

KAB Aktuell

**Kath. Arbeitnehmer-Bewegung
Diözesanverband Bamberg e.V.**

September 2025



**Licht und Schatten im Gesetz
(neues Ladenschlussgesetz in Bayern)**
Seite 4

**Die Garantierte Alterssicherung
(Rentenmodell der KAB)**
Seite 8

Lasten gerechter verteilen
Seite 11

**Glaubensweg der Hoffnung
(Seniorenwallfahrt)**
Seite 14

Plakate Nachhaltigkeit
Seite 16

**Christliche
Arbeiter-Hilfe e.V.**
Seite 20



KAB

Bewegung für soziale Gerechtigkeit



**Katholische Arbeitnehmerbewegung
Bamberg e.V.**

www.kab-bamberg.de

Liebe Leserinnen und Leser,

ich freue mich, Sie mit einem „Wort zuvor“ in dieser digitalen Ausgabe des Infoblattes begrüßen zu dürfen. Dabei rücke ich das **B** der Abkürzung KAB für unseren Sozialverband in den Blick.

Bewegt klingt wohl etwas zu verharmlosend für eine grobe Beschreibung unserer Zeit. Ich erlebe sie eher unübersichtlich, rau, stürmisch, kriegerisch und natur- und menschenverachtend. Viele Mächte, die in ihr wirken, überfluten uns mit Informationen und Aktionen, bewegen uns permanent, treiben uns vor sich her und lassen uns durch unser Leben hecheln. Wer sich finden will, einen eigenen Lebenswert, Achtsamkeit, Mitgefühl, Solidarität und Mitverantwortung leben will, muss ganz schön gegen den Strom schwimmen.

Das **B** steht aber auch für eine Möglichkeit, dieser schein-

baren Ohnmacht entgegenzuwirken. Ich kann mich bewegen lassen, mich selbst bewegen und mit Gleichgesinnten eine **Bewegung** bilden: Gemeinsame Ziele verfolgen, Gemeinschaft erleben und gemeinsam viel bewirken, bei uns und andernorts. Die KAB ist so eine Bewegung, eine Bewegung für soziale Gerechtigkeit, Solidarität und die Wahrung der Menschenrechte in der Arbeitswelt und darüber hinaus.

Die Artikel in dieser „KAB aktuell“ zeigen, dass diese Bewegung lebendig ist, verbindet, informiert, sich engagiert und in vielfältiger Weise hilft und unterstützt.

Ich lade Sie herzlich ein, das nachzulesen in den Berichten über die große Seniorenwallfahrt, das Rentenmodell der garantierten Alterssicherung, den zu erwartenden Auswirkungen des neuen Laden-



Roland Baierl. Bild: privat

schlussgesetzes in Bayern, aber auch über die solidarischen Hilfen der CAH bei uns und der Fivoy Initiative in Madagaskar. Dazu noch ganz Praktisches wie nachhaltige Kochrezepte und Tipps und Hacks.

Ich wünsche Ihnen, auch im Namen der Redaktion, eine bewegte und bewegende Lektüre.

Mit herzlichen Grüßen

Roland Baierl

Das erwartet Dich:

Grüß Gott		Seite	3
Das bewegt uns	Licht und Schatten im Gesetz (Ladenschlussgesetz)	Seite	4–7
Im Fokus	Die Garantierte Alterssicherung (Rentenmodell der KAB)	Seite	8–10
Wir treten ein für Dich	Lasten gerechter verteilen	Seite	11–12
KAB anderswo	KAB wählt neuen Bundesvorstand	Seite	13
Im Blick	Glaubensweg der Hoffnung (Seniorenwallfahrt)	Seite	14–15
#Tipps & Hacks	Plakate vom Aktionskreis Nachhaltigkeit	Seite	16–19
Was uns stark macht	Die Christliche Arbeiter-Hilfe	Seite	20–21
	Madagaskar: Herstellung von umweltfreundlicher Kohle	Seite	22
Nachgespürt	Erinnerungen (Impuls von Heike Morbach)	Seite	23
DV-News	Barbara Titze gestorben	Seite	24
Weißt du noch...?	KAB Bamberg war gut präsentiert	Seite	25
Im Blick	Ehrwürdiger Scheich mit den langen Ohren	Seite	26–27
#Tipps & Hacks	Nachhaltig kochen und essen	Seite	28–29
Zu guter Letzt	Teilen Sie uns Ihre E-Mail-Adresse mit	Seite	30

Das neue Ladenschlussgesetz in Bayern ist am 1. August 2025 in Kraft getreten

Licht und Schatten im Gesetz

Am Donnerstag, 10. Juli 2025, hat der Bayerische Landtag mit den Stimmen der Freien Wähler und der CSU, bei Gegenstimme der SPD und Stimmenthaltung der Grünen und AFD das neue bayerische Ladenschlussgesetz beschlossen. Dazu hat ver.di Bayern, Fachbereich Handel, für die Allianz für den freien Sonntag folgende Stellungnahme veröffentlicht:

Ein Gesetz mit Licht und Schatten

Als großer Erfolg der gemeinsamen Arbeit und unseren vielfältigen Aktionen in der Allianz für den freien Sonntag, vieler Bündnispartner, unserer aktiven ver.di Betriebsräte und vieler Unterstützer ist es gelungen, die grundsätzliche Öffnungszeit auf Montag bis Samstag von 6.00 bis 20.00 Uhr zu begrenzen.

Zum großen Bedauern wurden durch vielfältige Ausnah-

meregelungen massive Angriffe auf den Schutz des freien Sonntags und die Gesundheit der Beschäftigten möglich gemacht.

Dabei fanden die mehr als kritischen Stimmen von DGB, ver.di, der katholischen und evangelischen Kirche, dem Landeskomitee der Katholiken und der KAB leider im Gesetzgebungsverfahren kein Gehör.

Die kritischen Punkte im Gesetz bleiben:

1. Angriffe auf den Sonntagschutz

Besonders am Schutz des freien Sonntags wird das Vorgehen von CSU und Freie Wähler deutlich. Im Artikel 2 wird geregelt, dass Verkaufsstellen an Sonn- und Feiertagen geschlossen sein müssen, außer es seien Ausnahmen im Gesetz geregelt. Die Ausnahmen sind jedoch sehr zahlreich und sie sind auf den ersten Blick nicht sichtbar. Diese sind:

Erste „Ausnahme“: Verkaufsoffene Sonn- und Feiertage

Die alte Regelung der sogenannten Marktsonntage wird im Gesetz durch „vier generelle Sonntagsöffnungen“ ersetzt. Diese können durch die Gemeinden durch Rechtsverordnung freigegeben werden. Dabei wird im Artikel 6 versucht, die Vorgaben des Bundesverfassungsgerichts und anderer Gerichte durch rechtlich unbestimmte Begriffe zu ersetzen. Dabei schrecken die Verfasser des Gesetzesentwurfs auch nicht davor zurück, in das Gesetz eine Vermutung der Rechtskonformität der kommunalen Rechtsverordnungen mit der Formulierung aufzunehmen: „Der Zusammenhang zwischen Anlass und Ladenöffnung wird vermutet,...“. Dies vor dem Hintergrund, dass die heute bestehenden Verordnungen zu Marktsonntagen mehrheitlich rechtswidrig sind.

Da nach der neuen Gesetzesformulierung nun ein *nicht näher beschriebener besonderer Anlass* notwendig ist, befürchten wir eine massive Ausweitung von Sonntagsöffnungen allein über diesen Passus.

Zweite „Ausnahme“: Personallos betriebene Kleinstsupermärkte

Sogenannte personallos betriebene Kleinstsupermärkte bis 150 Quadratmeter Verkaufsfläche sind von den Ladenschlusszei-



Symbolbild: Pixabay

ten vollständig ausgenommen. Gemeinden könnten die Öffnungszeiten einschränken, werden dies aber aufgrund der bisher gemachten Erfahrungen nicht tun. *Das bedeutet, dass diese Verkaufsstellen rund um die Uhr und an allen Sonntagen öffnen können.* Da dieses neue Betriebsformat gerade erst entsteht, ist die Tragweite dieser Ausnahme noch nicht einmal im Ansatz sichtbar. Dass damit Umsätze vom beratungsintensiven Einzelhandel abgezogen werden und zu Verkaufsstellen mit wenig Personal, beschränktem und standardisiertem Sortiment umgeleitet werden, hat aber weitreichende Folgen.

Auch hier steckt der bekannte Teufel dieser Regelung im Detail. So wird im Artikel 2 Absatz 2 der Anschein erweckt, als dürften nur *personallos* betriebene Formate öffnen. Gestützt wird dies durch die weiteren Formulierungen im Artikel 9 Absatz 5, nach dem die Beschäftigung von Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen *zum Verkauf, zur Wartung, zum Befüllen, zum Reinigen oder ähnlichen regelmäßig anfallenden Tätigkeiten* untersagt wird. Im folgenden Satz wird dieser Grundsatz aber wieder aufgehoben durch die Regelung: *„Sofern die Arbeiten nicht außerhalb der allgemeinen Ladenschlusszeiten vorgenommen werden können, gelten die Ausnahmen des Paragraphen 10 des Arbeitszeitgesetzes entsprechend.“*

In Paragraph 10 ArbZG sind nun doch Arbeiten an Sonn-



24-Stunden-Öffnung. Bild: US

tagen erlaubt gemäß Paragraph 10 Ziffer 10 ArbZG *zum Kommissionieren von leichtverderblichen Waren*, gemäß Paragraph 10 Ziffer 13 ArbZG *bei der Bewachung* und Paragraph 10 Ziffer 14 ArbZG *bei der Reinigung, ... der Vorbereitung der Wiederaufnahme des vollen werktäglichen Betriebes.*

Damit kann durch die Hintertür dieser Ausnahmen wieder die Mehrzahl der Beschäftigten an Sonntagen eingesetzt werden.

Die bisherige bayerische Begrenzung der Verkaufsfläche auf 100 Quadratmeter wurde um 50 Prozent auf 150 Quadratmeter erhöht und gibt damit vor allem den Handelskonzernen viele technische Möglichkeiten für dieses neue Betriebsformat.

Wird im Gesetz noch der Eindruck erweckt, dass ausnahmslos Digitale Kleinstsupermärkte unter die Regelung fallen, macht die Begründung zum Gesetz auf Seite 17 deutlich, dass auch *hybride Formate*, also Supermärkte, die größer sind, aber *„mit einer für Kunden nicht ohne größere An-*

strengung passierbaren Abtrennung der über 150 Quadratmeter liegenden Verkaufsfläche zum Beispiel mittels automatischer Türen hinausgehen“ ausgestattet sind. Möglich ist demnach auch ein hybrider Betrieb, etwa bei einer Abtrennung der über 150 Quadratmeter liegenden Verkaufsfläche.

