

Liebe Frauen,

was bedeutet Freiheit?

Freiheit bedeutet, so zu leben, wie jede und jeder von uns leben möchte. Dieses gilt sowohl für unser Leben im privaten Bereich als auch im größeren gesellschaftlichen Zusammenhang.

In der heutigen Zeit nehmen rechtspopulistische und antidemokratische Äußerungen an Lautstärke zu. Es ist deshalb wichtig, für unsere Grundwerte von Demokratie und Menschenwürde einzutreten. Wir sind aufgefordert, mutig unsere Stimme für eine offene, vielfältige und gerechte Gesellschaft zu erheben. Die kfd bietet uns dazu Rückhalt und Unterstützung durch ihre starke Gemeinschaft.

Wir freuen uns, euch in diesem Jahr wieder ein abwechslungsreiches und spannendes Jahresprogramm vorzustellen, von dem wir hoffen, dass für jede von euch etwas Interessantes dabei ist. Ihr seid herzlich eingeladen, aktiv mitzumachen und ein Teil unserer Gemeinschaft zu sein

.

Wir wünschen allen Frauen ein frohes Weihnachtsfest im Kreise eurer Lieben und Glück, Gesundheit und alles Gute für das Jahr 2025.

Im Namen des Teams der kfd Hoetmar
herzliche Grüße

Astrid Tertilt

Januar



Eltern-Kind-Gruppe

06.01. Montag

9.15 – 10.45 Uhr

Ort: Pfarrheim

Kindesalter: 1 -3 Jahre

Gemeinschaftsmesse der Frauen

07.01. Dienstag

9.00 Uhr

mit anschließendem Frühstück im Pfarrheim

E-LA-MO (findet jede Woche statt)

07.01. Dienstag

9.00 – 12.00 Uhr

Der Entlastungsmorgen für Mütter findet an jedem Dienstag im Pfarrheim statt (außer Ferienzeiten). Mütter können ihre Kinder ab einem Jahr zur Betreuung von 9.00 - 12.00 Uhr abgeben.

Betreuungsgebühr: 2 € pro Stunde/

Nichtmitglieder: 3 € pro Stunde

Leitung: Anni Osthues sowie eine weitere Betreuerin (NN)

Anmeldungen vor dem 07.01. bitte telefonisch bei Anni Osthues, Tel. 1230.

Januar



10.01. Freitag

17.00 – 18.00 Uhr

Sitzgymnastik für Senioren

Der Beginn und die Kursdaten werden kurzfristig über die Presse bekanntgegeben.

Leitung: Theresa Schwienhorst,
Physiotherapeutin

Ort: Pfarrheim

10x/45,- €

Nichtmitglieder zahlen

55,- €

Sitzgymnastik kann für Senioren ein sanfter Weg sein, um Muskeln aufzubauen, die Beweglichkeit zu erhalten oder zu steigern und sich fit zu halten. Die Übungen können mit und ohne Hilfsmittel durchgeführt werden.

Rückenfitness: Tu`s für Dich

15.01. Mittwoch

1. Gruppe

8.00 - 9.00 Uhr

2. Gruppe

9.00 - 10.00 Uhr

Leitung: Andrea Ruch

Ort: Pfarrheim

12x/48,- €

Nichtmitglieder zahlen

66,- €

Wer an jedem Tag 15 Minuten Rückenfitness betreibt, tut eine Menge für die eigene Gesundheit als Selbstfürsorge. Durch die gezielte und angeleitete Förderung des physischen Gesundheitsapparates verbessern

Januar

sich Kraft, Ausdauer und Koordination der Rücken- und Rumpfmuskulatur.

Ziel des Kurses ist es, Rückenproblemen vorzubeugen und bei bereits bestehenden Problemen zu helfen, die Beweglichkeit wieder zu erreichen.

