



kfd

Frauenzeiten

Veranstaltungen 1/2026

**stärkend – verbindend – vielfältig –
politisch – entspannend – weiblich – kreativ**

Liebe kfd-Frauen*, liebe Freundinnen und Freunde der kfd,

es ist schon wieder so weit. Schon wieder Zeit für unser neues Programm „Frauenzeiten“, das du hier in Händen hältst.

Schau mal rein, blättere in Ruhe durch und melde dich an, wenn dich etwas interessiert. Es ist uns – glauben wir – wieder ganz gut gelungen, ein ansprechendes und vielfältiges Angebot zusammenzustellen. Und wer unser Programm aufmerksam liest wird feststellen, dass wir immer mehr zusammenrücken und Synergien nutzen: Mit den anderen kfd-Diözesanverbänden in NRW und anderen Bildungsträgern im Bistum Aachen, die ähnliche Zielgruppen haben.

Das Geld wird überall knapper, aber entgegen einem verbreiteten gesellschaftlichen Trend, sich immer mehr von anderen abzuschotten, um für sich selbst das vermeintlich Beste herauszuholen, versuchen wir den Schritt in die Zukunft in der Verbindung mit anderen. Denn nur in Verbindung, in gelebter Frauensolidarität, werden wir Veränderungen gestalten! Dazu rufen wir nicht nur auf, sondern versuchen es in unserem täglichen Handeln umzusetzen. So auch bei unseren Bildungsveranstaltungen. Also macht mit, seid dabei und lasst uns gemeinsam mutig in die Zukunft gehen!

Wir freuen uns, wenn wir uns bei der einen oder anderen Veranstaltung sehen!

Herzlich,
dein kfd Diözesanvorstand und deine kfd Geschäftsstelle

Bibel-Teilen

Eine Auszeit für mich und den Gott meines Lebens

Die Bibel erzählt Geschichten von Menschen mit ihrem Gott aus einer vergangenen Zeit. Die ältesten Texte sind 3000 Jahre alt. Diese Geschichten sind aber nicht „alt“ und „verjährt“, sondern in vielerlei Hinsicht nach wie vor aktuell. Deshalb hören wir immer wieder daraus bei Gottesdiensten. So tragen sie auch für jede von uns eine Botschaft in sich, können Impulse geben und Kraftquelle für unser Leben sein.

Mit der Methode des Bibel-Teilens begeben wir uns auf eine biblische Spurensuche und lesen gemeinsam das jeweilige Tagesevangelium.

Veranstaltung der kfd im Diözesanverband Köln.

Leitung: Dr. Hedwig Lamberty

BIBEL TEILEN

EINE AUSZEIT
FÜR MICH
UND DEN GOTT
MEINES LEBENS



Online via Zoom



Di, 13.01., Di, 10.02, Di, 24.03.,
Di, 28.04., Mi, 03.06.2026,
19.30 bis 21.00 Uhr



kostenfrei



Anmeldung:
kfd Diözesanverband Köln
<https://www.kfd-koeln.de/termine>
oder telefonisch 0221 1642-1545
oder per Mail an
info@kfd-koeln.de

„Und jedem Anfang
wohnt ein Zauber inne...“ (Hermann Hesse)

Achtsam ins neue Jahr starten

Wir können immer wieder jeden Tag neu beginnen. Doch der Beginn eines neuen Jahres birgt besonders viel Kraft in sich. Wir können uns neu ausrichten, Klarheit gewinnen über das, was wir uns wünschen, was uns besonders wichtig sein soll und wie wir das bevorstehende Jahr erleben möchten.

Nutze die Gelegenheit, hier und heute die Aufmerksamkeit einmal auf dich selbst zu richten, auf deine Gefühle und das, was dein Herz dir sagen will... und so gestärkt, im inneren Einklang und mit Klarheit ins neue Jahr zu starten.

Mit thematischen und kreativen Impulsen sowie kleinen Achtsamkeits- und Körperübungen wollen wir uns bewusst auf das neue Jahr einstellen.

Kooperationsveranstaltung mit der
kfd Herreshoff.

Bitte mitbringen: warme und bequeme
Kleidung, dicke Socken, alte Zeitschriften

Leitung: Andrea Herzog-Legewie,
Bildungsreferentin
kfd Diözesanverband
Aachen, Gestaltpädagogin
und psychologische
Beraterin



Pfarrheim Herz-Jesu
Herreshoff
Schaffenbergstraße 7
41352 Korschenbroich



Fr, 16.01.2026,
15.00 bis 18.30 Uhr
mit anssl. Imbiss



Teilnahmebeitrag:
für kfd-Mitglieder 5,00 €
Nicht-Mitglieder 7,00 €

Anmeldung:
Anita Jepkens, 02161 644646
oder per Mail an:
[kfd-herreshoff@
katholisch-korschenbroich.de](mailto:kfd-herreshoff@katholisch-korschenbroich.de)

happy
new
year

Sing mit!

... im kfd Chor

Singen steigert das Wohlbefinden, regt die Produktion von Glückshormonen an, stärkt die Abwehrkräfte und Atmung und schenkt persönliche Erfüllung und Energie, die Schwierigkeiten des Alltags zu meistern.

Sing mit in unserem kfd Chor, der sich mindestens sechs Mal im Jahr zum Proben trifft und bei der einen oder anderen kfd-Veranstaltung auftritt. Wenn du bereits Mitglied im kfd Chor bist, brauchst du dich nicht neu anmelden. Weitere Sängerinnen sind herzlich willkommen!