Da dieses Gesetz mindestens die nächsten 20 Jahre Gültigkeit besitzt und die technischen Innovationen sowie die Digitalisierung im Einzelhandel rasante Entwicklungen möglich machen, werden alle Neueröffnungen und Umbauten auch der großen Supermärkte die technischen Voraussetzungen schaffen, um unter diesen „Ausnahme“-Tatbestand zu fallen.

Das in der Begründung des Gesetzes formulierte Ziel der Wettbewerbsneutralität wird durch diese Neuregelung zum Treppenwitz. Die Großkonzerne im Handel werden das neue Betriebsformat der digitalen und hybriden Supermärkte massiv nutzen, um den dramatischen Verdrängungswettbewerb weiter anzuhetzen. Neben den Beschäftigten wird gerade die ohnehin schlechte Nahversorgung im ländlichen Raum angegriffen und weiter verschlechtert. Diese Formate entstehen dort, wo gute Umsätze zu erwarten sind, also an Verkehrsknotenpunkten, zentralen Lagen und in Städten. Denn ihr Vorteil ist eben nicht die dezentrale Lage, sondern die *Privilegierung bei den Öffnungszeiten vor allem am Sonntag und in der Nacht.* Da-

6 Das bewegt uns

mit ziehen sie aber notwendige Umsätze von Dorfläden und Nahversorgern ab und gefährden diese zusätzlich.

Dritte „Ausnahme“: Verkauf in Kur-, Erholungs-, Wallfahrts- und Ausflugsorten

40 Sonntagsöffnungen pro Jahr werden durch die Neuregelung des Verkaufs in Ausflugsorten möglich. Diese sollen in Zukunft bereits durch eine Rechtsverordnung der Gemeinden möglich werden. Die Genehmigung durch das bayerische Arbeitsministerium entfällt. Viele Anträge von Kommunen wurden in der Vergangenheit durch eine rechtskonformere Auslegung der alten Regelung abgelehnt. Hier besteht die Befürchtung einer ebenfalls massiven Ausweitung von Sonntagsöffnungen durch leichtfertige und rechtswidrige Rechtsverordnungen der Kommunen.

Bürgermeister, Gemeinde- und Stadträte wollen wieder gewählt werden. Vielfach mussten wir erleben, dass sie sich in der Entscheidung zwischen

Sonntagsschutz und dem sinnfreien Ansinnen von Handelsbetrieben auf mehr Sonntagsöffnungen nicht für den Sonntagsschutz entschieden haben. Ein besonderes Einfallstor stellt die Regelung zu den Ausflugsorten dar. Wird im ersten Teil der Regelung noch eine klar abgrenzbare Formulierung verwendet: *„Ausflugsorte sind Orte oder Ortsteile mit besonders ausgeprägtem Tourismus, in denen entweder die Zahl der Gästeübernachtungen das Siebenfache der Einwohnerzahl der jeweiligen Gemeinde in der Regel übersteigt...“* wird dies im nächsten Satz schon wieder ausgehebelt und in die Beliebigkeit gestellt: Hier reicht es dann, wenn die Orte *„über besondere Sport-, Kultur- oder Freizeitangebote oder über vergleichbare den Tourismus fördernde Einrichtungen verfügen,“* um die Voraussetzung zu erfüllen.

Hier verbirgt sich ein weiteres großes Einfallstor für die massive Ausweitung von grundgesetzwidrigen Sonntagsöffnungen.

Weitere „Ausnahmen im öffentlichen Interesse“

Im Artikel 8 verbirgt sich eine Generalklausel für weitere, aus unserer Sicht rechtswidrige Sonntagsöffnungen. Sie fußt auf der bisher gültigen Regelung der „Öffnung im öffentlichen Interesse“ – zum Beispiel, wenn die Versorgung einer größeren Menschenmenge mit Nahrungsmitteln in Notstandsfällen oder bei überregionalen Großveranstaltungen

mit außergewöhnlichem Besucheraufkommen erforderlich wurde.

Nun können nach Artikel 8 Absatz 2 Bezirksregierungen Öffnungen zulassen, wenn *„dies die Befriedigung an einzelnen Tagen besonders hervortretender Bedürfnisse in der Bevölkerung im öffentlichen Interesse erfordert“* und aus der Öffnung wird dann im folgenden Satz eine Verpflichtung zur Verordnung, wenn: *„im Fall überregionaler Großereignisse kultureller, religiöser, traditioneller, historischer oder sportlicher Art sollen sie die Ausnahme bewilligen.“*

Und nochmal: Weitere „Ausnahmen“ vom Sonntagsschutz

Ebenfalls ausgenommen von dem grundsätzlichen Verkaufsverbot an Sonn- und Feiertagen sind ganz oder stundenweise Tankstellen, Flughäfen, Personenbahnhöfe des Schienenfern- und Busfernverkehrs, Apotheken, Volksfeste, Museen, Theater oder Kinos sowie Sport- und Freizeiteinrichtungen, Verkaufsstellen zur Abgabe von Zeitungen und Zeitschriften, Bäckereien, Verkaufsstellen zur Abgabe frischer Milch oder von Milcherzeugnissen. Ebenso Lebensmittelläden an Heiligabend, wenn dieser auf einen Sonntag fällt.

2. Angriff auf die Gesundheit der Beschäftigten durch Nachtöffnungen

Einen deutlichen Angriff auf die Gesundheit der Beschäftig-



Symbolbild von
PublicDomainPictures auf Pixabay

ten stellt die im Gesetz formulierte Ausweitung der Nachtöffnungen dar. Ohne nähere Vorgaben können die Gemeinden acht Werktage bis 24.00 Uhr freigeben. Weitere vier Nachtöffnungen können willkürlich von den Betrieben durchgeführt werden, diese müssen lediglich zwei Wochen vorher angezeigt werden.

Dies ist ein massiver Angriff auf die Gesundheit der Beschäftigten, auf die Vereinbarkeit von Familie und Beruf und wird die Personalbindung im Einzelhandel verschlechtern sowie die Personalgewinnung weiter erschweren.

3. Löchriger Schutz der Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen

Der in Artikel 9 beschriebene Schutz der Arbeitnehmer entspricht in weiten Teilen den im alten Gesetz geltenden Schutzvorschriften. Während die Staatsregierung einen Reformbedarf bei den Regelungen zum alten Ladenschlussgesetz sah, sieht sie dies beim Arbeitnehmerschutz nicht. Neuere Erkenntnisse zur Schädlichkeit von Sonntags- und Nachtarbeit für die Beschäftigten und ihre Familien ignoriert sie. Auch die Erfahrungen, dass Schutzvorschriften nicht greifen, wenn sie nur auf Verlangen der Beschäftigten Geltung bekommen, werden ignoriert. Dass sich dies bei zunehmender Personalknappheit noch deutlich verschärft hat, wird ebenfalls nicht berücksichtigt.

Besonders bitter ist die Sichtweise der Staatsregierung für

Beschäftigte, die zusätzlich pflegebedürftige Angehörige betreuen. Sie werden nicht von der Verpflichtung zur Nachtarbeit in den neugeschaffenen Nachtöffnungen ausgenommen, wenn eine im Haushalt lebende Person die Pflege für die einzelne Nachtöffnung übernehmen kann. Deutlicher kann die weitreichende unsoziale Auswirkung des neuen Ladenschlussgesetzes auf die Familie nicht werden.

4. Mangelnde Aufsicht und Kontrolle

Die Aufsicht über die rechtskonforme Anwendung des Gesetzes durch die Gemeinden und Betriebe sollen nun ausgerechnet weitestgehend die Gemeinden selbst erfüllen. Eben jene Kommunen, welche schon in der Vergangenheit nahezu flächendeckend durch rechtswidrige Verordnungen bei Sonntagsöffnungen aufgefallen sind. Dies kommt einem Aufruf zum Rechtsbruch gleich.

5. Rechtliche und gerichtliche Kontrolle massiv erschwert oder ausgehebelt

Durch das weitgehende Verlagern der Entscheidungskompetenzen auf die Kommunen werden auch die rechtlichen Kontrollmöglichkeiten durch Gerichte massiv erschwert. Es kann damit schwer gegen die jeweilige Regelung im Gesetz geklagt werden, sondern die Klage muss gegen die konkrete Rechtsverordnung der Kommunen gerichtet sein. Dies würde bedeuten, dass wir

Klagen gegen viele hundert Rechtsverordnungen führen, was finanziell nicht leistbar wäre und auch nicht der Kern unserer Aufgabe ist, sondern durch entsprechende Aufsichtsbehörden geleistet werden müsste. Diese sind aber im Gesetzentwurf entmachtet worden.

6. Weiteres Vorgehen

Unser DGB Vorsitzender Bernhard Stiedl hat bereits in einer ersten Pressemitteilung auf das neue Gesetz kritisch reagiert. Wir bereiten ein Flugblatt für unsere Mitglieder in den Betrieben vor, in dem wir die wesentlichen kritischen Punkte darstellen.

- Wir werden in möglichst vielen Betriebsversammlungen des Handels das neue Gesetz und die Auswirkungen darstellen. Dazu werden wir eine Musterpräsentation zur Verfügung stellen.
- Wir bereiten rechtliche Schritte (Normenkontrollverfahren) gegen ausufernde und aus unserer Sicht rechtswidrige Sonntagsöffnungen in ausgewählten Kommunen vor.
- Für den Herbst bestreiten wir ein Hearing, um mit ausgewählten Rechtsexperten, ver.di Betriebsräten und Bündnispartnern die verfassungsgemäße Überprüfung des Gesetzes vorzubereiten.
- Wir werden nach dem Hearing fristgerecht Klage gegen die kritischen Regelungen des Gesetzes einreichen.

*Hubert Thiermeyer,
ver.di Bayern*

Das neue, armutsfeste Rentenmodell – Ein Vorschlag der KAB Deutschlands

Die Garantierte Alterssicherung (GA)

Ziele und Forderungen

Die KAB will:

- das umlagefinanzierte, solidarische und leistungsbezogene gesetzliche Rentensystem beibehalten und stärken,
- Altersarmut durch die Einführung einer Garantierten Alterssicherung (GA) verhindern,
- eine eigenständige und existenzsichernde Rente für alle Versicherten verwirklichen,
- einen Beitrag zur Gleichstellung von Frauen und Männern in der Alterssicherung leisten,
- insbesondere diejenigen Personen, die im Niedriglohnbereich und prekären Beschäftigungsverhältnissen arbeiten, besser stellen,
- niemand schlechter stellen als im aktuellen Rentensystem,
- unbezahlte Care-Arbeit stärker anerkennen,
- Selbstständige in das System der gesetzlichen Rentenversicherung mit einbeziehen,
- alle Einkommensarten in die Finanzierung der Rentenversicherung einbeziehen,
- das derzeitige gesetzliche Rentenalter von 67 Jahren beibehalten.

