

# Aktiv.Kompetent

Infos für den Zweigvereinsvorstand



Sie suchen  
Material für  
die Gestaltung  
von Gottesdiensten?  
Im Oktober erhalten  
Sie neue  
Arbeitshilfen!

## Liebe Frauenbund-Frauen,

*Nur wer die Zeichen der Zeit gar nicht versteht, wer die Zusammenhänge der wirtschaftlichen und sozialen Bewegung unserer Zeit gar nicht kennt, kann die Notwendigkeit einer katholischen Frauenorganisation leugnen.*

Ellen Ammann, 1904

Dieses Zitat unserer Gründerin Ellen Ammann ist heute so aktuell wie damals. Nur als Einheit, als überregionaler starker Frauenverband sind wir in der Lage, Kirche und Gesellschaft mitzugestalten. Einzelnen werden wir weder wahrgenommen noch gehört.

Unser KDFB Schwerpunktthema für die kommenden zwei Jahre 2023 und 2024 möchte genau diese Idee aufgreifen.

„Macht.Frauen.Stark.“ lautet das Motto, das aus verschiedenen Perspektiven beleuchtet und von zahlreichen Aktionen begleitet werden soll.

Weil wir viele sind, haben wir Gestaltungsmacht. Wir sind Teil eines großen Verbandes mit langer Tradition. Wir haben Vieles schon geschafft, darauf können wir stolz sein. Und noch Vieles gilt es in der Zukunft mitzugestalten.

Mit dieser neuen Ausgabe unseres Rundbriefes möchten wir Ihnen, liebe Vorstandsdamen, wieder Inspiration und Unterstützung für Ihre Arbeit im Zweigverein geben.

Herzliche Grüße

Ihre

Annette Fischer, Diözesanvorsitzende

### Wir unterstützen Sie vor Ort!

„Macht.Frauen.Stark“ – dieses Schwerpunktthema hat sich der KDFB bundesweit für die Jahre 2023/24 gesetzt. Jedes dieser drei Worte wirkt für sich, enthält eine Botschaft und lässt sich ausfüllen. Es geht um Macht und Einfluss, um Frauen und ihre Stärke(n).

Wir wissen, was wir wert sind und was wir in Gesellschaft, Politik und Kirche einbrin-

gen können. Im Folgenden möchten wir Ihnen Anregungen geben, wie dieses Thema auch bei Ihnen vor Ort mit Leben gefüllt werden kann.

### Starke Frauen auf der Pinken Couch!

Auf der „Pinken Couch“ sprechen wir mit Frauen, die durch ihr persönliches Engagement herausragen und unsere Gesellschaft „machtvoll“ mitgestalten. Am Tag „Nein zu Gewalt an Frauen“, dem 25.11., wird eine Frauenrechtsaktivistin zu Gast sein. Im Frühjahr 2023 werden wir einen Abend rund um die Fragen Macht, Führung und Werte anbieten. Wie wäre es, die „Pinke Couch“ z. B. im Gemeindesaal zu übertragen? Diese sogenannte „hybride“ Form von Veranstaltungen wurde gerade in Zeiten von Corona immer beliebter. Oder Sie laden eine spannende Frau aus Ihrem Umfeld zum Gesprächsabend ein – mit oder ohne Couch, Hauptsache mit einer starken Botschaft!

### Lesereise 2023: Geschlechtersensible Medizin

Die Lesereise widmet sich im Jahr 2023 einem hochaktuellen Thema: Es geht um Frauengesundheit, genauer gesagt, geschlechtersensible Medizin. Durch Forschungsarbeiten wird immer deutlicher, dass Frauen vielfach falsch behandelt werden – einfach, weil ihre Beschwerden und Krankheiten nicht so gut erforscht sind wie die der Männer. Hier muss sich etwas ändern, dafür macht sich der KDFB stark! Wenn Sie Interesse haben, dass die Lesereise mit diesem Thema in Ihren Bezirk kommt, melden Sie sich bitte an der Geschäftsstelle!

