



# FRAUENBUND REGENSBURG

## Liebe Frauenbund-Frauen, liebe Leserinnen und Leser,

ein herzliches Willkommen zur ersten Ausgabe unserer „engagiert“ im neuen Jahr! Mit Hoffnung und Optimismus haben wir die Tür zum Jahr 2024 aufgestoßen und blicken gespannt auf die vielfältigen Möglichkeiten, die vor uns liegen. Für unseren Verband hat ebenfalls ein neues Jahr begonnen, begleitet von zahlreichen neuen Veranstaltungen und Projekten. Viele Menschen wirken mit, um Ihnen ein spannendes KDFB Jahr zu präsentieren.

In Zeiten des Wandels und der Herausforderungen ist es wichtiger denn je, den Blick auf die Welt um uns zu richten und uns bewusst zu machen, wie wir positiven Wandel gestalten können. Es zeigt sich immer mehr die Bedeutung von ehrenamtlichem Einsatz und sozialer Verantwortung. In diesem Zusammenhang möchte ich Ihnen gerne Tola vorstellen.

Tola ist sechs Jahre alt und lebt in Kambodscha. Tola liebt Hunde und ihr Lieblingsessen ist Möhrenstampf. Tola ist ein fröhliches Mädchen. Doch ihr Start ins Leben war nicht einfach. Sie war oft traurig, weil sie nicht sagen konnte, wie es ihr geht, was sie denkt, oder dass ihr etwas fehlt. Und sie hatte große Angst vor fremden Menschen. Sie war viel allein und hatte keine Freunde. Denn ihre Eltern versteckten Tola aus Scham und Unwissenheit. Tola ist mit einer Behinderung zur Welt gekommen.

Tolas Schicksal ist keine Ausnahme. Wer in Kambodscha mit einer Behinderung oder anderen Einschränkungen geboren wird, hat es nicht leicht. Noch immer glauben viele Menschen, das habe mit schlechtem Karma zu tun. Die Mädchen und Jungen erhalten nicht die Förderung, die sie brauchen und verdienen.



Foto: KDFB

In diesem Jahr unterstützen wir das Misereor-Spendenprojekt „Mitten im Leben: Kinder und Jugendliche mit Behinderung in Kambodscha“. Weitere Informationen über das Projekt und welche Perspektiven die Kinder und Jugendlichen durch die Spenden bekommen, können Sie auf der nachfolgenden Seite lesen.

Wir sind fest davon überzeugt, dass Solidarität über Grenzen hinweg Brücken bauen kann, um gemeinsam einen Beitrag für eine bessere Welt zu leisten. Wir möchten Sie ermutigen, weiterhin aktiv an Veränderungen teilzunehmen, um den positiven Wandel zu fördern. Durch gemeinsame Anstrengungen können wir dazu beitragen, Barrieren zu überwinden und das Leben von Menschen wie Tola nachhaltig zu verbessern.

**Wir danken allen, die ihren Beitrag zu einem weiteren „engagierten“ Jahr leisten, sei es durch ihre Teilnahme an Veranstaltungen, ihre ehrenamtliche Arbeit oder ihre großzügige Unterstützung für Spendenprojekte.**

Liebe Grüße

Rebekka Wach  
Bildungsreferentin

## Solibrotaktion 2024

Die Unterstützung der Solibrotaktion von Misereor ist seit 2013 fester Bestandteil in unserem Jahreszyklus. In diesem Jahr wollen wir mit den gesammelten Spenden Kinder und Jugendliche mit Behinderung in Kambodscha unterstützen. Der Aktionszeitraum ist vom Aschermittwoch, 14. Februar bis Karsamstag, 30. März 2024.

### „Mitten im Leben“

Das Leben in Kambodscha stellt eine Herausforderung dar, insbesondere für jene, die mit einer Behinderung geboren werden. Eine weit verbreitete Überzeugung lautet, dass Behinderungen mit schlechtem Karma in Verbindung stehen. Aufgrund dieses Glaubens werden Menschen mit körperlichen, geistigen oder seelischen Beeinträchtigungen oft von ihren Familien verborgen gehalten. Ihnen wird nicht die notwendige Unterstützung zuteil.

### Endlich im Fokus

Junge Menschen mit Down-Syndrom, Autismus, Epilepsie, halbseitigen Lähmungen und anderen Einschränkungen erfahren oft zum ersten Mal echte Unterstützung. Misereor-Partner Karuna Battambang erstellt individuelle Entwicklungspläne, die auf die persönlichen Bedürfnisse der Betroffenen zugeschnitten sind. Diese Pläne können Sprachtherapie, berufliche Förderung oder Physiotherapie beinhalten. Dabei werden konkrete Entwicklungsziele gesetzt, um die jungen Menschen für einfache Alltagsaufgaben zu schulen.

### Förderung in Familie und Reha-Zentren

Der Misereor-Partner Karuna Battambang eröffnet der ganzen Familie eine neue Perspektive: Er entwickelt individuelle Entwicklungspläne, um die Kinder mit Behinderung gezielt zu fördern. Das Training erfolgt in fünf Reha-Zentren, aber auch zu Hause. Dazu werden die Eltern eingebunden, damit sie die Übungen mit den Kindern regelmäßig wiederholen. So werden die Mädchen und Jungen für kleine Alltagsaufgaben wie Wäsche waschen, Spülen oder Tiere füttern fit gemacht. Gleichzeitig werden ihre Angehörigen darin unterstützt, sich liebevoll um ihre Familienmitglieder mit Behinderungen zu kümmern. Dorfvorsteher, Lehrerinnen und staatliche Stellen werden darüber aufgeklärt, welche Rechte Menschen mit Behinderung haben.