Systematik

Die Grundsystematik der gesetzlichen Rentenversicherung wird beibehalten. Innerhalb

des Systems wird zusätzlich zur erwerbsbezogenen Rente die Garantierte Alterssicherung (GA) eingeführt. Sie ist ein solidarischer Beitrag zur Verhinderung von Altersarmut.

- Alle Bürgerinnen und Bürger sind ab dem 17. bis zum 67. Lebensjahr versicherungspflichtig in der gesetzlichen Rentenversicherung unabhängig von Erwerbsarbeit.
- In dieser Zeit erfolgt der Aufbau der garantierten Alterssicherung mit 0,6 GA-Punkten pro Jahr, so dass nach 50 Jahren alle Versicherten mindestens eine garantierte Alterssicherung auf der Grundlage von 30 GA-Punkten erhalten.
- Die Berechnung der GA ist angelehnt an die Definition der allgemeinen Armutsgrenze von 60 Prozent des

mittleren Einkommens und bezieht sich mit 0,6 GA-Punkten pro Jahr auf die Anrechnung von einem Entgelt-punkt für ein Durchschnittseinkommen in der Gesetzlichen Rentenversicherung.

- Für Versicherte, die trotz GA ihre Existenz im Alter nicht sichern können, bleibt der Anspruch auf Fürsorgeleistungen (Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung) erhalten.
- Mit Einführung der GA fällt der Grundrentenzuschlag weg.

Die eigene Leistung zählt

- Für alle Versicherten in der gesetzlichen Rentenversicherung werden wie bisher auch Entgelt-punkte auf der Grundlage von Beitragszahlung angerechnet.

KEINE ANGST!
Wir kämpfen für deine Rente.

FÜR EIN CHRISTLICHES MITEINANDER IN DER ARBEITSWELT.
Jetzt Mitglied werden in der KAB!

Auch schon Angst vor der Altersarmut? Für Menschen in Teilzeit, mit Pflege- oder Erziehungszeiten, Selbstständige, Mindestlohnverdiener und viele andere eine wachsende Bedrohung. Setz dich ein gegen soziale Ungerechtigkeit und für eine faire Altersvorsorge für alle. Mit deiner KAB. www.kab.de

KATHOLISCHE ARBEITNEHMER-BEWEGUNG

KAB! TRITT EIN FÜR DICH.

- Jeder eigene Beitrag in der Rentenversicherung führt zu einer Erhöhung der Rentenleistung.
- Für Versicherte, die aufgrund von Beitragszahlung weniger als 30 Entgeltpunkte erreichen, werden zu den 0,6 GA-Punkten pro Jahr 20 Prozent der erreichten Entgeltpunkte zusätzlich angerechnet.
- In dem Korridor von 30 bis 40 erreichten Entgeltpunkten wird der Zuschlag zur GA mit zunehmender Entgeltpunktzahl bis auf 0 Prozent abgeschmolzen.
- Für Versicherte mit mindestens 40 Entgeltpunkten gibt es keine Veränderung zum derzeitigen System der gesetzlichen Rentenversicherung.
- Kindererziehungszeiten werden mit mindestens 3 Entgeltpunkten pro Kind angerechnet.
- Pflegezeiten werden in Abhängigkeit vom Pflegegrad mit mindestens 0,5 bis maximal 1,0 Entgeltpunkten und auch noch nach Renteneintritt anerkannt.
- Entgeltpunkte für Kindererziehung und Pflege werden analog zu den heutigen Regelungen für Versicherte zu der Gesamtpunktzahl aus GA und Beitragszahlung zugerechnet.
- Im Scheidungsfall werden nur die Entgeltpunkte aufgeteilt.

Absicherung von Risiken

- Die Absicherung des Risikos der Erwerbminderung bleibt erhalten. Es wird eine Rente



Symbolbild von Stefan Schweihofer auf Pixabay

- gezhalt, bei der die GA-Punkte und die erworbenen Entgeltpunkte hochgerechnet werden.
- Die Abschläge für vorzeitigen Rentenbeginn bei der EM-Rente werden abgeschafft.
- Die Altersrente für schwerbehinderte Menschen bleibt erhalten. Versicherte mit Schwerbehinderung können schon bei Rentenbeginn mit 65 Jahren die volle Garantierte Alterssicherung erhalten.
- Die Absicherung von Hinterbliebenen wird wie bisher fortgeführt.

Erweiterung der Absicherung

- Selbständige werden in die Versicherungspflicht der gesetzlichen Rentenversicherung einbezogen.
- Die gesetzliche Rentenversicherung wird zu einer Pflichtversicherung für alle Erwerbstätigen unter voller Einbeziehung von geringfügig

- Beschäftigten, Click-Workern (freiberufliche digitale Arbeit), Scheinselbständigkeit, Werksvertragsarbeit ausgebaut.
- Eine Einbeziehung der Beamtenversorgung und der berufsständischen Versorgungssysteme ist möglich.

Finanzierung

- Die Finanzierung der erwerbsbezogenen Rente erfolgt wie bisher paritätisch aus Beiträgen vom Bruttolohn.
- Die Bundesmittel an die gesetzliche Rentenversicherung werden weiterhin gezahlt.
- Zur Finanzierung der Garantierten Alterssicherung wird ein Beitrag auf alle weiteren Einkunftsarten erhoben.

Übergang

- Der Übergang ist jederzeit möglich.
- Bestandsrenten werden in die Garantierte Alterssicherung einbezogen und neu berechnet.

Termine

17. September 2025

Online-Seminar „Teamarbeit und soziale Kompetenzen“.

18.–21. September 2025

Mit der Bibel im Rucksack, Bergwandern „Unterwegs im westlichen Karwendel“.

22. September 2025

Führung „Herbstanfang auf dem Weltacker“, Solawi, Bamberg.

22. September 2025

„Märchen aus aller Welt mit Veeh-Harfenklängen“, Pfarrheim St. Heinrich, Bbg.

23. September 2025

Online-Seminar „Gesundheit-Apps und Wearables“.

24. September 2025

Online-Seminar „Nachhaltig online: Trägt Digitalisierung zum Klimaschutz bei?“

25. September 2025

Online-Seminar „Es ist nie zu spät, die Rentenlücke zu schließen“.

29. September 2025

Online-Seminar „ETFs für Einsteiger“.

1. Oktober 2025

„Wie sieht die Zukunft der Pfarrgemeinden aus?“, Erzbischof em. Dr. Ludwig Schick, Nordhalben.

Einige Beispiele nach dem Rentenmodell GA

Ausgangspunkt	Beitragsjahre	Eigene Entgelt-punkte	Rentenhöhe brutto in Euro	GA-Rente
Eckrentner Rentner mit Durchschnitts-Jahresbrutto = 1 EP	40	40	1.572,80	1.572,80
Gutverdiener 20 Jahre 1,5 EP und 20 Jahre 2 EP	40	70	2.752,40	2.752,40
Mindestlohn empfänger (12,41 Euro/Stunde)	40	21,341	839,13	1.347,43
Prekäre Beschäftigte plus 10 Jahre arbeitslos	32	25,6	1.006,59	1.380,92

Begründung:

Schon seit längerem gibt es sowohl im Rentenbündnis wie auch in der KAB Deutschlands eine Diskussion zur grundlegenden Überarbeitung des Rentenmodells. Wesentlicher Hintergrund ist die inhaltliche Kritik an der Höhe der Sockelrente im Cappuccino-Modell, die nur das Existenzminimum ohne Wohnkosten abdeckt und somit zur Verhinderung von Armut im Alter nicht ausreichend ist.

Im Rentenbündnis der katholischen Verbände wurde daraufhin ein Vorschlag zur Weiterentwicklung des Rentenmodells erarbeitet und in die verbandlichen Diskussionen eingebracht. Die weitere Auseinandersetzung im Rentenbündnis hat allerdings gezeigt, dass aufgrund von unterschiedlichen inhaltlichen Positionierungen in den einzelnen Ver-

bänden eine Einigung auf ein gemeinsames Modell im Bündnis nicht erreicht werden konnte.

Daraufhin hat eine kleine Arbeitsgruppe in der KAB einen eigenen Vorschlag zur Weiterentwicklung des Rentenmodells erarbeitet und in die verbandliche Diskussion eingebracht (Berichte und Diskussionen im Bundesausschuss, Vorstellung und Diskussionen auf Fachtagungen mit den Experten und Expertinnen aus den Diözesanverbänden). Zentrales Element des „neuen“ Rentenmodells ist die Einführung einer garantierten Alterssicherung (GA), die im System der gesetzlichen Rentenversicherung eine Mindestsicherung für alle garantieren und somit Altersarmut wirksam verhindern soll.

KAB Deutschland

ACA fordert Anhebung der Beitragsbemessungsgrenze

Lasten gerechter verteilen

Angesichts einer zunehmenden finanziellen Schieflage in der Sozialversicherung fordert der Bundesvorstand der Arbeitsgemeinschaft Christlicher Arbeitnehmer-Organisationen (ACA) eine Anhebung der Beitragsbemessungsgrenze in der gesetzlichen Krankenversicherung. Er unterstützt damit Forderungen aus Politik, Krankenkassen und Verbänden.

Gestiegene Leistungsausgaben in Verbindung mit einer ungünstigen demografischen und konjunkturellen Entwicklung bringen derzeit vor allem die gesetzliche Krankenversicherung (GKV) und die soziale Pflegeversicherung (SPV) in eine angespannte finanzielle Lage. So musste ein Teil des regulären Bundeszuschusses vorzeitig überwiesen werden, um die benötigte Liquidität des Gesundheitsfonds zu gewährleisten. Dabei handelt es sich um 800 Millionen von insgesamt 14,5 Milliarden Euro, die jährlich aus Steuermitteln an die GKV fließen.

„Wir haben im vergangenen Jahr einen dramatischen Anstieg der Beitragssätze beobachtet. Bei einigen gesetzlichen Krankenkassen hat sich der Zusatzbeitrag innerhalb eines Jahres mehr als verdoppelt“, erklärt der ACA-Bundesvorsitzende Andreas Luttmers-Bensmann. Dies stelle eine enorme Zusatzbelastung für die Versicherten dar. Bei den Pflegekassen stelle sich die



Symbolbild
von Michael Oberbillig auf Pixabay.

finanzielle Situation nicht weniger prekär dar. Und dies bei zugleich ungebremst steigenden Eigenbeteiligungen in der stationären Pflege. Vor diesem Hintergrund beteiligt sich die ACA an der Forderung, die Beitragsbemessungsgrenze anzuheben. Damit ließe sich der finanzielle Handlungs- und Gestaltungsspielraum der gesetzlichen Kassen vorerst erhöhen, betont Luttmers-Bensmann.

