

IMpulses

Sommer 2016



kfb

Katholische Frauenbewegung



Katholische
Frauenbewegung

Herausgeber: Katholische
Frauenbewegung Vorarlberg
Bahnhofstr. 13, A-6800 Feldkirch,
Telefon 05522/3485-212
kfb@kath-kirche-vorarlberg.at,
www.kath-kirche-vorarlberg.at/kfb
Di u. Fr 9.00 - 12.00 Uhr
Gestaltung: Wilma Zündel,
Fotorechte: VLK/A.Serra, B. Huber/
C. Gassauer, M. Burtscher,
kfb, WGT, privat
Druck: Diöpress, Feldkirch

SOMMERFARBEN ...

**Ich wünsche dir bunte Sommerfarben
ins Gewebe deiner Tage,
dass du graue Zeiten bestehen kannst,
ohne in Hoffnungslosigkeit
zu versinken.**

**Ich wünsche dir helle Töne
der Heiterkeit
in die Melodie deines Lebens,
Befreiung zu Leichtigkeit und Tanz
ohne fliehen zu müssen vor den
Niederungen.**

**Ich wünsche dir guten Boden
unter deine Füße,
deine Wurzeln hinein zu senken
und genügend Halt zu finden,
um nicht heimatlos zu bleiben
auf dieser Erde.**

Antje Sabine Naegli, in:
Martin Schmeisser (Hg.),
Gesegnetes Leben, Eschbach
(Schwaberverlag 52004)

Vorwort

Liebe Frauen,



wenn ich auf die vergangenen Monate zurückblicke, dann fallen mir ein paar ganz wesentliche Aktivitäten der kfb ein.

Bereits am Aschermittwoch, der heuer ja besonders früh war, fand das schon zur Tradition gewordene Benefizsuppenessen im Landhaus statt. Viel Prominenz aus Kirche und Politik, allen voran Bischof Benno und LH Markus Wallner konnte ich nebst vielen anderen begrüßen. Die Suppe war wieder einmal köstlich und die Gäste honorierten das großzügig mit Spenden zu Gunsten des Familienfasttags.

Am Freitag den 4. März wurde dann in neun Pfarren im Lande der Ökumenische Weltgebetstag der Frauen gefeiert und am Samstag danach waren wir beim Fraueninfest im Foyer des Landhauses vertreten. Dabei kam es

zu ganz tollen Begegnungen mit guten Gesprächen und Tipps. Hier konnten wir auch den Kaffee aus Frauenhand „Adelante“ (Vorwärts) vorstellen. Dieser Kaffee wird in einer Kooperation von EZA und kfb ausschließlich von Frauen hergestellt und vermarktet. Die Landhausgastronomie hat an diesem Tag „Adelante“ ausgedient.

Darauf folgte dann am 8. und 9. März der „Tag für mich“. Hier ging es diesmal rund ums Gartenjahr mit Marianne Ritter und am Abend des 9. März referierte Sr. Melanie Wolfers zum Thema: „Achtsam mit Kränkungen umgehen und der Kraft des Vergebens trauen“.

Am 1. Juni war der große Tag für die Frauen in unserer Diözese. Rund 180 Frauen machten sich auf den Weg nach Fließ bei Landeck, zur alle 2 Jahre stattfindenden Frauen-Kulturwallfahrt. Dazu gibt es einen extra Bericht von Birgit Huber (siehe Seite 6/7)

Jetzt gönnen wir euch und uns ein paar Wochen Pause, ehe wir im Herbst wieder mit ganzer Kraft an unsere Arbeit gehen.

Ich wünsche ALLEN einen schönen und erholsamen Sommer. Der Segen Gottes möge euch begleiten.

Ingrid Härle kfb - Vorsitzende



BESUCHEN SIE UNS AUF DER HOMEPAGE:
www.kath-kirche-vorarlberg.at/kfb

Rückblicke



SUPPENESSEN AM ASCHERMITTWOCH

Nach dem Aschenritual in der Seekapelle Bregenz kamen wieder sehr viele Menschen zum traditionellen Benefiz-Suppenessen ins Landhaus. Sehr erfreulich war, dass neben Prominenz aus Kirche und Politik auch eine Schulklasse vertreten war.