### So wirkt Ihre Spende für dieses Projekt

Ein Jahreslohn von 760 Euro ermöglicht es einer Therapeutin, individuell auf die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen einzugehen, ihr Potenzial zu erkennen und sie so zu fördern, dass sie einen festen Platz in der Familie und Gemeinschaft einnehmen können. Die Stärkung von Familien und die Integration Heranwachsender in die Gesellschaft sind Beispiele für nachhaltige Hilfe zur Selbsthilfe, die positive Kreise zieht! Für Ihre Unterstützung danken wir Ihnen sehr!

*Rebekka Wach*



Foto: K. Battambang

Der KDFB Diözesanverband Regensburg unterstützt das Projekt „Kambodscha: Mitten im Leben – Kinder und Jugendliche mit Behinderung.“

## Es geht weiter – gemeinsam

Die KDFB Zweigvereine übernehmen eine wichtige Rolle im gesellschaftlichen und kirchlichen Leben. Es ist wichtig, dass dies auch in Zukunft so bleibt und die Verschiedenheit und das Gemeinsame konstruktiv erschlossen werden. Eine Möglichkeit, den KDFB regional weiterhin am Leben zu halten, ist die Zusammenlegung von Ortsgruppen.

**Martina Neißendorfer** und **Evi Rauch** erzählen von ihren Erfahrungen, Befürchtungen und den Chancen, die die Fusion von KDFB Ortsgruppen bietet.



Foto: ZV Deggendorf

Martina Neißendorfer (m.) mit Birgitt Pfaller, Geistliche Diözesanbeirätin (l.) und Josefa Schmid, Bezirksleiterin (r.)

### *Wer sind Sie?*

#### *Welche Funktion haben Sie im Zweigverein inne?*

**M.N.:** Ich bin **Martina Neißendorfer**, 53 Jahre, verheiratet und habe drei Kinder sowie ein Enkelkind und wohne in Deggendorf. Ich bin seit 22 Jahren Mitglied im KDFB und seit sechs Jahren bin ich aktiv für den Verband tätig. Mich interessieren vor allem religiöse Themen, Traditionen und Rituale. Das möchte ich an die Frauen weitergeben.

**E.R.:** Ich bin **Evi Rauch**, verheiratet und habe drei erwachsene Kinder und Enkelkinder. Ich bin ein Urgestein des Frauenbundes Rosenberg. Seit 1986 bin ich Mitglied, seit 1990 in der Führungsriege. 2006 wurde ich zur Vorsitzenden im Führungsteam gewählt. Ich bin Pfarrsekretärin und in Altersteilzeit.

#### *Was waren die Beweggründe für eine Fusion der Zweigvereine?*

**M.N.:** Als Vorsitzende vom Zweigverein Deggendorf – St. Martin ist die Vorsitzende vom Zweigverein Deggendorf – Mariä Himmelfahrt an mich herangetreten, dass sie aus persönlichen Gründen nicht weitermachen kann. Da ist das erste Mal der Gedanke einer Zusammenlegung von beiden Zweigvereinen aufgekommen. Eine Auflösung war nie das Thema, alle waren sich einig, Mitglied im Frauenbund bleiben zu wollen.

**E.R.:** An uns wurde herangetragen, dass sich der Zweigverein Sulzbach auflösen würde. Dann habe ich die Mitglieder befragt, ob sie für einen Zusammenschluss sind. Dies wurde befürwortet. Vorausgegangen sind Gespräche ab März 2022 mit dem Diözesanvorstand und den

beiden damaligen Vorstandschaften und dann kam der Prozess ins Laufen. Im Oktober 2022 hat die Zusammenlegung stattgefunden.

#### *Wie sind Sie vorgegangen?*

**M.N.:** Allen war es wichtig, dass es mit dem Frauenbund vor Ort weitergeht. Die beiden Geistlichen Beiräte Pfarrer Reitingner und Pfarrer Neidl haben das voll unterstützt. Wichtig war immer, dass das Gemeinsame betont wird und, dass sich unterschiedliche Frauen einbringen können. Die beiden ehemaligen Vorstandschaften haben abgestimmt, dass sie für eine Fusion sind. Es wurde daraufhin eine Mitgliederversammlung einberufen, die ebenfalls für eine Zusammenlegung votierte. Bei einem Gespräch mit Martha Bauer und Birgitt Pfaller habe ich Informationen erhalten über das weitere Vorgehen bei einer Fusion. Daran habe ich mich orientiert.

Ich habe viele Veranstaltungen in der Nachbarpfarre besucht, damit mich die Frauen kennenlernen und ich sie. Ich bin mit offenen Herzen empfangen worden. Alle haben sich darauf eingelassen, dass wir jetzt zusammengehören. Das war positiv.

Die Frauen kamen dann wiederum zu unseren Veranstaltungen. So wuchsen wir zu einer großen Frauengemeinschaft. Die Neuwahl wurde von Martha Bauer geleitet. Mir war eine neutrale Wahlleitung wichtig.

