

# impuls – am puls

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Überwältigend startete die Pilgergruppe des Projekts Kirche mit\* den Frauen. Die Blogbeiträge widerspiegeln die Erfahrungen der Pilgernden. Als Daheimgebliebene verfolge ich ihren Weg, und die täglichen Wortmeldungen berühren mich immer wieder aufs Neue. Sie zeigen mir, welch geballte, gute Kraft zusammenkommt, wenn zwei oder drei in SEINEM Namen unterwegs sind.

Speditiv, humorvoll, herzlich wickelte Kantonalpräsidentin Regula Senn ihre erste Generalversammlung ab. Die beiden Clowninnen Flumina und Chocolotta zeigten mit ihrer humorvollen Art bestes «make up!» und sorgten für eine heitere, gelöste Stimmung. Den Frauen der Frauengemeinschaft Gommiswald gelang mit viel Herzblut die perfekte Organisation der Versammlung. Auch dieser Anlass zeigte mir, welch gute Energie unter Gleichgesinnten zusammenkommen kann.

Lustvolles und begeisterndes Wirken soll die FrauenBande weiter tragen. Machen Sie mit bei den vielfältigen Anlässen wie Nachtwallfahrt, Impulstagung oder Friedensweg. Oder tragen Sie die Schätze des Kantonalverbandes hinaus zu neuen Einzelmitgliedern. Ich wünsche Ihnen dabei viel Spass und Begeisterung!

*Irene Zill, Sekretariatsleiterin*

## Impressum

impuls Nr. 63/16-2

REDAKTION:

Katholischer Frauenbund  
St.Gallen – Appenzell  
Oberer Graben 44 | Postfach 1122  
9001 St. Gallen

Telefon 071 222 45 49  
verband@frauenbundsga.ch  
www.frauenbundsga.ch

## HERZENSSACHE: WAS UNS PARTOUT NICHT AUS DEM KOPF WILL. Wolfgang Mocker



«Herzlich willkommen» mit diesen einladenden Worten eröffnete Kantonalpräsidentin Regula Senn die Generalversammlung des Katholischen Frauenbundes in Gommiswald.

Die Wahl zur neuen Verantwortlichen der Regionalvertreterinnen in die Verbandsleitung berührte mich persönlich sehr. Die Arbeit und das Engagement mit den verschiedensten Vorstandsfrauen im Frauenbund sind für mich Herzenssache. Sie ermöglichen mir einen neuen, spannenden Lebensabschnitt, eine Bereicherung für mein Herz und meine Seele.

Vor einem Jahr wurde ich zur Regionalvertreterin für die Region Gossau gewählt. Zuvor lag es mir viele Jahre am Herzen, als Präsidentin in der Frauengemeinschaft Waldkirch tätig zu sein. Viele Kontakte und persönliche Begegnungen konnten gepflegt werden, die bei mir bis heute positive Spuren hinterlassen haben. Spuren, die das Herz berühren. Die Frauengemeinschaft ist ein wichtiger Bestandteil in jedem Dorf, jeder Stadt; es werden viele ehrenamtliche Aufgaben und soziale Einsätze wahrgenommen. Diesem ehrenamtlichen Einsatz, den viele Frauengemeinschaften auszeichnen, gebührt höchste Anerkennung und Wertschätzung.

Nun steht ein neues Amt mit neuen Herausforderungen an. Die grösste davon ist, alle Regionen wieder mit Regionalvertreterinnen zu besetzen. Ebenso ist es wichtig, dass die Gruppen Junger Frauen weiterhin in den Verband eingebunden werden. Sie sind ein Teil der Zukunft des Verbandes.

Ich wünsche mir, dass wir gemeinsam unterwegs sind, um unser Frauennetz zu erweitern und unsere Anliegen und Wünsche umzusetzen.

*Alexa Sutter*  
Verantwortliche der Regionalvertreterinnen

## IMPULSE TAG FÜR TAG\*

Wir sind auf der Suche nach der Kraft, die uns aus den Häusern, aus den zu engen Schuhen und aus den Gräbern treibt.

Aufstehen und mich dem Leben in die Arme werfen – nicht erst am jüngsten Tag, nicht erst, wenn es nichts mehr kostet und niemandem mehr wehtut.

Sich ausstrecken nach allem, was noch aussteht, und nicht nur nach dem Zugebilligten. Uns erwartet das Leben. Wann, wenn nicht jetzt?