Aktuell unterliegen Einkommen aus Erwerbsarbeit bis zu einer Höhe von 5512,50 Euro pro Monat der Beitragspflicht. Damit liegt die Beitragsbemessungsgrenze für die gesetz-

lichen Kranken- und Pflegekassen deutlich unter jener für die gesetzliche Rentenversicherung (GRV). Diese liegt bei 8050 Euro im Monat. „Es gibt keinen nachvollziehbaren Grund, weshalb es unterschiedliche Beitragsgrenzen in der Sozialversicherung gibt“, kritisiert Kathrin Zellner, stellvertretende Bundesvorsitzende der ACA. Mit Blick auf die solidarische Finanzierung der gesetzlichen Gesundheitsversorgung und der Pflege brauche es daher eine Anhebung der Beitragsbemessungsgrenze auf das Niveau der GRV.

Neuere Berechnungen des Instituts der Deutschen Wirt-

Termine

1. Oktober 2025

Praxisseminar
„ZOOM leicht gemacht“,
KAB Seminarraum Bbg.

6. Oktober 2025

Online-Seminar
„Realität 2.0 –
Was bleibt wahr, wenn KI
alles verändert?“

8. Oktober 2025

Online-Seminar
„Vertrauen! Warum es für
das Gemeinwesen wichtig
ist und wie wir es stärken
können“.

9. Oktober 2025

„Einkaufstour Supermarkt
vor Ort“, Bamberg.

9. Oktober 2025

Online-Seminar „Umgang
mit Konflikten im Berufs-
alltag, die NICHT gelöst
werden können“.

11. Oktober 2025

KAB KV Pegnitz,
Infofahrt nach Selb.

14. Oktober 2025

Online-Seminar „Klima-
neutral leben – geht das?“.

18. Oktober 2025

„Elektronische Patienten-
akte“, Gundelsheim.

20. Oktober 2025

KAB Medien-Mobil
„Mit dem Smartphone
unterwegs“, Pfarrh. Posseck.

schaft belegen, dass eine Anhebung zwar Ausfälle bei der Einkommenssteuer von bis zu fünf Milliarden Euro mit sich brächte. Gleichzeitig könnten die Einnahmen der gesetzlichen Kranken- und Pflegeversicherung um fast 23 Milliarden Euro gesteigert werden. Voraussetzung sei allerdings eine Erhöhung der Versicherungspflichtgrenze. „Andernfalls läuft man Gefahr, dass ein Teil der Versicherten mit höherem Arbeitseinkommen in die private Krankenversicherung wechselt und sich damit der Solidargemeinschaft entzieht“, erklärt der stellvertretende ACA-Bundesvorsitzende Hans-Jürgen Hopf.

„Neben einer Anhebung der Beitragsbemessungsgrenze ist es dringend erforderlich, dass

die Beiträge für Bürgergeldempfänger und Bürgergeldempfängerinnen gänzlich aus Bundesmitteln finanziert werden“, betont Zellner. Darin unterstütze man die kürzlich erhobene Forderung von Bundesgesundheitsministerin Nina Warken, der zufolge es jährlich eine finanzielle Unterdeckung von mindestens zehn Milliarden Euro in der GKV gibt. Erste Verhandlungsergebnisse zwischen den Delegationen von CDU/CSU und SPD sahen im März noch genau dies vor. In den Koalitionsvertrag schafften es entsprechende Überlegungen allerdings nicht. Dies hatte die ACA bereits bei der Vorstellung des Koalitionsvertrags im April heftig kritisiert.

ACA Deutschland



Die ACA setzt sich für eine solidarische und sozial gerechte Gestaltung der Sozialversicherung ein. Gemeinsam treten ihre Mitgliedsverbände – die Katholische Arbeitnehmerbewegung, das Kolpingwerk und der Bundesverband evangelischer Arbeitnehmerorganisationen – bei den Sozialwahlen an. Aktuell ist die ACA mit mehreren hundert Mandatsträgern und Mandatsträgerinnen in über 35 Krankenkassen, Berufsgenossenschaften und Rentenversicherungsträgern auf Bundesebene und in den Bundesländern aktiv. Damit ist sie nach den Gewerkschaften deutschlandweit der zweitgrößte Akteur im Bereich der Sozialwahlen.

Regelmäßig aktuelle Informationen von der KAB finden Sie auf dem Facebook-Kanal der KAB Bamberg
www.facebook.com/KABBamberg
oder auf ihrem Instagram-Profil
www.instagram.com/kab.bamberg

Katholische Arbeitnehmer-Bewegung wählte neuen Bundesvorstand

Die Katholische Arbeitnehmer-Bewegung (KAB) hat im Rahmen der 19. Bundesdelegiertenversammlung, die vom 28. bis 29. Juni 2025 in Wetzlar stattfand, einen neuen Bundesvorstand gewählt. Sarah Prenger, die bisherige kommissarische Leiterin der Arbeitsstelle für Frauenseelsorge bei der Deutschen Bischofskonferenz, wurde als neue hauptamtliche Bundesvorsitzende gewählt. Sie folgt Andreas Luttmer-Bensmann, der seit zehn Jahren das Amt inne hatte.

„Die aktuelle Ungleichverteilung der Vermögen ist aus christlicher Sicht nicht akzeptabel. Ebenso ist die Prekariisierung der Erwerbsarbeit nicht akzeptabel. Es darf nicht sein, dass auf Leute jegliches Risiko

abgeschoben wird und sie in der Folge keine Sicherheit, keine Planungsmöglichkeit haben, während andere die Gewinne einstreichen. Und es ist aus christlicher Sicht nicht akzeptabel, dass Menschen desto mehr unter der globalen Erwärmung leiden, je ärmer sie sind. Deshalb braucht es die KAB unbedingt, die für gerechte Erwerbsarbeit, soziale Gerechtigkeit und den Respekt der Menschenwürde eintritt,“ so Sarah Prenger in ihrer ersten Stellungnahme zur neuen Aufgabe.

Die Mitglieder der Bundesdelegiertenversammlung schlagen nach geheimer Wahl den bisherigen Bundespräsidenten der KAB, Pfarrer Stefan-Bernhard Eirich aus der Diözese Würz-

burg, der Deutschen Bischofskonferenz als Kandidaten für das Amt der Geistlichen Leitung vor. Eirich wirkt seit 2019 als Präses in der KAB Deutschlands. Die Bundesdelegiertenversammlung bittet den Ständigen Rat der Deutschen Bischofskonferenz, Stefan-Bernhard Eirich in seiner nächsten Sitzung als Geistliche Leitung zu ernennen.

„Die KAB ist eine ebenso große wie vielfältige Gemeinschaft, die sich mit Herzblut und klarer Kante für Gerechtigkeit und gesellschaftlichen Zusammenhalt einsetzt. Es ist für mich eine wunderbare Herausforderung, mit den Frauen und Männern in der KAB an der Schnittstelle von Kirche und Gesellschaftspolitik zu kämpfen,“ so Eirich.

Sarah Prenger und Stefan-Bernhard Eirich werden künftig den geschäftsführenden Bundesvorstand bilden. Der Bundesvorstand besteht erstmals aus dem geschäftsführenden Bundesvorstand und ebenfalls gewählten ehrenamtlichen Vorstandsmitgliedern.

Dem ehrenamtlichen Bundesvorstand gehören an: Annika Triller (Diözesanverband Köln), Dr. Timo Freudenberger (Diözesanverband Hildesheim), Oliver Bühl (Diözesanverband Aachen) und Stefan Wöstmann (Diözesanverband Osnabrück).



Der neu gewählte Bundesvorstand (von links nach rechts): Dr. Timo Freudenberger, Stefan Wöstmann, Annika Triller, Stefan-Bernhard Eirich, Sarah Prenger, Oliver Bühl.

Bild: KAB

KAB Deutschland

Große KAB-Seniorenwallfahrt führte in diesem Jahr nach Münsterschwarzach

Glaubensweg der Hoffnung

Seit 1994 organisiert der KAB Diözesanverband Bamberg eine Seniorenwallfahrt zu unterschiedlichen Orten. Die diesjährige 28. Seniorenwallfahrt der KAB Bamberg führte nach 2009 noch einmal nach Münsterschwarzach in die Abteikirche und stand unter dem Leitwort „Glaubensweg der Hoffnung“, in Anlehnung an das Motto des Heiligen Jahres „Pilger der Hoffnung“.

Bei schönstem Sommerwetter starteten 590 KABler und Gäste mit zwölf Bussen und einem Begleitfahrzeug aus Bamberg und Umgebung, Forchheim, Erlangen, Nürnberg, Pegnitz, Kronach, Bereich Lichtenfels und Kulmbach zu dieser Tagesveranstaltung. Schon aus der Ferne ragten die vier Türme der Abtei am Horizont auf. Symbolhaft stehen sie für die tiefe Verbindung zwischen den Mönchen der Benediktinerab-

tei und der Region. Seit über 1200 Jahren leben und arbeiten hier Benediktiner. Die Klosterkirche der Abtei Münsterschwarzach gilt als bedeutendes Werk des Architekten Albert Boßlet. Sie entstand zwischen 1935 und 1938 an der Stelle von drei Vorgängerkirchen.

Nach Ankunft der Busse beim Egbert-Gymnasium auf dem Abteigelände formierte sich der Wallfahrtszug, angeführt von etwa 25 KAB-Bannern und begleitet vom Musikverein Wallenfels e.V., und zog singend und betend zur Abteikirche. Dort wurden die Wallfahrer von Abt Michael Reepen begrüßt und er gab auch einige Erläuterungen zur Abtei. Den anschließenden Gottesdienst zelebrierte KAB Diözesanpräses Domkapitular Pfarrer Albert Müller zusammen mit den Geistlichen Reinhold Seidl, Dr.

Michael Hofmann, Matthias Steffel, Thomas Muttan und Pater Thomas.

In der Predigt ging Präses Müller auf das Motto des Heiligen Jahres „Pilger der Hoffnung“ ein: Wir Katholiken sind zu einem Glaubensweg der Hoffnung eingeladen und heute machten sich 590 gläubige Christen auf den Weg, um Zeugnis abzulegen. In Rom ist zurzeit die Heilige Pforte geöffnet, heute sind die Wallfahrer durch die weit geöffnete Pforte der Klosterkirche eingezogen. Hier schenkt uns Gott einen Ort der Hoffnung, damit unser Glaubensweg gelingt. Angst nimmt uns die Hoffnung auf eine bessere Welt – viele Kriege, Klimawende, Teuerung, persönliche Lebenskrisen – und ohne Hoffnung fühlen wir uns hilflos. Wir brauchen Hoffnung, denn wenn die Hoffnung gestorben ist, fehlt jede Perspektive. Was gibt uns Hoffnung, wer gibt uns Hoffnung? Als eine Gemeinschaft sind wir gemeinsam unterwegs auf dem Glaubensweg der Hoffnung, mit Schwestern und Brüdern, die an Jesus Christus und an seine Verheißung glauben. Das macht uns stark, wir sind nicht allein. Mit der 28. Seniorenwallfahrt hat sich die KAB Jahr für Jahr auf den Weg gemacht, um die Grundsätze der Katholischen Soziallehre zu bezeugen. Sie steht für die Werte Solidarität und Gerechtigkeit. Das stärkt unsere Hoff-



Gottesdienst in der Abteikirche Münsterschwarzach.