LH Markus Wallner dankte in seiner Ansprache den vielen engagierten Frauen, die sich im ganzen Land an der „Aktion Familienfasttag“ freiwillig beteiligen, für ihren Einsatz. Dieser zeige, dass in Vorarlberg über den eigenen Tellerrand hinausgeschaut werde und ein solidarisches Bewusstsein in der Bevölkerung verankert sei.



Die Katholische Frauenbewegung sagt DANKE für die Wertschätzung und Unterstützung

- LH Markus Wallner mit Team
- Ländle Gastronomie (Reinhard u. Susanne Lässer, Stefan Hechenberger)
- Bäckerei Kloser
- allen Spender/Innen

BODENSEEKIRCHENTAGE

Der Bodenseekirchentag mit all seiner Vielfalt im christlichen Bereich hat vom 24. – 26. Juni in Konstanz stattgefunden. Auch wir vom WGT-Österreich durften gemeinsam mit den Frauen aus Deutschland und der Schweiz auf dem Markt der Möglichkeiten teilnehmen. Der Austausch unter uns Frauen war sehr anregend. Jede Nation hat wieder andere Ideen, das umzusetzen was uns die Frauen im jeweiligen WGT-Land sagen möchten. 2017 wird der Titel in unseren 3 deutschsprachigen Ländern aus Übersetzungsgründen jeweils anders lauten.

Einig sind wir uns in der Kooperation der Projekte für das WGT-Land.

Das gemeinsame D.A.CH hat sich bewährt und setzt sich fort.



DAS WAR DER WGT 2016 AUS KUBA . . .

- Mitreißende Musik,
- kraftvolle Gebete,
- kreative Altargestaltungen,
- spannende Informationen über den Alltag in Kuba
- begeisterte Besucherinnen und Besucher

und natürlich engagierte Vorbereitungsgruppen: All das war der Weltgebetstag 2016 aus Kuba zum Thema „Nehmt Kinder auf und ihr nehmt mich auf!“ Damit forderten uns die Frauen auf, vorurteilsfrei aufeinander zuzugehen und den Dialog zwischen den Generationen zu pflegen. Ein Verhalten, das mir gerade in diesen Tagen sehr wichtig erscheint. Euch allen sage ich, auch im Namen unserer Projektpartner, die wir durch euren Einsatz, wie geplant unterstützen können, von ganzem Herzen DANKE.

Ingrid Härle



SPENDENERGEBNIS

VORARLBERG:

€ 5.334,60 und noch extra

€ 435,-

**von der Steuer absetzbare
Spenden.**

Frauen-Kulturwallfahrt

„Mehr als eine Woche Urlaub“

Auch in diesem Jahr hat sich das Wallfahrtskonzept der Katholischen Frauenbewegung in der Diözese Feldkirch wieder voll und ganz bewährt. Rund 180 Frauen kamen in den Genuss einer „Frauen-Kulturwallfahrt“, die sich den Überraschungen des idyllischen Örtchen Fließ im Tiroler Oberland widmete. „Frauen-Kulturwallfahrt“ heißt: Lieber „a Gsätzle Rosenkranz“ weniger, dafür genug Zeit für spirituelle Impulse und zum Eintauchen in die Historie und die kulinarischen Köstlichkeiten der Landschaft, die besucht wird.

