



## Aktuelles

03-2022



### Liebe Leser\*innen,

an dem Donnerstagmorgen, an dem Russland die Ukraine angegriffen hat, bin ich mit einem furchtbaren Gefühl in den Tag gegangen. Und ich vermute, Ihnen ging es wahrscheinlich nicht anders. Die aktuelle weltpolitische Lage beängstigt und sie macht uns sicher auch ein Stück sprachlos. Was kurz vorher kaum vorstellbar schien, änderte sich plötzlich in nur wenigen Tagen. Krieg. Ganz nah. Mitten in Europa. Zur Fassungslosigkeit gesellte sich vielleicht auch bei Ihnen wie bei mir ein Gefühl der Hilflosigkeit. Wir wollen helfen. Wir wollen was tun. Wir spenden. Aber was noch? Es bleibt diese Hilflosigkeit. Gespräche, Austausch und ein Miteinander helfen. Und: Vielleicht blicken wir nochmals ganz anders auf so manche Themen, die uns innerhalb der Frauenarbeit schon lange beschäftigen.

"Crime time" heißt die digitale Workshopreihe, die 2022 soz. in die zweite Staffel gegangen ist und in der wir uns als Frauengruppe mit Rabbinerin Dr. Antje Yael Deusel auf biblische Spurensuche begeben. Wie oft haben wir dabei das Thema Frauen inmitten von Gewaltexzessen behandelt. Wie viele der biblischen Geschichten sind von Krieg und Gewalt durchzogen. Wie häufig haben wir biblische Frauengestalten als Opfer von Gewalt und die Bedeutung patriarchaler Machtstrukturen diskutiert. Immer wieder stehen Frauen mitten drin und die Bilder, die uns dieser Tage medial von Frauen mit ihren Kindern auf der Flucht erreichen, erinnern stark an so manche biblische Figur und Geschichte. Und dennoch haben wir auch jedes Mal resümiert: Am Ende der biblischen Erzählungen scheint es immer so zu sein, dass der Friede das letzte Wort haben soll, nicht der Krieg. Und unser kleiner jüdisch-christlicher Frauendialog im Format "Crime time" hat uns auch das hebräische Wort für Frieden "Schalom" nochmals nähergebracht. Denn "Schalom" hat einen viel größeren Bedeutungsumfang als das deutsche Wort. Es meint nicht nur die Abwesenheit von Krieg, sondern auch den Zustand allgemeinen Wohlergehens und des Heils, in dem es Mensch und Natur gut geht, in dem Sicherheit und Ordnung vorherrschen und Schwache Unterstützung finden. Diesen Frieden wünschen wir uns!

Denn so heißt es weise: „Suche Frieden und jage ihm nach!“ (Psalm 34,15)

### Schalom!

Aus dem forum frauen, Ihre Dr. Andrea König



## Frauensonntag geht weiter... "Handle with Care!" Füreinander sorgen

### Weitere Termine 2022 und kostenloses Material – jetzt neu bestellen

In vielen Gemeinden der ELKB wird der Frauensonntag am Sonntag Lätare gefeiert, aber nicht nur! Etliche Frauenteam und Vorbereitungsgruppen und Gemeinden feiern den Gottesdienst zu anderen Zeiten, so dass sich Frauengottesdienst und Andachten als Angebote über das ganze Jahr hinweg finden lassen. Wie sollte es auch anders sein? **CARE – Fürsorge geht uns alle und immer an.** Das Thema des Frauensonntags 2022 ist gerade in diesen sehr verunsichernden Zeiten aktuell. Und mit Blick auf die vielen Frauen und Kinder, die bei uns Zuflucht suchen und ihre zerrütteten Familien vielleicht auch nochmals von besonderer Bedeutung. "Care" kommt ins Spiel, wenn es, wie es so schön heißt, "um etwas geht". Es geht um das Kümmern – um Andere, um sich selbst und auch um die Welt. Und das braucht es gerade mehr als sonst. Planen Sie doch einen Gottesdienst oder eine Andacht oder bestellen Sie **Materialien zum Lesen oder Weitergeben.** Noch solange der Vorrat reicht. Einfach Mail an: [forum-frauen@afg-elkb.de](mailto:forum-frauen@afg-elkb.de) Weitere Termine, wann und wo was stattfindet, finden Sie online unter: [www.frauensonntag.de](http://www.frauensonntag.de) Und natürlich können Sie dort auch gerne Ihre **Termine** einstellen lassen.



