

Fr 08.11 – Sa 30.11.  
Online-Gespräch

### „Gottes Wort, ist wie ... Licht“ ... – Exerzitien im Alltag

Exerzitien bieten eine Chance, sich alleine und doch in Gemeinschaft auf den Weg zu sich und den Gott unseres Lebens zu machen.

Ein Weg, der bewusst in den eigenen Alltag integriert ist, die Routinen unterbricht und so Freiräume eröffnet.

Neben den wöchentlichen Impulsheften bieten wir für die Teilnehmerinnen ein wöchentliches Gespräch mit einer geistlichen Begleiterin an. Zudem finden drei Online-Termine in der Exerzitien-Gruppe statt.

Vortreffen (via Zoom)

**28.10.2024, 19:30-20:45**

Zwischentreffen (via Zoom)

**21.11.2024, 19:30-20:45**

Abschlusstreffen (via Zoom)

**03.12.2024, 19:30-20:45**

Mit Dr.<sup>in</sup> Andrea Osten-Hoschek, Agnes Irmen

22,00 Euro für kfd Mitglieder

44,00 Euro für Interessierte

Di 12.11., 19:30 – 21:00 Uhr

Online-Gespräch

### Bibel-Teilen

Eine Auszeit für mich und den Gott meines Lebens

Mit Dr.<sup>in</sup> Hedwig Lamberty-Zielinski

kostenfreies Angebot

Mi 18.11., 10:00 – Mo 25.11., 16:00 Uhr

Haus St. Elisabeth am Kurpark  
Bahnhofstraße 19, 49214 Bad Rothenfelde

### FerienFreizeit

Wir laden Sie ein, Kraft zu tanken und sich eine Auszeit aus Ihrem Alltag zu nehmen!

Wir freuen uns, auch 2024 wieder eine FerienFreizeit für kfd-Frauen mit kleinem Einkommen anbieten zu können.

Die FerienFreizeit umfasst sieben Übernachtungen mit Vollpension, die Nutzung des hauseigenen Schwimmbads, den Besuch der Salzgrotte und verschiedene Aktivitäten und Ausflüge. Lassen Sie sich überraschen.

Finanziert wird die FerienFreizeit aus den Mitteln unseres Marie-Theres-von Schorlemer Fonds.

Mit Lieselotte Porschen, Cornelia Gruber  
kostenfreies Angebot

Dezember

Anmeldungen unter:  
0221 / 1642-1545  
oder  
info@kfd-koeln.de

Do 05.12., 16:30 – 19:30 Uhr

Hoher Dom zu Köln  
Domkloster 4, 50667 Köln

Residenz am Dom

An den Dominikanern 6 – 8, 50668 Köln

### Jahresabschluss im Dom mit anschließendem Beisammensein in der Residenz am Dom

kostenfreies Angebot



Di 10.12., 19:30 – 21:00 Uhr

Online-Gespräch

### Bibel-Teilen

Eine Auszeit für mich und den Gott meines Lebens

Mit Dr.<sup>in</sup> Hedwig Lamberty-Zielinski

kostenfreies Angebot

Mo 29.12.2024 14:00 Uhr –

Do 02.01.2025 14:00 Uhr

Malteser Kommende

Ehreshoven 27, 51766 Engelskirchen

### JahresEndtage

Lebensfreude im Alltag ...

Raus aus dem Jammertal – auf nach Hoffnungstal

Mit Cilly Höfig-Küpper, Annegret Wetter

445,00 Euro kfd-Mitglied / 545,00 Euro Interessierte  
im Einzelzimmer

415,00 Euro kfd-Mitglied / 515,00 Euro Interessierte  
im Doppelzimmer

## Newsletter

Wir informieren Sie über Veranstaltungen,  
Termine und vieles mehr. Anmeldung für den  
Newsletter über:  
[www.kfd-koeln.de](http://www.kfd-koeln.de) oder auch gerne per E-Mail an  
[info@kfd-koeln.de](mailto:info@kfd-koeln.de), Betreff: Newsletter

Impressum



Besucher/innenanschrift:  
An Groß St. Martin 10  
50667 Köln

Postanschrift:  
Marzellenstraße 32  
50668 Köln  
[www.kfd-koeln.de](http://www.kfd-koeln.de)

Herausgeberin:  
Katholische Frauengemeinschaft  
Deutschlands (kfd)  
Diözesanverband Köln e. V.,

