

# HEUTE



kfb HEUTE • AUSGABE 1/2019 • März 2019 • 59. JAHRGANG

KATHOLISCHE  
KIRCHE STEIERMARK

Katholische  
Frauenbewegung

KA

## Frauen.Leben. Stärken. Frauen und Sport



Titelbild: janeb13/Pixabay

Vorgestellt: Starke Frauen  
aus der Steiermark Seite 3

Schwerpunkt: Frauen  
und Sport Seiten 4–5

Aktion Familienfasttag,  
Veranstaltungen Seite 6–7



Foto: Openphoto

Bewegung – die daraus gewonnene Lebendigkeit für unseren Körper erfüllt uns mit Freude, auch ein bissel mit Stolz. Dass wir beweglich, gelenkig und auf sicheren Beinen stehen, ist Ergebnis von Übungen, die uns gut tun. Wir dehnen, strecken, laufen, um herauszufinden, wo noch eine Körperübung möglich ist. Wir kennen unsere Grenzen, achten, dass wir Körper und Geist fordern, aber nicht überfordern. Wir „normal“ lebenden Frauen betreiben Sport, um gerade in fortgeschrittenen Lebensjahren elastisch und beweglich zu bleiben.

Frauen sind auch Profisportlerinnen und verdienen, bei herausragenden Leistungen, sehr viel Geld. Der Weg zur Spitze ist geprägt von Disziplin, Verzicht und einem mehr. Wir sind Zuschauer\*innen diverser Sportbewerbe, besonders Skiracings sind zu wahren Events geworden. Doch die Häufung immer schwererer Verletzungen, die so manche Skirennläufer\*innenkarriere kennzeichnen, fordert uns als Gesellschaft zu Diskussionen heraus. Muss es noch schneller, riskanter werden? Auch Profisportler\*innen stellen sich diese Fragen. Es gibt ja noch ein Leben“ danach“.

Solange es Zuschauer\*innen gibt, die den Skizirkus am TV-Schirm fiebernd mitverfolgen und sich an Pistenrändern drängen, werden Materialien, Fahrstile, und Schneeverhältnisse weiter optimiert werden, um noch spektakulärer zu erscheinen. Zeitabstände zwischen den Athlet\*innen sind oft nur Sekundenbruchteile. Begeistert zuschauen, uns freuen – ja klar. ABER denken wir daran: Wir schauen MENSCHEN in all ihrer ZERBRECHLICHKEIT zu.

Lydia Lieskonig,  
kfb-Vorsitzende

# offen gesagt

## Aus dem Abseits in den Mittelkreis – Fußball stärkt Roma-Mädchen

In Roma-Gemeinden haben die Mädchen kaum Möglichkeiten, ihre Talente zu entdecken und zu fördern. Sie kennen meist nur ihr unmittelbares Wohnumfeld in der Siedlung. Nach der Grundschule, die sie mit 15 Jahren abschließen, bleiben sie zuhause. In weiterer Folge bekommen die meisten Mädchen und jungen Frauen Kinder. Für die Veränderung der Lebenssituation, eigene Ambitionen, Teilhabe an der Gesellschaft bleibt keine Energie und keine Möglichkeit. Man bleibt ausgesetzt und isoliert. Diese Ausgrenzung entsteht, weil niemand da ist, der eine andere Möglichkeit aufzeigen könnte – weder die Eltern noch die Gemeinde oder Gesellschaft. Diese Isolation von Romnija zu durchbrechen haben wir uns von Welthaus mit dem Verein SPOLU-Slovensko zum Ziel gesetzt.

Mädchen und Fußball? Roma-Mädchen und Fußball? Warum nicht? Fußball ist ein universeller Sport, es gibt viele Möglichkeiten ihn auszuüben. Seit zwei Jahren organisieren wir Trainings und Turniere für 11 bis 15-jährige Mädchen. Das Projekt „Vom Abseits in den Mittelkreis“ wird vom österreichischen Sportministerium unterstützt. Derzeit sind sechs Teams in der Ostslowakei eingebunden. Die Reisen zu den Auswärtsspielen, sich in einer fremden Umgebung zurechtzufinden stärkt Selbstwertgefühl und wenn dann noch Tore und Siege gefeiert werden können, dann ist es für die Mädchen klar: Wir können vieles erreichen. Jede „Mannschaft“ hat ihre Stars. Eine davon ist Vivien, 12 Jahre alt.



Foto: Spolu

Seit Jahren spielt sie zwischen den Häusern der Siedlung mit den Buben, sie war begeistert, dass sie in einem Mädchen-Team mitmachen kann und auf echten Spielplätzen ihre Begabung zeigen kann. Auch ihre Schwester hat sie zum Mitmachen überredet. Ihr Talent hat sie auch beim Stadtlauf bewiesen – sie wurde siebente in ihrer Kategorie.