Hatha Yoga

16.01. Donnerstag **8.30 – 10.00 Uhr**

Leitung: Elisabeth Burlage

Ort: Pfarrheim 12x/108,- €

Nichtmitglieder zahlen 126,- €

Die Körperübungen dehnen auf sanfte Weise unsere Muskeln. Verspannungen werden gelöst, die Durchblutung der Organe angeregt, der Rücken und die Nerven gestärkt. Atem- und Entspannungsübungen unterstützen uns, den Körper zu beruhigen und mehr zum inneren Gleichgewicht zu finden. Yoga hilft gelassener den Anforderungen des Alltags zu begegnen. Hatha Yoga ist für alle Altersgruppen geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, warme Socken, Wolldecke, evtl. kleines Kopfkissen.

Winterwanderung

17.01. Freitag **14.00 Uhr**

mit anschließendem Kaffeetrinken

Treffpunkt am Kirchplatz

Anmeldung bis zum 13.01. per mail oder bei Averbeck.

Februar

Gemeinschaftsmesse der Frauen

04.02. Dienstag

9.00 Uhr

mit anschließendem Frühstück im Pfarrheim

Internationales Frühstück

09.02. Sonntag

10.00 Uhr

Ort: Pfarrheim Hoetmar

Veranstalter: kfd und Arbeitskreis Integration

Anmeldungen bis Freitag, 07.02. bei Awerbeck oder
im Frischmarkt



Die Hoetmarer Tanz und Theatergruppe (HTTG)
feiert Karneval
unter dem Motto:

***Bühne frei
für´s
Wunderweib***

Februar

Eingeladen sind alle, die Spaß daran haben, einen schönen Nachmittag/ Abend mit Sketchen, Tänzen und musikalischer Unterhaltung zu erleben.

Die Veranstaltungen der HTTG finden an den folgenden Tagen im Gasthof Bütfering statt:

Bunter Nachmittag für alle

26.02. Mittwoch

15.00 Uhr

Einlass ab 14.30 Uhr

Weiberfastnacht

27.02. Donnerstag

16.00 Uhr

Einlass ab 15.30 Uhr

Bunter Abend für alle

28.02. Freitag

19.00 Uhr

Einlass ab 18.30 Uhr

**Kartenvorverkauf von 16.00 Uhr bis 18.00 Uhr
im Pfarrheim:**

- für den Bunten Nachmittag (Mittwoch) und Weiberfastnacht (Donnerstag) am 22.01.25
- für den Bunten Abend (Freitag) am 23.01.25.



März

Neues Kursangebot: Montag, 19.00 Uhr
Auf die Matte - fertig - los! Komm zum Pilates-
training

Der Beginn wird kurzfristig bekanntgegeben.

Leitung: Judith Strickmann

Ort: Leutehaus Hoetmar

Pilates ist ein systematisches Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur, primär von Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur.

Aschermittwoch der Frauen

05.03. Mittwoch 14:30 – 18:00 Uhr

An diesem Nachmittag laden wir ein, in verschiedenen Gruppen den Start in die Fastenzeit besonders zu begehen. Zum Abschluss feiern wir einen Wortgottesdienst und empfangen das Aschekreuz. Das Vorbereitungsteam der kfd-Region Warendorf freut sich auf Ihren Besuch!

Ort: LVHS Freckenhorst

Kosten: ca. 10,- €

Es werden Fahrgemeinschaften gebildet.

Anmeldungen bis zum 07.02. per mail oder bei Awerbeck

Die Nachtigall, sie war entfernt.
Der Frühling lockt sie wieder.
Was Neues hat sie nicht gelernt,
singt alte liebe Lieder.

Johann Wolfgang von Goethe

März

07.03. Freitag

Pfarrheim

WGT 2025 Cookinseln:

Motto: "wunderbar geschaffen!"

Motto aus Psalm 139



März

Der Weltgebetstag von den Cookinseln wird am Freitag, den 7. März 2025 in vielen ökumenischen Gottesdiensten rund um den Erdball gefeiert.