#### *Was waren Ihre Bedenken?*

**E.R.:** Es waren Hürden und Vorurteile da, die sich nach und nach erst abbauen mussten. Leider mussten wir den

eigenen Namen hergeben, weil der Zweigverein seit der Zusammenlegung Sulzbach-Rosenberg genannt wird. Vor Ort sind zwei Pfarreien: Sulzbach und Rosenberg. Sulzbach ist die Stadt, Rosenberg das Dorf. Dementsprechend sind die Menschen vor Ort geprägt und das spiegelt sich auch im Verein wieder. Wichtig war es, dass von beiden Orten Frauen etwa zu gleichen Teilen in der Vorstandschaft des zusammengeschlossenen Vereins vertreten sind. Unsere Befürchtung war auch: Die Identität sowohl von St. Marien als auch von Herz Jesu fiel weg. Werden wir als Rosenberger Führungsteam auch angenommen? Mein Engagement als Pfarrsekretärin hat sicherlich auch dazu beigetragen, dass das Ganze möglich war, da die Leute mich kennen.

**M.N.:** Wir wussten voneinander nicht so viel. Eine neue Situation schafft Verunsicherung: Wie wird das werden? Ist das wirklich richtig? Geben wir nicht vieles auf? Die Bedenken, die anfangs bei einigen da waren, haben sich zerstreut.

### **Wie gestalten Sie das Programm?**

**M.N.:** Wir planen bislang ein Halbjahresprogramm – zur Hälfte sind die Veranstaltungen in St. Martin und zur anderen Hälfte in Mariä Himmelfahrt. Im Programm sind Bibelabende, Einkehrtage, Veranstaltungen vom VSB zu gesunder Ernährung, Vorträge z.B. zum Thema Testament, angeleitete Tänze, Ausflüge, Kreuzweg, Palmbuschen binden, Osterfrühstück und Sebastiansprozession. Mitfahrgelegenheiten zu den Veranstaltungen sind selbstverständlich.

Für jüngere Frauen möchten wir auch Programmpunkte einbringen. Für den Herbst wollen wir einen Kinoabend mit Filmgespräch aufnehmen.

**E.R.:** Wir haben durchschnittlich zwei Veranstaltungen pro Monat. Dazu kommen noch die Feste im Kirchenjahr, wo wir uns einbringen. Wir sind 18 Frauen im Führungskreis. So kann das Anstehende auf viele Schultern verteilt werden und erleichtert einiges. Die Veranstaltungsorte wechseln sich ab, einmal sind wir in St. Marien, einmal in Herz Jesu. Das Programm wird gut angenommen. Eine große Gemeinschaftsaktion im Winter ist das Anna-Fest auf dem Annaberg. Dabei harmoniert die Zusammenarbeit. Dieses Fest schweißt uns zusammen und wir ziehen alle an einem Strang. Das wird auch von Außenstehenden wahrgenommen. Die ein- und mehrtägigen Fahrten sind

weitere Programmpunkte, die sehr gut angenommen werden, z.B. nach Regensburg haben sich 100 Personen angemeldet. Oder: An der Solibrot-Aktion beteiligen wir uns mit einer Fastenbier-Aktion.

### **Wie sind die Rückmeldungen?**

**M.N.:** Ganz gut. Wir sind wieder ein Frauenbund! Wir sind eine große Familie! – so höre ich es von den Mitgliedern. Wir wollen die Frauen wieder stark machen! – Das ist das Ziel.

**E.R.:** Es wird immer kritische Stimmen geben, jedoch bestärken uns die vielen positiven Rückmeldungen der 440 Mitglieder. Die heiteren Abende und die Fahrten kommen gut an und sprechen sich rum. Jüngere Frauen anzusprechen und für den Frauenbund zu gewinnen, ist die große Aufgabe.

### **Wie blicken Sie im Zweigverein in die Zukunft?**

**M.N.:** Ich blicke sehr offen und gut in die Zukunft. Die Unterstützung ist riesengroß. Für 2024 haben wir vier Neuaufnahmen in den KDFB.

**E.R.:** Wir blicken auf jeden Fall positiv in die Zukunft. Wir haben ca. 10 Neuaufnahmen pro Jahr in die Frauenbund-Gemeinschaft. Wir sitzen alle in einem Boot. Die Altersstruktur dabei ist bunt gemischt. In der Vorstandschaft haben wir drei jüngere Frauen. Das ergibt ein tolles Bild nach außen, wenn sie auftreten und mitwirken.



Foto: KDFB Sulzbach-Rosenberg

**Der erweiterte Führungskreis von Sulzbach-Rosenberg  
mit Evi Rauch (l.) und Kerstin Aufschneider,  
stellv. Diözesanvorsitzende (r.)**

### Mein Wunsch...

**M.N.:** Das ist mein Wunsch: Liebe Frauen, gebt nicht auf! Alle Frauen können dazu beitragen, dass der Frauenbund vor Ort bestehen bleibt. Eine KDFB-Ortsgruppe ist wichtig für die Pfarrgemeinde. Man sollte es vermeiden, eine Ortsgruppe vorschnell aufzulösen, weil es keine Mitglieder gibt oder der Beitrag zu hoch erscheint oder es keine Nachfolgerinnen in der Leitung gibt. Es lohnt sich, zu kämpfen, dass der Zweigverein bestehen bleibt. Lieber weniger Programmpunkte anbieten, also auf das Wichtigste beschränken und dann kommt eines zum anderen. Die Aufgaben kann man sich gut aufteilen, so wird es für keine zu viel.