Wir hoffen, dass wir Vivien und ihre Mitschülerinnen durch ähnliche Projekte weiter begleiten können. Ausdauer, Selbstvertrauen und Durchsetzungsvermögen brauchen sie für ihr weiteres Leben. Neue Perspektiven zu erschließen, sich Neues zu zumutern und aus dem gesellschaftlichen Abseits im Mittelkreis des Lebens anzukommen – das ist unsere Hoffnung für Roma-Mädchen.

Agnes Truger, Projektleiterin bei Welthaus  
Diözese Graz-Seckau

# recht&soziales

## Sport und sexuelle Belästigung: Panikmache unangebracht, aber ...

„...Vorsicht ist durchaus angebracht, wenn es um das Thema sexualisierte Gewalt im Sport geht. Der Großteil der TrainerInnen, BetreuerInnen und FunktionärInnen leistet ehrenhafte, wertvolle und kompetente Arbeit. ABER es kommt leider auch immer wieder zu verschiedensten Formen von Übergriffen und Drohungen durch diese Vertrauenspersonen vor allem gegenüber Mädchen und jungen Frauen. Verletzung der Intimsphäre in der Umkleide oder Dusche, unangemessene Berührungen, Missachten des Schamgefühls oder abwertende Kommentare sowie anzügliche Bemerkungen und Gesten – was tun wenn Kinder/Enkelkinder davon betroffen sind? Wie erkenne ich Zeichen und wohin kann ich mich wenden? Eine gute Möglichkeit wäre der Verein „die möwe“ – er bietet Kindern, Jugendlichen und ihren Bezugspersonen kostenlos Unterstützung und professionelle Hilfe bei körperlichen, seelischen und

sexuellen Gewalterfahrungen. Zentrales Anliegen ist der Schutz von Kindern vor Gewalt und ihren Folgen. Die möwe-Beratungsangebote sind kostenlos und wenn gewünscht auch anonym. Die möwe-MitarbeiterInnen unterliegen der Schweigepflicht, von der sie lediglich in Gefährdungsfällen gegenüber den Behörden entbunden sind. Die möwe-Kinderschutzzentren sind mit allen relevanten Institutionen (Jugendamt, Gericht, Krankenhaus, usw.) vernetzt und können schnell und unbürokratisch Unterstützung anbieten. Wochentags telefonisch erreichbar unter: 01 532 15 15.

**Kontakt:** Rechtliche Fragen beantwortet „Ihre Eule“, Mag. Petra Gatschelhofer gerne: [petra.gatschelhofer@gmx.at](mailto:petra.gatschelhofer@gmx.at) bzw. 0664/96 89 803.



# Zweite Heimat in der Pfarre

**R**enate Hochsam wohnt in Leibnitz, ist 61 Jahre alt, seit 42 Jahren mit Dr. Kurt Hochsam verheiratet. Sie haben zwei Kinder und zwei Enkelkinder im Alter von 11 und 13 Jahren. Die Familie gibt ihr Halt und Kraft für Arbeiten in der Pfarre.

Das kirchliche Leben prägte sie schon in jungen Jahren, sie bekam es von ihren Eltern vorgelebt. Die Gemeinschaft und die Sonntagsmessen waren für sie ein wichtiger Lebensinhalt und sind es für Renate heute noch. Das Ehrenamt, vor allem in Jungschar und kfb in den Pfarren übt Renate schon seit ihrem 20. Lebensjahr aus. Ihr Mann stammt aus der Pfarre Graz Liebenau-St. Paul – wo Renate im Pfarr-Kindergarten arbeitete.

## FASTENTUCH VON LIEBENAU-ST. PAUL

Mütter gründeten dort eine „Junge Frauenrunde“ mit etwa 15 bis 20 Frauen. Sie organisierten Themen-Abende und bastelten fleißig für den Weihnachtsbasar. Unter Anleitung einer Künstlerin gestalteten und finanzierten zwölf Frauen ein Fastentuch, das noch heute in der Pfarre Liebenau-St. Paul bewundert werden kann.

Da ihr Mann beruflich nach Wien musste, suchte und fand sie auch dort Anschluss in der Pfarre Unter St. Veit. Sie übernahm eine Jungschargruppe und war auch in der kfb-Frauenrunde aktiv.

## ZURÜCK IN DER STEIERMARK

Nach dem Tod der Eltern von Renate im Jahr 1987, bzw. 1989 entschieden sie sich nach Leibnitz ins Elternhaus zu ziehen. Der damalige und schon verstorbene Dechant Anton Konrad war ein Schulkollege von Renates Mann. So war es selbstverständlich, dass auch die Pfarre Leibnitz zum Mittelpunkt ihrer Freizeit wurde. Die letzten drei Berufsjahre arbeitete Renate als Teilzeitkraft in der

*Renate Hochsam ist seit Jahrzehnten in vielfältiger Weise ehrenamtlich in der Pfarrarbeit tätig.*

Foto: KK



Pfarrkanzlei, was ihr viel Freude bereitete.

