



KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS

Diözesanverband Essen

VOR ORT

2 / 2025

Arbeitshilfe der Katholischen Frauengemeinschaft
Deutschlands Diözesanverband Essen

Vorwort	3
„Mutig sein – Trau dich!“ – Impuls für Gruppenstunden.....	4
Ausflugstipps.....	8
Filmtipp.....	12
Besondere Zitate von „starken Frauen“.....	14
Katholikentag in Würzburg.....	19
„Macht hoch die Tür, die Tor macht weit“.....	20
Aus dem Diözesanverband	23
Verabschiedung der Geistlichen Leiterin Marlies Hennen-Nöhre.....	23
Verstärkung in der Öffentlichkeitsarbeit.....	24
Rückblick Vorstandetag am 06. September 2025.....	24
Jahresthema 2026/2027: Frauen glauben anders.....	26
Frauenkirche on tour: „Lass den Funken überspringen“.....	29
kfd – mal rätselhaft.....	31
Aus dem Bundesverband	32
kfd freut sich über Ausweitung der Mütterrente.....	32

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser der neuen Ausgabe von „kfd Vor Ort“!

Mit dieser Ausgabe unserer Arbeitshilfe **Vor Ort** laden wir euch ein, gemeinsam auf Entdeckungsreise zu gehen:

Frauen gestalten Veränderung – Teil 1

Veränderung beginnt selten laut, aber immer bewusst. Sie wächst aus **Mut**, aus **Fragen**, aus **Erfahrungen** und aus dem **Vertrauen** darauf, dass unser Handeln eine Wirkung hat. Genau diesen Spuren wollen wir in dieser Ausgabe nachgehen.

Wir haben für euch Impulse gesammelt, die zum Innehalten, Weiterdenken und vielleicht auch zum Neu-Anfangen anregen. Inspirierende Zitate von Frauen, die mit Herz und Mut vorangehen, begleiten euch durch die Seiten. Dazu gibt es Ausflugstipps, die Körper und Seele guttun, und einen Filmtipp, der Frauenperspektiven sichtbar macht.

Auch aus unserem Diözesanverband gibt es viel Neues zu berichten: Projekte, Begegnungen und Entwicklungen, die zeigen, wie lebendig unser gemeinschaftliches Engagement ist. Besonders freuen wir uns, euch bereits jetzt das neue Jahresthema 2026/2027 vorzustellen: **„Frauen glauben anders“**. Ein Thema, das Räume öffnen soll – für vielfältige Glaubenswege, spirituelle Ausdrucksformen und die Frage, wie wir als Frauen Kirche und Gesellschaft heute prägen.

Zum Jahresausklang wünschen wir euch Momente der Ruhe und der Dankbarkeit. Ein Frohes und besinnliches Weihnachtsfest im Kreise eurer Lieben und einen guten Rutsch ins neue Jahr 2026.

Barbara van de Lücht
(Mitglied im Diözesanvorstandsteam)

Barbara van de Lücht

„Mutig sein – Trau dich!“ – Impuls für Gruppenstunden

Das Motto der diesjährigen kfd-Aktionswoche Ende September gab die Inspiration für dieses Thema. In der Ankündigung war in der Junia vom Juli/August zu lesen: „Mut beginnt nicht mit großen Taten. Mut zeigt sich nicht nur in gesellschaftlichen und politischen Fragen. Mut begegnet uns jeden Tag. Wenn wir an der richtigen Stelle ein ‚Nein‘ oder ‚Ja‘ sagen. Wenn wir uns trauen, unsere Meinung zu äußern, auch wenn sie nicht der Mehrheit entspricht. ... Mut bedeutet, sich nicht zu verstecken, sondern mit Überzeugung und Selbstbewusstsein durchs Leben zu gehen.“

Wir leben in zusammenbrechenden Welten, die von uns dauernd den Mut zu neuen Entscheidungen abverlangen. Das Leben in alten Welten war absehbar, denn die Tradition hat uns viele Entscheidungen erspart. Im Gegensatz zu früher tragen aber heute bei der Lebensbewältigung Normen und Traditionen fast nicht mehr. Heute muss die eigene Lebensgeschichte gesteuert werden. Wir müssen an vielen Stellen neu lernen, wie das Leben geht. Zu diesem Lernen aber braucht man Mut und die Bereitschaft zum Risiko, das Irrtümer und Scheitern nicht ausschließt. Eine lebenslange Aufgabe besteht darin, Vergangenes zu erinnern, Gegenwärtiges zu entdecken und Künftiges zu entwerfen.

Mut hat nichts damit zu tun, permanent mit Vollgas durch das Leben zu rasen. Manchmal sind es eher die kleinen Dinge im Leben, die Mut erfordern, um sich ihnen zu stellen. Oder es braucht Mut, sich überhaupt auf Neues, Unbekanntes einzulassen. Und manchmal braucht es sogar Mut, nicht mutig zu sein. Zu wissen, wo die eigenen Grenzen sind und diese zu achten, ohne sich von ihnen einsperren zu lassen.

Impuls: Erinnern Sie sich an einen Menschen aus Ihrem Leben, der Ihnen Hilfe, Unterstützung und Ermutigung war.

- Welche konkrete Situation verbinden Sie mit ihr?
- Woran haben Sie den Beistand und die Ermutigung gespürt?

Je nach Gruppengröße können die Fragen auch zunächst in Kleingruppen besprochen und wichtige Erkenntnisse danach in das Plenum eingebracht werden.

In der Psychologie wird Mut als das Gegenteil von Zaghaftheit beschrieben. Die Psychotherapeutin Eva Kalbheim äußert sich in einem WAZ-Artikel vom 25. Februar 2023 dazu so: „Angst gehört immer zum Mut dazu. Ich brauche erst die Erkenntnis: ‚Ich habe Angst vor einer Situation!‘ Denn das bedeutet, dass ich ein Risiko sehe. Dann ist der Mut der nächste Schritt, die Angst zu überwinden. Eine mutige Handlung ist, dass ich etwas, das ich nicht in allen Details vorhersehen kann, trotzdem versuche.“

Impuls: Jede ist auf ihre Art mutig!

- Und was ist für Sie Mut? Und wann erweisen Sie sich als mutig?
- Tauschen Sie sich über die Fragen aus!

Sag nicht „Ja“ wenn Du „Nein“ sagen willst!

**„Ich bin ich und du bist du.
Ich bin nicht auf der Welt, um so zu sein,
wie du mich haben willst – und du bist nicht auf der Welt,
um so zu sein, wie ich dich haben will...“
(Fritz Perls)**

Manchmal treffen wir nach guter Überlegung eine Entscheidung und sagen dann „Dazu stehe ich!“, auch dann, wenn andere uns angreifen oder sich über uns lustig machen. Es ist nicht immer einfach, den eigenen Standpunkt zu vertreten, eigenständig zu denken und danach zu handeln; denn die Angst vor Gerede oder Ablehnung steckt tief. Es hilft manchmal schon, sich die kleinen Schritte bewusst zu machen, die gelungen sind hin zu mehr Selbstbestimmung, weg von dem, was andere Leute über einen denken oder was andere Leute meinen, was richtig oder falsch ist. „Nichts macht uns feiger als der Versuch, von allen Menschen geliebt zu werden.“ (Marie von Ebner-Eschenbach)

Impuls: Folgende Fragen können Sie in der Gruppe diskutieren:

- Was geht in Ihnen vor, wenn Sie „Ja“ sagen, wo Sie doch lieber „Nein“ gesagt hätten?
- Worüber ärgern Sie sich hinterher am meisten?
- In welchen Situationen fällt es Ihnen schwer „Nein“ zu sagen?
- In welchen Situationen eher leichter?
- Wo haben Sie sich getraut, selbstbewusst aufzutreten und Ihre Meinung zu sagen?
- Welche Erfahrung haben Sie dabei gemacht?

