



RÜCKBLICK IMPULSTAGUNG 2008 IN LUZERN

### «Vielfalt ins Spiel bringen» – das neue Impulsthema

Liebe Leserin

Am 1. Oktober 2008 habe ich von Helene Fleischlin die Aufgabe als SKF-Kommunikationsbeauftragte übernommen. Bis anhin bin ich hell begeistert von meiner neuen Tätigkeit: sie ist spannend, vielseitig und kreativ. Dabei geht es nicht nur um eine gezielte Informationsvermittlung sondern auch um die Begegnung mit Ihnen liebes SKF-Mitglied. Sei das nun per Qu(elle), am Telefon oder anlässlich eines persönlichen Treffens.



Ich freue mich sehr auf unsere Zusammenarbeit und wünsche Ihnen bei dieser Gelegenheit schöne Festtage und ein gutes Neues Jahr.

Franziska Schawaller  
Kommunikationsbeauftragte SKF

«Vielfalt ins Spiel bringen» will der SKF in den nächsten drei Jahren auf unterschiedlichste Art und Weise. An der Impulstagung Ende September 2008 holten sich rund 700 interessierte Frauen die ersten Inputs.

Mit der deutschen Sprachakrobatin und Kabarettistin Michaela Maria Drux startete die Impulstagung des SKF fulminant und im wahrsten Sinne des Wortes wortgewaltig. Ihr Sprachwitz und ihre Improvisationen nahmen das Impulsmotto gekonnt auf und führten bei den anwesenden Frauen zu zahlreichen Lachsalven.

#### Verschiedene Ateliers

Im Anschluss an diesen überraschend frischen Einstieg wurde den Teilnehmerinnen in acht verschiedenen Ateliers die konkrete Arbeit mit dem neuen Impulsthema näher gebracht. So konnte beispielsweise in den Ateliers «Warum lacht Mona Lisa – Entdeckungsreise zur eigenen Vielfalt» und «Ich bin wie... und wir sind wie...» ein neuer Blick auf die persönliche Vielfalt erarbeitet werden. Im «Café International – Vielfalt im Ortsverein» lag der Schwerpunkt bei der verbandseigenen Diversität. In den Ateliers «Vielfalt in den Kulturen» und «Viel-



falt auf den Tischen» wurde der Blick auf die Welt ausserhalb des bekannten Eigenen gelegt. Einblicke in fremde Alltage und Tischkulturen waren dabei Thema. Der politischen Aktivität des SKF wurde im Atelier «Verschiedenheit und Solidarität – Vielfalt in der Schweizer Politik» Rechnung getragen. Mit Alt-Nationalrätin Rosmarie Zapfl konnte eine interessierte und erfahrene Politikerin als Atelierleiterin gewonnen werden. Natürlich durfte auch der Aspekt des Katholischen an der

Impulstagung nicht fehlen. Mit dem Atelier «Vielfalt auf leisen Sohlen» bekam die Frauenspiritualität einen Platz in der Tagung und das Atelier «Vielfältige Anstiftungen für Kirchen – Vielfalt heute» gab spannende Einblicke in die Urkirche. ●

HELENE FLEISCHLIN, EHEMALIGE  
KOMMUNIKATIONSBEAUFTRAGTE SKF

#### INHALT

- 2 Interview S. Calligaris
- 3 Herbstkonferenz 2008
- 4 KV St. Gallen-Appenzell/  
Tagung KV Luzern
- 5 Sanitas Frauenpreis/  
Besinnungstag mit P. Stutz
- 6 Kaffistübli/Erntedankfeier
- 7 Veranstaltungsagenda
- 8 WUCWO Europa-Konferenz

«ICH FREUE MICH TEIL DIESER GROSSEN FRAUENGEMEINSCHAFT ZU SEIN»

Franziska Schawalder heisst die neue Kommunikationsbeauftragte des SKF. Die gebürtige Toggenburgerin hat auf dem zweiten Bildungsweg in Fribourg Medien- und Kommunikationswissenschaften studiert und ist anfangs Oktober 2008 voller Enthusiasmus ins Verbandsleben eingestiegen.

Der Lebenslauf des 37-jährigen Energiebündels präsentiert sich vielseitig und spannend: Journalismus, Bauernhof, Weltreise, Schulwesen, Tourismus, Erwachsenenmatura, Studium. Vielseitig präsentiert sich auch ihr Aufgabenkatalog beim SKF. Nebst Qu(elle), Newsletter, Website, möchte sie mit ihrer Arbeit in erster Linie die Verbindung Dachverband – Basis stärken und wenn immer möglich die Arbeit des SKF auch einem breiteren Bevölkerungskreis näher bringen. Der SKF-Neuling meint denn auch: «Ich freue mich Teil dieser grossen Frauengemeinschaft zu sein und bewundere all die Frauen, welche sich unentgeltlich und mit viel Herzblut für das Wohl unserer Gemeinschaft einsetzen. Die Freiwilligenarbeit bildet meiner Meinung nach ein wichtiges (Auffang-)Netz dieser Gesellschaft. Auch in diesem Tätigkeitsfeld gilt es jedoch die Zeichen der Zeit zu erkennen, Veränderungen zuzulassen und Neuem die Türe zu öffnen.»



## Jedes Projekt braucht seine Zeit

Am 23. und 24. September 2008 hat der SKF anlässlich der Impulstagung das neue Motto für die kommenden drei Verbandsjahre vorgestellt: «Vielfalt ins Spiel bringen». Das Thema ist auf offene Ohren gestossen, die neue Impulsvermittlung hingegen scheint noch nicht allen voll und ganz zu behagen. Susanne Calligaris, Verbandsvorstandsmitglied und Leiterin der Projektgruppe Impulstagung nimmt dazu Stellung.

