

Buchbare Angebote für kfd-Gruppen

kfd Diözesanverband Aachen

Buchbares Angebot vor Ort organisieren

Kfd-Gruppen aus dem Diözesanverband Aachen können über die Diözesangeschäftsstelle kostenfrei Referentinnen für Veranstaltungen in ihren Gruppen vor Ort anfragen.

Sowohl die Referentinnen als auch die Geistliche Leiterin bieten spezielle Themen an und sind dar-

über hinaus ansprechbar, wenn Sie mit eigenen Ideen oder Themenwünschen an sie herantreten.

Zur Ideenfindung oder Planung Ihrer Veranstaltung kontaktieren Sie die Diözesangeschäftsstelle (siehe Rückseite).

Angebote Annette Diesler, Geistliche Leiterin

Annette Diesler, Geistliche Leiterin der kfd Aachen, bietet folgende Themen für Veranstaltungen in kfd-Gruppen an:

Die Themen erfordern zwischen 2 bis 2,5 Stunden Zeit. Bitte bei der Terminvereinbarung absprechen.

- **Ein Frauenleben mitten in Deutschland**

Ein Film (92 Minuten) gegen Radikalismus und Gewalt, gegen Fremdbestimmung und für Selbstbestimmung von Frauen mit Migrationshintergrund. Sensibel, engagiert und intensiv.

Nach einer wahren Geschichte. Ausgezeichnet mit dem Deutschen Filmpreis 2019.

Der Zeitrahmen für eine Filmvorführung mit Nachgespräch sollte mindestens zwei Stunden betragen.

- **Packender Doku-Film zur Energiewende**

Der Dokumentarfilmer versteht es mit Beispielen aus der ganzen Welt überzeugend zum Umstieg auf erneuerbare Energien zu ermutigen. In Gesprächen mit Verantwortlichen, Aktivisten, Müttern und Top-Managern wird eine mitreißende Vision entwickelt. Der Film (83 Minuten) zeigt Beispiele nachhaltiger Mobilität, erzählt von Solararchitektur und Stadtplanung und regt zum Weiterdenken und Handeln an.

- **Die Welt- und Menschheitsgeschichte aus der Sicht zweier Regisseure**

Der eine Fotograf, der andere Filmmacher: Sie dokumentieren wichtige Ereignisse wie internationale Konflikte, Vertreibung und Not der letzten Jahrzehnte. Der Film (106 Minuten) begeistert aber zugleich durch atemberaubende Bilder von paradiesischen Orten unserer Erde. Es sind Bilder und Schicksale von Menschen, die unter die Haut gehen.



- **Jesus und die Frauen – Filmabend**

Ein Film (115 Minuten) über die spirituelle Reise einer Frau im 1. Jahrhundert unserer Zeitrechnung. Wie verändert sich ihr Leben durch die Begegnung mit Jesus? Was können wir heute daraus an Ermutigung und Hoffnung erfahren?

- **Die Kraft des dennoch – Ein lyrischer Filmabend**

Viele lieben und schätzen ihre in mehr als 20 Sprachen übersetzten Gedichte. Hilde Domin gilt als die bedeutendste deutsche Lyrikerin ihrer Generation. In diesem Film (95 Minuten) erlebt man Hilde Domin in ihrer Wohnung in Heidelberg wie auch in ihrem Elternhaus in Köln. Eine behutsame

Annäherung an eine großartige Frau.

- **Spirituelles Coaching – kraftvoll leben auch in schwierigen Zeiten**

Coaching berührt (in dem individuellen Maß wie jede es möchte)

- # unsere Persönlichkeit
- # unsere Beziehungen
- # unsere (Care-)Arbeit

unser Verhältnis zu Gott
Spirituelles Coaching will Menschen helfen ihre spirituelle Kompetenz zu erspüren bzw. zu vertiefen und daraus Kraft für den Alltag zu schöpfen. Ein Abend mit vielen Ideen und Erfahrungsaustausch von A wie Achtsamkeit bis Z wie Zuversicht.

Angebote Andrea Herzog-Legewie, Referentin

Andrea Herzog-Legewie, Referentin für Bildung und Beratung, Counselor in Gestalt und Orientierungsanalyse, bietet folgende Themen für Veranstaltungen in kfd-Gruppen an:

Ort und Zeitrahmen nach Vereinbarung (mindestens 3 Stunden).

- **Beratung und Begleitung von Vorstandteams vor Ort**

Themen und Fragen können hier sein:

- Wo geht die Reise hin? Wie stellen wir uns für die Zukunft auf?
- Übergänge gestalten: Wenn neue Vorstände/Leitungsteams gewählt wurden
- Fusionen von kfd-Gruppen
- Jahresprogramm – interessant genug oder was wollen wir ändern?
- Konflikte – bei uns nicht!
- Arbeit – immer nur ich? Wie Teamarbeit gelingt
- Wozu Verband?
- Amt – Lust oder Last?
- Sitzungen oder Mitgliederversammlungen mal anders gestalten – aber wie?
- sowie alle weiteren Themen, die in Ihrem Vorstand/Leitungsteam auftreten.