Renate brachte ihre Ideen im Arbeitskreis für Ehe und Familie ein, unter anderem war die Herbergsuche ein großes Anliegen, was noch bis heute Bestand hat.

Das besondere Hobby von Renate ist das künstlerische Gestalten von Kerzen. 1998 verzierter sie die erste OSTERKERZE für die Pfarre Leibnitz. Seitdem durfte sie Jahr für Jahr bis heute diese gestalten. Auch die Altarkerzen bekommen von ihr die besondere Note, jeweils zu Weihnachten, Ostern, Pfingsten und Erntedank. Zu verschiedenen Anlässen werden auch Geburtstagskerzen und Trauerkerzen verzieren. Im Monat sind es

ca. 15 – 20 Kerzen, die von der Renate unentgeltlich gestaltet werden.

## VIELFÄLTIGES ENGAGEMENT IN DER PFERRE

Ihre sonstigen Tätigkeiten in der Pfarre Leibnitz: Kommunikationspionierin, Mitarbeiter bei der Dreikönigs-Aktion, Mitglied im Sozial-Arbeitskreis, Pfarrkaffee, Mitglied bei „Kultur-Pfarre Leibnitz“, sowie Mithilfe bei Pfarr- und Erntedankfesten.

Renates Engagement ist in der Pfarre Leibnitz nicht wegzudenken. Sie arbeitet unscheinbar und selbstverständlich im Hintergrund, es würde erst auffallen, wenn ihr Einsatz nicht mehr möglich wäre.

Annemarie Robier



*Ein besonderes Hobby ist das Gestalten von Kerzen.*

## Weihnachtsaktion 2018



Angeregt durch unsere Stv. Vorsitzende Lydia Zürn haben wir heuer eine Weihnachtsaktion durchgeführt, bei der Packerln bzw. Gutscheine an Frauen div. Fraueneinrichtungen verteilt wurden. Mit dieser Aktion wollen wir einerseits sichtbar machen, dass die kfb für Solidarität mit steirischen Frauen steht und andererseits soll dadurch auch die regionale Kaufkraft gefördert werden.

Durch das Engagement von Leitungsfrau Luise Dobler und der kfb in Deutschlandsberg konnten insgesamt 40 prall gefüllte Weihnachtspäckchen an den Verein Frauenhäuser Steiermark und das Haus Rosalie der Vinzenzgemeinschaft übergeben werden. Unterstützung bekamen die kfb-Frauen dabei von Kaufmann Norbert Spari (SPAR Pistorf).

Auf Initiative von Annemarie Robier, ebenfalls kfb-Leitungsfrau aus der Region Südoststeiermark, wurden an das Haus FranzisCa in Graz Gutscheine im Wert von € 700, bzw. der Caritas Leibnitz im Wert von € 300, übergeben.

Die Idee ist, daraus eine jährliche Aktion entstehen zu lassen, bei der kfb Gruppen ihre regionalen Institutionen unterstützen.

Die kfb Graz-Salvator hat sich bereits bereit erklärt, die Weihnachtsaktion 2019 durchzuführen.

Wir möchten uns noch einmal sehr herzlich bei Luise und Annemarie, sowie der kfb Graz-Salvator für ihr Engagement bedanken. Ein schönes Zeichen der Verbundenheit!

Bernadette Weber



# Einfach so hinein

**I**ch bin mit zwei Schwestern bei meinen Eltern in Halbenrain aufgewachsen. Schon im Oberstufengymnasium war ich gut trainiert, da ich lieber mit dem Radl unterwegs war, als in der Schule! So motivierten mich die Burschen – meine Freunde – auch bei Rennen mitzufahren. Ich bin in den Wettkampfsport „hineingerutscht.“

Ihren Eltern war es wichtig, dass sie die Matura macht und einen „ordentlichen“ Beruf hat. Besonders ihr Vater war sehr religiös, er achtete darauf, dass Petra erst nach der Kirche und nach der Schule radfahren ging, nur dann bekam sie Anerkennung für die Erfolge im Radfahren.

Leider starb er sehr früh. Auch in der Bewältigung dieses Schmerzes erkannte sie, dass das Leben schnell vorbei sein kann, Arbeit und die Aussicht auf Pension sei nicht der Sinn des Lebens für sie. So beendete sie nach einer halb Jahren ihre Arbeit im Kindergarten

und startete eine Mountainbike -Profikarriere, die sie 13 Jahre erfolgreich führte. Petra beschreibt es als größten Sieg für sie: Es damals geschafft zu haben, aus dem normalen Leben auszubrechen!