Einzug der Banner in die Abteikirche.
Alle Bilder: US

nung. Als KAB sind wir dankbar für den neuen Papst Leo, der sich mit seinem Namen bewusst in die Verantwortung der Soziallehre gestellt hat. Das macht uns Hoffnung, dass unsere Überzeugung auch in Zukunft gebraucht wird. Als Missionsbenediktiner-Abtei hat sie einen Blick über den Tellerand. Sie übernimmt Verantwortung in der Welt. So wie die Missionare ist auch die KAB Teil einer Weltbewegung – der WBCA. Wir sind verbunden mit den Frauen in Madagaskar, unserem Partnerprojekt

und es stärkt unsere Hoffnung, wenn wir die Hoffnung der Menschen in einem anderen Land stärken dürfen. Der Präses schloss die Predigt mit den Worten: „Wir sind heute hier als Ausdruck unserer Hoffnung auf den Glaubensweg der gemeinsamen Hoffnung“.

Am Ende des Gottesdienstes bedankte sich Carol Jakob bei Abt Michael Reepen und seinen Mitbrüdern für die freundliche Aufnahme in Münster-schwarzach, beim KAB Präses Domkapitular Albert Müller, bei den Mitzelebranten und den Messdienern sowie bei den Fahnenträgern und Busbegleitern. Ihr Dank galt auch der Firma Spörlein und Heike Morbach, die kurzfristig noch in die Vorbereitung und Organisation der Wallfahrt eingesprungen war.

Nach dem eindrucksvollen Gottesdienst fuhren die Wallfahrer mit den Bussen nach Würzburg in den Hofbräukeller zum gemeinsamen Mittagessen. In dieser riesigen Lokalität wurden alle Teilnehmenden mit drei zur Auswahl gestandenen Gerichten vorzüglich verköstigt. Während der Mittagspause wurde für zwei

KAB-Projekte, die CAH und Madagaskar, gesammelt. Bei dieser Kollekte kam die stolze Summe von 1.660 Euro zusammen. Danke an alle Spenderinnen und Spender.

Zum Ende des offiziellen Teils der Wallfahrt spielte der Musikverein Wallenfels noch einmal kräftig auf. Es ist schon eine lange Tradition, dass die „Wallenfeler“ die Seniorenwallfahrt begleiten. In diesem Jahr war die Gruppe mit 15, teilweise noch sehr jungen Musikern besetzt. Mit dem Lied „Freunde steht auf“ wurde eine harmonische und eindrucksvolle Seniorenwallfahrt der KAB offiziell beendet.

Das anschließende Nachmittagsprogramm wurde von den einzelnen Busbegleitern individuell gestaltet. Es wurden unter anderem Orte in und um Würzburg besucht.

Die bewährte Organisation und Begleitung der 28. KAB Seniorenwallfahrt hatte, wie schon im vergangenen Jahr, die Firma Spörlein Bus & Reisen übernommen. Zum Schluss unterstützte noch Heike Morbach in ihrem Ruhestand bei der Planung und Vorbereitung.

Udo Scherzer



Einzug in die Abteikirche.



Die Musiker beim offiziellen Abschluss.

WIE LÄSST ER SICH VERGRÖßERN ?

DER ÖKOLOGISCHE HANDABDRUCK

Der ökologische Handabdruck betont die Möglichkeiten zu nachhaltigen Veränderungen. Er bezieht sich dabei auf die positiven Wirkungseffekte, setzt auf aktive Gestaltung und bewusste Entscheidungen für mehr Klimaschutz.

Alleine oder mit anderen - das Positive vervielfachen



- für einen Regiotag - also kochen mit reg. Produkten
- im privaten/beruflichen Umfeld werben
- beim Grillen Alufolie ersetzen durch wiederverwendbare Behälter/Grillkörbe und zertifizierte Grillkohle nutzen.

Dazu einige Beispiele:



- Ressourcen schonen - Strom, Gas, usw., Verwendung von recyceltem Papier
- sparsamer Umgang mit Wasser



- mit klimaresistenten, insektenfreundlichen Pflanzen zur naturnahen Gartengestaltung
- mit Regenwasser gießen und beim Pflanzen torffreie Gartenerde verwenden



- Plastik/Mikroplastik reduzieren
- nachhaltige Reiniger, wie Natron, Soda, Zitrone, Essig, usw. verwenden, bzw. selbst herstellen



- Qualität vor Quantität - denn billig kauft man mehrfach, was oft sogar teurer ist
- dem Modediktat widerstehen



- unnötige Autofahrten vermeiden - Einkäufe/ Besorgungen bündeln
- zu Fuß oder mit dem Fahrrad unterwegs, d.h. der Natur näher sein

Aktionskreis Nachhaltigkeit 

RELEASE
BEFREIEN

Ich befreie mich von Dingen, die ich nicht mehr brauche und gebe sie in den „Kreislauf“ zurück. Zudem entsorge ich regelmäßig meinen Datenmüll.

RECYCLE
WIEDERVERWERTEN

Ich sortiere Wertstoffe korrekt, um die Wiederverwertung zu erleichtern, so z.B. auch mein altes Handy, das seltene Erden enthält, also wertvolle Ressourcen.

REDUCE
EINSCHRÄNKEN

Ich überdenke meinen Konsum, wähle nachhaltige Produkte und achte auf Langlebigkeit im Sinne von Qualität vor Quantität.

RETHINK

EINE LEBENSWERTE ZUKUNFT BRAUCHT EIN ÜBER- und UMDENKEN

Klar: Politik und Wirtschaft müssen mit in die Pflicht genommen werden. Aber auch ich bin Teil der Veränderung. Gemeinsam wird es gelingen die Welt zu verändern.

Hier nun konkrete Beispiele für meinen Beitrag zur Nachhaltigkeit.

REFUSE
ABLEHNEN

Ich brauche nicht immer die neueste Technik, die aktuellste Mode und setze lieber auf ausleihen, teilen, tauschen.

REUSE
WIEDERVERWENDEN

Ich kaufe Gebrauchtes, gebe den Dingen, wie z.B. Kleidung und Möbel, ein zweites Leben.

REPAIR
ERNEuern

Ich bringe mein Fahrrad ins Repair-Café, liebgewonnene Kleidung in die Schneiderei und meine Schuhe zum Schuster.

So gestalte ich meine Umwelt aktiv mit. Sollte ich mich vielleicht auch an Umweltaktionen oder in Umweltgruppen engagieren?

Quellen:
https://utopia.de/ratgeber/reduce-reuse-recycle-so-kannst-du-muell-und-verschwendung-vermeiden_253524/
<https://thegenerationforest.com/magazin-artikel/wie-du-mit-den-5-rs-von-zero-waste-nachhaltig-lebst>
<https://plana.earth/de/academy/6-r-sustainability>

Aktionskreis Nachhaltigkeit



BIOTOPE - NICHT NUR EIN BLICKFANG LEBENS-RÄUME - GARTEN UND BALKON

Der Balkon –

Wohlfühllose für Mensch und Tier gestalten mithilfe von

- Minitaich – geeignet z.B. für Wassermilch, Seerose
- Bienen-, Vogeltränke
- Insektenhotel
- Futterhaus für Vögel/Eichhörnchen



Bunte Vielfalt der Pflanzen und Tiere im Garten fördern durch

- Trockenbiotop – lockt Sandbienen, Eidechsen, usw. an
- Blühwiese – freut Bienen, Hummeln, Schmetterlinge, usw.
- Totholz/abgestorbene Bäume – dienen Wildbienen, Käfern, usw. als Nistplatz
- Laub-/ Reisighaufen – prima Winterquartier z.B. für Igel
- Trockenmauer/Steinhaufen – gut z.B. für Eidechsen
- Hecken – Lebensraum für Reptilien, Vögel, usw.
- Gartenteich – für Molche, Frösche, Libellen, usw.
- Nisthilfen für Vögel



Was ist sonst noch möglich?

- Aussaat oder Kauf von insektenfreundlichen Blumen und Sträuchern
- torffreie Erde bevorzugen
- natürlichen Dünger verwenden, z.B. Schafwolle



Links:

<https://www.mein-gartenexperte.de/biotope-im-garten-anlegen-7-tipps-fuer-mehr-lebensraum>
<https://summende-gaerten.de/biotope-anlegen>; <http://www.familienzentrum-kachtenhausen.de/bienentranke.pdf>; <https://bio-balkon.de/mini-teich-auf-dem-balkon-oder-sumpfbet>

Bewusste Ernährung Gute Nachrichten!

Aktionskreis
Nachhaltigkeit



- Bedürfnis nach regionalen, qualitativ hochwertigen Produkten steigt.
- Bio-Lebensmittel: Nachfrage wächst stärker als Anbaufläche.
- Re-Use von Essen, d.h. Verwertung von übrigen, bzw. überschüssigen Lebensmitteln liegt im Trend.
- Verzehr von Fleisch und Wurst reduziert sich seit Jahren.
- Pro-Kopf-Verbrauch von Milch, Butter und Käse geht kontinuierlich zurück.
- Pflanzliche Alternativen für Fleisch und Milch erleben einen Boom.
- Neun Prozent der Deutschen sind Vegetarier, drei weitere Prozent Veganer.
- Preisschere „Konventionell – Bio“ wird kleiner.

frischen und

Bei Bio sind Umweltkosten oft eingepreist.



FAZIT

Jahresbilanz zur Biofach 2024

50 Prozent weniger Einsatz von fossiler Energie im Öko-Pflanzenbau - dank des Verzichts auf chemisch-synthetische Pestizide und Stickstoffdünger.

Quellen:

- <https://www.rnd.de/wirtschaft/bio-lebensmittel-nachfrage-waechst-staerker-als-anbauflaeche-YGSESSJWAVJ6TOPDIH47BAGXUQ.html>
- <https://www.deutschlandfunk.de/bio-und-regionale-waren-wie-sich-unser-konsum-auf-klima-und-100.html>
- <https://www.boelw.de/themen/zahlen-fakten/lebensmittel/artikel/umsatz-bio-2024/>
- <https://www.foodwatch.org/de/informieren/landwirtschaft-tierhaltung/bio-landwirtschaft/zahlen-daten-fakten>
- <https://www.bzfe.de/service/news/aktuelle-meldungen/news-archiv/meldungen-2023/januar/preisschere-konventionell-bio-wird-kleiner/>



KAB- DIÖZESANVERBAND BAMBERG

Die im Juni 1986 im KAB Diözesanverband Bamberg gegründete Christliche Arbeiter-Hilfe (CAH) ist eine freie gemeinnützige Wohlfahrtseinrichtung der KAB im Dienste der arbeitenden Menschen und ihrer Familien.

