

Zeit zu leben

DAS MAGAZIN DER KATHOLISCHEN FRAUENBEWEGUNG IN OBERÖSTERREICH

NO. 02 | 2024

Die „Neue“

Margit Schmidinger
startet durch



Gemeinschaft

Voller Tatendrang. Seit Ende Juni hat die kfb Oberösterreich eine neue ehrenamtliche Vorsitzende.

04

Weitsicht

Veränderung ist möglich. Philippa Rath setzt sich unermüdlich für die Rechte von Frauen in der Kirche ein.

16

Spiritualität

Verdiente Anerkennung. Ela Klein engagiert sich für mehr Wertschätzung für Ehrenamtliche.

20

Editorial



Karin Limberger ist als stellvertretende Vorsitzende seit 2017 für die Katholische Frauenbewegung tätig. Bei der Wahl im Juni des heurigen Jahres wurde sie für diese Position im Amt bestätigt.

Liebe Frauen!

„Mögen wir Funken und Flammen des göttlichen Lichts spüren.“

Im Sommer durfte ich meinen Urlaub am Meer verbringen. Ich saß lange am Ufer und sah den Wellen beim Kommen und Gehen zu. Ein natürlicher Vorgang, der sich immer aufs Neue wiederholt. Das kontinuierliche Spiel der Wellen löste bei mir ganz viel Ruhe und tiefes Vertrauen aus. Ich konnte das Kommen und Gehen mit neuen Augen sehen – als Zeichen von Beständigkeit!

Kommen und Gehen kann ich ganz vielseitig beobachten und erkennen. Die Natur nimmt uns mit in ihrem Kreislauf. Es kommen bunte Farben in die Wälder und die Blätter gehen. Die reifen Äpfel gehen durch meine Hände in die Presse und kommen als Süßmost zum Vorrat. Viel Lebendigkeit und Dynamik, in gleicher Weise aber auch Zufriedenheit und Ruhe sind im Kommen und Gehen.

Gehen und Kommen – das ehrenamtliche Team hat sich auch verändert.

Paula Wintereder geht nach sieben Jahren und spürt neue Freiheit nach arbeitsreichen Zeiten. Weniger gebunden und selbstbestimmt soll sie ihre Zeit zu leben genießen. Große Dankbarkeit empfinde ich ihrem wertvollen Einsatz für unsere kfb gegenüber!

Mit frischem Tatendrang und kraftvollem Mut kommt unsere neue Vorsitzende Margit Schmidinger in die ehrenamtliche Leitung. So fühlen wir uns lebendig und bereit, als Vorstand der größten Frauenorganisation Oberösterreichs bei den Frauenthemen in Kirche und Gesellschaft präsent zu sein.

Für unsere Aufgaben im neuen kfb-Jahr und als neues Team in der Diözesanleitung kommen wir engagiert ins Handeln, Arbeiten und Gestalten. Mögen wir Funken und Flammen des göttlichen Lichts und tiefe Verbundenheit spüren.

Ich wünsche immer wieder offene Herzen und spürbare Quellen des Glaubens – im Kommen, im Gehen und hoffentlich auch im Alltag!
Alles Liebe wünscht

Karin Limberger
Stv. Ehrenamtliche Vorsitzende der kfb oö



Mitglied werden!

Kontakt:
0732 7610-3441
kfb@dioezese-linz.at
www.kfb-ooe.at

IMPRESSUM: „Zeit zu leben – das Magazin der Katholischen Frauenbewegung in Oberösterreich.“ Medieninhaberin: Diözese Linz. Herausgeberin: Katholische Frauenbewegung OÖ. Beratung, redaktionelles Konzept, Redaktion und Produktion: „Welt der Frau“ Corporate Print, www.welt-der-frauen.at. Projektleitung: Christoph Unterkofler. Autorinnen dieser Ausgabe: Michaela Leppen, Sandra Schlager, Ursel Nenzig. Artredaktion, Layout, Grafik: Martin Jandrisevits. Fotoredaktion: Alexandra Grill. Titelbild: Robert Maybach. Druck: Walstead NP Druck, St. Pölten. Auflage: 38.000 Stück. Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: 1. Jänner 2025

Frauen bewegt



Energie und Zuversicht tanken

von Michaela Leppen
Leiterin Team Frauen / kfb oö

Unsere Welt befindet sich im Umbruch. Fast täglich werden wir daran erinnert, wie verletzlich wir Menschen und wie begrenzt unsere Gestaltungsmöglichkeiten sind. Woher da noch die Kraft nehmen, sich zu engagieren?

Bei der Sommerstudientagung der Katholischen Frauenbewegung Österreich Ende August erinnerte kfb-Vorsitzende Angelika Ritter-Grepl in ihrer Eröffnungsrede an den Grund der Zuversicht von kfb-Frauen. Für eine Lebensgestaltung in der Spur des Evangeliums sei Jesus selbst die Energiequelle. Zudem knüpften sie an die Erfahrung der Zeuginnen der Auferstehung an, die am Aufbau der neu entstehenden Kirche wesentlich beteiligt gewesen seien. „In dieser Tradition der Verkündigung nach Ostern stehen die Frauen der kfb mit ihrem vielfältigen Engagement zur Mitgestaltung von Kirche und Gesellschaft“, so die Österreich-Vorsitzende der Katholischen Frauenbewegung, Ritter-Grepl

verwies auf den Grundauftrag der Heiligen Schrift an den Menschen, der aufgrund seiner Gottebenbildlichkeit die Aufgabe habe, „Gottes schöpferische Liebe und Fürsorge in der Welt zu vergegenwärtigen“. Sie ermutigte die kfb-Frauen dazu, diesen Auftrag immer wieder neu für sich anzunehmen und umzusetzen. „Der Antrieb der kfb-Frauen gründet im Glauben, dass das Reich Gottes auf Erden bereits angebrochen ist, und das Reich Gottes ist gekennzeichnet durch Gerechtigkeit, Frieden und Freude. (Röm 14,17) Die Basis von uns kfb-Frauen ist die persönliche Gottesbeziehung, aus der heraus unser gemeinsames Engagement in der Weltgestaltung erwächst“, hält Ritter-Grepl fest.

In diesem Sinne haben wir uns in der kfb oö vorgenommen, uns bei den Zusammenkünften mit kfb-Frauen verstärkt den Quellen der kfb zu widmen und sie neu für uns zu erschließen. Daraus wollen wir Energie und Zuversicht für unser Engagement schöpfen.

Inhalt

GEMEINSCHAFT

- 02 Editorial: Kommen und Gehen als Zeichen von Beständigkeit
- 03 Frauen bewegt: Energie und Zuversicht tanken
- 08 kfb aktiv: Auf den Spuren der heiligen Hildegard von Bingen



Coverstory. Als neue ehrenamtliche Vorsitzende der kfb oö ist Margit Schmidinger voller Tatendrang. Die „Neue“ im Porträt.