„Mountainbiken ist ein Extrem-sport. Es ist auch eine Randsportart – keine olympische Disziplin. Die Szene ist kleiner, die Kameradschaft gut.“

Petas erstes Team war „Rainer-Wurz-Cannondale“ des ehemaligen Formel 1-Piloten Alexander Wurz. Sie hatte mit ihrem besten Freund Mathias Haas begonnen, nur mehr für den und vom Radsport zu leben. Sie teilten sich die Arbeit gut auf. Vieles, was bei anderen Sportarten von den Trainern und Betreuern erledigt wird, müssen die Mountainbiker selbst machen. Ihre technische Ausrüstung verbessern, die Bikes warten, sich selbst Öffentlichkeit verschaffen, Sponsoren überzeugen, die Reisen zu den Rennen auf der ganzen Welt organisieren.

Als Mathias sich von der Profiarbeit zurückzog, wurde es trotz Petras sportlicher Erfolge schwierig für sie. Doch sie zeigte Mut. Sie kehrte in den Kindergarten zurück. Vier Jahre lang hat sie die Vollzeittätigkeit als Kindergartenpädagogin mit den internationalen Rennen parallel gemacht. Sie braucht den Kick, das Adrenalin, die internationale Atmosphäre und gleichgesinnte Freunde.

„Meine Kolleginnen im Kindergarten und mein Arbeitgeber, die Pfarre Halbenrain, haben mich immer unterstützt. Dafür bin ich sehr dankbar! Unser Pfarrer versteht, dass ich meinen Träumen folgen möchte, das macht mich schon stolz.“

Petra konnte das Thema Radfahren in den Kindergarten einbringen und hat regelmäßig Radtage mit den Kindern gemacht, die großen Anklang gefunden haben. Aber im Sommer des letzten Jahres erlitt sie nach einem Sturz in Kanada eine schwere Knöchelverletzung und musste ein halbes Jahr im



Foto: Hugo Bokhorst

Das falsche Firmgeschenk als Initialzündung einer sportlichen Karriere:  
Eigentlich hatte sie sich ein Pferd gewünscht, stattdessen bekam sie ein Mountainbike. Sie fand immer mehr Freude am Drahtesel und erkannte, dass sie gut damit ist!

Petra Bernhard, kurz Petzi,  
Kindergartenpädagogin und 10-fache  
Downhill –Staatsmeisterin im  
Gespräch mit Gilda Heubrandner.

# gerutscht

Krankenstand verbringen. Derzeit ist sie in Bildungskarenz. Sie war schon immer kreativ, malt auch gerne und absolviert derzeit eine Fotografenausbildung. Der Plan ist, teilzeitbeschäftigt in den Kindergarten zurückzukehren. Durch ihre Lebensführung mit viel Arbeit und vielen Reisen ist es auch schwieriger, Freundschaften zu halten. Aber der „harte Kern“, die wahren Freunde bleiben! „Ich bin mit 38 Jahren auch schon eine der Älteren in meinem Sport, im Vorjahr war ich Doppelstaatsmeisterin und habe viele Jüngere hinter mir gelassen. Mit dieser Erfahrung habe ich viel an Gelassenheit gewonnen.“

Auch wenn Petra meint, dass herkömmliches Sicherheitsdenken ihr nicht entspricht, hat sie sich doch gut privat zusatzversichert. So haben nach dem Unfall in Kanada die Bergung und der Heimflug perfekt funktioniert. Die Behandlung und die Physiotherapie wurden durch ihre private Unfallver-

sicherung abgedeckt. Allerdings wurde ihr die Versicherung danach gekündigt, weil es offenbar zu viel gekostet hat. Bei den Jüngeren erlebt Petra, dass diese schon viel jünger mit dem Wettkampfsport anfangen und meist auch von ihrer Familie mehr unterstützt werden. Sie selbst erlebt eher, dass ihre Familie Sorge um sie hat und nicht verstehen kann, dass ihr die Rennen so viel bedeuten. Zum Unterschied zwischen Männern und Frauen meint Petra: „Bei uns geht es sehr kameradschaftlich zu zwischen Männern und Frauen und wir leben während der Wettkämpfe auf engstem Raum miteinander. Es gibt relativ wenige Frauen in dieser Sportart. Da ich das Management selbst gemacht habe, habe ich mich auch selbst um gerechte Bezahlung gekümmert.“ Meine Frage nach dem Thema sexueller Mißbrauch im Sport verwundert sie, diese Frage

sei ihr noch nie gestellt worden und sie habe auch glücklicherweise keine unangenehmen Erlebnisse gehabt. Geschlechter-spezifischen Unterschied sieht sie am ehesten in der unterschiedlichen Emotionalität. „Frauen freuen sich auch füreinander!“

## Info

### Mountainbike-Wettkampfarten

» **Cross Country:** sowohl Bergauf- als auch Bergabfahrzeiten werden gewertet

» **Downhill:** nur die Bergabfahrzeit wird gewertet. Auf den Berg kommt man mit der Gondel oder mit einem Fahrzeug.

» **Enduro:** nur die Bergabfahrzeit wird gewertet. Auf den Berg muss man jedoch auch mit eigener Kraft gekommen sein.

Petra Bernhards Disziplin ist Downhill, sie hatte jedoch auch einige Siege in Enduro-rennen errungen.

