themenbereiche, konnten die Teilnehmerinnen miteinander und auch immer wieder in Kleingruppen für sich erarbeiten, wer bzw. was z. B. den größten „Gelassenheitsräuber" darstellt und wie dem zu begegnen ist. Oder eben auch wie wichtig es ist, den Blick auf Positives zu richten und Dankbarkeit dafür zu empfinden. Praktische Tipps hierzu rundeten den Abend ab, wie auch das Zitat von John Ruskin „Jeder große Mensch entnimmt allen Menschen und Dingen Gutes."

Wieder zeigte sich, dass die Online-Formate gerne angenommen werden und die Teilnehmerinnen gut miteinander ins Gespräch kommen. Sie äußerten sich rundum zufrieden mit dem angenehmen und entspannten Verlauf des Seminars und den Anregungen und Gedanken, die ihnen angeboten wurden.

Josefa Bauer

Themenschwerpunkt: **Achtsamkeit**

Online-Veranstaltung

Gemeinsam mit Ihnen wird die Referentin auf die Suche gehen, wie Sie mehr Gelassenheit in unser Leben einladen können. Im Mittelpunkt steht bei diesem Seminar das Thema **Achtsamkeit: Entspricht das, was Sie gerade tun und denken, dem, was Sie sich wünschen? Was können Sie hier ganz konkret anders machen? Wie bekommen Sie das regelmäßig umgesetzt?**

TERMIN	Donnerstag, 06. Oktober 2022 | 19.30 – 21.00 Uhr	
REFERENTIN	Nicole Niedermeier, Kommunikationstrainerin und Coach	
KOSTEN	KDFB-Mitglieder	10,– €
	weitere Interessierte	15,– €
ANMELDUNG	bis 04. Oktober 2022	

© Evgeny Atamanenko – shutterstock.com

SEMINARE. WORKSHOPS.

SO GEWINNEN SIE AN AUSSTRAHLUNG!

Image und Stil im Beruf und Alltag

In diesem Seminar erhalten Sie Tipps vom Outfit über Körpersprache bis zum Smalltalk für einen gelungenen ersten Eindruck und Souveränität im Alltag.

Inhalte:

- die Formel des ersten Eindrucks
- das Geheimnis der Körperproportionen
- die psychologische Wirkung von Farben
- Accessoires als Ausdruck meiner Persönlichkeit
- Stimme als persönliches Wirkungsmittel
- die Macht der Körpersprache
- Selbstbild – Fremdbild
- guter Smalltalk ist eine Kunst
- souverän sein durch moderne Umgangsformen

ORT	Diözesanzentrum Obermünster | Obermünsterplatz 7 | 93047 Regensburg
TERMIN	Samstag, 14. Mai 2022, 10.00 – 17.00 Uhr
REFERENTIN	Barbara Bruns, Trainerin und Beraterin
KOSTEN	KDFB-Mitglieder 75,– € weitere Interessierte 90,– € inkl. Kaffee, Tee, Kaltgetränke und Vormittagssnack (Mittagspause zur freien Verfügung)
ANMELDUNG	bis 29. April 2022

PLANEN, ORGANISIEREN, LEITEN – SO LÄUFT'S RUND IM ZWEIGVEREIN

Kompetenztraining für Führungskräfte der KDFB-Zweigvereine

Inhalte:

- Tipps zur Rhetorik im Zweigverein
- Veranstaltungsleitung
- Neue Frauen gewinnen
- Motivation

ORT	Diözesanzentrum Obermünster | Obermünsterplatz 7 | 93047 Regensburg
TERMIN	Freitag, 20. Mai 2022, 13.00 – 18.00 Uhr
REFERENTIN	Birgitt Pfaller, Bildungsreferentin
ANMELDUNG	bis 05. Mai 2022

Informationen zu diesen und weiteren Veranstaltungen sowie die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es jederzeit auf der Homepage
www.frauenbund-regensburg.de/bildungsprogramm

Jetzt anmelden und Teilnahme sichern!

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung. Es kann zu Änderungen und Absagen im Programm kommen.

Geschenk-Tipp

Schenken macht Freude

Sie suchen ein persönliches Präsent, das von Herzen kommt? Mit einem Seminar-Gutschein zu den KDFB-Veranstaltungen verschenken Sie besondere Momente für verschiedene Anlässe. Ob für Freundinnen und Verwandte oder für Kolleginnen. Überraschen Sie mit einem entspannenden Wochenende, einem beschwingten Workshop oder inspirativen Seminartag. Informationen zu den Seminaren finden Sie unter www.frauenbund-regensburg.de.

Die Gutscheine sind an der KDFB-Geschäftsstelle erhältlich.

DER GESCHMACK DES LEBENS

Ein Tag der Muße und Achtsamkeit

Wie gelingt es, Zeiten im Leben zu gestalten, die keinem TUN gewidmet sind, sondern der Blüte des Augenblicks, dem SEIN? Zeiten, in denen wir wirklich zur Ruhe kommen, innehalten und durchatmen? Wie können wir das pure Leben schmecken – ohne die üblichen Geschmacksverstärker? Wie kommen wir vom Müssen zur Muße? Wie kommen wir selbst ans Steuer unseres Lebens und ins Hier und Jetzt? Ob mitten in einer Krise oder im alltäglichen Stress: Muße kann uns zurückgeben, wonach viele sich sehnen:

- Zeit fürs Wesentliche
- Eine tiefere, liebevollere Verbindung zu uns selbst
- Gelassenheit und Zufriedenheit
- Die Fähigkeit loszulassen, was nicht mehr guttut
- Das Leben wieder spüren

Diesen Anliegen ist der Tag gewidmet. Er eröffnet einen Raum, in dem Geschäftigkeit, Denken, Planen und Sorgen zur Ruhe kommen dürfen. Er bringt uns auf Tuchfühlung mit dem Augenblick und führt auf die Spur der befreienden Kraft der Muße. Und wir kommen mit dem in Berührung, was uns im Innersten unseres Herzens bewegt.

ORT	GutsAlm Harlachberg | Harlachberg 1 | 94249 Bodenmais
TERMIN	Samstag, 23. Juli 2022, 9.30 – 16.30 Uhr
REFERENTIN	Nicole Balej, Diplom-Theologin und Achtsamkeitstrainerin, MBSR-Lehrerin
KOSTEN	KDFB-Mitglieder 140,– € weitere Interessierte 170,– € inkl. Kaffee, Tee, Kaltgetränke, Snacks, Obst, Butterbrezen, leichtes 2-Gang-Mittagsmenü sowie nachmittags hausgemachter Kuchen
ANMELDUNG	bis 24. Juni 2022

Foto: L. Kopp

Zweigverein Ammerthal

Auch in pandemischen Zeiten vergeht die Zeit wie im Flug. 2020 und 2021 fanden sehr wenige Veranstaltungen statt. So ist dem Vorstandsteam von Ammerthal bewusstgeworden, wie sehr ihnen der Kontakt und die Geselligkeit mit den Mitgliedern fehlt.
Um das fühlbar zum Ausdruck zu bringen, war es dem Leitungsteam ein Anliegen, mit der letzten „engagiert"-Ausgabe des Jahres, einen kleinen Weihnachtsstollen aus der Konditorei Weber zu überbringen, sich damit in Erinnerung zu bringen und die Hoffnung auf ein aktiveres Jahr 2022 zu wecken.

Lydia Kopp

Zweigverein Frauenberg

Nachdem die traditionelle Adventfeier pandemiebedingt abgesagt werden musste, feierte der Katholische Frauenbund Frauenberg eine Adventsandacht in der Pfarrkirche. Die musikalische Gestaltung übernahm Verena Braun mit Gesang und Gitarrenbegleitung. Im Anschluss an die Andacht verabschiedete sich das neue Frauenbundteam von zwei langjährigen Vorstandsmitgliedern, ein Neumitglied wurde mit einer Rose herzlich begrüßt.
Aus den Einnahmen von weihnachtlichem Gebäck und Wurstwaren in der Adventszeit und der Palm- und Kräuterbüschelaktion konnten 2.000 € an verschiedene soziale Einrichtungen gespendet werden. 500 € wurden Angelina Scherer für den Kindergarten Eglsee übergeben. Weitere 500 € gehen an das Kinderhaus Frauenberg, Frau Katharina Kemiri konnte leider nicht an der Veranstaltung teilnehmen. Für die Lebenshilfe in Gebelkofen wurden 1.000 € an Herrn Weinbeck überreicht. Er bedankte sich für die große Spende und berichtete über die Einrichtung. Nach einem Unwetter im Juni überflutete eine Schlammlawine die Werk- und Wohnstätte.

Foto: M. Söllner

Martina Söllner

Zweigverein Gleißenberg

KDFB Gleißenberg dankt seinen Mitgliedern

Das Vorstandsteam des Frauenbunds Gleißenberg hatte sich ein besonderes Weihnachtsgeschenk überlegt. Zum Dank für die Treue zum Verein wurden große Holzsterne von Michael Gruber aus Geigant besorgt. Michael Gruber unterstützt schon seit fast zehn Jahren die Benefizaktion „Sternstunden", die Kindern in Not hilft. Mit dem Magazin „engagiert" wurden die Geschenke an die Mitglieder verteilt.

Gabi Mayer

Foto: G. Mayer

Große Freude über die Spende im Versorgungszelt der AHRche: (v. li.) Maria Lohberger, Regina Pfeffer, Inge Pfeffer, Mia Aschenbrenner, Hermann Zapf, Maria Reiner, Hildegard von Ameln und Ela.