Mögliche Einstellungen, die uns hindern, „Nein“ zu sagen:

„Ja-sagen“ aus Gewohnheit

- um des lieben Friedens willen
- weil ich überrumpelt wurde
- weil ich mich nicht traue, eigene Wünsche und Bedürfnisse zu äußern
- weil ich keine Probleme mit anderen haben möchte
- ich möchte es allen recht machen
- ich habe Angst vor Konflikten
- Botschaften aus der Kindheit, die mich noch immer begleiten
- der eigene Perfektionismus
- Überverantwortlichkeit: „Eine muss es ja tun“
und, und, und ...

Wichtig: Wenn Sie „Nein“ sagen, lehnen Sie eine Bitte oder Forderung ab. Sie weisen nicht die Person zurück. „Nein“ sagen heißt nicht, andere zu verletzen oder zurückzuweisen, sondern die eigenen Bedürfnisse geltend zu machen.

Sagen Sie „Nein“, wenn Sie „Nein“ sagen wollen:

- Vermeiden Sie Ausreden.
- Entschuldigen Sie sich nicht für Ihr Nein.
- Rechtfertigen Sie Ihr Nein nicht.
- Lassen Sie sich nicht in die Pflicht nehmen.
- Überhören Sie Provokationen und Schmeicheleien.
- Lassen Sie sich keine Schuldgefühle einreden.

Zum „Nein“ gehört auch eine gute Körperhaltung: freundlich, aber beharrlich bleiben. Das „Nein“ bleibt bis ins hohe Alter Ausdruck der Gratwanderung des Menschen zwischen Dazugehören- und Eigenständigseinwollen. Zwischen den beiden Polen „Ja“ und „Nein“ liegen oft halbherzige „Jeins“, „Weiß nicht“, „Vielleicht“ oder „Eigentlich“. „Nein“ – ein kleines Wort mit großer Wirkung.

Frauen haben gelernt, ihre Bedürfnisse unter zu ordnen. Die Angst für Egoistinnen gehalten zu werden, hindert daran, „Nein“ zu sagen und Grenzen zu ziehen. Geben und Nehmen müssen sich die Waage halten. „Muthaltung“ lässt sich üben: Die Balance halten zwischen den eigenen Wünschen und Bedürfnissen und den Erwartungshaltungen und Forderungen der anderen ist eine lebenslange Herausforderung.

Kleine Mutproben sind ein gutes Training. Denn Mut wächst mit positiven Erfahrungen. TRAU DICH!

**Ich werde gerne gebraucht, doch nicht verbraucht,
lass mich nicht steuern von den Wünschen anderer.
Ich habe die Freiheit, nein – oder ja – zu sagen.
(Susanne Eisele)**

Lydia Schneider-Roos, Geistliche Leiterin im Pfarrverband und in der kfd-Gemeinschaft Propstei St. Augustinus, Gelsenkirchen

Frauen-Stadtrundgang in Bochum

Das Frauenarchiv „ausZeiten“ lädt ein zum Bochumer Frauenstadtrundgang. Besucherinnen haben die Gelegenheit, historische Frauen aus dem Bochum des 19. und 20. Jahrhunderts kennen zu lernen. So erfahren Sie, welche Spuren zum Beispiel die Politikerin Nora Platiel, die Anwältin Ottilie Schoenewald oder die Pastorin Ursula Schafmeister hinterlassen haben – in der Stadt, aber auch in der Geschichte der Frauenbewegung.

Eine der historischen Frauen, die auf dem Frauenstadtrundgang vorgestellt werden, ist die Bochumer Lehrerin Else Hirsch (1889 – 1943?), die eine wichtige Repräsentantin der Jüdischen Gemeinde Bochum war und Kindertransporte während des NS organisierte. Da über Else Hirsch in verschiedenen Veröffentlichungen zum Teil widersprüchliche Angaben gemacht



werden, wollte man dem auf den Grund gehen. Die Archivmitarbeiterin Linda Unger hat 2021 intensiv recherchiert, war u. a. in Dorsten im Jüdischen Museum Westfalen und im Bochumer Stadtarchiv.

Ihre Forschungsergebnisse hat sie, mit Unterstützung des Referats für Gleichstellung, Familie und Inklusion der Stadt Bochum, in einem Text zusammengefasst, der damit den neuesten Forschungsstand zu Else Hirsch repräsentiert.

Der Stadtrundgang kann über „ausZeiten“ gebucht werden – per E-Mail an info@auszeiten-frauenarchiv.de.

Kunstpalaest Düsseldorf – KÜNSTLERINNEN! Von Monjé bis Münter, 25. September 2025 - 01. Februar 2026

Sie kämpften für ihre Ausbildung, für Anerkennung und Sichtbarkeit – und verschwanden dennoch fast vollständig aus der Geschichtsschreibung. Mit der Ausstellung „Künstlerinnen! Von Monjé bis Münter“ holt der Kunstpalast Düsseldorf über 30 Künstlerinnen zurück ins Licht der Öffentlichkeit. Die Schau gibt Einblick in rund 100 Jahre weiblichen Kunstschaffens in Düsseldorf – einer Stadt, die im 19. Jahrhundert wichtiger Anlaufpunkt für Künstlerinnen aus ganz Europa war, obwohl ihnen die Türen der Kunstakademie verschlossen waren.

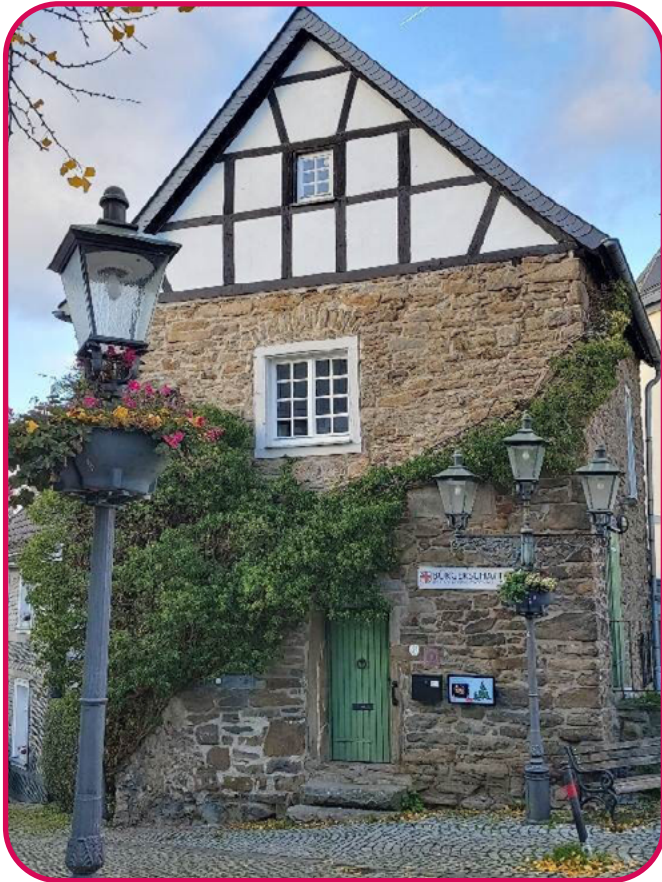


Eine Laufbahn als Künstlerin einzuschlagen, erforderte neben den finanziellen Mitteln für Privatunterricht auch viel Willensstärke. Obwohl einige Künstlerinnen in ihrer Zeit erstaunlich präsent waren – darunter Elisabeth Jerichau-Baumann, Marie Wiegmann oder Paula Monjé – sind heute fast alle vergessen. In öffentlichen Sammlungen, wie der des Kunstpalastes, sind sie vergleichsweise wenig vertreten und viele Werke werden seit dem 19. Jahrhundert erstmals öffentlich präsentiert.

