

Aha!



...deshalb bist du beim FRAUENBUND

# FRAUENBUND – nur einige

## Kontakt und Gemeinschaftsgefühl

Im Frauenbund treffen Sie Frauen

- jeden Alters, mit ganz unterschiedlichen Interessen
- die miteinander feiern und gemeinsam etwas unternehmen
- die Sie auch in schwierigen Situationen nicht allein lassen und Sie ganz praktisch unterstützen
- die sich politisch und ehrenamtlich für die unterschiedlichsten Projekte vom Kampf gegen Frauenhandel bis zum Seniorenbesuchsdienst engagieren

„ Als ich damals neu zugezogen bin, habe ich mich anfangs wirklich einsam gefühlt – bis ich die Eltern-Kind-Gruppe des Frauenbundes entdeckt habe. Dort habe ich Christine und Sonja kennengelernt. Wir haben gemeinsam eine ganze Menge unternommen. Heute sind wir die besten Freundinnen. “



## KDFB Engagiert – Die Christliche Frau

Unsere Verbandszeitschrift

- erscheint ganz ohne Werbung 11 x im Jahr
- ist im Mitgliedsbeitrag enthalten
- packt heiße Eisen an und liefert jede Menge Berichte und Reportagen, immer aus der Frauenperspektive
- informiert Sie über alles, was im Verband läuft
- bringt Ideen und Tipps für die eigene Arbeit und das eigene Leben

„ Endlich eine Frauenzeitschrift, die sich überhaupt nicht mit Mode und Diäten beschäftigt! Ich finde jeden Monat Reportagen und Berichte, die mich ganz persönlich betreffen. Erst neulich war ein Artikel drin über Mutter-Tochter-Beziehungen, über den wir beide intensiv diskutiert haben. “



## Unsere Bildungsangebote – speziell für Frauen

Der Frauenbund bietet Ihnen

- kostenlose Vorträge in der Frauengruppe vor Ort, z. B. aus den Bereichen Gesundheit, Erziehung, praktische Lebenshilfe und Selbsterfahrung
- Seminare vom Meditativen Tanz bis zur Rhetorikschulung, von Eltern-Kind-Angeboten bis zum Gedächtnistraining und viele interessante Angebote mehr
- Arbeitshilfen mit vielen praktischen Tipps für die Weiterarbeit in der eigenen Frauengruppe
- Mehrteilige Kurse mit Zertifikat, mit denen Sie sich persönlich und beruflich weiter entwickeln

„ Ganz egal ob man Familienfrau oder alleinstehend, berufstätig oder ehrenamtlich engagiert ist, beim Seminarangebot des Frauenbundes ist wirklich für jede etwas dabei. Ich habe gerade ein Seminar über den Umgang mit Konflikten besucht. Erste Erfolge merke ich schon beim Diskutieren mit meinem 17-jährigen Sohn. “



# von vielen guten Gründen

## Glaube und Spiritualität

Glaube – wie ihn der Frauenbund versteht – heißt, dass Frauen

- ihren Glauben immer wieder neu entdecken
- Kirche aktiv mitgestalten
- eine partnerschaftliche Kirche als Ziel vor Augen haben
- ihren Kindern den Glauben vermitteln
- sich für eine lebendige Ökumene stark machen

„ Ich war lange auf der Suche nach Frauen, die sich mit ihrem Glauben offen auseinandersetzen. Die Frauenbundgruppe bei uns im Ort prägt das spirituelle Leben in unserer Gemeinde mit. Dazu gehört, dass wir gemeinsam Kirchenfeste feiern, aber auch Wallfahrten oder Frauengottesdienste veranstalten. “



## Engagement

Die Frauenbundfrauen wollen mit ihrer Einsatzbereitschaft etwas bewegen.

- Wir vertreten die Interessen von Frauen und setzen uns für Gleichberechtigung und Chancengleichheit von Frauen in Kirche, Politik und Gesellschaft ein.
- Motiviert durch unseren christlichen Glauben engagieren wir uns in sozialen Projekten und wollen die Lebensbedingungen von Frauen – weltweit – verbessern.
- Im Bewusstsein der Verantwortung für Mitmensch und Umwelt sind wir gesellschaftspolitisch engagiert und starten Aktionen und Projekte.

