

impuls – am puls

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Im Januar befasste sich die Frauen-Bande an der Jahrestagung mit dem Thema «Burn on – der Funken springt». Die Referentin übermittelte in fünf Schritten Tipps, sich und andere Menschen zu motivieren. Nun hatte ich in den vergangenen Monaten Zeit, diese Empfehlungen wahrzunehmen.

Die Worte «müssen und sollen» habe ich aus dem Wortschatz gestrichen. Es sind Zwangswörter. Sie tun mir nicht gut. Wieviel positiver tönt es, wenn ich mich so ausdrücke: Ich will oder ich freue mich!

Mit einem weiteren Hilfsmittel – mit mir sorgsam umgehen und mir bewusst Sorge tragen – befassen sich die Herbstimpulse. Im März habe ich meine Arbeit beim Frauenbund aufgenommen. Die Zeit eines Neubeginns verlangt auch einen bewussten Umgang mit sich selber. Ich bin deshalb froh um solche Impulse. Sie lassen mich innehalten, aufhorchen und geben mir Kraft für den weiteren Weg.

Irene Zill, Sekretariatsleiterin

Ein Ort der Kraft

Die Forschungsstelle Kraftorte Schweiz macht es sich zur Aufgabe, Kraftorte zu bestimmen und zu pflegen. Nach der Lehre der Geomantie haben Kraftorte eine erhöhte Erdstrahlung, die gemessen werden kann. Die Masseinheit heisst Bovis. Ein neutraler Ort zeigt 6'500 Bovis-Einheiten (BE). Ein hochenergetischer Kraftort strahlt 18'000 BE und mehr aus. Die Begründerin dieser Forschungsrichtung ist die Schweizerin Blanche Merz.

HERBSTIMPULSE 2014



Positiver Umgang mit meinen Energien

Haben Sie das auch schon erlebt? Sie wandern durch eine Ihnen unbekannte Landschaft und plötzlich steigt ein ganz wohltuendes Gefühl in Ihnen auf? Sie wollen einfach nur stehen bleiben, wahrnehmen und staunen. Sie spüren, wie sich Ihr Herz öffnet, wie Wärme Sie durchströmt, wie innere Ruhe und Zufriedenheit einkehrt.

Haben Sie auch einen Lieblingsplatz oder speziellen Ort, den Sie gerne aufsuchen, wenn Sie Ruhe brauchen oder sich zurückziehen wollen? Gemeinsam machen wir uns auf die Spuren der Geomantie (d.h. die Kunst und alte Wissenschaft, Natur- und Ortsqualitäten zu erkennen). Kraftorte faszinieren die Menschen in allen Kulturen. Doch was macht diese Orte so speziell? Besuchen Sie mit uns den Georgenberg und Kronberg: zwei faszinierende Begehungen!

Handy, Spielkonsole, Babyfunk, Mikrowelle, WLAN, Bluetooth, usw. Ein Leben ohne diese technischen Errungenschaften können sich die meisten Menschen nicht mehr vorstellen. Doch was verbirgt sich noch hinter diesen faszinierenden Kommunikationstechnologien? Können wir diese bedenkenlos nutzen? Was machen diese technischen Frequenzen sonst noch mit uns, insbesondere auch mit unseren Kindern?

Mit diesen hochaktuellen Themen setzen wir uns tiefer auseinander. Wir werden uns bewusst, dass durch unser Denken und Handeln die Lebenskraft stärkend oder schwächend beeinflusst werden kann.

Luis Schneider, Geopathologe, wird uns mit seinem grossen Wissen und mit Hilfe verschiedener Versuche zeigen, wie die einzelnen Technologien auf die Gesundheit von uns Menschen wirken und wie wir uns schützen können. Lassen Sie sich diesen beeindruckenden und hochinteressanten Vortragsabend nicht entgehen.

Sonja Schläpfer und Team, Fachgruppe Bildung



WEITERBILDUNGS- ANGEBOT 2015

In der Beilage erhalten Sie ebenfalls das Weiterbildungsangebot 2015.

Blättern Sie die Seiten in Ruhe durch. Bestimmt hat es auch etwas für Sie dabei, das Sie anspricht. Bewährte Angebote haben ihren festen Platz. Aktuelle Zeitthemen haben wir für Sie in Kursen oder Vorträgen neu zusammengestellt. Die einzelnen Kurse können auch Mitglieder der Frauengemeinschaften belegen.

Oder nutzen Sie als Ortsverein einen Kurs und nehmen ihn in Ihr eigenes Programm auf! Gerne helfen wir Ihnen bei der Vermittlung der Referenten.