Die große Sonderausstellung widmet sich – anschließend an ein mehrjähriges Forschungsprojekt – erstmals umfassend den Lebenswegen und Werken jener Frauen, die zwischen 1819 und 1919 in Düsseldorf künstlerisch tätig waren.

Damals in Rellinghausen: Von Stiftsfräulein und Hexen – und was wir für heute daraus lernen können

Ende des 16. Jahrhunderts war das Stiftsgebiet des adeligen Damenstiftes Rellinghausen Schauplatz vieler Hexenprozesse. Damit hat Rellinghausen auf Essener Stadtgebiet ein schauriges Alleinstellungsmerkmal. Von einer Bevölkerungs-



Der ehemalige Gerichtsturm Essen-Rellinghausen
(Foto: Annette Nowak-Reeves)

ungszahl von ca. 600 Personen im Stiftsgebiet, das größer war als der heutige Stadtteil Rellinghausen, wurden innerhalb von 15 Jahren 42 Personen als Hexen verurteilt und hingerichtet. Treffen konnte es jede und jeden, vor allem Frauen, aber auch Männer und Kinder. Es kam zu einem regelrechten „Verfolgungswahn“.

Die „Hexentour“ geht der Frage nach, wie es dazu kam, dass es ausgerechnet in Rellinghausen vergleichsweise viele Hexenprozesse gab, während aus den anderen (heutigen) Essener Stadtteilen so gut wie keine Hexenverfolgungen berichtet

wurden. Wessen waren die „Hexen“ angeklagt? Und was ist überhaupt eine „Hexe“? Welche Rolle spielten die Stiftsdamen, welche die Reformation? Warum hörten die Hexenprozesse relativ plötzlich wieder auf?

Die Tour führt vom Stiftsplatz über den Gerichtsturm (genannt „Blücherturm“)

zur Straße Hexentaufe und zeichnet den Weg der Verfolgten von der Anklage bis zur Verurteilung und Hinrichtung auf dem Galgenberg (heute Schillerwiese) nach.

Von der damaligen Hexenhysterie und dem Verhalten einiger mutiger Menschen können wir heute eine Menge lernen, auch das kommt auf der Tour zur Sprache.

Das Thema Hexenverfolgungen beschäftigt mich bereits seit vielen Jahren, zunächst aus beruflichem Interesse als Religionslehrerin, und inzwischen auch als Mitglied der Bürgerschaft jenes Stadtteils, in dem die Hexenverfolgung tobte. Tourtermine werden auf der Webseite der Bürgerschaft Rellinghausen-Stadtwald <https://buergerschaftrellinghausen.de> (QR-Code scannen) bekanntgegeben, können für Gruppen bis 20 Personen, aber auch individuell gebucht werden (Anfragen per E-Mail an touren@bueresta.de). Die Touren sind kostenlos; die Bürgerschaft Rellinghausen-Stadtwald freut sich über eine Spende.

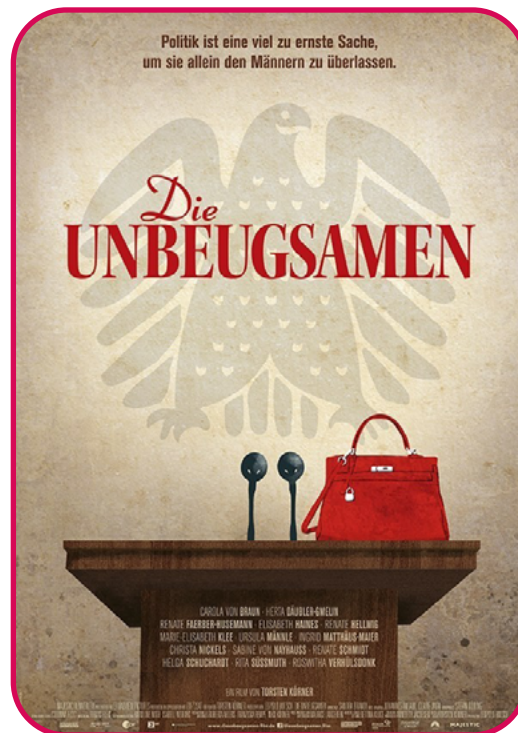
Annette Nowak-Reeves



DIE UNBEUGSAMEN

DIE UNBEUGSAMEN erzählt die Geschichte der Frauen in der Bonner Republik, die sich ihre Beteiligung an den demokratischen Entscheidungsprozessen gegen erfolgsbesessene und amtstrunkene Männer wie echte Pionierinnen buchstäblich erkämpfen mussten. Unerschrocken, ehrgeizig und mit unendlicher Geduld verfolgten sie ihren Weg und trotzten Vorurteilen und sexueller Diskriminierung.

Politikerinnen von damals kommen heute zu Wort. Ihre Erinnerungen sind zugleich komisch und bitter, absurd und bisweilen erschreckend aktuell. Verflochten mit zum Teil ungesesehenen Archiv-Ausschnitten ist dem Dokumentarfilmer und Journalisten Torsten Körner („Angela Merkel – Die Unerwartete“) eine emotional bewegende Chronik westdeutscher Politik von den 1950er Jahren bis zur Wiedervereinigung geglückt. Die Bilder, die er gefunden hat, entfalten eine Wucht, die das Kino als Ort der politischen Selbstvergewisserung neu entdecken lässt. Ein erkenntnisreiches Zeitdokument, das einen unüberhörbaren Beitrag zur aktuellen Diskussion leistet.



Als Torsten Körner 2015 anfang, DIE UNBEUGSAMEN zu entwickeln, war noch nicht absehbar, dass die amerikanischen Präsidentschaftswahlen einen offen frauenfeindlichen Präsidenten ins Weiße Haus bringen würden. Der Weinstein-Skandal und die bis heute andauernde #MeToo-Debatte um Machtmissbrauch und sexuelle Gewalt wie auch der Aufstieg von Populisten, Autokraten und Clownspolitikern lag noch vor uns, als Körner sich auf eine außergewöhnliche, einzigartige filmische Zeitreise begab. Mitreisende sind zahlreiche Pionierinnen der Bonner Republik, die er an ihre alten Wirkungsstätten einlud, um sie zu interviewen – darunter Herta Däubler-Gmelin (SPD), Marie-Elisabeth Klee (CDU), Ursula Männle (CSU), Christa Nickels (Bündnis'90/DIE GRÜNEN), Ingrid Matthäus-Maier (FDP/SPD), Renate Schmidt (SPD) und Rita Süssmuth (CDU). Historische Aufnahmen zeigen darüber hinaus politische Größen wie Aenne Brauksiepe (CDU), Hildegard Hamm-Brücher (FDP), Waltraud Schoppe und Petra Kelly (Bündnis'90/DIE GRÜNEN). Eindrucksvoll und inspirierend schenkt der facettenreiche Rückblick in die westdeutsche Vergangenheit wertvolle Impulse für die Gegenwart und die Zukunft.

DIE UNBEUGSAMEN ist eine Produktion von Broadview Pictures (Produzent: Emmy-Preisträger Leopold Hoesch) in Koproduktion mit ZDF/3sat, gefördert mit Mitteln der Film- und Medienstiftung NRW, der Beauftragten der Bundesregierung für Kultur und Medien und des Deutschen Filmförderfonds. (Quelle: www.majestic.de)

„Ein Film der besonderen Art!“

So habe ich es in einer früheren Ausgabe von „kfd Vor Ort“ schon einmal genannt! Und tatsächlich hat der Film nichts an Aktualität verloren. Damals war es das Thema: „Gleiche Würde – gleiche Rechte“, das hier wie auf einem Silbertablett serviert wurde. Die Schilderungen der Politikerinnen von Herabsetzungen, Mobbing, sexuellen Übergriffen usw. machten deutlich, wie wichtig es war und ist, sich gegen patriarchale Dominanz in Politik (und Kirche) zu wehren.