04

INSPIRATION

- 10 Die Mutter-Kind-Woche stand ganz im Zeichen des Auftankens und Weiterbildens. Wir waren dabei und haben Mütter und Kinder in einer Woche fernab des alltäglichen Trubels besucht.
- 12 Im Wechsel der Jahreszeiten
- 14 Rezept: Blütensalz
- 14 Aus unserer Mitte: 3 Fragen an ...
... Elisabeth Weinberger

SPIRITUALITÄT

- 16 „Veränderung ist möglich!“ – Benediktinerin Philippa Rath im Interview
- 18 Atempause: Herbstklang
- 19 Hans Padinger: „Jedes Ziel ist ein Anfang“
- 20 Meine Berufung: Daniela Klein und ihr Einsatz für Frauen im Ehrenamt
- 22 Terminkalender

Fotos: Robert Maybach, Illustration: Shutterstock

„Hier ist mein Platz“

Sie ist „die Neue“:
Margit Schmidinger
ist seit Ende Juni
ehrenamtliche
Vorsitzende der kfb
Oberösterreich –
und steckt voller
Tatendrang.



Coverstory



Bei der Diözesankonferenz am 22. Juni 2024 wurde Margit Schmidinger (li.) zur ehrenamtlichen Vorsitzenden der kfb oö gewählt. Ihrer Vorgängerin Paula Wintereder (re.) ist sie zutiefst dankbar.

Auf die Frage, wie lange sie schon Teil der kfb sei, muss Margit Schmidinger eine ganze Weile überlegen. Dann lacht sie. „So genau kann ich das gar nicht sagen, aber sicher schon 20 Jahre!“ Dass sie keinen exakten Zeitpunkt nennen kann, liegt wohl daran, dass alles über die Jahre gewachsen ist. Der Weg, der sie in die kfb-Gruppe ihrer Heimatgemeinde Ottnang führte, verlief durchaus verschlungen. Margit Schmidinger kommt aus einer katholisch sozialisierten Großfamilie, sie ist das siebte von acht Kindern. „Der Sonntagsgottesdienst war Pflicht!“ Eine Pflicht, die sie bald hinterfragte. „Je älter ich wurde, desto mehr Widerstand fühlte ich. Ich habe schon als Kind wahrgenommen, dass das System Kirche patriarchal und hierarchisch ist und die Botschaft der Liebe nicht übereinstimmte mit den Erfahrungen, die ich in der Pfarre machte.“ Dieses Gefühl, dort keinen Platz zu haben, führte dazu, dass sie sich in jungen Jahren von der Kirche distanzierte.

Eine persönliche Lebenskrise führte sie schließlich – über den Weg einer evangelikalen Bibelgruppe – zurück zur katholischen Kirche. „Ich bin wieder aufgetaucht“, sagt sie, „und bin nach und nach in die Pfarre hineingewachsen.“ Sie begann, sich zu engagieren, und entdeckte die Kirche wieder neu für sich: als lebendige Gemeinschaft, als Ort, der ihr Freiheit gab, zu gestalten. Mit den Jahren lernte sie auch die Gemeinschaft der kfb kennen und schätzen und wurde Mitglied. „Mein Weg“, sagt sie, „war vielleicht ein

anderer, hat mich aber zurückgeführt zur Spur Jesu, auf der ich nun seit vielen Jahren unterwegs bin.“ Sie merke, dass dies die Quelle sei, aus der sie lebe und die sie nähre. „Das macht mein Leben nicht einfach und bequem – dafür aber reich und sinnerfüllt.“

Von Frauen getragen

Margit Schmidinger absolvierte die Ausbildung zur Pastoralassistentin, bekam eine Praktikumsstelle in Schwanenstadt und war dort bis 2020 als Pastoralassistentin tätig. Seit drei Jahren leitet sie das Dekanatsprojekt „Talita kum – neue Formen von Seelsorge“ im Bildungszentrum Maximilianhaus. „Ich habe in meiner Arbeit viel Kontakt mit kfb-Frauen“, sagt sie. „Und ich habe bald gemerkt, wie sehr diese Frauen die Gemeinschaft tragen.“ Sie seien die wahren Gestalterinnen der Gemeinschaft, die gelebt wird. „Ich habe zunehmend darunter gelitten, zu erkennen, dass sie im Entscheidenden doch nur die Helferinnen sind.“ Frauen machen wirklich viel in den Pfarren, sie tragen die Gemeinschaft – wenn es aber darum geht, wer vorne steht, Sakramente und Liturgie feiert, dann sei dies den Klerikern vorbehalten und „Frauen reihen sich wieder in der zweiten Reihe ein“.

Eine Beobachtung, die aber nicht dazu geführt hat, die Kirche zu verlassen, ganz im Gegenteil. „Ich bin in der katholischen Kirche verwurzelt und beheimatet.“ Sie erlebt hier mehr Weite als in anderen Kirchen, einen größeren Spielraum für sich persönlich. „Ich bin ein Mensch, der sich von der inneren Geisteskraft und



Drei, die gemeinsam so einiges vorhaben: Margit Schmidinger (Mitte) mit ihren Stellvertreterinnen Karin Limberger (li.) und Christa Steinbüchler (re.).

dem eigenen Bauchgefühl leiten lässt“, sagt sie. „Und für mich ist der Auftrag klar: Bleib und mach weiter. Hier ist dein Platz. Hier wirst du gebraucht.“

Dass es viele Menschen gibt, die sich von der Kirche abwenden, sieht sie klar als Teil dieses Auftrags. Was es ihrer Meinung nach bräuchte, die Menschen wieder für die Kirche begeistern zu können? „Das, was die Diözese Linz auch in ihrem ‚Zukunftsweg‘ angedeutet hat: Kirche weit denken“, sagt sie. „Wenn wir die Kirche in die Zukunft tragen wollen, wird es diese Weite brauchen.“ Dazu gehöre auch, den Menschen zuzutrauen, ihre Form von Kirche und Religiosität ein Stück weit selber gestalten und finden zu können. „Kirche war immer gedacht als eine Gemeinschaft von Menschen, die entzündet sind von dem Gedanken, dass die Liebe Gottes in uns wohnt.“ Diese Liebe, sagt Margit Schmidinger, wolle sie in die Welt tragen. „Und den Menschen die Ermächtigung zurückgeben: Gott ist schon bei dir, er lebt und wirkt in dir – verbinde dich mit dieser Liebe!“ Diese Verbundenheit, sagt sie, könnte die Gemeinschaft wieder bunter machen – und vielleicht auch „unordentlicher“: „In dem Sinne, dass die Kirche nicht mehr so ein glattes Gesicht zeigt, wie wir es gewohnt sind.“ Dafür aber mehr Lebendigkeit. „Und dass wir eben nicht mehr nur am Sonntag Gottesdienst feiern,

sondern das Leben teilen – an vielen Orten und in kleineren Gemeinschaften.“ Der Mensch, da ist sich Margit Schmidinger sicher, brauche es, gesehen und gehört zu werden. „Und nicht nur in einer Kirche zu sitzen und berieselt zu werden.“ Dafür Räume zu öffnen, wo Menschen ihr Leben teilen können, wo sie wahrgenommen werden: Das sieht sie als den großen Auftrag, den es jetzt zu erfüllen gilt.