Bereits während der Hinfahrt luden die Busbegleiterinnen von der Katholischen Frauenbewegung Vorarlberg zur Besinnung über das „Jahr der Barmherzigkeit“ ein mit



den Worten „Barmherziger Gott, manchmal träume ich von einem neuen Herzen“. Mit den sogenannten „sieben neuen Werken der Barmherzigkeit“, die vom ehemaligen Erfurter Bischof Joachim Wanke formuliert worden sind, machten sie es möglich, den für viele abstrakten Begriff „Barmherzigkeit“ für den

eigenen Alltag zu konkretisieren. Unmittelbar greifbar sind diese sieben neuen Werke der Barmherzigkeit, die lauten: „Du gehörst dazu.“, „Ich höre Dir zu.“, „Ich rede gut über Dich.“, „Ich gehe ein Stück mit Dir.“, „Ich teile mit Dir.“, „Ich besuche Dich.“ und „Ich bete für Dich.“

Als einen Höhepunkt der diesjährigen „Frauen-Kulturwallfahrt“ empfanden Teilnehmerinnen die darauf abgestimmte Predigt von Bischof Benno, der anlässlich des Jahres der Barmherzigkeit die existenzielle Bedeutung „der drei Z: Zärtlichkeit, Zuwendung, Zeit“ für das menschliche (über-)leben betonte.

Das Ziel der „Frauen-Kulturwallfahrt“, der Ort Fließ in Tirol, ist eingebettet in eine idyllische Berglandschaft und wird überragt von einer imposanten doppeltürmigen Kirche. Der einstige Fließener Pfarrer Alois Maaß ließ in der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts die neue Pfarrkirche St. Barbara ausbauen zu einem Sakralbau, der weit eher einer Basilika als einer Dorfkirche gleicht. Der Geistliche wirkte ab 1805 vierzig Jahre lang in dem Örtchen und war schon zu Lebzeiten als außergewöhnlicher Seelsorger, Beichtvater, Arzt und Prophet weit über die eigene Gemeinde hinaus bekannt. Das Panorama seines Wirkens entfal-



tete sich für die Teilnehmerinnen der „Frauen-Kulturwallfahrt“ bei der gemeinsamen Begehung des ihm gewidmeten Pfarrer Maaß-Besinnungsweges. Als Alternative dazu konnte das Archäologische Museum Fließ besichtigt werden. Ein Tiroler Knödelbuffet rundete den Ausflug in den überraschenden Ort kulinarisch ab.

Für viele Frauen ist die „Frauen-Kulturwallfahrt“ ein Fixpunkt jenseits des Alltags. Ebenso beliebt ist der regelmäßig von der Katholischen Frauenbewegung Vorarlberg veranstaltete „Tag für mich“ in Bildungshaus St. Arbogast. Eine Teilnehmerin, die als begeisterte Wallfahrerin an der „Frauen-Kulturwallfahrt“ teilnahm, kann mit ihrer Aussage stellvertretend für viele Frauen stehen: „Ein Tag für mich mit der Katholischen Frauenbewegung ist für mich mehr als eine Woche Urlaub.“ Und das gilt auch für die „Frauen-Kulturwallfahrt“, wie zahlreiche Fließ-Besucherinnen begeistert betonten.

Birgit Huber

Weitere Fotos auf: www.kath-kirche-vorarlberg.at/kfb
bei Artikel „Mehr als eine Woche Urlaub“



Vertraut den neuen Wegen

ANREGUNG FÜR EINE MEDITATIVE WANDERUNG IM SOMMER

Vorbereitung

Geeignete Wegstrecke aussuchen (ca. 10 km), drei Stationen: Kirche oder Kapelle, ein geschützter Ort in der Natur, Kapelle oder Platz unter freiem Himmel, ein gemütliches Gasthaus zum Ausklingen lassen. Liedtexte kopieren.

Vorbemerkung

Pilgern erfreut sich großer Beliebtheit: Es ist wohltuend für Körper, Geist und Seele, in der Natur unterwegs zu sein, gemeinsam zu gehen, zu beten und zu singen. Die folgende Anregung will zu einer kleinen, überschaubaren Pilgerwanderung mitten im Alltag einladen. Vielleicht in einer Frauenrunde oder auch in Kleingruppen.

Einführung

Diese Wanderung steht unter dem Motto: „Vertraut den neuen Wegen“. Bevor wir losgehen, laden wir ein, folgendes Lied zu singen.

