

Frauen 2010



frauenseelsorge mainz



aktuelle Infos
finden Sie unter:

www.frauenseelsorge-mainz.de

www.kfd-mainz.de

Liebe Frauen,

mit unserem Programm laden wir Sie ein, in Gemeinschaft mit anderen Frauen auf dem Weg zu bleiben, sich fit zu machen für Ihr Engagement und persönlich weiter zu wachsen. Wir bieten Ihnen Orte, an denen Sie sich herausfordern lassen können, sowie auch Orte, die Ihnen helfen, zu Ruhe, Gelassenheit und Achtsamkeit zu finden.

Unsere Planungen für 2010 sind noch nicht alle druckreif. Bitte besuchen Sie immer wieder einmal unsere Internetseiten, um sich über aktuelle Angebote zu informieren. Gerne nehmen wir Sie auch in eine Mailliste auf.

Wir freuen uns auf die Begegnungen mit Ihnen.

Ellen Ullrich Birgit M. Schaad Barbara Schwender

Ellen Ullrich Frauenreferentin
Birgit Maria Schaad Sekretariat
Barbara Schwender Sprecherin kfd
Diözesanverband Mainz

Diözesanstelle Frauenseelsorge
Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd)

→ Januar

1. und 2. Tagung
08. – 10.01.2010
3. Tagung
15. – 17.01.2010
FR 18.00 – SO 13.00 Uhr

WELTGEBETSTAG 2010 AUS KAMERUN

»Alles, was Atem hat, lobe Gott« Ökumenische Arbeitstagungen

Vorbereitungstagungen für Frauen, die in den Pfarrgemeinden und Dekanaten Weltgebetstagsarbeit machen

Orte Tagung 1 Hofheim/Ts., Exerzitienhaus
Tagung 2 Dernbach, Aloysia Löwenfels Haus
Tagung 3 Heppenheim, Haus am Maiberg
Bitte Einzelausschreibung anfordern

→ Januar / März

Kurs 01/2010
19. – 21.03.2010 Teil 1
07. – 09.05.2010 Teil 2
FR 18.00 – SO 13.00 Uhr
28. – 30.05.2010 Teil 3
18. – 20.06.2010 Teil 4
FR 15.00 – SO 13.00 Uhr



Frauen für Frauen Ausbildungskurs für Frauen, die mit Frauen(gruppen) arbeiten (wollen).

Dieser Kurs bietet interessierten Frauen, die Gelegenheit, in die Arbeit mit Frauen einzusteigen. Er wendet sich vor allem an Frauen, die in ihrem Ort, in ihrer Region oder in ihrem Arbeitsfeld etwas Neues ausprobieren wollen.

Leitung Ursula Rettinghaus, Gemeindefreferentin,
Ausbildung in Themenzentrierter Interaktion
Ellen Ullrich, Frauenreferentin
Ort Teil 1 in Heppenheim
Teil 2, 3 und 4 in Schmerlenbach
Kosten 280 € für ehrenamtlich tätige Frauen
480 € für Frauen, die die Kosten über ihre Institution
abrechnen können.
Bitte Einzelausschreibung anfordern

→ März

05.03.2010
FR

WELTGEBETSTAG 2010 AUS KAMERUN

»Alles, was Atem hat, lobe Gott«

Die Termine für die Gottesdienste in Ihrer Region erfahren Sie über die Pfarreien.

→ März

08.03.2010
MO

Internationaler Frauentag

Der Internationaler Frauentag oder Weltfrauentag genannte Tag der Vereinten Nationen für die Rechte der Frau und den Weltfrieden wird weltweit von Frauenorganisationen am 8. März begangen. Er entstand in der Zeit um den Ersten Weltkrieg im Kampf um die Gleichberechtigung und das Wahlrecht für Frauen.

Informieren Sie sich bei den kommunalen Frauenbeauftragten über Veranstaltungen in Ihrer Region

→ März

24.03.2010
MI 16.00 – 20.00 Uhr



»unterwegs bleiben« Treffen der Geistlich-theologischen Begleiterinnen und Begleiter der kfd

Ort Mainz, Erbacher Hof

→ März

24.03.2010
MI 19.30 – 21.30 Uhr



Schreibwerkstatt – Mit neuen Medien zur Redaktion

Wie schreibe ich einen Presseartikel, der Interesse findet? Dieser Frage sind wir in einem Presse-seminar 2009 nachgegangen. Jetzt üben wir am PC, wie ein Bericht gestaltet wird, damit die Anliegen auch von den Redaktionen wahrgenommen werden, und lernen das Beifügen von Bildern, die für Redakteure und Leser interessant sind.