Spiritualität verbindet

Dafür tritt sie in ihrer Rolle als ehrenamtliche Vorsitzende der kfb Oberösterreich an. Ein Zitat, das ihr seit vielen Jahren hilft, die Leichtigkeit im Tun nicht zu verlieren, lautet:

„Willst du Gott zum Lachen bringen, dann mache einen Plan.“ Für ihre neue Aufgabe hat sie sich deshalb eine Sache vorgenommen: „Ich mache keinen Plan. Durch mein Da-Sein möchte ich meinen Teil dazu beitragen, für diese große Gemeinschaft ein Stück weit Ermutigung und Sprachrohr zu sein.“ Sie möchte auch für die Vielfalt und Buntheit der Frauen als Verbindendes stehen. „In meiner Lebensgeschichte habe ich als Frau viele Rollen eingenommen“, sagt sie, „ich kann die Perspektive der Hausfrau und Mutter genauso verstehen wie jene der leidenschaftlichen Karrierefrau – und alle dazwischen.“

KFB-INFO

Das Zusammenspiel von Ehrenamt und Hauptamt ist eine der Säulen der Katholischen Frauenbewegung.

Die kfb oö ist mit rund 38.000 Mitgliedern die größte Frauenorganisation in Oberösterreich. Gemeinsam mit den kfbs der anderen Diözesen bildet sie die Katholische Frauenbewegung Österreich, die im Jahr 1947 an Christi Himmelfahrt in Maria Plain bei Salzburg ins Leben gerufen wurde. Ihre Wurzeln hat sie in der bereits 1906 gegründeten Katholischen Frauenorganisation. Seither steht sie für die Stärkung von Frauen in Kirche und Gesellschaft.

– Organisation

Die kfb oö ist wie die Diözese Linz in Dekanate und Pfarren bzw. künftig in Pfarren und Pfarrgemeinden strukturiert.

– Gremien

Alle Entscheidungen in der kfb werden demokratisch-partizipativ und in Gremien gefällt.

– Wahlen

Ehrenamtliche Leiterinnen und Vorsitzende werden auf allen Ebenen für vier Jahre gewählt.

www.kfb-ooe.at

„Für mich ist der Auftrag klar: Bleib und mach weiter!“



Margit Schmidinger

Sie wurde im Juni für eine Periode von vier Jahren zur ehrenamtlichen Vorsitzenden der kfb oö gewählt.

Die gelernte Bürokauffrau war viele Jahre passionierte Hausfrau und Mutter – zu ihrer Familie gehören insgesamt sechs heute bereits erwachsene Kinder, davon zwei Stief- und ein Pflegekind –, bevor sie die Ausbildung zur Pastoralassistentin absolvierte. Sie ist außerdem bereits Großmutter von vier Enkelkindern. Im Dekanat Schwanenstadt arbeitet sie als Pastoralassistentin und leitet dort als Seelsorgerin das Projekt „Talita kum“, eine christliche Lebensschule für mehr Lebendigkeit und Lebensfreude. Die Stärkung und Ermutigung von Frauen ist ihr ein großes Anliegen. Mit ihrem Mann lebt sie in Ottnang.

kfb aktiv



Lebendige Traditionen erkunden

Im Juli waren 185 Frauen aus ganz Österreich und Südtirol im deutschen Rheintal auf den Spuren der heiligen Hildegard von Bingen unterwegs. Aus Oberösterreich waren 47 Frauen mit dabei.

Alle zwei Jahre lädt eine Frauenreise der Katholischen Frauenbewegung Österreichs dazu ein, das Leben und Wirken einer bedeutenden Frau aus der Geschichte des Christentums zu entdecken. Diesmal war es mit Hildegard von Bingen eine der berühmtesten Frauen des Mittelalters, die die Teilnehmerinnen faszinierte und inspirierte. Die Benediktinerin war Theologin, Prophetin, Predigerin, Heilkundige und Komponistin und hinterließ ein umfassendes Werk, dessen Bedeutung in den letzten Jahren wiederentdeckt wurde. Ihre Schriften bieten

wertvolle Impulse für ein ganzheitliches Leben im Einklang mit Gott und der Schöpfung.

Die Reise unter der Leitung von Anna Rosenberger (kfb St. Pölten) und Michaela Leppen (kfb oö) führte zu den wichtigsten Wirkungsstätten: nach Bingen, auf den Disibodenberg und zur Wallfahrtskirche Eibingen. Ein Höhepunkt war die Begegnung mit Sr. Philippa Rath in der Abtei St. Hildegard in Rudesheim am Rhein (Interview ab S. 16). Das Kloster widmet sich dem geistlichen und kulturellen Erbe seiner Patronin und Gründerin, der heiligen Hildegard.



200. kfb-Mitglied
Kürzlich durften Hannelore Weinzierl (li.) und Roswitha Schneeberger (re.), die beiden Leiterinnen der kfb Niederneukirchen, mit Christine Aigelsberger (Mitte) ihr 200. Mitglied willkommen heißen. Bemerkenswert: Das neue Mitglied bekundete von sich aus Interesse an einem Beitritt. Das Vorstandsteam der kfb Niederneukirchen lädt viele Frauen ein, Teil der großen Gemeinschaft zu werden, und bietet sogar eine „Schnupperzeit“ an. Diese Strategie wirkt: Im letzten Jahr haben sich 16 Frauen der kfb im Ort angeschlossen.



Schick mit neuen kfb-Blusen
Stolz präsentieren Martina Hochroiter, Ursula Schneider und Helga Hirsch (v.l.) ihre frisch bestickten kfb-Blusen. Alle aktiven Frauen der kfb Ottmang wurden damit ausgestattet und tragen sie in Zukunft bei ihren Einsätzen.



Neue Fahne für Lohnsburger Frauen

Die kfb, die Goldhaubengruppe und die Bäuerinnengemeinschaft Lohnsburg haben gemeinsam eine neue Frauenfahne anfertigen lassen. Sie sei ein Ausdruck der Wertschätzung und Verbundenheit untereinander und erinnere daran, dass unser Leben in Gott geboren ist, so Erni Kellerer, Obfrau der Goldhauben, Franziska Gattringer vom Leitungsteam der kfb und Elisabeth Jetzinger, Obfrau der Bäuerinnen (im Bild v.l. mit Pfarrer Nwolisa). Am 23. Mai 2024 wurde die Fahne durch Pfarrer Maximus Nwolisa und Pfarrer Johann Kogler gesegnet.

Fotos: beige stellt, kfb Niederneukirchen, kfb Ottmang, kfb Lohnsburg, Sabina Haslinger, kfb Pregarten, kfb Pinsdorf

Hoch hinauf mit der kfb



30 Frauen waren letzten Sommer mit Sabina Haslinger und der kfb oö im Kaunertal unterwegs. Die Wanderführerin hatte ein abwechslungsreiches Programm im Angebot. Während die einen verschiedenste Gipfel wie etwa den Mittagkopf erklimmen, genossen die anderen den Sonnenschein und die Kulinarik auf den Almen.

Willkommen in Nepal



„**Namaste!**“ hieß es am 23. Juli für 18 Kinder beim Ferienspiel der kfb Pregarten. Das Schwerpunktland der diesjährigen Aktion Familienfasttag war der Anlass, eine „Reise nach Nepal“ zu unternehmen. Die Kinder bastelten Gebetsfahnen, stellten Fladenbrot – Roti genannt – her und erlebten beim Schminken, Tanzen und Singen einen kurzweiligen Nachmittag mit vielen Eindrücken aus Nepal.