In der Gründungssatzung be ruft sich die CAH auf das Evangelium, die Christliche Soziallehre und den Auftrag daraus, sich für die nicht austauschbare Würde aller Menschen einzusetzen.

Armut gibt es auch bei uns überall

Die Armut hat in unserer Gesellschaft viele Gesichter. Die CAH „findet“ sie nicht nur in Einzelschicksalen, denen wir, unsere KAB-Mitglieder und Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, begegnen. Sie ist überall präsent und alles andere als eine vernachlässigbare Randerscheinung.

Gerade in der „Post-Corona Zeit“ gab und gibt es viele Schicksale, Herausforderungen und menschliche Tragödien. Wir erfahren immer wieder von aktuellen Notsituationen, die Menschen in ihren unmittelbaren Lebenssituationen betreffen. Menschen fühlen sich mit ihren Problemen allein gelassen, hilflos und überfordert. In solchen Situationen wird die CAH angesprochen. Wie auch in den vergangenen Jahren

überprüft der Vorstand zwar unbürokratisch, aber dennoch sehr gewissenhaft, die an die CAH herangetragenen Anliegen. Und dort, wo er es für angemessen betrachtet, gewährt er Unterstützung durch die CAH.

Konkrete Beispiele der Hilfe

So geht es zum Beispiel um Mietrückstände, Schulden beim Stromversorger oder um offene Rechnungen wie für KFZ-Reparaturen. Denn ohne Auto geht es gerade im ländlichen Bereich kaum. In der Regel sind es dann Geldzuwendungen, die geleistet werden. Die Verantwortlichen der CAH hören immer genau zu, geben im Rahmen ihrer Kompetenzen Hilfestellungen und bieten die Weitervermittlung an Beratungsstellen an, mit denen sie im Kontakt stehen.

Mit dem mittlerweile weit über drei Jahre andauernden Ukraine-Krieg sind auch Flüchtlinge aus der Ukraine mit ihren Familien ins Blickfeld geraten. Mütter, die mit ihren Kindern geflüchtet sind, benötigen einerseits Menschen, die für sie da sind und sie in den unterschiedlichsten Alltagssituationen begleiten, andererseits aber auch finanzielle Unterstützung. Manchmal ist auch die Kontaktaufnahme mit Secondhand-Läden ausreichend, um den tristen Wohnraum der Hilfesuchenden etwas ansprechender zu gestalten.

Die CAH hat in den Jahren 2022, 2023 und 2024 sowie in den ersten Monaten 2025 in 43 Fällen Familien und Einzelpersonen helfen können und dabei insgesamt 28.820,24 Euro zugeteilt.



Der Vorstand der CAH. Von links: Kerstin Neundorfer, Winfried Zawidzki, Luise Müller und Petra Zehe. Bild: CAH

Unterstützer und Mitglieder

Dies ist unter anderem auch deshalb möglich, weil unsere CAH-Arbeit regelmäßig durch die Günther-Stiftung, Kollekten aus den KAB-Seniorenwallfahrten und KAB-Gottesdiensten, die „Stiftung Luitpoldhaus“ sowie Einzelspenden unterstützt wird.

Der CAH gehören zum 31. Juli 2025 33 Kreis- und Ortsverbände des KAB-Diözesanverbands Bamberg und 43 Einzelmitglieder an.

Turnusmäßig finden alle vier Jahre bei Mitgliederversammlung der CAH Bamberg – Christliche Arbeiterhilfe e.V. – Neuwahlen statt. Bei den Neuwahlen am 27. Juni 2023 wurde der amtierende Vorstand einstimmig bestätigt: Erste Vorsitzende Luise Müller, Stellvertretende Vorsitzende Petra Zehe, Geschäftsführer Winfried Zawidzki und Kassier Kerstin Neundorfer. Revisoren sind Franziska Neumann und Edgar Günthner.

Die Arbeitsweise der CAH

Der Vorstand arbeitet harmonisch und sehr vertrauensvoll zusammen. In den vergangenen Jahren konnten in gewohnter Weise alle Anfragen unbürokratisch behandelt und auch entschieden werden. Der Anspruch der CAH war und ist es, Menschen, die in Notsituationen über die CAH-Hilfe suchen, schnellstmöglich zu unterstützen.

Es werden nicht nur Anfragen aus dem direkten Umfeld der KAB gestellt. Auch die Arbeitslosenberatungsstellen –

Idee, Insel –, die Caritas oder Pro Familia wenden sich an die CAH.

Alle Anträge müssen schriftlich gestellt werden. Offene Rechnungen müssen belegbar und einsehbar sein. Mit konkreten Nachfragen werden notwendige Auskünfte eingeholt.

Bei offenen Rechnungen werden die entsprechenden Rechnungsteller kontaktiert. Dabei wird abgeklärt, dass die CAH offene Forderungen, sofern noch nicht beglichen, direkt und zeitnah überweist. Es wird darauf geachtet, dass bei Hartz IV/Bürgergeld-Empfängerinnen und -Empfänger keine Einnahmen verbucht werden, die seitens der Ämter bei der nächsten Überweisung einer Leistung in Abzug gebracht werden würden.

Sollten sich bei Anträgen zu viele Unstimmigkeiten ergeben, die seitens der Antragsteller nicht geklärt werden können, bleibt die Unterstützung durch die CAH versagt.

Jeder kann mitmachen und helfen

Leider ist auch in der KAB nach wie vor zu wenigen klar, was die CAH leistet. Deshalb nutzt der Vorstand jede Gele-

genheit, so auch dieses KAB Aktuell, um darauf hinzuweisen, dass zahlende Mitglieder durch ihre Beiträge die CAH unterstützen und erst dadurch die Hilfeleistungen gewährt werden können. Wir alle müssen mit offenen Augen durch die Welt gehen, Nöte erkennen und dann als CAH aktiv werden.



Symbolbild von Myriams-Fotos auf Pixabay.

Die CAH braucht Ihre Hilfe

Es kann nur das Geld ausgegeben werden, das die CAH zuvor eingenommen hat. Deshalb ist sie auf die solidarische Unterstützung aller angewiesen, die bereit sind, das „Projekt CAH“ mitzutragen.

Sie können als Einzelperson, Gruppe oder Einrichtung Mitglied in der CAH werden und/oder der CAH (gegen Spendenquittungen) Spenden zukommen lassen.

Winfried Zawidzki

Die Bankverbindung der CAH:

LIGA-Bank Bamberg, IBAN: DE59 7509 0300 0009 0086 16

Wenn Sie mehr über die CAH wissen wollen, wenden Sie sich gerne an:

KAB-Diözesanverband Bamberg e.V., Ludwigstraße 25, 96052 Bamberg, Telefon 0951/91691-0; Fax 0951/91691-49
E-Mail: cah-bamberg@kab-bamberg.de

Madagaskar: Herstellung von umweltfreundlicher Kohle

Durch eine großzügige Spende konnte der KAB Diözesanverband Bamberg das neue Projekt von Fivoy „Produktion von umweltfreundlicher Kohle“ durch junge Frauen in Madagaskar finanziell sehr stark fördern. Dazu erhielt der Diözesanverband im Juni folgenden Dankbrief:

„Sehr geehrte Damen und Herren, wir danken Ihnen herzlich für Ihre finanzielle Zuwendung zum Projekt ‚Herstellung von umweltfreundlicher Kohle‘. Das übergeordnete Ziel des Projekts ist es, ein Unternehmen auf dem Land zu schaffen, das Einkommensquellen für junge Frauen generiert und gleichzeitig ein kleiner Versuch ist, den Auswirkungen des Klimawandels entgegenzuwirken.“

Dieses Projekt umfasst:

- Maßnahmen zum Umweltschutz (Wiederaufforstung und saubere Umwelt);

- Steigerung der Kohleproduktion durch den Einsatz einer Maschine (Kohlepresse);
- Aufklärung der Öffentlichkeit über die Folgen des Klimawandels und Verdeutlichung, wie wichtig es ist, umweltfreundliche Kohle zu verwenden;
- die Bekämpfung von Buschfeuern und Abholzung.

Langfristig zielt das Projekt darauf ab, die Öffentlichkeit für den Umweltschutz zu sensibilisieren und gleichzeitig eine Einkommensquelle für junge Frauen zu schaffen.

Seit April 2025 wurden bereits einige Maßnahmen umgesetzt:

- Kauf von drei ‚Presseinrichtungen‘ für die drei Einsatzorte, gefolgt von Schulungen zur Bedienung dieser (siehe Foto);
- Verkauf von Kohle während lokaler Veranstaltungen (beispielhaft Förderung des so-

zialen Schutzes und Muttertagsfest in Fianarantsoa (siehe Foto);

- Verkauf von Kohle und Sensibilisierung der Frauen in ländlichen Gebieten;
- Sensibilisierung und Produkteinführung bei den lokalen Behörden im Rahmen eines Höflichkeitsbesuchs;
- Förderung des Kohleverkaufs durch Organisationen im Entwicklungsbereich (siehe Foto).

Wir werden Sie weiterhin regelmäßig über die Fortschritte unseres Projekts informieren.

Noch einmal möchten wir uns ganz herzlich bei Ihnen bedanken. Wir hoffen auf eine weiterhin gute Zusammenarbeit, die für uns sehr wichtig ist, um die Frauen zu fördern und ihnen mehr Selbstständigkeit zu ermöglichen

*Mit freundlichen Grüßen
Das Team von FIVOY*



Schulung an der Presseinrichtung.



Vermarktung der Kohle.

Alle Fotos: Fivoy

Erinnerungen

Nein, ich bin noch nicht alt, aber auch nicht mehr jung.

Dieser Tage merke ich es, ich merke es immer öfter – sie kommen unvermittelt – Momente, da fühlt es sich an wie damals, als ich Kind war.

Heute ist so ein Tag! Es ist brütend heiß, die Luft flirrt, scheint zu stehen, die Welt fühlt sich kurz an, als hätte jemand die Uhr angehalten. Kein Auto auf der Straße, kein Mensch, auch kein Vogel in der Luft – nicht mal eine Biene auf den Blüten im Vorgarten.

Und dann sind sie da, die Erinnerungen ... der Garten der Oma, die Mama nimmt Wäsche von der Leine, unterhält sich mit der Nachbarin, ich schaukle mit meiner Freundin – hoch hinaus, Papa geht mit einem Stück Seife zum Kyll (Nebenfluss der Mosel), es ist Samstagabend, er und der Papa



Kindheitserinnerungen.

Bild: Morbach

meiner Freundin waschen sich – auch so kann ein Badetag aussehen.

Es fühlt sich gut an, es fühlt sich schön an – so sollte es immer sein.