- **Wo geht's denn hier zum Glück?**

z.B. Film „Yaloms Anleitung zum Glücklichen“ und anschließender Austausch: Was bedeutet für mich GLÜCK? Was macht mich glücklich? Ist Glück Glücksache oder was kann ich selber dafür tun? Wie lebe ich ein glückliches und erfülltes Leben?

- **Resilienz – Wie man Krisen übersteht und daran wächst**

Corona ist und bleibt eine Herausforderung für uns alle. Wer weiß, wie lange noch. So ist es mehr denn je wichtig, die eigene seelische Widerstandskraft (Resilienz) zu stärken, um gut mit dieser und anderen Herausforderungen umgehen zu können. Erfahren Sie, wie dies besser gelingen kann.

- **„Wir sind dazu bestimmt zu leuchten“ – Das innere Licht zum Strahlen bringen**

„Jeder Mensch ist dazu bestimmt zu leuchten!“ heißt es in der Antrittsrede von Nelson Mandela, ehemaliger Staatspräsident Südafrika. Doch wie sieht es mit dem Leuchten bei uns aus? Erlauben wir uns, öffentlich zu leuchten? Uns in den Mittelpunkt zu stellen und unsere Anliegen, Talente und Fähigkeiten zu präsentieren? Nei-

gen wir Frauen nicht eher dazu, unser Licht unter den Scheffel zu stellen?

Sich selbst besser kennen- und wertschätzen lernen und sich so authentisch und selbstsicher behaupten. Erste Impulse zur Erlaubnis: Ich darf leuchten!

- **Der Rote Faden meines Lebens! Das Leben in die Hand nehmen – Biografiearbeit**

Sich wertschätzend und kreativ mit der eigenen Lebensgeschichte beschäftigen und daraus Kraftquellen für Gegenwart und Zukunft eröffnen.



- **„Sei einzig, nicht artig“**

Um einzig zu sein, geht es zunächst im Wesentlichen darum, sich so anzunehmen und lieben zu lernen, wie wir sind. Voraussetzung hierfür ist herauszufinden, welche negativen Überzeugungen und Glaubenssätze uns davon abhalten. Unser Umgang mit uns selber und der Welt wird maßgeblich dadurch bestimmt, wie und was wir über uns und die Welt denken. Impulse zu Stärkung des Selbstwertgefühls, damit sie nicht mehr JA sagen, wenn Sie NEIN sagen wollen.

- **„Sei frech, wild und wunderbar!“ - Das Pippilotta-Prinzip**

Eine kunterbunte Villa, ein Leben volle Abenteuer und die besten Freunde der Welt – es gibt viele gute Gründe, Astrid Lindgrens Kinderbuchheldin Pippi Langstrumpf zu beneiden und eine

Menge von ihr zu lernen! Denn die Kapitänstochter mit den karottenroten Zöpfen versteht es, jeden Tag mit verrückten Einfällen zu schmücken, gegen den Strom aus Erwartungen und Pflichten zu schwimmen und dabei andere mit ihrem ganz eigenen Charme um den Finger zu wickeln...

Um wie Pippi neugierig, lustvoll und spielerisch die Welt zu erfahren, brauchen wir kein Ringelsocken-Outfit oder ein Pferd auf der Veranda, sondern sechs Pippilotta-Strategien, die das Leben herrlich aufregend und verwegener machen.

- **Achtsamkeit**

Kleine, einfache Achtsamkeitsübungen und Impulse für mehr Gelassenheit im Alltag, damit wir den Blick für das Wesentliche nicht verlieren.

- **Lustvoll älter werden! (für Frauen 50 plus)**

„Altwerden ist nichts für Feiglinge!“ (Bette Davis). Und ja, älter werden ist nicht immer angenehm. Themen wie zunehmende körperliche Veränderungen und Einschränkungen, Loslassen und die Gestaltung von Übergängen in neue Lebensphasen stehen im Vordergrund. Ich möchte Sie einladen, einmal einen anderen Blick auf das Alter zu werfen und die Möglichkeiten, Chancen und Potenziale des Älterwerdens zu entdecken, hin zu einer Haltung, die sie in dieser Lebensphase stärkt, begleitet und Kraft gibt für mehr Gelassenheit und Lebenslust im Alter!

- **Unser Leben ist das, wozu unser Denken es macht**

Eine kleine Auszeit und Auseinandersetzung mit dem Thema „Die Kraft der Gedanken“

Angebote Ellen Buchwald-Körper, Referentin

Ellen Buchwald-Körper, Referentin für Bildung und Projektarbeit, bietet folgende Themen für kfd-Gruppen an:

Alle Schulungen sind Online-Angebote für Vorstandsfrauen, Leitungsteams und interessierte kfd-Frauen, der Zeitrahmen beträgt jeweils ca. 1,5 Stunden für max. 10 Teilnehmerinnen.

