



# FRAUENBUND REGENSBURG



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

es ist der 2. Februar, 8.00 Uhr morgens. Wie in den letzten Tagen sitze ich auch heute wieder vor einem leeren Word-Dokument und überlege, welches Thema ich für mein Vorwort nehmen soll. Es gibt so viele Frauenthemen, die mir am Herzen liegen – Abschaffung des Anrechnungsbetrags bei der Hinterbliebenenrente, gestaffelter Mutterschutz, Gewalt an Frauen, fehlende Frauenhausplätze... Ich kann mich nicht entscheiden. Ok, es ist 10.00 Uhr – ich gehe erst mal in den Gottesdienst. Bekanntes Evangelium über die Darstellung des Herrn im Tempel. Meine Gedanken kreisen um das Vorwort. Dann nimmt der Pfarrer meiner Heimatpfarre nicht das lange Warten Hannas und Simeons in den Mittelpunkt seiner Predigt, sondern die Begegnung der beiden mit Jesus. Jetzt habe ich mein Thema!

### BEGEGNUNG

Ich bin in den letzten Monaten vielen Frauen in den Zweigvereinen begegnet. Bei Adventsfeiern, Jubiläen und Jahreshauptversammlungen waren es Begegnungen mit Frauen aller Generationen mit ihren individuellen Lebensläufen, unterschiedlichen Sozialisationen und gesellschaftspolitischen Ansichten und doch hat alle etwas verbunden: Die Gemeinschaft im Frauenbund mit wertschätzender Begegnung. Manche etwas abwartend oder zögerlich, manche in freudiger Erwartung, aber alle in der Gewissheit hier willkommen zu sein. Und so möchte ich Sie alle auffordern: Kommen Sie zu den Veranstaltungen Ihres Zweigvereins, kommen Sie zu den Bildungsveranstaltungen unseres Bildungswerks und nehmen Sie teil an den Angeboten der einzelnen Bezirke. Begegnen Sie Frauen, die wie Sie unsere Gemeinschaft schätzen. Bereichern Sie dadurch unseren Frauenbund und sich selbst.

Ich möchte Sie einladen zu einem großen Fest der Begegnung: Zur **KDFB-Diözesanwallfahrt am 31. Mai am Eichlberg bei Hemau**. Begegnen Sie dort Frauen aus der gesamten Diözese Regensburg. Feiern wir gemeinsam ein Fest des Glaubens und der Begegnung unter dem Motto „Wir sind Pilgerinnen der Hoffnung“. Unsere Geistliche Beirätin Birgitt Pfaller und unsere Bildungsreferentin Katharina Libon haben den Gottesdienst vorbereitet. Lassen Sie sich berühren von einem Gottesdienst, der von Frauen für Frauen gestaltet wird. Und anschließend begegnen wir uns beim Sommerfest.

Feiern wir gemeinsam ein großes Fest unseres Glaubens und unserer Gemeinschaft. Begegnen wir uns in der Gewissheit:

**Wo zwei oder drei in meinem Namen  
versammelt sind, da bin ich unter ihnen.**

Ich freue mich auf die Begegnung mit Ihnen.  
Es grüßt Sie herzlichst

*Ilona Grabinger-Lache*

Ilona Grabinger-Lache  
stellv. Diözesanvorsitzende

# Starke Frauen, starke Gemeinschaft

## Ehrenamt im KDFB

Frauen, die im KDFB Diözesanverband Regensburg ein Ehrenamt übernehmen, haben die Möglichkeit, wirklich etwas zu bewegen. Ob im Zweigverein, in Gremien oder als Sprecherinnen des Verbands – etwa 1.700 Frauen engagieren sich hier verantwortungsvoll und machen einen positiven Unterschied.

Der KDFB stärkt Frauen darin, sich in Politik, Gesellschaft und Kirche Gehör zu verschaffen. Jede Frau wird ermutigt, ihre Fähigkeiten einzubringen, anderen Menschen Mut zu machen und neue Herausforderungen anzunehmen.

Um ehrenamtlich Engagierte und Interessierte bestmöglich zu unterstützen, bietet der Diözesanverband gemeinsam mit dem Bildungswerk eine Vielzahl an Bildungsveranstaltungen an. Diese ermöglichen es, Neues zu lernen, Fähigkeiten weiterzuentwickeln und sich in einem geschützten Raum auszuprobieren.



**Monika Sommer,**  
Bezirksleiterin  
Bezirk Tirschenreuth

Freude am KDFB-Ehrenamt macht mir, Mitglied in einer Gemeinschaft zu sein. In einer Gemeinschaft, die Frauensolidarität lebt und sich parteiunabhängig für die Rechte von Frauen einsetzt. Das Ehrenamt fasziniert mich immer noch, weil es mir ermöglicht, meinen Horizont zu erweitern und wertvolle Kontakte zu knüpfen. Das Engagement für den KDFB empfinde ich als Bereicherung.