Ihr Team ist Friesi's Bikery Scott in Gleisdorf.

## WELTGEBETSTAG

### Ein herzliches Danke!



Foto: Erich Hohlo

Mehr als 70 Frauen nahmen an der Liturgie im Seelsorgeraum Graz-Südost teil.

„Kommt, alles ist bereit!“ war das Thema des Weltgebetstags aus unserem Nachbarland Slowenien. Die Frauen aus Slowenien haben für unseren gemeinsamen Gottesdienst das Gleichnis vom großen Gastmahl aus dem Lukasevangelium (LK14,15-24) ausgewählt. In der Liturgie hörten wir von Erfahrungen einiger Frauen und auch von der Schönheit des Landes. Die Anliegen der slowenischen Frauen haben durch uns eine Stimme bekommen.

In rund 35 ökumenischen Gottesdiensten in der Steiermark wurde am 1. März 2019 der Weltgebetstag (WGT) gefeiert werden, in mehr als 170 Ländern weltweit. Jeder einzelne Gottesdienst war etwas ganz Besonderes, mit großem Engagement und Kreativität vorbereitet.

Das Team des Arbeitskreises WGT, kfb Steiermark, der Vorstand und das österreichische Nationalkomitee danken allen Verantwortlichen für ihr großes Engagement in der Vorbereitung und Durchführung der Feier am 1. März 2019 und allen Spendern und Spendern für die Bereitschaft, Frauen und Familien in unseren Projekten zu unterstützen.

Barbara Laller, Michaela Legenstein, Marianne Konrad, Veronika Zimmermann

Der Weltgebetstag am 6. März 2020 kommt aus Simbabwe.

## GEISTLICHES WORT



Foto: maedusa

### Ein Tanzen vor Gott

Frauen gehen morgens zum Grab, Petrus und der Lieblingsjünger laufen, die Jünger und Jüngerinnen sollen sich aufmachen nach Galiläa. Das Pfingstfest bringt wieder Schwung in die Jüngerinnen und Jünger: Sie öffnen Türen und setzen die Bewegung des Christentums in Gang – bis heute getragen und bewegt vom Heiligen Geist. Die Evangelientexte der Osterzeit enthalten viel an Bewegung und Veränderung. Ostern ist ein Aufstand gegen den Tod! Die äußere Bewegung spiegelt eine innere: Eine Bewegung von Verzweiflung zu Hoffnung, von Resignation zu Vertrauen, von Gottesverlassenheit zu Gottesbegegnung. Diese österliche Erfahrung mag ein Grund sein, warum in Exerzitien- und Meditationskursen Elemente der Leibarbeit eingebaut werden. Gebet wird hier als ein Tun des ganzen Menschen mit Leib, Seele und Geist verstanden.

Äbtissin Mirjam Dinkelbach beschreibt das Leben als Tanzen vor Gott. In Stille und Reglosigkeit erfahren Menschen, dass gerade in dieser der Rhythmus des Lebens gespürt wird. „Und je mehr wir uns dem überlassen, in dem wir uns bewegen, leben und sind, umso mehr werden wir Teil von ihm und schwingen ein in das letzte große Geheimnis dieser Welt: Die Auferstehung, in der schließlich alles, was uns auf Erden im Tanz behindert, beschwert, belastet und einschränkt und aus dem Takt bringen will, von uns abfallen darf in der unbeschwertesten und beschwingtesten Freiheit und Liebe der Kinder Gottes.“

(Zitat aus: Dinkelbach Mirjam: Tanz als leibhaftige Form des Betens. In: Frauen glauben mit Leib und Seele. Missio Aachen 2004. S. 61.)

Bernadette Nagl



**ÖBERSTEIERMARK WEST:** Mit einer Feier im Juni 2018 beging die sehr rührige kfb Weißkirchen ihr 40-jähriges Bestandsjubiläum. Nach einer Messe in der Altkirche mit Pfarrer Gerald Wimmer, ging es zum Festakt in den Pfarrsaal.

Foto: Gerhard Freigaßner



**OSTSTEIERMARK:** Die Närinnen in Passail feierten einen tollen Frauenstadl mit Anni Gasberg. Der Saal war voll und die Lachmuskeln von Männern, Frauen und Kindern hatten jede Menge zu tun. Es wurde bis zwei Uhr in der Früh gefeiert.

Foto: HAK.films

# Eine Zukunft aus eigener Kraft

Die kfb unterstützt WODSTA seit sieben Jahren. Frauen aus sechs Dörfern konnten seither bereits ausgebildet werden. Sie alle produzieren die Technologien selbst und verkaufen diese gewinnbringend. So auch Rehema Onesmo-Chale. Sie verdient damit ihren Unterhalt und kann den Haushalt versorgen. Früher war ihr das nicht möglich. Onesmo-Chale backte und verkaufte Maandazi, ein afrikanisches Süßgebäck. Gewinn erwirtschaftete sie dabei keinen. Heute kann sie von ihrem Gehalt gut leben.