„ Ich trinke fair gehandelten KDFB Kaffee, weil ein verantwortlicher Lebensstil mit der täglichen Tasse Kaffee am Morgen beginnt. Damit unterstütze ich die Kaffeebäuerinnen in Honduras direkt und kann so meinen Beitrag zu einer gerechteren Welt leisten. Außerdem finde ich es toll, dass sich der Frauenbund für uns Menschen einsetzt, z. B. beim Thema Lohngerechtigkeit oder der Vereinbarkeit von Familie und Beruf! “



Kaffeegenuss zum fairen Preis

## Unsere Werke

### Der VerbraucherService Bayern

als Fachverband für Verbraucherberatung und Hauswirtschaft

- ermöglicht Mitgliedern kompetente und kostenlose Kurzberatung
- bietet Vorträge, z. B. alles was Recht ist, Energiesparen, Praktische Vorführungen, Haushalts-Training
- steht für qualifizierte Berufs- und Weiterbildung in der Hauswirtschaft
- engagiert sich für VerbraucherInneninteressen in Öffentlichkeit und Politik



### Die Landfrauenvereinigung

ist für alle Frauen da, die auf dem Land wohnen und leben. Sie

- unterstützt Aktionen zur Verbesserung der Lebensqualität in den Dörfern
- bietet Frauen Vorträge und Seminare zu aktuellen Themen des ländlichen Raumes
- hält das Interesse an Tradition und christlichem Brauchtum wach
- arbeitet in vielen Orten beim Agenda-Prozess mit



## Wollen Sie...

- ... Teil einer Idee sein
- ... Spiritualität leben und Sinn erleben
- ... durch Frauennetzwerke konkrete Hilfen im Alltag erfahren
- ... Ihre Persönlichkeit weiterbilden und neue Horizonte und Kontakte erschließen
- ... in der Gruppe diskutieren, feiern und etwas bewegen?

Ja!

## Dazugehören lohnt sich – Vorteile für Mitglieder:

- Kontakte, Gemeinschaft und Vertretung Ihrer Interessen als Frau in der Gesellschaft
- 11 x im Jahr Zeitschrift „Engagiert“
- Kostenlose Vorträge und finanzielle Vergünstigungen bei allen Seminarangeboten des Frauenbundes
- Informationen in allen VerbraucherInnenfragen und Fragen der Hauswirtschaft, Ernährung und Umwelt beim Verbraucher-ServiceBayern
- Persönlichkeitsbildung
- Versicherungsschutz

**Jahresbeitrag: 25 Euro**

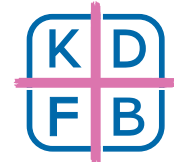
## Der Frauenbund ist

- eine große Gemeinschaft von derzeit über 64.000 Frauen in 473 Zweigvereinen, jungen Gruppen und Eltern-Kind-Gruppen in der Diözese Regensburg
- ein Verband, der mit bundesweit ca. 220.000 Mitgliedern gesellschaftlich etwas bewegen kann und sich für Gleichberechtigung und Chancengleichheit stark macht
- ein Verband von Frauen für Frauen, der für soziales und gesellschaftliches Engagement steht

## Interessiert?

Dann „Herzlich willkommen“ im Frauenbund!

Gemeinsam stark im Verband!



Katholischer Deutscher  
**FRAUENBUND**

Möchten Sie mehr wissen, dann nehmen Sie doch einfach Kontakt zu Ihrer KDFB-Frauengruppe vor Ort auf oder rufen Sie uns an. Wir freuen uns, von Ihnen zu hören!

Katholischer Deutscher Frauenbund  
Diözesanverband Regensburg e.V.  
Obermünsterplatz 7, 93047 Regensburg  
Tel. 0941 / 597-2224

[frauenbund@frauenbund-regensburg.de](mailto:frauenbund@frauenbund-regensburg.de)  
[www.frauenbund-regensburg.de](http://www.frauenbund-regensburg.de)

...deshalb bin ich beim FRAUENBUND