Verantwortlich für die Gottesdienstordnung sind für 2025 christliche Frauen von den Cookinseln, einer Inselkette im Südpazifik. Die Christinnen der sehr kleinen und weit verstreut liegenden Inseln stellen den Psalm 139 ins Zentrum ihres Gottesdienstes. Sie laden ein, die Wunder der Schöpfung zu sehen und ihnen nachzuspüren und die Freude darüber zu teilen. Sie schreiben aber auch: „Gott geht mit uns in die Finsternis am Grund des Ozeans, wo es kein Licht gibt.“ Das ermöglicht ihnen, Verletzungen und Kränkungen standzuhalten, mit Krankheiten und Bedrohungen umzugehen.

„Kia orana“, mögt ihr ein langes und erfülltes Leben haben. So grüßen die Frauen zu Beginn alle, die rund um den Globus den Weltgebetstagsgottesdienst feiern.

Wie in den vergangenen Jahren möchten wir Sie zu einem Wortgottesdienst mit Texten und Informationen über das Leben der palästinensischen Frauen und eingängigen Musikstücken zum Mitsingen einladen. Im Anschluss werden wieder landestypische Getränke und Speisen zum Probieren gereicht

März

Mitgliederversammlung der kfd

20.03. Donnerstag

19:00 Uhr

Auf dem Programm stehen ein Rückblick, Hinweise auf das aktuelle Jahresprogramm, Auskünfte über Daten, Finanzen der kfd Hoetmar und natürlich ist auch wieder für ein wenig Unterhaltung gesorgt.

Ort: Gaststätte Corner

Anmeldung bis zum 14.03. per mail oder bei Averbek.

„Zwergenzeugs und Firlefanz“

29.03. Samstag

09.30 – 11.30 Uhr

Mutter-Kind-Markt mit Cafeteria in der Aula der Grundschule

Gemeinschaftsmesse der Frauen

01.04. Dienstag

9.00 Uhr

mit anschließendem Frühstück im Pfarrheim

Bärlauch - ein vielseitiger Genuss!

11.04. Freitag

Wir ernten frischen Bärlauch im Rahmen einer kleinen Wanderung.

Die ausgebildete Köchin Mareike Witte zeigt anschließend, wie die Blätter für Pesto, aromatische Butter und Brot verarbeitet werden und gibt uns wertvolle Tipps für die Ernte, Lagerung und Zubereitung leckerer Speisen mit dem würzigen, knoblauchähnlichen Wildkraut.

April

Im Anschluss ist eine gemeinsame Verkostung der Speisen bei einem leckeren Glas Wein geplant.

Ort: Pfarrheim Hoetmar

Leitung und Moderation: Mareike Witte, Köchin

Es erfolgt eine Kostenumlage für Lebensmittel und Getränke.



April

14.04. – 25.04.

Osterferien

Eltern-Kind-Gruppe

28.04. Montag

9.15 – 10.45 Uhr

Ort: Pfarrheim

Kindesalter: 1 -3 Jahre

9x/54,- €

Nichtmitglieder zahlen

67,50 €

E-LA-MO (findet jede Woche statt)

29.04. Dienstag

9.00 – 12.00 Uhr

Leitung: Anni Osthues sowie eine weitere

Betreuerin (NN)

Ort: Pfarrheim

Betreuungsgebühr: 2 € pro Stunde/

Nichtmitglieder 3 € pro Stunde

Anmeldungen vor dem 18.04. bitte telefonisch bei

Anni Osthues, Tel. 1230.

Rückenfitness: Tu`s für Dich

30.04. Mittwoch

1. Gruppe

8.00 - 9.00 Uhr

2. Gruppe

9.00 - 10.00 Uhr

Leitung: Andrea Ruch

Ort: Pfarrheim

8x/32,- €

Nichtmitglieder zahlen

44,- €

Mai

Gemeinschaftsmesse der Frauen

06.05. Dienstag

9.00 Uhr

mit anschließendem Frühstück im Pfarrheim



Hatha Yoga

08.05. Donnerstag

8.30 – 10.00 Uhr

Leitung: Elisabeth Burlage

Ort: Pfarrheim

8x/72,- €

Nichtmitglieder zahlen

84,-€

Radtour mit „Maria“

09.05.