**Andrea Halbauer,**  
Vorsitzende Zweigverein  
Bad Abbach

Im Ehrenamt habe ich die Chance, Dinge zu bewegen, vor Ort soziale und gesellschaftliche Verantwortung zu übernehmen. Beim Frauenbund habe ich gelernt, auch über den Tellerrand im Zweigverein hinauszuschauen, Teil eines Teams zu sein, neue Dinge zu lernen, Frauensolidarität in unserer Zeit zu stärken und vor allem dabei immer jede Menge Spaß zu haben.

**Freude und Vielfalt** – Das ehrenamtliche Engagement im KDFB ist so vielfältig wie die Frauen, die sich dafür einsetzen. Es bereichert das Leben und bringt Freude, indem es die Gemeinschaft stärkt und positive Veränderungen bewirkt.

*Karin Uschold-Müller*

## Ehrenamtliche stärken

### Veranstaltungen für ehrenamtlich Engagierte

#### Online-Veranstaltung

#### Öffentlichkeitsarbeit – gewusst wie!

Für alle, die im Zweigverein für die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit zuständig sind

**Termin** Dienstag, 29. April 2025,  
17.00 bis 19.00 Uhr

#### Referentin

Rebekka Wach, Bildungsreferentin

#### Anmeldung

bis 22. April 2025

#### Online-Vortrag

#### Praxiswissen Datenschutz für kleine Vereine/ Zweigvereine

**Termin** Freitag,  
9. Mai 2025,  
16.00 bis 18.00 Uhr

#### Referent

Jochen Weisser, Jurist

#### Anmeldung

bis 2. Mai 2025

#### Workshop

#### Rhetorik und Kommunikation – so kann's gehen!

Rhetorik, Moderation, Kommunikation im Team, neue Frauen ansprechen

**Termin** Freitag, 6. Juni 2025,  
13.00 bis 18.00 Uhr

#### Referentinnen

Martha Bauer, Diözesanvorsitzende  
Katharina Libon, Bildungsreferentin

#### Anmeldung

bis 23. Mai 2025

Weitere Informationen und  
die Möglichkeit zur Anmeldung:  
[www.frauenbund-regensburg.de/  
programm](http://www.frauenbund-regensburg.de/programm)

**Gelungener Jahresauftakt:**

## **Neujahrsempfang des KDFB Diözesanverbands Regensburg**

Am 11. Januar 2025 lud der Katholische Deutsche Frauenbund (KDFB) Diözesanverband Regensburg zum ersten Mal zu einem Neujahrsempfang ein. Mit dieser Veranstaltung bedankt sich der KDFB Diözesanverband bei den Bezirksleitungen und den Mitarbeiterinnen in den Kommissionen und Arbeitskreisen.

Der Tag begann in geselliger Runde mit einem zünftigen Weißwurstfrühstück im historischen Lokal Katharinenspital. In gemütlicher Atmosphäre bot sich den Teilnehmerinnen die Gelegenheit zum Austausch und zur Einstimmung auf das neue Jahr. Die Diözesanvorsitzende Martha Bauer betonte bei der Begrüßung:

**Ohne Sie alle wäre unsere Arbeit im Diözesanverband nicht machbar! Ein herzliches Vergelt's Gott für Ihr Engagement.**

Nach der kulinarischen Stärkung stand ein Besuch der ansässigen Brauerei auf dem Programm. Die Teilnehmerinnen erhielten spannende Einblicke in die Kunst des Bierbrauens und konnten die Vielfalt der dort hergestellten Biere bei einer Verkostung genießen.

Ein besonderer Höhepunkt des Tages war die Wort-Gottes-Feier mit der Geistlichen Beirätin Birgitt Pfaller. In ihrer Andacht lud sie die Anwesenden dazu ein, all ihre



Vor malerischer Kulisse versammelten sich die Teilnehmerinnen des Neujahrsempfangs.

Bitten und Sorgen vor Gott zu bringen und das neue Jahr mit Zuversicht, Hoffnung, Mut und viel Licht zu beginnen.

Zum Abschluss kamen die Teilnehmerinnen noch einmal zusammen, um bei Kaffee und Kuchen den gelungenen Tag Revue passieren zu lassen. Der Neujahrsempfang war somit nicht nur ein schöner Start ins neue Jahr, sondern auch eine wertvolle Gelegenheit für Begegnung, Austausch und Besinnung.

*Katharina Libon*



Der Danke-Tag begann mit einem Weißwurstfrühstück im Lokal Katharinenspital



Eine Erkundungstour durch die Brauerei stand auf dem Programm

Fotos: Katharina Libon



## Bezirksleiterinnen-Konferenz in Windischeschenbach

**Ende Januar trafen sich die Bezirksleiterinnen zur Bezirksleiterinnenkonferenz im Haus Johannisthal, Windischeschenbach. Ziel der zweitägigen Veranstaltung war der Austausch zwischen den Bezirken und dem Diözesanvorstand über aktuelle Themen.**

Die Veranstaltung begann mit einer herzlichen Begrüßung durch die Diözesanvorsitzende Martha Bauer. Anschließend hielt Michael Lorenzet einen informativen Vortrag über Versicherungen, die im Rahmen von Frauenbund-Aktivitäten greifen. Im Anschluss beantwortete er spezifische Fragen des Plenums.