Die KDFB Geschäftsstelle in Regensburg stand immer unterstützend zur Seite. Das hat mir gutgetan und ich habe viel Bestärkung erfahren. Holt euch Unterstützung und macht das nicht alleine, wenn ihr fusioniert, sondern sucht den Weg nach Regensburg und besprecht euch mit dem Team. Die Mitarbeiterinnen waren immer für uns da!

**E.R.:** Es lohnt sich auf jeden Fall zu kämpfen, dass der Zweigverein bestehen bleibt. Es lohnt sich auch, ein attraktives Programm auf die Beine zu stellen.

Hilfreich ist es auch, den Geistlichen Beirat mit ins Boot zu holen, damit dieser Werbung für den Frauenbund macht.

Werft ja nicht die Flinte ins Korn, wenn einmal etwas misslingt. Bleibt an der Sache dran, lasst euch stärken von den Menschen, die es gut mit uns meinen. Ein breiter Rücken hilft durch schwierige Phasen hindurch. Ein Team, das zusammenhält und mitarbeitet, ist Gold wert. Denn dann können die Aufgaben auf viele Schultern verteilt werden. Mein Wunsch ist es, dass sich eine Gruppe „Junge Frauen“ bildet, die die Interessen dieser Altersgruppe abdeckt.



Veranstaltungen werden gern besucht im Zweigverein Sulzbach-Rosenberg – hier die gemeinsame Plattenfahrt auf der Vils.

Foto: M. Rubenbauer



Foto: ZV Deggendorf

Mit viel Zustimmung von den Frauen in Deggendorf geht es in eine gute Zukunft.

### Auf ein Wort mit...

**Kerstin Aufschneider**, Vorstandsmitglied im Diözesanverband und selbst Rosenbergerin, hat die Fusion von Anfang an begleitet. Ihr selbst war und ist es ein großes Anliegen, dass die Frauengemeinschaft bestehen bleibt. Sie begleitet von Seiten des Diözesanverbands mehrere Fusionen. Kerstin Aufschneider gibt auch die Anregung weiter, die geographische Lage von Ortsgruppen in Betracht zu ziehen, sprich: Gibt es einen gut funktionierenden Zweigverein in der Nähe, mit dem ein Zusammenschluss vorstellbar ist? Auch wenn Pfarreien nicht zusammengelegt werden und eigenständig bleiben, können sich Zweigvereine zusammenschließen. Die Auflösung kann wirklich erst die allerletzte Möglichkeit sein, wenn alle anderen Möglichkeiten ausgeschöpft worden sind. „Es bedeutet auch eine Stärkung, wenn Geistliche Beiräte, das Vorhaben der Fusion mittragen und hinter dem KDFB stehen“, so Kerstin Aufschneider.

**Pfarrer Herbert Mader**, der Geistlicher Beirat ist, betonte die gute Begleitung durch Kerstin Aufschneider. „Da sind wir bestens aufgestellt gewesen.“ Die Finanzen wurden geregelt, eine Mitgliederverwaltungssoftware wurde eingeführt. „Ich habe mich gern bereiterklärt, das Amt des Geistlichen Beirats zu übernehmen und die Fusion mitzutragen.“, so Pfarrer Herbert Mader. „Ich sehe meine Aufgabe darin, den Frauenbund vor Ort geistlich zu begleiten und dabei zu sein, die Arbeit von beiden ehemaligen Zweigvereinen zu unterstützen und der Koordinator zu sein und manchmal vielleicht auch der Coach oder derjenige, der schlichtet.“

Interview: Karin Uschold-Müller

Die Theatergruppe „Die Ladenhüter“ begeisterte mit der Treppenhaus-Komödie

## Lustige „Weiberleitgschichten“ in Hohenthann und Rothenstadt



(v.l.) Kommissionsmitglieder Angela Bodensteiner und Kerstin Wallmeyer zusammen mit dem Führungskreis des KDFB Rothenstadt

Foto: A. Bodensteiner

Was die Bewohnerinnen und Bewohner des Mietshauses in der Ellen-Ammann-Straße so bewegt, worüber sie reden, wenn sie sich im Treppenhaus treffen, brachte die Besucherinnen des Theaterstücks „Weiberleitgschichten“ zum Lachen und auch mal zum Nachdenken. Die Theatergruppe „die Ladenhüter“ aus Regensburg verkörperte sechs Frauencharaktere und auch zwei Männerschicksale. Da wohl kaum jemand die Seele einer Frauenbundfrau besser kennt als Walburga Wittmann, die Autorin des Stücks, kamen die Themen des Frauenbunds immer wieder treffend zur Sprache und zuweilen auch überspitzt dargestellt. Kerstin Rokita, als umtriebige Vorsitzende, genannt Frau Büschlbinder, begeisterte die Gäste. So manche Frauenbundfrau sah sich in dieser Rolle wieder. Auch einige Männer hatten sich unter die zahlreichen Zuschauerinnen gemischt.

Hubert Tremel als Hausmeister Sepp Hierlinger oder als gefügsamer Ehemann Bertl Schaffer, sowie in der Rolle als wehleidige alte Grete Wehmeier, brachte alle zum Lachen mit seinem komödiantischen Talent. Ein großes Kompliment geht an das Schauspiel-Team, das so viele unterschiedliche Charaktere in wirklich treffender Weise ausdrucksstark dargestellt hat.

