



## AKF – Spirituell. Sozial. Politisch.

Aargauerischer Katholischer Frauenbund

# aktuell

# 3/2024

### Das Leben feiern

Liebe Frauen

*In dieser lebendigen Vorweihnachtszeit erlebe ich Kunst als Quelle intensiver Kreativität! Überall entfaltet sie sich in bunten Farben und mitreissenden Klängen. Ob in strahlenden Gemälden, fesselnden Melodien oder mitreissenden Tänzen – Kunst bringt Freude und lässt unsere Herzen höher schlagen.*

*Die Vielfalt der Kunst berührt mich und zeigt ihre Kraft. Sie ist nicht nur Ausdruck unserer Gefühle, sondern auch eine Brücke, die uns verbindet. In einer Welt voller Herausforderungen schafft die Kunst einen Raum, in dem wir uns entfalten und gemeinsam lachen können.*

*Lasst uns diese kreativen Momente feiern! Wie die fröhlichen Klänge eines Liedes, das zum Mitsingen einlädt, ist auch die Kunst ein Aufruf, das Leben zu umarmen. Wenn wir mit Farben, Tönen und Bewegungen spielen, bringen wir Freude und Licht in unsere Herzen.*

*Ich wünsche euch, dass ihr strahlende Künstlerinnen eures Lebens seid, die die Welt mit einem Lächeln bereichern!*

*«Kunst strahlt in bunten Farben, entfacht Freude und erblüht in jedem Herzen. Sie umarmt die Träume, verbindet uns und lädt ein, das Leben in vollen Zügen zu feiern.»*

Sandra Blasucci

AKF Vizepräsidentin, Ressort Bildung

### Frauenpreis-Verleihung 2024

Mit feierlicher musikalischer Umrahmung des Ensemble Chava Consort, passend zum gesamten stimmungsvollen Ambiente des Ortes der Preisverleihung, wurde Priorin Irene Gassman am Sonntag, 10. November in der Klosterkirche Fahr der diesjährige AKF-Frauenpreis in Höhe von 20.000 Franken überreicht.



Die vorgängige Führung im Laudato si-Klostergarten fand sehr grosses Interesse.

Pia Viel begrüsst im Namen des AKF und der Frauenpreiskommission die Priorin mit ihren Mitschwestern, ihrer Familie und allen 169 anwesenden Gästen in der wunderschönen Klosterkirche. Besonders begrüsst wurden unter anderem unsere Bundespräsidentin Viola Amherd, sowie weitere VertreterInnen aus Politik, kirchlichen Organisationen und der Presse.

Vroni Peterhans leitete in eine gekürzte Fassung des von der Frauenpreisträgerin ins Leben gerufene «Gebet am Donnerstag» ein, das alle Anwesenden gemeinsam beteten und das zusammen mit dem Liedruf einen stimmungsvollen Einstieg in die Feier ermöglichte.

Anschliessend erfuhren die BesucherInnen von Pia Viel die spannende Entstehungsgeschichte des Sanitasfonds, der es heute dem AKF erlaubt, Frauen und gemeinnützige Institutionen, die sich für Frauen, Kinder und Familien einsetzen, mit dem jährlichen Frauenpreis auszuzeichnen.

Viola Amherd richtete sich mit warmherzigen Worten an die Priorin, die sie im Frühling 2023 bei der Vereidigung der Schweizer Gardisten in Rom kennen und wertschätzen gelernt habe. Mit kraftvollen Worten und Argumenten und unermüdlicher Tatkraft setze sie sich stets gegen Ungerechtigkeiten und für den Kampf um Gleichstellung ein. Seit sie vor 40 Jahren ins Kloster eingetreten sei, habe sie nie unkritisch Autoritäten gefeiert und sei weder in Furcht noch in Ehrfurcht erstarrt. Auch der AKF und SKF leiste wichtige Arbeit für den Zusammenhalt und die Unterstützung von Frauen. Sie schloss ihre Grussrede mit dem Frauenbundslogan «Gleichberechtigung. Punkt. Amen.».

