



## kfd-Köln News

22. November 2024

Liebe Leserinnen und Leser,

draußen ist es dunkler und kälter geworden. In dieser Zeit sehnen wir Menschen uns nach Licht und Wärme. Auch angesichts der aktuellen weltpolitischen Lage hoffen viele auf Lichtblicke und menschliche Wärme.

Als Diözesanverband möchten wir das Leben von Frauen positiv beeinflussen. Indem wir uns kirchen- und gesellschaftspolitisch engagieren und indem wir Gelegenheiten der Begegnung und des Austauschs schaffen: Unsere traditionelle Jahresabschlussmesse im Kölner Dom steht in diesem Jahr unter der Überschrift

„Lichtbringer\*innen“. Im neuen Jahr bieten wir zahlreiche Studientage zum Weltgebetstag an, der globale Frauensolidarität in den Mittelpunkt stellt. Und am 25. Januar kommen wir bei der FrauenFrühstücksZeit miteinander ins Gespräch über unsere Bilder und Vorstellungen von Gott. Informationen zu diesen und weiteren Veranstaltungen finden Sie wie gewohnt in diesem Newsletter.

Wir freuen uns auf Sie!

Elisabeth Bungartz, Diözesanvorsitzende und  
Monika Kleinfenn, Geschäftsführerin

## Veranstaltungen



### „Lichtbringer\*innen“ - Jahresabschluss kfd-Diözesanverband Köln

Herzliche Einladung zur Jahresabschlussmesse im Kölner Dom. Nach dem Gottesdienst laden wir zu einem adventlichen Beisammensein in der Residenz am Dom ein.

**Wann:** 05.12.2024 ab 16:30 Uhr

**Wo:** Kölner Dom und Residenz am Dom

Mehr Informationen finden Sie auf [unser Homepage](#).



## Meiner Trauer Raum geben

Was trägt, wenn nichts mehr ist, wie es war...

An diesem Wochenende möchten wir zusammen mit anderen Frauen in ähnlichen Lebenssituationen fernab des Alltags ins Gespräch kommen.

Impulse, Zeiten des Gesprächs, der Stille und des Gebets, wechseln ab mit Naturerfahrungen im winterlichen Bergischen Land.

Wir das sind Mechtild Heide, Seelsorgerin, palliativ care Krankenschwester, Bestattungsbeauftragte und Birgit Kußmann, Trauerbegleiterin BVT, Klinikseelsorgerin, Gemeindereferentin.

**Wann:** 31.01.-02.02.2025

**Wo:** Kardinal Schulte Haus, Bensberg

[Hier finden Sie weitere Informationen.](#)



## Atem holen - Innehalten – Wochenende für belastete Mütter

Alles loslassen, den Alltag für einen Moment vergessen: Tauche ein in die Tiefe der Entspannung und komme ganz bei Dir an.

Lerne Methoden und Techniken kennen, die du immer wieder in deinem Alltag einsetzen kannst um schnell zu entspannen, um Energie zu tanken und um dich neu zu konzentrieren.

Ein Wochenende mit Elementen aus Autogenen Trainings, Yoga, Meditation und Brain Gym.

**Wann:** 14.-16.02.2025

**Wo:** Haus Marienhof, Königswinter

[Hier geht es zur Anmeldung](#)



## All Deine Farben - Einkehrtage für Erzieherinnen

Innehalten, etwas Anderes tun als das Gewohnte, zur Ruhe kommen, sich beschenken lassen – weil das so nötig ist im bewegten Alltag!

Einmal aussteigen aus dem Tagesgeschäft, den Trubel in der Einrichtung nicht nahtlos ersetzen mit dem, was zuhause wartet und erledigt werden will, sondern ganz bewusst Zeit haben für sich selbst, für Stille, für ganz andere Gedanken, für Gott.

**Wann:** 17.-19.02.2025

**Wo:** Kardinal Schulte Haus, Bensberg

[Weitere Informationen und Anmeldung.](#)



## Bibel-Teilen

Herzliche Einladung zum digitalen Bibel-Teilen. Gönnen Sie sich eine Zeit für sich und den Gott Ihres Lebens.

**Wann:** 10.12.2024, 19:30-21:00 Uhr

**Wo:** digital via Zoom

[Zur Anmeldung geht's hier.](#)



## Zukunftsträume – mit Visionboard kreativ ins neue Jahr

Wir schauen auf unsere Träume, Ziele und Ideen für das Jahr 2025.

Was erhoffen wir uns? Was wollen wir zurücklassen oder verändern?

Das Visionboard hilft uns all das kreativ festzuhalten. Mit Bildern, inspirierenden Worten und Materialien erstellen wir eine bleibende Collage, die uns das ganze Jahr begleiten und erinnern kann.

**Wann:** 10.01.2025, 18:00-21:00 Uhr

**Wo:** kfd-Geschäftsstelle, Köln

[Hier finden Sie weitere Informationen.](#)



## Weltgebetstag der Frauen: wunderbar geschaffen!

Der nächste WGT wird am Freitag, den 7. März 2025, rund um den Globus in unzähligen ökumenischen Gottesdiensten unter dem Titel „wunderbar geschaffen!“ gefeiert. Verantwortlich für die Gottesdienstordnung sind christliche Frauen von den Cookinseln. Im Zentrum des Gottesdienstes steht der Psalm 139.