Das Publikum im vollbesetzten Pfarrheim in Hohenthann war begeistert und so freute man sich in der nördlichen Oberpfalz schon auf den nächsten Auftritt der Theatergruppe. Bereits im Ticket-Vorverkauf zeichnete sich ab, dass der Pfarrsaal in Rothenstadt bei Weiden die interessierten Besucherinnen nicht fassen würde. Eine zusätzliche Vorstellung war wiederum ausverkauft und ein großartiger Erfolg. Auch die Regensburger Diözesanvorsitzende Martha Bauer ließ sich die Aufführung nicht entgehen.

Die Kommission Ehe-Familie-Beruf des Diözesanverbands mit Angela Bodensteiner und Gisela Niklas-Eiband hatten in der Zusammenarbeit mit dem Führungskreis der KDFB-Zweigvereine Hohenthann und Rothenstadt zu dieser Komödie eingeladen.

Ein großer Dank geht an die beiden Zweigvereine, die keine Mühe gescheut hatten, den Gästen ein großes Angebot an pikanten und süßen Häppchen sowie verschiedenen Getränken anzubieten.

*Angela Bodensteiner*



(v.l.) Walburga Wittmann, Hubert Tremel und Kerstin Rokita in Aktion

Foto: A. Bodensteiner

# Termine, Seminare und Workshops



## Religiöser Bildungstag

### Aschermittwoch der Frauen

#### Termin

**Mi, 14. Februar 2024,  
09.00 bis 16.00 Uhr**

#### Ort

Haus Werdenfels  
Waldweg 15, Eichhofen  
93152 Nittendorf

#### Kosten

25,00 €

*inkl. Mittagessen und Getränke*

#### Anmeldung

<https://www.frauenseelsorge-regensburg.de/veranstaltungen> oder Tel. 0941 597-2243

## Kommission, Glaube und Kirche

### ... als wärest du selbst dabeigewesen Impulse zu religiösen Mutgeschichten

#### Termin

**Mo, 22. Februar 2024,  
18.30 bis 21.00 Uhr**

#### Ort

Pfarrheim Steinweg  
Steinweg 28  
93059 Regensburg

#### Anmeldung

bis 09. Februar 2024

**gebührenfrei**

## Online-Veranstaltung

### Übergänge im Leben: Abschied von Vertrautem – Einlassen auf Neues

#### Termin

**Di, 27. Februar 2024,  
19.00 bis 20.30 Uhr**

#### Kosten

18,00 €, KDFB-Mitglied 12,00 €

#### Anmeldung

bis 23. Februar 2024

## Workshop

### Mehr Leichtigkeit und Freude durch bewusstes Kommunizieren

#### Termin

**Sa, 02. März 2024,  
09.30 bis 16.30 Uhr**

#### Ort

Diözesanzentrum Obermünster  
Obermünsterplatz 7  
93047 Regensburg

#### Kosten

95,00 €

KDFB-Mitglied 80,00 €

*inkl. Kaffee, Tee, Kaltgetränke  
und Vormittagsnack*

*Mittagspause zur freien Verfügung*

#### Anmeldung

bis 16. Februar 2024

## Online-Veranstaltung

### Online-Gespräch über die Welt und Gott – Wie von Gott sprechen?

#### Termin

**Mo, 04. März 2024,  
19.00 bis 20.30 Uhr**

#### Kosten

10,00 €, KDFB-Mitglied gebührenfrei

#### Anmeldung

bis 01. März 2024

## Online-Veranstaltung

### Kapitänin auf stürmischer See

#### Termin

**Mi, 06. März 2024,  
19.30 bis 21.00 Uhr**

#### Kosten

18,00 €  
KDFB-Mitglied 12,00 €

#### Anmeldung

bis 01. März 2024

## Workshop

**So gewinnen Sie an Charisma!****Der Zusammenhang von Persönlichkeit und Auftreten****Termin****Sa, 16. März 2024,  
09.30 bis 16.30 Uhr****Ort**Diözesanzentrum  
Obermünster  
Obermünsterplatz 7  
93047 Regensburg**Kosten**95,00 €  
KDFB-Mitglied 80,00 €  
*inkl. Kaffee, Tee, Kaltgetränke  
und Vormittagssnack  
Mittagspause zur freien Verfügung***Anmeldung**

bis 01. März 2024



## Bildungstag für mich, für dich, für die ganze Familie

**Meinen Lebensmitteln auf der Spur****Kommission Eine Welt in Kooperation mit der Landfrauenvereinigung****Termin****Sa, 20. April 2024,  
10.00 bis 17.00 Uhr****Ort**Klostermühle Cham  
Altenmarkt 6  
93413 Cham**Kosten**35,00 €  
KDFB-Mitglied und deren Partner p.P. 25,00 €  
Kinder bis 15 Jahre gebührenfrei**Anmeldung**

bis 05. April 2024

## Seminar

**Übergänge im Leben:****Abschied von Vertrautem –  
Einlassen auf Neues****Termin****Fr, 26. April 2024, 18.00 Uhr  
bis Sa, 27. April 2024, 16.00 Uhr****Ort**Haus Johannisthal  
Johannisthal 1  
92670 Windischeschenbach**Kosten**210,00 €  
KDFB-Mitglied 180,00 €**Anmeldung**

bis 15. März 2024

## Studienreise an die Ostseeküste

**Einmal abtauchen und übersetzen****Kommission Eine Welt****Termin****Fr, 17. Mai 2024  
bis Di, 21. Mai 2024****Anmeldung**

bis 12. März 2024

**Kosten**680,00 €  
KDFB-Mitglied und  
deren Partner p.P. 620,00 €  
Einzelzimmerzuschlag 130,00 €  
(Einzelzimmer begrenzt vorhanden)Informationen zu diesen und weiteren Veranstaltungen sowie  
die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es jederzeit unter  
[www.frauenbund-regensburg.de/bildungsprogramm](http://www.frauenbund-regensburg.de/bildungsprogramm)

