

2025

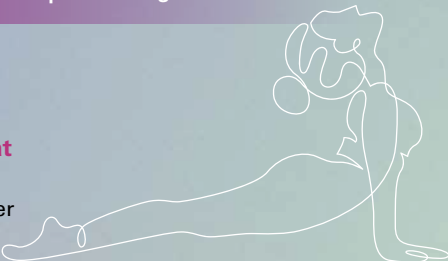
26 VERANSTALTUNGEN HERBST | WINTER

SEPTEMBER | OKTOBER 2025

 ab **MO 29.9.**
19–21 Uhr | Online via Zoom
**Online-Schulung „Hilfe beim Helfen“
für Angehörige von Menschen mit Demenz**
Referent*in: Alzheimer Gesellschaft Augsburg
insgesamt 7 Termine montags und mittwochs:
29.9./1.10./6.10./8.10./13.10./15.10./20.10.
kostenfrei

 **YOGAKURSE** Online via Zoom
Kosten: 80 € | KDFB-Mitglieder: 60 €

ab **DI 30.9.**
18.30–19.30 Uhr
**Faszien-Yoga für Frauen:
„Entdecke deine Flexibilität
und Stärke“**
Referentin: Claudia Sontheimer
10 Termine (bis 16.12.2025)



ab **DI 30.9.**
20–21 Uhr
**Yoga für Frauen
„Frauenpower“**
Referentin: Claudia Sontheimer
10 Termine (bis 16.12.2025)

ab **DO 2.10.**
19–20 Uhr
**Yoga für Frauen
„Entspannen und Loslassen“**
Referentin: Claudia Sontheimer
10 Termine (bis 18.12.2025)

 ab **DO 2.10.**
16–16.45 Uhr | Online via Zoom
**Yoga-Kurs für Kinder und ihre
Lieblingsmenschen**
Ein liebevolles Online-Ritual mit Bewegung,
Achtsamkeit und Verbindung
Referentin: Claudia Sontheimer
5 Termine (bis 30.10.2025)
Kosten für Erwachsene inkl. Kind(er): 50 €
KDFB-Mitglieder: 40 €

DI 7.10.
14–16.30 Uhr | Murnau
**Bildungsnachmittag der Landfrauen
zum Thema „Wasser“**
Referentin: Maria Leidemann
Anmeldung: Elfriede Lochbihler
(lochbihler.elf@gmx.de oder Tel. 08323 4350)
Kosten: 8 €

 **ANGEBOTE ZUR WOCHE DER
SEELISCHEN GESUNDHEIT**
seelischegesundheit.net

Online via Zoom
Alle Angebote kostenfrei!

Weitere Informationen unter:
frauenbund-augsburg.de

FR 10.10.
19.30–21 Uhr
**Augenblick mal! Biblische
Geschichten zur Zuversicht –
frei erzählt**
Referentin: Judith Krug

MO 13.10.
17.30–18.15 Uhr
**Sanftes Yoga: Zur Ruhe
kommen – Kraft sammeln
für morgen**
Referentin: Claudia Sontheimer

DI 14.10.
19.30–20.30 Uhr
**Traumatische Geburtserfahrung:
Ursachen, Zeichen und
Unterstützungsmöglichkeiten**
Referentin: Dagmar Weimer

MO 20.10.
17.30–18.15 Uhr
**Sanftes Yoga: Bauchgefühl und
innere Ruhe**
Referentin: Claudia Sontheimer

MO 20.10.
19.30–21 Uhr
**Starke Mütter, Starke Seelen:
Regretting Motherhood**
Referentin: Wiebke Schenter

LESUNG MIT GESPRÄCH

Kosten: 12 €
KDFB-Mitglieder: 8 €
Keine Anmeldung notwendig!