Fotos: R. Pfeffer

Im arg gebeutelten Marienthal freute man sich über die unbürokratische Hilfe. Die Babys John und Jakob sind kleine Hoffnungszeichen.

Zweigvereine Haibühl-Ottenzell, Hohenwarth und Bad Kötzting

spendeten für Hochwasseropfer ins Ahrtal

Die Sorgen und Nöte der Menschen im Ahrtal haben auch den KDFB-Zweigverein Haibühl-Ottenzell nicht unberührt gelassen. So machten sich fünf Frauen um Vorsitzende Maria Reiner bereits im Oktober letzten Jahres auf den Weg dorthin, wo Hilfe dringend gebraucht wurde. Gemeinsam mit Pfarrgemeinderatssprecher Hermann Zapf, der auch als Fahrer fungierte, besuchten sie verschiedene Orte und konnten so in persönlichen Begegnungen und emotionalen Gesprächen erfahren, wie furchtbar die Nacht im Juli war. Knapp 6.000 € kamen von den Zweigvereinen Haibühl-Ottenzell, Hohenwarth und Bad Kötzting, den Dorfgemeinschaften und von Privatpersonen zusammen. Sie setzten damit ein Hoffnungszeichen. Auch mit der weihnachtlichen Plätzchenaktion konnte man große Freude verbreiten. Die Familien sagten den Spenderinnen und Spendern im Landkreis Cham ein herzliches Dankeschön für dieses soziale Zeichen. Sie selbst haben derzeit außerhalb des Tales eine vorübergehende Bleibe gefunden, bis ihr früheres Zuhause wiederaufgebaut ist. *Regina Pfeffer*

Zweigverein Hirschau

Als Entschädigung für die entfallene Adventfeier hat die Vorstandschaft des Zweigvereins Hirschau beschlossen, den 217 Mitgliedern eine kleine Aufmerksamkeit zukommen zu lassen, die mit dem Mitgliedermagazin verteilt wurde. Bei der Auswahl des Geschenks legte die Vorstandschaft ein besonderes Augenmerk auf regionale Produkte. Die Frauen entschieden sich für einen ortsansässigen Tee- und Gewürzhändler und besorgten für jedes Mitglied ein Päckchen Früchtetee. *Sigrid Stepan*

Foto: S. Stepan

(v.l.) Michaela Radolf, Michaela Meier, Maria Maier, Irmgard Sellmeyer beim Gestalten der Päckchen

Fotos: A. Liebl

Zweigverein Kirchberg-Karlstein

Der **KDFB Kirchberg-Karlstein** hat es sich in den schweren Zeiten nicht nehmen lassen, Freude und Licht in ihren Zweigverein zu bringen. Bei der Maiandacht bekamen die Mitfeiernden ein liebevoll gestaltetes Dankeschön. *Anna Liebl*

Ein kleines Dankeschön für den Besuch der Maiandacht

Zweigverein Leuchtenberg

Vorsitzende Claudia Rupprecht vom Zweigverein Leuchtenberg hatte die Idee, sich regelmäßig zum Gebet „Eltern beten für ihre Kinder“ im Gotteshaus zu treffen. Nun lud der KDFB Ende Januar Mitglieder, Eltern, Großeltern und Interessierte zum Gebet ein. Alle kamen im Pfarrheim zusammen, um bei Kerzenschein für die Kinder zu beten. Da die Pfarrkirche St. Margareta saniert wird, finden alle Gottesdienste im Pfarrheim statt. Begleitet wurden die Gebete mit Gesang und instrumental von Anni Hösl mit der Veeh-Harfe und von Veronika und Josef Hirmer mit den Gitarren. Die KDFB-Mitglieder Daniela Ramirez Gonzalez, Christa Brünsch, Maria Winter und Vorsitzende Claudia Rupprecht trugen die Fürbitten vor.

Sieglinde Schärtl

Bild: M. Winter

„Eltern beten für ihre Kinder“ – Der KDFB Leuchtenberg initiiert dieses Angebot monatlich.

Zweigverein Neunkirchen

Die Initiative „Mütter und Väter beten“ in neuen Händen

Vor mittlerweile mehr als zehn Jahren kam Marianne Greiner vom Frauenbund Neunkirchen auf die Idee, eine monatliche Gebetsandacht „Mütter und Väter beten für ihre Kinder und Enkelkinder“ ins Leben zu rufen. Der KDFB begann mit der Initiative im Mai 2010 und an jedem ersten Montag im Monat traf man sich zur gemeinsamen Gebetsstunde in der Pfarrkirche. Die Andachten wurden umrahmt von modernen Liedern. Zu Klängen von Meditationsmusik konnten die Besuchenden für ihre Anliegen eine kleine Kerze anzünden. In den Gebeten wurden auch immer wieder aktuelle Themen mit einbezogen, wie z. B. die Situation der Flüchtlingskinder. Dreimal jährlich wurde die Andacht mit einer eucharistischen Anbetung verbunden und zudem erfolgte die Veranstaltung während der Sommermonate in den Kapellen von Rupprechtsreuth, Frauenricht und Trippach.

Nach über zehn Jahren engagierter Tätigkeit übergab Initiatorin Marianne Greiner die Leitung der Andacht an ein neues Team. Frau Heinrich und Frau Kneidl starteten im Februar 2022. Im Namen der Pfarrgemeinde überreichte Pfarrer Kohlhepp einen Blumenstrauß und dankte in seiner Laudatio Frau Greiner für ihr langjähriges Engagement. Dem Dank schloss sich Regina Völkl mit einem Präsent im Namen des Frauenbundes an.

Maria Gabler

Foto: M. Gabler

(v.l.) Pfarrer Thomas Kohlhepp, Marianne Greiner, Regina Völkl, KDFB-Vorsitzende und Willibald Fuchs, Kirchenpfleger

Foto: E. Weiß

Die Vorstandschaft des Zweigvereins Oberviechtach mit Angelika Vogl (l.) und Pfarrer Alfons Kaufmann

Zweigverein Oberviechtach

Nachdem dies wieder möglich war, gestaltete der Zweigverein Oberviechtach am 19. September 2021 zum Thema „Unterwegs in der Gemeinschaft" einen nachträglichen Festgottesdienst zum 100-jährigen Bestehen. In verschiedenen Texten wurden die Wege des Frauenbundes in den vergangenen 100 Jahren aufgezeigt. Die Vorsitzende Angelika Vogl begrüßte die Ehrengäste, unter ihnen auch Bezirksleiterin Margit Konze, und gab einen Einblick in die Vereinsgeschichte. Selina Präßl sorgte, begleitet von Paulinus Lesser an der Orgel, mit ihrem Sologesang für eine gelungene musikalische Umrahmung. Bei den anschließenden Grußworten hob Luitgard Hartl, stellvertretende Diözesanvorsitzende, das caritative und soziale Engagement des Katholischen Frauenbundes hervor. Bürgermeister Rudolf Teplitzky betonte: „Die Stadt kann stolz sein auf den Verein, der Gemeinschaft lebt und christliche Werte verkörpert.“

Ralf Gohlke

Zweigverein Rohr

Im zweiten Jahr in der Pandemie und erneut ohne traditionelle Adventfeier des KDFB beschlossen die Führungskräfte des Zweigvereins Rohr ihren Mitgliedern einen Weihnachtsgruß an die Haustüre zu bringen. Fleißige Hände packten für jedes Vereinsmitglied ein Weihnachtssäckchen mit Naschereien, welches persönlich und unter Einhaltung der Corona-Regeln verteilt wurde. Das Säckchen enthielt auch den „Danke"-Flyer des Diözesanverbandes, um nochmals für die Treue zum KDFB zu danken. Viele freudige Reaktionen für die kleine Geste zum Fest und den persönlichen Besuch erreichten die Vorstandschaft nach der Aktion.

Maria Gatzen

Die neue Vorstandschaft des Zweigvereins Rothenstadt gestaltete den Adventsgottesdienst.

Zweigverein Rothenstadt

Martha Urban, die stellvertretende Bezirksleiterin, machte sich im Auftrag der ehemaligen Vorstandschaft des Zweigvereins Rothenstadt auf die Suche nach jungen Frauen, die ein Amt in der Vorstandschaft übernehmen möchten. Martha Urban war bei ihrer Suche sehr erfolgreich. Es haben sich 15 junge Frauen gefunden, die dem Frauenbund Rothenstadt beigetreten sind. 13 der Frauen haben sich der Wahl gestellt und wurden auch einstimmig gewählt. Die erste Tat, hat die neue Vorstandschaft auch schon vollbracht - sie gestalteten den Adventsgottesdienst in Verbindung mit einer Roratefeier sehr ansprechend.

Martha Urban/rw

Zweigverein Sandharlanden

Der Frauenbund Sandharlanden hatte zu einer besinnlichen Adventsandacht in die Kirche St. Sebastian eingeladen. In dieser kleinen Auszeit vom Alltag machten sich die Frauen mit einer Bildmeditation auf den Weg zum Weihnachtsfest. „Die Sterne des Himmels können wir einander nicht schenken, aber die Sterne der Liebe, der Freude und der Zuversicht." Unter diesem Motto erhielten alle Mitglieder des Zweigvereins einen Holzstern als besonderen Weihnachtsgruß. Auch wenn die Adventfeier abgesagt werden musste, soll diese Geste zeigen, dass wir alle aneinander denken und zu einer starken Gemeinschaft gehören. Durch diese Gemeinschaft war es auch erneut möglich, wieder zahlreiche Adventskränze zu binden. Der Erlös aus dem Verkauf kommt unter anderem „Frauen helfen Frauen in Not" zu Gute. Der Verein blickt optimistisch in die Zukunft und freut sich auf viele gemeinsame Veranstaltungen im Jahr 2022.

