SKFLuzern
stärkt und vernetzt Frauen

Jahresprogramm 2024

«Wer glücklich sein will, braucht Mut: Mut zur Veränderung, neue Brücken zu bauen, alte Pfade zu verlassen und neue Wege zu gehen.»

JANUAR

Geistliche Begleiterin – eine vielseitige Funktion

Die geistliche Begleitung hat beim SKF Tradition. Primäre Aufgabe ist es, die Frauengemeinschaften zu unterstützen und auf ihrem Weg zu begleiten. Der Kurs zeigt dir die Vielfalt der möglichen Aufgaben der geistlichen Begleiterin und stärkt dich in der Ausübung dieser Funktion.

Datum Sa, 27.1.
9.15–16.45 Uhr
Leitung Silvia Huber
Ort Kasernenplatz 1, Luzern
Angebot für alle SKF-Frauen ⓘ
Anmeldung sekretariat@skfluzern.ch
www.skfluzern.ch

FEBRUAR

Valentinstag am 15. – ein Abend für Paare zum Thema «Vergänglichkeit»

Ein Abend zum Geniessen…, mit Musik…, mit gelesenen Texten der Weltliteratur…, um sich als Paar auszutauschen…, mit kleiner kulinarischer Überraschung…
Vergänglich ist unser Leben, aber nicht spurlos geht es vorüber. Was hat uns geprägt, wie haben wir Partnerin / Partner mitgeprägt? Welche Spuren hinterlassen wir gemeinsam? Was soll möglichst unsere Vergänglichkeit überdauern?

Datum Do, 15.2. | 19.30–21.30 Uhr
Leitung Christine und Andreas Wissmiller Guarise
Ort Pfarreizentrum Maria von Magdala Willisau
Angebot für alle SKF-Frauen mit Partnern
Information www.prrw.ch
Anmeldung bis Fr, 9.2. Kath. Pfarramt, Müligass 6, 6130 Willisau, 041 972 62 00, andreas.wissmiller@prrw.ch

Führungskompetenz – stärken und motivieren

Du vertiefst dein Wissen im Bereich Vereinsführung, reflektierst deine eigenen Fähigkeiten und Führungskompetenzen und lernst, diese motiviert zu nutzen. Anhand praxisnaher Beispiele diskutierst du deine Vorstandstätigkeit mit anderen Vorstandsfrauen und erarbeitest kreative Lösungsansätze für die zahlreichen Herausforderungen der Freiwilligenarbeit.

Datum Sa, 24.2.
9.15–16.45 Uhr
Leitung Regula Kuhn-Somm
Ort Kasernenplatz 1, Luzern
Angebot alle SKF-Frauen ⓘ
Anmeldung sekretariat@skfluzern.ch
www.skfluzern.ch

Digitale Zusammenarbeit – praktisch und effizient vernetzt (ohne Basiswissen)

Die Digitalisierung bringt zahlreiche Veränderungen und Möglichkeiten im Bereich der Freiwilligenarbeit mit sich. Ob ein Verein erfolgreich in das neue Zeitalter geht, hängt davon ab, wie er die Herausforderungen der Digitalisierung meistert und sich an die neuen Gegebenheiten anpassen kann.

Datum Mo, 26.2.
18–21 Uhr
Leitung Danielle Cotten
Ort Kasernenplatz 1, Luzern
Angebot alle SKF-Frauen ⓘ
Anmeldung sekretariat@skfluzern.ch
www.skfluzern.ch

ⓘ Kursbedingungen siehe letzte Seite

MÄRZ

Weltgebetstag: « … durch das Band des Friedens» – Liturgie aus Palästina

Der Weltgebetstag ist Teil einer weltweiten Bewegung von Frauen aus vielen christlichen Traditionen. Am ersten Freitag im März kommen sie zum Feiern zusammen. Durch die Gemeinschaft des Betens und Handelns sind die Frauen auf der ganzen Welt miteinander verbunden.