Hut ab vor diesen Frauen! Ihr macht uns Mut!

Elisabeth Hartmann-Kulla

Besondere Zitate von „starken Frauen“ zur Grundlage für einen Gruppeneinstieg

<i>Rock ,n' Roll ist das Wiegenlied für Erwachsene. (Gianna Nannini, ital. Rocksängerin, geb. 1956)</i>	<i>Man muss lernen, einen Wettkampf zu genießen. (Katharina Witt, dt. Eiskunstläuferin, geb. 1965)</i>
<i>Das Alter lässt sich leichter ertragen, wenn man den Faltenwurf im Gesicht als künstlerische Drapierung betrachtet. (Vivien Leigh, brit. Schauspielerin, 1913-1967)</i>	<i>Erfolg kommt nicht von allein und liegt auch nicht plötzlich einfach so auf dem Teller beim Abendessen. (Nadia Comaneci, rum.-amerik. Kunstturnerin, geb. 1961)</i>
<i>Wenn es eine gute Idee ist, dann mach es einfach. Es ist viel leichter, sich hinterher zu entschuldigen als vorher die Genehmigung zu bekommen. (Grace Hopper, amerik. Mathematikerin und Computerpionierin, 1906-1992)</i>	<i>Ich habe eine Bitte an die jungen Menschen in Deutschland: lasst euch von niemandem einreden, wen ihr zu lieben und wen ihr zu hassen habt. (Charlotte Knobloch, ehem. Präsidentin d. Zentralrats d. Juden in Deutschland, geb. 1932)</i>
<i>Die Wahrheit ist selten so oder so. Meistens ist sie so und so. (Geraldine Chaplin, amerik.-brit. Schauspielerin, geb. 1944)</i>	<i>Ein Hochsprung-Weltrekord ist wie Kinderkriegen: es klappt oder es klappt nicht. (Heike Henkel, dt. Leichtathletin, geb. 1964)</i>
<i>Wenn du immer das tust, was du möchtest, ist wenigstens schon mal ein Mensch glücklich. (Katherine Hepburn, amerik. Schauspielerin, 1907-2003)</i>	<i>Für die Sehnsucht als Mensch und auch als Frau anerkannt zu werden, gibt es kein Verfallsdatum. (Iris Berben, dt. Schauspielerin, geb. 1950)</i>

<i>Ein Politikerjob ist keine planbare Karriere, sondern eine Achterbahnfahrt. (Andrea Nahles, dt. Politikerin, kfd-Mitglied, geb. 1970)</i>	<i>Männer helfen Frauen lieber in den Mantel als in eine interessante Stellung. (Carmen Thomas, dt. Journalistin, geb. 1946)</i>
<i>Erst wenn man aufgegeben hat, ist man besiegt. (Juliana, Königin der Niederlande, 1909-2004)</i>	<i>Armut ist die größte Umweltzerstörerin. (Indira Gandhi, indische Politikerin, 1917-1984)</i>
<i>Wo zwei Leute Mut zeigen, da sind auch vier bereit, etwas zu tun. (Cornelia Schmalz-Jacobsen, dt. Politikerin, geb. 1934)</i>	<i>Es muss schon ein guter Ehemann sein, dass er besser ist als keiner. (Isotta Nogarola, ital. Humanistin, 1418-1466)</i>
<i>Das Leben geht vorbei wie ein Blitz und die wenigen großen Begegnungen oder Momente, die man hatte, darf man nicht verschleudern oder mit Füßen treten. (Margarete von Trotta, dt. Regisseurin, geb. 1942)</i>	<i>Ich wollte nur frei sein, wie jeder andere auch. Ich wollte nicht immerzu gedemütigt werden wegen etwas, auf das ich keinen Einfluss hatte: die Farbe meiner Haut. (Rosa Parks, amerik. Bürgerrechtlerin, 1913-2005)</i>
<i>Ich bin eine Mächtegern-Rebellin: das gute Mädchen, das so gern ein böses Mädchen wär. (Helen Mirren, brit. Schauspielerin, geb. 1947)</i>	<i>Die erste Lebenshälfte wird einem von den Eltern vermiest, die zweite von den Kindern. (Sissi Perlinger, dt. Schauspielerin, geb. 1967)</i>
<i>Was man zu verstehen gelernt hat, fürchtet man nicht mehr. (Marie Curie, franz. Chemikerin, 1867-1934)</i>	<i>Nichts ist so sexy wie Lebensfreude. (Susan Sarandon, amerik. Schauspielerin, geb. 1946)</i>
<i>Es fühlt sich wundervoll an, großzügig zu sein und jenen Geld zu geben, die es viel dringender brauchen als ein Jaguarhändler. (Angelina Jolie, amerik. Schauspielerin, geb. 1975)</i>	<i>Eine Frau in der Politik wird durch die Politik verändert. Mehr Frauen in der Politik verändern die Politik. (Heidemarie Wiecezorek-Zeul, dt. Politikerin, geb. 1942)</i>

<i>Ein Mann am Steuer gleicht einem Pfau, der sein Rad in der Hand hält. (Anna Magnani, ital. Schauspieler, 1908-1973)</i>	<i>Wenn einem die Treue Spaß macht, ist es Liebe. (Julie Andrews, brit. Schauspieler, geb. 1935)</i>
<i>In Hollywood bezahlen sie dir 1000 Dollar für einen Kuss und 50 Cents für deine Seele. (Marilyn Monroe, amerik. Schauspieler, 1926-1962)</i>	<i>Frauen sind erst dann erfolgreich, wenn niemand mehr überrascht ist, dass sie erfolgreich sind. (Emmeline Pankhurst, brit. Frauenrechtlerin, 1858-1928)</i>
<i>Der Kleiderschrank ist ein Möbelstück, in dem Frauen, die nichts anzuziehen haben, ihre Kleider aufbewahren. (Liv Ullmann, norweg. Schauspieler, geb. 1938)</i>	<i>Wenn ich in der Zeit, in der ich Fußball spiele, putzen gehen würde, könnte ich mehr Geld verdienen. Dafür würde sich ein Bundesligaspieler noch nicht mal die Schuhe zubinden. (Doris Fitschen, dt. Fußballspieler, geb. 1968)</i>



Fallen ist weder gefährlich noch eine Schande. Liegenbleiben ist beides. (Konrad Adenauer)

Es gibt Fälle, in denen vernünftig sein, feige sein heißt. (Marie von Ebner-Eschenbach)

Man kann meist viel mehr tun, als man sich gemeinhin zutraut. (Aenne Burda)

Ihre Zeit ist begrenzt, also verschwenden Sie sie nicht damit, das Leben eines anderen zu leben. Lassen Sie sich nicht von Dogmen in die Falle locken. Lassen Sie nicht zu, dass die Meinungen anderer Ihre innere Stimme ersticken. Am wichtigsten ist es, dass Sie den Mut haben, Ihrem Herzen und Ihrer Intuition zu folgen. Alles andere ist nebensächlich. (Steve Jobs)

Man entdeckt keine neuen Erdteile, ohne den Mut zu haben, die alten Küsten aus den Augen zu verlieren. (André Gide)

Jeder Mensch ist ein Clown, aber die wenigsten haben den Mut, es zu zeigen. (Charlie Rivel)

Ganz und gar man selbst zu sein, kann schon einigen Mut erfordern. (Sophia Loren)

Wer zugibt, dass er feige ist, hat Mut. (Fernandel)

Wer Geduld sagt, sagt Mut, Ausdauer, Kraft. (Marie von Ebner-Eschenbach)

Habe Mut, dich deines eigenen Verstandes zu bedienen. (Immanuel Kant)

Woher kommt das Wort „MUT“?