14.00 Uhr

Vorbereitet vom kfd-Messteam

Start am Kirchplatz



Maiandacht

16.05. Freitag

18.30 Uhr

Maiandacht im Turm der Kirche

Mai

Zweitagesradtour Nordhorn

12.05.-13.05.24 Dienstag -Mittwoch

Veranstalter: kfd-Diözesanverband Münster

Hin-und Rückweg mit Bus- und Radanhänger

Anmeldung bei Frau Püttmann unter 0151-11 63 08 03 bis zum 30.03.25

Zweitagesradtour Freckenhorst

26.05.- 27.05.24 Montag -Dienstag

Veranstalter: kfd-Diözesanverband Münster

Anmeldung bei Frau Püttmann unter 0151-11 63 08 03 bis zum 02.04.25

weitere Informationen folgen jeweils auf kfd-muenster.de



Besuch der TELGTER BRAUMANUFAKTUR

Radtour nach Telgte mit Führung durch die Brauerei und Verkostung der aktuellen Sorten.

Die Manufaktur gibt es seit 2017 und wird von Sebastian Füchtenbusch im Nebenerwerb betrieben. Alle Biere werden ausschließlich vor Ort gebraut und abgefüllt.

Die Teilnehmerzahl ist auf 10-18 Personen begrenzt.

Kostenpunkt: etwa 15 Euro p. P.

Das genaue Datum und weitere Infos werden später über die Presse und per Whatsapp bekannt gegeben.

Juni

Gemeinschaftsmesse der Frauen

03.06. Dienstag

9.00 Uhr

mit anschließendem Frühstück im Pfarrheim



FFF - Frieden, Frauen, Fahrrad

30.06. Montag

15.30 Uhr

Sternwallfahrt nach Buddenbaum

Veranstalter: kfd-Region Warendorf

In den vergangenen Jahren beteiligten sich etwa 150 Frauen aus vielen Orten der kfd Region an der Sternwallfahrt und waren nach Buddenbaum gekommen. Ehe sie gemeinsam mit Liedern und Gebeten unter den Linden der Wallfahrtskapelle einen Gottesdienst feierten, wurden Sie von Barbara Portmann-Grawer begrüßt.



Juli

Gemeinschaftsmesse der Frauen in Buddenbaum

02.07. Mittwoch

8.00 Uhr

mit anschließendem Frühstück im Pilgertreff

Sundowner

09.07. Mittwoch

18.00 Uhr

Gemeinsame abendliche Radtour zur Kornbrennerei Gerbermann in Alverskirchen. Auf dem Hof lassen wir den Tag bei einem Glas Wein, einem Aperitif oder einem fruchtigen Likör und guten Gesprächen ausklingen. Geschmackvolle Kleinigkeiten gegen den Hunger können vor Ort bestellt werden.

Anmeldungen bis zum 22.06.

per mail oder bei Awerbeck.



14.07. – 26.08.

Sommerferien

August

Kräutersträuße binden

13.08. Mittwoch

16.00 Uhr

Gesuchte Kräuter können mitgebracht werden.

Ort: Pfarrheim



Kräuterweihe

14.08. Donnerstag

18.30 Uhr

Vorabend-Frauenmesse zum Hochfest Mariä Himmelfahrt mit Kräuterweihe

Worte-Klänge-Farben

Radtour zur Lichtkapelle Herz-Jesu Borbein

28.08. Donnerstag

Gemeinsame Radtour zur Lichtkapelle Borbein in Ahlen. Nach einer Andacht und Meditation unter stimmungsvoller Illumination und Begleitung durch digitale Medien ist eine gemeinsame Einkehr in einem Sendenhorster Restaurant geplant. Bei Bedarf ist auch eine Anreise mit dem Pkw möglich.