Telefon 0221 / 16 42-13 85  
E-Mail: [info@kfd-koeln.de](mailto:info@kfd-koeln.de)  
[www.facebook.com/kfd.koeln](http://www.facebook.com/kfd.koeln)  
[www.instagram.com/kfd\\_koeln/](http://www.instagram.com/kfd_koeln/)

Verantwortlich:  
Monika Kleinfenn

Redaktion:  
Monika Kleinfenn, kfd-Team  
Grafik: dyadesign, Düsseldorf  
Druck: gcprint, Gerhard Clemenz, Köln  
gedruckt auf fsc-zertifiziertem Papier

Weitere Informationen und  
Angebote  
finden Sie auf unserer  
Internetseite unter [www.kfd-koeln.de](http://www.kfd-koeln.de)

Digitale Veranstaltungen via Zoom  
Unsere Online-Gebete, Online-Seminare oder Online-Konferenzen  
veranstalten wir über den Anbieter  
ZOOM. Sie erhalten die Einwahldaten  
in der Regel ein bis zwei Tage vor der  
Veranstaltung.

kfd

KATHOLISCHE  
FRAUENGEMEINSCHAFT  
DEUTSCHLANDS

Diözesanverband Köln

# Angebote 2\_2024

Veranstaltungen des  
kfd-Diözesanverbands Köln

## Liebe kfd-Frauen, liebe Interessierte,

Sie halten das Kursprogramm für das zweite Halbjahr 2024 in den Händen. Wir freuen uns sehr, Ihnen wieder ein umfangreiches und vielfältiges Programm anzubieten. Seien Sie dabei, erleben Sie Begegnung und Gemeinschaft, finden Sie Ruheorte und Kraftquellen, erfahren Sie neue Impulse für Ihren Glauben und Ihr Leben.

Besonders einladen möchten wir zu unserem Sommerfest am 24. August. Mit Frauen aus dem gesamten Diözesanverband möchten wir an diesem Tag unsere bunte kfd-Gemeinschaft feiern. Auch auf die Vielfalt spiritueller Angebote möchten wir gerne hinweisen: digitale Treffen zu gemeinsamem Bibel-Teilen, Exerzitien im Alltag, Auszeit-Wochenenden und unser traditioneller Jahresabschluss, der in diesem Jahr am 5. Dezember stattfindet.

Auch in diesem Kursprogramm bieten wir wieder besondere Angebote für spezifische Zielgruppen an: Vom 18.-20. September sind Erzieherinnen eingeladen zu einer Auszeit mit dem Titel „All deine Farben...“. Vom 25.-27. Oktober findet ein Wochenende statt für Frauen, die ihren Partner oder ihre Partnerin verloren haben. Daneben gibt es wieder mehrere Wochenend-Auszeiten speziell für alleinerziehende Frauen.

Wir freuen uns sehr, wenn die Veranstaltungen Sie ansprechen, Sie sich anmelden und wir uns digital oder vor Ort begegnen. Schauen Sie ins Programm und lassen Sie sich inspirieren!

Herzlichst Ihre

Elisabeth Bungartz  
(Diözesanvorsitzende)

Monika Kleinfenn  
(Geschäftsführerin)



## Besondere Termine

- 24.08. Sommerfest
- 13.-15.09. Meinen Glauben lebendig machen – spirituelle Auszeit für Frauen
- 18.-20.09. All Deine Farben... – Einkehrtage für Erzieherinnen
- 25.-27.10. Es wird wieder bunt, aber anders – Wochenende für Frauen, die ihren Partner verloren haben
- 08.-30.11. „Gottes Wort, ist wie...Licht“ – Exerzitien im Alltag
- 05.12. Jahresabschluss

Juli

**Di 09.07., 19:30 Uhr – 21:00 Uhr**  
Online-Gespräch

### Bibel-Teilen

Eine Auszeit für mich und den Gott meines Lebens  
Mit Dr.<sup>in</sup> Hedwig Lamberty-Zielinski  
kostenfreies Angebot

**Mo 15.07., 11:30 – Fr 19.07., 13:00 Uhr**

Haus Marienhof  
Königswinterer Straße 414, 53693 Königswinter

### Alles hat seine Zeit und alles Vorhaben unter dem Himmel hat seine Stunde (Kohélet 3,1)

Diese Bibelstelle kann uns helfen, Veränderungen anzunehmen und unseren Gefühlen Raum zu geben. Alles darf sein zum richtigen Zeitpunkt.