Passend zur Frauenpreisträgerin und ihrem Engagement hielt Vroni Peterhans ihre stimmungsvolle Laudatio für die Benediktinerin betont als *Benedicere*, da dieser Ausdruck neben «jemanden rühmen, loben, preisen, etwas Gutes sagen» auch «segnen und weihen» bedeute. Mit der Gestaltung dieser Feier und der Teilnahme aller Anwesender werde diesem Moment auch die Würde des Segnens und Weihens gegeben. Priorin Irene Gassmann vereine mit ihrem Leben und ihrem vielfältigen Engagement genau das, was auch dem AKF wichtig sei. Sowohl Traditionelles und Bewahrendes wie auch neue Wege und Aufbrüche würden Spiritualität ausmachen und sie lebendig erhalten. In ihrem Wirken komme das Thema «Aufbruch» in spiritueller wie auch in kirchenpolitischer Hinsicht zum Tragen. Dabei vergesse sie aber nie die Lebensform der Benediktinerinnen: «*Ora et labora, bete und arbeite*». Seit 20 Jahren leite sie umsichtig die Geschicke des Klosters und positioniere dabei das Kloster Fahr als offenen Ort der Spiritualität und des Gebets. Auch persönlich äussere sie sich zu kirchlichen Fragen, gebe viele Interviews und setze Zeichen der kirchlichen Entwicklung. Über die Rolle der Frau in der Kirche habe sie eine klare Meinung. Mit «*Benedicere – du wirst gesegnet, du wirst gelobt, du wirst gerühmt, du wirst geweiht, du bist uns zum Segen geworden*» schliesst Vroni Peterhans die Laudatio.

Sichtlich bewegt nahm Priorin Irene Gassmann den Preis entgegen und bedankte sich mit emotionalen Worten für diese Auszeichnung. Sie betonte, dass der AKF damit ein sehr wertvolles Zeichen setze. Sie sei sehr dankbar für alle Mitschwestern, für ihre Offenheit und Bereitschaft, sich auf Neues einzulassen aber auch dafür, dass sie ihr manchmal Einhalt gebieten würden. Dieses Netz trage und stärke sie und gebe ihr Mut. Am Ende ihrer Dankesrede leitete die Priorin ein in das Magnificat mit dem Text von Silja Walter, das gemeinsam von allen Anwesenden gesungen wurde.

Zum Abschluss der Feier bedankte sich Pia Viel bei den zahlreichen Gästen die mit ihrer Teilnahme der Feier die nötige Wertschätzung entgegengebracht haben und bei allen, die die Preisverleihung mit ihren Worten unterstrichen, mit Musik bereichert und mit der Organisation und der Durchführung möglich gemacht haben.

Mit einem feinen Apéro, offeriert vom Kloster Fahr und dem Verein Pro Kloster Fahr, fand die Preisverleihung einen runden, mit interessanten Gesprächen versehenen Abschluss. Währenddessen gab es die Möglichkeit, sich am Verkaufstisch durch den Kauf von Muttertagsfondskarten mit Frauen und Familien in Not solidarisch zu zeigen und diese damit finanziell zu unterstützen. Die Frauenpreiskommission wurde mit einem reibungslosen Ablauf und zufriedenen Mitfeiernden entlohnt.

**Text:** Marion Schading, AKF-Frauenpreiskommission

**Fotos:** Fabiola Bachmann



## Kantonalkonferenz 2024: Verein der Zukunft

Herzlichen Dank an alle, die sich engagiert und mit wertvollen Ideen an unserer letzten Kantonalkonferenz beteiligt haben! Es ist inspirierend, gemeinsam mit euch in eine Zukunft zu blicken, die den Verein stark und attraktiv für alle Generationen macht.

Dabei stehen die neuen Herausforderungen klar im Fokus: Wie schaffen wir es, die Gemeinschaft lebendig und zukunftsorientiert zu gestalten? Wie passen wir die Strukturen den sich verändernden Ansprüchen an? Und was bedeutet das für uns alle?

Vereine, wie wir sie kennen, stehen an einem Wendepunkt. Die Menschen von heute suchen individuelle, flexible Möglichkeiten der Teilhabe – traditionelle Formen der Vereinsarbeit stossen hier oft an Grenzen. Um darauf erfolgreich zu reagieren, setzen wir im AKF auf eine innovative Denkweise: den Verein als Unternehmen zu sehen. Dies bedeutet klare Rollen, mehr Eigenverantwortung und schlanke Strukturen, um effizient und nachhaltig zu arbeiten. Der Vorstand wird zur Führungsriege, Mitglieder werden zu «Kundinnen», deren Bedürfnisse wir noch gezielter in den Mittelpunkt stellen.