Leitung Ingrid Seiler
Referent Bernhard Koch
Ort Hanau-Steinheim, Eppsteinschule
Kosten 5 €
Anmeldung bei Ingrid Seiler,
Tel. 06181 / 4409914,
ingrid.seiler@kfd-mainz.de
Anmeldeschluss 16. März 2010

→ April

16. – 17.04.2010
FR – SA



Klausur des Diözesanausschusses der Katholischen Frauengemeinschaft Deutschlands

Ort Schmerlenbach

→ April

Kurs 02/2010
27.04.2010
DI 7.45 Uhr ab Obertshausen
9.00 Uhr ab Mainz-Hbf.
Rückkehr
ca. 20.30 Uhr bzw. 21.30 Uhr



»Hexen – Mythos und Wirklichkeit« Studientag in Speyer

Möchten Sie mehr über Hexen, mystische Gestalten und magische Zauberei erfahren? Wenn Sie Interesse daran haben, dann fahren Sie mit uns nach Speyer. Wir werden dort im Historischen Museum während einer Führung eine facettenreiche Ausstellung von der Vergangenheit bis zur Gegenwart erleben.

Diese Ausstellung befasst sich mit einem der dunkelsten Kapitel der Geschichte Europas: Hexenglaube, Hexenverfolgung und Hexenrezeption.

Am Nachmittag besteht die Möglichkeit verschiedene historische Kulturdenkmäler in Speyer zu entdecken.

Leitung Angelika Görnitz, Bildungsbeauftragte der kfd
Ort Speyer
Kosten 37 € für kfd-Mitglieder
42 € für Nichtmitglieder
inkl. Eintritt, Führung, Reisebegleitung, Busfahrt
Anmeldeschluss 30. März 2010
Teilnehmerinnenzahl max. 29 Personen

→ Mai

Kurs 03/2010
05.05.2010
MI 18.00 – 21.30 Uhr



Österlicher Gedenkgottesdienst

Hier ist Gelegenheit für alle, die um einen ihnen lieben Menschen trauern und die ihm verbunden bleiben wollen, gemeinsam mit anderen zu beten, zu singen und Zuspruch zu erfahren. Es ist auch der Ort, an dem wir der Frauen gedenken, die in der Frauenarbeit aktiv waren und gestorben sind. Wir tun dies bewusst in der Osterzeit, denn wir hoffen, aus

dem Gedenken Kraft zu schöpfen für unser Leben. Für das anschließende Beisammensein bitten wir, Speisen mitzubringen, die wir teilen können. Für Getränke wird gesorgt sein.

Ort Mainz, Jugendhaus Don Bosco

→ Mai

12. – 16.05.2010
MI – SO

»Damit ihr Hoffnung habt« 2. Ökumenischer Kirchentag

Nähere Informationen finden Sie unter www.oekt.de

Ort München

→ Mai

12.05.2010
SA 20.30 Uhr



»Evening rise« Abendkonzert

Einen Abend zwischen Frühling und Sommer, einen Übergang zwischen Tag und Nacht bewusst erleben. Eine Gelegenheit, dem ‚Dazwischen‘ mit Liedern, Texten und Musik nachzuspüren.

Geistliche und weltliche Abendlieder und Balladen mit dem Chor Cantabile, sowie ruhige Instrumentalstücke.

Mitwirkende Chor Cantabile, Alzey,
unter der Leitung von Jürgen Kuntze
Leitung Claudia Staudinger, Inge Schmitt
Ort Bechtheim, Basilika
Kosten 8 €
Kartenvorverkauf

→ Absenderin

Diözesanstelle
Frauenseelsorge
Bischofsplatz 2
55116 Mainz

Name _____

Anschrift _____

Geburtsjahr _____
Telefon _____
E-mail _____

→ August

Kurs 04/2010
26.–29.08.2010
DO–SO



Pilgerinnen-Fahrradtour von Würzburg nach Bamberg

Mit dem Fahrrad entlang des Mains sehen wir beschauliche Weinlandschaften und erfahren Gottes Schöpfung. Die traditionelle Marienverehrung in der Region lässt uns über unseren Glauben nachdenken und wir erfahren viel über unser heutiges Marienbild.