Datum Fr, 1.3.
Ort in deiner Pfarrei
Information www.wgt.ch

Date in der Zimmerei – «Zäme am Hus vo de Liebi baue»

Einen Abend zum Geniessen, die Atmosphäre in der Zimmerei, die Musik, die Geschichten und den Liebestrunk. Zeit zu zweit, um sich von Paargeschichten inspirieren zu lassen, die im Jahr 2022 in der Deutschschweiz gesammelt wurden. Dieses «Date» zimmert am Beziehungshaus. Schafft Bezüge, gibt Impulse, was uns das Handwerk in der Zimmerei, das Holz mit in den Beziehungsalltag gibt.

Datum Do, 7.3. | 19.30–22 Uhr
Mitwirkung Musiker «üs drü», Kolping Familie Hochdorf, Nicole Riedo, Thomas Villiger-Brun
Ort Tschopp Holzbau AG, an der Ron 17, Hochdorf
Kosten Fr. 60.–/Paar
Information www.kirchlich-heiraten.lu/Impulsangebote
Anmeldung fachbereiche@lukath.ch
041 419 48 38

Delegiertenversammlung des SKFLuzern

Sei dabei und bestimme mit. Delegierte aus den Ortsvereinen des SKFLuzern, Einzelmitglieder und geladene Gäste treffen sich zur DV.

Datum Di, 19.3. | 18.30–21.45 Uhr
Ort Arche, Dagmersellen
Anmeldung sekretariat@skfluzern.ch
www.skfluzern.ch

APRIL

Frauenstadtrundgang: «Abgebrannt»

Frauenstadtrundgänge sind aussergewöhnliche Entdeckungsreisen durch die Geschichte Luzerns. Auf diesem Rundgang wird die bemerkenswerte Biografie einer verurteilten Brandstifterin, Arbeiterfrau und Mutter verfolgt. Ausgestattet mit Requisiten und Bildern aus früheren Zeiten werden bekannte und versteckte Ecken der Stadt besucht.

Datum Do, 25.4. | 17 Uhr
Leitung Frauenstadtrundgänge Luzern
Ort Vorplatz Kapo, Kasimir-Pfyffer-Str. 26, Luzern
Angebot Einzelmitglieder und alle SKF Frauen
Anmeldung sekretariat@skfluzern.ch
www.skfluzern.ch

Info(halb)tag für Vorstandsfrauen der Ortsvereine und Kantonalverbände

Du bist neu im Vorstand eines Ortsvereins? Damit bist du Teil eines schweizweiten Netzwerks aus über 120'000 Frauen. Am Info(halb)tag lernst du sämtliche Dienstleistungen kennen, mit welchen der Dachverband seine Mitglieder unterstützt, und triffst die Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle.

Datum Sa, 27.4.
9–12.30 Uhr
Leitung Team SKF Geschäftsstelle
Ort SKF Geschäftsstelle, Kasernenplatz 1, Luzern
Angebot für alle aktiven SKF-Vorstandsfrauen
Anmeldung info@frauenbund.ch
www.frauenbund.ch

MAI

Regionale Vorständetreffen: «Neue Strukturen der Freiwilligenarbeit»

Wir nehmen dich mit, die Strukturen deines Ortsvereins zu hinterfragen und für neue Formen der Freiwilligenarbeit fit zu machen. Der interaktive Input leitet dich an, die Partizipation und Mitsprachemöglichkeit aktiv zu fördern. Auch für die Vernetzung beim Apéro wird genügend Zeit eingeräumt.

Datum Do, 2.5., Wolhusen
Mo, 6.5., Römerswil
Di, 7.5., Littau
jeweils 19.30–22 Uhr,
Leitung Regula Kuhn-Somm
Angebot für alle aktiven SKF-Vorstandsfrauen
Anmeldung sekretariat@skfluzern.ch
www.skfluzern.ch

Delegiertenversammlung SKF Schweiz (Dachverband)

Neu schöpfen unsere gewählten Delegierten unsere Stimmkraft aus und vernetzen sich mit Frauen aus der ganzen Schweiz. Delegierte, Einzelmitglieder des SKF Schweiz, Gäste und Interessierte treffen sich zur Delegiertenversammlung des SKF Schweiz.