Ein weiterer wichtiger Faktor ist die Digitalisierung. Sie schafft Chancen, die wir aktiv nutzen möchten: durch

Präsenz in sozialen Medien, digitale Veranstaltungen und flexible Formate, die es ermöglichen, dass sich auch jüngere Menschen angesprochen fühlen. Dabei spielt die gezielte Aktivierung unserer Netzwerke eine zentrale Rolle. Wenn jede von uns ihre Kontakte einlädt, mitzumachen und die Arbeit im AKF zu unterstützen, wird der Verein langfristig wachsen und eine starke Gemeinschaft bilden.

Diese Veränderungsprozesse lassen sich nur gemeinsam umsetzen – und wir laden euch alle herzlich ein, diesen Weg mit uns zu gehen! Bringt euch ein, diskutiert aktiv mit und teilt eure Ideen. Lasst uns zusammen den Verein so gestalten, dass er nicht nur im Heute erfolgreich ist, sondern auch eine sichere und inspirierende Zukunft vor sich hat. **Impressionen von der Kantonalkonferenz: [www.frauenbund-aargau.ch](http://www.frauenbund-aargau.ch) – Medien – AKF-Fotogalerie**

*Sandra Blasucci,  
AKF Vize-Präsidentin, Ressort Bildung*

## AKF Ehemaligen-Treffen 2024

Traditionsgemäss am Mittwoch nach dem Betttag treffen sich ehemalige AKF-Kantonalvorstands-Frauen, dieses Jahr im Reusstal. Bei ungezwungenem Gedanken- und Lebenserfahrungsaustausch über Regionen und Generationen hinaus wurde die «Frauenbande» gepflegt – schön war's!

Mit einem Audio-Spaziergang durch die wunderschöne Parkanlage des Reusspark Niederwil erkundeten wir das historische Areal. Vroni Peterhans-Suter wies ergänzend auf Sehenswertes wie den Klangweg, das Schau-gewächshaus, den Baumhoroskop-Rundgang, den Weg der Weisheiten und eben hergestellte Kunstwerke aus Schwemmholz aus der naheliegenden Reuss hin.

Und welche Überraschung: Spontan bot uns der Leiter des eigentlich geschlossenen Museums mit seiner ganzen Begeisterung eine kurze persönliche Führung zu einigen Schätzen des Museums an!

Beim Mittagessen tauschte sich die «Frauenbande» rege über vielerlei Lebensthemen aus. Jede anwesende AKF-Frau erhielt von Doris Sartor-Gächter ihr persönli-



ches Baumhoroskop. Die Präsenz von Pia Viel, aktuelle AKF-Präsidentin, wurde sehr geschätzt, liess sich doch so das «Band» zum Hier und Jetzt und zur Zukunft des Verbandes stärken.

Stichwort «Zukunft» – Zukunft des AKF-KV-Ehemaligen-treff? Die Zahl der Teilnehmerinnen nimmt stetig ab. Gründe: die Gesundheit der Älteren, die Mobilität der Pensionierten, die Arbeitstätigkeit der Jüngeren, die Aktualität der Gruppenliste, die Selbstorganisation, usw. Beschlossen wurde von den anwesenden Frauen: Bei gleichbleibendem Termin (Mittwoch nach Betttag) Mittagessen ohne Rahmenprogramm an zentralem Ort im Aargau. Einladung erfolgt durch Ausschreibung im «AKF aktuell», nicht mehr persönlich. Für 2025 stellt sich Irene Wittlin für das Organisieren zur Verfügung – merci vilmo!

*Doris Sartor-Gächter und Vroni Peterhans-Suter*

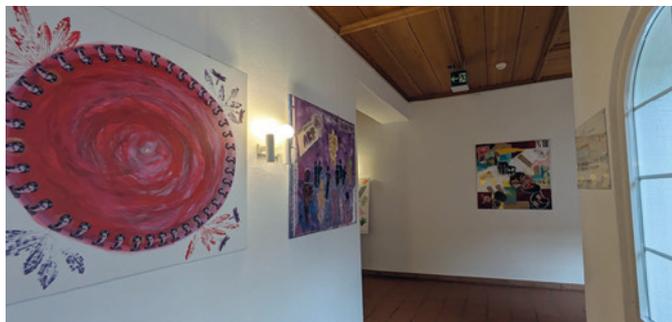


## Die kreative Kraft der AKF Frauen

Die Finissage der Kunstausstellung des Aargauischen Katholischen Frauenbundes (AKF) im Rahmen von «Kultur im Klösterli» in Bremgarten bot einen würdigen und inspirierenden Abschluss. Unter dem Motto «Kunst, Kreativität, Gemeinschaft – Kunst mit Herz» präsentierten Aargauer Frauen aus verschiedenen Ortsvereinen ihre beeindruckenden Werke.