Quelle: Digitales Wörterbuch der deutschen Sprache

Verwandte Wörter:

Mut · Unmut · mutig · muten · vermuten · vermutlich · Vermutung · zumuten · Zumutung · mutmaßen · mutmaßlich · Mutwille · mutwillig · Übermut · übermütig

Mut m. 'Kühnheit, Unerschrockenheit', ahd. *muot* 'Kraft des Denkens, See-le, Herz, Gemütszustand, Gesinnung, Gefühl, Absicht, Neigung' (8. Jh.), mhd. *muot*, asächs. *mōd*, mnd. *mōt*, *mūt*, mnl. *moet*, nl. *moed*, afries. aengl. *mōd*, engl. *mood* 'Stimmung, Laune', anord. *mōðr* 'Zorn, aufgeregter Sinn', schwed. *mod* 'Mut, Beherztheit', got. *mōþs* 'Zorn' (germ. **mōþa*). Vielleicht sind vergleichbar griech. *mō* ...

Elisabeth Hartmann-Kulla



Gemeinsam unterwegs zum Katholikentag 2026 in Würzburg!

Unter dem Leitwort „habt Mut, steh auf“, das hervorragend zu unserem Thema unserer „Vor Ort“ passt, lädt der Katholikentag dazu ein, glaubend, hoffend und handelnd in die Zukunft zu gehen.

Auch der kfd-Bundesverband ist in Würzburg vertreten – engagiert, sichtbar und offen für den Austausch mit vielen Interessierten. Wir freuen uns auf Begegnungen, Impulse und lebendige Gespräche.

Besuchen Sie das Zelt unseres Bistums und des kfd-Bundesverbandes. Wir sehen uns in Würzburg!



„Macht hoch die Tür, die Tor macht weit“

Türen öffnen, Türen schließen? Die Schotten dicht machen? Türen können zum Symbol der eigenen Lebensgeschichte werden. Türen können Anstoß geben, die eigenen Türen zu betrachten, können einen Blick in das eigene Innerste eröffnen, aber auch Anstoß geben, die Türen in der Kfd zu betrachten.

Durch welche Türen sind Sie / seid Ihr heute schon gegangen? Sicherlich schon durch die eigene Haustür und die Eingangstür unserer Begegnungsstätte. Alltäglich verlassen wir unser Haus oder unsere Wohnung durch eine Tür oder vielleicht sogar durch ein Tor. Das ist für uns selbstverständlich und wir machen es meist unbewusst.

Tür und Tor. Diese beiden sind so etwas wie die Visitenkarten eines Hauses. Wenn man ein Haus baut, ist es ein wichtiges Ereignis, sich die passende Haustür auszusuchen. Denn die Tür ist vielleicht der erste Eindruck, den Menschen von uns haben, wenn sie vor der Tür stehen. Türen können auch Geschichten erzählen, was sich hinter dieser Tür verbirgt, wie es innen aussieht, wer dahinter wohnt.

Gehe ich durch eine fremde Tür, gelange ich zugleich in einen anderen Raum, in einen Raum, in dem die „Regeln des Eigentümers, der Eigentümerin“ gelten. So kann eine Tür der Zugang zu einer neuen Welt bedeuten. Türen trennen auch etwas voneinander: Das Innen vom Außen, das Vertraute vom Neuen, vielleicht sogar das Diesseits vom Jenseits. Wer weiß es ...?

Die Tür ist ein adventliches Bild, es passt sehr gut in diese Zeit. Das bekannte Lied ist für uns fast eine „Regieanweisung“ für den Advent und darüber hinaus; denn es geht darum die Türen des Herzens zu öffnen, damit dieses kleine Kind, Jesus, bei mir einziehen kann. Doch manche Türen sind verschlossen oder lassen sich sehr schwer öffnen. „Macht hoch die Tür, die Tor macht weit“. Oft haben wir die Schlüssel in der Hand, die etwas öffnen können; die einen neuen Weg erschließen können. Oder umgekehrt: Türen abschließen und Möglich-

keiten verschließen können. Türen stehen für Grenzen, Möglichkeiten, Chancen, Herausforderungen, Abschiede und für neue Horizonte, die sich öffnen. Türerlebnisse sind oft mit Gefühlen verbunden. Wenn wir jemanden besuchen wollen und an der Tür klopfen oder klingeln – wird uns aufgemacht? Oder bleibt die Tür verschlossen? Geschlossene Türen vermitteln häufig das Gefühl des Ausgeschlossenseins. Manchmal sind wir aber froh, die Tür schließen zu können, um Ruhe zu haben.

Es gibt viele Redewendungen, in denen Türen eine Rolle spielen:

„Dem stehen alle Türen offen“

„Jemand rennt offene Türen ein“

„Zwischen Tür und Angel“

„Ein Tag der offenen Tür“

„Vor der eigenen Tür kehren“

„Mit der Tür ins Haus fallen“

„Jemandem die Tür vor der Nase zuschlagen“



Eine Geschichte aus dem Orient

Ein König stellt für einen wichtigen Posten seinen Hofstaat auf die Probe. Kräftige und weise Männer umstehen ihn in Scharen. „Ihr weisen Männer“, sagt der König, „ich habe ein Problem und ich möchte sehen, wer von euch in der Lage ist, dieses Problem zu bewältigen.“

Er führte die Anwesenden zu einem riesengroßen Türschloss. Der König erklärt: „Hier seht ihr das größte und schwerste Schloss, das je in meinem Reiche war. Das Öffnen dieses Schlosses erfordert eine gewisse Kunst. Wer von euch ist in der Lage, das Schloss zu öffnen?“ Ein Teil des Hofstaates schüttelt nur verneinend den Kopf. Einige, die zu den Weisen zählen, schauen sich das Schloss näher an, geben aber zu, sie können es nicht schaffen. Als die Weisen dies gesagt hatten, schüttelte auch der Rest des Hofstaates verneinend den Kopf und gibt zu, dass dieses Problem zu schwer sei, als dass sie es lösen könnten.

Nur ein Wesir (= ein Minister im Islam) geht an das Schloss heran. Er untersucht es mit seinen Blicken und mit seinen Fingern, versucht es in der verschiedensten Weise zu bewegen und zieht schließlich mit einem Ruck daran und siehe, das Schloss öffnet sich. Das Schloss war nämlich, wie der König wusste, nur angelehnt, und es bedurfte nichts weiter als des Mutes und der Bereitschaft, dies zu begreifen und beherzt anzufassen. Der König sprach: „Du wirst die Stelle am Hof erhalten, denn du verlässt dich nicht nur auf das, was du siehst oder was du hörst, sondern setzt selber deine eigenen Kräfte ein und wagst eine Probe.“

(aus Adventshilfe 2015, Hrsg. kfd-Diözesanverband Münster)

Die Tür zu Christus öffnet sich durch viele kleine und große Augenblicke der offenen Tür – „Schlüssel-Erlebnisse“, wenn man so will:

- Wenn ich mir Zeit und Ruhe nehme für ein Gespräch mit Gott – auch in guten Zeiten und mich einbringe in die Gemeinschaft der Glaubenden.
- Wenn ich mich auseinandergesetzt habe und ein Konflikt gut bestanden ist.
- Wenn Menschen sich wohlfühlen bei mir, so sein zu können, wie sie sind.
- Wenn Grenzen plötzlich fallen, Atmosphäre sich verändert.
- Wenn ich etwas wage, weil ich etwas erwarte über ein „Hauptsache, es geht alles ordentlich seinen normalen Gang“ hinaus.