In dieser Auszeit-Woche gibt es Zeit zum Reden und zum Schweigen, zum Tun und zum Lassen, zum Bewegen und zum Entspannen und vieles mehr.

Mit Ingrid Schütte-Nießen, Ursula Peffermann-Fincke

Für alleinerziehende Frauen ohne Kinderbetreuung  
100,00 Euro

August

**So 11.08., 17:00 – Fr 16.08., 13:00 Uhr**

Jugendbildungsstätte Haus Altenberg,  
Ludwig-Wolker-Str. 12, 51519 Odenthal-Altenberg

### Mach doch einfach

Oft ist das Leben nicht so kompliziert, wie wir immer denken. Einfach mal machen, statt tausend Bedenken nachzugeben. Neues in geschütztem Rahmen ausprobieren.

Eine Woche voller Theatertraining und Spaß, Neuem, Bewegung und Bleibendem!

Mit Beate Reuter, Moya Geers

Für Alleinerziehende mit Kinderbetreuung

210,00 Euro für Alleinerziehende mit einem Kind,  
jedes weitere Kind 30,00 Euro

**Di 13.08., 19:30 – 21:00 Uhr**

Online-Gespräch

### Bibel-Teilen

Eine Auszeit für mich und den Gott meines Lebens

Mit Dr.<sup>in</sup> Hedwig Lamberty-Zielinski

kostenfreies Angebot

**Fr 16.08., 18:00 Uhr – Sa 17.08., 17:00 Uhr**

Haus Marienhof  
Königswinterer Straße 414, 53639 Königswinter

### Spiritualität und Resilienz: eine Zeit für Körper, Seele und Geist

Herzliche Einladung an alle ehrenamtlich tätigen Wort-GottesFeier-Leiterinnen und geistlichen Begleiterinnen der kfd.

Wir beschäftigen uns mit dem Zusammenhang von Spiritualität und Resilienz. Inhaltliche Impulse wechseln sich mit praktischen Übungen in der Natur und Zeiten des Austauschs ab.

Mit Molly Spitta, Sylke Spitta,  
Dr.<sup>in</sup> Andrea Osten-Hoschek

20,00 Euro kfd-Mitglieder

**Sa 24.08., 14:00 Uhr – 17:00 Uhr**

Geschäftsstelle, An Groß St. Martin 10, 50667 Köln

### Gemeinsam sind wir kfd

Sommerfest des kfd-Diözesanverbands Köln



Gemeinsam mit Ihnen und vielen weiteren Frauen aus dem Diözesanverband wollen wir unser Sommerfest feiern: Die kfd-Gemeinschaft erleben, bekannte kfd-Frauen wiedersehen, neue kfd-Frauen kennenlernen, Aktuelles aus dem Verband erfahren, gemeinsam singen und feiern. Seien Sie dabei!

Mit dem Vorstand und dem Team des DV-Köln

kostenfreies Angebot

September

**Fr 06.09., 18:00 – So 08.09., 15:30 Uhr**

Kardinal Schulte Haus  
Overather Straße 51 – 53, 51429 Bergisch Gladbach

### „Bühne frei!“ – Improvisationstheater für alle Fälle

Dem ersten Einfall folgen, der Phantasie freien Lauf lassen, in neue Rollen schlüpfen, die eigenen Möglichkeiten erweitern und das Vergnügen des Experimentierens mit anderen teilen – all das werden wir tun!

Vorkenntnisse sind weder erforderlich noch hinderlich.

Mit Valeria Aebert, N. N.

Für alleinerziehende Frauen ohne Kinderbetreuung

75,00 Euro / 120,00 Euro für kfd-Mitglieder /  
240,00 Euro für Interessierte

**Fr 13.09., 18:00 Uhr – So 15.09., 15:00 Uhr**

Kardinal Schulte Haus  
Overather Straße 51 – 53, 51429 Bergisch Gladbach

### Meinen Glauben lebendig machen – spirituelle Auszeit für Frauen

Gönnen Sie sich eine Zeit für sich und den Gott Ihres Lebens!

Anhand der Perlen des Glaubens werden wir uns gemeinsam mit unserem Lebens- und Glaubensweg beschäftigen. Inhaltliche Impulse wechseln sich mit Zeiten der Ruhe, der Entspannung und des Austauschs ab.