Der Ursprung der Ausstellung liegt in der Delegiertenversammlung des Schweizerischen Katholischen Frauenbundes SKF 2023, bei der der AKF die Trafo-Halle in Baden kreativ gestaltete. Aus dieser Idee entstand die Ausstellung im stimmungsvollen Kreuzgang der Klösterli-Anlage in Bremgarten.

Ein besonderes Highlight war die Versteigerung von 21 Kunstwerken zugunsten der St.Josef-Stiftung in Bremgarten. Mit dem Erlös von 2000 Franken werden die «Traumdoktoren» der Theodora-Stiftung unterstützt, die Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen durch Clownbesuche wertvolle Momente der Freude schenken.



Die AKF-Präsidentin Pia Viel und die Projektorganisatorin sowie Vizepräsidentin Sandra Blasucci begrüßten die Gäste herzlich und luden an der Finissage zu einem feinen Apéro ein. Dieser Anlass zeigte eindrücklich, wie viel Kraft Kunst besitzt: Sie verbindet Menschen, inspiriert und schafft gesellschaftlich nachhaltige Projekte.

Ein herzliches Dankeschön an alle Frauen, die sich engagiert und diesen Anlass zu etwas ganz Besonderem gemacht haben!

*Sandra Blasucci,  
AKF Vize-Präsidentin, Ressort Bildung*

**Einige der Kunstwerke stehen weiterhin zur Versteigerung bereit und werden im monatlichen Newsletter des AKF vorgestellt. Interessierte können sich an die Geschäftsstelle wenden oder den AKF-Newsletter abonnieren, um auf dem Laufenden zu bleiben: [www.frauenbund-aargau.ch](http://www.frauenbund-aargau.ch)**

## Flohmarkt der Frauenbunde Frick und Wittnau

Aus einer spontanen Idee am Kontakttreffen in Wittnau ist ein erfolgreicher Flohmarkt entstanden. Federführend waren Béatrice Beck, Präsidentin des Frauenbundes Frick und Martha Liechti, Mitglied im Frauenbund Wittnau.

Eingeladen für einen Verkaufsstand waren vor allem Frauenbundmitglieder. Von den 16 Warenanbieterinnen haben sich auch eine kleine Hand voll «Fremde» für einen Standplatz interessiert. Der Rampartsaal in Frick bot ideale Bedingungen und Infrastrukturen.

Bereits am frühen Morgen des Flohmarkttagess herrschte emsiges Treiben. Eine Unmenge gefüllter Schachteln und Kisten mit Material wurde hereingeschleppt, drapiert und präsentiert. Und dann kurz vor dem Start die grosse Frage der Organisatorinnen und der Standbetreiberinnen: Werden viele Leute kommen?



Und wie sie kamen! Pünktlich zur Eröffnung strömten bereits die ersten Flohmarktbesucher:innen herein. Den ganzen Tag über war ein stetiges Kommen und Gehen. Manch ein Besucher

konnte ein gutes Schnäppchen tätigen und mit gut gefüllten Taschen heimkehren.

Eine kleine Kaffistube mit Kaffee, verschiedenen Getränken und einem feinen Dessert- und Sandwich-Buffer lud zum Verweilen ein. Viele Gäste beglichen die Rechnung grosszügig, denn der Erlös aus der Kaffistube wurde dem AKF Muttertagsfonds überwiesen. Es herrschte eine sehr gute Stimmung und am Ende des Tages durften die Organisatorinnen zufriedene Verkäuferinnen verabschieden.