Andrea Bauer

Karola Beer (vorne li.) und Christiane Zimmer vom KDFB und die Vorsitzenden des Hospizverein Gisela Pöhler (li.) und Angela Krüger

Zweigverein Schwarzenfeld

Der Katholische Frauenbund Schwarzenfeld unterstützt in diesem Jahr den Hospizverein Stadt und Landkreis Schwandorf e.V. mit einer Spende von 1.000 €. Der Erlös setzt sich zusammen aus dem Verkauf von selbstgebastelten Adventskränzen und Gestecken, sowie des beliebten Weißen Punsches. Die Kränze wurden von einigen Mitgliedern in wenigen Tagen gebunden und anschließend von Frauen aus der Vorstandschaft liebevoll verziert. Am Verkaufsstand wurden innerhalb kurzer Zeit alle Kränze und Gestecke verkauft. Im Juli 2021 wurde bereits ein Betrag von 1.000 € an die Aktion „Deutschland hilft" für die Flutopfer im Ahrtal gespendet.

Sieglinde Norgauer

Zweigverein Thanstein

Mitglieder des Katholischen Frauenbundes Thanstein haben Kräuter, Blumen und Gräser gesammelt und daraus Kräuterbüschel gebunden. Zum Fest „Maria Himmelfahrt“ wurden die Büschel vor der Kapelle Schönbuchen gesegnet und den Gottesdienstbesuchenden zum Kauf angeboten. Im Schuppen von Monika Braun binden seit Jahren viele fleißige Hände die Kräuterbüschel und pflegen damit das alte Brauchtum. Der Erlös aus dem Verkauf wird jedes Jahr einer kirchlichen oder sozialen Einrichtung gespendet.
Die Vorstandsmitglieder Rosina Reimer und Katharina Zientarra überreichten 200 € an Pallicura – Verein zur Förderung der Palliativ- & Hospizversorgung e.V. als Nikolausgeschenk. Zweck des Vereins ist die aktive Förderung der Palliativ- und Hospizversorgung sowie die Unterstützung von Palliativpatienten und ihren Angehörigen in und um den Landkreis Schwandorf. Die Vorsitzende Sonja Kellner bedankte sich herzlich. *Rosmarie Schauer*

Foto: C. Berger (Pallicura)

Der Frauenbund Thanstein hat mit Spendenaktionen soziale und kirchliche Einrichtungen bedacht.

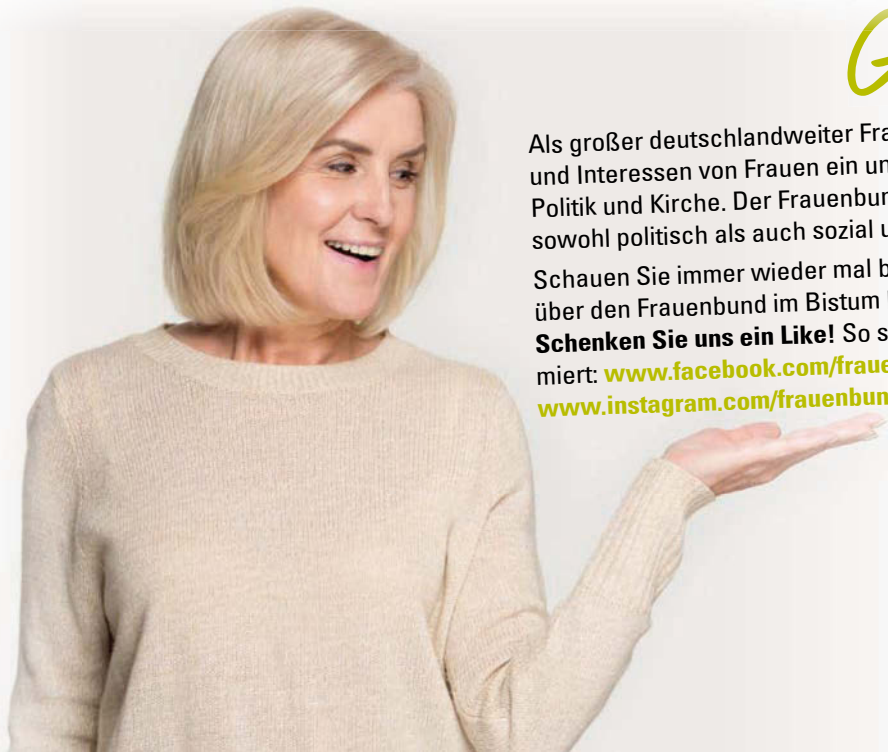
Foto: E. Bauer

Gudrun Dirnberger, Theresia Schwendner, Pfarrvikar Emmanuel Obgu, Vorsitzende Monika Bösl und Elisabeth Bauer bei der Spendenübergabe (v.r.)

Zweigverein Winklarn

Frauenbund Winklarn verkauft Johanniswein für einen guten Zweck

Die stattliche Summe von 350 € konnte kürzlich die Vorsitzende des Winklarner Frauenbundes Monika Bösl an Pfarrvikar Emmanuel Obgu aus dem Erlös des Johannisweinverkaufs überreichen. Der Neunburger Pfarrvikar setzt sich aktiv für die Hilfsorganisation „Willing Hand of Help“ ein, welche es sich zur Aufgabe gemacht hat, die arme Bevölkerung Nigerias zu unterstützen. Mit den Spendengeldern werden Schulabgehende zurück in die Schule geschickt, Minderjährigen der Zugang zu Bildung auf verschiedenen Ebenen erleichtert, Witwen unterstützt, um kleine Unternehmen zu gründen, Menschen geholfen, Arzt- und Krankenhausrechnungen zu bezahlen und vieles mehr. *Elisabeth Bauer*



Gut informiert

Als großer deutschlandweiter Frauenverband setzt sich der KDFB für die Rechte und Interessen von Frauen ein und übernimmt Verantwortung in Gesellschaft, Politik und Kirche. Der Frauenbund schafft Gemeinschaft vor Ort, engagiert sich sowohl politisch als auch sozial und bietet ein abwechslungsreiches Programm.

Schauen Sie immer wieder mal bei uns vorbei, hier gibt es aktuelle Informationen über den Frauenbund im Bistum Regensburg: **www.frauenbund-regensburg.de**
Schenken Sie uns ein Like! So sind Sie über alle Aktivitäten des KDFB gut informiert: **www.facebook.com/frauenbund.regensburg**
www.instagram.com/frauenbund.regensburg

© fizkes – shutterstock.com

Diözesanverband Berlin e.V. · Diözesanvorsitzende: Prof. Barbara John · Wundtstr. 40–44 · 14057 Berlin
Telefon 030/3215021 · Fax 030/3265147 · info@kdfb-berlin.de · ww.kdfb-berlin.de

Stimmige, selbstbewusste Körpersprache lässt Kommunikation gelingen

Wie nehme ich mehr Raum ein? Wie demonstriere ich Selbstbewusstsein, auch in Männerrunden? **Regina Sattelmayer** ist Diplom-Pädagogin, Atemlehrerin AFA (Arbeits-und Forschungsgemeinschaft für Atempädagogik und Atemtherapie e.V.) und Coach. Beim KDFB-Kneipenabend für junge Frauen* hat sie gezeigt, was die Körpersprache ausmacht und wie wir sie nutzen können. Im Interview beleuchtet sie die Wichtigkeit einer stimmigen, selbstbewussten Körpersprache.

Foto: privat

Welchen Anteil hat Körpersprache an gelingender Kommunikation?
Körpersprache hat einen sehr hohen Anteil, fast 90 Prozent. Oft gelingt Kommunikation nicht, weil wir glauben, nur auf die Worte zu hören. Dabei wird viel mehr gesendet und empfangen als nur die inhaltliche Botschaft – und zwar non-verbal. Irritationen können allein dadurch entstehen, wenn der Inhalt nicht mit dem körperlichen Ausdruck übereinstimmt, wenn es nicht stimmig ist, was ich sage, was ich zeige und wie es mir innerlich wirklich geht dabei, was ich fühle.

In Meetings hat man oft den Eindruck, dass Männer körperlich sehr präsent sind und damit dominieren. Unterscheidet sich die Körpersprache tatsächlich von Mann* zu Frau* – wenn ja, wie?

Oft sind Männer nicht nur im körperlichen Ausdruck präsenter, sondern sie sind oft auch schlichtweg in der Mehrheit. Aber ja, die Körpersprache unterscheidet sich. Männer nehmen oft mehr Raum ein – dies kann man schon beobachten, wenn man mit den öffentlichen Verkehrsmitteln fährt: Dort sieht man dann breitbeiniges Sitzen im Gegensatz zu geschlossener Beinhaltung.

Gibt es ein Erfolgsrezept für selbstbewusstes Auftreten (für Frauen*) – oder eine einfache Übung für zu Hause?
Manche sind einfach selbstbewusst; oft müssen wir uns aber Selbstbewusstsein erarbeiten. Es kommt von innen – da verrate ich wohl kein Geheimnis. Es ist nicht der Auftritt allein, es ist der innere Einklang mit mir, der gelungene Kontakt zu mir selber. Aufrechtes Sitzen, das ganz bewusste Stehen auf beiden Füssen kann dabei ein Anfang sein.

Termine

Do, 07.04.2022, 19.00 Uhr
KDFB-Gespräch mit ZdK-Vizepräsident Wolfgang Klose // Quo vadis, Synodaler Weg – quo vadis, Kirche?