Lied (als Kanon gesungen)

„Wechselnde Pfade, Schatten und Licht, alles ist Gnade, fürchte dich nicht!“ (GL 894)

Impuls

Das Leben ist ein ständiger Wechsel. Ein Wechsel von Ereignissen und Gefühlen – im Kleinen wie im Großen. Wechsel- und Wendezeiten gibt es in jedem Leben. Das kann heilsam sein, manchmal schmerzhaft, es kann gewollt und geplant sein, manchmal ist es schicksalhaft.

Wir wollen heute unterwegs das Thema „Wendezeiten und Wendeerfahrungen“ miteinander meditieren. Das Gehen in Achtsamkeit hilft uns dabei. Es lässt uns

spüren, dass es immer weitergeht, und dass wir dabei getragen und unterstützt werden von der Gemeinschaft.

Wir leben aus dem Vertrauen, dass in allen Umbrüchen des Lebens Gott an unserer Seite ist. Oft begreifen wir das erst im Nachhinein. Lassen wir uns gemeinsam die Erfahrungen dieser Vielfalt dankbar vor Gott tragen:

Heute

**Ein gewöhnlicher Tag,
mit gewöhnlichen Menschen,
mit gewohnter Arbeit,
mit gewohnten Kleinigkeiten,
mit dir, dem Gott meines Lebens.**

Heute

**Ein guter Tag,
mit guten Ideen,
mit guten Gesprächen,
mit guten Gefühlen und Gedanken,
mit dir, dem Gott meines Lebens.**

Heute,

**ein schwerer Tag,
mit schweren Sorgen,
mit schweren Belastungen,
mit schweren Niederlagen,
mit dir, dem Gott meines Lebens.**

Heute,

**ein schöner Tag,
mit schönen Überraschungen,
mit schönen Begegnungen,
mit schönen Erinnerungen,
mit dir, dem Gott meines Lebens.**

Heute,

**ein Alltag,
ein Tag mit dir, dem Gott meines Lebens.**

Paul Weismantel

Lied: „Wechselnde Pfade“

So schenke uns auf unserem Weg Gott seinen begleitenden Segen: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Wanderung

Erste Station: Kapelle oder Kirche

Wir befinden uns in Wir setzen uns und halten ein wenig inne: Lassen wir den Raum auf uns wirken, nehmen wir die Geräusche wahr, achten bewusst auf unseren Atem, bleiben im Schweigen.



aus:
Die Mitarbeiterin 3/2016,
überarbeitet:
Heidi Rauchegger

Impuls: „Vertraut den neuen Wegen“

Den Liedtext gemeinsam lesen.

1. Ver - traut den neu - en We - gen, auf
weil Le - ben heißt: sich re - gen, weil
die der Herr uns weist, Seit
Le - ben wan - dern heißt.
leuch - tend Got - tes Bo - gen am
ho - hen Him - mel stand, sind Men - schen aus - ge -
zo - gen in das ge - lob - te Land.

2. Vertraut den neuen Wegen
und wandert in die Zeit!
Gott will, dass ihr ein Segen
für seine Erde seid.
Der uns in frühen Zeiten
das Leben eingehaucht.
Der wird uns dahin leiten,
wo er uns will und braucht.
3. Vertraut den neuen Wegen
auf die uns Gott gesandt!
Er selbst kommt uns entgegen.
Die Zukunft ist sein Land.
Wer aufbricht, der kann hoffen
in Zeit und Ewigkeit.
Die Zukunft steht uns offen -
das Land ist hell und weit.

Text: Klaus-Peter Hertzsch, 1989
Melodie: Lob Gott getrost mit Singen
(Evangelisches Gesangbuch Nr. 243)

Wir brauchen immer wieder hoffnungsvolle Bilder, Lieder und Geschichten, die unsere Seele nähren und uns aufrichten – ganz besonders in unseren persönlichen Wendezeiten.