**Franziska Schawalder (FS):** Zuerst einmal herzliche Gratulation zum neuen und frischen Impulsthema «Vielfalt ins Spiel bringen». Wie seid ihr, das heisst die Projektgruppe, überhaupt auf dieses Thema gekommen?

**Susanne Calligaris (SC):** Ganz am Anfang der Ideenentwicklung stand ein Brainstorming. Klar war, dass das neue Thema Spass machen sollte und dass damit eine gute und breite Identifikation möglich sein muss. Im Mittelpunkt unserer schrittweisen Überlegungen standen immer die Basisfrauen. Aus diesem Grund war die achtköpfige Projektgruppe auch breit abgestützt. Mit dabei waren Frauen aus Ortsvereinen, Kantonalverbänden, der Geschäftsstelle und dem Verbandsvorstand.

**FS:** Liegen bereits erste Erfahrungswerte vor wie das Thema angekommen ist?

**SC:** An der Impulstagung selber sind mir zahlreiche positive Stimmen zu Ohren gekommen. Viele Frauen waren von den verschiedenen Ateliers wie auch von der spürbaren Ladung Frauenpower und dem damit verbundenen Zusammengehörigkeitsgefühl beeindruckt. Allgemein gerühmt wurde das tolle Brotbuffet, welches das vorhergehende Impulsmotto «Brot ist Leben» eindrücklich abrundete und mit den vielen verschiedenen Brotsorten passend ins neue Thema überleitete.

**FS:** Gab es auch kritische Stimmen?



**SC:** Natürlich gab es auch kritische Stimmen. So liess vor allem die Beheizung zu wünschen übrig, was wir als Projektgruppe zu jenem Zeitpunkt jedoch nicht mehr beeinflussen konnten. Einige Frauen bekundeten zudem Mühe mit der neuen Ideenvermittlung. Das Wegfallen der traditionellen Ideen-Mappe wird teilweise als Verlust betrachtet. Wir von der Projektgruppe sind jedoch überzeugt, dass der «neue Weg» wichtig ist und viele Vorteile mit sich bringt.

**FS:** Wie sehen diese Vorteile denn aus?

**SC:** Der grosse Vorteil der neuen Impulsvermittlung liegt darin, dass während den folgenden drei Jahren auf Veränderungen jeglicher Art reagiert werden kann und dass ein Mitdenken auf grösserer Ebene gefördert wird. Diese Möglichkeit hat die fest vorgegebene Mappe nicht geboten. Persönlich möchte ich dazu sagen, dass ein Projekt Zeit zum Reifen braucht.

Jede Veränderung braucht ihre Zeit und wir müssen uns darauf einlassen und sollten nicht an Altem hängen bleiben. Die Idee, mithilfe der SKF-Jahresagenda, dem Informationsbulletin Qu(elle)/Impulse und der SKF-Website laufend inhaltliche und praktische Anregungen zu vermitteln, ist eine Möglichkeit diesen neuen Weg zu beschreiben. Sollte sich das geplante «Schuhwerk» nach einem Jahr als unpassend herausstellen, haben wir die Möglichkeit darauf zu reagieren.

**FS:** Vielen Dank für das Gespräch. Wir wünschen uns allen, dass dieses Projekt in seinem Rhythmus reifen darf! ●

### SKF-JAHRESAGENDA – SCHLÜSSEL ZUM IMPULSMATERIAL 2009

Alle vier bis sechs Wochen erinnert ein kurzer Impuls an die Vielfalt – spielerisch, politisch, kreativ, poetisch, spirituell. Zu den Themen werden Sie in der Qu(elle)/Impulse und auf der SKF-Website immer wieder aktuelle und praktische Arbeitsmaterialien finden. Das erste vertiefende Material zu «Vielfalt und Chancengleichheit» mit Anregungen für einen Kursabend, einen Besinnungsnachmittag oder einen SOFO-Gottesdienst sowie das Arbeitsmaterial zum Thema «Vielfalt Spiritualität» sind bereits erschienen und können unter [www.frauenbund.ch](http://www.frauenbund.ch) abgerufen werden. Wer keinen Internetzugang hat, kann die Unterlagen gerne telefonisch unter 041 226 02 20 bestellen.



# Neue Präsidentin für den Vorstand

Die diesjährige Herbstkonferenz (21./22. November 2008) fand im Bildungszentrum Matt in Schwarzenberg statt und war aufgeteilt in einen Thementag «Gesprächskultur und Konfliktlösungen» und einen geschäftlichen Teil für alle Mitglieder. Rund 50 Frauen aus den verschiedenen Kantonal- und Mitgliederverbänden nutzten das Treffen zum gegenseitigen Austausch. Zudem wurde Rosmarie Koller-Schmid als neue Verbandspräsidentin zuhanden der Delegiertenversammlung vom 14. Mai 2009 bestätigt.

Der erste Tag wurde von Brigitte Warth-Rensch, Supervisorin, Organisationsberaterin und freie Mitarbeiterin am KICK (Institut für Coaching und Kommunikation) in Zürich, bestritten. Die versierte Kommunikations-Fachfrau referierte zum Thema «Einigungen – Zweinigungen: Gesprächskultur und Konfliktlösungen». Im Vordergrund standen verschiedene Konflikt-Aspekte: Definition, Erkennung, Sinn, Themen, Lösungen. Die interessanten, informationsgeladenen Ausführungen wurden immer wieder durch Gruppenarbeiten aufgelockert. So wurden die Teilnehmerinnen beispielsweise aufgefordert auf einer «Beliebtheitsskala» ihren eigenen Konfliktbezug einzuzichnen. Während sich wenige im obersten Teil der Skala eingetragen hatten, waren doch die meisten Markierungen unterhalb der Mittellinie zu finden. Brigitte Warth-Rensch schaffte es jedoch im Verlaufe des Tages aufzuzeigen, dass Konflikte durchaus positiv sein können.