### Filmvorführung und Reflexion

Ein Highlight des ersten Tages war die Vorführung des Films „Kurzschluss“, organisiert vom Arbeitskreis Film. Die anschließenden Impulse regten zur Reflexion der behandelten Thematik über Neujahrsvorsätze an und führten zu einem lebendigen Austausch unter den Teilnehmerinnen.



**Im Zentrum der zweitägigen Tagung standen lebhaftes Diskussionen und intensiver Austausch zu den Themen des Frauenbunds.** Fotos: Clara Schmeller

### Andacht und besinnliche Einstimmung

Der zweite Tag begann nach dem Frühstück mit einer Andacht, gestaltet von der geistlichen Beirätin Birgitt Pfaller. Die besinnliche Einstimmung auf den Tag fand großen Anklang bei allen Teilnehmerinnen.

### Einheiten zur politischen Willensbildung

Im Mittelpunkt des zweiten Tages standen zwei Einheiten zur politischen Willensbildung. Zunächst beleuchtete



**Die Bezirksleitungen und Diözesanvorsitzenden tagten im modern gestalteten Haus Johannisthal.**

Martha Bauer, wie der Frauenbund bereits politische Veränderungen bewirken konnte und verdeutlichte die Brisanz der politischen Einflussnahme auf Frauenrechte. Diskussionsfragen regten dazu an, die eigene Rolle und Verantwortung im politischen Engagement zu reflektieren.

Josefa Bauer betonte, dass sich Frauen auch für die nachfolgenden Generationen einsetzen müssen. Sie hob hervor, dass frühere Generationen sich intensiv dafür eingesetzt haben, damit Frauen die Rechte erlangen, die für uns heute selbstverständlich sind.

Im zweiten Teil stand das Thema der Senkung des Mindestalters für eine Mitgliedschaft beim KDFB auf der Agenda. Der Vorschlag, das Mindestalter auf 14 Jahre festzulegen – da Jugendliche ab diesem Alter als religionsmündig gelten – fand breite Zustimmung und wird nun von der Vorstandschaft weiterverfolgt.

### Dank und Ausblick

Zum Ende der Veranstaltung dankte Martha Bauer den Teilnehmerinnen für ihr Engagement und unterstrich, dass sich die Frauenbund-Gemeinschaft mit Gott an der Seite hoffnungsvoll auf den Weg durch das Jahr 2025 machen kann.

*Clara Schmeller*

Reine Frauenorganisationen sind äußerst selten im Kaffeesektor. Eine von ihnen ist der GEPA-Partner APROLMA (Asociación de Productoras Libres de Marcala). Ziel dieser 2013 gegründeten Frauenkooperative ist die Vermarktung von hochwertigem Bio-Kaffee.

Kleber Cruz-García, GEPA-Einkaufsmanager, erzählt uns etwas über die Zusammenarbeit mit der Organisation: APROLMA ist eine beeindruckende Organisation in Honduras, die aus 69 Kaffeebäuerinnen besteht. Gemeinsam bewirtschaften sie etwa 196,82 Hektar Land und exportieren jährlich rund 219,46 Tonnen Rohkaffee. Der Großteil davon geht in den solidarischen Handel, während etwa 17 % im fairen Handel vermarktet werden.

### **Wie bewerten Sie die Qualität der Zusammenarbeit?**

Die Zusammenarbeit mit APROLMA ist durchweg positiv. Unsere Verbindung bleibt auch bei schwankenden Marktpreisen stabil. Zudem sind sowohl die Kommunikation als auch der Exportservice hervorragend. Die Qualität des Rohkaffees ist ebenfalls auf einem sehr hohen Niveau.

### **Wie hat sich APROLMA aus Ihrer Sicht entwickelt?**

APROLMA hat sich in den letzten Jahren sehr gut entwickelt. Es ist bemerkenswert, dass sie ihre gesamte Kaffeeproduktion verkaufen können – das ist im Kaffeegeschäft keineswegs selbstverständlich. Besonders im solidarischen Handel erzielen sie sehr gute Preise, was zu einem überdurchschnittlichen Einkommen für die Mitglieder führt. Wenn ich das mit anderen Organisationen in der Region vergleiche, geht es APROLMA gut.

### **Welche Investitionen hat die Organisation zuletzt getätigt?**

Sie haben viel in ihre Infrastruktur investiert, darunter neue Büroräume und moderne Aufbereitungsanlagen für Rohkaffee. Diese Investitionen geben ihnen mehr Flexibilität und machen sie unabhängiger von externen Dienstleistern, was besonders in der Hochsaison ein großer Vorteil ist.