Freudige Überraschung



Hildegard Baldinger, Teamkontaktfrau der kfb Pinsdorf (im Bild ganz rechts), sorgte am 11. Juni 2024 beim Treffen der Senioren- und Mütterrunde für eine Überraschung. 18 Frauen, die bereits seit vier Jahrzehnten Mitglied der kfb sind, bekamen von ihr eine Ehrenurkunde und Blumen überreicht. Die Teamkontaktfrau bedankte sich für die langjährige Treue und den Beitrag zur Gemeinschaft.

Aus unserer Mitte



Spirituelle Anregungen für Mütter und Kinder gibt es beim Morgen- und Abendlob.

Der Alltag ist zu Hause geblieben

Mutter-Kind-Woche, das bedeutet: kein Kochen, Putzen oder Waschen. Fernab von alltäglichen Pflichten bleibt viel wertvolle Zeit für Mamas und Kinder.

In Losenstein wuselt es. Im Garten des Landesjugendhauses, das am Rande des Nationalparks Kalkalpen liegt, tobt eine ganze Horde Kinder unterschiedlichen Alters im schönsten Sonnenschein über die Wiese. Willkommen zur Mutter-Kind-Woche, einer Woche, die alles andere als alltäglich ist. Der Alltag ist nämlich zu Hause geblieben. Hierher sind weder das zu kochende Abendessen noch der Staub unter der Couch und auch keine zu erledigenden Einkäufe mitgereist. Nur Mamas mit Kindern, die sich abseits des Alltags-trubels voll und ganz auf sich konzentrieren können.

Auch Julia Hackls Alltag als Sozialbetreuerin ist zu Hause geblieben. Hier ist sie als Leiterin der Mutter-Kind-Woche und als Mama – ihre Kinder Karoline und Theodor, 9 und 7 Jahre alt, sind mit dabei. „Es ist total wichtig, dass die Kinder mit dabei sind“, sagt sie. „Allein deshalb, weil die Teilnehmerinnen mich auch in meiner Rolle als Mama erleben.“ Die Stelle als Leiterin der Woche hat sie vor vier Jahren von ihrer Schwester übernommen. „Ich war zuvor schon als Teilnehmerin dabei und habe gemerkt, wie mich diese Zeit bereichert.“ Nun ist sie es, die ein Programm zusammenstellt, sich Schwerpunkte und Themen überlegt. Daraus entstehen Inputs und Impulse, die sie auf der Mutter-Kind-Woche weitergeben möchte. Sie sammelt sie das ganze Jahr über. „Es sind Lieder, die mich berühren, Texte in Fachzeitschriften oder auch ein Motto oder Credo, über das ich stolpere.“ All das bringt sie mit und stellt es in den vormittäglichen Seminareinheiten für die teilnehmenden Mütter zur Verfügung.



Julia Hackl leitet die Mutter-Kind-Woche seit Jahren mit viel Einfühlungsvermögen und wertvollem Erfahrungshintergrund.

BILDUNG UND ERHOLUNG

Die Mutter-Kind-Woche: wertvolle Zeit für Mama und Kind – seit 50 Jahren

Seit 1975 steht eine Woche lang im Sommer ganz im Zeichen der Erholung und Bildung. Während die Mütter Impulse, Inspiration und Wissen tanken, sind die Kinder gut betreut und genießen das Miteinander. Im Jubiläumssommer 2025 wird es gleich drei Mutter-Kind-Wochen, zwei Termine für Oma-Enkelkinder-Tage und zum ersten Mal Mutter-Kleinkind-Tage geben.

www.kfb-ooe.at



Die Mamas freuen sich über Impulse für den Alltag, während die Kinder beim Spielen, Basteln oder Turnen in der Kinderbetreuung Spaß haben.

Gemeinsame Rituale, die stärken

Diese Einheiten sind fixer Bestandteil im Tagesablauf der Mutter-Kind-Woche, der jeden Tag der gleichen Struktur folgt. Eine Regelmäßigkeit, die Mütter und Kinder sehr genießen – das findet auch Edith Auer. Sie ist mit ihren beiden Töchtern, 6 und 8 Jahre alt, in Losenstein dabei. Es ist schon ihre dritte Mutter-Kind-Woche. „Die gemeinsamen Rituale, die täglich stattfinden, sind etwas ganz Besonderes“, sagt sie. Jeder Morgen beginnt mit einem Morgenlob und dem gemeinsamen Frühstück, bevor die Mamas mit ihren täglichen Impulsen starten. Die Kinder gehen währenddessen in die Betreuung. „Meine Kinder sind bis jetzt eigentlich sehr selten bei mir gewesen“, sagt Edith Auer. „Sie genießen es, in einer großen Gruppe von Kindern zu sein, wo Ältere und Jüngere, Mädels und Burschen gemischt sind.“ Sie würden sich viel von den anderen abschauen und einiges an neuem Input mitnehmen. „Sie tanken dadurch auch jede Menge Selbstvertrauen.“

Beim Mittagessen sind Mamas und Kinder wieder vereint, aufgeregt wird vom Erlebten am Vormittag berichtet, bevor es am Nachmittag einen gemeinsamen Programmpunkt gibt. Ein Ausflug ins Freibad, ein Spaziergang oder – wie heute – ein bunter Stationenbetrieb auf der weitläufigen Wiese beim Haus. Bis zum Abendessen toben sich Mütter und Kinder so richtig aus, danach gibt es noch ein kurzes Abendlob und eine Gutenachtgeschichte. Auch für die Mamas: „Das kommt besonders gut an“, sagt Julia Hackl. „Auch weil es deutlich macht, dass es oft gar nicht viel Aufwand braucht, um etwas für sich selbst zu tun.“

Nicht nur durch die fachlichen Inputs gehen die Mamas gestärkt aus der Woche nach Hause. Für Leiterin Julia Hackl ist es vor allem auch die Frauengemeinschaft, die hier spürbar ist und die allabendlich, wenn die Kinder schlafen, in größeren oder kleineren Runden noch vertieft wird. „Mamas bekommen Inputs auf so vielen Ebenen“, sagt sie. „Das kann vom Kochrezept über Erziehungstipps bis hin zum Gefühl gehen, dass sie als Mamas gut und richtig sind.“ Auch die viele Zeit, die plötzlich bleibt, wenn die alltäglichen Arbeiten wegfallen, ist für viele ein besonders schönes Erlebnis. „Hier ist Zeit, mit den Kindern besondere Beziehungsmomente zu schaffen.“

Edith Auer jedenfalls wird nächstes Jahr wieder mit ihren Kindern bei dieser besonderen Woche sein. „Es ist so ein großer Gewinn für die Mutter-Kind-Beziehung“, sagt sie. Sie genießt es ganz besonders, dass die Woche so entspannt und stressfrei ist. Außerdem habe sie viel von anderen Mamas gelernt, das sie für ihren eigenen Alltag mitnehmen könne. „Aber auch der fachliche Input in den Seminaren zum Thema Kommunikation in der Familie hat mir sehr viele Aha-Momente beschert.“ Sie kann sich nicht vorstellen, dass es Mütter gibt, die von dieser Woche nicht gestärkt nach Hause gehen. „Ich wünsche jeder Mama, da einmal dabei sein zu können.“

Unser Leben ist geprägt vom Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung: Einatmen und Ausatmen oder Schlafen und Wachen.