Brigitte Warth-Rensch



## Vom Konflikt zur Zweinigung

Mithilfe einer Grafik zeigte die Referentin auf, was Fritz Hendrich treffend formulierte: «Der dauerhafte Konsens ist nur durch die Bereitschaft zur Konfrontation erreichbar.» In der Mitte der Grafik steht der Konflikt, dem auf drei Arten begegnet werden kann: mit Ausweichen, mit einer Konfrontation oder einem Kompromiss. Die Konfrontation und der Kompromiss verfolgen dabei das gleiche Ziel: den Konsens. Brigitte Warth-Rensch war es ein Anliegen aufzuzeigen, dass ein Konsens nicht einer Einigung gleich gesetzt werden kann. Viel öfters kommt es ihrer Meinung nach zu einer so genannten «Zweinigung». Sie umschreibt diesen Ausdruck wie folgt: «Wir sehen das [Problem] auch weiterhin unterschiedlich. Wir akzeptieren einander als Menschen mit unterschiedlicher Meinung». Das Thema Konfliktlösungen ist sehr umfassend. Die Referentin betonte denn auch, dass dieser eine Tag mehr als Kick-off und nicht als direkte Anleitung zu Konfliktlösungen zu verstehen sei. Wobei sicher die eine oder andere Frau ein paar wertvolle Tipps für eigene Konfliktsituationen mit nach Hause nehmen konnte. Brigitte Warth-Rensch ihrerseits war beeindruckt über die grosse Offenheit der Teilnehmerinnen und schloss mit den ihr lieb gewonnenen Worten von Franz Kafka: «Wege entstehen, wenn wir sie gehen.»

Für einen meditativen und ruhigen Ausklang des ersten Tages sorgten Gabriela Thaddey,



Verbandsvorstandsmitglied SKF und Regula Grünenfelder, Bildungsverantwortliche SKF. Sie forderten die Teilnehmerinnen auf ihre Wünsche und Anliegen an den SKF in Bezug auf die Themen Spiritualität, Religion und Kirche zu äussern.

## Finanzkommission FIKO

Der zweite Tag war dem geschäftlichen Teil der Herbstkonferenz gewidmet. Mit einem grossen Applaus wurde die Appenzellerin Rosmarie Koller-Schmid – zurzeit mit den Führungsaufgaben des Vorstandes betraut und zugleich Präsidentin des Katholischen Frauenbundes St. Gallen-Appenzell – als neue Verbandspräsidentin zuhanden der Delegiertenversammlung (DV) vom 14. Mai 2009 bestätigt. Einstimmig wiedergewählt wurden auch die beiden Vorstandsmitglieder Nadia Bongard und Susanne Calligaris. An der DV 2008 in Aarau wurde eine Finanzkommission FIKO, als beratendes Organ des Vorstandes, gefordert. Anlässlich der Herbstkonferenz wurde nun das Pflichtenheft vorgestellt, diskutiert und gut geheissen. Die künftige FIKO soll aus zwei

Kantonalverbandsmitgliedern und der Finanzverantwortlichen aus dem Vorstand zusammengesetzt sein. Die Geschäftsführerin besitzt beratende Stimme. Als Vertreterinnen der Kantonalverbände wurden einstimmig Franziska Zimmermann (KV Basel Stadt) und Marianne Schättin (KV SG/AI/AR) gewählt. Anlässlich der DV 2009 wird die FIKO erstmals vorgestellt.

Als Bereicherung darf die Austauschrunde für Kantonal- und Mitgliederverbände bezeichnet werden. Die verschiedenen Frauen berichteten über ihre Freuden und Leiden, notierten sich Tipps der anderen und boten einander Hilfe an. Die zukünftige VV-Präsidentin Rosmarie Koller-Schmid dankte denn auch allen Frauen und schloss die Herbstkonferenz 2008 mit einem Zitat von Klaus Hämmerle:

*Lass mich Dich lernen,  
Dein Denken und Sprechen,  
Dein Fragen und Dasein,  
damit ich daran die Botschaft  
neu lernen kann,  
die ich Dir zu überliefern habe. ●*

FRANZISKA SCHAWALDER,  
KOMMUNIKATIONSBEAUFTRAGTE SKF

**ÜBERARBEITETES  
FREIWILLIGENPAPIER SKF**

Margrit Schnyder und Margrit Küchler-von Ah haben vor kurzem das Informationspapier «Freiwilligenarbeit aus der Sicht des SKF» mit Unterstützung der SKF Geschäftsstelle überarbeitet. Das Papier wurde ursprünglich zum UNO Jahr der Freiwilligen 2001 verfasst. Nach der grundlegenden Organisationsentwicklung des SKF, musste das Papier diesen Veränderungen angepasst werden. Zusätzlich wurden auch der politische Bereich überprüft sowie das Literatur- und Dienstleistungsverzeichnis erneuert. Das überarbeitete Papier liegt in elektronischer Form auf der SKF-Website ([www.frauenbund.ch](http://www.frauenbund.ch)) vor oder kann als ausgedrucktes Exemplar bei der SKF-Geschäftsstelle unter Telefon 041 226 02 20 oder per E-Mail an [info@frauenbund.ch](mailto:info@frauenbund.ch) bestellt werden.