Eine Erinnerung aus meinem Leben, und nein, es waren nicht viele Tage so schön, aber es gab sie, diese Tage und diese wunderbaren Momente – und sie kommen zurück, unverhofft – nur weil ich aus der Tür getreten bin und in der flirrenden Hitze stehe. Einen Augenblick wieder Kind sein. Dankbarkeit erfüllt mich.

Dieser Tage, in denen wir so sorgenvoll in die Welt schauen, sind solche Momente kostbar. Eine kleine Auszeit, an einem Tag, der ansonsten war wie jeder andere. Lassen wir sie zu, diese kleinen Auszeiten.

Viele von Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, sind sehr viel älter als ich, viele haben schlim-

me Zeiten erlebt – aber vor allem haben wir alle auch schöne Erinnerungen im Herzen.

Lassen wir sie zu, diese Augenblicke, in denen die Zeit still zu stehen scheint, in denen wir wieder mit der Freundin Seil springen, mit dem Freund Fußball spielen, heimlich Erbsenschoten vom Strauch stibitzen.

Unsere Erinnerungen sind ein Schatz! Vielleicht erinnert sich der eine oder andere von Ihnen nach der Lektüre dieses kleinen Textes an einen schönen Moment, teilt diese Erinnerung mit dem Partner oder der Freundin und man erinnert sich im Anschluss gemeinsam – auf jeden Fall werden Sie lächeln, gedankenverloren.

Meinem Mann sind auf jeden Fall spontan nette Begebenheiten eingefallen, nachdem er den Text gelesen hat.

Heike Morbach

Katholische Arbeitnehmer-
Bewegung – KAB
Diözesanverband
Bamberg e.V.

Geschäftsführer des KAB
Diözesanverbandes e.V.
und verantwortlich für den Inhalt:
Ralph Korschinsky

Kontakt:
Ludwigstraße 25, 96052 Bamberg
Telefon 09 51/91 69 10
Fax 09 51/91 69 149
E-Mail: info@kab-bamberg.de

Das gedruckte KAB Infoblatt er-
scheint einmal, das digitale KAB
Aktuell dreimal jährlich.

Bei nicht gekennzeichneten Bildern
liegen die Veröffentlichungsrechte
bei der KAB Bamberg.

In Text-Beiträgen oder bei Bildern
kann KI angewendet sein.



Termine

20. Oktober 2025

Praxisseminar „Einführung in die Nutzung KI“ – Teil 1, KAB Seminarraum, Bbg.

21. Oktober 2025

Online-Seminar „10 Jahre nach der Flucht-migration 2015 – Arbeitsmarktintegration von Geflüchteten“.

22. Oktober 2025

Seniorenbildungstag „1700 Jahre Glaubensbekenntnis von Nizäa. – Ist der Glaube noch zeitgemäß?“, Kirchehrenbach.

22. Oktober 2025

KAB Medien-Mobil „Smartphones für Kinder und Jugendliche“, Burgwindheim.

23. Oktober 2025

Online-Seminar „Was Elvis Presley mit dem Kalten Krieg zu tun hat“.

27. Oktober 2025

Online-Seminar „Zins oder Dividende“.

27. Oktober 2025

KAB Medien-Mobil „Sicherer Umgang mit Smartphone“, Nürnberg.

28. Oktober 2025

Online-Seminar „Werden wir durch KI dümmer?“.

Großer Verlust für die KAB in Bamberg und im DV

Barbara Titze gestorben

Die KAB in Bamberg und im Diözesanverband trauert um Barbara Titze, eine engagierte KABlerin, die sich unermüdlich und auf vielfältige Art und Weise eingesetzt hat. Sie ist am 14. Mai 2025 im Alter von 76 Jahren gestorben.



Barbara Titze.

Foto: US

Titze war schon von Jugend auf sehr mit der Kirche verbunden und hat sich bei der Ministranten- und Jugendarbeit in der Pfarrei St. Kunigund in Bamberg engagiert. Am 1. Oktober 1984 trat sie in die KAB ein und war wenige Jahre später KAB-Vorsitzende im Ortsverband St. Kunigund bis zur Fusion der drei Ortsverbände St. Anna, St. Heinrich und St. Kunigund im Jahr 2017. Bei der KAB im Seelsorgebereich Bamberg-Ost – so der Name für die neue Gruppe nach der Fusion – hatte sie das Amt der Schriftführerin inne. Auch im KAB Kreisverband Bamberg-Stadt war sie eingebunden und seit 1993 als Schriftführerin tätig.

Aber das war nicht ihre einzige Aufgabe. Gab es eine Maiandacht, Adventsfeier, Betstunde, Kreuzweg- oder Rosenkranzandacht vorzubereiten oder durchzuführen, „Bärbel“ war stets bereit. Wenn benötigt, hat sie für Einstimmungen oder Impulse bei Sitzungen, Veranstaltungen sowie bei Fahrten

immer passende Texte und Lieder gefunden. Wurden außerdem bei einer Veranstaltung helfende Hände gebraucht, auf „Bärbel“ war Verlass.

In der Diözesanverbandsleitung war Barbara Titze ebenfalls seit 2010 tätig und auch hier später als Schriftführerin.

Aber sie brachte sich nicht nur bei der KAB ein, sondern ihr Wissen, ihr Können und das Talent zum „Schriftführen“ durch ihre perfekten Stenokenntnisse waren auch in der Pfarrgemeinde und anderen Verbänden gefragt. So war sie unter anderem Mitglied im Pfarrgemeinderat, Bürgerverein, Parteimitglied und war Wort-Gottesdienst-Leiterin sowie in der Krankenhausseelsorge tätig.

Titze hat in den vielen Jahren unterschiedlichste Kreise unserer Bevölkerung durch ihr Engagement, ihre Herzlichkeit und Freundlichkeit sowie ihr Wissen, ihren Einsatz und ihre Tatkraft bereichert und hat tiefe Spuren hinterlassen. So auch in der KAB. Sie wird der KAB sehr fehlen.

So kann man ihr am Schluss nur danken für den vielfältigen und unermüdlichen Einsatz für die KAB und ihrer Familie sowie vor allem ihrer Schwester Gitta unser tiefes Mitgefühl ausdrücken. *Redaktion*



Der Stand vom KAB Diözesanverband während der Bistumstage auf dem Maxplatz in Bamberg.

Erzbisum Bamberg feierte im Jahr 2007 das 1000-Jahre-Bistums-Jubiläum

KAB Bamberg war gut präsentiert

Bei den Bistumstagen im Rahmen des 1000-Jahre-Bistums-Jubiläums der Erzdiözese Bamberg hatte sich die KAB mit Hilfe von über 70 ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern gut eingebracht.

Gezielte Aktionen zu Familienangeboten, Beratungen, Urlaub und Freizeiten der KAB sowie zum Thema Grundeinkommen und Grundsicherung wurden beim KAB-Stand am Maxplatz angeboten. Durch den kostenlosen Ausschank des fair gehandelten Cappuccino war es gelungen, über das

Rentenmodell der KAB zu informieren.

Darüber hinaus hat die KAB in Zusammenarbeit mit der CAJ und der katholischen Arbeitnehmerpastoral ein Forum Arbeit veranstaltet. Den ganzen Samstag gab es verschiedene Angebote. Professor Hengsbach hielt einen Vortrag über das Thema „Gute Arbeit“ unter gerechten Verhältnissen. Fritz Schösser, DGB Landesvorsitzender in Bayern sprach über „Geiz ist geil – wo bleibt der Mensch“. So war es den Teilnehmenden möglich über die

Themen Mindestlohn oder Niedriglohn, Reichtum macht arm, Grundeinkommen und Grundsicherung sowie über die Ausbildungssituation in Oberfranken zu sprechen.

Auch der internationale Ausschuss der KAB konnte sich sowohl im Forum Eine Welt sowie am Stand gut einbringen und somit wurden die Präsentationen der KAB für eine breite Öffentlichkeit abgerundet.

Textauszüge zu diesem Artikel wurden aus dem Infoblatt 2/2007 der KAB entnommen.

Udo Scherzer



Jesuitenpater Friedhelm Hengsbach referiert beim Forum „Arbeit“.



Rege Gespräche wurden am Stand der KAB geführt.

Alle Bilder: KAB Bamberg

Termine

7.–9. November 2025

Frauenwochenende
„Tanz als Ausdruck meiner Seele“, Abtei Maria Frieden, Kirchschletten.

10. November 2025

Praxisseminar „Einführung in die Nutzung KI“ – Teil 2, KAB Seminarraum Bbg.

10. November 2025

KAB Medien-Mobil
„Unterwegs mit dem Smartphone“, Stegaurach.

12. November 2025

„Demenz als Schicksal“, Pfarrheim Posseck.

12. November 2025

Online-Seminar
„Auswirkung von Zöllen der USA auf Deutschland“.

13. November 2025

Online-Seminar
„Was uns bewegt – Soziallehre konkret (Wirtschaftspolitik)“.

17. November 2025

Online-Seminar
„Nachhaltigkeit in der Kapitalanlage“.

20. November 2025

Praxisseminar
„Sprechen und Zuhören“, KAB-Seminarraum, Bbg.

25. November 2025

Online-Seminar
„Postfaktische Zeiten“.

KAB Seniorentag: Humor in den Weltreligionen

Ehrwürdiger Scheich mit den langen Ohren

Mit vielen Beispielen bewies der Sprach-Experte und Entertainer Dr. Rolf-Bernhard Essig in einer Veranstaltung des KAB Bildungswerkes im Strullendorfer Pfarrzentrum, dass es in den Weltreligionen auch viel Humor gibt.

So berichte das Alte Testament, dass der alte Abraham, als Gott ihm prophezeite, ihm werde ein Sohn von seiner auch schon älteren Frau Sarah geboren, lachte. Auch Sarah lachte, als sie das hörte. Essig betonte dabei, dass das Lachen eigentlich etwas Gutes sei.

So erzählte er einige Beispiele für jüdischen Humor. So hätten in Pretzfeld, das früher eine große jüdische Gemeinde hatte, der Rabbi und der katho-

lische Pfarrer gern miteinander gespeist. Dabei aß der Pfarrer ein Schäufela und konnte es sich nicht verkneifen den Rabbi zu fragen, wann er denn auch so etwas gutes essen werde. Der Rabbi antwortete: „Bei deiner Hochzeit“.

Nach jüdischer Auffassung ist das göttliche Denken anders, als das der Menschen. Daher sei Witziges im Talmud erlaubt – weil vielleicht dadurch für uns göttliche Gedanken klar werden, erklärte der Referent.