Lied: „Vertraut den neuen Wegen“

Vertraut den neuen Wegen

Wanderung

Zweite Station: eine geschützte Stelle in der Natur

Neue Wege können irritierend sein, und oft verunsichern sie uns auch. Da tut es gut, sich zu besinnen und sich wieder selbst zu spüren. Am besten gelingt das über unseren Körper. Wir suchen uns einen Platz, an dem wir gut stehen können und stellen uns so auf, dass jede ausreichend Platz hat, um die Arme auszubreiten. Wir richten unsere Augen auf einen festen Punkt auf dem Boden vor uns. Wer möchte, kann die Augen auch schließen. Wir hören hinein in die Stille und nehmen unseren Körper wahr. Wir spüren den festen Boden unter unseren Füßen und die Verbindung unseres Scheitels zum Himmel. Aufrecht stehen wir zwischen Himmel und Erde. Wir achten auf unseren Atem, wie er kommt und geht, uns weitet und sich wieder zurücknimmt. Und dann nehmen wir uns Raum, indem wir unsere Arme ausbreiten. Wir spüren die Spannung und halten sie aus. Wir legen die Hände auf unser Herz und bleiben noch ein wenig bei uns. Dann öffnen wir die Augen, schütteln Arme und Beine achtsam aus, dehnen und strecken uns.

Den nächsten Wegabschnitt gehen wir im Schweigen.

Was für eine Wendezeit habe ich erlebt? Was hat mir geholfen, sie zu bestehen? Waren es Menschen, eine persönliche Haltung, eine positive Einstellung, ein inneres Bild oder etwas anderes?

Wanderung

(im Schweigen)

Abschluss am Zielort

Die Teilnehmerinnen nehmen Platz in der Kapelle/Kirche oder versammeln sich unter freiem Himmel und halten eine kurze Stille.

Impuls

Ich bin da – in diesem Raum,
auf diesem Platz, in meinem Leib,
in meinem Atem. Ich bin da vor Gott.
Ihm überlasse ich, was mich bedrückt,
was mich freut. Ich danke für den Tag,
für den Weg, für die Erfahrungen mit mir,
mit anderen, mit Gott.

Peter Müller

Vaterunser

Meditation

Ich wollte es nicht glauben,
als einer mir sagte:
Komm, mach dich auf den Weg!
Wir haben ein Ziel!
Erst wollte ich sitzenbleiben,
fühlte mich sicher in meiner Unsicherheit,
wagte nicht, den Alltag loszulassen,
fürchtete, ich muss mich verändern.

Doch dann brach ich auf,
reihete mich ein
in die Schar der Pilger
und entdeckte meinen Weg.

Ich lernte loszulassen,
mich dem Pilgerweg zu überlassen,
mich auf Begegnungen einzulassen,
Veränderungen zuzulassen.

Ich bin angekommen und dankbar,
unterwegs habe ich mich verwandelt,
doch mein Pilgerweg geht weiter
im Alltag meines Lebens.

Für Offenheit und Ehrlichkeit,
für Frieden und Gerechtigkeit,
für eine menschlichere Welt,
in der du wohnst.

Peter Müller

Lied: „Voll Vertrauen“ (David 187)

r

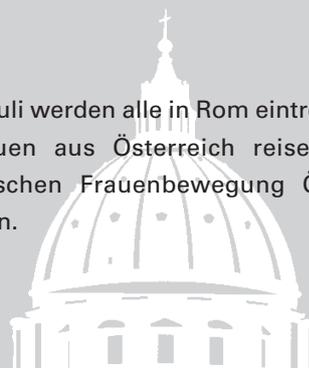
FÜR EINE KIRCHE MIT DEN FRAUEN!

Eine ganz spezielle Pilgerreise

Viele Frauen fühlen sich in der Katholischen Kirche fremd, nicht ernst genommen oder zu wenig eingebunden in Entscheidungen oder verantwortliche Gremien, sagen die Schweizer Pastoralassistentin Hildegard Aepli, ihre Kollegin Esther Rüthemann und der Grazer Priester Franz Mali.