Referentin: Susanne Wallrath,
Organistin und Chorleiterin



Haus der Regionen
Bettrather Straße 22
41061 Mönchengladbach



Sa, 17.01., 23.05. und 12.09.2026
10.00 bis 12.00 Uhr



Pfarrheim Herz Jesu
Kneinstraße 64
47807 Krefeld-Königshof



Sa, 21.03., 18.07. und 21.11.2026
10.00 bis 12.00 Uhr



Teilnahmebeitrag/Jahr:
kfd-/Mitglieder 18,00 €
Nicht-Mitglieder 36,00 €



Anmeldung:
jederzeit möglich an
kfd Diözesanverband Aachen,
Kontaktdaten siehe Rückseite.
Bitte Mailadresse angeben!
Veranstaltungsnummer: 21902



Alle reden über KI

Generative KI verstehen und gut aufgeklärt nutzen

Künstliche Intelligenz ist in aller Munde – doch was steckt eigentlich dahinter, wie arbeitet sie, ist sie wirklich intelligent? Und wie kannst du sie sinnvoll für dich einsetzen?

Diese zweiteilige (Online-)Reihe richtet sich an Frauen*, die neugierig sind, sich mit den Grundlagen und Möglichkeiten von generativer Künstlicher Intelligenz vertraut zu machen – ganz ohne Vorkenntnisse.

Inhalte Teil 1: wie Generative KI als Technologie funktioniert, damit du sie aufgeklärt nutzen kannst – praktische Tipps für den erfolgreichen Einsatz, Stichwort Prompt Engineering – ethischen Fragen, die mit KI verbunden sind sowie zukünftigen Entwicklungen, die schon bald Realität werden sollen.

Inhalte Teil 2: Verschiedene Tools kennenlernen und spannende alltägliche Anwendungsfelder entdecken und ausprobieren. Hierzu halte bitte dein Laptop, Tablet oder Smartphone bereit.

Kooperationsveranstaltung mit der Katholischen Arbeitnehmerbewegung im Bistum Aachen (KAB).

Leitung: Nina Rau, Referentin für KI



Online via Zoom



Termin Teil 1: 20.01.2026,
18.00 bis 21.00 Uhr

Veranstaltungsnummer: 21903
auch einzeln buchbar



Termin Teil 2: 27.01.2026,
18.00 bis 21.00 Uhr

Veranstaltungsnummer: 21904
nur in Verbindung
mit Teil 1 buchbar



Teilnahmebeitrag:
kfd-/KAB-Mitglieder 10,50 €
Nicht-Mitglieder 16,00 €
pro Termin, beide Termine
zusammen 18,00 € bzw. 26,00 €



Anmeldung:
bis 15.01.2026 an
kfd Diözesanverband Aachen,
Kontaktdaten siehe Rückseite

Einfallen – Aufstehen – Kröncchen richten – Weitergehen

Wie du Krisen überstehst und daran wächst – Resilienz

Wir leben in krisenhaften und herausfordernden Zeiten und „Resilienz“ ist in aller Munde. Resilienz ist der Schlüssel für einen gesunden Umgang mit Krisen. Doch was bedeutet Resilienz und was macht resiliente Menschen aus?

Resiliente Menschen schaffen es, aus schwierigen Situationen, Krisen oder Schicksalsschlägen möglichst unbeschadet und oft sogar gestärkt hervorzugehen. Sie meistern, woran andere leiden oder verzweifeln.

Diese innere Stärke und Widerstandskraft ist nicht „Gottgegeben“, sondern lässt sich erlernen, stärken und fördern. Wir alle haben die Kraft und Möglichkeit, schwierige Zeiten zu überwinden und daran zu wachsen. An diesem Abend erhältst du einige Impulse und Anregungen zur Stärkung der persönlichen Resilienz.

Kooperationsveranstaltung mit der kfd in Aachen-Eilendorf.

Leitung: kfd St. Severin
in Aachen-Eilendorf

Referent:in: Andrea Herzog-Legewie,
Bildungsreferentin
kfd Diözesanverband Aachen,
Gestaltpädagogin und
psychologische Beraterin



Pfarrheim St. Severin
Marienstraße 58
52080 Aachen



Mi, 28.01.2026,
17.00 bis 21.00 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kostenfrei, inkl. Imbiss.
Freiwillige Spende willkommen!



Anmeldung:
bis 15.01.2026
an Ulrike Begiebing,
kfd Eilendorf 0241 550662 oder
u.begiebing@googlemail.com

Frauenorte als spirituelle Räume

Willkommen an der kfd-AustauschBar!

Bei der AustauschBar im Januar nehmen wir euch mit auf eine Entdeckungsreise zu besonderen Frauenorten – spirituelle Räume, die Kraft geben, inspirieren und einfach guttun. Diese Orte sind mehr als nur Plätze; sie sind lebendige Zeichen für weibliche Spiritualität und zeigen, wie viel Power und Widerstandskraft im gemeinsamen Glauben steckt. In der Auseinandersetzung mit diesen spirituellen Frauenorten stärken wir unsere Vision: Eine Gemeinschaft, in der alle Frauen* ihren Glauben mutig und selbstbewusst leben, miteinander wachsen und sich gegenseitig empowern. Gemeinsam schaffen wir Räume, in denen Spiritualität lebendig wird und Frauen* sich authentisch entfalten können.