FRANZISKA SCHAWALDER,  
KOMMUNIKATIONSBEAUFTRAGTE SKF

# «E gfreuts Luege»

**Am Dienstagabend, 18. November, kurz vor 17 Uhr strömten knapp 500 von insgesamt 1 000 Vorstandsfrauen des Katholischen Frauenbundes (SKF) St. Gallen-Appenzell in die Kathedrale von St. Gallen.**

Eingeladen hatten der Katholische Frauenbund St. Gallen-Appenzell und das Bistum. «E gfreuts Luege», sagte Bischof Markus Büchel angesichts der gefüllten Kirchenbänke in seiner kurzen Ansprache. Zuerst feierten alle die Domvesper mit, dann ging es zu einem Begegnungsfest in den Pfalz Keller.

## Danke sagen

An diesem Abend ging es dem Kantonalvorstand und Bischof Markus Büchel vor allem darum Danke zu sagen. «In der Bistumsleitung wird oft über die Freiwilligenarbeit in den Pfarreien gesprochen, uns ist sehr wohl bewusst, auf wel-

chen Schultern sie vorwiegend lastet», betonte der Bischof. Mit Blick zurück auf das Impulsmotto «Brot ist Leben» sagte er: «Eine Gemeinschaft wie der Katholische Frauenbund, die sich immer neue Ziele setzt und wach ist für die Anliegen der Menschen, wird zum Brot für unsere Gemeinschaften und für die Kirche». Auch Rosmarie Koller-Schmid, Präsidentin des Katholischen Frauenbundes St. Gallen-Appenzell, dankte von Herzen für den grossen Einsatz der Frauen. Die Anlässe des Kantonalverbandes seien in den Regionen immer willkommen. «Nun

seid ihr einmal unsere Gäste», wandte sie sich an «ihre» Frauen. Nach der Domvesper wechselten alle in den Pfalz Keller. Bei Speis und Trank wurde diskutiert, untereinander, mit Frauen aus verschiedenen Regionen, mit dem Bischof, mit Vertretern der Bistumsleitung. Die Vorbereitungsgruppe hatte zu «networking Katholischer Frauenbund» aufgefordert. Ein moderner Begriff, der das andeutet, was den Frauenbund so wertvoll macht: Gemeinschaft, Beziehungen, ein tragendes Netzwerk. ●

SABINE RÜTHEMANN, INFORMATIONSS-



Bischof Markus Büchel und Rosmarie Koller-Schmid (rechts)

## Kantonalverband Luzern

### «FREUT EUCH MIT DEN FRÖHLICHEN UND WEINT MIT DEN TRAUERIGEN»

Auf Initiative eines Ortsvereins nahm der Kantonalverband Luzern zusammen mit der Fachstelle für Pfarreientwicklung und Diakonie der Römisch-katholischen Landeskirche die Tagung «Freut euch mit den Fröhlichen und weint mit den Traurigen – Gesprächsführung am Krankenbett» erstmals in ihr gemeinsames Kursprogramm auf.

Eingeladen waren Frauen und Männer, die betagte und kranke Menschen zu Hause, im Spital oder im Heim besuchen. 23 Frauen folgten der Einladung. Es besteht bereits eine Warteliste für die Wiederholung dieses Angebotes im Frühjahr 2009. Die beiden Spitalseelsorgerinnen

Simone Rüd und Claudia Graf stellten die konkreten Erfahrungen der Teilnehmerinnen ins Zentrum: In drei Blöcken wurden verschiedene Themen angesprochen, die mit der Aufgabe verbunden sind Kranke, Schwerstkranke und Sterbende zu besuchen. «Aus dem Ich heraustreten und an die Tür des Du klopfen beginnt damit, sich zu fragen, wie es einem selber geht, welches Interesse wir an diesem Besuch haben und am Kranken.» In Einzelarbeit konnte die Selbstwahrnehmung geübt werden. Welche Kriterien ein gutes Gespräch ausmachen, Ausführungen über die Kunst des Zuhörens, Erläuterungen zum Grundvorgang der menschlichen Kommunikation und

die drei Grundhaltungen in der Seelsorge präsentierten die beiden Referentinnen abwechslungsreich und anschaulich. Wichtigste Frage dabei war: Was bedeuten diese Regeln für unsere Besuche? Die Übung «Konzentriertes Zuhören» in der Gruppe, die stille Beschäftigung mit dem Arbeitsblatt «Stolpersteine – wie könnten wir besser antworten?» und die Besprechung von Fallbeispielen wurden als sehr hilfreich und wertvoll empfunden. Ein passender Text aus der Bibel und das Lied «Bewahre uns, Gott, behüte uns» rundeten die Tagung ab. ●

SILVIA RÜTTER-NIEDERBERGER,  
VORSTAND KANTONALVERBAND LUZERN,  
VERBANDSVORSTAND SKF

### Aussagen von Teilnehmerinnen:

- «Mich hat der Tag ermutigt.»
- «Ich wurde mir der Verantwortung bewusst, die ich habe am Krankenbett.»
- «Ich bin froh, dass dem Bauchgefühl Raum gegeben wurde.»
- «Der Austausch war so offen und sehr bereichernd.»
- «Ich gehe mit viel Zuversicht nach Hause.»
- «Die Tagung war mir Bestätigung und Hilfe.»
- «Ich freue mich auf die nächsten Besuche!»
- «Verlasst euch auf Gottes Mitgefühl, er trägt euch durch – diese Gewissheit stärkt und begleitet mich nun.»