Auch sei der Humor im Islam präsent. So wird folgende Anekdote erzählt. Zwei Brüder waren mit ihrem Esel unterwegs. Sie übernachteten in einer Oase nahe einer Stadt. Da



Mit Witz sprach Dr. Rolf-Bernhard Essig über den Humor in den Religionen. Foto: Andreas Kirchhof

starb der Esel und weil er ihnen so treue Dienste geleistet hatte, errichteten sie ihm ein schönes Grabmal. Am Morgen fragte der Führer einer Karawane, die vorbeikam, wessen Grabmal das sei. Er bekam zur Antwort, dass sei das Grab des „ehrwürdigen Scheichs mit den langen Ohren“. Der Karawanenführer war beeindruckt, gab eine Spende und berichtete in der Stadt von dem Grabmal mit den Worten „Gelobt sei der Scheich mit den langen Ohren“. Viele kamen daher in die Oase und gaben viele Spenden. Als der eine Bruder dem anderen nicht glaubte, dass er einen neuen Esel gekauft hatte und dieser nicht der alte war, forderte er ihn auf, bei den Scheich mit den langen Ohren zu beschwören, dass er die Wahrheit sagt. Daraufhin antwortete dieser nur trocken: „Wir beide haben ihn begraben“.

Essig berichtete, es werde überliefert, dass auch Mohamed gelacht habe – bis dass die Weisheitszähne zu sehen waren.

Auch im Buddhismus gebe es Humor. So berichte eine Anekdote, dass ein Schüler Buddhas diesen bat, in die Welt ziehen zu dürfen, da er dort vielleicht viel lernen könne. Sein Meister gewährte ihm die Bitte mit der Auflage, zurückzukommen, wenn er etwas gelernt hätte. Nach einiger Zeit kam der Schüler zurück und verkündete, er könne nun Wunder wirken. Zum Beweis ging er über das Wasser eines nahe gelegenen Flusses zum anderen Ufer und

wieder zurück. Buddha meinte dazu, das sei wunderbar, aber das könne jeder – und überquerte den Fluss über eine Brücke.

Ein weiteres Beispiel: zwei Göttinnen stritten sich, wer die Schönste von ihnen sei. Sie wählten einen Ladenbesitzer als Schiedsrichter aus, da dieser sich mit Waren gut auskenne und daher einen Blick für Qualität habe. Der Ladenbesitzer meinte, er könne sich nicht gleich entscheiden. Sie sollen beide vor ihm auf und ab gehen. Dann meinte er zur einen: „Du bist von hinten die Allerschönste“ und zur anderen „Du bist von vorne die Allerschönste“. So waren beide zufrieden und vertrugen sich wieder.

Essig gab noch viele andere Beispiele und betonte, dass Humor auch kulturabhängig sei. Humor in anderen Kulturen würden wir oft nicht erkennen – und umgekehrt. Bei einem Witz sei das Wichtigste, etwas zusammenzubringen, an das man nicht gedacht hat. Er berichtete auch, Luther habe gesagt: „Wenn man im Himmel nicht lacht, dann will ich nicht dahin“.

Vor dem Vortrag hatte KAB-Diözesanpräses Domkapitular Albert Müller mit den Zuhörern in der Strullendorfer Pfarrkirche einen Gottesdienst gefeiert. Nach dem Vortrag und dem Mittagessen zeigte und kommentierte Udo Scherzer Bilder von der KAB-Seniorenwallfahrt im vergangenen Jahr nach Walldürn.

Andreas Kirchhof

Termine

27. November 2025

Online-Seminar
„Plastik – vom Alleskönner zum Umweltproblem“.

29. November 2025

Theaterführung „Herbergesuche“, Bamberg.

1. Dezember 2025

Filmabend „Kino der Hoffnung: „Modern Zeiten““, Lichtspiel, Bamberg.

4. Dezember 2025

Seniorenbildungstag im Advent, Vierzehnheiligen.

10. Dezember 2025

Seniorenbildungstag im Advent, Stockheim.

18. Dezember 2025

KAB Medien-Mobil
„Smartphones für Kinder und Jugendliche“, Hirschaid.

19., 26. Jan. + 2. Feb. 2026

Praxisseminar
„Smartphone 60+“.

2. Februar 2026

Online-Seminar „Psychologie in Beratung und Verkauf von Finanzprodukten“.

23. Feb., 2. + 9. März 2026

Praxisseminar „Smartphone 60+ für Fortgeschrittene“.

24. Februar 2026

Online-Seminar
„Entwicklung Russland – Ukraine“.

Aus dem Rezeptheft der KAB Kirchehrenbach

Nachhaltig kochen und essen

Linsen-Dal

Zutaten:

- 1-2 EL Bratöl
- 2 Zwiebeln gewürfelt
- 4 Knoblauchzehen gehackt
- 2 TL Ingwer gerieben
(oder mehr nach Geschmack)
- 1 TL Kurkuma
- 1 TL Koriander
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 TL rotes Paprikapulver
- 1 TL Garam Masala oder
anderes Currypulver
nach Geschmack
- 300 g rote Linsen
- 750 ml Gemüsebrühe
- 250 ml Kokosnussmilch
- 250 ml passierte Tomaten oder
gehackte Tomaten
- Salz und Pfeffer
(nach Geschmack)
- ½ Zitrone
- Mit frischer Petersilie garnieren!

Zubereitung:

Das Öl in einer Pfanne oder einem Topf erhitzen. Die gehackten Zwiebeln dazugeben und zwei bis drei Minuten glasig dünsten. Dann den Knoblauch und Ingwer hinzugeben und eine weitere Minute anbraten, bis es gut duftet. Zuletzt die Gewürze hinzugeben und einige Sekunden anschwitzen, damit sich die Aromen entfalten. Die Linsen in ein feines Sieb geben und unter fließendem kaltem Wasser abspülen. Dann zur Zwiebelmischung in die Pfanne geben, mit der Gemüsebrühe aufgießen, umrühren und zum Kochen bringen. Zugedeckt acht bis zehn Minuten köcheln lassen oder bis die Linsen den größten Teil der Flüssigkeit aufgenommen ha-

ben. Dann Kokosmilch und passierte Tomaten hinzufügen und weiter köcheln lassen bis die Linsen gar sind. (Wenn die Sauce zu dickflüssig ist, etwas mehr Brühe oder Kokosmilch hinzufügen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist). Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

*„Denn ein Mensch,
der da isst und trinkt
und hat guten Mut
bei all seinen Mühen,
das ist eine Gabe Gottes.“
Prediger Salomon 3,13*

Linsenaufstrich

Zutaten:

- 100 g rote Linsen
- 1 große Zwiebel
- 2 EL Tomatenmark
- 1 EL Mandelmus
- ½ Zitrone
- Harissagewürz, Salz

Zubereitung:

100 Gramm rote Linsen mit Wasser bedecken und etwa zehn Minuten kochen (eventuell etwas Wasser nachgießen). Eine Zwiebel in Würfel schneiden, andünsten und Tomatenmark zugeben. Etwas anbraten, dann Masse in den Mixbecher geben. Einen Eßlöffel Mandelmus, etwas Harissa Gewürz, Salz und Saft einer halben Zitrone dazugeben.

Zwiebeln und Gewürze mixen (nicht zu fein), dann die Linsen dazu und noch mal kurz mixen. Abschmecken und, falls das Ganze zu fest ist, noch etwas Zitronensaft oder Wasser dazugeben.

Noch mehr aus dem Rezeptheft der KAB Kirchehrenbach

Naan Brot

Zutaten:

60 ml lauwarmes Wasser
4 g Trockenhefe
1 TL Agavendicksaft
100 g Sojajoghurt
2 EL Olivenöl
1 TL Salz
300 g Weizen- oder Dinkel-
mehl
5 EL Bratöl oder Olivenöl
etwas Petersilie
Vegane Knoblauchbutter:
40 g vegane Butter
2 Knoblauchzehen
1 TL Salz

Zubereitung:

Wasser, Trockenhefe und Agavendicksaft verrühren und zehn Minuten beiseitestellen. Dabei wird die Hefe aktiviert und es sollten kleine Bläschen an der Oberfläche zu sehen sein. Dann Sojajoghurt, Meersalz, Olivenöl und Mehl dazugeben und das ganze fünf Minuten lang mit dem Knethaken der Küchenmaschine oder den Händen zu einem samtigen Teig kneten. Der Teig ist fertig, sobald er sich vom Schüsselrand löst und sich weich anfühlt. Mit einem Küchentuch abdecken und an einem warmen Ort 60 Minuten gehen lassen.

In der Zwischenzeit für die Knoblauchbutter den Knoblauch abziehen und entweder klein schneiden oder pressen. Die vegane Butter mit Knoblauch und Salz bei geringer Hitze in einem kleinen Topf

schmelzen. Alles vom Herd nehmen und ziehen lassen, bis die ersten Fladen fertig sind.

Den Teig aus der Schüssel auf eine leicht bemehlte Arbeitsfläche geben und in sechs gleichgroße Stücke zerteilen. Jedes Stück noch einmal etwas rund formen und dann zu ovalen, dünnen Fladen ausrollen. Dabei gerade so viel Mehl verwenden, dass der Teig nicht an der Arbeitsfläche kleben bleibt.

Die heiße Pfanne mit einer dünnen Schicht Olivenöl austreichen und das Naan von beiden Seiten goldbraun anbraten. Der Fladen kann das erste Mal gewendet werden, wenn die Teigoberfläche kleine Blasen bildet. Vor dem Wenden die noch „unangebratene“ Seite mit etwas Olivenöl bestreichen. Aus der Pfanne heben, mit Knoblauchbutter einpinseln und gehackter Petersilie bestreuen.

Hummus

Zutaten:

1 Dose Kichererbsen
(Abtropfgewicht 265g)
2–3 EL Tahin (Sesampaste)
1 Zitrone
2 Knoblauchzehen
Etwas Olivenöl
½ TL Kreuzkümmel
½ TL Salz
Etwas Wasser

Zubereitung:

Kichererbsen, Tahin, Knoblauch, Kreuzkümmel, Salz und Zitronensaft in eine Küchenmaschine oder einen Mixer geben und cremig pürieren, dabei nach und nach das Wasser bis zur gewünschten Konsistenz hinzugeben (oder einen Pürierstab verwenden).

Den Hummus in eine Schale geben. Etwas Olivenöl darüber träufeln und mit Kichererbsen, Paprikapulver, Sesam und Minze dekorieren.

Bleiben Sie mit uns in Kontakt und auf dem Laufenden!

Kurze Erinnerung

Die nächsten zwei Ausgaben erscheinen wieder als „KAB Aktuell“ digital und werden daher auch digital in Ihr E-Mail-Postfach ausgeliefert.

Wenn Sie weiterhin auf dem Laufenden über die KAB, sozialpolitische und verbandliche Themen bleiben möchten, dann teilen Sie uns bitte Ihre E-Mail-Adresse mit – am besten,

indem Sie eine Nachricht schreiben an:

info@kab-bamberg.de
mit dem Betreff „Digitale Post“.

DANKE!



Teilen Sie uns Ihre E-Mail-Adresse mit.

Die nächste digitale Ausgabe erscheint Anfang Dezember 2025.