Wenn ihr über dieses Thema mit Regina Schulz (Diözesanvorsitzende des kfd Diözesanverbands Aachen) und Yasmin Raimundo (geistliche Leiterin) ins Gespräch kommen wollt, meldet euch gerne an.

Leitung: Yasmin Raimundo,
Geistliche Leiterin
kfd Diözesanverband,
Regina Schulz,
Diözesanvorsitzende



Online via Zoom



Do, 29.01.2026,
19.00 bis 20.00 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kostenfrei



Anmeldung:
bis 27.01.2026 an
kfd Diözesanverband Aachen,
Kontaktdaten siehe Rückseite
Veranstaltungsnummer: 21906

Finanzielle (Alters-) Vorsorge für Frauen


Vortrag und Informationen über verschiedene Möglichkeiten der Geldanlage und Vorsorge


Ob zum Start ins Berufsleben, als Vorbereitung für den Ruhestand oder zum Sparen für die Kinder und Enkel... Für die Vorsorge ist es nie zu spät.


Online-Veranstaltung der kfd im Diözesanverband Paderborn.


Leitung: Lena Lappe, Finanzanalystin



 Online via Zoom

 Di, 03.02.2026,
19.00 bis 21.15 Uhr

 Teilnahmebeitrag:
kfd-Mitglieder 6,00 €,
Nicht-Mitglieder 12,00 €

 Anmeldung:
[www.kfd-paderborn.de/
bildungsprogramm](http://www.kfd-paderborn.de/bildungsprogramm) oder
per Mail an:
sekretariat@kfd-paderborn.de
Veranstaltungsnummer: A3

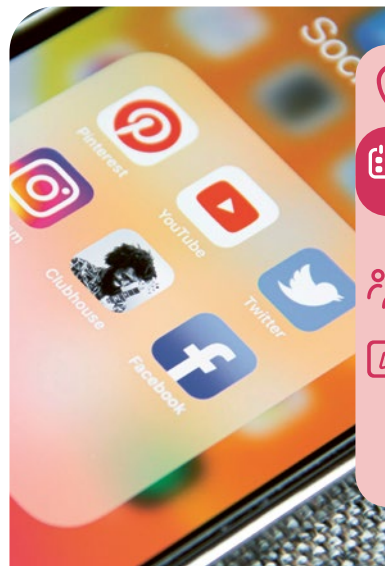
Facebook, Instagram & Co


Social Media für Ortsgruppen

Immer mehr kfd-Gemeinschaften nutzen Social-Media-Kanäle wie Facebook und Instagram, um ihre Angebote und kfd-Inhalte zu verbreiten. In dieser Online-Schulung wird ein Überblick über die Möglichkeiten von Facebook und Instagram gegeben.


Online-Veranstaltung der kfd im Diözesanverband Paderborn


Leitung: Vanessa Schmidt, Mediengestalterin



 Online via Zoom

 Di, 10.02.2026,
19.00 - 21.15 Uhr

 Teilnahmebeitrag:
kfd Mitglieder 6,00 €,
Nicht-Mitglieder 12,00 €

 Anmeldung:
[www.kfd-paderborn.de/
bildungsprogramm](http://www.kfd-paderborn.de/bildungsprogramm) oder
per Mail an:
sekretariat@kfd-paderborn.de
Veranstaltungsnummer: A4

Kann Würde durch den Magen gehen?

Würde = unantastbar – BrotZeit und Inspiration

„Du bist mir wie aus dem Gesicht geschnitten“, sagt Gott. „Die Würde ist unantastbar“, so lautet der Artikel 1 unseres Grundgesetzes. Wie gingen wir wohl mit uns selber, mit anderen Menschen und mit der Natur um, wenn uns das immer bewusst wäre?

An diesem Abend nähern wir uns dem Thema in Gemeinschaft und auf verschiedene Weise. Wir können dadurch an ein großes Netzwerk andocken – rund um den Diakon und Bildhauer Ralf Knoblauch und seine König*innenfiguren, die er als Botschafter*innen der Menschenwürde in die Welt sendet.

Was dich erwartet: Brotzeit-Brettchen mit Brennstempel „Würde unantastbar“ gestalten, Brotzeit mit Käse, Dips und Getränken, spirituelle Impulse und Austausch zur Achtung der Würde im kleinen und großen gesellschaftlichen Miteinander.

Kooperationsveranstaltung mit dem Katholischen Forum in Mönchengladbach und dem Netzwerk für Menschenwürde und Demokratie.

Leitung: Ellen Weitz,
Religionspädagogin,
zertifizierte Bibliologin und
Monika Schmitz, geistliche
Begleiterin der kfd Liedberg



Haus der Regionen
Bettrather Straße 22
41061 Mönchengladbach



Mi. 25.02.2026,
19.00 bis 21.30 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kostenfrei, Spende für
Verpflegung und
ggf. 2. Brettchen willkommen.