## Verleihung des 12. Sanitas Frauenpreises

**Am 19. November 2008 wurde Hildegard Muntwyler im Winterquartier des Circus Monti in Wohlen mit dem 12. Sanitas Frauenpreis ausgezeichnet. Die Preissumme von 20 000 Franken stammt aus dem Sanitas-Fonds.**

Der Sanitasfonds wurde nach dem Verkauf des Lungensanatoriums Sanitas in Davos – 1916 mitbegründet durch den Aargauischen Katholischen Frauenbund – ins Leben gerufen. Seither wurden bereits elf Sanitas Frauenpreise verliehen. Der Zwölfte ging dieses Jahr an die engagierte Zirkusfrau Hildegard Muntwyler. Unter dem Motto «Manege frei» begrüsst Vroni Peterhans, Co-Präsidentin des

AKF, die zahlreich erschienenen Gäste. Die Laudatio hielt Sybille Bader Biland, Präsidentin der Kommission Sanitas. Musikalisch begleitet wurde der Anlass von einem Musikertrio, welches mit Zirkusklangen für das richtige Ambiente sorgte.

Die Preisträgerin Hildegard Muntwyler wurde in erster Linie für ihren Mut, aus festen Bahnen auszubrechen und einen Zirkus zu gründen – mit dem Wissen darum, dass dies eine Gratwanderung bedeutet und von vielen Unsicherheiten bestimmt ist – ausgezeichnet. Dank ihrem Wirken ist sie ein Vorbild für viele Frauen und Kinder. Sie hat bewiesen, dass es sich lohnt den eigenen Traum zu leben und dafür zu kämpfen.

Ihr Engagement hat vielen Menschen unvergessliche Glücksmomente beschert und dabei erst noch den Solidaritätsgedanken gefördert. Mit ihrem Wesen und ihrem Einsatz hat sie viele Mitmenschen zu ehrenamtlicher Arbeit motiviert und mit ihnen in der kleinen Zelle «Zirkus» als multikulturelle Gesellschaft zusammen gelebt und gearbeitet. Dank ihr haben Artisten, Künstlerinnen und Künstler wie auch Handwerker Arbeit erhalten. Zudem hat sie vielen jungen Leute temporär einen unvergesslichen, spannenden und prägenden Arbeitsplatz geboten. Hildegard Muntwyler gebührt zudem ein grosses Kompliment für ihre Vorbildfunktion auch im Alter aktiv am Leben teilzunehmen



Vroni Peterhans und Hildegard Muntwyler

und im eigenen Umfeld etwas zu bewegen wie auch für ihr Leben als Frau, das sich durch Bescheidenheit auszeichnet. ●

Alice Roth-Grob, Vorstand AKF

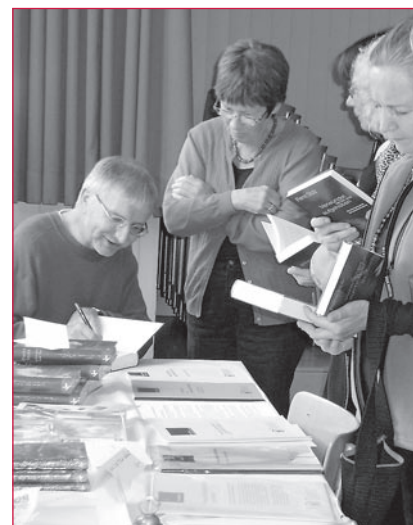
## Besinnungs- und Bildungstag mit Pierre Stutz

**Der Katholische Frauenbund Bern durfte an je drei Besinnungs- und Bildungstagen in Spiez, Biel und Bern insgesamt 160 Frauen begrüssen. Als Referent der Veranstaltung «Brot und Steine – die Kraft der Versöhnung» wurde der Theologe und spirituelle Autor Pierre Stutz eingeladen.**

«Heute besuche ich mich selbst, mal schauen ob ich zu Hause bin». Mit diesem Spruch von Karl Valentin forderte Pierre Stutz die Teilnehmerinnen auf für einmal bei sich selber Gast zu sein. Mithilfe von Impulsen aus der mystischen Tradition, einer persönlichen Zeit der

Stille, einem Steinritual, meditativen Tänzen und im Austausch mit anderen lernten die beteiligten Frauen die Versöhnung mit sich selber kennen. Der gesamte Tagungsinhalt lässt sich gemäss einer Teilnehmerin denn auch am besten mit einem Text aus dem Adventskalender «Geh deinen inneren Weg» von Pierre Stutz beschreiben: «Ein innerer Weg führt mich zum heilenden Ruheort, wo ich einfach sein darf, anerkannt in meiner Einmaligkeit. Ein innerer Weg bewegt uns zur Stille, zum schweigenden Verweilen, um die tiefe Verbundenheit mit allen, Schöpfung und Kosmos, zu erahnen».

Die Veranstaltung hat für viel positive Resonanz gesorgt. Eine Regionalvertreterin freute sich sehr, dass sich so viele Frauen vom Thema wie auch vom Referenten «be-weg-en» liessen. Das Zuhören, Singen, Tanzen, Austauschen und Essen um eine gemeinsame Mitte ermutigten sie, an ihrem Lebensthema für eine gerechtere Welt «dranzubleiben». Eine weitere Teilnehmerin formulierte Ihre Weisheit des Tages wie folgt: « Was immer mir an Gedanken und Gefühlen begegnet, ich bewerte es nicht. Ein spiritueller Mensch nimmt wahr was jetzt ist, um darin die göttliche Spur zu entdecken». ●



Pierre Stutz mit Kursteilnehmerinnen

Silvia Trachsel-Muff, Vorstand  
Katholischer Frauenbund Bern

BURNOUT – VON DER MANAGER-  
ZUR GESELLSCHAFTSKRANKHEIT

Die Frauengemeinschaft Sachseln veranstaltete einen Vortragsabend zum Thema Burnout. Die ehemalige «Manager»-Krankheit ist zwischenzeitlich in fast allen Berufsarten und Beschäftigungsstufen zu finden. Als Referent trat Psychotherapeut Egon Schmidt aus Altdorf auf.