FR 17.10.
20 Uhr | Buchloe

SA 18.10.
15 Uhr | Bobingen

SO 19.10.
10.30 Uhr | Nördlingen

FR 24.10.
19 Uhr | Ursberg

SA 25.10.
10 Uhr | Babenhausen

Sarah Zöllner:
**„Mütter. Macht. Politik –
Ein Aufruf!“**
Expert*innen aus den Bereichen
Gesundheit, Wohnen, Arbeit,
Wirtschaft und Soziales verraten,
was Mütter wirklich brauchen – für
eine Gesellschaft, die Fürsorge in
ihr Zentrum stellt. Der Vortrag will
dazu beitragen, eine klare Haltung
für eine gleichberechtigte Gesell-
schaft zu entwickeln und diese aktiv
einzufordern.
Referentin: Sarah Zöllner
freie Journalistin und Autorin

 **DI 21.10.**
19–20.30 Uhr | Online via Zoom
Online-Banking für Einsteigerinnen
Referent: Markus Borutta, Finanzreferent VSB
Kosten: 14 € | KDFB-Mitglieder: 8 €

FR 24.10.
15.30–16.30 Uhr | Neuburg
**Mini-Lesereise mit Bilderbuchkino:
Das große Matschbad**
Referentin: Heidemarie Brosche
Kosten: 12 € | KDFB-Mitglieder: 8 €
Kinder kostenlos

SA 25.10.
9.30–16.30 Uhr | Augsburg
**Machtvoller Auftritt – Leichtigkeit,
Ausstrahlung und Präsenz für
repräsentative Aufgaben**
Referentin: Helga Schuster, Künstlerin und
Kulturpädagogin
Kosten: 40 € inkl. Verpflegung
Nur für KDFB-Mitglieder!

NOVEMBER 2025

FR 14.11.
15.30–16.30 Uhr | Krumbach
**Mini-Lesereise mit Bilderbuchkino:
Das große Matschbad**
Referentin: Heidemarie Brosche
Kosten: 12 € | KDFB-Mitglieder: 8 €
Kinder kostenlos

SA 15.11.
14–18 Uhr | Buchloe
Erfrischend. Selbstsicher. Gestalten
Gottesdienste im Zweigverein feiern
Kurs in drei Teilen, weitere Termine: 10.1.2026,
28.2.2026
Referentinnen: Claudia Chmiel, Ruth Hoffmann
Kosten: 30 € | KDFB-Mitglieder: 20 €

 **DI 18.11.**
19–20.30 Uhr | Online via Zoom
**Leitung von Eltern-Kind-Gruppen:
Vertiefungsseminar**
Referentin: Laura Czerwenka
kostenfrei

NOVEMBER 2025

 **FR 21.11.**
16–19 Uhr | Online via Zoom
Schatzmeisterinnenschulung
Referentin: Monika Riedmüller
Kosten: 10 €
Nur für KDFOB-Mitglieder!

DI 25.11.
15.30–16.30 Uhr | Mering
**Mini-Lesereise mit Bilderbuchkino:
Das große Matschbad**
Referentin: Heidemarie Brosche
Kosten: 12 € | KDFOB-Mitglieder: 8 €
Kinder kostenlos

FR 28.11.
19–24 Uhr | Friedberg
**Lange Nacht in den Advent
„Hinein ins Abenteuer“**
Referentinnen: Claudia Chmiel,
Ruth Hoffmann, Elvira Blaha,
Sabine Feldmann,
Dr. Elisabeth Thérèse Winter
In Kooperation mit der
Frauenseelsorge Augsburg
Kosten: 60 € | KDFOB-Mitglieder: 50 €



DEZEMBER 2025
keine Veranstaltungen

JANUAR 2026

 **YOGAKURSE** Online via Zoom
Kosten: 80 € | KDFOB-Mitglieder: 60 €

ab **DI 13.1.**
18.30–19.30 Uhr
**Faszien-Yoga für Frauen: „Entdecke
deine Flexibilität und Stärke“**
Referentin: Claudia Sontheimer
10 Termine (bis 17.3.2026)

ab **DI 13.1.**
20–21 Uhr
Yoga für Frauen „Frauenpower“
Referentin: Claudia Sontheimer
10 Termine (bis 17.3.2026)

ab **DO 15.1.**
19–20 Uhr
**Yoga für Frauen „Entspannen und
Loslassen“**
Referentin: Claudia Sontheimer
10 Termine (bis 19.3.2026)



SA 31.1.
9–16.15 Uhr | Augsburg
**Vereinsarbeit neu erleben: Kreative Methoden
für mehr Freude und Motivation**
Referentin: Claudia Schmid, Coach und Beraterin
Kosten: 40 € inkl. Verpflegung
Nur für KDFOB-Mitglieder!