TAGUNG 2015

Der Schweizerische Katholische Frauenbund definierte als konfessioneller Verband «das Katholische» für sich. Die Frauen lebten dieses «K» in der über 100-jährigen Verbandsgeschichte in vielen Facetten. In einer Faltkarte zeigt der Frauenbund auf, wie er heute das «K» in seinem Namen versteht. Die fünf Schlüsselbegriffe sind: Erinnerung, Gemeinschaft, Spiritualität, Solidarität und Wandlung.

An der Tagung 2015 befassen wir uns ebenfalls damit. Das verflixte Wort «katholisch» ist nach wie vor ein brennendes Thema. Wir setzen uns mit diesem «katholisch» humorvoll und tief sinnig auseinander. Katharina Jost, theologische Begleiterin Kantonalverband Luzern, und Anna Maria Frei-Braun, Verbandsseelsorgerin Kantonalverband St.Gallen – Appenzell, leiten die Tagung.

Sie findet am 20.01.2015 im Andreaszentrum in Gossau statt.

Impressum

impuls Nr. 57/14-1

REDAKTION:

Katholischer Frauenbund

St.Gallen – Appenzell

Magnihalden 7, Postfach 318

9004 St. Gallen

Telefon 071 222 45 49

frauenbund.sga.verband@bluewin.ch

www.frauenbundsga.ch

ADIEU UND WILLKOMM IM KANTONALVORSTAND UND

Danke für die wertvollen Dienste



Beim Frauenbund gingen diesen Frühsommer drei langjährige Mitarbeiterinnen in Pension. Regina Zogg, Marianne Signer und Brigitte Grepper (v.l.n.r.) blicken vorwärts in ruhigere Zeiten.

Regina Zogg arbeitete 28 Jahre auf der Beratungsstelle. Sie war massgeblich für den Aufbau der Stelle verantwortlich. Vieles trägt ihre Handschrift. Über die vielen Jahre hindurch kamen unzählige Frauen in Notsituationen auf sie zu. Sie hat diese Frauen ein Stück begleitet, ihnen zugehört und Mut gegeben. Die Beratungsstelle war auch ein Rettungsanker in finanziellen Notsituationen. Regina Zogg war eine sehr geschätzte und kompetente Sozialarbeiterin.

Marianne Signer war während 12 Jahren Sachbearbeiterin auf der Beratungsstelle. Sie unterstützte die Stellenleiterin in vielen administrativen Belangen. Sie betreute unter anderem auch Klientinnen, die um eine Beratung anfragten, als erste Ansprechperson engagiert und vertrauensvoll am Telefon und Empfang.

Brigitte Grepper arbeitete im Verbandssekretariat als Sachbearbeiterin Buchhaltung. Die Zahlenwelt des Frauenbundes war ihr Metier und dort leistete sie gewissenhafte Arbeit. Ihre langjährigen Erfahrungen als Buchhalterin stellte sie dem Frauenbund während 9 Jahren zur Verfügung.

Wir danken allen drei Frauen für die geleistete Arbeit zu Gunsten der vielfältigen Sache des Frauenbundes St.Gallen-Appenzell. Wir wünschen ihnen im Ruhestand viele neue Möglichkeiten, die sie nun mit einer anderen Sichtweise angehen können.

Rücktritt Präsidentin der Finanzkommission



Marianne Schättin wurde im 2006 in den Kantonalvorstand gewählt. Als kompetente Finanzfachfrau verwaltete sie mit viel Geschick und Fachwissen die Gelder des Verbandes. Besonders sparsam ging sie mit den finanziellen Ressourcen um. Ihre klare und fundierte Führung der Finanzkommission wurde sehr geschätzt. Aber auch die sorgfältige Betreuung der Gelder für MÜTTER IN NOT waren ihr ein besonderes Anliegen. Aufgrund des Jubiläumsjahres verschob sie ihren Rücktritt um ein Jahr. Wir waren sehr froh, dass sie die zusätzliche administrative Bewältigung der Jubiläumsabrechnung noch besorgte. Die Zahlenjongleurin des Frauenbundes wurde an der Generalversammlung in Steinach mit herzlichem Applaus verabschiedet. Ein herzliches Vergelt's Gott und alles Gute für die Zukunft!

Rücktritt Kantonalvorstandsmitglied



Lilian Baumann trat 2009 als Mitglied in den Kantonalvorstand. Als Regionalvertreterin hat sie sich für die Frauengemeinschaften von Gossau und Umgebung eingesetzt. Lilian Baumann leistete mit der Taschenaktion auch einen wertvollen Einsatz im OK des Jubiläumsjahres.

Für die neue präsidentale Aufgabe in der Kinderkrebshilfe wünschen wir Lilian Baumann alles Gute.