*Luzia Sutter Rehmann*

## FRAUENBUND-ANLÄSSE

### KIRCHE MIT\* DEN FRAUEN

Täglich auf der Pilgerreise dabei –  
Impulse Tag für Tag\*  
[www.kirche-mit.ch](http://www.kirche-mit.ch)

Fr – Sa | 12. – 13.08.2016

#### Nachtwallfahrt Stans – Ranft

Die Wanderung führt von Stans zum Ranft. Die Teilnehmerinnen gehen den Weg besinnlich in Stille. Dieses Jahr wird Rizpa, eine Nebenfrau des Königs Saul, vorgestellt.

**Anmeldeschluss:** Di 09.08.2016

#### Frauengemeinschaft Wittenbach

Margrit Hug-Huber  
Steigstrasse 22a | 9300 Wittenbach  
Telefon 071 290 13 00  
[margrit.hug-huber@gmx.ch](mailto:margrit.hug-huber@gmx.ch)

Do 01.09.2016 | 17.30 – 20.00 Uhr

#### St.Gallen | Botanischer Garten

#### Ein Ohr für die Schöpfung

siehe Hinweis Schöpfungszeit 2016

Mi 28.09.2016 | 14.00 – 17.00 Uhr

#### Degersheim | Katholische Kirche

#### Friedensweg

#### Degersheim – Magdenau

Einführung und Impulse erhalten Sie auf der Wanderung – verschiedene Friedenswünsche stehen auf Pfählen, welche zum persönlichen Nachdenken anregen.

**Anmeldeschluss:** Mi 21.09.2016

[angelika.heim@frauenbundsga.ch](mailto:angelika.heim@frauenbundsga.ch)  
oder Telefon 071 222 45 49

## VORSCHAU

Di 22.11.2016 | 14.30 – ca. 17.00 Uhr

#### St.Gallen | Pfarreizentrum Dom

#### Einführung für neue Leitungsfrauen

An den Hauptversammlungen finden alljährlich Rochaden bei den Leitungsfrauen statt. Mittlerweile sind die Chargen verteilt und die neuen Vorstandsmitglieder haben ihre ersten Aufgaben in den Ortsvereinen wahrgenommen.

Lernen Sie nun auch den Kantonalvorstand, das Sekretariat und die Beratungsstelle des Kantonalverbandes samt ihren Dienstleistungen kennen.

Notieren Sie sich den Termin in Ihrer Agenda schon heute. Eine persönliche Einladung wird folgen.

## AUCH DARUM STEHE ICH ZU IHR

Seit Mitte Mai läuft die Informations- und Imagekampagne der Katholischen Kirche im Bistum St.Gallen. Sie ist ein gemeinsames Projekt von Bistum und Konfessionsteil, dem Verein katholischer Kirchgemeinden Appenzell Innerrhoden und dem Verband römisch-katholischer Kirchgemeinden Appenzell Ausserrhoden. Das Katholische Kollegium hatte dazu im vergangenen November einen Rahmenkredit von 250'000 Franken gesprochen. Danach setzte sich eine Projektgruppe intensiv an die Arbeit.

Die Kampagne soll einer breiten Öffentlichkeit aufzeigen, welche wichtigen Aufgaben die Kirche in der Gesellschaft wahrnimmt. «Vielen ist heute nicht mehr bekannt, wo überall Kirche drin ist», fasst Sabine Rüthemann, Kommunikationsbeauftragte des Bistums St.Gallen, die Situation zusammen. Sechzehn Freiwillige aus dem Bistum St.Gallen werden mit einem persönlichen Statement zu «Auch darum stehe ich zu ihr...» im Mai und im September auf Grossplakaten im ganzen Bistumsgebiet zu sehen sein. Sie zeigen auf, wo sie meist ehrenamtlich für die Kirche tätig sind. Sie vertreten Entwicklungshilfe, Caritas, Paar- und Familienberatung, Stiftsbibliothek, Trauerbegleitung, Senioren- oder Jugendarbeit. So wird vermittelt, wo Kirche wichtige Leistungen in vielen gesellschaftlichen Bereichen erbringt.

Auch der Frauenbund ist mit Rita M. aus Sevelen vertreten. Auf der Homepage [www.auchdarum.ch](http://www.auchdarum.ch) unter Engagement wird das breitgefächerte Angebot des Kantonalverbandes sehr positiv dargestellt.