## Nach dem Equal Care Day ist vor dem Equal Care Day Auftakt

### Dabei sein – vorab informieren – mitmachen – mit organisieren – unterstützen

Unter dem Dach "Equal Care Day" haben im Rahmen der Städtekonferenz am **1. März 2022** insgesamt 25 Organisationen und Kooperationspartner\*innen durch ihren Zusammenschluss gezeigt, dass Care mehr ist als die einzelnen Tätigkeiten, die unter dem Begriff zusammengefasst werden. Über 60 Menschen haben in Vorträgen, Podiumsdiskussionen und Workshops ihre Expertise eingebracht. Insgesamt gab es 21 Einzelveranstaltungen, die auf sechs parallelen Bühnen den Tag über stattfanden. Über 600 Menschen waren als Teilnehmende mit dabei! Einen **Rückblick sowie Aufzeichnungen und Berichte** finden Sie unter: <https://equalcareday.de/ecd2022/rueckblick2022/>

Und: Es geht weiter! Denn nach dem Equal Care Day ist vor dem Equal Care Day. Die **Auftaktveranstaltung zum nächsten Equal Care Day** findet am **22. September 2022** von **10.00-13.00 Uhr** statt. Für den nächsten Equal Care Day am 1. März 2023 ist eine noch größere hybride Städtekonferenz mit digitalen Bühnen und Programmen geplant. Wer Interesse hat, kann sich jetzt schon zur Auftaktveranstaltung im September anmelden. Zudem: Immer **am letzten Donnerstag im Monat** findet ein **Lunch Break** von **12.00-12.45 Uhr** digital per Zoom statt. Es gibt immer einen kleinen aktuellen Impuls und die Möglichkeit für's Gespräch und sich zu vernetzen. Jetzt anmelden:

**Termin:** Auftaktveranstaltung Equal Care Day am 22.09.2022, 10-13.00 Uhr  
**Lunch Break:** Jeden letzten Donnerstag, 12.00-12.45 Uhr, [www.equalcareday.de](http://www.equalcareday.de)



## Crime time – Spurensuche Altes Testament geht in die zweite Staffel

### Von Königinnen, Heldinnen und Frauen in heiklen Situationen – Weitere Teile Crime time 2022

Biblische Geschichten, die nichts für schwache Nerven sind! Heute wie damals sind skandalöse Geschichten Teil der realen Welt und sie faszinieren. Noch mehr, wenn sie aus einem anderen Blickwinkel erzählt werden. Zusammen mit **Rabbinerin Dr. Antje Yael Deusel** begeben wir uns weiter auf Spurensuche. Aufgrund der großen Nachfrage sind wir 2022 sozusagen in die zweite Staffel gestaffelt. Der nächste und mittlerweile **7. Teil** findet am **24. Mai 2022** von **17.30-19.00 Uhr** statt. Die Plätze für den Online-Workshop sind bereits ausgebucht, aber Interessierte können sich trotzdem anmelden und auf eine Warteliste setzen lassen. Und/oder: Auch der 8. Teil ist bereits in Planung. Sie können sich dazu anmelden. Der 8. Teil findet am **28. Juni 2022** von **17.30-19.00 Uhr** wieder online per Zoom statt.