Willkommen in der FrauenBande



Irene Zill startete im März auf dem Verbandssekretariat. Sie war mit den Vorbereitungen zur Generalversammlung gleich mit geschäftigen Zeiten konfrontiert. Ihre mehrjährigen Berufserfahrungen halfen ihr jedoch sehr bei der Umsetzung. Per Ende Mai hat sie nebst der Sekretariatsleitung zusätzlich die Buchhaltungsarbeiten übernommen. Wir wünschen Irene Zill gutes Vorwärtkommen im neuen beruflichen Umfeld.



Mireille Mussak wurde neu als Präsidentin der Finanzkommission gewählt. Aufgrund ihrer beruflichen Erfahrungen verfügt sie über beste Kompetenzen, das Amt der Finanzverantwortlichen zu übernehmen. Als aktives Mitglied des Ortsvereines Oberuzwil kennt sie sich zudem mit den Strukturen und Aufgaben der Frauenvereine bestens aus. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Mireille Mussak.



Doris Beusch übernahm am 1. Juli die Leitung der Beratungsstelle MÜTTER IN NOT. Ihr beruflicher Werdegang gibt ihr ein solides und ausgewiesenes Fundament für die Übernahme dieser verantwortungsvollen Aufgabe.

Wir heissen Doris Beusch im Mitarbeiterteam herzlich willkommen und wünschen ihr in der neuen Aufgabe viel Freude und Befriedigung.

HERBSTIMPULSE 2014

Positiver Umgang mit meinen Energien

Do 18.09.2014
14.00 – ca. 17.00 Uhr

Bahnhof Flums Treffpunkt Orte des Staunens Berschis

Kapelle St. Georgen und Lourdes-Grotte | Wanderung mit Führung

Do 25.09.2014
13.30 – ca. 16.30 Uhr

Bergstation Kronberg Kraftort Kronberg: Kraftweg – Lebensweg

Wanderung mit Führung

Do 23.10.2014 | 19.30 – 21.00 Uhr
Schänis

Der unterschätzte Strahlenstress

Nützliche Tipps und wertvolle Infos für den Alltag
Vortrag: Luis Schneider,
Geopathologe und Architekt

Do 30.10.2014 | 19.30 – 21.00 Uhr
Zuckenriet

Der unterschätzte Strahlenstress

Nützliche Tipps und wertvolle Infos für den Alltag
Vortrag: Luis Schneider,
Geopathologe und Architekt

JUBILÄUMSTASCHEN



Anlässlich des Jubiläumsjahres kreierte die Transitwerkstatt Wil eine spezielle Frauenbund-Tasche in verschiedenen Ausführungen.

Sie bietet sich an als kleines Präsent für eine gute Freundin oder als nützliche Utensilien-Bag für den Einkauf, auf Wanderungen oder Reisen. Der Frauenbund verfügt noch über einen grösseren Lagerbestand. Deshalb wurde der Verkaufspreis reduziert.

Die Tasche **kostet neu CHF 25.-** statt bisher CHF 35.-. Bestellen Sie direkt auf www.frauenbundsga.ch oder per Telefon 071 222 45 49. Gerne stellen wir Ihnen den gewünschten Artikel zu.

GEMEINSAM DURCH DIE SCHWEIZ GEPILGERT



Vor acht Jahren startete der Frauenbund St.Gallen – Appenzell das Projekt «Jakobsweg». Der Startschuss fiel in Rorschach, das Ziel lag in Genf – also quer durch die Schweiz. Diese eindrückliche Pilgerreise neigte sich anfangs Mai dieses Jahres ihrem Ende zu. Ein grosses Dankeschön gebührt Graziella Thüler, unserer zertifizierten Pilgerbegleiterin.

Das Motiv oder besser gesagt, die Motivation, sich auf eine Pilgerreise zu begeben, kann sehr vielfältig sein. Neben dem «harten Kern», der sich seit acht Jahren immer anfangs Mai auf Einladung des Katholischen Frauenbundes St. Gallen – Appenzell zusammenfand, waren auch laufend neue Gesichter auszumachen. War es für die erfahrenen Pilgerinnen jeweils ein fröhliches Hallo, verbunden mit Wiedersehensfreude, so gesellten sich die Neuen mit wohl etwas mulmigen Gefühlen hinzu. Allesamt spürte die Pilgergruppe aber die Freude, die Pilgerbegleiterin Graziella Thüler ausstrahlte. Mit ihrem ruhigen, gelassenen Wesen wusste sie stets auch die spirituelle Seite des Pilgerns zu pflegen. So stellte sie jede Etappe unter ein Motto, worüber täglich bei der persönlichen Einkehr sinniert werden durfte. Graziella Thüler wurde anfangs bei der Begleitung und Organisation von Ingrid Flammer unterstützt – seit zwei Jahren assistierte ihr Carmen Suhner.