Auch unsere Jahreszeiten folgen diesem Wechsel: Im Herbst verfärben sich die Blätter und fallen ab, die Bäume überdauern in scheinbarer Starre den Winter, um im Frühling zu neuem Leben zu erwachen. Es tut gut, noch die Wärme der letzten Sonnenstrahlen zu tanken, damit auch wir gut durch die kalten und finsternen Tage kommen.

Foto: Adobe Stock

Die Farben des Sommers konservieren

Gerlinde Grubauer-Steininger, kfb-Referentin sowie geprüfte Natur- und Landschaftsführerin, regt dazu an, mit bunten Blüten-salzen die Farben des Sommers festzuhalten:

In unseren Breitengraden wird das Drüsige Springkraut als invasiver Neophyt bekämpft. Dabei ist es eine Pflanze, deren Wirkung in der Bach-Blüten-Therapie als „Impatiens“ Verwendung findet. Die pinken Blüten duften stark süßlich und sind bis in den Spätherbst eine wichtige Nahrungsquelle für Insekten. Als Blütensalz konserviert, erfreut sie uns mit ihrer wunderschönen pinken Farbe an herbstgrauen Tagen. Sie hat auch eine herrlich beruhigende Wirkung und hilft uns, mit Geduld und Gelassenheit in den Tag zu starten.



Zwei Handvoll Blüten an einem trockenen, sonnigen Tag sammeln. Die frischen Blüten mit Salz im Mörser fein reiben, bis es eine trockene Konsistenz hat. In Schraubgläser abfüllen und fein dosiert täglich als Blütensalz z. B. übers Frühstücksei streuen.

Allerlei Sommerfarben lassen sich so in Blütensalzen konservieren:

- Ringelblume (orange)
- Nachtkerze (gelb)
- Lavendel (lila)
- Duftrose (rot)

Gutes Gelingen und viel Freude mit der Erinnerung an die Farben des Sommers!

Aus unserer Mitte



Elisabeth Weinberger leitet die kfb-Ortsgruppe in Wippenham, die auf Social Media sehr aktiv ist.

3 Fragen an ...

Zeit zu leben: Ihr seid auf Social Media stark unterwegs, man kann sogar per WhatsApp kfb-Nachrichten empfangen. Ist es wichtig, offen für Neues zu sein?

ELISABETH WEINBERGER: Ich war zwar zuerst nicht so ganz überzeugt davon, habe aber gemerkt, dass es wirklich wichtig ist. Denn dadurch können wir auch außerhalb unserer Gemeinde Menschen erreichen. Bei der Langen Nacht der Kirchen etwa sind wirklich viele Menschen von auswärts gekommen, die über Social Media davon erfahren hatten. Inzwischen teile ich Einladungen sogar über meinen WhatsApp-Status – ich habe mich also überzeugen lassen.

Was ist das Geheimnis eurer aktiven kfb-Gruppe?

Wir sind zwar ein kleines Kernteam

von nur vier Personen, bekommen aber sehr viel Unterstützung, wenn wir etwas auf die Beine stellen. Was mich besonders freut, ist, dass auch immer wieder junge Frauen dazukommen und wir nicht weniger werden.

Was habt ihr euch für die Zukunft vorgenommen?

Wir haben seit heuer ein Jahresprogramm und uns vorgenommen, jeden Monat eine Veranstaltung anzubieten. Auch in Zukunft wollen wir unseren Glauben stärken, denn uns ist die Spiritualität das Wichtigste. Wenn wir Palmbuschen oder Adventkränze binden, dann nicht, um sie zu verkaufen und Geld einzunehmen, sondern hauptsächlich, um die Tradition an junge Frauen und deren Kinder weiterzugeben.

4.388

kfb-Mitglieder tragen den Vornamen Maria. Das sind rund zwölf Prozent der kfb-Frauen in Oberösterreich.



Neues Angebot der kfb

Die Auseinandersetzung mit Themen anstoßen, die Frauen betreffen: Das will die kfb mit ihrem neuen Veranstaltungsformat FRAUEN.SICHT.WEISE. Der erste inhaltliche Schwerpunkt liegt auf den Themen mentale Belastung und psychische Gesundheit. Unter dem Titel „Damit die Seele gesund bleibt. Von der Kunst, an Krisen zu wachsen“ gibt Psychotherapeutin Silvia Dirnberger-Puchner praktische Tipps für den Umgang mit herausfordernden Lebensumständen. In allen vier Vierteln Oberösterreichs gibt es die Gelegenheit, einen anregenden Abend unter Frauen zu verbringen.

Termine und Orte siehe Seite 22 und auf www.kfb-ooe.at.

Hilfe für Frauen in Not



Die Frauenstiftung der kfb oö unterstützt Frauen in schwierigen Lebenssituationen mit einer einmaligen finanziellen Zuwendung zwischen 200 und 500 Euro. Ein Unglücksfall in der Familie, der Verlust des Arbeitsplatzes, Krankheit oder Trennung führen zu Krisen, die oft nicht mehr aus eigener Kraft zu bewältigen sind.

Finanziell gesehen gehören Mütter mit minderjährigen Kindern oder Frauen mit Migrationshintergrund zu den Ärmsten unserer Gesellschaft. Erste Anlaufstelle für ein Ansuchen ist die Leitung der örtlichen kfb.

Weiterführende Informationen auf www.kfb-ooe.at



In und mit der Natur entspannen und genießen

GIBT ES FÜR SIE keinen Wellness-Kurzurlaub ohne Wanderschuhe? Dann auf ins Mühlviertel nach Bad Kreuzen, wo einst Anton Bruckner kurte, oder nach Bad Mühlacken, wo das bezaubernde Naturschutzgebiet Pesenbachtal vor der Tür darauf wartet, mit allen Sinnen erlebt zu werden. Dazu gibt es in den beiden Gesundheitsbetrieben Genussstunden mit Naturheilmitteln und -methoden aus der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM) von Wasseranwendungen über Massagen bis zur Reflexologie, einer Ganzkörperbehandlung, die auf die individuelle Konstitution und Bedürfnisse des Gastes abgestimmt ist.

Heilen mit Wasser hat Tradition

Jeder Wanderfreudige wird von der heilsamen Kombination von Natur und Wasser im Strudengau begeistert sein. Das Curhaus Bad Kreuzen, das erste Zentrum für Traditionelle Europäische Medizin, liegt direkt am Donausteig. Wer mag, kann auch auf den Spuren der beinahe 180-jährigen Geschichte des Marktes als Wasserkurort in die Wolfsschlucht wandern, wo einst der Komponist Anton Bruckner Ruhe für seine überstrapazierten Nerven gesucht und zu neuer Kraft gefunden hat. In der Schlucht findet man Überreste von Naturfelsbecken der einstigen Kaltwasserheilanstalt im Kempbach. Besonders reizvoll angelegt zum Lustwandeln und Entspannen ist der größte Kneippgarten Österreichs beim Curhaus mit Kräutergarten, Gradierwerk, Wassertretbecken, Barfußrundweg und einem Bio-Schwimmteich.