Bei der Kampagne handelt es sich um eine Mitmach-Kampagne. Alle sind eingeladen, Selfies von sich zu machen und mit ihrem persönlichen Statement zur Kirche auf die Website hochzuladen. Dort ist auch eine Layout-Vorlage zu finden. Wir freuen uns über viele Statements von Frauenbunds-Frauen zu «Auch darum stehe ich zu ihr...».

## SKF-IMPULSTAGUNG 2016

### Los geht's, wir machen die Welt schöner!

Freitag oder Samstag 23. oder 24. September 2016 | 08.45 – 16.45 Uhr

**Olten** | Hotel Arte, Kongresszentrum Olten

#### make up!

Der SKF lädt ein, den neuen Impuls kennen zu lernen und gemeinsam mit make up! zu starten. Make up! ist eine Haltung. Die Umsetzung wird geübt und drei Herzensanliegen werden aufgenommen: make up! mit Flüchtlingen, Care-Arbeit und Mitwelt/Schöpfung. In verschiedenen Ateliers werden Impulse aufgezeigt, Fehlendes zusammengetragen, nach neuen Ideen gesucht oder Begeisterung vermittelt. Die Impulstagung bietet gemeinsame Erfahrungen und vermittelt Material zur Umsetzung in den Ortsvereinen.

Die Tagung steht allen SKF-Frauen offen und ist kostenlos.

**Anmeldeschluss:** Montag 5. September 2016

**Anmeldung:** [www.frauenbund.ch/impulse](http://www.frauenbund.ch/impulse), [info@frauenbund.ch](mailto:info@frauenbund.ch),  
Telefon 041 226 02 20

## WILLKOMMEN IN VERBANDSLEITUNG UND KANTONALVORSTAND

**Alexa Sutter**, Waldkirch, wurde im letzten Jahr an der Generalversammlung als Regionalvertreterin der Region Gossau in den Kantonalvorstand gewählt. Nun übernimmt Alexa Sutter das Amt von Ursula Gähwiler und wird Verantwortliche der Regionalvertreterinnen. Der Kantonalvorstand wählte sie im März als neues Mitglied der Verbandsleitung.



**Romy Mattle**, Oberriet, wird neue Regionalvertreterin für das Ober- und Unterriet. Sie tritt die Nachfolge von Lily Gschwend an. Die Generalversammlung wählte sie einstimmig als neues Mitglied in den Kantonalvorstand.

Als ehemalige Vorstandsfrau der Frauengemeinschaft Oberriet kennt Romy Mattle die Frauenbundsarbeit bestens. Nun kann sie ihre Erfahrungen in der Region hilfreich einsetzen.



Wir gratulieren euch herzlich zur Wahl und danken für euer Mitdenken, Mitentscheiden und Mittragen der gemeinsamen vielfältigen Aufgaben in der Verbandsarbeit.

## DANK

**Mireille Mussak**, Oberuzwil, übernahm an der Generalversammlung 2015 das Amt der Vizepräsidentin bis zur GV 2016. Nebst ihren Hauptaufgaben als Präsidentin der Finanzkommission unterstützte sie das Präsidium mit ihrem Wissen. Für das zusätzliche Engagement im vergangenen Jahr danken wir ihr herzlich.

## VIZEPRÄSIDIUM

Die Suche nach einer Vizepräsidentin blieb weiterhin erfolglos.

Das Vizepräsidium steht deshalb in einer Vakanz. Verein und Vorstand bleiben handlungsfähig.

Wenn der Vorstand unter dem Jahr eine künftige Vizepräsidentin findet, kann sie mit beratender Stimme an den Sitzungen teilnehmen, bis sie die Generalversammlung offiziell an der nächsten Versammlung wählt.

## EINZELMITGLIEDERWERBUNG

An der Tagung 2015 mit dem Thema «Das verflixte Wort katholisch» wurden viele Schätze der Grundhaltung des Frauenbundes notiert. Aus diesen Wortspielereien wurde nun eine Werbekarte für Einzelmitglieder gestaltet. Für den Kantonalverband ist es enorm wichtig, von Einzelmitgliedern mitgetragen zu werden. Sie beteiligen sich ideell am Verbandsgeschehen und stärken ihn finanziell. Einzelmitglieder empfangen Verbands-Informationen aus erster Hand, während Kollektivmitglieder aktuelle News über den Vorstand des Ortsvereins erhalten.