Wann: **24. Mai 2022 und 28. Juni 2022, jeweils von 17.30-19.00 Uhr**  
Wo: **@home mit Zoom**  
Kosten: **kostenlos**  
Anmeldung: [www.afg-elkb.de](http://www.afg-elkb.de) oder [www.forum-frauen.de](http://www.forum-frauen.de) >>> Termine oder Mail an [forum-frauen@afg.elkb.de](mailto:forum-frauen@afg.elkb.de)



## Frauenpilgern ELKB – Go for Gender Justice!

### Mitplanen, mitmachen, mitpilgern. Austauschtreffen und Ideennetzwerk

Der Ökumenische Rat der Kirchen hat seine Mitgliedskirchen zu einem **Pilgerweg der Gerechtigkeit und des Friedens** eingeladen. Die bundesweite Pilgerinitiative "**Go for Gender Justice**" nimmt an diesem Projekt teil und legt dabei einen Schwerpunkt auf die Geschlechtergerechtigkeit. Pilgertage und Aktionen werden zum **Sommer 2022** in ganz Deutschland dazugehören.

Auch in Bayern gibt es viele engagierte und pilgererfahrene Frauen, die sich gerne beteiligen möchten. Haben Sie vielleicht auch Lust mitzumachen? Sind Sie interessiert? Möchten Sie mitgestalten? Möchten Sie mitpilgern? Miteinander geht was! Eine **erste Austauschrunde online** hat stattgefunden. Erste Ideen sind gesammelt. Wer miteinsteigen möchte und Lust hat, mitzugestalten, einfach Mail an: [forum-frauen@afg-elkb.de](mailto:forum-frauen@afg-elkb.de) Die **Pilgeretappen der Fraueninitiativen** anderer Landeskirchen und weitere **Informationen** finden Sie unter: <https://www.go-for-gender-justice.de/pilgerevents/>





## Spuren des Wandels – Frauengottesdienst im Radio Sonntag, 24. April 2022

Zentraler bundesweiter Frauentag aller kirchlicher Frauenarbeiten mit Josephine Teske

Am **Sonntag, den 24. April 2022** ab ca. **10.00 Uhr** überträgt der **Deutschlandfunk** live aus der St. Stephani Kirche in Röblingen den bundesweiten Frauentag 2022 der Evangelischen Frauen in Deutschland. Der Gottesdienst wird gemeinsam von den landeskirchlichen Frauenarbeiten über die landeskirchlichen Grenzen hinweg erarbeitet. Das Thema: **Spuren des Wandels**. Ausgehend von den prophetischen Verheißungen und den bildreichen Schilderungen "der großen Verwandlung", wie sie **Jesaja 35, 1-10** verkündet, fragen wir gemeinsam nach Wandlungs- und Transformationsprozessen, in die wir heute verwoben sind. Mit Klimawandel und digitaler Transformation sind nur zwei aktuelle, global wirksame Wandlungsprozesse benannt und in den Horizont unseres Denkens und Handelns gestellt. Die Predigt hält Pastorin **Josephine Teske**, Mitglied im Rat der EKD und Pfarrerin mit dem Schwerpunkt digitale Kirche. Sie betreibt einen eigenen Instagram-Account mit dem Titel "Seligkeitsdinge". Musikalisch wird der Radiogottesdienst begleitet vom **Frauentrio Chantissimo** und **brass feminine**.

Wann: **24. April 2022, 10.00 Uhr**  
Wo: **Deutschlandfunk**  
Kosten: **kostenlos**