Di, 17.05.2022, 19.00 Uhr
„Politisches Gespräch" mit Prof. Barbara John, Vorsitzende des KDFB Berlin // Beichte: Sakrament auf dem Prüfstand

Sa, 21.05.2022, 11.00 – 13.00 Uhr
„Kieztour mit Herz" // Schlagabtausch: Wege aus der häuslichen Gewalt

Anmeldung und weitere Infos auf www.kdfb-berlin.de

Häusliche Gewalt, Kirche in Bunt, Rechte Gewalt: **„Kieztouren mit Herz“** beleuchten drei Themen

„Kieztouren mit Herz“, die Stadtspaziergänge durch das soziale Berlin, beleuchten in diesem Jahr drei Themenfelder. Die Tour am Samstag, 21. Mai, von 11.00-13.00 Uhr, trägt den Titel **„Schlagabtausch: Wege aus der häuslichen Gewalt“.** Jede dritte Frau in Deutschland erfährt mindestens einmal in ihrem Leben Gewalt. Betroffen sind häufig auch Kinder. Frauenhäuser, Beratungsstellen, Präventionsprogramme: An wen können sich Frauen im Ernstfall wenden? Wo finden sie Schutz? Und wie lässt sich Gewalt verhindern, bevor sie entsteht? Einblicke geben Betroffene und Fachleute. Anmeldung und weitere Infos unter www.erzbistumberlin.de/ kieztouren, Telefon: Tel. 030-666 33 1266.
Im Herbst folgen zwei weitere Kieztouren. Auf der Tour **„Queerfeldein: Kirche in Bunt!“** (Samstag, 17. September, 11.00–13.00 Uhr), begegnen die Teilnehmenden Menschen mit Visionen für eine bunte Kirche; Regenbogenpastoral, Segensfeiern für Homosexuelle und queere Familienberatung sind Thema.
Die Tour **„Rechts und radikal: Wie Parolen Paroli bieten?“** (Samstag, 8. Oktober, 11.00–13.00 Uhr) möchte sensibilisieren: Wie können wir uns wirksam mit Opfern rechter Gewalt solidarisieren, Position beziehen und eine echte Alternative bieten? Und welche Rolle spielen die Kirchen dabei?

Das Format „Kieztour mit Herz“ existiert seit 2016. Initiiert wurden die Stadtspaziergänge vom Caritasverband für das Erzbistum Berlin/Caritas im Pastoralen Raum, der Citypastoral im Erzbistum Berlin und dem Katholischen Deutschen Frauenbund Diözesanverband Berlin.

Freiburg e.V. · Diözesanvorsitzende: Doris Seiberling · Immentalstr. 16 · 79104 Freiburg · Telefon: 0761 33733
Fax: 0761 5109151 · E-Mail: info@frauenbund-freiburg.de · internet: www..frauenbund-freiburg.de

Diözesanverband Freiburg „Frauen führen anders!“

Das jährlich stattfindende Führungskräfteseminar wurde kurzfristig in eine virtuelle Veranstaltung umgeplant. Anstatt in den ansprechenden Räumlichkeiten des Klosters Lichtenthal in Baden-Baden moderierte die Referentin Dorothea Maisch online über die Platt-

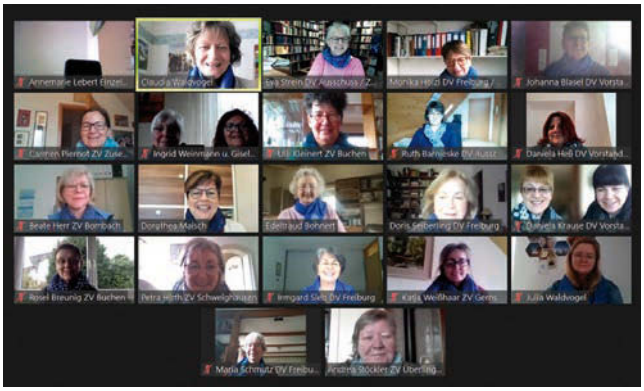


Foto: DV Freiburg

form Zoom zum Thema „Frauen führen anders!“. Erörtert wurden die Themen: Team, Team-Entwicklungs-Uhr, Delegationsprinzip und Führungsaufgaben. Die Führungsstile und die häufigsten Arbeitstypen erläuterte Dorothea Maisch an einleuchtenden Beispielen. Durch die Einteilung in mehrere Breakout-Sessions kamen die Teilnehmerinnen auch miteinander ins Gespräch. Somit konnten die Frauen inspiriert ihr neugewonnenes Wissen zufrieden in ihre Arbeit in den Zweigvereinen übertragen.

Claudia Waldvogel, Diözesanbüro

Mitgliederversammlung ZV Triberg

Der Zweigverein Triberg hat seine Mitgliederversammlung über die vergangenen besonderen zwei Jahre im großen Pfarrsaal abgehalten. Neben den üblichen Regularien wurde auch an die gelungenen Veranstaltungen, die die Gemeinschaft stärken, erinnert. Besonders an das 90jährige Jubiläum des Zweigvereins, das ebenso wie das 100jährige Jubiläum des Diözesanverbandes bereits im Jahr 2019 gefeiert werden konnte.
Über ihre Teilnahme am 5. Pilgerweg für Klimagerechtigkeit von Polen, durch Brandenburg bis Sachsen berichtete Claudia Waldvogel im Anschluss an die Versammlung mit einer PowerPoint-Präsentation.
Für ihre Treue zum Frauenbund wurden einige langjährige Mitglieder geehrt, die sich gemeinsam mit der Vorsitzenden zum Foto aufstellten.

Claudia Waldvogel, Diözesanbüro

Foto: DV Freiburg

Nächste Aktivitäten im Diözesanverband Freiburg

„Zeit für mich – eine geistliche Zeit am Bodensee“

Eine Auszeit bietet eine wunderbare Gelegenheit, den Alltag hinter sich zu lassen, sich nur auf sich selbst zu konzentrieren und zur Ruhe zu kommen.
Das Haus „Insel Reichenau“ befindet sich direkt am Bodensee mit einem überwältigenden Seeblick. Die Teilnehmerinnen dürfen sich auf eine abwechslungsreiche Landschaft aus Weinreben, Kräuter- und Gemüsegärten freuen.
Referentin ist Susanne Floss, ehemalige Geistliche Beirätin
Termin: Freitag bis Samstag, 08. April bis 09. April 2022

Diözesanausschusssitzung

Der Diözesanausschuss unterstützt und berät den Diözesanvorstand bei der Verwirklichung seiner Aufgaben. Er trifft jährlich mindestens ganztägig mit dem Diözesanvorstand zusammen. Neben den Informationen aus dem Bundes- und Diözesanverband wird Dipl. Theologin Dorothea Welle am Samstag, 23. April 2022, im Gästehaus von Kloster Maria Hilf in Bühl ein Referat zum Thema „Im Danken kommt Neues ins Leben hinein“ halten.

Anmeldung und weitere Informationen unter www.frauenbund-freiburg.de

Bücherabend des Zweigvereins Gernsbach:

„Starke Frauen – taffe Mädels“

Im stimmungsvollen Vortragssaal trafen sich interessierte Frauen zum Thema „Starke Frauen - taffe Mädels“ und lauschten gebannt dem Vortrag der Buchhändlerinnen des Buchladens „Bücherwurm“ aus Gaggenau. Diese stellten auf fesselnde und berührende Weise Bücher über starke Frauen aus fünf Jahrhunderten vor. Im Anschluss an die kurzweilige Präsentation fand noch ein lebhafter Austausch mit begeisterten Zuhörerinnen statt – und viele Bücher fanden ein neues Zuhause.

Hier eine kleine Auswahl:

„Teresa von Avila“ (Alois Prinz)
Eine anschauliche und sorgsam recherchierte Biografie über Teresa von Avila, größte Mystikerin des Christentums und bodenständige Frau mit großer Tatkrat. Obwohl geistliche Schriften in der Volkssprache verboten waren, verfasste Teresa ihre Lebensgeschichte und beschrieb in mehreren Büchern ihre Beziehung zu Gott. Diese Texte zählen heute zur Weltliteratur. Die darin geschilderten seelischen Erlebnisse nehmen viele Erkenntnisse der modernen Psychologie voraus.

„Mädchenschule“ (Pascale Hugues)
Zwölf Mädchen schreiben 1968 in das Poesiealbum von Pascale Hugues. Sie verwenden Adjektive wie klein, süß, bescheiden. Niemals stolz, mutig, ehrgeizig. 50 Jahre später macht sich Pascale Hugues auf die Suche nach diesen Mädchen, erzählt von ihren Leben als Frauen. Jede von ihnen hat versucht, dem Frauenbild zu entkommen, das sich so deutlich in dem kleinen Poesiealbum widerspiegelt. Aber alle spüren, dass die unsichtbare Macht dieser Rollenzuschreibungen bis heute wirkt. Pascale Hugues reflektiert mit großer stilistischer Eleganz, wie die ihnen eingeschriebenen Eigenschaften Frauen ein Leben lang begleiten.

Foto: Frauke Leupolz, ZV Gernsbach

„Ich tue es für euch“ – Interview mit Margot Friedländer
Die Holocaustüberlebende und Zeitzeugin Margot Friedländer erinnert mit ihrer Gesprächspartnerin Sabine Leutheusser-Schnarrenberger an den Holocaust. Sie ermahnt die Leser*innen, dass so etwas nie wieder passieren darf. Zugleich ruft sie zu einem offenen, vorurteilsfreien Miteinander in einer vielfältigen Gesellschaft auf.