Anmeldung:
bis 18.02.2026 an
forum-mg-hs@bistum-aachen.de
oder telefonisch 02161 980644
Veranstaltungsnummer:
26-2MG5003

„Wie es Euch gefällt...“

Basistreff Bildungsplanung

Nach dem Erfolg im letzten Jahr, laden wir auch in diesem Jahr wieder alle interessierten kfd-Mitglieder zu einem Bildungsplanungstreffen ein, bei dem ihr unser Bildungsprogramm „Frauenzeiten“ mitgestalten und euch mit anderen Frauen* für gemeinsame Aktionen vernetzen könnt. Mit kreativen Methoden, in netter Atmosphäre, gemeinsam Ideen und Projekte entwickeln ist Ziel dieses Tages!

Bring deine Ideen oder Themen mit, bring sie ein, entwickel sie mit anderen gemeinsam weiter oder macht sogar ein Projekt daraus. Vieles ist möglich, vieles kann, nichts muss.

Leitung: kfd Diözesanvorstand mit Andrea Herzog-Legewie,
Bildungsreferentin kfd Diözesanverband



Bischöfliche Akademie
Leonhardstraße 18-20
52064 Aachen



Sa. 28.02.2026,
10.00 bis 17.00 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kostenfrei



Anmeldung: bis 18.02.2026 an
kfd Diözesanverband Aachen,
Kontaktdaten siehe Rückseite
Veranstaltungsnummer:
21908

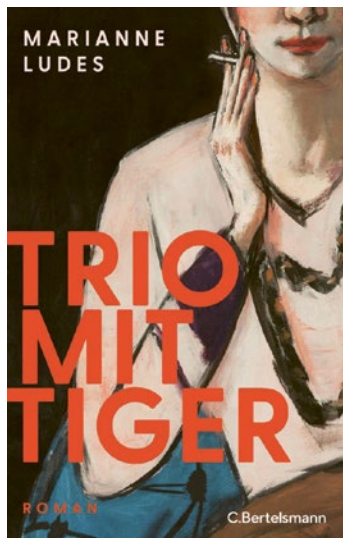


Trio mit Tiger

Lesung zum Weltfrauentag
von und mit der Autorin Marianne Ludes

Lebendig, unterhaltsam und spannend erzählt Marianne Ludes aus dem Leben der Beckmanns: von inniger Liebe, Quellen schöpferischer Inspiration und einer eigenwilligen Freundschaft, die historisch verbürgt ist. Insbesondere Mathilde Beckmann, geborene von Kaulbach, die Geigerin und Sängerin war, ihre Kunst nach der Heirat mit Max Beckmann jedoch nicht ausübte, setzt die Autorin ein funkelndes Denkmal.

Kooperationsveranstaltung mit dem Katholischen Forum in Mönchengladbach und der Buchhandlung Degenhardt.



Buchhandlung Degenhardt
Friedrichsstraße 14
41061 Mönchengladbach



Fr, 06.03.2026,
19.30 bis 21.45 Uhr



Eintritt:
15,00 €, keine kfd-Ermäßigung



Kartenreservierung:
Buchhandlung Degenhardt,
02161 16132 oder info@buchhandlung-degenhardt.de

Die Farben meines Lebens

Experimentelles Malen

In diesem Workshop kannst du mit unterschiedlichen Materialien wie Gips, Pigmenten, Sand, Bindemittel und Schellack experimentieren. Auf Leinwänden, Holztafeln und Papieren werden mit Spachtel, Pinsel oder Händen Materialien auf- und vielleicht auch wieder abgetragen.

Unter fachkundiger Anleitung der Aachener Künstlerin Vera Sous soll so dein individueller künstlerischer Ausdruck entdeckt und gefördert werden.

Das Miteinander kreativ sein, der Austausch von gestalterischen Erfahrungen und das „Erschaffen“ eines persönlichen Kunstwerkes sollen weitere Ziele dieses Tages sein.

Dieses Angebot ist für Anfängerinnen und Fortgeschrittene geeignet.

Kooperationsveranstaltung mit der Kulturwerkstatt Bleiberger Fabrik im Rahmen der Frauenbildungswoche des Frauennetzwerkes in Aachen.

Leitung: Vera Sous, Künstlerin



Bleiberger Fabrik
Bleiberger Straße 2
52074 Aachen
R3 - Atelier



Sa, 07.03.2026,
10.00 bis 16.00 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kfd-Mitglieder 43,50 €
Nicht-Mitglieder 62,00 €

Anmeldung:
bis 02.03.2026 an
kfd Diözesanverband Aachen,
Kontaktdaten siehe Rückseite
Veranstaltungsnummer: 21910



„Frauen, wenn wir heute nichts tun, leben wir morgen wie vorgestern.“ *(Annemirl Bauer)*

Filmabend zum Weltfrauentag

Der Film, den wir an diesem Abend zeigen, ist den ostdeutschen Frauen gewidmet. Denn auch im Land der staatlich verordneten Gleichberechtigung musste diese erst mit langem Atem und harten Bandagen erkämpft werden. Der Film ist eine Ode an all die unbeugsamen und mutigen Frauen der DDR – Arbeiterinnen, Wissenschaftlerinnen, Künstlerinnen, Landwirtinnen – die selbstbewusst ihren Platz in der Metallindustrie und auf dem Feld, in der Kunstwelt und der Wissenschaft einforderten. Die mehr wollten, als Kuchen zum Frauentag. Ein wichtiges, bitter-humorvolles Stück Geschichte, das der einseitig männerzentrierten Geschichtsschreibung wuchtig etwas entgegensetzt. Ein Film über weibliche Kraft und Stärke.

Kooperationsveranstaltung mit der kfd Liedberg und der Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Korschenbroich.