Für eine „Kirche mit den Frauen und ein Miteinander mit Männern auf allen Ebenen“ nehmen sie weite Wege auf sich und haben sogar die Bischöfe von Basel und St. Gallen als Unterstützer auf ihrer Seite. Inspiriert von Papst Franziskus Worten, dass die Kirche „aus sich selbst herausgehen“ möge, sind sie seit 2. Mai unterwegs um die 1.000 Kilometer nach Rom zu pilgern. Die Pilgergruppe hat sich inzwischen vergrößert.

Am 2. Juli werden alle in Rom eintreffen. Auch 60 Frauen aus Österreich reisen mit der Katholischen Frauenbewegung Österreichs (kfbö) an.



Genauere Infos unter: www.kirche-mit.ch

Vorschau



WELTGEBETSTAG 2017 – HABE ICH DIR UNRECHT GETAN?

So lautet der österreichische Titel des Weltgebetstages 2017.

Christliche Frauen der Philippinen haben die Gottesdienstordnung verfasst für diesen Höhepunkt der weltweiten Frauenökumene. Die Philippinen sind geprägt von extremer Ungleichheit zwischen Arm und Reich. Die Verfasserinnen bringen uns zum Nachdenken über Strukturen und Folgen globaler Ungerechtigkeit. Im Zentrum des Gottesdienstes steht das Gleichnis von den Arbeitern im Weinberg. Mt. 20, 1 -16.

Einen kleinen, aber sehr anschaulichen Einblick in das Leben auf den Philippinen gibt uns das Titelbild zum Weltgebetstag 2017.



Lach' mal!



Vorbereitung

Stuhlkreis mit Tischmitte (bunte Tücher, lustige Bilder und Utensilien)

Schreibstifte, Papier, Filzstifte, Text: „Ein Lächeln“ für alle kopieren

Einführung

Humor ist das älteste Heilmittel der Welt: Lachen belebt und stärkt das Immunsystem, es wirkt sich günstig auf Herz und Kreislauf aus, die Lunge wird dabei mit frischem Sauerstoff versorgt und unsere Zellen mit neuer Energie. Die Kraft des Lachens ist Ausdruck unseres spielerischen Selbst, die Quelle von Kreativität, Lebendigkeit und Wandel.

Was kleinen Kindern ganz leicht gelingt - Lächeln und Glucksen, Kichern und ausgelassenes Lachen - ist für Erwachsene oft eine Herausforderung. Uns Ältere hat der Ernst des Lebens fest im Griff. Doch bevor uns das Lachen vergeht oder im Hals stecken bleibt, sollten wir erst recht versuchen, den belastenden Situationen auch eine humorvolle Seite abzurufen. Damit nehmen wir ihnen die Schwere und können uns mit einem befreienden Lachen erst einmal Luft verschaffen.

Humor ist die Fähigkeit, wohlwollend und freudvoll auf das vergangene und gegenwärtige Leben zu schauen.

Lächeln

Vermutlich ist Ihnen nicht immer zum Lächeln zumute. Aber Sie können Ihren Körper überlisten, indem Sie sich einen Bleistift zwischen

die Zähne klemmen. Das Lächeln, das dabei entsteht - eine Minute ausgehalten - hebt spürbar die Stimmung. Die Gesichtsmuskeln wandern zur Nase, Nervenpunkte werden aktiviert. Das Gehirn bekommt dadurch die Aufforderung: „Schütte Glückshormone aus!“ Außerdem strafft Lächeln die Gesichtsfalten und macht schön.

Ich erinnere mich

Sammeln Sie Erinnerungen aus Ihrem Leben, die Sie zum Lachen gebracht haben:

Lustige Veranstaltungen, Filme, Witze, Zirkusbesuche, Aprilscherze, verrückte Geschichten und Erlebnisse, Lachtränen, lustige Menschen, komische Versprecher.