Das so genannte Burnout-Syndrom wird als ein Zustand innerer Leere, totaler seelischer und körperlicher Verausgabung beschrieben. Die Krankheit schleicht sich meist aufgrund gesteigener Anforderungen in der Berufswelt und im Privatleben ein. Die eigenen Bedürfnisse werden nicht mehr wahrgenommen, nichts scheint mehr wichtig, die Arbeit muss einfach bewältigt werden, spricht man funktioniert. Auch an freien Tagen sind gefährdete Burnout-Kandidaten kaum mehr erholungsfähig. Das Wertesystem und die eigene Persönlichkeit verändern sich, die innere Leere wächst bis zum Zusammenbruch. Bei Burnout-Patienten wird das Selbstwertgefühl meist nur noch über Leistung definiert.

Aus diesem Grund werden in den meisten Fällen auch Familie, Partner, Freunde und Freizeit vernachlässigt. Gemäss Referent und Psychotherapeut Egon Schmidt ist dies ein grosser Fehler. Er sieht ein gutes und tragendes familiäres Umfeld als wichtige Präventionsmassnahme. Burnout-Patienten müssten zuerst wieder lernen, sich selber zu beobachten. Die vernachlässigten Werte müssten neu belebt werden. Eine Grundregel lautet deshalb: Auf seinen Körper hören. Dies bedeutet ausreichend schlafen, gesund essen, sich häufig bewegen, Zeit für sich selber nehmen, Arbeitspausen einlegen und lernen auch einmal Nein zu sagen.

EDITH ALLEMANN, VORSTAND  
FRAUENGEMEINSCHAFT SACHSELN

## «Kafistübli»-Erlös für Uganda

Seit einigen Jahren organisiert das FrauenNetz Ebikon einen Weihnachtsmarkt mit «Kafistübli» und Kerzenziehen. Dieses Jahr kommt der «Kafi»- und Kerzen-Erlös voll und ganz einem EW-Landwirtschaftsprojekt in Uganda zugute.



Das FrauenNetz Ebikon zählt rund 450 Mitglieder und am Weihnachtsmarkt konnten sogar noch ein paar Neumitglieder gewonnen werden. Langsam aber sicher entwickelt sich dieser vorweihnächtliche Anlass zu einer Tradition des über 90jährigen, aktiven Frauenvereins. Von

Freitagmittag bis Samstagabend (21./22. November 2008) tummelte sich alt und jung zwischen den Marktständen im «Kafistübli» und beim Kerzenziehen. Insgesamt 35 Frauen standen im Einsatz, 16 versorgten die Gäste mit Kaffee und 25 selbst gebakenen Kuchen, 19 weitere Frau-

en sorgten für einen reibungslosen Ablauf beim Kerzenziehen. Die Küchencrew wurde vom treuen Mittagstischkoch Peter Lötscher unterstützt. Insgesamt 15 Schulklassen und zahlreiche weitere Kinder mit Eltern zogen aus dem flüssigen Wachs die reinsten

Kunstwerke. Der Erlös aus dem «Kafistübli» und dem Kerzenziehen kommt voll und ganz dem Elisabethenwerk-Projekt «Erfolgreiche Landwirtschaft – Eine Frauengruppe wächst und wächst und wächst ... » in Uganda zugute. ●

FRANZISKA SCHAWALDER

## FRAUENBUND LEUGGERN

## Erntedankgottesdienst

Am 14. September wurde in der Kirche St. Peter und Paul in Leuggern traditions-gemäss und unter Mitwirkung des örtlichen Frauenbunds das Erntedankfest gefeiert.



Die Landfrauen Leuggern und Umgebung überraschten die Gottesdienstbesuchenden mit einer wunderschön dekorierten Kirche und die mitwirkenden Frauen vom Frauenbund durften viele Bewohner des Alters- und Pflegeheims zum Erntedankgottesdienst mit dem Thema «Wasser» begrüssen. Wasser als lebenswichtige Ressource,

wovon in der Schweiz zumindest im Moment noch genügend vorhanden ist. Aber was, wenn es plötzlich zuviel Wasser gibt, die Flüsse über die Ufer treten und Tod und Verwüstung mit sich bringen? Diese und weitere Gedanken zum Umgang mit dem wertvollen kühlen Nass wurden zusammen mit Kindern mündlich und bildlich vorge-

tragen. So wurde der durchschnittliche Wasserverbrauch eines Menschen in der Schweiz anhand von aufgestapelten Pet-Flaschen eindrücklich dargestellt.

Was Durst bedeutet, wurde mit der Schilderung eines ganz

persönlichen Erlebnisses untermauert. Gedankt wurde nicht nur für das Wasser in Form von Flüssigkeit sondern auch für das «Lebenswasser» von Gott. Zum Abschluss der Feier waren alle eingeladen ganz bewusst ein Glas «Hahnenwasser» zu geniessen. ●

CLAUDIA ETTER,  
FRAUENBUND LEUGGERN

# Wir empfehlen

Jetzt ist Zeit für

## SCHRITTE INS OFFENE

Die intelligente  
Zeitschrift von  
Frauen für Frauen  
mit Weitsicht und  
Tiefgang

Erscheint 6x jährlich

Neuste Themenhefte:

**MEINE STIMME**

**GROSSMÜTTER**

**PAPUA-NEUGUINEA**

**FEHLER**

**PARADIES**

**HUNGER**

Jahresabonnement: Fr. 48.–  
Gönnerabonnement: Fr. 80.–  
Einzelhefte: Fr. 9.50

Abo-Bestellungen an:  
Versandstelle «Schritte ins Offene»,  
Annemarie Eggimann,  
Seestrasse 42, 3700 Spiez,  
Tel. 033 828 80 80 oder unter  
www.schritte-ins-offene.ch

«Schritte ins Offene» wird herausgegeben vom  
Schweizerischen Katholischen Frauenbund SKF  
und den Evangelischen Frauen Schweiz EFS,  
unter Mitarbeit des Verbandes Christkatholischer  
Frauen VCF.