### Kompetente RITA Referentinnen

Wie gewohnt finden Sie auch im RITA-Programm tolle Bildungsangebote, die zum neuen Schwerpunktthema passen. In ihrem Seminar „WERTvoll auftreten“ vermittelt Birgit Ullmann wertvolle Tipps, wie Sie mehr gesehen, besser gehört und in vollem Maße wertgeschätzt werden. Kerstin Mayer legt den Schwerpunkt auf „Achtsame Selbstfürsorge“ – wir dürfen unsere Kraft nicht nur für andere „opfern“, sondern diese auch für unser Wohlbefinden einsetzen.

### Weiterbildung macht stark

Frauen haben Macht im positiven Sinn, wenn sie – wie Sie – ein Amt im Zweigverein übernehmen, in Gremien mitarbeiten oder für den Verband sprechen. Damit können Sie Einfluss nehmen und etwas bewegen. Der KDFB möchte Frauen stark machen, damit sie in Politik, Gesellschaft und Kirche das Wort ergreifen. Frauen dürfen sich etwas zutrauen, ihre Fähigkeiten einbringen und andere Menschen motivieren. Wir als Diözesanverband bieten unseren Mitgliedern und speziell Ihnen als Frau im Vorstand eine Vielzahl von Bildungsveranstaltungen an, um Fähigkeiten auszubauen sowie sich im geschützten Raum auszuprobieren.

### Gemeinsam sind wir stark!

„Ein Team ist mehr als nur die Summe der Einzelnen“ – dies gilt auch für den KDFB! Denken Sie größer und organisieren Sie gemeinsame Veranstaltungen mit Ihrem Nachbarzweigverein, gemeinsam als Bezirk oder nutzen Sie Kontakte z. B. zu anderen Vereinen. Damit erreichen Sie mehr (neue) Frauen, steigern die Bekanntheit des KDFB und können die Arbeit auf mehrere Schultern verteilen. Erfolgreiche Beispiele dafür sind der Tag der Umwelt in Kempten, die Herzkissenaktion oder der Equal Pay Day.

## Veranstaltungstipp „Planen, Organisieren, Leiten – Training für Frauen in Vorstandsämtern im Zweigverein“

Der 3. Teil der Weiterbildungsreihe im September beinhaltet die Schwerpunkte **Planung von Veranstaltungen, Öffentlichkeitsarbeit und Gewinnung neuer Mitglieder bzw. neuer Vorstandsfrauen.**

Sie als Frau im Vorstandsamt bzw. Frauen, die Interesse an einem Amt im KDFB haben, bekommen Tipps und Unterstützung für die Erfüllung Ihrer Aufgaben sowie die **Organisation Ihrer Arbeit** im Vorstand.

**!** Nehmen Sie mit Ihren Vorstandskolleginnen oder potentiellen Nachfolgerinnen teil, um gemeinsam Themen zu erarbeiten und das Neugelernte möglichst gut in Ihre Vorstandsarbeit vor Ort einfließen zu lassen.

**Termin:** Samstag, 24. September 2022, 9:30 - 16:15 Uhr

**Ort:** Haus St. Ulrich, Augsburg

**Kosten:** € 35,00, inkl. Verpflegung

**Referentin:** Martina Stöckl-Muth



## Stärkung der Eltern-Kind-Arbeit

Die Eltern-Kind-Arbeit liegt dem Diözesanverband sehr am Herzen, zum einen als wichtiges gesellschaftliches Anliegen zum anderen als Möglichkeit, Kontakte zu jungen Frauen zu knüpfen. Aus unserer

Sicht sollen diese auch weiterhin neben der KiTa-Betreuung möglich sein. In unseren Gruppen verbringen junge Familien Qualitätszeit mit ihren Kindern, können ihre Kinder in Gemeinschaft beobachten und ihre Themen mit anderen Eltern auszutauschen. Durch die Doppelbelastung von Familie und Berufstätigkeit ist es nicht immer einfach junge Mütter als Gruppenleiterin zu finden. Vielleicht hat eine Frau aus Ihrem Zweigverein Lust, Eltern-Kind-Gruppe(n) längerfristig im Zweigverein zu begleiten? Bei Bedarf wird ein entsprechendes Weiterbildungsprogramm angeboten.