Naturschutzgebiet vor der Tür

Direkt vor dem Haus des Zentrums für Gesundheit und Spiritualität in Bad Mühlacken entfaltet sich das Naturschutzgebiet Pesenbachtal mit seiner einmaligen Flora und Fauna, der Brunoquelle und Kraftplätzen zum Innehalten und Durchatmen. Bad Mühlacken ist besonders geschätzt für seine Angebote im Bereich Fasten und Detox.

Weitsicht

„Veränderung ist möglich!“



Philippa Rath gehört dem Orden der Benediktinerinnen an, wo von Beginn an Männer und Frauen ihre Berufung leben konnten. Sie ist auch Teil des Synodalen Ausschusses.

Die Gleichheit aller Menschen ist für Philippa Rath Grundlage jeder Gemeinschaft. So setzt sie sich unermüdlich unerschrocken für die Rechte von Frauen in der Kirche ein.

Sie sind vor einigen Monaten für Ihr Engagement für Geschlechtergerechtigkeit in der Kirche mit der Edith-Stein-Medaille ausgezeichnet worden. Was bedeutet Ihnen das Thema Geschlechtergerechtigkeit?
In der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte und auch in den Verfassungen Österreichs und Deutschlands ist die Gleichheit aller Menschen unabhängig von ihrem Geschlecht fest verankert. Gleiche Würde und gleiche Rechte aller gehören also zu den unveräußerlichen Menschenrechten. Sie sind die Grundlage jeder menschlichen Gemeinschaft und des Friedens. Deshalb ist für mich das Thema Geschlechtergerechtigkeit von so großer, ja von ganz entscheidender Bedeutung.



Ihr neuestes Buch hat Philippa Rath gemeinsam mit dem Würzburger Hochschulpfarrer Burkhard Hose verfasst – darin ergründen sie, wie man mit der Kraft der Hoffnung Widerständen trotzen kann.

Was sind in dieser Hinsicht Ihre Wünsche oder Forderungen an die Kirche?

Unsere Kirche hat in den letzten 100 Jahren immer wieder zur Anerkennung der gleichen Würde aller Menschen aufgerufen und die Staaten der Welt dazu aufgefordert, diese zu achten. Sie selbst hat aber die Menschenrechtserklärung bis heute nicht unterzeichnet und ist in ihrem eigenen Haus weit davon entfernt, Geschlechtergerechtigkeit zu leben. Frauen werden in der Kirche weiterhin ausgegrenzt. Ihnen wird der Zugang zu den Ämtern versagt, und zwar nur deshalb, weil sie Frauen sind. Nicht nur ich, sondern unendlich viele Frauen weltweit setzen sich deshalb dafür ein, dass sich dies ändert und die Kirche sich als Vorkämpferin für die Rechte der Frauen engagiert.

Wo wurzelt Ihr Feminismus?

Zum einen bin ich in einem liberalen, rheinisch-katholischen Milieu aufgewachsen, zusammen mit vier Schwestern. Die „Frauenpower“ war also schon in meiner Familie grundgelegt. Dann bin ich seit 35 Jahren Benediktinerin, also Mitglied des ältesten Ordens überhaupt, in dem von Beginn an Männer und Frauen gleichermaßen

ihre Berufung leben konnten. Frauen haben in unseren Klöstern immer schon Leitungsfunktionen, auch geistliche Leitung, wahrgenommen und bewiesen, dass sie dies genauso gut können wie Männer. Und ein Drittes: Die Gründerin meines Klosters, die heilige Hildegard von Bingen, war eine einzigartige prophetische Gestalt, die sich ihrer Würde als Frau und als Äbtissin sehr bewusst war und großen Einfluss auf die (Kirchen-)Politik ihrer Zeit nahm.

Erleben Sie von Männern in der Kirche mehr Widerstand oder Zuspruch für Ihr Engagement?

Ich erfahre sehr viel Zuspruch, aber natürlich auch Gegenwind. Das ist auch nicht anders zu erwarten in einer Zeit, die so sehr von Polaritäten geprägt ist. Ich versuche, mich innerlich möglichst unabhängig zu halten von Beifall und Ablehnung. Ich bin zutiefst überzeugt, dass Geschlechtergerechtigkeit in der Kirche sein soll, dass diese ganz der Botschaft des Evangeliums und dem Beispiel Jesu entspricht – und dass sie in nicht allzu ferner Zukunft kommen wird.

Die Kirche kämpft damit, dass viele sich abwenden und austreten.

Warum bleiben Sie ihr trotz allem treu?

Die Kirche ist meine Heimat. Ich liebe sie, auch wenn ich oft an ihr leide. Ich bleibe, weil ich an der Hoffnung festhalte, dass Veränderung möglich ist und derzeit auch geschieht. Ich bleibe, weil ich unsere Kirche nicht den Ewiggestrigen überlassen möchte und weil ich denjenigen, die sich abwenden oder schon gegangen sind, Perspektiven für eine neue, offene und gerechte Kirche aufzeigen möchte.

In Ihrem neuen Buch geht es um Hoffnung. Haben Sie Hoffnung für die Kirche?

Schon der Titel des neuen Buches enthält eigentlich die Antwort: „Meine Hoffnung übersteigt alle Grenzen.“ Ich lebe aus der Kraft der Hoffnung, die Mauern und Grenzen überwinden kann und immer neue Türen öffnet und Wege ins Offene bereithält – trotz aller Widerstände und Gegenkräfte. Charles Péguy hat in seinem wunderbaren Buch „Mysterium der Hoffnung“ geschrieben: „Die Hoffnung sieht das, was noch nicht ist und was sein wird. Sie liebt das, was noch nicht ist und sein wird.“ Diese Worte tragen mich und werden mich, so Gott will, auch weitertragen.

Fotos: beigestellt / Abtei St. Hildegard

*Atempause**Herbstklang*

deine Liebe
Gott
in den rot schimmernden
Blättern des wilden Weins
sehen

deine Güte
Gott
aus den prallen Früchten
des schwarzen Holunders
schmecken

deine Umarmung
Gott
durch die letzten
warmen Sonnenstrahlen
auf meiner Haut fühlen

deiner Heiterkeit
Gott
im plätschernden Wasser
des kleinen Baches begegnen

im Tönen und Rauschen
des mild mit den Blättern
spielenden Windes
finde ich mich
von deiner
Güte und Liebe
umarmt

das sollte für heute
genug Grund
zur Freude sein ...

Magdalena Froschauer-Schwarz

*Atempause*

„Jedes Ziel ist ein Anfang“



Hans Padinger,
Geistlicher Assistent
der kfb oö



Biblische Weisheitsworte haben eine starke Ausstrahlung und Kraft. Besonders das biblische Weisheitsbuch „Jesus Sirach“ ist eine Quelle der Inspiration und Lebensweisheit. Viele Worte atmen die Weisheit Gottes selbst, wenn wir da beispielsweise lesen: „Sobald der Mensch ans Ziel kommt, steht er am Anfang, und wenn er aufhört, dann weiß er nicht weiter.“ (Sir 18,7)

Wie oft haben Eltern erlebt, dass die Kinder erwachsen wurden und auf einmal aus dem Haus waren: Nun stehen sie in der Gestaltung ihres Beziehungslebens wieder am Anfang. Wie sehr wünschen sich junge Menschen, dass ihre Ausbildung endlich abgeschlossen wäre. Haben sie ihr Ziel erreicht, wird ihnen im Berufseinstieg schnell klar, wie sehr sie erst

am Anfang stehen. Auch in der Kirche und in unseren Pfarrgemeinden wünschen wir uns nichts sehnlicher, als dass Umstrukturierungen endlich beendet sein könnten. Kaum ist ein Veränderungsprozess abgeschlossen, spüren wir sofort, wie wir mit Glaube und Kirche immer am Anfang stehen.