### TREFFEN MIT BUNDESRÄTIN EVELINE WIDMER-SCHLUMPF

**Montag, 12. Januar 2009, 18.15 Uhr**

Fraueninfo.ch organisiert in Zusammenarbeit mit dem SKF und weiteren Frauenorganisationen im Marriott Hotel in Zürich eine Veranstaltung zum Thema «Personenfreizügigkeit: Der Entscheid». Als prominente Rednerin tritt Bundesrätin Eveline Widmer-Schlumpf auf. Auskünfte erteilt F. Frey-Wettstein: 044 383 15 44.

### TREFFEN VERSCHIEDENER CHRISTLICHER KONFESSIONEN IN BERN

**Samstag, 17. Januar 2009, Kirchgemeindehaus St. Marien, 9.30 bis 16.00 Uhr**

«Maria – Bild und Bedeutung aus Frauensicht in den verschiedenen christlichen Konfessionen». Nebst verschiedenen Referentinnen tritt auch Dr. Regula Grünenfelder, Bildungsverantwortliche SKF, auf. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich und für Fragen stehen Ihnen folgende Frauen gerne zur Verfügung: Ruth Barmet (ruth.barmet@gmx.ch), Eva-Maria Fontana (emfh@bluewin.ch) und Dr. Gisela Lauber (g.lauber@hispeed.ch).

### REFERAT ZUM WELTGEBETSTAG VOM 6. MÄRZ 2009

**Donnerstag, 22. Januar 2009, 19.30 Uhr**

Im RomeroHaus findet die Veranstaltung «Zwischen Mythen, Magie und Moderne» statt. Die Referentin Bettina Beer, Professorin für Ethnologie an der Universität Luzern, wird über die Situation der Frauen bei den Wampar, einer ethnischen Gruppe in Papua-Neuguinea, berichten.

### CARITAS-FORUM 2009

**Freitag, 30. Januar 2009, Kultur-Casino in Bern**

Sozialpolitische Tagung der Caritas Schweiz, mit dem Titel «Arbeitsgesellschaft Schweiz: Wie weiter?» Das Forum wirft die Frage auf, ob die Verknüpfung von sozialer Integration und Erwerbsarbeit auch in Zukunft noch haltbar ist. Weitere Informationen können der Website www.caritas.ch entnommen werden.

### SUPERVISIONSKURSE 2009

**31. März, 23. Juni, 15. September, 17. November**

Im kommenden Jahr finden am KICK Institut für Coaching und Kommunikation in Zürich jeweils von 10.00 bis 17.00 Uhr verschiedene Supervisionskurse für Präsidentinnen, Co-Präsidentinnen und Vizepräsidentinnen der Kantonalverbände des SKF statt. Als Kursleiterin tritt Cornelia Schinzilar, Supervisorin, Theologin und Buchautorin auf. Die Kosten betragen 700 Franken (exklusiv Mittagessen). Anmeldungen bitte an KICK, Postfach, 8021 Zürich oder kick@kick.dich.ch senden.

### ANDANTE SOMMERAKADEMIE «MEDIENTRAINING»

**13. – 17. Juli 2009, High Leigh Conference Centre, Hoddesdon, Hertfordshire (GB)**

Die Sommerakademie mit dem Titel «Damit unsere Botschaft ankommt: Pressearbeit als Herausforderung für katholische Frauen» ist eine Weiterentwicklung des Medienprogramms, das bei der Studienkonferenz über den interkulturellen Dialog im letzten Jahr in Vught (NL) begonnen hat. Theoretische Kenntnisse über den aktuellen Stand der Medienlandschaft und der Kultur von Öffentlichkeitsarbeit werden genauso vermittelt wie Techniken zum Verfassen von Pressemitteilungen und zur Durchführung von Interviews in Printmedien und Radio. Es werden auch Tipps für die Organisation von Pressekonferenzen und den Einsatz neuer Medien weiter gegeben. Die Akademie, welche in der Nähe von London stattfindet, wird dreisprachig geführt: Englisch, Französisch und Deutsch. Die Teilnehmerinnen erhalten am Ende ein Zertifikat. Die Kosten belaufen sich auf 320 bzw. 375 Euro pro Person. Der Betrag schliesst Unterkunft, Verpflegung und alle Ausbildungskosten mit ein.

### FÜR SIE GESEHEN

**Newsletter «Filme für eine Welt»**

Die Fachstelle «Filme für eine Welt» (www.filmeeineWelt.ch) vermittelt Informationen zu Filmen und Videos im Bereich Entwicklung und Kulturbegegnung aus und über den Welt-Süden und den Osten. Zu ihren Dienstleistungen gehört unter anderem ein Newsletter (im pdf-Format) mit ausgewählten Hinweisen auf Fernsehsendungen. Bestellt werden kann der Newsletter unter mail@filmeeineWelt.ch.