Zusätzlich zu den Herden erzeugt sie Heizbriketts aus vorhandenen Materialien. Auch Lucina Charles betreibt mittlerweile ihr eigenes Geschäft mit selbstgebauten Zement-Herden. Nur zu gut kann sie sich an die alten, qualmenden Öfen erinnern. „Die verbrauchten sehr viel Brennholz. Das Essen verbrannte schnell und der Rauch war schlimm. Sehr viele Frauen und Kinder erkrankten dadurch an chronischer Bronchitis. Für die Energiesparöfen benötige ich nur wenig Holz und kann nebenbei andere Aufgaben erledigen“, erzählt die 56-Jährige.

### SCHULE, STUDIUM UND HAUSBAU

Neben den Öfen setzt Charles Bäume an, die sie, sobald sie die richtige Größe erreicht haben, an die Nachbarsdörfer verkauft. So können die umliegenden Wälder, die gerodet wurden, um Brennholz zu gewinnen, wieder nachwachsen. Von ihren Einnahmen konnte die vierfache Mutter ihren Kindern die Schule, das Studium und den Hausbau finanzie-



*Rehema und Lucina, zwei ehemalige Kursteilnehmerinnen bei WODSTA, strahlen über ihren Erfolg.*

ren. Heute unterrichtet Lucina Charles in ihren Trainings bereits andere Frauen darin, Öfen und weitere Technologien zu produzieren. Ihr Motto: „Jede\*r Teilnehmer\*in soll einen Schritt weg von der Armut hin zur Selbstständigkeit machen können.“

### UNTERSTÜTZEN AUCH SIE DIE FRAUEN IN TANSANIA

Für eine Zukunft aus eigener Kraft – beweisen unsere Partnerinnen aus Tansania, wie auch so viele Partnerinnen in den Ländern des Südens. Frauen, die auf ihre Kraft vertrauen, das Leben für sich und ihre Familien weiterhin lebenswert zu gestalten – dort wo ihr Lebensmittelpunkt ist, dort wo Zukunft durch Weitergabe von Bildung geschieht – für ein erfülltes Leben – für die Frauen und ihre Familien. Das gewährleistet Ihr, liebe kfb-Frauen. Durch Eure Verlässlichkeit, Euer Verständnis, Eure

Kreativität, Eure Gebete und Gestaltung der Gottesdienste in der Aktionszeit der Aktion Familienfasttag – ist es möglich über Kontinente hinweg zu beweisen – teilen spendet Zukunft – Jahr für Jahr – Danke für diese Eure Verlässlichkeit. Danke für Eure Freude, den Wandel zu wagen.

Lydia Lieskonig und  
Cornelia Gruber

### Termine

- » 15. März, **Familienfasttag**
- » 17. März, **Sammelsonntag**
- » Di. 9. April, 11:30 – 15:00, **Fastensuppe & Fastenspeisen aus aller Welt**, Live-Musik mit den „Musigranten“ sowie Diskurs, Tauschbörse und nachhaltiger Osterbasar, Ort: Paradise L (Zinzendorfsgasse 3), Kooperation der Fastenaktionen, KHG und Caritas.



**SÜDOST-STEIERMARK:** Unsere gute Geistin im kfb-Büro, Helene und ihr Alois haben „ja“ zueinander gesagt und gehen nun Hand in Hand gemeinsam in die Zukunft. Wir wünschen ihnen beiden dafür von Herzen alles Gute!

Foto: Foto Schleich, Bad Radkersburg



**SUPPE ÄNDERT LEBEN:** in Tansania. Sehr gut angekommen wurden unsere Infotreffen zur Aktion Familienfasttag. 120 Frauen lernten das heutige Projektland und die Projekte kennen. Es wurde viel gelacht und die Kulinistik kam auch nicht zu kurz.

Foto: kfb

## Haus der Frauen

### AUFBLÜHEN – MIT DEN VERANSTALTUNGEN IM HAUS DER FRAUEN

#### Mich allein auf den Weg machen | Einführung ins Alleine-Pilgern für Frauen

» Fr, 29.3., 15 Uhr – So, 31.3.2019, 13 Uhr

Dieses Wochenende soll viele offene Fragen zum Alleine-Pilgern von Frauen klären. Ebenso stehen eine Pilgerwanderung und ein Fotobericht vom Unterwegssein auf europäischen Pilgerrouten auf dem Programm. Mitzubringen: Eine entsprechende Liste erhalten Sie rechtzeitig vor der Veranstaltung. Leitung: Hermengilde Heubrandner, begeisterte Alleinpilgerin und Pilgerbegleiterin Kosten: € 95,00 Teilnahmebeitrag + € 103,00 im EZ; Anmeldeschluss: 22. März.