Leitung: Monika Schmitz,
kfd Liedberg,
Andrea Herzog-Legewie,
Bildungsreferentin kfd
Diözesanverband,
Nora Osmani, Gleich-
stellungsbeauftragte der
Stadt Korschenbroich



Sandbauernhof Liedberg
Am Markt 10
41352 Korschenbroich



Do, 12.03.2026,
19.00 bis ca. 21.00 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kostenfrei

Anmeldung:
bis 10.03.2026 an
kfd Diözesanverband Aachen,
Kontakt Daten siehe Rückseite
Veranstaltungsnummer: 21911

Drei Religionen – ein Gott?

Einblicke in Judentum, Christentum und Islam

Gemeinsam möchten wir einen Blick auf die Wurzeln und Verbindungen der drei großen monotheistischen Religionen werfen.

Welche Gemeinsamkeiten gibt es zwischen Judentum, Christentum und Islam?

Worin unterscheiden sie sich in Glauben, Praxis und Tradition?

Und was können wir voneinander lernen – im Geist des Respekts und des interreligiösen Dialogs?

Im Anschluss an den Vortrag besteht Gelegenheit zu Fragen, Austausch und Gespräch.

Kooperationsveranstaltung mit der kfd Wegberg und Beek.

Leitung: kfd Wegberg-Beek

Referentin: Yasmin Raimundo, Geistliche Leiterin kfd Diözesanverband



Wegberger Mühle
Rathausplatz 21
41844 Wegberg



Di, 17.03.2026,
18.30 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kostenfrei



Anmeldung:
bis 10.03.2026 an
Irmgard Fegers, Tel. 02434 3862



Einsam oder gemeinsam – Zusammenhalt?

Bibliolog – die Bibel lebendig werden lassen

Der Bibliolog ist eine moderierte Methode zum Entdecken der Bibel – ein Weg, die Bibel als lebendig und bedeutsam für das eigene Leben zu erfahren.

Er geht zurück auf die jüdische Auslegungstradition des Midrasch und wurde von dem nordamerikanischen Juden Peter Pitzele entwickelt. Die Leitung führt zum Bibeltext hin und geleitet durch ihn hindurch. Dabei lädt sie die Teilnehmenden ein, ihr „Kopfkino“ einzuschalten, die Leerstellen des Textes mit eigenen Assoziationen zu füllen, sich in biblische Rollen hineinzuversetzen und auf ihre Gefühle zu achten.

Lass uns zusammen den Raum der Bibel betreten und in ihr Vertrautes und auch Neues entdecken!

Kooperationsveranstaltung mit dem Katholischen Forum Mönchengladbach.

Leitung: Ellen Weitz,
Religionspädagogin,
zertifizierte Bibliologin



Haus der Regionen
Bettrather Straße 22
41061 Mönchengladbach



Mi, 18.03.2026,
19.00 bis 21.00 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kfd-Mitglieder 7,00 €,
Nicht-Mitglieder 10,00 €



Anmeldung:
bis 10.03.2026 an
forum-mg-hs@
bistum-aachen.de oder
02161 980644

Veranstaltungsnummer:
26-2MG5004

Sicher, schlagfertig und selbstbewusst!

WenDo – Frauen* in Bewegung

WenDo ist ein speziell für Frauen* entwickeltes Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstraining, das Spaß macht. Jede Übung ist freiwillig, NEIN sagen erlaubt!

Du lernst selbstbewusst aufzutreten, deinen Gefühlen zu vertrauen, Gefahren zu erkennen, Situationen einzuschätzen und dich selber ernst zu nehmen. Es geht darum, alles für den persönlichen Schutz zu tun, Opferhaltungen abzubauen, rechtzeitig Grenzen zu setzen und klar den eigenen Willen zu äußern, anstatt sich zu ärgern und einschüchtern zu lassen.

WenDo bringt in Bewegung und tut gut! Weibliche Rollenmuster, die zu Unzufriedenheit und Angst führen, werden abgebaut, damit mehr Raum für eigene Bedürfnisse, Gesundheit und Glück entstehen kann.

Für Frauen* jeden Alters, egal ob sportlich, unsportlich, mit gesundheitlicher Einschränkung oder Beeinträchtigung, dick, dünn, mutig oder schüchtern, solche, die schon einmal an einem Basiskurs teilgenommen haben und auffrischen wollen oder WenDo neu kennenlernen wollen.

Kooperationsveranstaltung mit dem Nell-Breuning-Haus.

Leitung: Claudia Becker,
WenDo-Trainerin



Nell-Breuning-Haus
Wiesenstraße 17
52134 Herzogenrath



Sa, 28.03.2026,
10.00 bis 16.00 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kfd-Mitglieder 62,50 €,
Nicht-Mitglieder 89,50 €,
inkl. Verpflegung



Anmeldung:
bis 12.03.2026 an
kfd Diözesanverband Aachen,
Kontaktdaten siehe Rückseite
Veranstaltungsnummer:
21913

Alle reden über KI

Generative KI verstehen und gut aufgeklärt nutzen

Künstliche Intelligenz ist in aller Munde – doch was steckt eigentlich dahinter, wie arbeitet sie, ist sie wirklich intelligent? Und wie kannst du sie sinnvoll für dich einsetzen?

