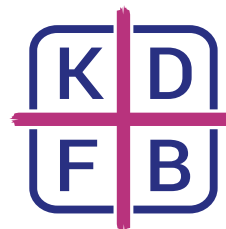


DIÖZESANVERBAND AUGSBURG



Katholischer
Deutscher
Frauenbund

VERANSTALTUNGEN

Herbst | Winter

2026/27





Alle Veranstalt-
ungstitel sind direkt
verlinkt – einfach
antippen/anklicken!



September 2026

MONTAG
21.9.

9.30–16 Uhr

Bildungstag der Landfrauen im Bezirk Dillingen ↗

Besuch der Stiftung Schwainspoint

📍 **Marxheim** · Anmeldung: Elfriede Lochbihler (lochbihler.elf@gmx.de oder Tel. 08323 4350)

10 € zzgl. Verpflegung

DONNERSTAG
17.9.

19.30–20.30 Uhr

Wenn du fröhlich bist ...: Praxisschulung für Eltern-Kind-Gruppenleiter*innen ↗

Online-Auftaktveranstaltung (Teil 1/2)

📺 **Online via Zoom** · Referentin: Mirjam Neudert · **Anmeldung bis 4.9.2026**

Kostenfrei

SAMSTAG
26.9.

9–11.30 Uhr

Wenn du fröhlich bist ...: Praxisschulung für Eltern-Kind-Gruppenleiter*innen ↗

Präsenz-Abschlussveranstaltung (Teil 2/2)

📍 **Pfaffenhausen** · Referentin: Mirjam Neudert · **Anmeldung bis 17.9.2026**

Kostenfrei

YOGAKURSE

Yoga für Frauen

📺 **Online via Zoom**
Mit Claudia Sontheimer

je 10 Termine

80 € · KDFB-Mitglieder 60 €

AB DO.
24.9. **Entspannen und Loslassen** ↗
19–20 Uhr · bis 3.12.2026

AB DI.
29.9. **Entdecke deine Flexibilität und Stärke** ↗
18.30–19.30 Uhr · bis 1.12.2026

AB DI.
29.9. **Frauenpower** ↗
20–21 Uhr · bis 1.12.2026

Oktober 2026

SAMSTAG

10.10.

9–13 Uhr

ONLINE-EINFÜHRUNGSSEMINAR

Leitung von Eltern-Kind-Gruppen ↗

Modul 1: Der Start – Vertrauten säen



Online via Zoom · Kompaktkurs · Referentin: Ulrike Naber

kostenfrei

**FREITAG BIS
SONNTAG**

23.–

25.10.

YOGA & ERHOLUNG IM ALLGÄU

Zurück in meine Kraft ↗

Ein Wochenende, das Sie in Ihre Kraft führt – durch bewusste Atmung, achtsame Bewegung und tiefe Entspannung.



Bad Wörishofen, Hotel Sonnengarten · Referentin: Claudia Sontheimer

565 € · KDFB-Mitglieder: 530 €

HIGHLIGHT

12.–19. Oktober

Woche der seelischen Gesundheit

Miteinander statt nebeneinander – für eine
Gesellschaft, in der jede Psyche zählt.



Online via Zoom · alle Angebote kostenfrei

Infos: seelischegesundheits.net · frauenbund-augsburg.de

MONTAG

12.10

17.30–18.15 Uhr

BEI SICH ANKOMMEN

Sanftes Yoga für innere Ruhe ↗

Referentin: Claudia Sontheimer

MITTWOCH

14.10.

20–21 Uhr

(K)EIN TABUTHEMA?

Regretting Motherhood ↗

Hintergründe, Perspektiven und Handlungsmöglichkeiten

Referentin: Prof.in Dr. Doris Erbe (Diplom-Psychologin,
Professorin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie)

DONNERSTAG

15.10.

19–20.30 Uhr

SCHLUCKEN, LÄCHELN, WEITERMACHEN

**Medikamentenabhängigkeit –
der Preis weiblicher Anpassung** ↗

Referentin: Marta Budna-Lamla
(Sozialpädagogin, Suchttherapeutin)

MONTAG

19.10.

17.30–18.15 Uhr

GETRAGEN SEIN

Yoga für Halt und Verbundenheit ↗

Referentin: Claudia Sontheimer

November 2026

DIENSTAG

10.11.

19–21 Uhr

ONLINE-VERTIEFUNGSSEMINAR

Leitung von Eltern-Kind-Gruppen ↗

Sicher begleiten – Nähe, Distanz und Prävention im Gruppenalltag

 **Online via Zoom** · Referentin: Silvia Bauer (Präventionsfachkraft)

kostenfrei

FREITAG

13.11.

16–19 Uhr

ANGEBOT FÜR FRAUEN IM KDFB-AMT

Schatzmeisterinnenschulung ↗

 **Online via Zoom** · Referentin: Monika Riedmüller

10 € · Nur für KDFB-Mitglieder!