Mit Dr.<sup>in</sup> Andrea Osten-Hoschek, Heike Prochazka

120,00 Euro kfd-Mitglieder/ 240,00 Euro Interessierte

**Mi 18.09., 09:30 – Fr 20.09., 16:30 Uhr**

Kardinal Schulte Haus  
Overather Straße 51 – 53, 51429 Bergisch Gladbach

### 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.

Mit Daniela Ballhaus, Birgit Bartmann

140,00 Euro für kfd-Mitglieder /  
280,00 Euro für Interessierte

**Fr 27.09., 18:00 – So 29.09., 15:30 Uhr**

Haus Altenberg,  
Ludwig-Wolker-Straße 12, 51519 Odenthal

### „Den / die hast Du viel lieber als mich!“ – Familienalltag mit Geschwistern und Einzelkindern

Beim Thema Geschwisterrivalität scheiden sich die Geister: Wie viel Streit ist „normal“? Ab wann muss ich eingreifen? Was kriegen die Kinder untereinander geregelt?

Wer dagegen ein Einzelkind zuhause hat, schlägt sich vielleicht mit anderen Fragen herum: Wird es zu selbstbezogen? Fehlt ihm ohne Brüder und Schwestern etwas?

Ein spannendes Thema, das wir an diesem Wochenende im gemeinsamen Austausch gerne facettenreich beleuchten möchten.

Mit Svenja Rixen, Gerd Reiners

Für alleinerziehende Mütter und Väter mit Kinderbetreuung

85,00 Euro für Alleinerziehende / 120,00 Euro für kfd-Mitglieder mit ihren Kindern / 240,00 Euro für interessierte Frauen mit ihren Kindern

**Sa 28.09.**

In Via  
Stoltzestraße 1a, 50674 Köln

### Save the Date: Perspektive 2030. Die kfd trägt weiter

Tagesveranstaltung zum Verbandsentwicklungsprozess



Herzliche Einladung an alle interessierten kfd-Frauen zu einem gemeinsamen Tag, bei dem über den Verbandsentwicklungsprozess informiert und gemeinsam an den Zukunftsfragen unseres Verbands gearbeitet wird. Genauere Informationen zu den Zeiten und zum Aufbau des Tages folgen.

Mit Ursula Hahmann, Maria Beber

kostenfreies Angebot

Oktober

**Di 01.10., 19:30 – 21:00 Uhr**

Online-Gespräch

### Bibel-Teilen

Eine Auszeit für mich und den Gott meines Lebens

Mit Dr.<sup>in</sup> Hedwig Lamberty-Zielinski

kostenfreies Angebot

**Fr 25.10., 18:00 – So 27.10., 15:30 Uhr**

Haus Marienhof  
Königswinterer Straße 414, 53693 Königswinter

### Es wird wieder bunt, aber anders

Wochenendseminar für Frauen, die ihren Partner verloren haben, mit ihren Kindern

Auftanktage zum Atemholen, zum Austausch mit Frauen in der gleichen Situation, Zeit zum Weinen und Lachen, für den Blick zurück und für Schritte ins Weite.

Mit Ellen Schumacher, Birgit Kappus-Langmann

Für alleinerziehende Frauen mit Kinderbetreuung

85,00 Euro

November

### Social Media Postings, Flyer & mehr gestalten mit Canva

Online-Schulung

Dreiteiliger Kurs zur Einführung in die Nutzung von canva.com, einem Design-Tool zur Gestaltung von Social Media Postings, Flyern, Plakaten und vielem mehr.

**Do, 07.11., 18:30 – 21:00 Uhr:**

Erste Schritte: Technische Einführung in canva.com

**Do, 14.11., 18:30 – 21:00 Uhr:**

Mit Canva Social Media-Inhalte gestalten

**Do, 28.11., 18:30 – 21:00 Uhr:**

Mit Canva Flyer, Karten, Plakate und andere Druckmedien gestalten

Mit Vanessa Schmidt, Mediengestalterin

6,00 Euro für die Teilnahme an einem einzelnen Abend,  
15,00 Euro für die Teilnahme an allen Kursabenden

Die drei Kursteile können einzeln gebucht werden. Für die Teilnahme an den Kursteilen B und C wird das in Kursteil A vermittelte Wissen vorausgesetzt. Wer bereits Erfahrung mit Canva hat, kann auch nur an den Kursteilen B und C teilnehmen.

Anmeldungen unter:  
0221 / 1642-1545  
oder  
info@kfd-koeln.de