Hier erhältst du einen verständlichen Einblick in die Welt der KI und entdeckst, welche Möglichkeiten und alltägliche Anwendungsfelder sich dir eröffnen – beruflich wie privat.

Konkret erfährst du

- wie die Technologie Generative KI funktioniert, damit du sie aufgeklärt nutzen kannst,
- praktische Tipps für den erfolgreichen Einsatz, Stichwort Prompt Engineering,
- welche ethischen Fragen mit KI verbunden sind,
- welche zukünftigen Entwicklungen schon bald Realität werden sollen.

Und natürlich wollen wir auch ganz praktisch ausprobieren, wie du KI in deinem Alltag nutzen kannst.

Hierzu bring bitte dein Laptop, Tablet oder Smartphone mit. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kooperationsveranstaltung mit der Katholischen Arbeitnehmerbewegung (KAB) und dem Nell-Breuning-Haus.

Leitung: Nina Rau, Referentin für KI



Nell-Breuning-Haus
Wiesenstraße 17
52134 Herzogenrath



Sa, 18.04.2026,
10.00 bis 17.00 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kfd-/KAB-Mitglieder 41,00€,
Nicht-Mitglieder 59,00 €,
inkl. Verpflegung



Anmeldung:
bis 26.03.2026 an
kfd Diözesanverband Aachen,
Kontakt Daten siehe Rückseite
Veranstaltungsnummer:
21914

Ein offenes Ohr für pflegende Angehörige

Willkommen an der AustauschBar!

Viele kfd-Mitglieder sind von Pflegesituationen im privaten oder beruflichen Umfeld betroffen. Generell leisten Frauen* den Großteil der Pflegetätigkeiten: Pflege ist (meist) weiblich!

Wir laden Pflegende, aktive und ehemalige, Nachbarn und Freundinnen ein, sich miteinander über ihre Erfahrungen auszutauschen.

Was erlebt ihr als Pflegende? Wo bekommt ihr Unterstützung und wo vermisst ihr sie?

Die digitale AustauschBar lädt zum Gespräch ein. Es begrüßen euch eine Referentin des Pflegestützpunktes der StädteRegion Aachen, Hella Fuchte und Claudia Kolletzki.

Leitung: Hella Fuchte, ehemaliges Diözesanvorstandsmitglied
Claudia Kolletzki, Diözesanvorstand



Online via Zoom



Mi, 22.04.2026,
19.00 bis 20.30 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kostenfrei



Anmeldung:
bis 17. April 2026 an
kfd Diözesanverband Aachen,
Kontakt Daten siehe Rückseite
Veranstaltungsnummer: 21915



Unterwegs mit „Bruder Wind“, „Schwester Wasser“ und „Mutter Erde“

Natur-Pilgern auf dem Jakobsweg im Franziskusjahr

Auf dem Jakobsweg ab Neuss deiner Seele begegnen und dabei erfahren: Du bist nicht allein.

In der Natur kannst du Verbindungen zu anderen geschaffenen Wesen, zum Kosmos und zu den Elementen nachspüren. So hat es Franz von Assisi vor 800 Jahren in seinem Sonnengesang beschrieben und darin erstmals die geschwisterliche Verbundenheit von uns Menschen mit allem in der Natur ausgedrückt. Auch die Umwelt-Enzyklika „Laudato Si“ von Papst Franziskus folgte diesem Geist franziskanischer Natur-Spiritualität: „Der Erdboden, das Wasser, die Berge – alles ist eine Liebkosung Gottes.“ Du bist eingeladen, mit diesem zärtlichen Blick unterwegs zu sein – auf Pilgerpfaden, die schon viele Menschen vor dir gegangen sind.

Normale körperliche Fitness wird vorausgesetzt (Strecke ca. 11 km).

Weitere Absprachen mit der Referentin per Mail nach Anmeldeschluss.

Bitte mitbringen: Rucksack mit Proviant, Regen-/Sonnen-Schutz, bequeme und zweckmäßige Kleidung, Wanderschuhe mit Profil, ggf. Sitzunterlage für die Rast.

Kooperation mit dem Katholischen Forum Mönchengladbach und Heinsberg.

Leitung: Ellen Weitz, Religionspädagogin, zertifizierte Bibliologin



Start und Endpunkt:
Bahnhof Holzheim (Neuss)
Bahnhofsstraße 45
41472 Neuss



Sa, 25.04.2026,
10.00 bis 15.30 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kostenfrei, da gefördert aus
NRW-Landesmitteln



Anmeldung:
bis 17.04.2026 an
forum-mg-hs@bistum-aachen.de
oder 02161 980644

Veranstaltungsnummer:
26-2KO5001

Zur Verkündigung berufen!

Bundesweiter kfd-Prädigerinnentag

Seit dem Jahr 2020 melden sich Frauen* aus ganz Deutschland in Gottesdiensten zu Wort und setzen ein Zeichen für eine geschlechtergerechte Kirche. Sie machen damit das Anliegen der kfd öffentlich: Volle Gleichberechtigung von Frauen* und Männern und Zugang von Frauen* zu allen Diensten und Ämtern in der katholischen Kirche.

2025 predigten bundesweit fast 190 Frauen* und traten mit 220 Predigten in die Öffentlichkeit.

Die kfd freute sich über jede interessierte Frau*, die vom 29. April bis 17. Mai 2025 eine Predigt hält.