## Online Themen-Abende mit den Zweigvereinen

Im Frühjahr starteten wir mit einer neuen Form von Austausch-Treffen, den sogenannten Dialogrunden. Zahlreiche Vorstandsfrauen sind der Einladung gefolgt und haben diese Abende sehr wertgeschätzt. Wir laden Sie daher sehr herzlich ein, im Herbst an einer neuen Runde teilzunehmen. Dafür stehen zwei Termine zur Auswahl: am **Mittwoch, 9. November** sowie **Dienstag, 15. November, jeweils ab 19:30 Uhr.** Thematisch wollen wir uns schwerpunktmäßig mit der Gewinnung neuer Mitglieder und der Ansprache neuer Zielgruppen beschäftigen.

## Folgende Veranstaltungen für Führungskräfte stehen an

### ■ Einführungsveranstaltung für neue Frauen in Vorstandsämtern

Sie sind neu im Vorstandsteam und möchten sich gerne austauschen und vernetzen? Und dazu viel Wissenswertes zu Rollen, Strukturen, Informationsquellen und Ansprechpartner\*innen erfahren? Kommen Sie einfach und ohne lange Fahrtwege zu diesem Online-Meeting!

Samstag, 12. November 2022

Referentinnen: Annette Fischer,

Martina Stöckl-Muth

Kosten: € 5,00

### ! Bitte geben Sie die Seminartermine an Ihre Eltern-Kind-Gruppenleiterinnen weiter!

### ■ Leitung von Eltern-Kind-Gruppen – Einführungsseminare

Präsenztermine in Ihrer Nähe:

24.09.2022 in Dillingen

01.10.2022 in Landsberg/Lech

15.10.2022 in Kempten und Rain/Lech

jeweils samstags, 09:00 bis 16:30 Uhr

Kosten: € 32,00,

KDFB-Mitglieder € 17,00 zzgl. Verpflegung

### ■ Einführungsseminar online

Samstag, 05.11.2022

von 9:00 bis ca. 12:30 Uhr



Online  
Veranstaltung

Kosten: € 10,00, KDFB-Mitglieder € 5,00

Referentin: Ulrike Naber

**Information und Anmeldung:**

[www.frauenbund-augsburg.de/veranstaltungen](http://www.frauenbund-augsburg.de/veranstaltungen)

**Bitte beachten Sie den beigelegten Flyer „Kompetent Leiten“ – ein interessantes Bildungsangebot des Bistums Augsburg.**

## Einführung zum neuen Schwerpunktthema 2023/24



### Frauen und Macht

Macht zu haben und der Umgang mit Macht ist für Frauen immer noch ein sehr ambivalentes Thema. In meiner Doktorarbeit habe ich Leitungsfrauen aus der Jugendverbandsarbeit zu diesem Thema befragt und es zeigten sich Unterschiede zwischen jüngeren und älteren Frauen. Für ältere Frauen war Macht sehr negativ besetzt, jüngere Frauen dagegen wollten Macht und füllten diese auch aus. Doch auch Frauen, die Macht als positiv sahen, mussten sich mit eigenen und Widerständen von außen auseinandersetzen. Dies zeigt, dass „Frauen und Macht“ noch lange nicht selbstverständlich ist. Es stellte sich die Frage nach der eigenen Definition von Macht und deren Ausgestaltung im Amt.

### Positionsmacht

Keine der Frauen strebte ein Leitungsamt an, um einen persönlichen Statusgewinn und mehr Einfluss zu bekommen. Vorrangig für die Kandidatur waren immer inhaltliche Aspekte. Erst im Amt wurde ihnen bewusst, dass mit dem Amt auch „Positionsmacht“ und Einflussmöglichkeiten verbunden sind und sie dadurch von anderen neu gesehen werden. Alle beschreiben den Prozess des Hineinwachsens in die „Position“ als besondere Herausforderung. Mit der Zeit nützen sie die gewonnene Position um Anliegen voranzubringen und auszugestalten.

### Demokratische Macht

Die demokratische Meinungsbildung war für viele Amtsträgerinnen sehr wichtig, um gemeinsam Inhalte und Ideen voranzubringen. Macht wird als Gestaltungsmöglichkeit verstanden, aber auch als demokratische Ermächtigung zum Handeln und zur Interessensvertretung der Mitglieder. Dies entspricht der Definition von Macht, die Hannah Arendt anbietet. Sie versteht Macht als Möglichkeit „sich mit Anderen zusammenzuschließen und im Einvernehmen mit ihnen zu handeln.“<sup>1</sup> Über Macht verfügt nach Arendt nie „ein Einzelner, sie ist immer im Besitz einer Gruppe und bleibt nur solange existent, als die Gruppe zusammenhält.“ Für die interviewten Frauen muss Gestaltungsmacht demokratisch rückgebunden sein. Diese Rückbindung sichert eigene Positionen ab und verleiht für Anliegen die notwendige Unterstützung.