Alle erleben auf die eine oder andere Weise, wie nach erreichten Zielen sich alles wieder auf Anfang stellt. Entscheidend ist, dass wir uns durch nichts entmutigen lassen, niemals aufhören, niemals aufgeben und unter veränderten Umständen wieder neu beginnen. Wir glauben im Christentum an einen Gott, der möchte, dass es immer weitergeht, sogar am Ziel und Ende aller Lebenswege.

Meine Berufung

Ela Klein engagiert sich dafür, dass Ehrenamtliche die Wertschätzung bekommen, die sie verdienen. Dazu gehört auch, über ihre Tätigkeiten auf ihrem Instagram-Account @ela_ehrenamt zu posten.



Ob bei Sitzungen oder im persönlichen Gespräch: Spiritualität gehört für Ela Klein „immer dazu“.

„Wir sind nicht alleine auf dem Weg.“

Daniela-Ela-Ehrenamt

Daniela Klein ist Referentin für Ehrenamtsförderung und bewundert all die Frauen, die der Kirche so viel Leben und Vielfalt schenken.

Das Ehrenamt, sagt Daniela „Ela“ Klein, sei für sie ein wichtiger Grundstock des Pfarrgemeindelebens. „Ohne das Ehrenamt passiert fast gar nichts“, sagt sie, „egal, ob in der Pfarrgemeinde, in pastoralen Knotenpunkten wie Altenheimen oder der Telefonseelsorge.“ Die Ehrenamtlichen halten die Kirche am Leben. „Sie sind wahre Schätze.“ Allein schon deshalb, so Ela Klein, weil sie sich mit so vielfältigen Lebenserfahrungen einbringen würden. „In ihrer Freizeit!“, fügt sie noch hinzu. Diesen Schatz möchte Ela Klein hüten. Und das tut sie seit Anfang 2023 ganz offiziell: Sie ist Referentin für Ehrenamtsförderung und damit Ansprechperson für alle Ehrenamtlichen in der Diözese Linz. Sie begleitet zudem ein neues Gremium namens „Forum Ehrenamt“, zu dem alle leitenden, gewählten, bestellten und beauftragten Ehrenamtlichen eingeladen sind, also auch alle kfb-Leiterinnen der Pfarrgemeindegruppen. Das Forum ist über den daraus gewählten Ehrenamtsrat bis ins Konsistorium des Linzer Bischofs vertreten.

Die Ehrenamtlichen liegen der 47-Jährigen einfach am Herzen. Sie schaut darauf, dass ihnen die Wert-

schätzung entgegengebracht wird, die sie verdienen, und sie zudem nicht als anonymes fleißiges Kollektiv zu sehen, sondern „in der kompletten Vielfalt – von der Person, die einmal im Jahr hilft, die Kirche zu reinigen, bis zu jener, die regelmäßig eine Wort-Gottes-Feier leitet“. Es gibt, so Ela Klein, so unglaublich viele Ehrenamtsbereiche und -felder, um sich zu engagieren. Denen möchte sie allen gerecht werden. Dabei hilft ihr mit Sicherheit auch ihr eigener Werdegang. Sie war schon in der Katholischen Jugend aktiv und wusste früh, dass sie in diesem Bereich ihre Berufung gefunden hatte. Sie absolvierte die Ausbildung zur Jugendbeauftragten und in weiterer Folge zur Pastoralassistentin. 22 Jahre lang war sie in Pfarrgemeinden tätig, war Jugendseelsorgerin und Dekanatsassistentin, bis sie Referentin für Ehrenamtsförderung wurde.

Seelsorgerin, sagt Ela Klein, sei sie aber immer noch. „Im persönlichen Gespräch genauso wie in meiner Haltung, wie ich zum Beispiel Sitzungen leite. Spiritualität gehört für mich immer dazu.“ Die Grundwerte, auf denen sie im Leben stehe, habe sie einfach immer mit dabei. „Die kann ich gar nicht ablegen.“ Und natürlich führt sie nach wie vor seelsorgerische Gespräche, wenn z.B. jemand von Konflikten oder Überforderung erzählt. In vielen Gesprächen hat sie auch ein Gespür dafür entwickelt, was den Ehrenamtlichen manchmal fehlt – und das ist die Anerkennung dafür, mit wie viel Herzblut und Liebe sie bei der Sache sind. „Das kann ein ehrliches

Danke sein oder aber Fortbildungs- und Ausbildungsangebote, die wir anbieten.“

Die Begeisterung weitergeben

Ela Klein ist voller Bewunderung für die Frauen, die sich ehrenamtlich engagieren. „Neben einer Familie, Partnerschaft und einem Job.“ Da braucht es Wertschätzung und Anerkennung, erst recht, weil viele die Gleichberechtigung in der katholischen Kirche nach wie vor vermissen. Eine große Herausforderung besteht für viele Ehrenamtliche auch darin, ihre Begeisterung weiterzugeben, sprich: Nachfolgerinnen zu finden, die sich genauso engagieren wollen. „Sie merken, dass sich das Ehrenamt genauso verändert, wie sich die Gesellschaft verändert“, sagt Ela Klein. Und das würden vor allem jene Ehrenamtlichen deutlich spüren, die schon lange dabei sind. In der Kirche, so Ela Klein, würde in Gremien gearbeitet und in langen Perioden gedacht – und das würde viele abschrecken. „Das ist eine große Herausforderung, und wir sollten schauen, dass wir Veränderung zulassen und zum Beispiel auch kürzere Zeiträume anbieten, für die man sich in einem Ehrenamt bindet.“

Für die Zukunft „ihrer Kirche“ wünscht sich Ela Klein, „dass wir in Vielfalt gemeinsam am Weg sind, einander nicht ausgrenzen, bewerten und verurteilen, sondern mit offenem und freiem Blick sehen.“ Sie wünscht sich, gemeinsam voll Gottvertrauen unterwegs zu sein. „Denn wir sind nicht alleine am Weg, sondern gemeinsam mit anderen Menschen und dem Geist Gottes – darauf können wir uns verlassen.“

Fotos: (C) Diözese Linz / Johannes Kienberger, PANEUM

Christentum als Brotreligion: Das PANEUM beleuchtet die christliche Brotkultur im Advent



Brot und Glauben eint seit jeher eine enge Verbindung. Die Themenführung „Christentum als Brotreligion“ in der Adventzeit veranschaulicht dieses Band und lässt die Besucherinnen und Besucher charakteristische Exponate erkunden.