Der Zeitraum ist jedes Jahr der gleiche und bewusst so gewählt. Er beginnt am 29. April mit dem Fest der heiligen Katharina von Siena – an dem auch der „Tag der Diakonin“ stattfindet – und endet am 17. Mai, dem Fest der Apostelin Junia. Das sind zwei starke Frauen*, die in ihrer Zeit jeweils den Glauben überzeugend und mutig gelebt und verkündet haben.

Unser Bundesverband bietet für Interessierte ein vorbereitendes Online-Seminar an, vom 27.-28.02.2026. Weitere Informationen und Anmeldung über www.kfd.de/bildungsangebote.

Genaue Termine und Orte, an denen kfd-Frauen* in unserem Diözesanverband predigen, könnt ihr ab Frühjahr 2026 den aktuellen Veröffentlichungen entnehmen.



bundesweit



Mi, 29.04. 2026
bis So, 17.05.2026



Teilnahmebeitrag:
kostenfrei



Interesse in unserem
Diözesanverband zu predigen?
Dann melde Dich gerne bei uns:
kfd Diözesanverband Aachen,
Kontaktdaten siehe Rückseite

„NEIN heißt JA zu mir!“

Gewaltfrei Grenzen setzen

Kennst du das? Du sagst „Ja“, obwohl dein Bauch längst „Nein“ ruft. Du willst niemanden enttäuschen, nicht anecken, nicht egoistisch wirken – und bleibst dabei selbst auf der Strecke?

In diesem Workshop tauchen wir ein in die Kunst der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) mit einem besonderen Fokus auf das Nein-Sagen. Denn ein klares Nein ist oft das liebevollste Ja zu dir selbst, zu deinen Bedürfnissen, zu deiner Würde.

Was dich erwartet:

- Humorvolle, alltagstaugliche Übungen zum Nein-Sagen ohne Schuldgefühle
- Einfühlsame Selbstklärung: Was will ich wirklich – und wie sage ich es?
- Kreative Methoden für mehr innere Klarheit und äußere Klarheit

Für Frauen*, die ihre Kommunikationsmuster liebevoll hinterfragen, ihre eigenen kommunikativen Stärken herausfinden und neue Wege gehen wollen – mit Humor, Tiefe und Gemeinschaft.

Kooperationsveranstaltung mit der Konrad-Adenauer-Stiftung e.V. Regionalbüro Rheinland.

Referentin: Christiane Bischof,
Kommunikationstrainerin



Nell-Breuning-Haus
Wiesenstraße 17
52134 Herzogenrath



Fr, 12.06.2026, 16.00 Uhr
bis Sa, 13.06.2026, 17.00 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kfd-Mitglieder 70,00 €,
Nicht-Mitglieder 100,00 €, inkl.
Übernachtung im Einzelzimmer
und Verpflegung. Ohne Über-
nachtung 20,00 € Ermäßigung.



Anmeldung:
bis 30.04.2026 an
kfd Diözesanverband Aachen,
Kontakt Daten siehe Rückseite
Veranstaltungsnummer: 21917

Unsichtbar gemachte und (fast) vergessene Frauen der Bibel

Eine Reise mit Text und Musik

Weißt du, was Hagar auszeichnet oder welche Rolle Hulda zukommt in der Bibel? Warum hören wir so wenig von diesen Frauen im Gottesdienst und wer hat die Leseordnung erstellt? Welche starken Frauen gibt es heute noch, die uns inspirieren können?

Yasmin Raimundo, geistliche Leiterin des kfd Diözesanverbands Aachen, liest Texte, die die Frauen in ein neues und ganz helles Licht rücken. Im Wechsel dazu macht ihr Mann Juan Pablo Raimundo Musik (Gesang und Gitarre) und nimmt die Zuhörenden mit auf eine Reise in Vergangenheit und Gegenwart. Anschließend besteht die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen.

Leitung: Yasmin Raimundo,
Geistliche Leiterin
kfd Diözesanverband
Aachen



kfd Liedberg, Pfarrkirche
St. Georg Liedberg
Landstraße 6
41352 Korschenbroich



Do, 18.06.2026,
18.00 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kostenfrei



Anmeldung:
bis 16.06.2026 an
kfd Diözesanverband Aachen,
Kontakt Daten siehe Rückseite
Veranstaltungsnummer: 21918



Die eigene Mitte finden – ein Tag für mich!

Meditatives Bogenschießen

Beim meditativen Bogenschießen kommt es vor allem auf die innere Einstellung und Haltung an. Sich auf ein Ziel ausrichten und gleichzeitig bei sich selbst sein – die eigene Mitte finden.

Durch das unmittelbare Zusammenspiel von Geist und Körper wird Alltagsstress abgebaut, die eigene Kraft spürbar, Lösungsorientierung und Selbstwirksamkeit erlebt sowie Loslassen und Achtsamkeit geübt. Alles zusammen schafft die Grundlage für mehr innere Ausgeglichenheit und Ruhe.

Vorkenntnisse im Bogenschießen sowie Sportlichkeit sind nicht erforderlich. Ausrüstung wird gestellt.

Bitte bequeme Kleidung, feste Schuhe, evtl. Regensachen oder Sonnenbrille sowie einen Mittagsimbiss mitbringen.

Kooperationsveranstaltung mit dem Nell-Breuning-Haus.