Mit diesem Impuls – am Puls senden wir allen Einzelmitgliedern eine Werbekarte. Wir rufen Sie auf, aktiv Werbung zu machen, um ein neues Mitglied zu gewinnen. Wir freuen uns, wenn die Aktion auf ein grosses Echo stösst.

Mit einem «Herzlich willkommen» begrüssen wir möglichst viele neue Einzelmitglieder. Gemeinsam unterwegs mit der FrauenBande!

## KIRCHE MIT\* DEN FRAUEN

### Warum engagiere ich mich für das Projekt «Für eine Kirche mit\* den Frauen»?

Meine Biographie in dieser Kirche ist von Frauen geprägt – meiner Mutter als erste, die mich genährt hat, mir den Weg in eine Heimat mitbereitet hat in diese Welt hinein, jedoch auch zu einem Glaubenskontext. Auch wenn vieles Fragen aufgeworfen hat und fragwürdig erschien, diese spirituelle Heimat war mir wichtig. Über die Jahre entdeckte ich immer wieder – entstand für mich das Bild –, dass diese Kirche wie ein grosser Garten ist, in dem es «Beete» gibt, die bereit sind oder darauf warten, um darin zu «gärtnern», das MEINE einzubringen – manches, ohne dass ich es gesucht habe. Immer wieder hat mir dieses Mitwirken Begegnungen und Wegabschnitte geschenkt, in denen ich mit Frauen Visionen teilen und entwickeln konnte. Nie ganz auszuschliessen auch der Schmerz über die strukturellen Begrenzungen aufgrund des «Frauseins». Nichtsdestotrotz dachte ich immer wieder, dass ich mich durch diese «Dinge» nicht aus meiner Heimat im Glauben vertreiben lassen möchte. Ich möchte als Frau darin meine Möglichkeiten leben und andere in diesen kostbaren Garten mitnehmen. Ich möchte mit ihnen leben und immer wieder neu entdecken, was die Apostelin der Auferstehung, Maria von Magdala, uns gezeigt hat: Es geht, es geht weiter – wie auch immer, vielleicht anders als geglaubt, gedacht, geträumt. Damit es geht, lohnt es sich zu gehen... Deshalb bin ich froh, dass ihr Pilgerinnen und Pilger dieses Suchen nach Dialog und Gleichheit im Tun unter die Füsse nehmt. Maria von Magdala ist es, die mich schon oft aus Erschrecken und Erstarrung herausgeholt hat und mir sagt: «Entwickle, lebe und tanze deine Choreographie im Garten des Glaubens und der Kirche.»

Die Tage nach dem 2. Mai waren für mich erfüllt mit einer neuen Lebendigkeit und Freude, in dieser Gemeinschaft eingebunden zu sein. In mir sagte eine Stimme: «So könnte es sich damals an Pfingsten für die Urgemeinde angefühlt haben.» Das klingt nach und das werde ich in mir hüten, mitnehmen auf den Weg nach Rom.

## FRAUENGEMEINSCHAFT DEGERSHEIM

### Strickcafé



Wenn an jedem letzten Mittwochabend des Monats dezentes Klappern und angeregtes Plappern in Degersheim zu hören sind, dann findet im italienischen Ambiente des Café «Da Borando» das Strickcafé der Frauengemeinschaft statt.

Was im Februar 2012 begann, hat sich unter Frauen jeden Alters zu einem beliebten Treffen entwickelt, das innerhalb der Frauengemeinschaft, ja des Dorfes, nicht mehr wegzudenken ist. «Ich habe ein echtes Bedürfnis von Frauen erkannt und mit dem Strickcafé voll ins Schwarze getroffen», resümiert Bettina Weishaupt, Initiatorin und Leiterin des Strickcafés. In 42 Strickcafés haben fast 1'000 Frauen in mehr als 150'000 Minuten einander Stricktipp und Ideen für das nächste Maschenprojekt, offene Ohren und Herzen für anregende Gespräche geschenkt. Die zehn Strickcafés pro Jahr verbinden Frauen innerhalb und ausserhalb der Frauengemeinschaft, die sonst kaum so locker, gemütlich und kreativ in Kontakt kämen. Das jährliche Highlight der strickenden Frauenbande ist die Stricknacht im November, an der die Gastgeberin Tatjana und der Wirt Antonio Borando mit einem auserlesenen Buffet keine kulinarischen Wünsche offen lassen. Die Frauen ihrerseits setzen zwischen den Gängen fleissig ihre Nadeln in Bewegung, begleitet vom permanent an- und abschwellenden Geräuschpegel der angeregten Gespräche.