### Gestaltungsmacht

Viele verbinden mit ihrem Engagement die Möglichkeit, Dinge anzustoßen und inhaltlich und strukturell etwas zu bewegen. Verantwortung zu übernehmen, Gestaltungsspielräume zu nutzen, über viele Informationen und Vernetzungsmöglichkeiten zu verfügen – all dies wird als positive Gestaltungsmacht gesehen. Sie widerspricht damit der „klassischen“ Definition von Macht als Herrschaftsverhältnis. Da Frauen in der Geschichte oft die Opfer von Herrschaft waren, setzten sie sich kritisch mit Herrschaft auseinander und möchten an ihr nicht teilhaben. Die eigene Gestaltungsmacht wird dagegen sehr positiv erlebt und genutzt, um gezielt andere Frauen zu ermutigen und zu fördern und um kirchen- oder gesellschaftspolitisch „Mädchen- und Frauenthemen“ in die Diskussion zu bringen und Beschlüsse herbeizuführen.

### Persönliche Autorität und Überzeugungskraft

Ein Amt bietet zwar die Möglichkeit, Einfluss zu nehmen, doch es muss auch von der einzelnen Frau ausgefüllt werden. Die Frau wird im Amt nicht automatisch als Autorität wahrgenommen. Um von anderen als Autorität gesehen und akzeptiert zu werden, spielt die eigene Persönlichkeit, Erfahrung, Überzeugungskraft und die Form des Auftretens eine entscheidende Rolle. Autorität und Überzeugungskraft können nicht „von oben“ verordnet werden, sie muss den Leitungsfrauen als Person von den Mitgliedern zugesprochen bzw. von ihnen anerkannt werden. Manche Frauen sind auch in anderen Zusammenhängen „Alpha-Personen“, andere wachsen erst im Lauf ihrer Amtszeit als Persönlichkeit und werden so mit der Zeit für andere zur Autorität, die Vertrauen genießt und deren Wort Gewicht hat.

### Macht, Verantwortung und Kritikfähigkeit

Für einen verantwortlichen Umgang mit Macht ist die Ermöglichung der Mitglieder zur eigenen Meinungsbildung und zu Kritikfähigkeit sehr wichtig. Dies gelingt durch ständige Selbstreflexion und der kritischen Überprüfung der eigenen Maßstäbe und des eigenen Handelns – so geht frau sicher, dass der eigene Umgang mit Macht noch den eigenen Werten entspricht. Auch die vorhandenen Strukturen, in denen bestimmte Handlungsweisen üblich sind, müssen hinterfragt und gegebenenfalls verändert werden. Hinderlich ist in vielen kirchlichen Bereichen der sehr verdeckte Umgang mit Macht.

Dass Frauen Macht beanspruchen oder haben, ist weder kirchlich noch gesellschaftlich eine Selbstverständlichkeit. Die Leitungsebenen der Verbände sind ein gutes Übungsfeld für den Umgang mit Macht. Es bedarf aber noch weiterer Felder in anderen Bereichen (z.B. Beruf, Politik...), damit Frauen ihre Vorstellungen von Macht umsetzen und weiterentwickeln können.