Beten mit den Füßen

Begonnen hatte die Pilgerreise mit einer stattlichen Teilnehmerzahl von 45 im Mai 2007. Insgesamt wurden in 26 Tagesetappen 460 Kilometer und 9'100 Höhenmeter bewältigt. In den ersten Jahren war es noch keine «homogene» Gruppe, d.h. es hatte viele Teilnehmerinnen, die nur einmal mit dabei waren. Als beson-

ders eindrücklich wurden die Etappen durch die Innerschweiz bis ins Berner Oberland empfunden. Aufs Herzlichste wurden die Pilgerinnen in Emmetten von der Nidwaldner Kantonalvorstandsfrau Alice und ihren Kolleginnen empfangen, verwöhnt und auch begleitet. Am Tagesziel in Stans sorgte der bewegende Einzug zur gemeinsamen Maiandacht mit Glockengeläut für Hühnerhaut. Die liebevolle Gastfreundschaft der Stanser Vorstandsfrauen wird für die Ostschweizer Pilgerinnen unvergessen bleiben. Unter dem Motto «Schnupf gibt Pfupf» gab's später auch in Lungern OW viel zu lachen.

Schlüsselerlebnis zum Pilgern

Auf die Frage nach ihrem persönlichen Eindruck schilderte Graziella Thüler, dass diese Pilgerreise ihr Schlüsselerlebnis zum Pilgern überhaupt wurde. Nicht nur, dass sie viel dabei lernte, sondern auch, dass die Gruppe im Laufe der Jahre zu einer Gemeinschaft zusammenschmolz. Freundschaften wurden geschlossen, bewegende Gespräche wurden geführt – aber auch das Schweigen hatte immer seinen Platz. Wenn das Wetter schlecht war, so murrte niemand, es wurde einfach weitergegangen, ohne Wenn und Aber. Nicht nur Sorgen und Sörgeli wurden ausgetauscht – auch Schuhe fanden kurzfristig neue Trägerinnen oder Blasenpflaster verschafften Linderung an geplagten Stellen. Über allem steht wohl für jede Pilgerin die persönliche Bereicherung, einige Etappen auf dem Lebensweg gemeinsam gegangen zu sein. Freudig nimmt die muntere Truppe der Pilgerinnen daher zur Kenntnis, dass Graziella Thüler ihre Dienste auch weiterhin als Pilgerbegleiterin anbietet. Näheres dazu unter der Homepage: swiss-pilgerreisen.jimdo.com.

Irene Riget, Regionalvertreterin Gaster

AGENDA

Do 04.09.2014 | 14.00 – 15.35 Uhr

Sargans

Ausflug im Sarganserland

Kulturpfadführung in Sargans
Restaurantbesuch im Schloss
(fakultativ)

CHF 10.– | Nichtmitglieder CHF 15.–

Mi 10.09.2014 | 19.30 – 21.30 Uhr

Rorschach | SKF-Kurs

Vereinsrecht – Freiwilligenarbeit

Statutenfragen, rechtlicher Rahmen
in der Vereinsarbeit, Freiwilligenarbeit
Leitung: Graziella Thüler

Fr 19.09.2014 | 13.45 – 16.45 Uhr

Wil | SKF-Kurs

Soziale Netzwerke und ihre Bedeutung – auch für unsere Vereine

Einführung, Information über
Einsatzmöglichkeiten, Potential,
rechtliche Aspekte und Gefahren
Leitung: Sabine Rüthemann

Di 21.10.2014 | 09.15 – 16.45 Uhr

Altstätten | SKF-Kurs

Öffentlichkeitsarbeit

Ideen für wirkungsvolle Medienarbeit
und kreative Vereinswerbung,
Sicherheit für selbstbewussten
Auftritt des Vereins
Leitung: Carmen Frei

Mi 29.10.2014 | 19.30 – 21.00 Uhr

St. Gallen

Energie und Ökologie im Alltag

Vortrag zum Thema Energie sparen
und Ressourcen schonen
Leitung: Silvia Gemperle
CHF 10.– | Nichtmitglieder CHF 15.–

Sa 08.11.2014 | 09.00 – 12.00 Uhr

Uznach | SKF-Kurs

Als Frauengemeinschaft Gemeinde und Pfarrei mitgestalten

Was bedeutet Engagement für das
Gemeinwohl?
Leitung: Simone Curau-Aepli und
Regula Grünenfelder

SKF-Kurs

kostenlos für Vorstandsfrauen

Mitglieder CHF 100.–
Nichtmitglieder CHF 120.–

Informationen und Anmeldung

Katholischer Frauenbund
St.Gallen – Appenzell
Telefon 071 222 45 49
frauenbund.sga.veband@bluewin.ch