Datum Sa, 25.5. | ganzer Tag
Ort Titthof in Chur
Angebot für Delegierte des SKFLuzern und interessierte SKF-Vorstandsfrauen
Anmeldung info@frauenbund.ch
www.frauenbund.ch

JUNI

Übergangszeiten – wie der Frosch in Märchen passt

Die Zeit der Sommersonnwende birgt besondere Kräfte, auch Mythen umweben Übergangszeiten. Du kommst in den Genuss eines Erzählabends, bei schönem Wetter im Freien. Du kannst ungezwungen zuhören oder dich interaktiv beteiligen. Beim Apéro klingt der Geschichtenabend aus.

Datum Mi, 19.6.
19–21 Uhr
Leitung Moni Egger
Ort Abendweg 1, Luzern
Angebot Einzelmitglieder und SKF-Frauen
Anmeldung sekretariat@skfluzern.ch
www.skfluzern.ch

AUGUST

Grundkurs Kinderliturgie

In vielen Pfarreien / Pastoralräumen gibt es Kleinkinderfeiern (Vorschulalter) und / oder Kinderfeiern. In diesen Gottesdienstfeiern steht eine Bibelstelle im Mittelpunkt und wird mit Blick auf das Leben der Kinder gedeutet. Diese Feiern tragen zur Förderung der religiösen und sozialen Entwicklung von Kindern bei. Du lernst die wichtigsten Grundlagen kennen.

Datum Sa, 17.8. | 9–16.45 Uhr
Leitung Maya Bieri-Odermatt, Thomas Villiger-Brun
Ort Klosterherberge Baldegg
Kosten Fr. 120.– (inkl. Mittagessen)
Information www.lukath.ch
Anmeldung fachbereiche@lukath.ch
041 419 48 38

SEPTEMBER

Impulstag Frauenbande 2.0

Unsere Gesellschaft wandelt sich und mit ihr die Rolle der Frau, das Ehrenamt und die Erwartungen an die Kirche. Das spiegelt sich auch im Vereinsleben wider. Wir sind gewappnet: Für die Freiwilligenarbeit. Für ein sichtbares Frauennetzwerk. Für Frauen, die die Welt gestalten – #wirwirkenweiter.

Datum Sa, 14.9. | ganzer Tag
Ort noch unbekannt
Angebot für alle aktiven SKF-Vorstandsfrauen
Anmeldung info@frauenbund.ch
www.frauenbund.ch

Aus Liebe ins «Rudern» kommen – als Paar unterwegs

Eine Liebesbeziehung ist wie eine Kanutour. Zwei steigen ins Boot und sind gemeinsam unterwegs. Wo soll es hingehen? Wer übernimmt, wann, das Steuer? Finden wir unser Tempo? Was, wenn es Herausforderungen gibt? Ein Morgen für Paare, aktiv und inspirierend, mit Impulsen zur Partnerschaft und einer etwa zweistündigen Ausfahrt als Paar im Kanu auf den Vierwaldstättersee.

Datum Samstag im September | 9–14.30 Uhr
Leitung Simone Tanner, Thomas Villiger-Brun, Regina Kelter
Ort Kanu-Club Luzern, Alpenquai 35, Luzern
Kosten Fr. 80.– / Paar
Information www.lukath.ch oder www.pfarrei-huenenberg.ch
Anmeldung fachbereiche@lukath.ch
041 419 48 38

OKTOBER

Rundgang im Haus der Religionen in Bern

Gespickt mit Anekdoten des interkulturellen Zusammenlebens werden während eines Rundgangs die Grundidee und die Geschichte des Hauses der Religionen in Bern erzählt. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, den Austausch bei Kaffee und Kuchen zu pflegen.