- **Frauengesundheit: Neue Ideen für Ihr Jahresprogramm**

Suchen Sie nach neuen Ideen für Ihr Jahresprogramm? Möchten Sie vielleicht etwas zum Thema „Frauengesundheit“ anbieten und auch neue Frauen anspre-

chen? Erfahren Sie mehr über unsere kostenfreie Arbeitshilfe „Die 5 Säulen der Gesundheit“ und wie Sie zum Thema Frauengesundheit aktiv werden können.

- **Zoom: kfd-Treffen online gestalten**

Durch die Corona-Pandemie sind persönliche Begegnungen immer noch eingeschränkt. Viele Treffen und Veranstaltungen finden online statt und das vielerorts und auch bei der kfd über die Plattform ZOOM. Wollen Sie selbst über Zoom Ihr Leitungsteam oder andere kfd-Gruppierungen zu einer Online-Besprechung einladen? Was müssen Sie beachten, wenn Sie an einem Zoom-Mee-



ting teilnehmen, welche Funktionen gibt es? Für Einsteigerinnen und Fortgeschrittene.

- **Neue Mitglieder: Wer und wo sind sie?**

Wie finden wir neue Frauen für unsere kfd-Gruppe? Wer sind die Neuen? In welchem Verhältnis stehen sie zur kfd? Was denken und erwarten die Neuen? Bestimmung der potenziellen Zielgruppe und Erarbeitung ihrer Bedürfnisse.

- **Ihre kfd-Veranstaltung!**

Unterstützung bei der Veranstaltungsplanung: Wie können wir unser kfd-Event aufpeppen? Welches Veranstaltungsformat ist erfolgreich? Entwicklung von Ideen, Planung und Umsetzung einer Veranstaltung zur Mitgliederwerbung.

- **Tipps und Tricks für die Öffentlichkeitsarbeit**

Wie bewerben wir unsere kfd-Veranstaltung? Wie gelingt eine gute Pressearbeit vor Ort? Was interessiert die Medien? Wie muss eine Pressemitteilung aufgebaut sein? Grundlagen einer gezielten Presse- und Öffentlichkeitsarbeit.

Allgemeine Themen zur Arbeit in kfd-Gruppen

Immer wieder fallen vor Ort auch Themen an, die nicht direkt mit den Inhalten der kfd zu tun haben und dennoch bearbeitet werden wollen.

Auch zu diesen Themen erreichen Sie in der Diözesangeschäftsstelle kompetente Ansprechpartnerinnen.

Ob sich aus Ihren Fragen eine Veranstaltung vor Ort, eine telefonische Beratung, eine Online-Schulung für die Verantwortlichen oder etwas anderes eignet, finden wir gemeinsam heraus.

- **Satzungsfragen**

Sie haben Fragen zur Satzung der kfd? Sie möchten die kfd-Rah-

mensatzung für kfd-Gruppen übernehmen? Sie planen eine Satzungsänderung?

- **„kfd-net[z]werk“**

Das „kfd-Netzwerk“ ist die bundesweite, internetbasierte Mitgliederverwaltung der kfd. Die zugrunde liegende Software hat der kfd-Bundesverband speziell für die Belange der kfd angepasst. An-, Ab- und Ummeldungen von Mitgliedern können schnell und einfach vorgenommen werden, alle Ebenen haben auf Knopfdruck den gleichen Informationsstand. Der Zugang zum „kfd-net[z]werk“ ist durch ein Passwort geschützt.

Sie möchten für Ihre Gruppe mit

dem kfd-net[z]werk arbeiten? Wir helfen gerne!

- **Kassenführung**

Was gehört zu einer ordnungsgemäß geführten Kasse einer kfd-Gruppe?

- **Sowie alle weiteren Themen, die mit der „Verwaltung“ Ihrer kfd-Gruppe zu tun haben!**

Wie beispielsweise Fragen zu Bildrechten, zur GEMA, eigenen kfd-Websites, Ehrenamtsnachweis, Namensrechte der kfd, Vereinsrecht, Steuern, Spendenbescheinigungen, auch Materialien für die Gruppenarbeit u.v.a.m.

kfd Diözesanverband Aachen

Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands
Diözesanverband Aachen e.V.

Klosterplatz 4
52062 Aachen

Tel.: 0241 /452-452
Fax: 0241 /452-383
E-Mail: info@kfd-aachen.de

www.kfd-aachen.de
Facebook: [kfdDVAachen](https://www.facebook.com/kfdDVAachen)
Instagram: [kfd_Aachen](https://www.instagram.com/kfd_Aachen)

Bilder: Loni Liebermann

**KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS**



**DIÖZESANVERBAND
AACHEN**