Austausch in Kleingruppen zu zweit oder dritt - ca. 15 min

Liste der Lebenslustvollen Erinnerungen

Tragen Sie zusammen, was Ihnen gut tut, was Spaß macht und Sie zum Lachen bringt. Dazu gehören auch Dinge, die Sie früher gerne gemacht haben und schon längst mal wieder tun wollten.

Aufschreiben jede für sich - ca. 10 min - danach Austausch in der Runde

Daumen-Lächeln

Jeden Morgen können wir uns neu dafür entscheiden, wie wir in den Tag starten. Malen Sie sich ein lachendes Gesicht auf Ihren Daumen, damit Sie sich im Laufe des Tages immer wieder der humorvollen und optimistischen Perspektiven auf das Leben bewusst werden.

Abschluss

Jede TN malt ihrer rechten Sitznachbarin ein lachendes Gesicht auf einen Daumen. Der Text: „Ein Lächeln“ wird gemeinsam gelesen.

Ein Lächeln

Ein Lächeln kostet nichts,
aber es gibt viel.
Es macht den reich, der es bekommt,
ohne den, der es gibt, ärmer zu machen.
Es dauert nur einen Augenblick
aber die Erinnerung bleibt –
manchmal für immer.

Niemand ist so reich,
dass er ohne Lächeln auskommen kann
und niemand so arm,
dass er nicht durch ein Lächeln
reicher gemacht werden könnte.
Ein Lachen bringt Glück ins Haus,
fördert den guten Willen im Geschäft und
ist ein Zeichen für Freundschaft.

Es gibt dem Erschöpften Ruhe,
dem Mutlosen Hoffnung,
dem Traurigen Sonnenschein,
und es ist der Natur bestes Mittel
gegen Ärger.
Man kann es nicht kaufen,
nicht erbetteln, leihen oder stehlen,
denn es ist so lange wertlos,
bis es wirklich gegeben wird.

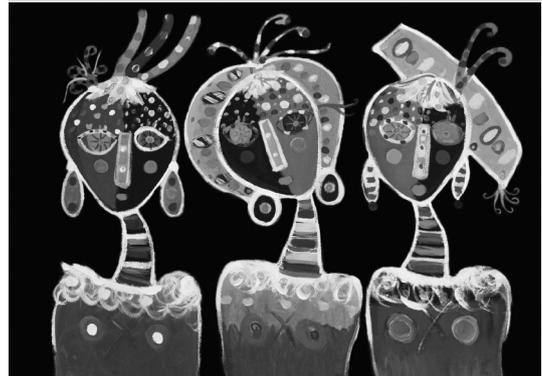
Manche Leute sind zu müde,
dir ein Lächeln zu geben.
Schenke ihnen deines!
Niemand braucht ein Lächeln
nötiger als jener,
der keines mehr zu geben hat.

Verfasser unbekannt

aus: Die Mitarbeiterin – 4/2016,
überarbeitet: Heidi Rauchegger

ADELANTE HEIßT VORWÄRTS!

Fairer Kaffee aus Frauenhand



Der erste fair gehandelte Kaffee aus Frauenhand hat alle Erwartungen übertroffen. Seit September 2015 wurden bereits 12 Tonnen davon verkauft!

Der faire Kaffeegenuss beim privaten Kaffeepausch, in der Frauenrunde oder im Pfarrkaffee stärkt Frauenkooperativen in Uganda und Honduras.

„Adelante“ ist in der
250 g Packung ganze Bohne
und gemahlen um € 4,99
sowie in der 1 kg Packung
als ganze Bohne um € 19,75
im Weltladen erhältlich.

**Eignet sich hervorragend als Gastgeschenk
oder ein „Dankeschön“**

Gerne nehmen wir die leeren Kaffeesäcke
zurück. Bitte im Weltladen abgeben!

Veranstaltungen/Termine

EIN TAG FÜR MICH - Freizeittag für Frauen

Vormittag

„Zeit der Zuneigung“

Zuneigung ist eine erhabene menschliche Wirkkraft. Worauf und wohin lenke ich meine Zuneigung und somit meine Energie, meine Lebenskraft? Womit beschäftige ich mein Gehirn am häufigsten im Laufe des Tages? Und welche Gefühle, Empfindungen und Handlungen sind die Folge?