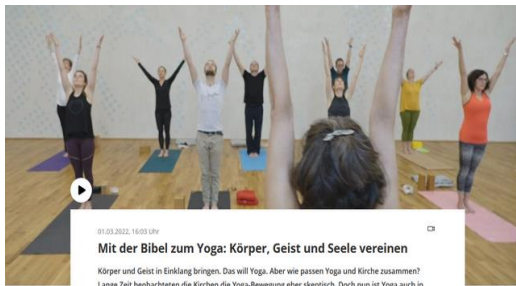


## "Meine Kraft ist den Schwachen mächtig"

Feministisch befreiungstheologische Sommerakademie 1. bis 3. Juli 2022

Angesichts der politischen, wirtschaftlichen und ökologischen Herausforderungen der Gegenwart fühlen sich viele Menschen ohnmächtig, hilflos und schwach. Darum wird in der diesjährigen feministischen befreiungstheologischen Sommerakademie danach gefragt: Was können wir der Resignation entgegenzusetzen? Woher bekommen wir Kraft? Die Sommerakademie findet erstmals nach zwei Jahren wieder in Präsenz und 2022 in der Evangelischen Akademie Schwanenwerder statt. Die Sommerakademie wird von der Ev. Berlin mit der Frauenarbeit der EKBO und unter dem Dach der Evangelischen Frauen Deutschland (EFiD) angeboten und steht allen interessierten Frauen offen. Mit dabei sind u.a. Dr. Marlene Crüsemann, Prof. Dr. Brigitte Kahl, Prof. Dr. Katharina von Kellenbach, Prof. Dr. Luzia Rehmann u.v.m.

Wann: **1. bis 2. Juli 2022**  
Wo: **Evangelische Akademie Schwanenwerder, Inselstr. 27-28, 14129 Berlin**  
Kosten: **265 Euro (EZ), 240 Euro (DZ)** – auch online Teilnahme an Hauptvorträgen ist möglich  
Anmeldung: <https://www.eaberlin.de/seminars>



## "Mit Martha und Mose in Balance" – BR "Stationen" Beitrag zum neuen Konzept Körper, Geist und Seele: Bibel ganzheitlich erleben – Film gibt praktischen Einblick

Biblische Frauen- und Männerfiguren und ihre Geschichten mal ganz anders erleben – das ist das neue Konzept **Biga – Bibel ganzheitlich**, das das forum frauen zusammen mit dem forum männer neu aufgelegt hat. Der Bayerische Rundfunk war bei uns zu Gast und hat einen Beitrag gedreht für die Sendung "Stationen". Der Beitrag wurde am Aschermittwoch ausgestrahlt und kann über die **Mediathek** weiterhin angesehen werden. Der Film gibt allen Interessierten einen wunderbaren Einblick in das Konzept und die praktischen Kurse. Die nächste **Multiplikator\*innen-Fortbildung** im Juni 2022 ist bereits ausgebucht. Wer noch Interesse hat, kann sich aber auf die Warteliste setzen lassen, denn ggf. werden noch Übernachtungszimmer frei. Auch 2023 findet vom 4.-5. Juli eine Fortbildung in Rothenburg o.d. Tauber statt. Wer Interesse hat, kann sich schon anmelden. Und: Evtl. gibt es einen **Schnupperkurs in Nürnberg**. Wer Interesse hat, bitte melden, denn das Angebot richtet sich nach Nachfrage. Der Tag wird ggf. für Herbst 2022 geplant. Mail an: [forum-frauen@afg-elkb.de](mailto:forum-frauen@afg-elkb.de)

Was: **Br Beitrag Sendung "Stationen": Mit der Bibel zum Yoga**

Wo: **BR Mediathek >>> [Link](#)**

Infos: [www.afg-elkb.de](http://www.afg-elkb.de) >>> Themen: Bibel ganzheitlich oder [www.bibel-yoga.de](http://www.bibel-yoga.de)