**Eine Kaffeebäuerin bei der Arbeit**  
Foto: GEPA – The Fair Trade Company

## **APROLMA** **Erfolgsgeschichte einer Frauenkooperative im Kaffeesektor**

### **Kleber Cruz-García im Interview**

#### **Welche Herausforderungen sehen Sie für APROLMA?**

Es gibt mehrere Herausforderungen. Ein großes Problem ist die Finanzierung der Ernte sowie der Mangel an Arbeitskräften für die Kaffeeernte. Viele junge Leute wandern ab, was die Arbeitskosten in ländlichen Regionen wie Marcala erhöht. Zudem erschwert eine restriktive Kreditpolitik der Banken die Situation für gut arbeitende Organisationen wie APROLMA, da sie mit höheren Zinsen rechnen müssen.

#### **Wie wirkt sich die EU-Verordnung für entwaldungsfreie Lieferketten (EUDR) auf APROLMA aus?**

Die EUDR stellt eine Herausforderung dar, aber APROLMA geht das Thema proaktiv an. Sie haben bereits alle Parzellen georeferenziert und arbeiten daran, die gesetzlichen Anforderungen vollständig umzusetzen. Die Mitglieder nehmen an Schulungen teil, und wir erwarten, dass die Umsetzung bis Ende des Jahres abgeschlossen sein wird.

#### **Welche Unterstützung bietet APROLMA ihren Mitgliedern?**

Die Organisation bietet ihren Mitgliedern unter anderem eine Kreditlinie zur Finanzierung ihrer Arbeit auf den Parzellen an. Außerdem betreiben sie eine moderne Aufbereitungsanlage, die einst durch Spenden aus Deutschland finanziert wurde.



**Die Kaffeebäuerinnen APROLMA**  
Foto: GEPA – The Fair Trade Company, A.Welsing

**Wie lautet Ihr Gesamteindruck von APROLMA?**

Insgesamt macht APROLMA einen ausgezeichneten Eindruck. Der Kaffeeverkauf läuft sehr gut, insbesondere im solidarischen Handel. Sie haben sich erfolgreich auf dem Markt der Spezialitätenröster etabliert und profitieren von einer starken Unterstützung durch Weltläden in Deutschland.

*Rebekka Wach*



Foto: GEPA – The Fair Trade Company, A.Welsing

**Erfolgreicher Verkauf von „KDFB Kaffee gemahlen“**

Im Jahr 2024 wurden beeindruckende 4.428 kg des „KDFB Kaffee gemahlen“ verkauft, was 17.712 Kaffee-Päckchen entspricht.



**Termine, Seminare und Workshops**

**Geführte Pilgerwanderung mit Impulsen**

**„Gehe und spüre, was Du wirklich brauchst!“**

„Alles was i brauch“, so heißt ein Lied von Georg Danzer. Unter diesem Motto lädt die Pilgerwanderung ein, nachzuspüren, was wichtig ist im Leben. Spirituelle Elemente, Gehen im Schweigen, Begegnung im Gespräch und Körperwahrnehmungsübungen bilden die Grundlage für das gemeinsame Unterwegs sein. Es besteht nach der Pilgerwanderung die Möglichkeit zur Einkehr im Landgasthof Prößl in Hainsacker.

**Termin**

**Samstag, 17. Mai 2025, 10.00 bis 16.00 Uhr**

**Referentin**

Monika Seidl, Pilgerwegbegleiterin

**Ort**

Treffpunkt: Pfarrkirche St. Ägidius Hainsacker

**Kosten**

35,00 €  
KDFB-Mitglied 20,00 €

**Anmeldung**

bis 29. April 2025

**Kraft schöpfen mit Impulsen aus der Bibel**

**Begegnungen an der Quelle**

Wer sucht sie nicht hin und wieder, die Kraftquelle? An diesem Tag gehen wir miteinander zum „Ruheplatz am Wasser“. Wir lassen uns anregen von Geschichten aus der Bibel, in denen Menschen an Quellen und Brunnen Leben suchen, gestärkt werden, einander begegnen und manchmal auch Gottes Nähe erfahren. Bei passendem Wetter verbringen wir viel Zeit im Freien am nahen Fluss Waldnaab.

Am Samstag vor dem Muttertag ist dieser Tag im ruhig gelegenen Haus Johannisthal vielleicht eine willkommene Auszeit vom Alltag oder ein stärkendes Geschenk für die Mutter.