Dr. Ursula Schell,

Geistliche Begleiterin des KDFB Diözesanverbandes

<sup>1</sup> Arendt, Hannah : Macht und Gewalt, München 2000 <sup>14</sup>, S. 45

## Lesereise in den Bezirken zum Thema „Mental Load“



Der Begriff ist neu, doch das Thema kennen Viele: die gesamte Organisation von Haushalt über Kinderbetreuung bis zur Pflege von Angehörigen wird häufig allein von Frauen gestemmt. Diese „mentale Last“ führt zu Überbelastung und verhindert Selbstfürsorge. Laura Fröhlich setzt sich als Expertin für Mental Load und seinen Folgen auseinander und veröffentlichte einen Ratgeber mit dem Titel: „Die Frau fürs Leben ist nicht das Mädchen für alles.“

Was Eltern gewinnen, wenn sie den Mental Load teilen? Mit klugen Analysen und praktischen Tipps für den Alltag bringt sie Familienmitglieder wieder auf Augenhöhe. Ihre Anliegen treffen Frauen aller Generationen. Bitte denken Sie bei der Bewerbung vor allem an neue Zielgruppen, z. B. die Frauen der Eltern-Kind-Gruppen. Geben Sie beiliegenden Flyer gerne weiter und fordern Sie bei Bedarf weitere an der Geschäftsstelle an.

## Ausbildung zur Kursleiterin „Mehr Lebensqualität für’s Alter“!

Sie suchen nach einer neuen Herausforderung, haben Freude an der Arbeit mit älteren Menschen bzw. arbeiten beruflich mit Senior\*innen? Oder Sie wollen sich einfach selber etwas Gutes tun? Dann besuchen Sie den Kurs „Mehr Lebensqualität für’s Alter“, den der KDFB in Kooperation mit der Altenseelsorge im Bistum Augsburg anbietet.

Der neue Grundkurs startet im Januar 2023 und vermittelt Kompetenzen zur Leitung von Trainingsgruppen. In den

Einheiten werden Bausteine aus den vier Bereichen Gedächtnis, Bewegung, Alltagskompetenzen sowie Lebenssinn und Biografie kombiniert.

Sie erhalten ein LeA-Zertifikat, das die Möglichkeit bietet, eine Gruppe vor Ort anzuleiten oder auch als Referentin für das Kursprogramm „Jungbleiben mit Körper, Geist und Seele“ beim KDFB tätig zu werden.

Alle weiteren Informationen entnehmen Sie bitte beiliegendem Flyer.



## SPIRITUELLER IMPULS

Verwenden Sie diesen spirituellen Impuls als Einstieg für eine kommende Versammlung oder Vorstandssitzung!

### Du bist gut!

„Du bist gut, Du bist ganz, Du bist schön - denn Gott macht keinen Mist“ mit diesen Worten fasste eine junge amerikanische Frau sehr treffend die Rechtfertigungslehre des Paulus zusammen.

Mit den Konzilstexten des Vatikanums II könnten wir sagen „Du bist von Gott begabt und in der Taufe gesegnet und gesandt“.

Deshalb verstecke Dich nicht, traue Dich, trete hervor und verkündige – auch dann wenn Männer manchmal sagen die

Botschaft ist Geschwätz, was sich bereits bei Maria von Magdala als Geschwätz der Männer herausstellte.

Denn Du hast eine Botschaft, die keine andere hat, sprichst Du nicht geht sie verloren, bringst du Dich nicht ein, bleibt eine Lücke und der auferstandene Leib Christi, die Kirche in der Welt ist unvollständig und ein Teil der Frohen Botschaft fehlt.

**Dr. Ursula Schell** (geistliche Begleiterin des KDFB Diözesanverbandes Augsburg)



## ZITAT

„Gerade in Zeiten großer Verunsicherung sind Strukturen, inhaltliche Angebote und das Netzwerk von Verbänden wie dem KDFB wichtiger denn je.“

Prof. Dr. Ursula Münch,

Direktorin der Akademie für Politische Bildung Tutzing



### LANGE NACHT IN DEN ADVENT

Zu Beginn des Advents den Blick nach innen richten und sich in einer besinnlichen Atmosphäre mit spirituellen und kreativen Angeboten einstimmen auf die vorweihnachtliche Zeit: das erleben Sie bei der „Langen Nacht in den Advent“ am Freitag, 25. November im Friedberger Schloss. Da die Veranstaltung nach Mitternacht endet, empfehlen wir die Übernachtung in einem örtlichen Hotel oder Fahrgemeinschaften. Wir freuen uns sehr, wenn wir diese besondere Nacht nach zwei Jahren der Pandemie wieder in Gemeinschaft feiern dürfen.