Datum Do, 24.10. | Führung um 13.30 Uhr
Ort Haus der Religionen, Europaplatz 1 in Bern
Kosten Die individuelle Reise nach Bern und zurück ist Sache der Teilnehmerinnen.
Angebot für Einzelmitglieder, alle SKF-Frauen
Anmeldung sekretariat@skfluzern.ch
www.skfluzern.ch

Info(halb)tag für Vorstandsfrauen der Ortsvereine und Kantonalverbände

Du bist neu im Vorstand eines Ortsvereins? Damit bist du Teil eines schweizweiten Netzwerks aus über 120'000 Frauen. Am Info(halb)tag lernst du sämtliche Dienstleistungen kennen, mit welchen der Dachverband seine Mitglieder unterstützt, und triffst die Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle.

Datum Mo, 28.10.
13.30–17 Uhr
Leitung Team SKF Geschäftsstelle
Ort SKF Geschäftsstelle, Kasernenplatz 1, Luzern
Angebot für alle aktiven SKF-Vorstandsfrauen
Anmeldung info@frauenbund.ch
www.frauenbund.ch

NOVEMBER

Woche der Religionen

In der ersten Novemberwoche hat die «Woche der Religionen» ihren festen Platz in der interreligiösen Agenda. Rund 100 Veranstaltungen laden jährlich zu Begegnung und Dialog zwischen den in der Schweiz ansässigen Religionen und Kulturen ein. Organisiert wird die Woche vom interreligiösen Netzwerk IRAS COTIS oder von deinem Ortsverein.

Datum Fr, 8.11.–Sa, 16.11.
Ort an verschiedenen Orten in der Schweiz
Angebot für alle SKF Frauen
Information www.wdr-sdr.ch

Storytelling – Inhalte als packende Geschichten

Die Vorliebe für Geschichten können wir für unsere Vereinszwecke nutzen. Das Internet und die technologischen Möglichkeiten haben zu einer regelrechten Informationsflut geführt. Um die Aufmerksamkeit unserer Zielgruppen zu gewinnen, müssen wir packend kommunizieren. Gute Kommunikationsarbeit für den Verein spiegelt immer auch seine Mission wider und berücksichtigt die Interessen seiner Zielgruppen.

Datum Sa, 23.11.
9–16.30 Uhr
Leitung Claudia Sedioli Maritz
Ort Kasernenplatz 1, Luzern
Angebot für alle aktiven SKF-Vorstandsfrauen ⓘ
Anmeldung sekretariat@skfluzern.ch
www.skfluzern.ch

Präsidentinnenkonferenz SKFLuzern

Nimm am Austausch mit Präsidentinnen, Kontaktfrauen und Vorstandsfrauen aus den Ortsvereinen und dem Kantonalverband SKFLuzern teil – baue dein Netzwerk auf.

Datum Mo, 25.11. | 18.30–21.30 Uhr
Ort Luzern
Angebot für Präsidentinnen und eine Begleiterin
Anmeldung sekretariat@skfluzern.ch
www.skfluzern.ch

ⓘ Kursbedingungen siehe letzte Seite

HOLANGEBOTE DES SKFLUZERN UND DES SCHWEIZERISCHEN KATHOLISCHEN FRAUENBUNDES

Inhaltlich konzipierte Weiterbildungs- oder Beratungsangebote, die von interessierten Ortsvereinen bei der Geschäftsstelle angefordert werden können.

Frauen machen Gottesdienst

Neue Impulse, Themen, Ideen, Grundlagen, Bibelarbeit … Ein Angebot für Liturgiegruppen und einzelne Frauen, die im Rahmen der SKF-Ortsvereine (Frauen-)Gottesdienste gestalten.

Wir sind … ein bisschen … sicher nicht … schon – aber anders … selbstverständlich … nicht mehr … katholisch.