Das Strickcafé der Frauengemeinschaft Degersheim – eine Masche, die auch heute noch zieht, denn es wärmt Hände, Geist und Seele!

*Priska Filliger Koller  
Präsidentin Frauengemeinschaft Degersheim*

## OEKU KIRCHE UND UMWELT

**Wer ist die oeku?** Der Verein «oeku Kirche und Umwelt», wurde 1986 gegründet. Rund 600 Kirchgemeinden und Pfarreien, kirchliche Organisationen und Einzelpersonen sind Mitglied des ökumenischen Vereins. Die oeku ist von der Schweizer Bischofskonferenz und vom Schweizerischen Evangelischen Kirchenbund als Fachstelle für ökologische Fragen anerkannt. Weitere Informationen unter [www.oeku.ch](http://www.oeku.ch)

**Wann wird die Schöpfungszeit gefeiert?** Der 1. September gilt bei den orthodoxen Kirchen als Tag der Schöpfung. Der 4. Oktober ist der Gedenktag des Franz von Assisi. Zwischen diesen beiden Daten liegt die Schöpfungszeit – sie schliesst auch das Erntedankfest und den Betttag mit ein. Die Schweizer Kirchen empfehlen, diese Zeit dem Gebet für den Schutz der Schöpfung und der Förderung eines nachhaltigen Lebensstils zu widmen.

Für die römisch-katholische Kirche hat Papst Franziskus entschieden, den Weltgebetstag für die Bewahrung der Schöpfung am 1. September einzuführen.

## SCHÖPFUNGSZEIT 2016

### Schöpfungsauftakt

Do 01.09.2016 | 17.30 – 20.00 Uhr

**St.Gallen** | Botanischer Garten

### Ein Ohr für die Schöpfung

Die oeku gestaltet die Schöpfungszeit 2016–2020 mit Themen zu den fünf Sinnen. Die Reihe startet mit dem Hörsinn: Ein Ohr für die Schöpfung. Die Aufmerksamkeit richtet sich auf die Klänge der Schöpfung. Aber auch der Lärm, der die Schöpfung beeinträchtigt, soll wahrgenommen werden. Oder es gilt den Wert der Stille zu entdecken – draussen wie drinnen. Eine Arbeitsdokumentation und ein Magazin zur Schöpfungszeit 2016 können bestellt werden bei:

oeku Kirche und Umwelt, Schwarztorstrasse 18, Postfach, 3001 Bern  
[www.oeku.ch](http://www.oeku.ch)

## WEITERBILDUNGS- ANGEBOTE

Di 13.09.2016 | 09.15 – 16.45 Uhr

**Rorschach** | **SKF-Kurs**

### Kommunikation und digitale Medien

Medien auswählen, gekonnt bewirtschaften und aktuell halten – sich wirkungsvoll in Szene setzen mit einem klaren Auftritt und einer erkennbaren, selbstbewussten Handschrift

Leitung: Carmen Susanne Frei,  
Kommunikationsfachfrau

Di 18.10.2016 | 09.15 – 16.45 Uhr

**Wil** | **SKF-Kurs**

### Update – Leitungsfrauen

Vertiefung der Inhalte des Grundkurses – Ressourcen und Motivation in der Freiwilligenarbeit – Konfliktkommunikation – Erfahrungsaustausch, Lösungsfindung bei individuellen Themen

Leitung: Cornelia Schinzilarz,  
Theologin, Supervisorin

Do 27.10.2016 | 09.15 – 16.45 Uhr

**Chur** | **SKF-Kurs**

### Damit die Freude bleibt – Lust und Wertschätzung am freiwilligen Engagement

Gesundes Gleichgewicht zwischen Geben und Nehmen – Ressourcen in der Freiwilligenarbeit erkennen – Entscheidungshilfen – Prozesse brauchen Zeit

Leitung: Marie Weibel,  
Erwachsenenbildnerin