### FRAUENFEUER LODERN IM GANZEN BISTUM!

Rund 40 Zweigvereine haben bei der Aktion „Frauenfeuer“ mitgemacht! Es war unglaublich beeindruckend zu sehen, mit wieviel Freude und Engagement Sie vor Ort die Aktion angenommen haben. Vielleicht bleibt das „Frauenfeuer“ zum Johannistag ja festes Highlight im Jahresprogramm!

## POSITIONEN DES VERBANDES

Die aktuellen Pressemitteilungen des KDFB Bundesverbandes und KDFB Landesverbandes finden Sie als ausführliche Version unter [www.frauenbund.de](http://www.frauenbund.de) und [www.frauenbund-bayern.de](http://www.frauenbund-bayern.de).

- ▶ Streichung §219a: KDFB bedauert Entscheidung des Bundestages und appelliert an die Verantwortung der Länder
- ▶ Münsteraner Studie ist wegweisend für Aufarbeitung
- ▶ „leben teilen – offen sprechen“ KDFB beim Katholikentag in Stuttgart
- ▶ Herzkissen-Aktion des KDFB erhält Preis des Katholikentages
- ▶ Ein Hoch auf die außergewöhnliche Ellen Ammann
- ▶ Gespräch mit Kardinal Marx
- ▶ Birgit Kainz ist neue Vorsitzende des KDFB in Bayern

Diese Positionen könnten im Pfarrbrief, im Gemeindeblatt oder in der Regionalzeitung abgedruckt werden. So veröffentlichen Sie die politische Dimension des Verbandes und machen sichtbar, dass Sie als KDFB vor Ort die Anliegen und Interessen von Frauen vertreten.

### Impressum

Katholischer Deutscher Frauenbund Diözesanverband Augsburg e.V., Kitzenmarkt 20/22, 86150 Augsburg  
Tel. 0821/3166-3441, Fax 0821/3166-3449,

[frauenbund@bistum-augsburg.de](mailto:frauenbund@bistum-augsburg.de), [www.frauenbund-augsburg.de](http://www.frauenbund-augsburg.de)

Redaktion: Annette Fischer, Dr. Evi Thomma-Schleipfer, Elisabeth Böswald-Rid, Martina Stöckl-Muth

Verantwortlich: Annette Fischer, KDFB Diözesanvorstand

Grafik: Julia Kirsch-Bauer, Druck: Senser Druck

aktiv.kompetent – Infos für den Zweigvereinsvorstand erscheint dreimal im Jahr.



[www.facebook.com/FrauenbundAugsburg](https://www.facebook.com/FrauenbundAugsburg)

## GEDENK- UND FEIERTAGE / AKTIONSWOCHEN

### 01. September – 04. Oktober 2022

Schöpfungstag

### 01. September 2022

Ökumenischer Tag der Schöpfung: „Die Liebe Gottes versöhnt und eint die leidende Schöpfung“

[www.oekumene-ack.de](http://www.oekumene-ack.de)

### 15. September – 02. Oktober 2022

Interkulturelle Woche #offengeht

[www.interkulturellewoche.de](http://www.interkulturellewoche.de)

### 16. – 20. September 2022

Faire Woche „Fair steht dir - #fairhandeln für Menschenrechte weltweit“

[www.faire-woche.de](http://www.faire-woche.de)

### 20. September 2022

Weltkindertag: „Gemeinsam für Kinderrechte“

[www.weltkindertag.de](http://www.weltkindertag.de)

### 21. September 2022

Internationaler Friedenstag

### 01. Oktober 2022

Internationaler Tag des Kaffees, Coffee Fairday

[www.fairtrade-deutschland.de](http://www.fairtrade-deutschland.de)

### 16. Oktober 2022

Welternährungstag „Dein Essen gegen den Hunger“

[www.welthungertag.de](http://www.welthungertag.de)

### 23. Oktober 2022

Sonntag der Weltmission, „Ich will Euch Zukunft und Hoffnung geben“

[www.missio-hilft.de](http://www.missio-hilft.de)

### 13. November 2022

Welttag der Armen „Jesus Christus wurde euret wegen arm“

[www.dbk.de](http://www.dbk.de)

### 25. November 2022

Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen

### 05. Dezember 2022

Internationaler Tag des Ehrenamts

### Advent 2022

Adveniat-Weihnachtsaktion

[www.adveniat.de](http://www.adveniat.de)