„Wildtriebe“ (Ute Mank)
Drei Frauen auf einem Hof. Für die alte Großbäuerin Lisbeth gibt es nichts Wichtigeres als den Hof. Nie hat sie damit verbundene Pflichten hinterfragt. Doch mit Schwiegertochter Marlies kommt eine neue Frau ins Haus, die keineswegs klaglos und ohne eigene Wünsche das Leben einer Bäuerin führen will. Beide Frauen tragen fortan stille Kämpfe aus: um Haushaltsführung und Kindererziehung, aber auch um Selbstbestimmung, Anerkennung und Freiheit. Doch eigentlich werden viel größere Dinge verhandelt: Lebensmodelle, Vorstellungen vom Frau- und Muttersein. Verbindendes Element ist Marlies’ Tochter Joanna, die ihren ganz eigenen Weg geht.

„Hier geht’s lang“ (Elke Heidenreich)
Gerade Bücher von Frauen haben Elke Heidenreich gepragt. Sie gaben ihr das Rustzeug für alles, was sie bis heute ausmacht: lebenslange Freude an Auseinandersetzungen, schwierigen Lektüren und am Weitermachen. Mit ihrem neuen Buch will sie nachvollziehen und weitergeben, wie Buücher von Frauen uns zu dem machen, wer wir sind. Mit dabei: Anregungen geben zum eigenen Lesen und Leben.

Dr. Susanne Haller und Frauke Leupolz, Zweigverein Gernsbach

Diözesanverband Köln · Diözesanvorsitzende: Rotraud Röver-Barth · Kaesenstraße 14-16 · 50677 Köln
E-Mail: kontakt@frauenbund-köln.de · Internet: www.frauenbund-köln.de

Hildegard-Woche vom 12.-21. August 2022 in Bad Kreuznach und am Hildegardweg

Der KDFB-Diözesanverband Köln lädt herzlich zur Teilnahme an der Hildegard-Woche vom 12. bis 21. August 2022 in Bad Kreuznach und am Hildegardweg, einem Pilgerwanderweg, ein. Projektleiterin und Initiatorin dieser besonderen Woche ist KDFB-Mitglied Dr. Annette Esser. Sie hat gemeinsam mit Dr. Manja Seelen, Mitglied im Diözesanvorstand Köln, 2008 das Scivias-Institut für Kunst und Spiritualität e.V. gegründet, in dessen Trägerschaft die Veranstaltung stattfindet. www.scivias-institut.de.

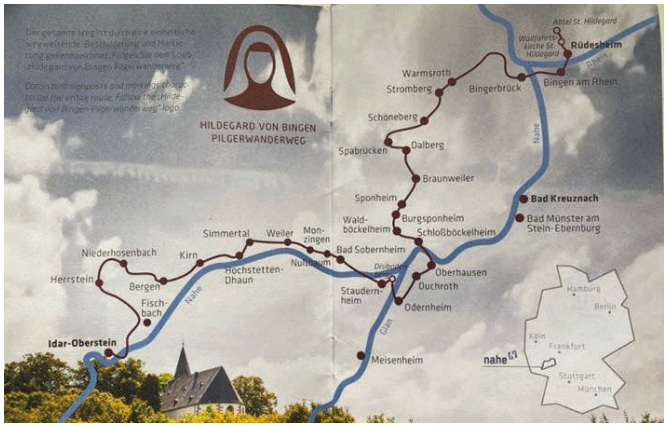


Foto: Annette Esser

Karte Hildegardweg im Pilgerpass

Die Hildegard-Woche will Menschen mit der Heilkunde, Ernährungslehre und Musik der Heiligen Hildegard-von-Bingen (1098 – 1179). Profunde Vertreter*innen der Hildegard-Medizin und Kenner*innen ihres umfassenden naturkundlichen, musikalischen und visionären Werkes halten Fachvorträge und bieten Workshops an. Diese reichen von einer Einführung in Hildegards Heilkunde und Hausapotheke über Präsentationen ihrer Pflanzenkunde und Lehre über Heilsteine und Ernährung bis hin zum praktischen Kochen und Backen nach Hildegards Rezepten und Empfehlungen. Morgens und abends gibt es ein Bewegungsangebot zu Hildegards Musik im Kurpark von Bad Kreuznach.

Termine im KDFB-Diözesanverband Köln:

06.04.2022 **Film „Die Unbeugsamen" mit anschließender Diskussion im Kino Odeon, Köln; Leitung Annika Triller**
18.04.2022 und 16.05.2022 **Montagsgebete um 19 Uhr St. Agnes in Köln**

Foto: Annette Esser

Kräutergarten am Hildegard-Forum in Bingen

Daneben laden wir in Kirchenräumen zu Musik und Betrachtung von Hildegards visionären Bildern ein. Auf dem Hildegardweg können Menschen mit und ohne Handicap pilgern, für Begleitung ist gesorgt. Im Anschluss laden wir nachmittags in die vielerorts entstehenden Hildegard-Gärten – sogenannte „Hildegärten" – in der Region ein.
Da im Sinne Hildegards zu einer wirklichen Kur auch die Musik gehört, wird ein Höhepunkt der Hildegard-Woche die Aufführung ihres einzigartigen Singspiels sein „Ordo Virtutum – Ordnung der Kräfte" durch das renommierte Ensemble von Maria Jonas & Ars Choralis Coeln in der Pauluskirche in Bad Kreuznach sein. Weiterhin sieht das Kulturprogramm eine Filmpremiere vor: Der amerikanische Filmemacher Michael Conti präsentiert die deutsche Version seines Filmes „Hildegard spricht", den er 2019 mit Annette Esser auf dem Hildegardweg gedreht hat. Live zu sehen ist ebenso „Ein Lebensbild mit Musik - von und mit der Hamburger Schauspielerin Jutta Hoppe. Zum Abschluss der Hildegard-Woche werden im Musikpavillon des Kurparkes Lieder und Gedichte vorgetragen.

Foto: Joachim Schmitt

Das vollständige Programm wird ab Mai auf der Website www.hildegard-woche.de veröffentlicht. Dort sind auch verschiedene Tickets zu bekommen. Unterkünfte können über den Projektpartner Naheland-Touristik gebucht werden. Informationen
Wir freuen uns, im Sommer viele Hildegard-Freund*nnen im Land der Hildegard begrüßen zu können.

Annette Esser

Diözesanverband Mainz · Diözesanvorsitzende: Hiltrud Lennert · Bischofsplatz 2, 55116 Mainz
Tel: 06131/ 22 59 46 · info@kdfb-mainz.de · www.frauenbund-dv-mainz.de · Bürozeiten: Dienstags von 15.00 - 19.00 Uhr

Tag für mich – digitaler Besinnungstag

Fotos: KChristina Feifer

Puh, einen ganzen Tag Besinnung vor dem PC? Weit gefehlt. Spätestens beim Online-Vortreffen wurden diese Bedenken ausgeräumt.
Ausgestattet mit einem Kartenspiel, einem „Impuls-Snack" für die Mittagspause und Material für ein kreatives Element ließen sich neun Frauen aus Viernheim und Heppenheim auf dieses Format ein, manche zu zweit, manche allein.
Das Kartenspiel mit einer Mischung aus Richtungs– und Impulskarten bestimmte den Weg am Vormittag. Alte Strecken wurden neu und achtsam in den Blick genommen, es gab Erfahrungen, im Kreis gehen zu müssen oder ein Waldstück ganz anders wahrzunehmen. Anleitungen und Fragen wie „Schau nach oben!", „Was treibt dich an?", oder „Welches Denkmal würdest du hier errichten?" regten einen Perspektivwechsel an.
Ein Foto dieses Weges stellte jede Teilnehmerin zur Verfügung und nach einer wohltuenden Mittagspause fand die Gruppe online zusammen. Das Betrachten und intensive Wahrnehmen der Bilder war für alle sehr tiefsinnig und berührend. Auch das kreative Element (einen Leitstern falten und ein Mandala malen) war eine neue, anregende Erfahrung.
Mit einer gemeinsam gebeteten und gesungenen Andacht endete ein spirituell – inspirierender Pilgertag zum Jahresbeginn, angeboten von der Geistlichen Beirätin Christina Feifer.
Nächster Besinnungstag: 2. April 2022

Große Vorankündigungen

Bildungsreise nach Slowenien

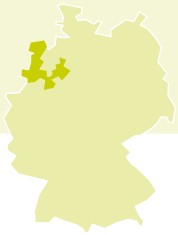
Der KDFB Diözesanverband Mainz bietet in Zusammenarbeit mit der Reise-Mission Leipzig vom **03. - 09. September 2022** eine Bildungsreise (Flugreise) nach Slowenien an. Die Rundreise führt zu den bekannten historischen und christlichen Stätten des Landes (Ljubljana, Piran, Celje…).
Voraussichtlicher Reisepreis: € 1.295,00 DZ + EZ-Zuschlag von € 300,00.
Eine detaillierte Reisebeschreibung sowie Anmeldeformulare finden Sie auf der Homepage des Diözesanverbandes sowie im Newsletter.
Ansprechpartnerin: Hannelore Gaal (hannelore.gaal@frauenbund-dv-mainz.de)