## Hilfe für Frauen und Mädchen in der Ukraine

### Unterstützung ist gefragt

Innerhalb von nur wenigen Wochen hat der Krieg gegen die Ukraine **Millionen Menschen zur Flucht in die Nachbarländer gezwungen**. Die überwiegende Mehrheit von ihnen sind Frauen und Mädchen. **Frauen und Mädchen sind einem erhöhten Risiko sexualisierter und geschlechtsspezifischer Gewalt ausgesetzt**, insbesondere diejenigen, die auf der Flucht sind. Diejenigen, die geblieben sind, leisten unter extrem schwierigen Umständen und unter großem Risiko humanitäre Hilfe. Wenn Sie helfen möchten, können sie **Frauen und Mädchen** in der Not mit einer Spende unterstützen. UN Women steht in Solidarität mit allen Frauen in der Ukraine, arbeitet eng mit zivilgesellschaftlichen Frauenorganisationen und dem UN-Länderteam zusammen, um die Situation zu beobachten und zu entscheiden, wie die Hilfe vor Ort am besten fortgesetzt werden kann. Wenn Sie spenden möchten, können Sie das hier: [>>> Spende: Hilfe für Frauen und Mädchen in der Ukraine](#)

Falls jemand Platz hat, geflüchtete Frauen und Mädchen aus der Ukraine aufzunehmen, der/die kann sich online über das **Portal #Chruchpool** registrieren: <https://www.host4ukraine.com/>



## Ausstellung Rebellinnen: Frauen verändern die Welt

### 29 Frauenportraits z.T. illustriert plus vielfältiges Material

Die **Ausstellung "Rebellinnen"** stellt Frauen verschiedener Epochen aus dem deutschsprachigen Raum vor. Viele von ihnen sind berühmt, einige weniger bekannt. Eines aber vereint sie alle: Ihr Leben und ihre Taten haben unsere Gesellschaft verändert. Das **Ausstellungspaket** umfasst hochwertige Alu-Tafeln inklusive Hängevorrichtung, kostenloses Werbematerial sowie multimediales Zusatzmaterial online und kann über den **Evangelischen Presseverband für Bayern e.V.** ausgeliehen werden. Informationen zu Ausleihmöglichkeiten finden Sie hier: <https://www.ausstellung-leihen.de/rebellinnen>



## Kirche der Zukunft ist intersektional – Aber was ist eigentlich Intersektionalität?

### Ein Thema für die Frauenarbeit – eine Herausforderung für die Zukunft

"Intersektionalität" ist ein Begriff, der in gesellschaftlichen Debatten aktuell vielfach verwendet wird. Der Begriff klingt zunächst etwas kompliziert, wird jedoch verständlich, wenn darauf geschaut wird, wie er entstanden ist. Er ist abgeleitet von dem englischen Wort für "Kreuzung" (intersection). Ein anschauliches Bild: Die von Ausgrenzung betroffene Person steht in der Mitte einer Kreuzung, wo sie ein hohes Unfallrisiko hat, besonders verletzlich und schutzbedürftig ist, ohne dass ihre Situation auf eigenes Verschulden zurückgeführt werden kann. Entwickelt wurde er von der US-Amerikanerin **Juristin Kimberlé Crenshaw**. Einfach ausgedrückt: Es geht um die Überlappung und gegenseitige Verstärkung verschiedener Formen von Diskriminierung. Ein Beispiel: Das Arbeitsministerium will Haushaltshilfen bezuschussen. Klingt im ersten Moment nicht schlecht und nach einer Entlastung. Doch bei genauerem Hinsehen wird klar: An den ungerechten Strukturen – dass Haus- und Sorgearbeit noch immer überwiegend als Frauenarbeit gilt – ändert so ein Zuschuss nichts. Denn wer hilft eigentlich der eingestellten Haushaltshilfe, die sehr wahrscheinlich auch eine Frau und dazu vermutlich finanziell weniger gut gestellt ist, im Haushalt? Genau hier greifen strukturelle Diskriminierungen gegen Frauen mehrfach.