Start: Kirchplatz Hoetmar

Fahrstrecke ca. 30 km

Gemeinsame Vorbereitung durch das kfd-Mess- und Leitungsteam

Anmeldungen bis zum 15.08.25 bei Averbek oder per mail unter anmeldung@kfd-hoetmar.de

September

29.08. Freitag

Tagesradtour nach Nordkirchen/Olfen

Veranstalter: kfd Diözesanverband Münster

Anmeldung bis 22.07.25 bei Frau Püttmann unter
0151-11630803

Weitere Informationen auf kfd-muenster.de

Eltern-Kind-Gruppe

01.09. Montag

9.15 – 10.45 Uhr

Ort: Pfarrheim

Kindesalter: 1 -3 Jahre

13x/78,00 €

Nichtmitglieder zahlen

97,50 €

Gemeinschaftsmesse der Frauen

02.09. Dienstag

9.00 Uhr

mit anschließendem Frühstück im Pfarrheim

E-LA-MO (findet jede Woche statt)

02.09. Dienstag

9.00 - 12.00 Uhr

Leitung: Anni Osthues sowie eine weitere
Betreuerin (NN)

Ort: Pfarrheim

Betreuungsgebühr: 2 € pro Stunde/

Nichtmitglieder 3 € pro Stunde

Anmeldungen vor dem 02.09. bitte telefonisch
bei Anni Osthues, Tel. 1230.

September

Hatha Yoga

04.09. Donnerstag

8.30 - 10.00 Uhr

Leitung: Elisabeth Burlage

Ort: Pfarrheim

12x/108,- €

Nichtmitglieder zahlen

128,00 €



Workshop: Herbstdeko basteln mit Henni

In diesem kreativen Workshop gestalten wir stimmungsvolle Herbstdekorationen, die Ihr Zuhause verschönern. Unter der fachkundigen Anleitung von Henriette Johanshon, Floristin aus Hoetmar, entstehen individuelle Kunstwerke aus Naturmaterialien und anderen herbstlichen Elementen.

Instagram: [henni.sbluetenzauber](#)

Ort: Pfarrheim

Weitere Infos folgen später über die Presse und per Whatsapp.

September

Zur Abendstunde

Am Ende des Tages schleicht die Stille
Klammheimlich ins Land.

Zum Abschied der Sonne schmückt sich
der Himmel im Abendgewand.

Am Ende des Tages knüpfen die Stunden
Ihr Zeitperlenband.

Wir stehen und staunen.

„Wie schön!“ sagst du leise und nimmst meine Hand.

Elke Bräunling

Rückenfitness: Tu`s für Dich

17.09. Mittwoch

1. Gruppe 8.00 - 9.00 Uhr

2. Gruppe 9.00 - 10.00 Uhr

Leitung: Andrea Ruch

Ort: Pfarrheim 10x/40,- €

Nichtmitglieder zahlen 55,- €

„Zwergenzeugs und Firlefanz“

Samstag 09.30 – 11.30 Uhr

Kinderbasar mit Cafeteria

Der Ort wird noch bekanntgegeben.

Anmeldungen unter zwergenzeug@web.de



September

Mütter & Töchter

20.09.25 Samstag

09.30 – 17.00 Uhr

Wir möchten Müttern und ihren erwachsenen Töchtern mit diesem Tagesevent eine besondere Auszeit bieten. Sie werden gemeinsam entspannen, aktiv sein, sich austauschen, inspirieren und Genussmomente teilen. Lassen Sie sich überraschen!

Ort: LVHS Freckenhorst

Veranstalter: kfd-Diözesanverband Münster

Kosten: 40 € p.P. inkl. Verpflegung

Anmeldung LVHS-Freckenhorst@bistum-muenster.de oder telefonisch

13.10. – 24.10.

Herbstferien

Spätherbst

Schon mischt sich Rot in der Blätter Grün,
Reseden und Asten im Verblühn,
die Trauben geschnitten, der Hafer gemäht,
der Herbst ist da, das Jahr wird spät.

Und doch - ob Herbst auch - die Sonne glüht,
weg drum mit der Schwermut Gemüt!
Banne die Sorge, genieße was frommt,
eh Stille, Schnee und Winter kommt.

Theodor Fontane

Oktober / November

Gemeinschaftsmesse der Frauen

07.10. Dienstag

9.00 Uhr

mit anschließendem Frühstück im Pfarrheim

Gemeinschaftsmesse der Frauen

04.11. Dienstag

9.00 Uhr

mit anschließendem Frühstück im Pfarrheim

„Kraftvolle Frauengeschichten“ aus der Bibel frei erzählt

19.11. oder 14.11.