Türen, Türen, Türen. Wir können unseren Teil dazu beitragen, dass Türen sich öffnen und viele Türen sind offen. Aber es gibt auch anderes. Wir sind eingeladen, sich dem Leben zu stellen, wie es ist, jetzt in dieser Zeit bei uns, mit seinen Schwierigkeiten, dem Belastenden, mit dem Ungeklärten. Wo sich etwas öffnen will, hat das meistens Konsequenzen. Veränderung geht aber manchmal mit Angst einher und braucht Mut. Ich wünsche uns diesen Mut heute. Möglicherweise gelingt es uns, dass wir etwas weiterkommen, dass wir etwas freier werden, dass sich Verschlussenes öffnet. Wo Offenheit, Klarheit und Aufrichtigkeit ist, kann Gott ankommen. „Komm, o mein Heiland Jesu Christ, mein Herzens Tür dir offen ist. ...“

Lydia Schneider-Roos

Verabschiedung der Geistlichen Leiterin Marlies Hennen-Nöhre

Nach vier Jahren engagierten Wirkens im kfd Diözesanverband Essen verabschieden wir unsere Geistliche Leiterin Marlies Hennen-Nöhre. Mit großer Wertschätzung blicken wir zurück auf ihre geistliche Begleitung, ihre Impulse für die Verbandsarbeit und ihr unermüdliches Engagement für die Anliegen von Frauen in Kirche und Gesellschaft.

Marlies Hennen-Nöhre hat den Verband mit ihrer theologischen Kompetenz, und ihrem offenen Ohr für die Menschen geprägt.

Am Freitagabend wurde sie im Rahmen einer Wortgottesfeier feierlich verabschiedet. Der Abend wurde durch einen humorvollen Auftritt des Impro-Theaters „Die Hottenlotten“ aus Bochum sowie durch zahlreiche persönliche Begegnungen und Gespräche bereichert. Es war ein bewegender Abschied, der die Dankbarkeit und Verbundenheit vieler kfd-Frauen zum Ausdruck brachte.

Mit dem Wechsel von Marlies Hennen-Nöhre an die Arbeitsstelle Frauenseelsorge der Deutschen Bischofskonferenz wird die Stelle der Geistlichen Leitung im Diözesanverband vakant. Ein Wahlausschuss zur Nachwahl wurde bereits gebildet. Die Neubesetzung erfolgt durch das Bistum und soll nach der Wahl in der nächsten Diözesanversammlung erfolgen.



Wir danken Marlies Hennen-Nöhre von Herzen für ihren Dienst, ihre Inspiration und ihre Wegbegleitung. Für ihre neue Aufgabe wünschen wir ihr Gottes Segen, Freude und viele bereichernde Erfahrungen.

Verstärkung in der Öffentlichkeitsarbeit: Marco Baron neu im Team

Seit dem 01. Juni 2025 dürfen wir Marco Baron als neuen Mitarbeiter für die Öffentlichkeitsarbeit im Team begrüßen. Mit seiner Erfahrung und seinem frischen Blick auf Kommunikation bringt er neue Impulse in unsere Verbandsarbeit.



Marco Baron wird künftig die Außendarstellung des kfd-Diözesanverbands Essen mitgestalten, unsere Themen sichtbar machen und die Verbindung zu Mitgliedern, Medien und Öffentlichkeit stärken. Ob Social Media, Pressearbeit oder Veranstaltungsbegleitung – er ist Ansprechpartner für alle Fragen rund um Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit.

Wir freuen uns sehr über die Zusammenarbeit und heißen ihn herzlich willkommen!

Barbara van de Lücht

Vorständetag: Frauen zeigen Mut und Stärke

Am Samstag, den 6. September 2025, wurde das Gemeindehaus St. Hubertus in Essen zum Ort der Inspiration und Kraft. Rund 20 kfd-Frauen, die bereits Verantwortung im Vorstand tragen oder den Mut haben, sich dafür zu interessieren, kamen zusammen, um ihre Arbeit mit neuen Ideen und Impulsen zu bereichern. Es war ein Tag voller Begegnungen, Lernen und gemeinsamer Stärke.



Begrüßt wurden die Teilnehmerinnen von Frauke Westerkamp, Mitglied des Vorsitzendenteams im Diözesanvorstand, und Sabine Jangner, Mitglied des Diözesanvorstands. Schon zu Beginn setzte Marlies Hennen-Nöhre mit ihrem

Impuls zum Thema Mut ein starkes Zeichen: Sie knüpfte an die Aktionswoche des kfd-Bundesverbands „Trau Dich! – Dein Licht. Unsere Stärke.“ an und machte deutlich: „Jede Frau im Vorstand ist auf ihre Art mutig!“ Diese Worte fanden große Zustimmung und gaben dem Tag seine Richtung.

Ein kleines Beispiel zeigte sofort, wie Mut Gemeinschaft verändert: Als eine Teilnehmerin erklärte: „Ich bin jetzt mal mutig und sage: Ich finde, wir sollten uns duzen“, war die Atmosphäre gelöst – und von diesem Moment an galt das kfd-Du.



In drei Workshops stellten die Frauen ihre Stärke unter Beweis. Ob bei den Themen „Teamarbeit“, „Analog oder digital? Haben wir die Wahl?“ oder „Verborgene Talente“ – überall wurde sichtbar, wie vielfältig die Fähigkeiten sind, die Frauen in die kfd einbringen. In Kleingruppen entstanden praxisnahe Ideen, die am Nachmittag im Plenum vorgestellt und diskutiert wurden.

Eine gemeinsame Mittagspause bot Raum für persönliche Begegnungen und Vernetzung – Momente, in denen Mut und Stärke nicht nur Worte waren, sondern spürbare Realität.

Der Vorstandetag machte deutlich: Die kfd lebt von Frauen, die Verantwortung übernehmen, die sich gegenseitig stärken und die mit ihrem Mut Licht in die Gemeinschaft bringen.

Marco Baron

Jahresthema 2026/2027

„Frauen glauben anders!“ – ein Weg zu innerer Stärke, Vertrauen und Sinn

Liebe Frauen der kfd-Diözesanverband Essen,

mit Freude und Begeisterung möchten wir das neue Jahresthema vorstellen, das uns nun über die nächsten zwei Jahre begleiten wird: „Frauen glauben anders“ – ein Weg zu innerer Stärke, Vertrauen und Sinn. Es ist ein Thema, das sowohl Raum für persönliche Entfaltung als auch für gemeinschaftliche Reflexion bietet. In einer Welt, die oft von Unsicherheit und Wandel geprägt ist, lädt uns dieses Thema ein, zu entdecken, was uns innerlich stark macht, welche Überzeugungen uns tragen und wie wir Vertrauen und Hoffnung in schwierigen Zeiten finden können.

1. Woran wir glauben – Lebensüberzeugungen entdecken

Zu Beginn wollen wir uns auf die Suche nach unseren eigenen Überzeugungen machen. Was ist es, woran wir wirklich glauben? Welche Werte und Lebensprinzipien leiten uns durch den Alltag? Glauben wir an uns selbst, an das Gute im Leben, an die Kraft des Glaubens oder an die Verbindung zu anderen? Diese Frage nach unseren eigenen Lebensüberzeugungen ist der erste Schritt auf einem Weg, der uns mehr Klarheit über uns selbst verschafft und uns hilft, mit einer starken Basis in die Herausforderungen des Lebens zu gehen.

2. Vertrauen – Stärke in Unsicherheit

In einer Welt, die sich ständig verändert, sind Zweifel und Unsicherheit häufig Begleiter unseres Lebens. Doch es ist gerade in diesen Momenten, in denen wir Vertrauen aufbauen können - Vertrauen in uns selbst, in andere und in das

Leben. Vertrauen schenkt uns die Stärke, auch in unsicheren Zeiten nicht zu verzweifeln, sondern nach Wegen zu suchen, wie wir die Unsicherheit als Teil des Lebens annehmen und nutzen können, um zu wachsen.