*Martha Liechti, Frauenbund Wittnau*

## Unterwegs zur Krippe

### *Maria und Josef machen sich auf den beschwerlichen Weg nach Bethlehem.*

*Sie wissen, die Geburt ihres Kindes steht bevor. Was wird wohl werden? Schaffen wir diesen langen Weg? Welchen Gefahren setzen wir uns aus? Kommen wir rechtzeitig an? Finden wir Schutz für Maria, wenn die Geburt naht?*

*Ihr Esel gibt ihnen Zuversicht. Er trägt ihre Lasten und wird Maria auf seinem Rücken tragend den Weg etwas erleichtern.*

*Grosse Hoffnung und Kraft schöpfen sie aus den Worten des Engels Gabriel: «Bei Gott ist nichts unmöglich!» Dieser Satz nahm Marias Zweifel bei der Verkündigung und sie sagte voll Vertrauen Ja. Aus diesen Worten schöpfen sie nun auch die Kraft, vertrauensvoll und hoffnungsvoll auf ihren Weg zu gehen.*

*So dürfen auch wir voller Hoffnung durch die Adventszeit gehen und immer wieder auf Gott vertrauen.*

Berta Lammer



Bild: Aus der Aarauer Krippe in der Kath. Kirche Peter und Paul

Immer im Advent werden Szenen aus der Advents- und Weihnachtsgeschichte dargestellt. Jede Woche wechselnde Bilder, die zur Besichtigung einladen.



**Unterwegs** *Unterwegs in Unsicherheit und Schritt für Schritt sicherer werden  
Unterwegs in unruhigen Zeiten und darin die Ruhe bewahren  
Unterwegs in Erwartung und erfahren  
begleitet und geborgen zu sein  
Unterwegs in Hoffnung auf das Wunder des Lebens des Friedens, der Verwandlung  
Unterwegs im Dunkeln um das Licht zu finden*

Caroline Küng

### *Weihnachten spüren*

*In der Adventszeit unterwegs sein, zur Krippe.  
Ankommen. Licht. Wärme. Weihnachten spüren.  
Ich spüre immer wieder in meinem Leben Adventszeit,  
bin auf dem Weg und suche, suche die Krippe.  
Manchmal finde ich dort Lösungen, manchmal Hilfe,  
manchmal kleine Schätze, manchmal gute Ideen,  
manchmal Heilung, manchmal ein offenes Ohr,  
manchmal das letzte Puzzleteil, manchmal...  
und dann spüre ich Weihnachten, Licht und Wärme.  
Es lohnt sich, in der Adventszeit unterwegs zu sein.  
Einmal kommst du an und spürst Weihnachten.*

Martha Liechti



Fotos: Caroline Küng, Martha Liechti und Berta Lammer, Fachgruppe Spiritualität

## AKF Team- und Mitarbeiterinnen-Anlass

**Am 4. September trafen wir uns zum diesjährigen Team-Anlass in Wohlen - ein gelungener Nachmittag!**

Es begann mit einem Besuch im Claro Fair Trade Laden, wo uns Lilo Veraguth durch die verschiedenen Produkte und die Philosophie von Fair Trade führte. Dabei erhielten wir interessante Einblicke in die nachhaltigen und ethischen Produktionsprozesse hinter den angebotenen Waren und konnten direkt erfahren, wie wichtig fairer Handel für die Unterstützung von Produzenten in Entwicklungsländern ist.

Nach der Führung machten wir uns auf den Weg zum Restaurant «Leo» im Chappelhof, wo der Anlass in entspannter Atmosphäre fortgesetzt wurde. Zuerst tauschten sich die Fachgruppen über vergangene und anstehende Anlässe sowie aktuelle Themen und Herausforderungen aus. Zum Abschluss und als Dank verteilte Pia Viel allen einen Energie- und Entspannungs-Tee sowie eine Handcreme. Damit wünscht sie allen, weiterhin viel Elan, Gelassenheit und reibungslose Abläufe beim wertvollen Engagement im AKF.

Den Abschluss des Tages bildete ein gemütliches Abendessen, bei dem wir mit verschiedenen saisonalen und regionalen Köstlichkeiten überrascht wurden.

Es war ein rundum gelungener Anlass, der nicht nur in-



teressante Einblicke in die verschiedenen Fachgruppen bot, sondern auch den Zusammenhalt im Team förderte. Ein herzliches Dankeschön für die Organisation dieses tollen Anlasses – wir freuen uns schon auf den nächsten gemeinsamen Event!