Familienfreizeit nach Oberpinzgau in Österreich

In Zusammenarbeit mit dem Referat Erwachsenenseelsorge des Bistums Mainz findet vom **22. - 29. Oktober 2022** eine Fahrt für Familien auf den „Venedigerhof" in Österreich statt: Wandern, Seele baumeln lassen, Panoramablick auf den Großvenediger, Ausflüge, Freizeithalle mit Sportmöglichkeiten und vieles mehr. **Kosten für Mitglieder des KDFB im DZ/MBZ: € 455,00; für Nicht-Mitglieder: € 495,00; Kinder 3-6 Jahre: € 240,00; Kinder 7-12 Jahre: € 330,00; Kinder 13-15 Jahre: € 410,00.**
Anmeldung über das Referat Erwachsenenseelsorge des Bistums Mainz (Bischofsplatz 2, 55116 Mainz). Telefon: 06131/25325.
E-Mail: ews-anmeldung@bistum-mainz.de.
Weitere Informationen: www.frauenbund-dv-mainz.de
Ansprechpartnerinnen: Inge Langer (06253/84305, langer.inge@t-online.de) und Hiltrud Lennert (hiltrud.lennert@frauenbund-dv-mainz.de; 06252/3312)

Termine

02.04.22	**„Digitaler" Besinnungstag** Uhrzeit: 10:00-16:00 Uhr. Ort: Draußen in der Natur und auch kurz vor dem Bildschirm. Anmeldung bis zum 25. März mit Name, Handynummer und E-Mail-Adresse an info@kdfb-mainz.de.
23.04.22	**Diözesandelegiertenversammlung mit Neuwahl des Vorstands** Ort: Erbacher Hof (Grebenstr. 24, 55116 Mainz)
07.05.22	**Marianischer Pilgerweg** zur Wallfahrtskirche Heppenheim-Hambach
20.-22.05.22	**Barrierefreies Pilgern auf dem Pilgerweg Camino Incluso** Veranstalter: ZV Krumbach
09.-12.06.22	**Bildungsreise nach Hamburg** Veranstalter: ZV Heppenheim
23.06.2022	**Pilgern auf dem Lohrberg in Frankfurt**
02.07.2022	**Bundesfest** Veranstalter: ZV Herrnsheim



Diözesanverband **OSNABRÜCK**

KDFB Osnabrück · Diözesanvorsitzende: Sigrid Egbers · Schöneberger Str. 2 · 49134 Wallenhorst
Tel.: 05407-2900 · E-Mail: sigrid.egbers@gmail.com · www.frauenbund-osnabrueck.de

Tag der Diakonin in Osnabrück

Am 29. April 2022 findet in Osnabrück die zentrale Veranstaltung zum Tag der Diakonin von KDFB, kfd, Netzwerk Diakonat der Frau und Zentralkomitee der deutschen Katholiken statt. Das Motto lautet: Frauendiakonat weltweit! Um 16 Uhr beginnt im Dom St. Petrus ein Wortgottesdienst, anschließend geht es im Gymnasium Ursulaschule weiter mit Gesprächen, Impulsvorträgen und Beisammensein. Aufgrund von Corona können leider nur 100 Personen im Dom und im Gymnasium sein. Wer teilnehmen möchte, kann sich unter ws02@zdk.de anmelden. Die Veranstaltung kann aber online mitverfolgt werden.

Kooperationspartner sind die Osnabrücker Diözesanverbände KAB, Kolping und BDKJ, Katholikenrat und Bistum Osnabrück, AGENDA sowie Maria 2.0. Damit möglichst viele Frauen den Tag der Diakonin in ihren Gemeinden feiern können, haben KDFB und kfd einen Gottesdienstvorschlag erstellt. Alle Informationen: www.frauenbund.de.

Ehemalige ZV-Vorsitzende Hamburg gestorben

Ingrid Sleumer, von 1992 bis 2020 Vorsitzende des Zweigvereins Hamburg, ist im Alter von 84 Jahren verstorben. Während ihrer Vorstandszeit lud sie häufig zu zahlreichen interessanten Veranstaltungen in die Hamburger Familienbildungsstätte ein. Ebenso führte sie Ausflüge und Exkursionen durch. Besonders zu erwähnen ist ihre Organisation der 80-Jahr-Feier des Zweigvereins 1993 in der Katholischen Akademie Hamburg. Die damalige KDFB-Präsidentin Dr. Ursula Hansen hielt dort den Festvortrag „Zuhause in der Kirche - offen für die Welt". Auch an der 100-Jahrfeier nahm Frau Sleumer noch teil. Vielleicht ist sie einigen Osnabrückerinnen noch im Gedächtnis, denn bis 1994 gehörte der Zweigverein Hamburg zum Bistum Osnabrück.

Msgr. Wilm Sanders, Hamburg

Diözesanverband **PADERBORN**

Diözesanverband Paderborn · Diözesanvorsitzende: Dr. Anne Deter
Graf-Sporck-Str. 2 · 33129 Delbrück · Strunz-Happe@web.de

„Neukirchs Schleuse" – Ein interessantes Ausflugsziel für den Frauenbund Delbrück

Corona und Regen zum Trotz trafen sich im Januar mehrere Damen des KDFB Delbrück zum Winterspaziergang. Sie wanderten ein Teilstück des insgesamt 32 km langen Boker Kanals entlang und besuchten „Neukirchs Schleuse", eines der ältesten, größten und am vollständigsten erhaltenen technischen Kulturdenkmäler (Bewässerungsanlage) in Westfalen, sogar weit darüber hinaus.

Foto: privat

Über Schleuse und Nebenbauwerke fließt Wasser in die anliegenden Rieselwiesen, so wie vor mehr als 160 Jahren, als es beim Bau des Kanals darum ging, karge Heide-, Acker- und Wiesenflächen zu berieseln. Die Anlage wurde vor einigen Jahren von einer Eigentümergemeinschaft wieder instandgesetzt. Sie ist seit ihrer Gründung für die Instandhaltung des Kanals, der Schleusenanlagen, sämtlicher Nebenbauwerke, der Wege sowie Pflege und Bewirtschaftung der Erlen, Pappeln und weiteren Gehölze entlang des Kanals zuständig. Der Wasserlauf zweigt bei Schloss Neuhaus von der Lippe ab und mündet hinter Lippstadt wieder in diesen Fluss.

Die Wanderung endete mit einem gemütlichen Beisammensein in der Remise eines kleinen Pferdestalls. Pony Oscar ließ sich nicht davon abhalten, mal vorbeizuschauen und konnte beim Anblick der Leckereien kaum gebändigt werden.

Gisela Päsch-Pilz

Diözesanverband Speyer · Diözesanvorsitzende: Monika Keggenhoff · Adolf-Kolping-Str. 119 · 67433 Neustadt
Tel. 06321/9688410 · Fax 06321/9688412 · info@frauenbund-speyer.de · www.frauenbund-speyer.de

Rendezvous mit …

Unter diesem Motto laden wir zu einem neuen Veranstaltungsformat ein. Wir treffen uns ca. viermal im Jahr – je nach Möglichkeit an einem schönen Ort oder digital – zu kreativen Aktionen und inspirierenden Impulsen, zu thematischen Gesprächsrunden und vielem mehr. Immer steht der gemeinsame Austausch unter den Teilnehmerinnen im Mittelpunkt. Wir freuen uns auf alle interessierten Frauen. Wenn Sie entweder Einzelmitglied im Diözesanverband sind oder neben Ihrer Mitgliedschaft im Zweigverein Ihren Frauenbund-Kreis ein wenig erweitern möchten, sind Sie herzlich willkommen. Auch alle (noch-)Nichtmitglieder können in netter Gemeinschaft etwas KDFB-Luft schnuppern.
Gerne nehmen wir Sie in den Verteiler für Einladungen zu diesen Treffen auf. Über Ihre Rückmeldung freut sich die Bildungsreferentin des Diözesanverbands Speyer, Christine Lormes. Melden Sie sich hier an: bildungsreferentin@frauenbund-speyer.de

KDFB hilft

Die Not der Menschen im Ahrtal hat auch unsere Frauenbundfrauen nicht ruhen lassen. Die Zweigvereine Bellheim, Neustadt St. Josef, Neustadt St. Pius, St. Ingbert Herz Mariae, und Speyer Pax Christi erwirtschafteten durch verschiedene Aktionen zusammen 3.400, - Euro, die an unterschiedliche Organisationen für die Flutopfer gespendet wurden. Der Diözesanvorstand bedankt sich herzlich für diese großartige Spendenbereitschaft.

Bunte Töne und Klänge zur Woche der Inklusion

Das Bistum Speyer veranstaltet vom 1. bis 8. Mai 2022 eine „Woche der Inklusion“. Hierbei stehen Veranstaltungen und Aktionen im Vordergrund, an denen sich Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam beteiligen. Im Zentrum des inklusiven Denkens steht das gegenseitige Wahrnehmen und Wertschätzen jeder einzelnen Person mit ihren individuellen Fähigkeiten.

Woche der Inklusion 2022 BISTUM SPEYER

„Die Woche der Inklusion ist ein Zeichen für eine bunte, inklusive und vielfältige Kirche“, erläutert die Ansprechpartnerin für Inklusion, Katharina Kintz. Jede Person kann sich beteiligen, und jede Aktion vor Ort kann „das Miteinander stärken und zu einem diversitätsbewussten Umgang beitragen“.
In Speyer findet am 4. Mai ein musikalischer Workshop namens „Bunte Töne und Klänge“ statt. Hierzu laden der KDFB Diözesanverband und die Frauenseelsorge im Bistum Speyer ein. Der Workshop wird geleitet von Monika Kreiner, Frauenseelsorgerin im Bistum, und Musikpädagogin Petra Niopek, Dozentin für musikalische Früherziehung bei der Dommusik. Sowohl Mädchen und Frauen mit Behinderung als auch Mädchen und Frauen ohne Behinderung sind eingeladen, gemeinsam Musik in ihren unterschiedlichen Facetten kennenzulernen. Es werden Instrumente erforscht, Lieder gesungen und jede Teilnehmerin kann ihre Stimme tönen lassen und sich mit neuen musikalischen Erfahrungen ausprobieren. Die Freude am Entdecken der Musik und das gemeinsame Erleben der musikalischen Klänge stehen im Vordergrund. Die Räume sind barrierefrei zugänglich. Für einen kleinen Imbiss sorgen Frauen des KDFB. Die Veranstaltung findet im Haus der Kirchenmusik in Speyer statt.
Am Ende können wir spüren: Unsere Töne sind bunt, erzeugen auch einen gemeinsamen Klang und machen froh. Wir laden Sie herzlich ein, an dieser gemeinsamen Erfahrung teilzuhaben.