Leitung Hildegard Pieroth, kfd
Christine Schardt, Pastoralreferentin
Kosten 190 € / für kfd-Mitglieder 180 €
(Ü im DZ/Frühstück, Reiseleitung, Führungen, Rückfahrt)

→ August/September

Kurs 05/2010
31.08.–11.09.2010
DI–SA



Ortstermin: Ukraine
Verborgenes ans Licht holen – Verstummtes zu Gehör bringen – hinter Sichtbares schauen

Wir wollen über Polen hinaus weiter in den Osten Europas aufbrechen und diesen Raum erkunden

- seine von Gewalt gezeichnete, unruhige Geschichte des letzten Jahrhunderts,
- sein ehemals blühendes jüdisches Leben und die jetzige Wirklichkeit,
- seine spannungsvolle Mischung unterschiedlicher Religionen und Völker
- seine noch sehr jungen Geschichte und seine großen Probleme als zweitgrößtes Land Europas, das erst 1991 unabhängig wurde.

Die westliche Ukraine wird sich uns erschließen

- durch den Besuch bedeutsamer Orte wie Lemberg/Lviv und Czernowitz/Chernivtsi, aber auch der verborgenen Orte der Massenerschießungen der jüdischen Bevölkerung,
- durch Begegnungen mit Menschen, die sich mit der Geschichte des Landes befassen, und solchen, die heute Gesellschaft mitgestalten, z.B. in sozialen Projekten,

- durch ausgewählte Lektüre aus dem reichen literarischen Schatz unseres Reisegebiets an Ort und Stelle,
- und bei allem durch die Achtsamkeit, mit der wir selber dem Land und den Menschen begegnen.

Zur inhaltlichen Vorbereitung und Feinabstimmung des Programms dienen uns mehrere Vorbereitungstreffen, die beim ersten Treffen der Interessierten am Sonntag, 10. Januar 2010, vereinbart werden.

Leitung Ellen und Dr. Peter-Otto Ullrich
erstes Vorbereitungstreffen 10. Januar 2010, 16.00–19.00 Uhr, Mainz
Anreise Frankfurt/Main – Krakau oder Warschau, Weiterreise mit Reisebus
Leistungen deutschsprachige Reiseleitung, Unterkunft in 3 Sterne Hotels/Halbpension, Eintritte/Führungen, Gruppenversicherung, Unterlagen zur inhaltlichen Vorbereitung, thematische Seminare zur Vorbereitung
Kosten Wir rechnen mit ca. 1.200 € zuzüglich Flug. Bei einer Bewilligung von Zuschüssen können wir mit einer Kostenreduzierung bis zu 200 € / Pers. rechnen. kfd-Mitglieder erhalten eine Ermäßigung von 50 €.

→ September

Kurs 06/2010
03.–05.09.2010
FR–SO



Tänze von Gott und der Welt
Tanzwochenende für Frauen

Den Körper mit allen Fasern spüren, die Sinne beleben und das Herz für den Alltag füllen – das werden wir an diesem Wochenende mit vielen schönen Tänzen. Vielleicht wird es dann sogar möglich in unserer Welt etwas »neu« von Gott zu entdecken, zu erntzen, und unser »Gottesfünkchen« im Tanz erstrahlen zu lassen.

Herzliche Einladung an alle, die sich mit uns auf die Suche machen wollen.

Leitung Birgit Grund-Hofacker, Musikpädagogin
Eva-Maria Heilmann, Tanzleiterin
Ort Schmerlenbach
Kosten 98 € / für kfd-Mitglieder 88 €

→ September

18.09.2010
SA 10.00–16.00 Uhr



Ein Tag für mich ...

Nehmen Sie sich einmal Zeit nur für sich selbst. Im Berufs- und Familienleben geht es oft recht hektisch zu. Hohe Erwartungen werden an uns gestellt und selbst in unserer Freizeit fällt es uns oft schwer zu entspannen.

Wir werden Ihnen Hilfen zur Stressbewältigung vorstellen. Sie werden Entspannungstechniken kennen lernen und Anregungen aus dem Zeitmanagement erhalten um sich in Ihrem persönlichen Leben Freiräume zu schaffen.