**Termin**

**Samstag, 10. Mai 2025, 9.00 bis 16.00 Uhr**

**Referentin**

Birgitt Pfaller, Geistliche Beirätin

**Ort**

Haus Johannisthal, Windischeschenbach

**Kosten**

60,00 €  
KDFB-Mitglied 40,00 €  
inkl. Mittagessen, Kaffee und Kuchen

**Anmeldung**

bis 14. April 2025



# Termine, Seminare und Workshops

## Kommission Eine Welt

### „Was Sie schon immer über Kaffee wissen wollten“

Führung durch das FairHandelszentrum Langquaid mit Filterkaffee-Tasting und Impulsen

#### Termin

**Montag, 19. Mai 2025,  
16.00 bis 18.00 Uhr**

#### Ort

Fair-Handelszentrum  
Langquaid

#### Anmeldung

bis 5. Mai 2025

#### Referent

Jürgen Wittmann

#### Kosten

5,00 €  
KDFB-Mitglied  
gebührenfrei

## Frauenchor-Singtag

### Immer neu

Immer neue Freude am Singen – das will diese Chorwerkstatt mit Neuen Geistlichen Liedern entdecken lassen. Sie erfahren, wie neues Liedgut entsteht. Unter Anleitung üben Sie die Melodien für Gottesdienste und Lebensfeste ein und proben auch dreistimmigen Gesang.

Eingeladen sind Sängerinnen, die sich in Frauenchören oder Singgruppen engagieren sowie alle, die gern singen und hier eine Liedertankstelle für das gemeinsame Singen finden.

#### Termin

**Samstag, 24. Mai 2025  
10.00 bis 16.00 Uhr**

#### Ort

Diözesanzentrum  
Obermünster,  
Regensburg

#### Anmeldung

bis 22. April 2025

#### Referentin

Kathi Stimmer-Salzeder,  
Musikerin, Komponistin

#### Kosten

45,00 €  
KDFB-Mitglied 32,00 €  
inkl. Kaffee und Kaltgetränke, Mittagspause zur freien Verfügung

## Kommission Ehe-Familie-Beruf

### Raus aus dem Alltag – Familienoasentag

Wir laden herzlich zu unserem Oasentag ein! Ein Tag der Ruhe, des Austauschs und der tollen Erlebnisse erwartet Sie. Entfliehen Sie dem Alltag und genießen Sie Entspannung, Spiel und Spaß und eine Burgführung! Finden Sie innere Ruhe bei einer Meditation oder einer Wanderung durch das Lerautal.

*Feste Schuhe werden empfohlen, ebenso ein kleiner Rucksack oder Umhängetasche für Getränke. Die Wege sind für Kinderwagen ungeeignet.*

#### Termin

**Samstag, 24. Mai 2025,  
10.00 bis 17.00 Uhr**

#### Ort

Pfarrheim Leuchtenberg

#### Anmeldung

bis 29. April 2025

#### Referentinnen

Mitarbeiterinnen der Kommission Ehe-Familie-Beruf

#### Kosten

20,00 € | KDFB-Mitglied/ Partner je 15,00 € inkl. Mittagessen, Kaffee und Kuchen | Kinder bis 15 Jahre sind kostenfrei



## Diözesan-Wallfahrt

**Samstag, 31. Mai 2025**

- ▶ Wallfahrtskirche Eichlberg (Hemau)
- ▶ 10.30 Uhr Gottesdienst
- ▶ im Anschluss Sommerfest des KDFB

Alle weiteren Informationen finden Sie unter:  
[www.frauenbund-regensburg.de/wallfahrt](http://www.frauenbund-regensburg.de/wallfahrt)

## Kraft schöpfen mit Impulsen aus der Bibel

## Begegnungen an der Quelle

Wer sucht sie nicht hin und wieder, die Kraftquelle? An diesem Tag gehen wir miteinander zum „Ruheplatz am Wasser“. Wir lassen uns anregen von Geschichten aus der Bibel, in denen Menschen an Quellen und Brunnen Leben suchen, gestärkt werden, einander begegnen und manchmal auch Gottes Nähe erfahren. Bei passendem Wetter verbringen wir viel Zeit im Freien am nahen Fluss Schwarze Laber. Am Samstag vor Pfingsten freuen wir uns über das Leben, das Gottes Geist uns schenkt, lassen uns von dieser Energie erfüllen und gönnen uns eine stärkende Auszeit für Herz und Seele.

**Termin**

**Samstag, 7. Juni 2025,  
9.00 bis 16.00 Uhr**

**Ort**

Haus Werdenfels,  
Nittendorf

**Anmeldung**

bis 16. Mai 2025

**Referentin**

Birgitt Pfaller,  
Geistliche Beirätin

**Kosten**

60,00 €  
KDFB-Mitglied 40,00 €  
inkl. Mittagessen,  
Kaffee und Kuchen



Informationen zu diesen und weiteren Veranstaltungen sowie die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es jederzeit unter [www.frauenbund-regensburg.de/programm](http://www.frauenbund-regensburg.de/programm)

## Spirituelle Wanderung

## Achtsam unterwegs

Kommen Sie mit auf unsere Wanderung in der Nordoberpfalz, um den Stress des Alltags loszulassen. Wir wandern auf achtsame Weise durch das Gedankental Richtung Sibyllenbad in Bad Neualbenreuth, einem Kurort mit Heilquellen. An kleinen Zwischenstationen werden Impulse zum mystischen Kraftort Gedankental und zur Spiritualität der Region rund um das Kloster Waldsassen gegeben.