TAUCHEN Sie ein in die Geschichte und Bedeutung der Hostien – der kleinen, oft mit religiösen Motiven verzierten Oblaten, die während der Heiligen Messe an Gläubige verteilt werden. Erfahren Sie, welche strengen Regeln früher beim Backen der Hostien galten und wie sich diese über die Jahrhunderte entwickelt haben. Erkunden Sie die Welt der Brotheiligen wie Notburga von Rattenberg oder Elisabeth von Thüringen. Bewundern Sie ein Oblateneisen, mit dem Hostien kunstvoll gestaltet wurden, oder ein Mehlsieb mit dem Bildnis der Mutter Gottes am Metallgeflecht, durch das ein Bäcker sein gesamtes Mehl gesiebt hat, um dem entstehenden Brot den Segen zu verleihen. Diese und andere Ausstellungsstücke machen deutlich, wie eng das Bäckerhandwerk, die Zünfte und generell Brot immer mit dem Christentum verbunden waren.

Das PANEUM bietet eine fesselnde und informative Erfahrung für alle, die sich für die Verbindung zwischen Brot und Religion interessieren. Die Termine für offene Führungen sind am 30. November sowie am 7., 14. und 21. Dezember jeweils um 10:30 Uhr. Für Gruppen ab 15 Personen können Führungen von 30. November bis 21. Dezember (Dienstag bis Samstag) gebucht werden.

Besuchen Sie uns und erleben Sie die Brotreligion im PANEUM – alle Termine und Anmeldungen finden Sie auf www.paneum.at.

Entgeltliche Einschaltung

Terminkalender



**Wintergenuss
in Windischgarsten**
12. bis 17. Jänner 2025

Mit Sabina Haslinger wandern, langlaufen, schneeschuhwandern, spazieren, Ski fahren, wellnessen und den Winter genießen.



**Puchberg-Tage für Bäuerinnen
und Frauen vom Land**
13. bis 14. Jänner 2025

Schloss Puchberg. Infos und Austausch mit Franz Küberl, Anna Maria Dieplinger, Ferdinand Kaineder und Birgit Detzlhofner.



**Spirituelle Genussabend
für Frauen im Advent**
4. Dezember 2024,
18 bis 21 Uhr

Schloss Puchberg. Stimm dich mit Barbara Sereinig mit allen Sinnen auf Weihnachten (F)ein.



Zeit zu leuchten
14. Dezember 2024, 15.30 bis 16:30 Uhr

Bei der spirituellen Feier im Mariendom Linz den Fokus auf das Licht legen und uns von der Botschaft der Menschwerdung Gottes anrühren lassen.



**Sei gut zu dir,
wir brauchen dich**
25. Jänner 2025,
9 bis 16 Uhr

Schloss Puchberg. Mit Margit Schmidinger dich selbst und deine Bedürfnisse liebevoll in den Blick nehmen.



**Die Kraft des
Reduzierens entdecken**
23. bis 28. März 2025,
Greisinghof Tragwein

Genussvolles und belebendes Basenfasten, spirituell begleitet von Erni Wiederstein.

**Damit die Seele
gesund bleibt.**
Di., 5. November 2024,
18 Uhr, Schalchen
Di., 12. November 2024,
18 Uhr, Gallspach
Di., 18. März 2025,
18 Uhr, Mauthausen
Di., 1. April 2025,
18 Uhr, Bad Hall

Silvia Dirnberger-Puchner bringt in ihrem Vortrag eine Sichtweise näher, die Krisen als Chance begreift, als Person zu wachsen. Komm und nimm deine Freundin oder Nachbarin mit!



Terminkalender

**Wenn Engelsflügel dich
berühren**
25. bis 27. November 2024,
Kematen am Innbach

Lydia Neunhäuserer lädt zu besinnlichen Tagen vor dem Advent ein. Lass dich berühren und von Engeln, die auch bei der Geburt Jesu eine bedeutende Rolle als Botschafter:innen und Verkünder:innen hatten, durch den Advent begleiten.

Sternenkinder-Gedenkfeier
Sa., 7. Dezember 2024, 16 Uhr,
Mariendom Linz

In einer Gedenkfeier mit Diözesanbischof Manfred Scheuer und Superintendent Gerold Lehner der eigenen Trauer um ein Kind Raum geben und sich gegenseitig Trost spenden.

Kraft.Voll.Weiblich.
18. bis 19. Jänner 2025

Frauenwochenende in Lichtenberg mit Christine Schulz. Atem holen, Frauenkräfte schöpfen, im Einklang mit der Natur frei sein.

Mädels-Frauen-Wochenende
1. bis 2. März 2025

Lichtenberg. Mädchen zwischen 13 und 16 Jahren erleben mit einer erwachsenen Frau, dass mit einer Freundin an der Seite kein Weg zu weit ist; begleitet von Christine Schulz.

Frauentag im oberen Mühlviertel
Do., 6. März 2025,
Altenfelden

9 bis 12 Uhr: Schauplätze im Heiligen Land mit Martin Zellinger.

14 bis 16.30 Uhr: Die Weisheit des Humors mit Evelyn Mallinger.

FrauenZeit 2025

FrauenZeit ist eine Einladung der kfb oö an alle interessierten Frauen.

Mi., 2. April 2025, 19 Uhr,
Zell am Moos. Quo vadis? Wohin gehst du, Kirche? Mit Margit Schmidinger.



**Weiterführende
Informationen zu
allen Veranstaltungen
auf www.kfb-ooe.at
oder 0732 7610 3444**

**Beginnen Sie jeden Tag
mit einem guten Gedanken!**



€ 14,90*
Sonderpreis
für kfb-Mitglieder
(Normalpreis
€ 19,90)

Jetzt bestellen:
welt-der-frauen.at/vorteile-kfb



Bestellen Sie gerne auch per E-Mail
aboservice@welt-der-frauen.at
oder per Telefon +43 732 77 00 01-14
→ Jeweils mit dem Hinweis kfb-Bonus



**„Der Welt der Frauen“-
Abreißkalender 2025 ist da!**

Impulse zum Nachdenken, Trost, Freude oder das kleine Glück am Morgen – der „Welt der Frauen“-Abreißkalender begleitet Sie mit einem täglichen Spruch durch das kommende Jahr. Liebevoll zusammengestellt von den RedakteurInnen und AutorInnen von „Welt der Frauen“. Lassen Sie sich inspirieren!

* zzgl. Versandkosten (€ 4,- Inland). Bestellmenge unbegrenzt. Solange der Vorrat reicht.

Fotos: Sabina Haslinger, Schloss Puchberg, Andreas Krenn, iStock, Karin Hackl, Erni Wiederstein, Robert Maybach



Zeit
zu
leben

DANKE
FÜR DEINEN
BEITRAG

ZEIT MITZUMACHEN

ZUSAMMEN SIND WIR STÄRKER.

Katholische Frauenbewegung Oberösterreich

Als das größte Frauennetzwerk in Oberösterreich setzen wir auf Austausch, Weltoffenheit und gemeinsames Engagement.

Unsere Angebote

- Inspirierende Veranstaltungen
- Angebote zu frauenrelevanten Themen
- Spiritualität erleben
- Gemeinschaft erfahren
- Unterstützung von Frauen in Not in Oberösterreich
- Oberösterreichs größtes Frauennetzwerk
- Gemeinsam unterwegs bei Wanderungen, Reisen und Co.
- Gemeinsam etwas bewegen



Informiere dich über unsere Angebote und bleibe auf dem Laufenden mit unserem Newsletter: www.kfb-ooe.at



Österreichische Post AG MZ 07Z0375420M
Diözese Linz, Kapuzinerstraße 84, 4020 Linz, kfb-zeitung Nr. 2/2024