Weitere Informationen unter:
www.wochederinklusion-speyer.de/
oder mit diesem QR Code

Petra Niopek, stv. Diözesanvorsitzende

Impulse „to go“ für eine Spirituelle Wanderung zu zweit

Brich auf – mit offenen Sinnen – mit einem Bibelwort – in Achtsamkeit.
Schenken Sie sich und Ihrer Freundin eine Auszeit in der Natur im Schweigen und im Austausch miteinander.
Die Impulse können Sie per Mail anfordern in der Geschäftsstelle: info@frauenbund-speyer.de

Al Tufula – ein Segensort für palästinensische Frauen und Kinder

Seit mehr als 25 Jahren besteht die Verbindung des Diözesanverbands Speyer mit dem Frauenzentrum Al-Tufula in Nazareth und seiner Leiterin Nabila Espanioly.
Von deren ungebrochenem Kampfgeist konnten sich die 25 Teilnehmer*innen eines Zoom Gesprächs ein Bild machen, zu dem der Diözesanverband im November eingeladen hatte.
In all den Jahren wurde Nabila nicht müde, sich um benachteiligte Frauen und Kinder in der palästinensischen Gesellschaft Israels zu kümmern, im Zusammenschluss mit anderen Nichtregierungsorganisationen (NGOs), in verschiedenen Projekten und durch die Arbeit im Frauenzentrum Al-Tufula. Unter anderem initiierte sie Projekte zur Stärkung behinderter Frauen sowie Hilfe für Frauen und Kinder in den nicht anerkannten Dörfern. Nicht zuletzt sind die seit den Anfängen bestehende Al-Tufula Kinderkrippe und die Arbeite zur frühkindlichen Erziehung von größtem Wert.

Foto: KDFB, DV Speyer

Ein Dokument der herzlichen Verbundenheit mit den Frauen des Al Tufula Zentrums in Nazareth: Nabila Espanioly, Georgette Jahshan und Samira Darawshe mit den Mitgliedern des Freundeskreises Margarete Bauer, Annette Bauer-Simons und Brunhilde Frickel-Faulstich beim 100jährigen Jubiläum des DV Speyer.

Durch die Corona Pandemie der letzten beiden Jahre wurde die Dringlichkeit dieser Arbeit nur noch größer. In der Politik der neuen israelischen Regierung zur Situation der palästinensischen Minderheit gibt es laut Nabila Espanioly keine Verbesserung. Benachteiligungen und Ausgrenzung bestehen weiter und Resignation macht sich breit. Dieser Resignation stellt Nabila das Empowerment von Frauen, den Einsatz von Sozialarbeiter*innen in der Corona Krise und die Bestärkung von Frauen gegen häusliche Gewalt entgegen.
Welche Hoffnungen und Wünsche gibt es? Dass wir einander zuhören und uns für einander stark machen. Und dass es eine Fortsetzung und Weiterentwicklung unserer Partnerschaft gibt.

Brunhilde Frickel-Faulstich,
Mitglied im Freundeskreis Al Tufula

.

Wir laden herzlich ein

Delegiertenversammlung des KDFB Diozesanverbands Speyer e.V. mit öffentlichem Studienteil zur Mitgliederwerbung
Sa, 02.04.2022 – digital,
09:30 - 16:30 Uhr mit Mittagspause

Die Würde des Menschen ist unantastbar – Vortrag und Diskussion
Mi, 06.04.2022, 19:00 Uhr
Pfarrheim St. Pius, Max-Slevogt-Straße 1a,
67434 Neustadt
Anmeldung : Tel. 06321/ 82303

Frida – Frauentag mit Inspiration – Diskussion – Austausch
Verbunden sein: Ich bin, weil wir sind
Vortrag, Übungen und Workshops mit Einführung in die Tiefenökologie durch Christiane Kliemann
Sa, 21.05.2022, 10:00 - 16:00 Uhr
Alte Eintracht, Unionstraße 1, 67655 Kaiserslautern
Anmeldung: Tel. 0631/ 3642-228;
E-Mail: lilly.wagner@evkirchepfalz.de

Angebote des DV Speyer zur „Woche der Inklusion"
So, 01.05. bis So, 08.05.2022, bistumsweit

KDFB Rendezvous: Eine Tour durch das Storchendorf Bornheim für Menschen mit und ohne Behinderung
Di, 03.05.2022, 17:30 Uhr
Treffpunkt: Storchenzentrum, Kirchstraße 1,
76879 Bornheim

Bunte Töne und Klänge - Singen und Musizieren für Mädchen und Frauen mit und ohne Behinderung
Mi, 04.05.2022, 16:00 - 18:00 Uhr
Haus der Kirchenmusik, Hasenpfuhlstraße 33b,
67346 Speyer

Begegnung im Mai für Menschen mit und ohne Behinderung
Fr, 06.05.2022, 16.30 Uhr
Treffpunkt: Haus der Lebenshilfe
Else-Krieg-Straße, 67436 Speyer

Frauenherzen schlagen anders: Ein Frühstück rund ums Thema Frauengesundheit
Sa, 07.05.2022,09:30 Uhr
Pfarrzentrum, Heumarktstraße, 67146 Deidesheim
Anmeldung: Tel. 06326/ 700472,
E-Mail: monika.lauterbach@online.de

Diözesanverband Trier e.V. · Geschäftsstelle · Kochstr. 2 · 54290 Trier
Bürozeiten: Mo-Do, 8.00-12.00 Uhr · Tel: 0651/47 49 4 · Fax: 0651/45 02 3 · buero@frauenbund-trier.de

Prävention als Anliegen

Die Frauen des Diözesanvorstands beschäftigen sich seit letztem Jahr intensiv mit den Themen Machtmissbrauch und sexualisierte Gewalt. „Es ist für uns ganz wichtig, dass alle sich bei uns aufgehoben und sicher fühlen können," so Vorstandsfrau Stefanie Peters. „Bei der Bundesdelegiertenversammlung 2021 und auch in Gesprächen vor Ort wurde deutlich, dass gute Informationen zum Thema die Wahrnehmung verändern und schärfen." Eine wichtige Informationsquelle ist dabei das Buch „Erzählen als Widerstand", herausgegeben vom KDFB-Bundesverband. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist der Umgang miteinander und mit Macht in den eigenen Reihen. Deshalb erstellen die Vorstandsfrauen derzeit in Zusammenarbeit mit der Fachstelle Prävention des Bistums ein institutionelles Schutzkonzept. Außerdem werden alle Mitgliedsfrauen, besonders die Vorstände der Zweigvereine, zu regionalen Workshops im Hinblick auf Prävention eingeladen. Die Informationen und Anregungen daraus sind auch über die Verbandsarbeit hinaus wertvoll.

Die Termine der Workshops: Samstag, 11. Juni in Koblenz und Samstag, 10. September in Trier (jeweils 10-13 Uhr). Konkrete Einladungen folgen. Bei Fragen oder Gesprächsbedarf zu diesem Themenbereich steht Vorstandsfrau Dr. Jutta Mader gerne zur Verfügung. Sie ist beruflich als Präventionsbeauftragte eines kirchlichen Trägers von Gesundheitseinrichtungen tätig. Auf Diözesanebene des KDFB ist sie die benannte Ansprechperson für Fragen zu sexualisierter Gewalt. Kontakt: jutta.mader@frauenbund-trier.de oder 0151 50841809.

ZV Prüm: Getanztes Weihnachtsoratorium

Gleich zu Beginn des neuen Jahres, am 08.01.2022, lud der ZV Prüm von 16:00 bis 19:00 Uhr zu einem Highlight in das Studio "Tanzkultur Prüm" ein.

v. l.: Marlies Binias, Renate Neuhäuser, Ursula Greib

Das Weihnachtsoratorium von Johann Sebastian Bach berührt jedes Jahr wieder neu: singend, hörend, spielend – und dieses Mal getanzt!
Die Leiterin Renate Neuhäuser, Dipl. Tanzpädagogin, begeisterte die Gruppe und lud sie ein, sich mit einfachen, fließenden Kreistänzen und berührenden Gesten zu ausgewählten Chorälen und Arien zu bewegen. Es ist diese wunderbare, zeitlose Musik, die das Herz öffnet und im Tanz ihren Ausdruck findet. Selbstverständlich gehörten auch Pausen mit köstlichem Gebäck, Kaffee und Tee zur Stärkung dazu. Es war ein wunderbar gestalteter, bewegter und entspannter Nachmittag.