Die Wanderung wird mit einer gemeinsamen Rast und einem Austausch über das Erlebte in Bad Neualbenreuth abgerundet. Bringen Sie dafür gerne eine kleine Brotzeit für ein gemeinsames Picknick mit.

**Termin**

**Samstag, 28. Juni 2025,  
10.00 bis 13.30 Uhr**

**Ort**

Treffpunkt: Parkplatz  
Adamhof, Hardeck bei  
Bad Neualbenreuth

**Anmeldung**

bis 13. Juni 2025

**Referentin**

Linda Hamann,  
freie Pädagogin,  
Achtsamkeitstrainerin

**Kosten**

35,00 € |  
KDFB-Mitglied 20,00 €

## Kommission Ehe-Familie-Beruf

Raus aus dem Alltag  
– Familienoasentag

Erleben Sie einen Tag mit Entspannung, Spaß und gemeinsamen Aktivitäten. Genießen Sie Entspannungsübungen, spannende Spiele, kreatives Kochen und ein leckeres gemeinsames Essen. Als besonderes Highlight besuchen wir eine Schreinerei, wo Sie Einblick in die Welt des Handwerks erhalten. Zum Abschluss wartet eine ca. 90-minütige Wanderung am Franziskusweg auf Sie.

**Termin**

**Samstag, 28. Juni 2025,  
10.00 bis 17.00 Uhr**

**Ort**

Pfarrheim Hainsacker  
Kirchgasse 15  
Lappersdorf/Hainsacker

**Anmeldung**

bis 6. Juni 2025

**Referentinnen**

Mitarbeiterinnen der Kommission Ehe-Familie-Beruf

**Kosten**

20,00 € | KDFB-Mitglied/  
Partner je 15,00 € inkl.  
Mittagessen, Kaffee und  
Kuchen | Kinder bis  
15 Jahre sind kostenfrei



Das Engagement der Zweigvereine ist vielfältig gemäß dem Motto  
**„Gemeinsam bewegen wir mehr!“**

Wir freuen uns sehr über die zahlreichen Einsendungen von Artikeln und Beiträgen aus den Zweigvereinen und Bezirken. Aufgrund des begrenzten Platzes in unseren Veröffentlichungen können wir jedoch leider nicht alle Einsendungen im Jahresverlauf berücksichtigen. Wir bitten um Ihr Verständnis und danken Ihnen herzlich für Ihr Engagement und Ihre Beiträge.

**BEZIRK  
NEUSTADT/DO.**



Dagmar Kellner, Bezirksleiterin, dankt Rebekka Wach für ihre wertvollen Anregungen zur Ansprache von Frauen.

Foto: Evi Marxreiter

**Junge Frauen für den Zweigverein gewinnen – Austausch und neue Impulse**

Anfang Januar kamen im Bezirk Neustadt/Do. die Vorstandschaften zusammen, um sich darüber Gedanken zu machen, wie es gelingen kann, junge Frauen für den Zweigverein anzusprechen. Dafür hatte sie die Bildungsreferentin Rebekka Wach zu einem Vortrag zu dieser Thematik eingeladen. Die dadurch gelieferten Anregungen boten eine Grundlage, um gemeinsam ins Gespräch zu kommen. Die Anwesenden Führungskräfte diskutierten über ihre Ideen und Erfahrungen. Rebekka Wach betonte, dass es durchaus sinnvoll sei, diesen Vortrag in den einzelnen Zweigvereinen anzufragen, um gemeinsam ein spezifisches Konzept auszuarbeiten. Die Bezirksleiterin Dagmar Kellner bedankte sich herzlich bei der Referentin und freute sich über das zahlreiche Erscheinen der Zuhörerinnen. Mit frischen Ideen endete der Abend und die Frauen konnten mit neuen Ansätzen in die Planung des neuen Jahres starten.

Evi Marxreiter

**ZWEIGVEREIN  
AMBERG**



(v.l.) Andrea Graf, SkF, Ursula Peichl, Rita Kerres, Marianne Gutwein, SkF, Karin Donhauser und Elisabeth Schlingmann bei der Übergabe der Spenden

Foto: Marlies Häusler

**Kreative Adventsfreude: Frauenbund spendet für den guten Zweck**

Die Handarbeits- und Kreativgruppe Zweigverein Amberg – Hl. Dreifaltigkeit bot bei der Adventsfeier selbstgefertigte Unikate aus Wolle und Papier sowie Weihnachtsschmuck an. Auch adventliche Köstlichkeiten fanden regen Absatz. Elisabeth Schlingmann, Irmgard Flier und Gunda Sommer stellten die Artikel liebevoll aus. Der Erlös von 386 € wurde auf 500 € aufgestockt und dem Sozialdienst Katholischer Frauen (SkF) überreicht. Marianne Gutwein nahm die Spende entgegen. Den Frauen des Frauenbundes ist es ein besonderes Anliegen, anderen Frauen zu helfen.