Leitung Ingrid Kraus, Coach
Gaby Schumacher, Entspannungspädagogin
Ort Hainburg (bei Seligenstadt), Evangelisches Gemeindehaus, Uhlandstraße 1
Kosten 30 € / kfd-Mitglieder 25 €
Für ein gemeinsames Mittagsbuffet bitte Speisen mitbringen. Für Kaffee und Tee ist gesorgt
Anmeldung Ingrid Kraus, Tel. 06073/980109
Mail: info@ikraus-coaching.de
Gaby Schumacher, Tel. 06182/66849
Mail: schumachergaby@yahoo.de
Anmeldeschluss 30.08.2010, max 16 Teilnehmerinnen

→ September

18.09.2010
SA 16.30 Uhr

Ökumenischer Gottesdienst für Menschen in Trennung

Ein Angebot für Frauen und Männer, die in ihrem Familien- und Lebenszusammenhang von Trennung betroffen sind und sich Ermutigung und Stärkung erhoffen. Anschließend Ausklang bei Gespräch mit Brezel und Wein.

Leitung Kristin Flach-Köhler, Evangelische Frauen in Hessen u. Nassau
Hubert Frank, Männerseelsorge, Bistum Mainz
Sabine Kellermann, Diakonisches Werk Mainz/Bingen
Stephan Weidner, Referat Alleinerziehende, Bistum Mainz
Reinhold Schäfer, Dekanat Offenbach
Ort Mainz, St. Christoph/Ruinenkirche

→ September

30.09.2010
DO 16.00–20.00 Uhr



»unterwegs bleiben«
Treffen der Geistlich-theologischen Begleiterinnen und Begleiter der kfd

Ort noch offen

→ Oktober

Kurs 07/2010
23.10.2010
SA 9.30–17.00 Uhr



Der kreative Funke

Wir müssen keine Künstlerinnen sein – und doch sind wir es, in jedem Moment –, um mit Farbe und Pinsel, von unserer Hand und dem Inneren geführt, Sinn-Spuren zu entdecken. Wir haben Gelegenheit mit einer (vielleicht neuen) Erfahrung beim Malen und in der Gemeinschaft anderer Frauen einen Tag der Besinnung miteinander im wunderschönen Bechtheim zu erleben.

Leitung Regina Skulima, Systemisch-spirituelle Beraterin
Claudia Staudinger, Geistlich-theologische Begleiterin der kfd, Telefonseelsorge Mainz-Wiesbaden
Ort Bechtheim
Kosten 30 € / für kfd-Mitglieder 25 € (Kursgebühr/Verpflegung)
ca. 5–10 € Material
maximal 12 Teilnehmerinnen

→ November

Kurs 08/2010
01.–07.11.2010
MO–SO



Abstand gewinnen
Inseltage für die Seele

Für ein paar Tage aus dem Alltag aussteigen, um die Schönheit der autofreien Nordseeinsel Juist zu erkunden; sich an den gedeckten Tisch setzen; sich neuen Impulsen öffnen; morgens durch integrative Körperarbeit zu sich selbst finden; ausruhen, nachdenken, reden, singen, tanzen, lachen; nach

mittags loslaufen am Strand; abends auf die Erlebnisse des Tages schauen und die Gemeinschaft der Gruppe genießen.

Leitung Marie Olschok, Diplom-Pädagogin,
Rhythmik und integrative Körperarbeit
Ort Insel Juist, Evang. Freizeit- und Begegnungsstätte
Kosten 360 € (Ü im EZ/VP, Bad/DU/WC auf der Etage, Anreise auf eigene Kosten)

→ November

05.–06.11.2010
FR–SO



Diözesanversammlung der Katholischen Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd)

Ort Ilbenstadt, Haus St. Gottfried

→ November

Kurs 09/2010
26.–28.11.2010
FR 18.00–SO 13.00



Sternstunden
Adventswochenende für Mütter mit ihren Kindern (bis 11 Jahre)

Augenblicke, in denen wir zur Ruhe kommen, in denen uns ein Licht aufleuchtet, sind gerade in der oft hektischen Adventszeit selten und dann um so kostbarer. Wir werden an diesem Wochenende auf Sternensuche gehen und unseren Blick öffnen für die kleinen und großen Momente in unserm

Alltag, in denen Gottes Gegenwart aufscheint.