Spenden Hochwasserhilfe

Es sind kontinuierlich weitere Spenden eingegangen. Bis zum Redaktionsschluss betrug die Gesamtsumme stolze 36.545,- €. Wir sind überwältigt! Im Namen aller, die wir damit unterstützen konnten, ganz herzlichen Dank!!
Nähere Informationen: www.frauenbund-trier.de

Termine

07.04.	**Frauenfrühstück ZV Koblenz**
08.04.	**Friedensgebet ZV Mayen, Clemenskirche**
21.04.	**Gebet am Donnerstag, ZV Hillesheim**
27.04.	**Erzählcafé ZV Koblenz**
29.04.	**Tag der Diakonin (regionale Veranstaltungen)**
02.05.	**Seniorennachmittag, Pfarrheim Hillesheim, ZV Hillesheim**
05.05.	**Frauenfrühstück ZV Koblenz**
12.05.	**Mitgliederversammlung ZV Koblenz**
17.05.	**Besinnungstag ZV Koblenz mit Prälat Gammel, Caritashaus Arenberg**
19.05.	**Gebet am Donnerstag, ZV Hillesheim**
25.05.	**Erzählcafé ZV Koblenz**
31.05.	**Verabschiedung von Frau Hildegard Boos als Vorsitzende des ZV Mayen (16.00 Uhr)**

Tag der Diakonin in der Diözese

Für uneingeschränkte Gleichberechtigung

An sechs verschiedenen Orten der Diözese findet am 29.4. der Tag der Diakonin statt. Unter dem Motto "Genug geredet! Gleichberechtigung. Punkt. Amen." soll ein Zeichen gesetzt werden für die uneingeschränkte Gleichberechtigung von Frauen in der Kirche. Dazu versammeln sich Frauen vor Kirchen und öffentlichen Plätzen. „Als Zeichen von Feuer und Zorn - von Geistkraft und Liebe“, sollen dabei rote Kleidung oder Accessoires wie rote Schuhe, Schals oder Hüte, getragen werden. Mitgebrachte Trommeln, Trillerpfeifen sowie Topfdeckel sollen die Forderungen nach einer Kirchenerneuerung auch akustisch deutlich machen.

Beim Tag der Diakonin steht die Forderung nach uneingeschränkter Gleichberechtigung von Frauen in der Katholischen Kirche im Mittelpunkt.

Die Veranstaltungen am Gedenktag der Heiligen Katharina von Siena, finden an diesen Orten statt: **Stuttgart**, vor der Kirche St. Eberhard, 17.00 Uhr; **Ulm**, vor der Kirche St. Michael zu den Wengen, 17.30 Uhr; **Rottenburg**, vor dem Dom St. Martin, 17.00 Uhr; **Schwäbisch Gmünd**, Johannisplatz, 17.00 Uhr; **Friedrichshafen**, Adenauerplatz, 9.30 Uhr; **Öhringen**, Marktplatz, 17.00 Uhr.

Weitere Informationen: www.kdfb-drs.de

Die zentrale Veranstaltung des Bundesverbandes zum Tag der Diakonin am 29. April mit dem Thema „Frauendiakonat – weltweit“ findet ab 16.00 Uhr in Osnabrück statt. Dazu gibt es eine Gottesdienstvorlage. www.frauenbund.de

Frauenfest in Untermarchtal

Ein Tag voller Überraschungen

Endlich ist wieder Frauenfest! Am 25. Juni sind Frauen aus der ganzen Diözese eingeladen, zum traditionellen, großen KDFB-Treffen in Untermarchtal zusammenkommen, sich zu begegnen und sich auszutauschen. Auf eine ganz besondere Begegnung können sich die Teilnehmerinnen schon jetzt freuen: Gerlinde Kretschmann, die Gattin des baden-württembergischen Ministerpräsidenten Winfried Kretschmann wird zu Gast sein. Ein weiterer Höhepunkt des Vormittags wird der Interaktions-Vortrag „Motivier Dich selbst – sonst macht’s keiner!“ / „Einfach. Machen.“ von Nicola Fritze (Keynote-Speaker) sein. Am Nachmittag können die Frauen sich in Workshops unter anderem zum Anbau von alten Gemüsesorten oder den Klimawandel informieren, line dance ausprobieren, Erkenntnisse zum selbstbewussten Reden gewinnen oder eine kleine Auszeit im Park des Klosters genießen. Beim Frauenfest mit dabei sind auch die bekannte Theologin und Autorin Jacqueline Straub, die aus ihrem aktuellen Buch lesen wird. Für alle Frauen, die ganz neu in den Frauenbund eingetreten sind, wird es eine kleine Überraschung geben.

Für die Durchführung des Frauenfestes wünschen wir uns die größtmögliche Sicherheit für alle und erfragen deshalb bei Ihrer Anmeldung den Impfstatus. Erst im Juni können wir sagen, welche Teilnahme - je nach Pandemielage – für Ungeimpfte möglich ist. Dafür bitten wir um Verständnis. Es gelten die tagesaktuellen Corona-Bestimmungen des Landes Baden-Württemberg.

Ökumenischer Frauenkreuzweg in Stuttgart

Durchkreuzte Lebenswege im Blick!

Der KDFB lädt am Karfreitag, 15. April, herzlich zum Ökumenischen Frauenkreuzweg durch die Stuttgarter Innenstadt ein. An verschiedenen Stationen wird im Gedenken an den Kreuzweg Jesu Leid und Not durchkreuzter Lebenswege von Frauen in den Blick genommen und vor Gott gebracht. Impulse, Stille, Bibeltexte, Gebet und Musik begleiten den Weg. Beginn ist um 12 Uhr vor der Kirche St. Eberhard, Königstraße 7 in Stuttgart,
Abschluss bis 14 Uhr in der Leonhardskirche, Leonhardsplatz 10.
Anmeldung: www.kdfb-drs.de.

Landwirtschaft heute (5)

Dialog zwischen Landwirt:innen und Bevölkerung

Die Nähe zu den Bauernhöfen hat abgenommen, da die großen Betriebe in das Umland ausgewichen sind. So hat sich der Kontakt der Bevölkerung zu den Landwirtinnen und Landwirten und damit das Wissen über die Arbeit auf den Bauernhöfen verringert. Viele Vorurteile haben sich gebildet: Landwirt:innen werden nicht mehr als die Ernährenden der Menschen, sondern als Giftspritzende, die das Grundwasser verseuchen und Tiere quälen, wahrgenommen. Die Berufsgruppe der Landwirt:innen macht gut ein Prozent der Bevölkerung in Deutschland aus. Ihnen gegenüber stehen 99 Prozent Verbrauchende, bei denen sich die Bäuerinnen und Bauern für ihre Arbeit rechtfertigen müssen. Dabei sind sie Fachleute, die gut ausgebildet und durch ständige Weiterbildungen auf aktuellem Stand sind. Viele Betriebe laden Schulklassen, Kindergärten oder Interessierte ein, ihren Bauernhof zu besichtigen und sich über die Arbeit in der Landwirtschaft zu informieren. Manche Betriebe haben ein „Schaufenster", durch das beispielsweise beim Melken der Kühe zugeschaut werden kann. In der Solidarischen Landwirtschaft werden die Verbraucher:innen sogar für ihre Abnahmegarantie in die Produktion einbezogen. Das baut Vorurteile ab, stärkt das Verständnis und das gegenseitige Vertrauen.

Informationen zu Besichtigungen auf den Bauernhöfen sind bei den örtlichen Landwirtschaftsämtern oder über die örtliche Presse zu erhalten. Auch die Landfrauenvereinigung bietet Betriebsbesichtigungen an. Wichtig ist, sich zu Besichtigungen anzumelden und nicht ungefragt den landwirtschaftlichen Hof und das Gelände zu betreten.

Eine gute Gelegenheit, mit den Landwirtinnen und Landwirten ins Gespräch zu kommen, gibt es auch auf den Wochenmärkten, in den Hofläden und Hofcafés. Sie freuen sich über einen Austausch und informieren gerne über ihre Arbeit.

Die Serie der KDFB-Landfrauenvereinigung beschäftigt sich mit aktuellen landwirtschaftlichen Themen.

Spirituelle Reise nach PARIS

für Frauen zwischen 30 und 50
vom 6. bis 10. September 2022

Foto: Pixabay/jpanterre

Mystikerin der Straße, Poetin und Sozialarbeiterin - das sind drei Attribute, die Madeleine Delbrêl zugeschrieben werden. Von ihrem Leben in Paris und ihrer Alltagsspiritualität lassen wir uns auf der Reise anregen und bestärken.

Wie sich Geschichte und Spiritualität heute begegnen, das werden wir zwischen den bekannten Wahrzeichen der Stadt gemeinsam erleben.

Hin- und Rückfahrt: Stuttgart Hauptbahnhof
Kosten inkl. Halbpension:
pro Person im DZ 655,- €
Einzelzimmer-Zuschlag 70,- €
Nähere Informationen: www.kdfb-drs.de

Der Frauenbund beim Katholikentag in Stuttgart

„leben teilen"

Vom 25. -29. Mai findet in Stuttgart unter dem Leitwort „leben teilen" der 102. Katholikentag statt. Der Frauenbund der Diözese ist mit einem Stand auf der Kirchenmeile vertreten und lädt mit einem vielfältigen Programm und interessanten Veranstaltungen dazu ein, den Katholikentag hautnah mitzuerleben und Frauen aus ganz Deutschland zu begegnen. So etwa am 26. Mai von 16.30-18.00 Uhr bei der Podiumsveranstaltung „#Adults-Too. Missbrauch an Erwachsenen im Raum der Kirche" sowie am 27. Mai ab 18.00 Uhr: Brot und Rosen – Ein Feierabend für Frauen und die Frauenkirche mit offenem Singen mit der Band Ruhama. Am 28. Mai beschäftigt sich von 11.00 bis 12.30 Uhr ein Podium mit dem Thema Kirchenaustritt mit dem Titel „Gehen oder bleiben? – Frauen in der Krise". Beim Podium „Weil Gott es so will" von 14.00 bis 15.30 Uhr erzählen Frauen von ihrer Berufung zur Priesterin.

Informationen zu diesen und vielen anderen Veranstaltungen unter www.katholikentag.de.