*Jolanda Wüstner, AKF Kantonalvorstand*



## Einzelmitglieder-Anlass 2024

**Im Modemuseum in Uerkheim trafen sich 17 AKF-Frauen zum diesjährigen Einzelmitglieder-Anlass. Gespannt warteten wir vor dem Eingang an der strahlenden Herbstsonne darauf, was wir wohl an diesem Nachmittag sehen und erfahren werden.**

Frau Wieland und ihr Mann erwarteten uns bereits. Mit grosser Leidenschaft und Hingabe hat das Ehepaar Wieland in einer ehemaligen «Kirche» in Uerkheim das Modemuseum errichtet und unzählige Kleidungsstücke aus 150 Jahren gesammelt. Mit Begeisterung führte uns Frau Wieland durch die Ausstellung – 150 Jahre Modegeschichte – und wusste zu beinahe jedem Kleidungsstück eine amüsante Geschichte zu erzählen.

Die Entwicklung der Mode ist in diesen Jahren sichtbar ständig fortgeschritten. Kaum vorstellbar, wie frau sich vor 150 Jahren im engen Korsett bewegen und dabei noch atmen konnte. Frauen haben sich schon immer für Mode interessiert. Viele Kleidungsstücke wurden in aufwändiger Handarbeit mit viel «Know-how» und Kreativität für die ganze Familie selber hergestellt.



In den Klöstern gab es zu dem ganz viel «Handarbeits-Wissen». So gab es auch kunstvolle Stickereien zu betrachten. Die St. Galler-Spitze wird heute noch von grossen Namen in der Modewelt verarbeitet. Um 1900 gab es die ersten Mode-Magazine. Die Mode musste sich noch zu dieser Zeit in Grenzen halten und durfte nicht überborden. So enthielten die Mode-Heftli jeweils Artikel zu den 3 K's: Kinder, Kirche und Küche –

sonst erlaubte der Herr des Hauses das Abo des Magazins nicht! Im Laufe der Zeit hat sich der Modeteil immer mehr ausgebaut und es entstanden reine Mode-Magazine. Frauen bauten ihre eigenen Mode-Labels auf. So gab es auch im Aargau einige namhafte Couturières. Es war sehr interessant und eindrücklich zugleich. Den Anlass liessen wir im hauseigenen Bistro des Modemuseums bei Kaffee und Kuchen ausklingen.

*Fotos Einzelmitglieder-Anlass: Silvia Flury  
Text: Silvia Flury, AKF-Geschäftsstelle*



# AKF Frauen stellen sich vor ..

## Carmela D'Angelo Manzo

**Wohnort: Bremgarten**

### Seit wann bist du mit dem AKF verbunden?

Seit über 15 Jahren...

### Was ist deine Aufgabe im AKF?

Neu engagiere ich mich in der AKF-Frauenpreis-Kommission.

### Wie / Wann kamst du zum AKF?

Früher durch die Kath. Frauengemeinschaft in Bremgarten und jetzt neu durch meine Freundin Jolanda, die schon in der AKF-Frauenpreis-Kommission tätig ist.

### Erzählst du uns, was deine Aufgabe im AKF ist?

In der AKF-Frauenpreis-Kommission suchen wir Frauenprojekte im Aargau und schlagen diese dem Kantonalvorstand zur Wahl für den Frauenpreis oder für Spenden vor. So ehrt und unterstützt der AKF diese Projekte.

### Was macht dir an deinem Job am meisten Spass?

Mit den Kindern zu arbeiten. Ihre Offenheit, Unbeschwertheit, Kreativität und ihre Gabe im Hier und Jetzt zu sein. Das Vertrauen, das sie mir jedes Mal schenken und ihre Augen, die voller Freude glänzen. All das ist für mich die grösste Belohnung in meinem Job.

### Was war das Highlight des vergangenen Jahres für dich?

Die Mailand-Reise mit meinen Töchtern und einige Kundenaufträge für individuelle Karten zu gestalten.

### Was darf in deinem Urlaubskoffer nie fehlen?

Pullover, lange Hosen, ein paar Socken und Jacke sowie Malblock und Stifte.

### Gibt es etwas, das dir Sorgen macht?

#### Was dürfte besser laufen?

Der Krieg! Die Solidarität zwischen den Menschen dürfte stärker sein!

### Welches Projekt möchtest du unbedingt noch in Angriff nehmen?

Wieder intensiver Bilder zu malen.

### Was wolltest du dem AKF oder den Mitgliedern schon immer mal sagen?

Es ist wirklich schön zu sehen, wie viele Frauen sich zusammenschliessen, um anderen Frauen zu helfen! Diese Solidarität und Unterstützung schaffen eine starke Gemeinschaft und Bande zwischen den Frauen. Deshalb DANKE!