Es kann zu Änderungen und Absagen im Programm kommen.

**Jetzt anmelden und Teilnahme sichern!****Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.**

# „Du fehlst an meiner Seite...“

## Seminar für Verwitwete

Foto: A. Hartmann



Dr. Sabine Holzschuh (r.) begleitete die Frauen einfühlsam durch das Seminar „Du fehlst an meiner Seite...“ im Haus Johannisthal.

An dem Seminar des KDFB-Bildungswerks im Haus Johannisthal nahmen zehn Frauen aus Mainburg, Schlicht, Schwandorf, Schnaittenbach, Grafenwöhr, Kösching, Waldmünchen und Altenstadt teil.

Wenn der eigene Lebenspartner stirbt, entsteht eine große Leere. Ohne den geliebten Menschen ist es, als ob ein Körperteil fehlt. Achtsam will die Trauerwunde versorgt werden, erst dann kann sie von innen heraus langsam heilen. Im Alltag ist es oft schwer, die eigene Trauer zu zeigen und darüber ins Gespräch zu kommen. Während der gemeinsamen Tage im Haus Johannisthal wurde es möglich, zu erfahren, was zur Trauer gehört um dadurch selbst die Trauer besser zu verstehen. Menschen in Trauer brauchen Freiräume, in denen sie Gefühlen wie Sehnsucht, Enttäuschung, Wut und Schmerz

Ausdruck geben können. Frau Dr. Sabine Holzschuh verstand es sehr gut, den Teilnehmerinnen auf ihrem Trauerweg weiterzuhelfen und die gleichermaßen betroffenen Frauen erlebten eine tragende Gemeinschaft. Mit verständlichen Impulsen wie z.B. Dankbarkeit als Lebenskraft, die Geschichte von Hiob aus dem Alten Testament, der Erzählung von Emmaus, mit Meditation, durch Gebete, Besinnung und vieles mehr lernten die Frauen, mit Körper, Geist und Seele einen guten Umgang mit ihren Gefühlen zu finden. Dank Frau Dr. Holzschuhs einfühlsamen Umgang konnten alle nach diesen Tagen eine kleine Veränderung verspüren. Wenn das Gute, was verloren ging, dankbar gewürdigt wird, kann Abschied gelingen.

Anita Hartmann



Der Trauerweg wurde zum Ausdruck gebracht.

Foto: A. Hartmann



**Weltgebetstag 2024**  
**Palästina**  
...durch das Band des Friedens

Bild: Kathrin Schwarze

## Hinweis zum Weltgebetstag

Am 01. März 2024 wird der Weltgebetstag gefeiert. Die Texte kommen dieses Jahr von Christinnen aus Palästina. Besonders nach den schrecklichen Ereignissen seit Oktober 2023 herrscht viel Verunsicherung, ob und wie dieser Weltgebets-tag gefeiert werden kann.

Wir bitten Sie, den Weltgebetstag zu feiern! Gerade in diesen schwierigen Zeiten ist Solidarität und die Verbundenheit im Gebet ein wichtiges Zeichen. Gerne können Sie sich auf der Homepage des Weltgebetstags unter [www.weltgebetstag.de](http://www.weltgebetstag.de) informieren oder sich in der KDFB Geschäftsstelle mit Ihren Fragen melden.

Katharina Libon

## „Wo hat das Leben sein Zuhause?“

### Besinnungstag stimmt auf die Adventszeit und die Sehnsucht nach Zeit zum Kraft schöpfen ein

Am 08. Dezember 2023 fand im Diözesanzentrum Obermünster in Regensburg der Besinnungstag für die ehrenamtlichen KDFB-Führungskräfte auf Diözesan- und Bezirksebene statt. „Dieser Tag soll uns in der anstrengenden Vorweihnachtszeit eine kurze Auszeit bieten – schön, dass Sie alle gekommen sind! Es tut gut in diesen oft anstrengenden Zeiten, miteinander einen Tag in der Gemeinschaft zu verbringen“, betonte die Diözesanvorsitzende Martha Bauer zu Beginn. Darüber hinaus bedankte sie sich bei allen Ehrenamtlichen für ihr großes Engagement, denn nur durch dieses kann der Verband in die Zukunft getragen werden.

Inhaltlich wurde der Tag gestaltet von Birgitt Pfaller, der Geistlichen Beirätin des KDFB Diözesanverbandes. Das Thema war „Wo hat das Leben sein Zuhause?“ Mit Lachen und guter Stimmung wurde mit Liedern und Impulsfragen und vielen Gesprächen untereinander der Frage nachgegangen, was das Zuhause ausmacht und was es alles braucht, um sich Zuhause zu fühlen. Eine Wortgottesfeier rundete den Besinnungstag ab und gab viel Energie für die Adventszeit.