Das Bewusstwerden der Wirkkraft unserer Zuneigung führt zu erstaunlichen und heilsamen Wandlungen und bringt Licht und Wärme und Weite in Geist und Gemüt.

Referentin: Paula Elisabeth Mölk, Tirol

Nachmittag

Workshop zum Vortrag mit Paula E. Mölk
Floristik für die Winterzeit - Kränze für Fenster & Türen

Wir binden aus verschiedenem Grünmaterial, Hagebutten usw. kleine und größere Kränze. Material & Zubehör kann vor Ort erworben werden, Baumschere bitte mitbringen.

Leitung: Floristin Marianne Ritter

Kosten: € 40,- (inkl. Verpflegung)

Termin: Di 15. Nov. und Mi 16. Nov.,
9.30 - 17 Uhr, BH St. Arbogast

Anmeldungen: T 05522/3485
kfb@kath-kirche-vorarlberg.at

VOM DUNKEL ZUM LICHT

Adventbesinnung

Machen wir uns gemeinsam auf den Weg, dem Licht Gottes nachzuspüren. Lassen wir uns von seiner Liebe erwärmen.

Referentin: Eva Corn, Pfarrcaritaskoordinatorin und Dipl. Trainerin für prozessorientierte Gruppenarbeit

Kosten: € 20,- inkl. Kaffeejause

Termin: Mi 30. November, 14.30 – 17 Uhr,
BH St. Arbogast

VORARLBERG *FrauenSalon*

Der Frauensalon Vorarlberg greift die Tradition der Salons auf und knüpft dort an, wo wesentliche Impulse für die frauenemanzipatorischen Bewegungen ausgingen. Das Leben von Frauen, ihre Taten, Vorhaben und Ansichten sollen sichtbar werden, um aus ihnen Kraft für Veränderung zu schöpfen.

Warum Zeiten der Unsicherheit so wertvoll sind

Umbruchsituationen sind oft Phasen, in denen das Leben mit besonderer Intensität spürbar wird. Sie aktivieren unser schöpferisches Potenzial, lassen uns Entdeckungen und Erfahrungen machen, die uns in ruhigeren Jahren Halt und Richtung geben. Wie wir mit diesen Erfahrungen umgehen, hat großen Einfluss auf unsere Lebensqualität. Natalie Knapp zeigt, dass in biologischen, persönlichen und historischen Krisensituationen neue Möglichkeiten stecken – und wie die Philosophie uns helfen kann, sie zu erkennen.

Zu Gast:

Natalie Knapp, Philosophin und Autorin.

Als Gastgeberinnen laden ein:

Barbara Bell, Bildungshaus St. Arbogast; Kath. Frauenbewegung; Martina Höber, Ehe- und Familienzentrum; Kath. Bildungswerk; Katharina Unterrainer, Bildungshaus Batschuns; Friederike Winsauer, Frauenreferat der Kath. Kirche Vorarlberg

Ort: Bildungshaus St. Arbogast

Dienstag, 18. Oktober

19.00 Einladung zum Aperitif,

19.30 Veranstaltungsbeginn

Eintritt: Euro 10,-

Unterstützt vom Referat für Frauen und Gleichstellung, Land Vorarlberg

**Anmeldung: T 05523 62501-828,
arbogast@kath-kirche-vorarlberg.at**



GESUCHT - GEFUNDEN?

Wissenswertes über.....

Katholische Frauenbewegung

www.kath-kirche-vorarlberg.at/kfb

Familienfasttag

www.teilen.at

Weltgebetstag

www.weltgebetstag.at

Katholische Frauenbewegung Österreich

www.kfb.at

Für eine Kirche mit den Frauen (*Seite 11*)

www.kirche-mit.ch

Österreichische Post AG Info.Mail
Entgelt bezahlt