Auch in der Theologie versuchen immer mehr Menschen intersektional zu denken. Einfache Antworten darauf gibt es nicht. Wichtig ist es, miteinander ins Gespräch zu kommen, Fragen zu stellen, Neugier zu entwickeln, über die eigenen Privilegien nachzudenken. Intersektionalität – ein **aktuelles Thema** für die Frauenarbeit – auch für die Arbeit vor Ort. Haben Sie Interesse daran? Hier eine neue Leseempfehlung:

**>>> Neue Publikation: Sara Vecera "Wie ist Jesus weiß geworden? Mein Traum von einer Kirche ohne Rassismus", Patmos Verlag, erschienen am 14. März 2022**

# KIRCHE IST MEHR

PROJEKTE AUSSER DER REIHE

## Ehrenamtspreis 2022 der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern

### Ausschreibung – Jetzt bewerben!

Kirche ist vielseitig. Sie begleitet Menschen ihr Leben lang. Dabei sind deren Lebenslagen so verschieden und vielfältig wie die Menschen selbst. Der Fachbeirat Ehrenamt sucht deshalb inspirierende Projekte, Angebote und Formate, die von Ehrenamtlichen getragen sind. Bis zum **3. Juni 2022** können Vorschläge für den Ehrenamtspreis unter eingereicht werden. Dabei ist es unerheblich, ob Sie ein Ihnen bekanntes oder Ihr eigenes Projekt oder Format vorschlagen. Sechs Projekte werden ausgewählt und prämiert. Der Preis besteht aus je 1000 Euro und entweder einem professionellen Projektvideo oder einer Teammaßnahme. Bewerben Sie sich doch!

Alle Informationen finden Sie unter: [www.ehrenamt-evangelisch-engagiert.de/ehrenamtspreis/2022](http://www.ehrenamt-evangelisch-engagiert.de/ehrenamtspreis/2022)

Single Life Solo Segen  
Segenstag Nürnberg und München



## "Single Life Solo Segen" – Segenstag mit Aktionen in Nürnberg und München

### Vormerken und vorbeikommen: 13.5. und 18.5. Segenstag mit Aktionen in den Innenstädten

Im **Segen** steckt die **Kraft Gottes**. Der Segen hat seinen festen Platz in der Kirche, in Gottesdiensten – aber er gehört auch in den Alltag. Denn Segen tut gut. Er macht Mut und gibt Rückendeckung. Manchen schenkt er Ermutigung und Hoffnung, anderen Trost und Kraft. Sich unter Gottes Segen zu stellen bedeutet: Gott ist an meiner Seite.

Gerade in den Umbrüchen des Lebens, aber auch beim Unterwegs-Sein hoffen Menschen darauf, dass der neue Weg, der neue Lebensabschnitt gelingen möge. Egal, wo wir uns im Leben gerade bewegen oder wo wir stehen, welche Lebensphase wir gerade erleben. Vielleicht ist mein Single-Dasein gerade eine Phase, vielleicht ist diese Phase gewollt oder vielleicht auch nicht gewollt. Segen bedeutet vor allem **Wegbegleitung** – Gott geht meinen Weg mit.

Zusammen mit der Segensstelle und lokalen Kirchengemeinden bieten das forum frauen und das forum männer im Rahmen der Kampagneninitiative "**Singles und Kirche**" 2022 erstmals einen **Segenstag** in den Innenstädten von **Nürnberg** und **München** an. Der Segenstag "**Single Life Solo Segen**" findet am **13. Mai 2022** von **15.00-19.00 Uhr** in Nürnberg und am **18. Mai 2022** von **16.00-19.00 Uhr** in München statt. Geboten werden einige Aktionen, wie etwa Stationenpilgern, Balancespiele und natürlich gibt es Kaffee und Kuchen, gute Begegnungen und Gespräche und wer möchte, erhält einen Segen. Die Segenstag richten sich speziell an Singles. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, vorbei zu kommen. Alle Infos zu genauen Orten, Zeit und Programm finden sich unter:

>>> Plattform Initiative "**Singles und Kirche. Vielfalt ist**" >>> [www.singlesundkirche.de](http://www.singlesundkirche.de)



## Kino- und Filmtipp: Trümmermädchen

Deutschland, 1946. Hunger, Trümmer, heimkehrende Soldaten. Charlotte ist schwanger, aber ihr geliebter Heimkehrer will weder sie noch sein Kind. Sie schreibt sich für den "Fräuleinkurs" der Schau-spielerin Gloria Deven ein und entdeckt Neues: Freiheit.