Marlies Häusler

**ZWEIGVEREIN  
ASCHACH – RAIGERING**



Angelika Kirner (l.) und Sigrid Pirzer überreichten die Spende an Jana Fickel (M.) vom Kinder-Palliativ-Team

Foto: Karin Uschold-Müller

**Erfolgreiche Spendenaktion für die Kinderpalliativ-Station**

Dank des Engagements vieler kreativer Frauen des Zweigvereins Aschach – Raigering konnten 500 € für die Kinderpalliativ-Station im Klinikum Amberg gesammelt werden. Die Spende wurde durch den Verkauf kleiner Weihnachtssaccessoires beim Raigeringer Winterzauber erzielt. Die Spende wird in Kinästhetik-Kurse für pflegende Angehörige investiert, um sie in ihrer herausfordernden Aufgabe zu unterstützen.

Irene Meyer

**ZWEIGVEREIN  
DÜNZLING**

Das Team vom  
Zweigverein  
Dünzling über-  
reichte die  
Portkissen.

Foto: Pressestelle  
Caritas-Krankenhaus  
St. Josef



## Herzliche Geschenke für Chemotherapie-Patientinnen

Die engagierten Mitglieder des Zweigvereins Dünzling haben insgesamt 204 Portkissen für Chemotherapie-Patientinnen genäht. Diese wurden an die Hochschulambulanz für Frauenheilkunde des Caritas-Krankenhauses St. Josef in Regensburg überreicht.

Die Portkissen, die in zwei verschiedenen Größen erhältlich sind, können per Klettverschluss am BH-Träger oder Autogurt befestigt werden. Sie lindern den Druckschmerz des Port-Katheters und machen die Behandlung für die Frauen angenehmer. Prof. Dr. Seitz zeigte sich begeistert von dem Engagement und der Arbeit der Frauen und dankte herzlich für die wertvolle Unterstützung.

*Bettina Kabl*

## Straußenhof-Abenteuer: Frauenbund Neustadt auf Entdeckungstour

Der Zweigverein Neustadt/WN besuchte den Straußenhof Franz in Kotzenbach. 23 Frauen und 2 Kinder erfuhren von Karin Franz Wissenswertes über Strauße. Nach einer informativen Einführung genossen die Frauen Kaffee und Torte, bevor sie die beeindruckenden Vögel draußen besichtigten. Harald Franz erklärte, dass das Futter aus Gras, Getreide und Silage besteht. Das Fleisch des Straußes ist mager und gesund.

Das Highlight des Nachmittags war das Öffnen und Zubereiten eines Straußeneis, das etwa 1,5 kg wiegt und 20-25 Hühneriern entspricht. Karin Franz bereitete daraus Rührei zu, das die Teilnehmerinnen probierten. Zum Abschluss nutzten die Teilnehmerinnen die Einkaufsmöglichkeiten im Hofladen. Gut gestärkt und voller Eindrücke traten die Frauen am Abend die Heimfahrt an.

*Doris Enzmann*

**ZWEIGVEREIN  
REGENSBURG – ZIEGETSDORF**

Das Vorstandsteam unter der Leitung von Kerstin Nürnberger überreichte eine großzügige Spende an Pater Udo zur Unterstützung eines Bildungsprojekts in Nigeria. Foto: G. Wittmann

## Herzenssache Bildung: Spende ermöglicht Schulbesuch in Nigeria

Bereits seit mehreren Jahren unterstützen die Frauenbundfrauen aus dem Zweigverein Regensburg – Ziegestdorf drei Schulkinder in Nigeria und ermöglichen ihnen dadurch den regelmäßigen Schulbesuch. Im Rahmen der jährlichen Mitgliederversammlung wurde diesbezüglich eine Spende in Höhe von 800 € an den Pfarrvikar Pater Udochukwu Jude Ugorji überreicht. Pater Udo bedankte sich herzlich bei den Frauen für ihre Unterstützung und gab im Anschluss einen kurzen Einblick in das Projekt.

*Elke Schmoll*

**ZWEIGVEREIN  
NEUSTADT/WN**

Ein Highlight des Besuchs der Straußenfarm war das Öffnen und Zubereiten eines Straußeneis.

Foto: Doris Enzmann

**ZWEIGVEREIN  
SEE – WILLENHOFEN**



Gemeinsame Friedensaktion: Der KDFB und der Pfarrgemeinderat unterstützen das Projekt Zeltschule e.V.

Foto: KDFB See-Willenhofen

## Gemeinsam für den Frieden: Weltfriedensgebet und Spendenaktion

Im Zweigverein See-Willenhofen fand gemeinsam mit dem ortsansässigen Pfarrgemeinderat das Weltfriedensgebet in der St.-Martins-Kirche in See statt. Unter dem Motto: „Vergib uns unsere Schuld: Gewähre uns Deinen Frieden“ teilte die Pastoralreferentin Hedwig Kratschmann ihre Gedanken mit den Teilnehmenden und lenkte bewusst den Blick auf die Thematik des Vergebens.