[Auf unserer Homepage finden Sie weitere Informationen und eine Übersicht über die WGT-Studenttage.](#)



## Ausdrucksstark und kreativ visualisieren

Wie lassen sich Inhalte lebendig und unterhaltsam darstellen? Wie können Bilder meine Botschaft unterstützen? Wie können Informationen einprägsam vermittelt werden?

Lernen Sie die wichtigsten Basis-Tools, um Inhalte lebendig zu erarbeiten und zu präsentieren!

**Wann:** 14.01.2025, 16:00-20:00 Uhr,

**Wo:** kfd-Geschäftsstelle, Köln

[Weitere Informationen](#)



## FrauenFrühstücksZeit 2025

Annette Jantzen ist zu Gast bei der FrauenFrühstücksZeit. Freuen Sie sich schon heute auf einen kulinarischen Vormittag mit gemeinsamem Frühstück, Lesung und Austausch.

**Wann:** 25.01.2025, 10:00-13:00 Uhr

**Wo:** InVia, Köln

[Mehr Informationen finden Sie hier.](#)



## Lesung im Alexandra Zykunov

Seien Sie dabei, wenn die Autorin von „Wir sind doch längst alle gleichberechtigt!“ und „Was wollt ihr denn noch alles?!“ aus ihren Büchern liest und mit Ihnen ins Gespräch kommt.

**Wann:** 10.02.2025, 17:30-20:00 Uhr

**Wo:** Karl Rahner-Akademie, Köln

**Melden Sie sich jetzt schon an!**



## Predigerinnentag 2025

Im kommenden Jahr wird es wieder in der Zeit vom 29. April bis zum 17. Mai einen bundesweiten Predigerinnentag geben. Alle Frauen sind eingeladen, in Eucharistiefeier oder Wortgottesdiensten das Wort Gottes auszulegen und zu verkünden. Sind Sie dabei? Dann melden Sie sich gerne jetzt schon bei Maria Bebber für Informationen und zur Anmeldung ([m.bebber@kfd-koeln.de](mailto:m.bebber@kfd-koeln.de)).

## Veranstaltungen anderer Diözesanverbände



**Finanzielle (Alters-)Vorsorge für Frauen A2**

Leitung: Lena Lappe  
Finanzanalystin

Kosten: 6,- für kfd-Mitglieder  
andere 12,- €

Ort: online auf der Plattform  
Zoom

Do., 06.02.2025  
19.00 - 21.15 Uhr  
online

Anmeldung unter Angabe der Veranstaltungsnummer A2  
[www.kfd-paderborn.de/online-anmelden](http://www.kfd-paderborn.de/online-anmelden)  
oder unter [sekretariat@kfd-paderborn.de](mailto:sekretariat@kfd-paderborn.de)

### 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.

**Wann:** 06.02.2025, 19:00-21:15 Uhr

**Wo:** digital via Zoom

Mehr Infos finden Sie auf der Homepage des kfd-Diözesanverbands Paderborn.



**Gutes Essen leicht gemacht! A3**

Leitung: Susanne Nassua  
Verbraucherzentrale NRW

Kosten: kostenfrei

Ort: online auf der Plattform  
Zoom

Mi., 12.02.2025  
17.00 - 19.00 Uhr  
online

Anmeldung unter Angabe der Veranstaltungsnummer A3  
[www.kfd-paderborn.de/online-anmelden](http://www.kfd-paderborn.de/online-anmelden)  
oder unter [sekretariat@kfd-paderborn.de](mailto:sekretariat@kfd-paderborn.de)

### Gutes Essen leicht gemacht

Gesund und nachhaltig kochen, planen und genießen - günstig jeden Tag.

In dieser Veranstaltung möchten wir uns mit den Teilnehmer:innen darüber austauschen, wie ein abwechslungsreicher, nährstoffreicher und nachhaltiger Speiseplan gelingen kann.

Neben der Information über die Ernährungsempfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, erhalten Sie Tipps zu Einkaufshilfen und Einkaufsfallen, zur Lagerung von Lebensmitteln und Vorschläge, wie man aus Resten ein neues Essen zaubern kann.

**Wann:** 12.02.2025, 17:00-19:00 Uhr **Wo:** via Zoom, mit Susanne Nassua, Verbraucherzentrale NRW

Weitere Informationen auf der Homepage des kfd-Paderborn.

## Hinweise



### Aktuelles für kfd-Gruppen Digitaler Ordner für (neue) Vorstandsfrauen

Im digitalen Ordner finden Sie:

- Arbeitshilfen,
- Informationen,
- Hintergründe,
- Vorlagen,

die Sie bei Ihrer Arbeit unterstützen sollen.

Sollten Sie darüber hinaus Fragen haben, melden Sie sich gern in der Geschäftsstelle.

[Hier geht es zur Webseite.](#)

## Impressum

Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands  
Diözesanverband Köln e.V.  
Monika Kleinfenn, Geschäftsführerin  
Marzellenstr. 32, 50668 Köln

Tel.: 0221 1642-1385, Fax: 0221 1642-1988  
E-Mail: [info@kfd-koeln.de](mailto:info@kfd-koeln.de), [www.kfd-koeln.de](http://www.kfd-koeln.de)

Fotos: kfd-Diözesanverband Köln, kfd-Bundesverband, Canva Pro, WGT-Komitee, Cover "Gotteswort, weiblich" mit freundlicher Genehmigung des Herder-Verlag, Cover "Was wollt Ihr denn noch alles?!" mit freundlicher Genehmigung des Ullstein-Verlags, kfd-Diözesanverband Paderborn