DIENSTAG

17.11.

19–21 Uhr

ONLINE-VORTRAG

Klug vorgesorgt mit Vollmachten, Patienten- und Betreuungsverfügung ↗

 **Online via Zoom** · Referentin: Sarina Mayer, Rechtsanwältin und Betreuerin, freie Vortragsreferentin im Auftrag des DSGVO e.V.

in Kooperation mit „Finanzbildung für alle, ein Angebot des Deutschen Sparkassen- und Giroverbands e.V.“

kostenfrei

FREITAG

27.11.

19–24 Uhr

Lange Nacht in den Advent ↗

„In Erwartung“

 **Ottobeuren** · Referentinnen: Felicia-Natalie Trefon, Elvira Blaha, Sabine Feldmann, Dr. Elisabeth Thérèse Winter u. a. · in Kooperation mit der Frauenseelsorge Augsburg

60 € · KDFB-Mitglieder: 50 € · inkl. Abendessen

HERBST · WINTER 2026/27

FRAUENRECHTE

Dezember 2026

**DIE PINKE
COUCH**



FRAUENTALK

politisch · persönlich · präsent

MONTAG

7.12.

20–21.30 Uhr

DIE PINKE COUCH

Frauenrechte unter Druck ↗

Antifeminismus als Bedrohung für
Gleichberechtigung und Demokratie



Online via Zoom

Referentin: Franziska Schutzbach

kostenfrei

**Demokratie
ist Keine
Selbstver-
ständlichkeit,
sondern eine
Aufgabe.**



1904–1986, 1942: 1. Lesung: Simone de Beauvoir und die Frauenrechte



Januar 2027

YOGAKURSE

Yoga für Frauen

Mit Claudia Sontheimer

je 10 Termine

 Online via Zoom · 85 € · **KDFB-Mitglieder: 65 €**

AB
DIENSTAG
12.1.

Entdecke deine Flexibilität und Stärke ↗

18.30–19.30 Uhr · bis 16.3.2027

AB
DIENSTAG
12.1.

Frauenpower ↗

20–21 Uhr · bis 16.3.2027

AB
DONNERSTAG
14.1.

Entspannen und Loslassen ↗

19–20 Uhr · bis 18.3.2027

SAMSTAG
23.1.

9–16.30 Uhr

VEREINSARBEIT NEU ERLEBEN

Kreative Methoden für mehr Freude und Motivation ↗



Augsburg · Referentin: Claudia Schmid, Coach und Beraterin

45 € inkl. Verpflegung · Nur für KDFB-Mitglieder!

FREITAG
29.1.

19.30–21 Uhr

Lichtmess digital: Willkommen ↗



Online via Zoom · Referentin: Felicia-Natalie Trefon, Referentinnen der Frauenseelsorge · in Kooperation mit der Frauenseelsorge Augsburg

5 €



Februar 2027

MITTWOCH

10.2.

9–13 Uhr

Aschermittwoch für Frauen: „HautNah“

Der besondere Einstieg in die Fastenzeit

Referentinnen: Felicia-Natalie Trefon, Referentinnen der Frauenseelsorge u. a.
in Kooperation mit der Frauenseelsorge Augsburg

zum Anmelden Ort direkt per Klick oder Antippen auswählen



Augsburg

Bernried

Buxheim

Dillingen

Kempton

Neuburg

Opfenbach

Roggenburg

24 € · KDFB-Mitglieder: 19 € · inkl. Fastensuppe

DIENSTAG

16.2.

19.30–21.30 Uhr

ONLINE-VORTRAG

Finanzpower für Frauen – finanziell unabhängig sein ↗



Online via Zoom · Referentin: Sarina Mayer, Rechtsanwältin und Betreuerin,
freie Vortragsreferentin im Auftrag des DSGVO e.V.

in Kooperation mit „Finanzbildung für alle, ein Angebot des Deutschen
Sparkassen- und Giroverbands e.V.“

kostenfrei

Februar / März 2027

KURSREIHE DESIGN & SOCIAL MEDIA

3 Kursteile

Canva & Instagram

einzelnd oder als Paket buchbar · Referentin: Nadine Diamilla

 Online via Zoom · 19–21.15 Uhr · alle drei Kursabende 25 € · **Nur für KDFB-Mitglieder!**

MITTWOCH
24.2.

Canva für Einsteiger ↗

Plakate, Flyer & Co. professionell gestalten

10 € Einzelkurs

MITTWOCH
3.3.

Social-Media-Design mit Canva ↗

Beiträge, Storys und Grafiken erstellen

10 € Einzelkurs

MITTWOCH
10.3.

Instagram mit Konzept ↗

Content planen und Vorlagen gestalten

10 € Einzelkurs