17.00 Uhr

St. Luciakirche Harsewinkel

Veranstalter: kfd Region Warendorf

Genauer Zeitpunkt wird noch bekanntgegeben

Weihnachtsbasteln mit Kindern

22.11. Samstag



Adelheid Vollmann wird zusammen mit Kindern im Alter von 6-10 Jahren Nettes und Dekoratives für die Advents- und Weihnachtszeit basteln.

Bei entsprechender Nachfrage werden zwei nach Alter aufgeteilte Gruppen eingerichtet.

09.00 – 10.30 Uhr

10.30 – 12.00 Uhr

Ort: Pfarrheim

Mitzubringen sind Malkittel, Klebe und Schere

Kosten: 6,- Euro/ 7,- Euro für Kinder von Nichtmitgliedern

Dezember



Rorate messe im Advent

04.12. Donnerstag

18.30 Uhr

Ort: Pfarrkirche St. Lambertus

*Wir wünschen allen Mitgliederinnen
und ihren Familien eine besinnliche
Adventszeit und Frohe Weihnachten!*



Das Messvorbereitungsteam

Einmal im Monat setzt sich das Messvorbereitungsteam zusammen, um die Gemeinschaftsmesse der Frauen vorzubereiten.

Im Team sind:

Barbara Liermann,
Mechthild Schweck,
Heike Stiefel-Kreickmann,
Mechthild Wildemann.

Das Logo des Weltgebetstags



Frauen die Lust haben, sich an der Vorbereitung und Gestaltung des ökumenischen Weltgebetstages zu beteiligen, sind ebenfalls herzlich willkommen.

Talentfrauen gesucht!

Haben Sie ein besonderes Talent oder Wissen, ein kreatives, musikalisches oder künstlerisches Hobby und möchten Ihr Wissen gern an andere Frauen weitergeben?

Bitte melden Sie sich beim Team, bestimmt können wir gemeinsam einen schönen Workshop für alle Frauen erarbeiten.

Anmeldung

Wir wünschen uns für die Teilnahme an den Veranstaltungen eine Mitgliedschaft in der kfd. Zu den meisten Kursen und Veranstaltungen ist eine Anmeldung erforderlich.

Anmeldung und Bezahlung der Kurse
Rückenfitness, Hatha Yoga und Eltern-Kind-Gruppe bei Annette Höne, Tel. 452.

Sitzgymnastik: Anmeldungen per mail oder bei
Averbeck, Bezahlung am 1. Kurstag bei Astrid
Tertilt, Tel. 95196

Ansonsten gilt: Anmeldungen im Geschäft Averbeck,
Hoetmar (es liegen Listen aus) oder per mail unter
anmeldung@kfd-hoetmar.de

Die Lehrveranstaltungen finden in
Zusammenarbeit mit dem HdF – Haus der Familie
(Katholisches Bildungsforum im Kreisdekanat
Warendorf) statt.

Münsterland ist bunt - der Podcast zur Ernährungswende

Die kfd-Kommission für Agrarfragen hat sich mit dem Ernährungsrat Münster zusammengesetzt und den Podcast: „Münsterland ist bunt“ ins Leben gerufen. Seit Ende 2023 werden regelmäßig neue Folgen veröffentlicht.
-> kostenlos überall wo's Podcasts gibt
(z.B. auf Spotify)

Das Team der kfd Hoetmar

Astrid Tertilt, Sprecherin

Holtrup 21

Tel. 95 196

Annette Höne, Kursbetreuung

Hellstr. 20

Tel. 452

Andrea Averhoff, Kassiererin

Natarp 1

Tel. 358

Gisela Hustert, Schriftführerin, Taufen, Presse

Am Schulzenhof 52

Tel. 7682

Petra Winzer, Mitgliederverwaltung

Up de Geist 3a

Tel. 94 05 94

Beate Schlüter, Jubiläen, Geburtstage

Buddenbaum 25

Tel. 94 02 99

E-Mail: anmeldung@kfd-hoetmar.de
 kfd-hoetmar@t-online.de