### SKF-WEITERBILDUNG

**Aktuelle Kurse Januar bis März 2009**

**8. Januar:** Treffen Bildungsfrauen mit Referentinnen (Anmeldung bis 5. Jan.)

**21. Januar:** Austausch – Frauenvereine geistlich begleiten (Anmeldung bis 12. Januar)

**3. Februar:** Einführungskurs für KV-Präsidentinnen (Anmeldung bis 19. Jan.)

**5. März:** Gut reden – wahr sagen (Anmeldung bis 18. Februar)

**10. März:** Öffentlichkeitsarbeit (Anmeldung bis 23. Februar)

**14. März:** Finanzen (Anmeldung bis 26. Februar)

**19./26. März:** Leitung/Präsidium Bern (Anmeldung bis 4. März)

**20./21. März:** Leitung/Präsidium St. Gallen (Anmeldung bis 5. März)

**27./28. März:** Frauengeschichten in Frauenbildern (Anmeldung bis 12. März)

### IMPULSMATERIAL

**«VIELFALT INS SPIEL BRINGEN»**

**Bestellung per Mausclick**

An dieser Stelle noch einmal ein Hinweis auf unser vielseitiges Impulsmaterial, im Besonderen auf die bereits aktuelle Agenda Sept./2008 - Dez./2009. Bestellen Sie die gewünschten Artikel bequem per Mausclick unter www.frauenbund.ch.

**Bitte geben Sie uns Ihre Adressänderung bekannt. Vielen Dank.  
info@frauenbund.ch**



# Frauen vom Menschenhandel befreien

Vom 3. bis 7. September 2008 fand in Verona die WUCWO-Europakonferenz (World Union of Catholic Women's Organisations) zum Thema «Frauen vom Menschenhandel befreien» statt. Nadia Bongard, Verbandsvorstand, und Susanna Andrea Birke, Präsidentin des Fraueninformationszentrums FIZ in Zürich, nahmen neben anderen Vertreterinnen aus 16 europäischen Ländern für den SKF daran teil.



Als Diskussionsgrundlage diente die UN-Protokoll-Definition zum Menschenhandel, welche im Dezember 2000 in Palermo von allen Staaten Südosteuropas als Erweiterung des Abkommens gegen die grenzüberschreitende organisierte Kriminalität unterzeichnet wurde. Es wird vermutet, dass pro Jahr 12,5 Millionen Personen Opfer von Menschenhandel werden bzw. rund 10 Milliarden Dollar Umsatz erwirtschaftet werden. Dr. Paola Degani von der Universität Padua betonte die globale Problematik des Menschenhandels und damit die Notwendigkeit einer international gültigen Definition als Basis für gemeinsames Handeln.

Was den Opferschutz angeht, ist Italien recht fortschrittlich: Zum einen gibt es den Artikel zur Aufenthaltsbewilligung, der die Opfer schützt, sofern sie mit der Polizei zusammenarbeiten. Zum andern aber auch den «sozialen Weg» über SozialarbeiterInnen/NGO's. Das Opfer muss also nicht unbedingt mit der Polizei kooperieren, damit

sich jemand um sein Anliegen kümmert oder eine Aufenthaltsbewilligung beantragt. In den restlichen EU-Ländern wie auch in der Schweiz gibt es Aufenthaltsbewilligungen hingegen nur gegen Kooperation.

Sr. Eugenia Bonetti, Verantwortliche USMI (Union der Höheren Ordensoberinnen Italiens) Menschenhandel und Gassenarbeiterin in Turin, erzählte anlässlich der Konferenz von ihren Erfahrungen, vor allem mit Frauen aus Nigeria. In Nigeria liegt der Frauenhandel in den Händen von Frauen. Als so genannte «Mamans» rekrutieren sie Mädchen und junge Frauen. Sr. Bonetti machte die Anwesenden darauf aufmerksam, dass selbst der Papst anlässlich des Weltflüchtlingstags 2006 darauf aufmerksam machte, dass 80 Prozent des Menschenhandels Frauen und vermehrt auch junge Mädchen betrifft.

Interessant waren ebenfalls die Berichte über die Situation und die Anstrengungen aus anderen teilnehmenden europäischen Ländern. Sie machten

bewusst, wie viele NGO's sich für diese dringende Menschenrechtsfrage engagieren.

Am Ende der Konferenz hat die Mehrheit der Vertreterinnen einer Resolution, welche verschiedene Forderungen zur Befreiung der Frauen vom Menschenhandel beinhaltet, zugestimmt. Diese wird nun ans Europaparlament weitergeleitet. Auch hier in der Schweiz beim SKF soll das Thema weiter verfolgt werden. Mit den beiden Engagements «Wir zeigen Zivilcourage» und «EURO 08» hat der SKF seine Position bereits bekannt gegeben und er wird am Thema Frauenhandel dranbleiben.

NADIA BONGARD,  
VERBANDSVORSTAND SKF

## Qu(elle)

### IMPRESSUM

**Herausgeberin:** Schweizerischer

Katholischer Frauenbund SKF

Burgerstrasse 17

Postfach 7854, 6000 Luzern 7

Telefon 041 226 02 20

info@frauenbund.ch

www.frauenbund.ch

**Redaktion:**

Franziska Schawalder

Kommunikationsbeauftragte SKF

franziska.schawalder@frauenbund.ch

**Gestaltung:**

hugrafik, Luzern

**Redaktionsschluss Qu(elle) 1/09:**

20. Februar 2009

**Erscheinungsdatum Qu(elle) 1/09:**

Ende März 2009

*Eigentlich ...*

*Eigentlich*

*sollte ich aufbrechen*

*aus der Enge*

*verbraucher Gewohnheiten*

*Eigentlich*

*sollte ich aufhören*

*atemlos durch die Tage*

*zu rennen*

*Eigentlich*

*sollte ich mich weigern*

*fraglos zu funktionieren*

*und mich zu verschweigen*

*Eigentlich sollte ich das*

*Wort Eigentlich*

*streichen*

*um am Ende*

*nicht sagen zu müssen*

*Eigentlich hätte ich*

*leben wollen*

*Sabine Naegli*