### Wenn du eine Sache auf der Welt verändern dürftest: Was wäre das?

Wohlstand für alle Menschen auf der Welt ist ein wichtiges Ziel, das wirtschaftliche, soziale und gesundheitliche Aspekte umfasst.

### Für was bist du im Leben sehr dankbar?

Gesundheit, meine Familie, Freunde, die wunderbare schöne Natur, die wir hier haben. Und in einem friedlichen Land zu leben.



*Wir danken dir ganz herzlich für die Beantwortung der Fragen.*



Interview: Silvia Flury, AKF-Geschäftsstelle

## VORSCHAU

**Mittwoch, 26. März 2025**  
**«AKF-Delegiertenversammlung»**  
 ab 18.00 Uhr in Baden

## VORSCHAU

## FRÜHHLINGS-SPIRITUALITÄT

für unsere Vereine – Impulse für Frauen-Feiern  
 «Der Seele Flügel geben»  
**Mittwoch, 12. März in Frick / Infos folgen**

## WELTGEBETSTAG

**am 7. März 2025**

**«Wunderbar geschaffen»  
 COOKINSELN**

## Vorbereitungstagungen:

11. Januar in Wettingen – Region Baden-Zurzach  
 18. Januar in Suhr – Region Aarau  
 in Stein – Region Fricktal  
 hat am 9. November stattgefunden.

**Informationen zu allen Anlässen  
 und Anmeldungen:**

**AKF Geschäftsstelle**  
 056 668 26 42  
 info@frauenbund-aargau.ch oder  
 www.frauenbund-aargau.ch

**Frauenfilm**  
**im Kino Odeon Brugg**  
 zum Internationalen Tag der Frau

**Samstag, 8. März 2025**

**Ein Abend unter Frauen –  
 Ein Abend unter Freundinnen**

Ein europäischer thematisch passender Film mit  
 anschliessendem Filmgespräch / Podium.

Anschliessend Zusammensein und Weiter-  
 diskutieren beim gemeinsamen Apéro im Bistro

Weitere Informationen folgen!

**Anmeldung bis 14. Februar an:**

**AKF-Geschäftsstelle Baden**

**SKF-Kurs:**

**Vieles ist Kopfsache –  
 vital unterwegs  
 mit Veränderungen**



**Donnerstag, 13. März 2025**

**08.30 - 12.30 Uhr**

**Kath. Kirchenzentrum St. Nikolaus Brugg  
 Grosser Pfarreisaal**

In diesem Kurs lernen Teilnehmende Strategien  
 kennen, sich Veränderungen positiv zu stellen,  
 Veränderungen als Chancen zu erkennen und  
 ihnen flexibler und stressfreier zu begegnen und  
 wissen Bescheid, wie Gewohnheiten entstehen  
 und wie sie uns beeinflussen.

**Anmeldung bis 27. Februar an:**

**AKF-Geschäftsstelle Baden**

<b>AGENDA:</b>	11. Jan.	Vorbereitungstagung Weltgebetstag Region Baden-Zurzach
	18. Jan.	Vorbereitungstagung Weltgebetstag Region Aarau
	18. Jan.	Lenzburger Tagung der Frauenzentrale
	23. Jan.	Kontakttreffen der Region Norden in Kaisten
	23. Jan.	Kontakttreffen der Region Süden / Westen in Kulm
	24. Feb.	AKF-Mitarbeiterinnen-Anlass mit Fachgruppen-Austausch
	07. März	Weltgebetstag der Frauen – COOKINSELN
	08. März	Frauenfilm im Kino Odeon Brugg zum Internationalen Tag der Frau
	12. März	Frühlingsspiritualität für unsere Vereine – Impulse für Frauenfeiern
	13. März	Kurs «Vieles ist Kopfsache – vital unterwegs mit Veränderungen»

**Was hast Du zu berichten? Wir freuen uns auf deine Geschichte!**

**Redaktionsschluss für das nächste AKF aktuell 1/2025 ist der 30. März 2025**

## Impressum:

**aktuell**, Informationsblatt des Aarg. Kath. Frauenbundes

Redaktion/Gestaltung: Silvia Flury und Bea Paolini, AKF-Geschäftsstelle, 5400 Baden, Tel. 056 668 26 42, info@frauenbund-aargau.ch  
 www.frauenbund-aargau.ch

Druck: Bürli AG, Döttingen, Druck · Kommunikation · Medien