Für einen runden Abschluss sorgte das Verteilen von Friedenssemmeln. Im Zuge der Veranstaltung wurden Spenden für die Organisation Zeltschule e.V. gesammelt. An diesem Abend konnten 350 € zugunsten des Projekts gesammelt werden.

Dieser Betrag wurde gemeinsam vom Frauenbund und dem Pfarrgemeinderat auf 1.400 € aufgestockt und an die Zeltschule e.V. überreicht. Dieser Verein kümmert sich in Syrien und im Libanon um von der Welt vergessene Kinder. Es wurden inzwischen 67 Zeltschulen in Camps errichtet und damit werden 20.000 Kinder täglich unterrichtet. Es wird geschätzt, dass es 500.000 syrische Flüchtlingskinder im Libanon gibt. Der Verein hat zudem Programme zur Förderung von Mädchen und Frauen entwickelt.

*Luitgard Hartl*

**ZWEIGVEREIN  
VILSECK**



Die älteste und die jüngste KDFB-Frau im Zweigverein Vilseck – ein Altersunterschied von 70 Jahren.

Kerstin Aufschneider (r.) und Monika Mrosek, Sprecherin, freuen sich sehr. Foto: KDFB Vilseck

## Feierliche Aufnahme und Jubiläum im Zweigverein Vilseck

Im Zweigverein Vilseck wurden 11 Frauen in die Gemeinschaft des KDFB aufgenommen. Die engagierte Vorstandschaft hat es in den letzten Jahren immer wieder geschafft, neue Mitglieder verschiedener Altersstufen zu gewinnen, die den Verein bereichern.

Ein besonderes Highlight des Abends war, dass das jüngste Mitglied, 31 Jahre alt, der ältesten Frau im Zweigverein, 102 Jahre alt, zum 50-jährigen Jubiläum gratulieren durfte. Kerstin Aufschneider, stellvertretende Diözesanvorsitzende, überreichte die Goldnadel mit Stein und beglückwünschte auch die anderen langjährigen Mitglieder.

Sie betonte, wie erfreulich es sei, dass der Verein trotz eines Altersunterschieds von 70 Jahren immer ein ansprechendes Programm bieten kann. Sie wünschte den Vilsecker Frauen alles Gute und weiterhin rege Beteiligung an den vielen Aktivitäten und Unternehmungen.

*Monika Mrosek*





Die Vorstandschaft vom Zweigverein Wernberg und Pfarrer Markus Ertl freuen sich über die neuen KDFB-Mitglieder.

Foto: Stephanie Rosenberg

**ZWEIFVEREIN  
WERNBERG**

## Neue Mitglieder begrüßt und Gedenken im Gottesdienst

Im Rahmen eines Gottesdienstes vor der Mitgliederversammlung mit Ehrungen wurde der Verstorbenen gedacht und zwei neue Mitglieder wurden in die Frauen-Gemeinschaft aufgenommen. Mit einer Rose und der Mitgliedsnadel wurden Sybille Kraus und Petra Hollweck herzlich willkommen geheißen. *Stephanie Rosenberg*

**ZWEIFVEREIN  
PIELNHOFEN**

## Mehr als nur Kaffee und Kuchen

Beim jährlichen Neujahrsempfang der Gemeinde Pielenhofen präsentierten sich die Ortsvereine, darunter auch der Frauenbund. Oft bei ortsüblichen Festen mit Kaffee und Kuchen vertreten, zeigte der Frauenbund diesmal, dass er weit mehr zu bieten hat. Unter dem Motto „Wir können mehr – wir machen uns stark für Frauen“ gab eine Power-Point-Präsentation mit Bildern und Beispielen aus den letzten beiden Jahren einen vielfältigen Einblick in das Vereinsgeschehen. *Birgitt Hechenrieder*



Die Gäste des Neujahrsempfangs waren beeindruckt von den vielfältigen Themen, für die sich der Frauenbund engagiert.

Fotos: Birgitt Hechenrieder

## Ein gesegnetes Osterfest!

Jesus Christus sagte:

„Ich bin das Licht der Welt.“

Alle, die dieser Botschaft folgen, tragen selbst dieses Licht weiter. Ostern, das Fest der Auferstehung, kann uns neuen Schwung verleihen.

Lassen Sie uns mit heiterer Gelassenheit durchs Leben gehen, auch wenn uns der Wind ins Gesicht bläst. Wenn die Sonne scheint, kann das ja jede und jeder. Freuen wir uns an dem, was wir haben, anstatt uns über das zu grämen, was uns fehlt. Fragen wir, was wir für andere tun können, statt darauf zu warten, dass andere etwas für uns tun. Das öffnet unser Herz und bringt uns die Osterfreude!

*Karin Uschold-Müller*

**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)

**Verantwortlich für den  
Redaktionsteil Regensburg:**  
Martha Bauer,  
Diözesanvorsitzende

**Redaktionsleitung:**  
Karin Uschold-Müller