#### In deiner Stille berge ich mich | Meditationstag und Zeit für Achtsamkeit

» Fr, 5.4.2019, 9 – 17 Uhr  
Die vorösterliche Zeit bietet sich gut an, um inne zu halten, einfach da zu sein und sich von einer heilsamen Stille berühren zu lassen. Am Ende des Tages: liturgische Feier.

Leitung: Maria Magdalena Feiner Dipl.-Päd.<sup>in</sup>, Meditationsleiterin; Kosten: € 35,00 + € 13,00 Mittagessen mit Getränk, Kaffee-/Teejause; Tipp: € 5,00 Ermäßigung für kfb-Frauen Anmeldeschluss: 2. April.

#### Heilsame Tage vor Ostern | Urlaub miteinander für Frauen und Paare

» Fr, 12.4., 15 Uhr – So, 14.4.2019, 13 Uhr  
Nehmen wir uns Zeit zum Durchatmen, Ruhen, uns Spüren und Austauschen von Erfahrungen. Genießen wir die wohltuende Atmosphäre des Hauses und die liebevoll zubereiteten Speisen.

Leitung: Monika Brolli, Begleiterin; Kosten: € 145,00 alles in-



Nutzen Sie unsere vielfältigen Veranstaltungen und blühen Sie so richtig auf!

Foto: pixabay

klusive im DZ, € 155,00 im EZ; Anmeldeschluss: 5. April

#### Kontakt



Bildungshaus der Diözese Graz-Seckau  
8222 St. Johann bei Herberstein 7  
Tel. 03113/2207, Fax-DW-24  
kontakt@hausderfrauen.at,  
www.hausderfrauen.at  
facebook.com/  
hausderfrauen

## KFB - MITGLIEDER

### Mitgliedsbeitrag mit Mehrwert

Oft taucht die Frage auf, warum die Mitgliedschaft in der kfb etwas kostet. Derzeit sind es 12 Euro pro Jahr. Mit dem Mitgliedsbeitrag werden zahlreiche Bildungsveranstaltungen, Impulstreffen, Aktionen und Behelfe finanziert. Auch die kfb HEUTE, die Sie gerade in Händen halten.

Die Hälfte des Mitgliedsbeitrages bleibt den Frauengruppen zur individuellen Durchführung von vielfältigen Veranstaltungen in den Pfarren.

Dein Mitgliedsbeitrag hat aber auch noch einen Mehrwert: Die Katholische Frauenbewegung Österreichs ist Herausgeberin von „Welt der Frauen“ – daher gibt es für alle Mitglieder der kfb Steiermark, die noch kein Abonnement von „Welt der Frauen“ haben, das Abo um den kfb-Mitgliedsbeitrag reduziert: „Welt der Frauen“ zum Jahrespreis von 35 Euro statt 47 Euro.



Foto: Welt der Frauen

### Neue kfb-Mitglieder

27.11.18 – 21.02.19

St. Lamprecht .....	1
Heilbrunn .....	1
Prending .....	1
Graz-Graben .....	2
St.Veit am Vogau .....	2
Leibnitz .....	2
Birkfeld .....	1
Kirchbach .....	2
Förderndes Mitglied .....	2
St. Michael/Obersteiermark	3
Weiz .....	1
Eichberg .....	2
Nestelbach .....	2
Eggersdorf .....	3
Graz-Herz Jesu .....	1

## Gemeinsam unterwegs

Im Rahmen der steirischen Kirchenentwicklung macht sich auch die kfb eifrig Gedanken, wie Frau in Zukunft regional gut zusammenarbeiten und Gemeinschaft gestalten und leben kann.

Wie zum Beispiel in der Region Obersteiermark Ost. Kfb Frauen von Bruck über Leoben bis Mürzzuschlag machen am 21. Mai 2019 einen gemeinsamen Ausflug nach Graz, besuchen das ORF Studio und anschließend Schloss Seggau. Los geht es um 8:30 Uhr am Bahnhof St. Michael.

Du möchtest dabei sein? Dann melde dich bis 3. Mai 2019 unter

christiane.reiterer@gmail.com  
dafür an.



Foto: ixabav

Machen Sie mit beim gemeinsamen Ausflug der kfb.

**kfb Frühjahrs-DIKO**

» Fr, 26. April 2018, 14:30-18:30 Uhr, Bildungshaus Mariatrost; mit Finissage der Ausstellung „Frauen.Leben.Stärken.“ – Bilder und Gedanken von Annemarie Robier

**Muttertagsfeier in der Katharinenkirche**

» Mi, 8. Mai 2019, 17:00 Uhr Mausoleum Graz mit Pater Leo Thenner; anschließend Agape in den Räumlichkeiten der Dompfarre Graz

**Pilgern im Oberen Ennstal**

» Fr, 17. Mai 2019

Wir besuchen die kfb im Ennstal und pilgern gemeinsam mit unseren Kolleginnen nach Pürgg. Anreise per Bus von Graz in das Ennstal wird organisiert.

