

## **LionsFrauenOnline - Highlights 28.01.2026**

Liebe Lions Frauen,

am 28. Januar 2026 fand das achte virtuelle Meeting **LionsFrauenOnline** statt. Es hatten sich ca. 60 Teilnehmerinnen angemeldet.

Wir haben uns besonders gefreut, dass wir viele Lions Frauen aus dem LC Schloss Wildthurn in Niederbayern begrüßen konnten, die ihren Clubabend bei unserem Zoom Meeting - zum Teil zu dritt vor einem Bildschirm - verbrachten, weil sie das Thema interessierte.

**Hier zusammengefasst die Kernaussagen unseres Zoom Meetings vom 28. Januar 2026 zum Thema:**

**Feel Good im Club! Teil1: Unser Club: Kommunikation, Umgang, Werte leben**

Das Thema des heutigen Meetings beschäftigt sich mit den Fragen, wie durch Kommunikation im Club das „Betriebsklima“ verbessert werden kann und die Treffen zu einem Wohlfühl-Erlebnis werden; eben Feel Good im Club.

Andrea Meermann führt kurz in das Thema ein. Als Referentin und Moderatorin konnten wir unsere Lions Freundin Sandra Schlenker aus LC Jülich Gavadiae gewinnen. Als langjährige Trainerin mit dem Schwerpunkt Persönlichkeitsentwicklung führt sie mit dem Hinweis auf das Thema ein, dass Menschen unterschiedlich sind (siehe Präsentation Anlage 1) Aber alle Club Mitglieder haben die gemeinsame Basis im Lions Club und sind für die „gute Sache“ angetreten.

Warum sind wir Lions geworden? Sie gibt als Impulse: Schwarmintelligenz, Mitmachen erwünscht von jedem Einzelnen, gutes Tun und Spaß haben in einer Gruppe Gleichgesinnter. Aber Vorhaben im Club sind manchmal schwierig umzusetzen und scheitern oft an unterschiedlichen Persönlichkeiten und den Vorstellungen der unterschiedlichen Generationen innerhalb eines Clubs.

Ziel des Meetings ist es, Tools zu kennen und anzuwenden, um netter miteinander umzugehen. Jeder Club muss für sich erst einmal feststellen „Wie ticken wir?“

In einem Diagramm (siehe Präsentation Anlage 1) zeigt Sandra, dass es bestimmte persönliche Konstellationen schwer machen, miteinander zu kommunizieren. Alle Faktoren sind in unserer Persönlichkeit mit unterschiedlichen Ausprägungen angelegt je nach Charakter oder beruflichem Werdegang. Im Club brauchen wir bunte Vielfalt. Das müssen wir uns bewusst machen und akzeptieren.

Wo ist nun der gemeinsame Nenner? Sandra hat 3 konkrete Themen extrahiert, die im Folgenden besprochen werden:

1. Miteinander statt übereinander reden
2. Fehlende Offenheit für neue Vorschläge, z.B. zu Activities
3. Wie gehen wir mit Entscheidungen um?

Die einzelnen Themen werden in direktem Austausch mit den Teilnehmerinnen diskutiert.

### **Thema 1: Miteinander statt übereinander reden**

1. Spielregeln durch den Club erarbeiten, die bei jeder Clubsitzung auf einem Flipchart präsentiert werden. An die Regeln muss immer wieder erinnert werden, dadurch wird Disziplin gefördert.
2. Hinweis auf ethische Grundsätze der Lions
3. Kennenlernen untereinander fördern. Je besser ich die Club Frauen kenne, desto besser ist der Umgang. Wenn man sich persönlich nicht gut kennt, ist das Miteinander schwierig.

Erfahrung aus einem Club: Strategie Löffelessen: Partner werden ausgelost und treffen sich zu einem Essen bei einer Gastgeberin. Das Losverfahren beugt einer Cliquenbildung vor und schweißt gerade auch neue Mitglieder zusammen.

4. In dieselbe Richtung zielt das „Kärtchen ziehen“ für den Sitzplatz beim Clubabend.
5. Um Cliquenbildung und Vereinzelung zu vermeiden, braucht es Geduld, Herzlichkeit aller und stetes Wiederholen von Verhaltensregeln bis das Verhalten ritualisiert ist.
6. Als „Beschleuniger“ zur Vorbeugung von Cliquenbildung und Vereinzelung wurde eine Übung vorgeschlagen:

Jedes Club Mitglied bekommt ein Blatt auf den Rücken. Jede Anwesende schreibt bei allen anderen jeweils auf dem Rücken auf, was sie bei der anderen Lions Freundin schätzt (ca.10 Minuten). Dann folgt eine Phase der Selbstreflexion „Was würde ich mir auf den Rücken schreiben“. Erst dann schaue ich auf meinen Zettel. Hierzu hat Sandra eine Anleitung geschickt: Wie ich Dich sehe – und wie ich denke, dass Du mich siehst (Anlage 2).