**Kinostart: 22. März 2022**



## Frauenweisheit – "Wenn ich mein Leben nochmals anders leben könnte..."

Im **Frauenmonat März** wurden etliche bemerkenswerte Frauen in den Fokus gerückt. Eine von vielen bedeutenden Frauen ist **Dr. Jane Goodall**. Eine furchtlose Frau, die ihr Leben ganz dem Umwelt-Aktivismus und Tierschutz gewidmet hat. Jahrzehntlang erforschte die Britin die Verhaltensweise von Schimpansen in Tansania. Heute ist Jane Goodall fast 87 Jahre alt und sie sprüht vor Weisheit. Anlässlich des Weltfrauentags veröffentlichte sie einen Text "Wenn ich mein Leben nochmals anders leben könnte", der weisheitlicher nicht sein könnte. Daher gibt es heute im noch-Frauenmonat März an dieser Stelle ein Frauenwort zum Lesen:

"WENN ICH MEIN LEBEN NOCHMALS ANDERS LEBEN KÖNNTE. Ich wäre im Bett geblieben, als ich krank war, anstatt zu glauben, dass die Welt ohne mich zusammenbrechen würde, wenn ich nicht an diesem Tag zur Arbeit gehe. Ich hätte weniger gesagt und mehr gehört. Ich hätte Freunde zum Abendessen eingeladen, auch wenn mein Teppich einige unbedeutende Flecken hatte oder die Farbe der Couch verblasst war. Ich hätte Popcorn im "guten" Raum gegessen und mir viel weniger Sorgen um den Dreck gemacht, wenn jemand den Kamin anzünden wollte. Ich hätte bei den Geschichten, die mein Vater über seine Jugend erzählt hat, genauer hingehört. Ich hätte die "mehr" Verantwortung mit meinem Mann geteilt. Ich würde niemals darauf bestehen, dass die Autofenster an einem Sommertag geschlossen werden, weil meine Haare gut liegen. Ich hätte vor dem Fernsehen weniger gelacht und geweint, als ich das Leben beobachtete. Ich hätte mich auf das Gras gesetzt, auch wenn meine Kleidung davon Flecken bekommen hätte. Ich hätte nie etwas gekauft, nur weil es praktisch war. Anstatt mir zu wünschen, dass bald die neun Monate der Schwangerschaft vergehen würden, hätte ich jeden Moment geschätzt und verstanden, dass das Wunder, das in mir wuchs, meine einzige Chance im Leben war, Gott dabei zu helfen, ein Wunder zu vollbringen. Wenn meine Kinder mich küssen würden, würde ich nie sagen: "Jetzt nicht. Geh dir erst einmal die Hände zum Abendessen waschen". Es gäbe mehr: "Ich liebe dich". Mehr "Sorry". Aber mehr als alles andere, wenn ich nochmals eine andere Chance hätte, würde ich jede Minute nutzen, um meinem Leben wirklich Aufmerksamkeit zu schenken, intensiver zu leben. Hör auf, dich um unbedeutende Dinge zu sorgen. Schenke niemanden, der dich nicht mag, deine Aufmerksamkeit. Fühle und schätze stattdessen die Beziehungen, die du mit denen hast, die dir und deiner Seele guttun. *Jane Goodall*

## Starten Sie gut in den Frühling und bleiben Sie gesund!

Mit besten Grüßen,  
**Dr. Andrea König**

forum frauen im Amt für Gemeindedienst ELKB

[www.forum-frauen.de](http://www.forum-frauen.de) [forum-frauen@afg-elkb.de](mailto:forum-frauen@afg-elkb.de)



**forum frauen**  
Amt für Gemeindedienst in der  
Evang.-Luth. Kirche in Bayern