**Hemma von Gurk in der Steiermark**

» Hemma – Ein Schauspiel Fr, 31. Mai 2019, ca. 19:00 Uhr, Basilika am Weizberg; in Kooperation mit der kfb Gurk-Klagenfurt; Nähere Informationen zum Kartenvverkauf im kfb-Büro

**Lange Nacht der Kirchen 2019**

» Fr. 24. Mai 2019, Aktion Familienfasttag in der Stiegenkirche Graz

**Wendezeiten**

Moderierte Abendveranstaltung zu den Themen Frauen & Wiedereinstieg/Pension bzw. Frauen & Gesundheit in Kooperation mit dem Land Stmk und Welt der Frauen

» in Deutschlandsberg, Di 19. März 2019, Laßnitzhaus

» in Hartberg, Mo 8. April 2019, Maxoom Kino

» in Mürzzuschlag, Do 23. Mai 2019, Stadtsaal

» in Graz, Do 24. Oktober, Audimax der FH Johannaeum

Beginn jeweils 18:30 Uhr

# In Bewegung kommen Angebote für Frauen

## **WEIBER-WANDERN – VEREIN FÜR NATUR, FRAUEN UND SPIRITUALITÄT**

Weiber-Wandern bedeutet, sich in der Geborgenheit einer „Frauen-Weg-Gemeinschaft“ auf den Weg zu machen. Jede Frau geht ihren eigenen Weg und zugleich in einer Frauengemeinschaft, die trägt, schützt und begleitet. Es gibt Morgen- und Nachtwanderungen, Kräuterwanderungen, Schneeschuhwanderungen, Wanderungen, die den Kräften der Jahreszeiten nachspüren, bei fast jeder Witterung, Tages- und Wochenwanderungen, immer bereit, sich auf den Weg und das Erleben einzulassen. Fixer Bestandteil jeder Weiber-Wanderung ist eine „Liturgie“ unter freiem Himmel. Dabei wird das gemeinsame, achtsame Gehen und Erleben mit biblischen und literarischen Texten in Bezug gesetzt und in einer Symbolhandlung verankert. In dieser Feiergemeinschaft werden wir einander zum Segen und erzählen einander, was wir Schönes, Großes und Erstaunliches wahrgenommen haben. Frauen-Empowerment vom Schönsten von Anfang bis zum Schluss! Seid herzlich eingeladen zum Mitgehen!

Nächste Termine:

» Sa, 30.3.19, 6 Uhr: „Verbundenheit“ – Morgenwanderung (im Raum Graz)

» Sa, 13.4.19; 9-15 Uhr: „Säfte-Kräfte“ – Kräuterwanderung in den Murauen (Essen vor Ort)

Alle Informationen sind auf unserer Website zu finden: [www.weiberwandern.at](http://www.weiberwandern.at)

Die Vorstands-Weiber Andrea Pfandl-Waidgasser, Evelyn Steiner und Maria Irnberger

## **ENTSPANNEN IN BEWEGUNG – ALPHA LAUF**

Der Alphalauf verbindet Laufen bzw. Gehen mit



Entspannungstechnik und Meditation.

Im Rahmen von Alphalauf Seminaren kann jeder diese besondere Methode für sich entdecken. Durch eine spezifische Lauftechnik in Kombination mit mentalen Techniken stellt sich eine entspannte Wachheit und ein Gefühl der inneren Ruhe ein. Eine Möglichkeit Alphalauf einmal auszuprobieren bietet sich beispielsweise im Haus der Frauen, vom 17. bis 22. März 2019 in Kombination mit Basenfasten oder am 13. Juli 2019 in Verbindung mit Yoga.

Weiter Infos und Termine unter [www.alphalauf.at](http://www.alphalauf.at)

## **PILGERN – AUF DEM WEG ZU NEUEN PERSPEKTIVEN, ZU SICH SELBER, ZU GOTT**

Pilgern bietet seit Jahrhunderten die Möglichkeit, aufzubrechen um die Welt um sich herum und vor allem Gott neu zu entdecken.

Die steirischen Pfarren bieten ein umfangreiches Pilgerange-

bot. Wenden Sie sich für nähere Informationen und Termine gerne an Ihre Heimatpfarre oder besuchen Sie die Pilger-Seite der diözesanen Homepage unter [www.katholische-kirche.at](http://www.katholische-kirche.at) (Bereich Glauben & Feiern).

Auch die kfb Steiermark lädt herzlich zum gemeinsamen Pilgern im Ennstal ein! (siehe Spalte links)

## **BEWEGUNG FÜR KÖRPER UND GEIST**

Ein umfangreiches Aktivprogramm bietet auch die Diözesansportgemeinschaft der Katholischen Aktion. Ein Angebot von Tennis über Schwimmen bis hin zum Wandern mit anschließender Bergmesse, bewegt nicht nur Körper sondern auch den Geist. Immer im Fokus dabei steht das gemeinsame sportliche Erleben.

Eine Übersicht über die Sommerkurse finden Sie unter [www.dsg.at](http://www.dsg.at).