*Katharina Libon*



Eindrücke vom Besinnungstag



Foto: K. Libon

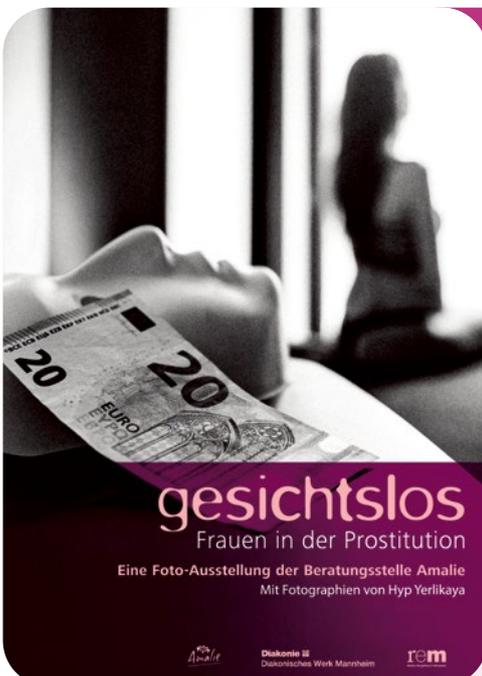
### Vorankündigung

## Ausstellung „gesichtslos“

Das Thema Prostitution ist nach wie vor ein Tabuthema. Mit der Ausstellung „gesichtslos“ soll die verborgene Lebenswelt von Frauen in der Prostitution in den Fokus gestellt werden. Im April und Mai 2024 wird die Ausstellung in Regensburg zu Gast sein und ein begleitendes Rahmenprogramm wird verschiedene Aspekte rund um diese vielschichtige Thematik herausstellen.

**Weitere Informationen: [www.frauenbund-regensburg.de](http://www.frauenbund-regensburg.de)**

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.



Plakat: Diakonie Mannheim

**gesichtslos**  
Frauen in der Prostitution  
Eine Foto-Ausstellung der Beratungsstelle Amalie  
Mit Fotografien von Hyp Yerlikaya



Das Engagement der Zweigvereine ist vielfältig gemäß dem Motto

**„Gemeinsam bewegen wir mehr!“**

**ZWEIGVEREIN FALKENBERG NDB.**



Foto: KDFB Falkenberg/Ndb.

sitzend v.l.: Otti Galler, Anneliese Bayer, Inge Obermeier – sie übergaben den Stab an junge Frauen.

stehend v.r.: Martina Maier, Sabine Leigart-Prillwitz, Julia Hauslbauer, Maria Zürner, Gabriele Galler und Edeltraud Wimmer leiten den Zweigverein Falkenberg

künftig. Pfarrer Thomas Richthammer freut sich, dass es in Falkenberg mit dem Frauenbund weitergeht.

**Stabwechsel im Frauenbund**

Bei der Neuwahl im Zweigverein Falkenberg hat sich eine neue Riege zur Verfügung gestellt. Es ist besonders erfreulich, dass sich junge Frauen bereit erklärt haben, den Zweigverein künftig zu leiten.

Die bisherige langjährige Vorsitzende Anneliese Bayer gab vorab einen Rückblick auf das vorangegangene Vereinsjahr. Das wichtigste Ereignis war natürlich das 50-jährige Jubiläum im Frauenbund am 18. Juni 2023. Außerdem erläuterte sie, warum es sich lohnt, beim Diözesanverband Regensburg zu bleiben: „Wir sind der Gründerin des Frauenbundes Ellen Ammann zu großem Dank verpflichtet. Wir müssen uns vor Augen führen, dass es noch gar nicht lange her ist, seit wir gleichberechtigt sind. Wir haben erst seit 30. November 1918 ein Wahlrecht und dürfen erst seit 1958 einen Führerschein machen, seit 1962 ein Konto eröffnen und seit 1969 Verträge abschließen. Seit 1977 dürfen Frauen ohne Erlaubnis des Ehemannes arbeiten. Nach wie vor setzt sich der Frauenbund für die Rechte der Frauen ein. Ein großer Verdienst des Frauenbundes ist die Mütterrente, dass wir für unsere Kinder, die vor 1992 geboren sind, inzwischen monatlich 94 Euro pro Kind bekommen. Auch Falkenberg hat viele Unterschriften gesammelt.“ Sie dankte allen für ihre Treue zum Verband. Wir freuen uns sehr, dass es im Zweigverein Falkenberg mit Zuversicht in die Zukunft geht!

*Anneliese Bayer*

Uns erreichen viele Einsendungen von Zweigvereinen und Bezirken. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir aufgrund des begrenzten Platzes nicht alle Artikel im Jahresverlauf veröffentlichen können.

**BEZIRK KELHEIM**



Foto: KDFB Kelheim

Die Reisegruppe aus dem Bezirk Kelheim verbrachte erlebnisreiche Tage in Südtirol.

**Reisen verbindet**

Eine erlebnisreiche Reise verbrachte die Reisegruppe mit 45 Teilnehmenden aus dem Bezirk Kelheim in Südtirol. Neben Sterzing, Naturns, Meran besuchten die Teilnehmenden die Trautmannsdorfer Gärten, Bozen und das Schloss Rametz. Ein Highlight der Reise war das Törggelen mit typischen Südtiroler Spezialitäten sowie musikalischer Unterhaltung in einem Landgasthof in Naturns.