Im Ortsvorstand gemeinsam das Wort «katholisch» durchleuchten, erfahren, wie der SKF «katholisch» versteht und daraus entwickeln, wie der Ortsverein das Wort «katholisch» für sich definieren will.

Coaching für Vorstände der SKF-Ortsvereine

Dieses Holangebot «Vereinscoaching» ist für Vorstände der Ortsvereine. Es kann in Form eines Coachings, eines Happy Days oder einer Klausurtagung/Zukunftswerkstatt angefordert werden. Vertrauen, Wertschätzung und Diskretion werden zugesichert.

Detaillierte Informationen zu den Holangeboten: www.skfluzern.ch oder www.frauenbund.ch

SKF-KURSE ZUR MODULAREN WEITERBILDUNG «SKF FÜHRUNGSKOMPETENZ VEREINSWESEN»

Bei der Teilnahme an Kursen «Vereinsführung Basiskurs», «Führungskompetenz», «Führungshaltung», «Teammanagement», «Konfliktmanagement», und «Rhetorik» erlangst du das SKF-Zertifikat «Führungskompetenz Vereinswissen».
Jeder Kurs dauert einen Tag. Nach dem Abschluss aller sechs Kurse und einem Nachweis von mindestens zwei Jahren Vorstandsarbeit erhältst du das SKF-Zertifikat. In den sechs Modulen erarbeitest du Kompetenzen und Fähigkeiten, die es dir ermöglichen, einen Verein zielorientiert zu führen. Das Zertifikat bietet einen systematischen Überblick über Kursinhalte und von dir erworbene Kompetenzen und Fähigkeiten.
Es kann auch im beruflichen Kontext als Leistungsnachweis verwendet werden.

Sämtliche SKF-Kurse in der ganzen Schweiz stehen dir kostenlos zur Verfügung. Nutze die Gelegenheit, dich weiterzubilden und Teil eines grossen Netzwerkes zu sein.

Weitere interessante Kurse zum Vereinswissen (z.B. Vereinsfinanzen, Revision etc.) sowie zu aktuellen Themen wie z.B. digitale Zusammenarbeit, Kommunikation und Social Media sind im Bildungskalender 2024 vom SKF Schweiz aufgeführt.

Detaillierte Informationen unter www.frauenbund.ch

KOSTEN UND KURSBEDINGUNGEN

Die Anmeldung ist jeweils bis 3 Wochen vor dem Kursbeginn möglich.

	Einzelmitglieder	Nichtmitglieder	Vorstandsmitglied
Tageskurse	Fr. 100.–	Fr. 200.–	gratis
Halbtageskurse	Fr. 50.–	Fr. 100.–	gratis

Kursabmeldungen sind mit administrativem Aufwand verbunden.
Bei Abmeldungen nach Anmeldeschluss wird ein Unkostenbeitrag von Fr. 50.– in Rechnung gestellt.

«FRAUENBANDE 2.0»

«Frauenbande 2.0» katapultiert den Schweizerischen Katholischen Frauenbund in die Zukunft. Unsere Gesellschaft wandelt sich und mit ihr die Rolle der Frau, das Ehrenamt und die Erwartungen an die Kirche. Das spiegelt sich auch im Vereinsleben wider.
Wir sind gewappnet für die Veränderung und halten Schritt: für Freiwilligenarbeit, die inspiriert. Für ein Frauennetzwerk, das auch im Netz sichtbar ist.
Für Frauen, die die Welt gestalten – #wirwirkenweiter.

SKFLuzern
stärkt und vernetzt Frauen

Kantonalverband des Schweizerischen Katholischen Frauenbundes
Abendweg 1 | 6006 Luzern | Telefon 041 210 90 77
sekretariat@skfluzern.ch | www.skfluzern.ch | IBAN CH95 0900 0000 6000 2840 8

Öffnungszeiten: Dienstag und Donnerstag, 9–12 Uhr und 13.30–16.30 Uhr