Leitung Angelika Eifel, Religionspädagogin
Conny Korb, Erwachsenenbildnerin
Ort Ilbenstadt, Haus St. Gottfried
Kosten Erwachsene 80 €, Kinder 20 €, ab dem 3. Kind frei
Bitte Einzelausschreibung ab September 2010 anfordern

→ Dezember

Kurs 10/2010
01.–05.12.2010
MI 18.00–SO 13.00 Uhr



Lebenswege ...
Tage im Advent

Oftmals ist es uns im alltäglichen Leben nicht klar und bewusst woher wir kommen und wohin wir gehen. Eigene Erfahrungen, die Begegnung mit anderen Menschen und die beispielhafte Beschäftigung mit dem Leben bekannter Frauen der Geschichte und Gegenwart spielen für unser Leben eine bedeutende Rolle. Diesen Prägungen gilt es auf die Spur zu kommen und durch sie gestärkt zu werden.

Wir laden Sie ein, mit Kreativität, Bibelarbeit, Musik und Bewegung oder in Stille in diesen Tagen im Advent bewusst ein Stück Ihres Lebens zu gehen.

Leitung Judith Sonntag, Musiktherapeutin
Sigrid Herbrich, Diplom-Sozialarbeiterin
Marita Bach, Gemeindefereferentin
Ort Heppenheim, Haus am Maiberg
Kosten 198 €

→ Wichtige Informationen zu den Anmeldeformalitäten

Bitte überweisen Sie die Kursgebühr unter Angabe der Kursnummer an:

Diözesanstelle für Frauenseelsorge

Pax-Bank, Mainz (BLZ 370 601 93)

Konto-Nr. 4000 868 014

Melden Sie sich bitte mit der Anmeldekarte an, und überweisen Sie die Kursgebühr. Wenn der Kurs ausgebucht ist, benachrichtigen wir Sie umgehend. Falls Sie nicht nachrücken können, erstatten wir Ihnen die Kursgebühr zurück. Die Veranstaltungskosten schließen in der Regel Kursgebühr, Unterkunft und Verpflegung ein.

- Bei mehrtägigen Seminaren erhalten Sie in der Regel ca. zehn Tage vorher eine Teilnehmerinnenliste und eine Wegbeschreibung.
- Abmeldungen teilen Sie uns bitte umgehend mit, damit ggf. eine Frau von der Warteliste nachrücken kann. Es ist nicht möglich, Ihrerseits den Platz an eine andere Frau zu vergeben.
- Bei Abmeldungen, die nicht mindestens zehn Tage vorher mitgeteilt werden, und bei Nichtteilnahme wird eine Bearbeitungs- und Ausfallgebühr in Höhe der Kursgebühr berechnet.

Eine Teilnahme sollte an den Kosten nicht scheitern. Wir wissen, dass viele Frauen dauerhaft oder zeitweise mit geringen Finanzmitteln leben müssen. Sollte Ihnen in einer solchen Situation ein Teilnahmebeitrag zu hoch sein, nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf.

Diözesanstelle Frauenseelsorge und Geschäftsstelle der Katholischen Frauengemeinschaft Deutschlands kfd
Bischofsplatz 2, 55116 Mainz
Postfach 1560, 5505 Mainz
Ellen Ullrich, Referentin, Tel. 06131/253-268
Birgit Maria Schaad, Sekretariat, Tel. 06131/253-255
Montags-donnerstags: von 8.30–12.00 Uhr und 13.30–15.30 Uhr
Freitags: von 8.30–13.00 Uhr
Fax: 06131/253586-Frauenseelsorge
E-mail: frauenseelsorge@bistum-mainz.de

→ Anmeldung

Ich melde mich hiermit zu folgenden Kursen an:

Kurs-Nr./Thema: _____ Datum: _____

Kurs-Nr./Thema: _____ Datum: _____

Kurs-Nr./Thema: _____ Datum: _____

Kurs-Nr./Thema: _____ Datum: _____

Für Kurse mit Kindern:

Vorname der Kinder: _____ Alter: _____

Vorname der Kinder: _____ Alter: _____

Vorname der Kinder: _____ Alter: _____

Ggf. nehme ich ein Doppelzimmer zusammen mit:

Ich wünsche wenn möglich fleischloses Essen

Die Kursgebühr in Höhe von _____ €

habe ich überwiesen

Datum _____ Unterschrift _____