*Margit Kurzbeck*

**ZWEIGVEREIN THALMASSING**

**Nacht der Rosen**

Im November lud die Vorstandschaft des Zweigvereins Thalmassing zur „Nacht der Rosen“ in die Pfarrkirche. Bei diesem meditativen Abend erwartete die Teilnehmenden Klangschalenklänge mit Richard Weidinger, eine Rosenmeditation, rosige Geschichten von Gerlinde Weidinger und der Rosengesang von Maria Alfer und Barbara Breu.

Die Kirche war mit Rosen geschmückt und alle bekamen zu Beginn eine Handwaschung mit Rosenwasser und dazu ein Rosenblatt aus Stoff geschenkt. Diba Folger fasste das Erlebte so zusammen: „Einfach ankommen, zuhören, die Schwingungen der Klangschalen mit allen Sinnen aufnehmen, entspannen und dem Alltag eine Auszeit geben.“ Die Freude war groß, dass viele der Einladung zu dieser besonderen Veranstaltung gefolgt waren.

*Diba Folger*



Fotos: D. Folger

**ZWEIGVEREIN  
MAINBURG**

Foto: B. Hof



So gelingt ein großes Projekt: Viele Frauen engagierten sich im Vorfeld des Schmankerlbasars im Zweigverein Mainburg.

## Schmankerlbasar vereint Gemeinschaft und Soziales

Nach einer langen Pause aufgrund der Pandemie kehrte der Mainburger Schmankerlbasar in vollem Umfang zurück. Die Frauen vom Zweigverein Mainburg luden im November zu einem kulinarischen Fest der Extraklasse ein.

Die Vorbereitungen für dieses außergewöhnliche Ereignis begannen sechs Wochen im Voraus. Rund 40 fleißige Frauen, in fünf Backgruppen, strömten in die Pfarrküche, um köstliche Plätzchen zu backen. Frei nach dem Motto „Gemeinsam arbeiten und werkeln ist am besten.“ Weiter ging es mit einer neuen Gruppe von etwa 50 Frauen, die ihre Künste bei der Zubereitung von Blaukraut mit Äpfeln, Marmeladen von Aprikosen bis Zwetschgen und Punschessenzen nach alten Rezepten, unter Beweis stellten. Der beliebte Hausmachersenf wurde von drei Frauen

**BEZIRK  
TIRSCHENREUTH**

## Gebete für Frieden und Glaubensfreiheit

Seit 35 Jahren gibt es die Gebetsabende für Frieden und Glaubensfreiheit im Bezirk Tirschenreuth. Die Mitglieder der Zweigvereine im Bezirk Tirschenreuth beten in den Sommermonaten jeweils in einer Kirche eines Zweigvereines für Frieden und Glaubensfreiheit. Anschließend gibt es immer eine Einkehr in einem Pfarrheim oder einer Gaststätte. So wurde auch in Mähring für Frieden und Glaubensfreiheit gebetet und anschließend im Mühlenladen Einkehr gehalten. Von Mähring aus begann vor 35 Jahren die Gebetsaktion.

*Erna Weis*

hergestellt. Für Feinschmeckerinnen gab es außerdem selbstgemachten Eierlikör und Schoko-Whisky-Likör. Neu waren verschiedene Essigsorten im Angebot. Aber auch für die Freundinnen der schnellen Küche wurde gesorgt, denn 45 kg Suppengrün sind verarbeitet und eingeweckt worden, um Familien im Winter mit gesunden Suppen zu versorgen. Traditionell wurde auch Kürbis süß-sauer hergestellt. Am Sonntagmittag bildete sich eine lange Warteschlange vor dem Pfarrheim, als sich pünktlich um 13.30 Uhr die Türen öffneten. Neben den zum

Verkauf angebotenen, selbstproduzierten Leckereien, wurde für das leibliche Wohl gesorgt. Ein gemütliches Plauderstündchen mit Kaffee, Tee und 60 selbstgebackene Torten und Kuchen fand großen Anklang. Zur Einstimmung auf die bevorstehende Adventszeit wurden auch noch grüne Kränze gebunden und verkauft. Die Arbeitsstunden waren nicht nur produktiv, sondern auch gesellig, lustig und führten zur Entstehung neuer Freundschaften. Der Basar wäre jedoch nicht möglich, wenn die Mitglieder nicht zusammenhalten würden.

Der Erlös aus dem Basar fließt in soziale Einrichtungen in Mainburg und der Umgebung, wodurch der Schmankerlbasar nicht nur Gaumenfreuden bereitet, sondern auch Herzen erfüllt, indem er die Gemeinschaft unterstützt und Freude verbreitet.

*Beate Hof*

**Katholischer  
Deutscher Frauenbund  
Diözesanverband  
Regensburg e.V.**

Obermünsterplatz 7  
93047 Regensburg  
Tel. 0941 597-2224  
Fax 0941 597-2394  
frauenbund@frauenbund-  
regensburg.de  
www.frauenbund-regensburg.de

**Verantwortlich für den  
Redaktionsteil Regensburg:**  
Martha Bauer,  
Diözesanvorsitzende  
**Redaktionsleitung:**  
Karin Uschold-Müller