Leitung: Svenja Kormann,
Trainerin meditatives
Bogenschießen,
Bogentherapeutin



Außengelände
Nell-Breuning-Haus
Wiesenstraße 17
52134 Herzogenrath



Sa, 11.07.2026,
10.00 bis 16.00 Uhr



Teilnahmebeitrag:
kfd-Mitglieder 49,00 €,
Nicht-Mitglieder 70,00 €
inkl. Getränke,
ohne Verpflegung.



Anmeldung:
bis 24.06.2026 an
kfd Diözesanverband Aachen,
Kontakt Daten siehe Rückseite
Veranstaltungsnummer: 21919

Zeit für mich – Raum für Wandel – Kraft für Neues!

Kleine Sommer-Auszeit

Gönn dir eine besondere Auszeit, zusammen mit anderen Frauen* in wundervoller Natur rund ums Wilhelm Kliewer Haus. Ein Wochenende voller Achtsamkeit, Selbstliebe und innerer Stärkung. Zeit zum Innehalten, Reflektieren und mit neuen Impulsen für dein Leben. Mit kreativen Methoden u.a. aus der Biografiearbeit und Erkenntnissen aus der Glücks- und Resilienzforschung machen wir uns auf den Weg ...

Leitung: Andrea Herzog-Legewie, Bildungsreferentin kfd Diözesanverband, Gestaltpädagogin und psychologische Beraterin



Wilhelm Kliewer Haus
Ungermannsweg 8
41169 Mönchengladbach



Sa, 22.08.2026, 10.30 Uhr bis
So, 23.08.2026, 16.30 Uhr

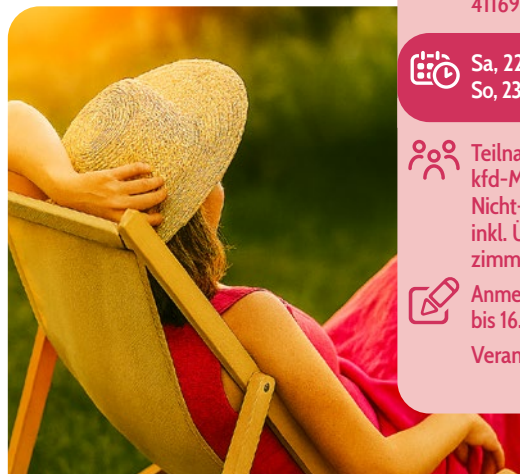


Teilnahmebeitrag:
kfd-Mitglieder 154,00 €,
Nicht-Mitglieder 220,00 €,
inkl. Übernachtung im Einzelzimmer und Verpflegung.



Anmeldung:
bis 16.07.2026

Veranstaltungsnummer: 21921



Wir sind für Euch da!

Melde dich gerne bei uns mit deinen Fragen, Anliegen und Wünschen rund um die kfd

kfd Geschäftsstelle v.l.n.r.:

Eva-Maria Hertkens, Geschäftsführung

Andrea Herzog-Legewie, Bildung und Beratung

Sara Antunez, Verwaltung und Buchhaltung

Sandra Mertens, Sekretariat und Mitgliederverwaltung



Noch kein Mitglied?

Gemeinsam mehr bewegen:

www.kfd-aachen.de/mitgliedschaft/mitglied-werden/

Noch unentschieden?

Dann entdecke das MEHR im Verband: mit einer Schnuppermitgliedschaft im kfd Diözesanverband Aachen

- 6 Monate Laufzeit ohne Mitgliedsbeitrag
- 3 Ausgaben der Mitgliederzeitschrift „Junia“
- 30 % Ermäßigung für zwei Bildungsveranstaltungen
- automatische Beendigung ohne weitere Verpflichtung



Wusstest du schon, dass du
als Mitglied bei unseren
Veranstaltungen 30 % Ermäßigung
bekommst?



www.kfd-aachen.de/die-kfd-aachen/Service/mitglied-werden/schnuppermitgliedschaft/

Impressum



KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS

Diözesanverband Aachen

Information und Anmeldung:

kfd Diözesanverband Aachen e.V.
Klosterplatz 4, 52062 Aachen

Telefon: 0241 / 452 - 452

E-Mail: info@kfd.bistum-aachen.de

Teilnahmebedingungen:

kfd-aachen.de/veranstaltungen/teilnahmebedingungen/

Die kfd im Netz:

Web: www.kfd-aachen.de

Facebook: kfdDVAachen

Instagram: kfd_aachen

Newsletter-Anmeldung über die Webseite

kfd-aachen.de/die-kfd-aachen/Service/newsletter/

WhatsApp-Newsletter:

Zur Anmeldung die Telefonnr. 0178 3132537 unter dem Namen „kfd Aachen Newsletter“ im eigenen Telefonbuch speichern. Dann eine Nachricht über WhatsApp mit dem Text „Anmeldung Newsletter“ an „kfd Aachen Newsletter“ schicken.

Bilder:

Titelseite: KI generiert

Bogenschießen: Svenja Kormann

kfd-AustauschBar: unsplash, Priscilla du Preez

Bildungsplanung: unsplash, Mika Baumeister

Pflegende Angehörige: unsplash, Lima Dulcey

Bibel: pixabay

Drei Religionen: unsplash, Elena-Mozhvilov

Kino: unsplash, Behrooz

Geschäftsstelle: kfd Diözesanverband Aachen e.V.

andere: KI generiert

gedruckt auf: Recyclingpapier, Blauer Engel, FSC