FEBRUAR 2026

 **DI 3.2.**
19.30–21 Uhr | Online via Zoom
Lichtmess digital: Du bist gesegnet
Referentinnen: Claudia Chmiel, Referentinnen der
Frauenseelsorge
In Kooperation mit der Frauenseelsorge Augsburg
Kosten: 5 € zzgl. ggf. Material

MI 18.2.
9–13 Uhr | Bernried, Buxheim, Dillingen, Opfenbach,
Kempten, Neuburg, Roggenburg
**Aschermittwoch für Frauen: „Schluss mit lustig“
Der besondere Einstieg in die Fastenzeit**
Referentinnen: Claudia Chmiel, Ruth Hoffmann,
Elvira Blaha, Sabine Feldmann, Dr. Thérèse Winter u. a.
In Kooperation mit der Frauenseelsorge Augsburg
Kosten: 24 € | KDFOB-Mitglieder: 18 €

SA 21.2.
9–13 Uhr | Augsburg
**Aschermittwoch für Frauen am Samstag:
„Schluss mit lustig“**
Der besondere Einstieg in die Fastenzeit
Referentin: Claudia Chmiel
Kosten: 24 € | KDFOB-Mitglieder: 18 €

 **SA 28.2.**
9–13 Uhr | Online via Zoom
**Kompaktkurs: Leitung von Eltern-Kind-Gruppen:
Online-Einführungsseminar**
Modul 2: Spielen, Staunen und Entdecken
Referentin: Ulrike Naber
kostenfrei

SA|SO 28.2. – 1.3.
Aichach, Schloss Blumenthal
**Ayurveda & Yoga in Blumenthal: Neue Kraft
durch Atem, Achtsamkeit & Ayurveda**
Referentinnen: Sabine Horack, Claudia Sontheimer
Kosten: 195 € | KDFOB Mitglieder: 185 €
inkl. Verpflegung, zzgl. Übernachtungskosten

MÄRZ 2026

SA 14.3.
14.30–17 Uhr | Augsburg, Kaufbeuren, Dinkelsbühl
**Atempause in der Fastenzeit:
„Mein Maß finden“**
Referentinnen: Claudia Chmiel, Referentinnen der
Frauenseelsorge
In Kooperation mit der Frauenseelsorge Augsburg
Kosten: 14 € | KDFOB-Mitglieder: 10 €

 **DI 31.3.**
19.30–21 Uhr | Online via Zoom
Ostern digital: Das Maß Jesu
Referentinnen: Claudia Chmiel, Referentinnen der
Frauenseelsorge
In Kooperation mit der Frauenseelsorge Augsburg
Kosten: 5 € | Kostenfrei für TN von Aschermittwoch
und Atempause

SAVE
THE
DATE!

Frauentag 2026 in Kaufbeuren
Nachhaltig leben, mutig handeln –
Frauen machen Zukunft!
Samstag | 25. April 2026 | 9–17 Uhr
Marien-Realschule Kaufbeuren



**WEITERE
INFORMATIONEN UND
ANMELDUNG**
frauenbund-augsburg.de

E-Mail: frauenbund.veranstaltungen@bistum-augsburg.de
Tel. 0821 3166 3443



Bildungswerk des Katholischen
Deutschen Frauenbundes (KDFOB)
Diözesanverband Augsburg e.V.
Kitzenmarkt 20/22 • 86150 Augsburg
Tel. 0821 3166 3441 • Fax 0821 3166 3449
E-Mail: frauenbund@bistum-augsburg.de
www.frauenbund-augsburg.de
 FrauenbundAugsburg
 frauenbund_augsburg