### **Thema 2: Fehlende Offenheit, z.B. bei Activities**

In vielen Clubs gibt es bei Vorschlägen unmittelbare Gegenwehr, „ja aber“. Das führt dazu, dass sich Lions Freundinnen mit Vorschlägen zurückhalten, weil sie Reaktanz fürchten, der sie sich nicht aussetzen wollen.

Vorschläge aus dem Plenum:

1. Vorschläge für eine Activity vor Präsentation im Club ausarbeiten. Andere Club Mitglieder einbinden und den Vorschlag erst einmal in kleiner Runde diskutieren und ausarbeiten, ehe der gesamte Club eingebunden wird. Mit kleiner Runde ist nicht der Vorstand gemeint.

2. Den Vorschlag für eine Activity mit der Activity Beauftragten diskutieren. Die Activity Beauftragte kämpft den Vorschlag dann im Club durch.
3. Vorschlag ein Brainstorming z. B. an einem Clubabend durchzuführen. Da hat jedes Club Mitglied die Möglichkeit, Vorschläge einzubringen.

### **Thema 3: Wie gehen wir mit Entscheidungen um?**

- **Werden die Entscheidungen „nur“ durch den Vorstand getroffen?**
- **Wann werden alle eingebunden, wann wird auf die Entscheidungskompetenz des Vorstands gesetzt?**

Die Kernfrage ist, wie Themen aus „Expertinnen Gremien“ in den Club getragen werden. Transparenz ist das Zauberwort. Wenn Entscheidungen nicht transparent vermittelt werden, entstehen Probleme im Club. Zur Transparenz gehört auch, dass der Weg zur Entscheidung nachvollziehbar dargestellt wird.

Vorschläge zum Umgang mit Entscheidungen und zur Vermeidung von Intransparenz aus dem Plenum:

1. Gremien denken vor, aber alles wird basisdemokratisch im Club transparent diskutiert und entschieden.
2. Abstimmungen um 24 Stunden verschieben und über WhatsApp abfragen. Das erhöht die Wertigkeit der Entscheidung
3. Transparenz durch Präsidentinnen Newsletter herstellen.
4. Einladungen zu Clubabenden gegebenenfalls mit erläuternden Anhängen zu einzelnen Tagesordnungspunkten.
5. Das Lesen von Einladungen und Protokollen ist Hol- und Bringschuld für Vorstand und Club Mitglied.

Sandra weist zu diesem Thema auf die **Walt Disney Methode** hin. Näheres zu dieser Methode hat Sandra in einem **Dokument (Anlage 3)** zusammengetragen.

In ihrer Präsentation hat Sandra eine Skizze des **Empathie-Kreislaufs** aufgeführt. Der Empathie-Kreislauf ist ein Modell, das hilft andere besser zu verstehen. Auf unsere Nachfrage zu näheren Erläuterungen hat uns Sandra eine anschauliche **Präsentation (Anlage 4)** übermittelt, die sie für eine andere Veranstaltung erstellt hat. Die Umsetzung ist nicht nur zur Weihnachtszeit sinnvoll!

Zum Ende ihrer Präsentation bittet Sandra um ein Feedback durch Handzeichen. Die Daumen gehen hoch und die Herzen fliegen.

Abschließend dankt Andrea Sandra Schlenker herzlich für den sehr interaktiven Austausch und weist auf das nächste Meeting hin, das inhaltlich als Fortsetzung des heutigen Treffens geplant ist.

Das nächste Zoom Meeting behandelt das Thema  
**Feel Good im Club! Teil 2: Das Miteinander durch informelle Treffen stärken**  
**Begegnungsabende/Clubreisen**  
**am Mittwoch, 22. April 2026**

**Lions Frauen, die zu diesem Thema Beispiele aus ihrem Club als Input beim nächsten Zoom Meeting geben möchten, sind herzlich eingeladen, sich zu melden.**

Mit Dank an alle Teilnehmerinnen schließt Andrea die Sitzung.

Der gesamte Verteiler erhält diese Zusammenfassung der Diskussion und als Anlage die Unterlagen von Sandra.

**Gerne könnt Ihr diese E-Mail in Eurem Club verteilen.**

**Bei Fragen und Anregungen freuen wir uns auf Eure Mails an:**  
**[lionsfrauen@gmail.com](mailto:lionsfrauen@gmail.com)**

**Ihr findet uns im Netz: <https://111rs.lions.de/lionsfrauenonline>**

Viele Grüße von der  
Arbeitsgruppe LionsFrauenOnline, Distrikt Rheinland-Süd

Roswitha Burger, LC Bergische Löwinnen  
Anja Eckey-Rieger, LC Siegburg Löwensterne  
Andrea Meermann, LC Langenfeld–Lady Lions  
Antje Müller, LC Jülich Gavadiae  
Henriette Niecknig, LC Bonn-Liona (Protokoll)  
Jasna Rezo-Flanze, LC Köln-Ursula