3. Zweifel, Mut und Intuition – Frauen zwischen Kopf und Herz

Frauen sind oft in einer ständigen Spannung zwischen ihrem Verstand und ihrem Herzen – zwischen dem, was wir rational begreifen, und dem, was wir intuitiv fühlen. Dieser Dialog zwischen Kopf und Herz führt uns zu Fragen wie: Wie gehen wir mit Zweifeln um? Wann ist der richtige Moment, mutig zu handeln? Und wie erkennen wir die leise Stimme unserer Intuition, die uns auf unserem Weg begleitet? Mut ist nicht das Fehlen von Angst, sondern die Fähigkeit, trotz der Zweifel zu handeln. Gerade wir Frauen dürfen lernen, unsere Intuition zu schätzen und ihr zu vertrauen.

4. Sinn, Hoffnung und Vision – Was uns trägt

Am Ende des Weges steht die Frage nach dem Warum: Was ist der Sinn unseres Lebens? Was gibt uns Hoffnung in schweren Zeiten? Und welche Vision haben wir für die Zukunft? Es sind diese Fragen, die uns Orientierung geben und uns immer wieder neue Kraft schöpfen lassen. Hoffnung ist nicht nur ein Gefühl, sondern eine Haltung, die uns auch in schwierigen Zeiten vorwärtsbringt. Sie ist der Anker, der uns in stürmischen Zeiten hält. Indem wir unsere Visionen erkennen und leben, können wir einen positiven Beitrag leisten, der weit über uns hinausgeht.

Das Thema „Frauen glauben anders“ ist ein Aufruf, uns nicht nur selbst besser zu verstehen, sondern auch unsere Rolle als Frauen in der Gesellschaft und in der Kirche zu reflektieren. Es fordert uns heraus, uns immer wieder neu auf die Fragen des Glaubens, des Vertrauens und der inneren Stärke einzulassen – und dabei zu erkennen, wieviel Potenzial in uns steckt.

In den nächsten zwei Jahren werden wir gemeinsam an diesen Themen arbeiten, uns austauschen, ermutigen und unterstützen. Wir hoffen, dass dieses Jahresthema für jede von uns zu einer Reise wird, die uns nicht nur als Gemeinschaft stärkt, sondern auch unser eigenes Leben bereichert.

Wir freuen uns auf viele inspirierende Gespräche, Begegnungen und Erfahrungen, die wir gemeinsam teilen werden.

Ein neues Jahresthema...

und natürlich ein spannender Workshop für alle Interessierten dazu:

„Frauen glauben anders“ am 27. Januar 2026 von 18 - 21 Uhr im BGV

Wir wollen den Teilnehmerinnen das Jahresthema vorstellen und „greifbar“ machen. Themen und Methoden sollen aufgezeigt werden und alle können für sich selbst und auch für die Arbeit in ihren Gemeinschaften Impulse, Anregungen, aber auch Material in einer Mappe mitnehmen.



Anmeldung unter www.kfd-essen.de/veranstaltungen (QR-Code scannen)

Seien Sie neugierig auf die Fragen und Diskussionsansätze:

- Woran wir glauben
- Vertrauen und Stärke
- Frauen zwischen Kopf und Herz
- Was uns trägt

Wir freuen uns auf diesen Abend und auf Sie, um mit Ihnen dieses spannende Jahresthema mit Leben zu füllen.

Zur Stärkung wird es einen kleinen Imbiss geben.

Das Vorbereitungsteam Sabine Jangner, Elke Meise, Bärbel van de Lücht und Frauke Westerkamp

Frauenkirche on tour am 26. Oktober 2025 „Lass den Funken überspringen“

Es funkelte und die Funken sprangen über ...

in St. Pius in Bottrop am Sonntag, 26. Oktober 2025. Schon die liebevolle Dekoration der Kirche stimmte die vielen Frauen auf das Thema ein.

Die beiden geistlichen Leiterinnen Sabine Jangner (Hubertus und Raphael, Essen-Huttrop) und Andrea Mohr (St. Barbara, Essen-Byfang) führten durch die vom Vorbereitungsteam des DV Essen und Frauen der kfd-Gemeinschaft St. Pius gestalteten Wortgottesfeier.

Die Frage „Wo ist bei Dir der Funken übersprungen?“ beantworteten alle Gäste engagiert und mit schönen Worten.



Musikalisch unterstützte der Familienchor St. Pius unter Leitung von Burkhard Klauenberg schwungvoll.

Höhepunkt zum Abschluss waren die vielen Funken, die die gleichzeitig entzündeten Wunderkerzen in den kalten Abend versprühten, bevor sich alle Frauen im Pius-Haus an köstlichen heißen Suppen aufwärmen konnten.

Ein Abend, der Gemeinschaft weit über Bottrops Grenzen hinaus schaffte und die Funken überspringen ließ.



Wenn Sie den Gottesdienst der Frauenkirche on tour in Ihren Gemeinschaften gerne nachfeiern wollen, können Sie das Konzept gerne bei Bärbel van de Lücht per E-Mail an barbara.vdl@kfd-essen.de anfordern.

kfd -mal rätselhaft

Suchen Sie Begriffe aus der Welt der kfd!

Y	U	J	Q	L	O	C	Y	T	M	F	S	D	C	P	E	D	G	W	B	S	G	B
H	G	N	V	R	X	Z	M	U	T	I	D	T	M	I	E	U	I	T	T	C	Y	V
R	C	Q	E	O	S	F	D	B	S	Q	O	F	D	B	V	P	D	U	R	T	F	J
M	E	M	R	R	Y	U	F	F	Q	E	D	U	X	N	P	Y	E	R	U	N	M	K
W	W	H	Ä	M	F	B	G	X	E	Q	Y	A	G	S	T	F	U	X	S	P	R	X
H	E	R	N	D	O	P	Z	L	X	T	F	E	Z	C	L	O	A	Y	C	C	M	T
N	Q	S	D	H	M	I	T	A	R	B	E	I	T	E	R	I	N	D	Q	L	T	D
J	G	F	E	M	J	X	U	L	F	A	B	Z	Z	E	Y	Q	F	G	R	V	Z	Y
G	E	I	R	D	X	H	J	S	O	D	A	D	U	X	S	Y	L	A	C	H	E	N
J	M	E	U	N	C	V	E	Z	S	V	F	I	J	W	I	H	A	X	G	D	I	V
I	E	D	N	U	K	I	S	H	A	E	B	Ö	Y	J	N	V	W	P	C	S	C	M
Z	I	N	G	N	S	G	V	O	Y	N	U	Z	V	J	G	V	I	K	B	X	N	V
T	N	X	M	R	I	O	F	M	K	T	N	E	V	B	E	O	W	W	R	W	D	F
X	S	M	K	A	N	Y	S	E	U	S	D	S	H	F	N	Y	L	A	H	B	V	F
V	C	M	U	G	S	T	T	P	C	K	E	A	U	F	D	C	H	P	E	T	T	L
Q	H	E	Y	J	V	R	X	A	H	A	S	N	Z	K	T	C	V	J	C	N	L	U
H	A	D	S	L	A	H	T	G	E	L	V	V	A	A	E	S	F	G	S	M	E	O
Z	F	W	H	W	W	O	D	E	N	E	E	E	G	F	A	T	G	D	I	F	I	E
M	T	G	D	N	D	W	B	E	R	N	R	R	L	F	S	Ä	X	N	G	C	T	F
U	K	S	V	B	H	U	H	U	G	D	B	B	A	E	J	R	J	H	V	X	B	P
G	T	G	L	L	W	H	C	T	E	E	A	A	U	E	B	K	H	E	W	B	I	C
R	E	D	E	N	U	J	R	G	F	R	N	N	B	D	F	E	C	R	Y	W	L	G
H	Q	B	S	H	O	T	R	I	W	I	D	D	E	O	B	S	Y	G	Y	I	D	F

Diese Wörter sind versteckt:

- | | | |
|--------------------------|------------------------|-------------------|
| 1 MUT _____ | 2 VERÄNDERUNG _____ | 3 STÄRKE _____ |
| 4 LEITBILD _____ | 5 MITARBEITERIN _____ | 6 KAFFEE _____ |
| 7 KUCHEN _____ | 8 GEMEINSCHAFT _____ | 9 GLAUBE _____ |
| 10 SINGEN _____ | 11 LACHEN _____ | 12 REDEN _____ |
| 13 DIÖZESANVERBAND _____ | 14 BUNDESVERBAND _____ | 15 HOMEPAGE _____ |
| 16 ADVENTSKALENDER _____ | | |

kfd freut sich über Ausweitung der Mütterrente

Seit Jahrzehnten hat sich die kfd für die sogenannte Mütterrente stark gemacht. Nun freut sie sich über die Ausweitung dieser für alle Frauen – gleich, wann sie ihre Kinder geboren haben. Mit dem Beschluss des Koalitionsausschusses am 2. Juli 2025 wird jede Mutter gleich wertgeschätzt.

„Wir als kfd haben einen bedeutenden Meilenstein erreicht: Frauen, deren Kinder vor 1992 geboren wurden, erhalten endlich die gleichen Rentenpunkte wie



© martaposemuckel auf Pixabay

Frauen mit Kindern, die ab 1992 geboren sind. Damit wird ihre Arbeit ebenso anerkannt und wertgeschätzt“, erklärt Anne König, Bundesvorsitzende der kfd. Außerdem bedeute die Ausweitung der Mütterrente auch einen Schritt in Rich-

tung Gleichstellung. Frauen, die früher wegen der Kinder zu Hause geblieben sind und nicht erwerbstätig waren, wird die Erziehung der Kinder jetzt höher anerkannt. Denn Kindererziehung ist Arbeit, ganz gleich, in welchem Jahr sie geleistet wurde.

Die kfd setzt sich seit dem Jahr 2012 vehement für die Anerkennung der Erziehungszeit mit drei Rentenpunkten für alle Mütter ein. Mit diversen Demonstrationen, Unterschriftenaktionen und bei einer Anhörung im Bundestag hat sie, auch zusammen mit verschiedenen anderen Verbänden, bislang erfolgreich 2,5 Rentenpunkte erreichen können.

Über die Mütterrente

Mit der sogenannten Mütterrente sind die Zeiten der Kindererziehung gemeint, die von der Deutschen Rentenversicherung so angerechnet werden, als hätten die Erziehenden Beiträge eingezahlt. Sie kommt nun Müttern oder Vätern zugute, deren Kinder sowohl vor wie auch nach 1992 geboren wurden. Das bedeutet: sie erhalten etwa 20 Euro mehr für jedes vor 1992 geborene Kind. Auch Frauen, die nie sozialversicherungspflichtig erwerbstätig waren, können durch die Erziehungszeit Rentenansprüche geltend machen, wenn sie mindestens zwei Kinder haben und so die erforderliche Mindestzeit von fünf Jahren erreichen. Damit wird die unbezahlt geleistete Erziehungsarbeit von Frauen anerkannt.

WIR SIND DAS WEIHNACHTSWUNDER

Vom 13. bis 17 Dezember 2025 sendet WDR 2 live aus Essen für die Aktion „Deutschland hilft“.

Der kfd Diözesanverband Essen beteiligt sich und übergibt am Montag, 15. Dezember, im Rahmen der Live-Sendung vor Ort den Spendenscheck.



Zum Redaktionsschluss stand die Spendensumme noch nicht fest. Die kfd im Diözesanverband Essen dankt allen Spenderinnen und Spendern!

Lösung für "kfd -mal rätselhaft"

Suchen Sie Begriffe aus der Welt der kfd!

Y	U	J	Q	L	O	C	Y	T	M	F	S	D	C	P	E	D	G	W	B	S	G	B
H	G	N	V	R	X	Z	M	U	T	I	D	T	M	I	E	U	I	T	T	C	Y	V
R	C	Q	E	O	S	F	D	B	S	Q	O	F	D	B	V	P	D	U	R	T	F	J
M	E	M	R	R	Y	U	F	F	Q	E	D	U	X	N	P	Y	E	R	U	N	M	K
W	W	H	A	M	F	B	G	X	E	Q	Y	A	G	S	T	F	U	X	S	P	R	X
H	E	R	N	D	O	P	Z	L	X	T	F	E	Z	C	L	O	A	Y	C	C	M	T
N	Q	S	D	H	M	I	T	A	R	B	E	I	T	E	R	I	N	D	Q	L	T	D
J	G	F	E	M	J	X	U	L	F	A	B	Z	Z	E	Y	Q	F	G	R	V	Z	Y
G	E	I	R	D	X	H	J	S	O	D	A	D	U	X	S	Y	L	A	C	H	E	N
J	M	E	U	N	C	V	E	Z	S	V	F	I	J	W	I	H	A	X	G	D	I	V
I	E	D	N	U	K	I	S	H	A	E	B	Ö	Y	J	N	V	W	P	C	S	C	M
Z	I	N	G	N	S	G	V	O	Y	N	U	Z	V	J	G	V	I	K	B	X	N	V
T	N	X	M	R	I	O	F	M	K	T	N	E	V	B	E	O	W	W	R	W	D	F
X	S	M	K	A	N	Y	S	E	U	S	D	S	H	F	N	Y	L	A	H	B	V	F
V	C	M	U	G	S	T	T	P	C	K	E	A	U	F	D	C	H	P	E	T	T	L
Q	H	E	Y	J	V	R	X	A	H	A	S	N	Z	K	T	C	V	J	C	N	L	U
H	A	D	S	L	A	H	T	G	E	L	V	V	A	A	E	S	F	G	S	M	E	O
Z	F	W	H	W	W	O	D	E	N	E	E	E	G	F	A	T	G	D	I	F	I	E
M	T	G	D	N	D	W	B	E	R	N	R	R	L	F	S	Ä	X	N	G	C	T	F
U	K	S	V	B	H	U	H	U	G	D	B	B	A	E	J	R	J	H	V	X	B	P
G	T	G	L	L	W	H	C	T	E	E	A	A	U	E	B	K	H	E	W	B	I	C
R	E	D	E	N	U	J	R	G	F	R	N	N	B	D	F	E	C	R	Y	W	L	G
H	Q	B	S	H	O	T	R	I	W	I	D	D	E	O	B	S	Y	G	Y	I	D	F

Diese Wörter sind versteckt:

- 1 MUT _____
- 2 VERÄNDERUNG _____
- 3 STÄRKE _____
- 4 LEITBILD _____
- 5 MITARBEITERIN _____
- 6 KAFFEE _____
- 7 KUCHEN _____
- 8 GEMEINSCHAFT _____
- 9 GLAUBE _____
- 10 SINGEN _____
- 11 LACHEN _____
- 12 REDEN _____
- 13 DIÖZESANVERBAND _____
- 14 BUNDESVERBAND _____
- 15 HOMEPAGE _____
- 16 ADVENTSKALENDER _____

Quelle: <http://suchsel.bastelmaschine.de>



Mehr unter www.kfd-essen.de

Folgen Sie uns bei Facebook und Instagram oder melden Sie sich für unseren WhatsApp-Broadcast an!

Impressum

Herausgeberin
Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands
Diözesanverband Essen
Zwölfling 16
45127 Essen

Tel. 0201 / 2204-559
E-Mail: info@kfd-essen.de
www.kfd-essen.de

Redaktion	
Elisabeth Hartmann-Kulla	Telefon: 02327 / 61853
Lydia Schneider-Roos	Telefon: 0209 / 200033
Barbara van de Lücht	Telefon: 0203 / 48 46 20 04

Layout: Marco Baron
Bilder: Annette Nowak-Reeves, pixabay.com, kfd-Essen

Druck: Leo Druck GmbH, Robert-Koch-Str. 6, 78333 Stockach
www.Leodruck.com

Dezember 2025

